

中职语文教学中渗透自我认知与自信心培养的路径探索

马少茹

汕头市潮阳区职业技术教育中心, 广东 汕头 515100

DOI: 10.61369/ETR.2026140005

摘 要 : 在职业教育内涵式发展的大背景之下, 落实中职语文人文育人的目标, 助力学生完善自我认识, 培养自信心, 是符合教育部有关课程文件要求的实践。目前中职语文教学中存在学情复杂、认知定位模糊、教材隐性育人要素难挖掘、传统教法忽视心灵观照、信心缺失导致学习动力不足等问题。本文根据教师的教学实践, 提出精准研判学情引导自知、深耕教材涵育健全人格、创新教法关注生命成长、激发内生动力重塑自信四个路径, 并给出具体的教学案例, 使教师能够实施方法, 给中职语文教学渗透自我认知和自信心的培养提供实践支持, 促进课程综合育人的价值实现。

关 键 词 : 中职语文; 自我认知; 自信心; 培养研究

Exploration of Paths for Infiltrating Self-Cognition and Self-Confidence Cultivation in Secondary Vocational Chinese Teaching

Ma Shaoru

Chaoyang District Vocational and Technical Education Center, Shantou, Guangdong 515100

Abstract : Against the background of the connotative development of vocational education, implementing the humanistic education goal of secondary vocational Chinese, helping students improve self-cognition, and cultivating their self-confidence are practices that comply with the requirements of relevant curriculum documents issued by the Ministry of Education. At present, secondary vocational Chinese teaching faces problems such as complex student learning situations, vague cognitive positioning, difficulty in exploring implicit educational elements in textbooks, traditional teaching methods ignoring spiritual care, and lack of confidence leading to insufficient learning motivation. Based on teachers' teaching practice, this paper proposes four paths: accurately analyzing students' learning situations to guide self-awareness, delving into textbooks to cultivate sound personalities, innovating teaching methods to focus on life growth, and stimulating internal motivation to reshape self-confidence. Specific teaching cases are provided to enable teachers to implement these methods, offering practical support for infiltrating self-cognition and self-confidence cultivation into secondary vocational Chinese teaching and promoting the realization of the comprehensive educational value of the curriculum.

Keywords : secondary vocational Chinese; self-cognition; self-confidence; cultivation research

在职业教育内涵式发展的过程中, 教育部颁布的中职语文课程方案、中职语文课程标准等文件对中职语文课程的育人目标做了明确的规定, 即在立德树人根本任务的基础上, 兼顾工具性和人文性两者的统一, 促进学生全面发展。目前中职学生群体普遍存在着自我认知偏差、自信心不足等现象, 这些现象会阻碍学生的学业质量提高, 并且会对学生的未来职业发展以及终身成长造成不良影响。语文属于中职公共基础课程体系的重要部分, 其中包含着诸多的人文教育内容, 也是开展自我认知教育和自信心培育的重要途径。但是目前中职语文教学中仍然存在着育人目标同教学实践相脱离的现实困境, 因此, 在相关教育政策的要求下, 系统探究中职语文教学中渗透自我认知和自信心培养的有效途径, 具有重大的理论意义^[1]。

一、中职语文教学中渗透自我认知与自信心培养的实践意义

中职语文教学中渗透自我认知与自信心培养, 是落实教育部相关课程文件要求、体现语文课程人文性与工具性统一特点的具体实

践, 符合中职教育“以生为本”的育人方向, 可以引导学生正确认识自身的优缺点, 克服认知偏差, 树立积极的自我认知, 逐步形成自信心和自我认同感; 依托语文教学的人文载体, 将心理素养培育与语言能力提升有机结合起来, 帮助学生克服学习畏难情绪、增强学习主动性, 为学生的职业技能提升、岗位适应、终身发展打下良

好的心理基础,促进中职语文课程育人功能的全面落实,实现学生综合素养和职业教育人才培养目标的共同推进^[2]。

二、中职语文教学中渗透自我认知与自信心培养的教育难点

(一) 学情复杂认知定位模糊

由于中职学生具有复杂的个性,所以在教学中学生自我认知定位的模糊性就变得很明显。学生的基础学历、成长背景、心理特征、职业期望等各方面存在较大的差别,个体的认知水平也存在很大的差异。教学实践当中,教师常常采用统一的标准来开展认知引导工作,没有对学生的个体差异做出准确的判断,不能够找到各个学生在自我认识方面存在的具体不足以及核心需求^[3]。定位不清造成教学内容同学生实际认知状态相脱离,不能做到个性化引导和培养,自我认知教育成了表面化、形式化的教学环节,不能触及学生心灵深处,影响育人目标的落实。

(二) 教材隐性的育人要素难掘

中职语文教材中存在着很多隐性育人因素,这些因素的教学运用经常被忽视、低估。教材文本里的人文精神、情感内涵、价值取向成为自我认知教育的一种有效资源。但是教师在教学设计上大多集中于字词句的分析、阅读写作技巧的训练等显性的知识,而忽视了文本背后深层次的心理引导价值的主动挖掘和系统地整理。对教材中包含的自我反思、价值塑造、情感体验等隐性因素开发不够,没有把文本资源同学生自我认知形成、自信心培养紧密联系起来^[4]。教材的育人潜能被限制,造成教学内容和心理培育目标严重脱节,错过了许多育人机会。

(三) 传统教法忽视心灵观照

目前部分中职语文教学仍然被传统的模式所束缚,缺少对学生的内心世界进行深入地观察。教学过程以知识传授为主,存在单向灌输、重理论轻实践、重结果轻过程的现象。教师主导性过强,学生主体地位被削弱,缺少表达自我、反思自我的空间和机会。教学互动只停留在知识的层面,没有搭建起有效的感情交流和心理引导的平台,不能触及学生的内心世界,不能满足学生自我认知、自信心发展的真实需要^[5]。缺少人文关怀和心灵温度的教学模式,使学生心理成长的需求得不到满足,自我认知和自信心的培养成了无源之水、无本之木。

三、中职语文教学中渗透自我认知与自信心培养的发展路径

(一) 精准研判学情引导自知

教师要将学情研判当作教学展开的前提,依靠系统的调研、常态化的观察以及个性化的交流,全方位地把握学生认知根基、心理特征、成长环境和自我认识的不足。在研判过程中教师要抛弃统一化的评价标准,重视对学生的个体差异进行准确地把握,创建个性化的学情档案,及时跟踪学生自我认知的变化情况^[6]。根据研判的结果,教师要针对学生的认知情况来设计相应的认知引

导方案,使学生能够客观地认识自身的优点和不足,理清自己的定位,逐渐形成清晰的、理性的自我认知,从而摆脱认知模糊的困境,为自信心的培养打下基础,达到认知引导与学生实际需要的精准对接。

以《反对党八股》为例,在课堂中,教师要根据课文对形式主义的批判和实事求是文风的倡导核心知识点,了解学生表达逻辑混乱、内容空洞的问题以及部分学生因为表达能力差而产生的自卑感。教师在教学中要根据学生的实际情况来引导学生研读课文中对于“空话套话”的批判,主要从文中列举出的八个罪状入手,即“空话连篇,言之无物”“装腔作势,借以吓人”等,并结合文本中通俗易懂的论述,使学生明白形式主义文风的危害。然后引导学生对照自身课堂发言、作文写作中语言表达的优势和不足,即部分学生发言时缺少逻辑、内容空洞,部分学生由于害怕表达不当而不敢发言。教师根据学生的认知特点来设计相应的表达训练任务,使学生仿照课文实事求是的文风进行片段写作,在反思并加以实践之后才能确立起自我定位,从而逐步产生对语言表达的自信,使学情研判和认知引导达到精准的结合。

(二) 深耕教材涵育健全人格

教师要改变教材使用观念,冲破重显性知识、轻隐性育人的束缚,把教材当作涵育学生健全人格的主要承载物。教师在教学过程中要充分挖掘教材文本背后蕴含的人文内涵、价值取向和心理引导因素,整理出文本同自我认识、自信心培育之间的内在联系,把隐性的育人资源变成能够落实到教学中的内容。教师要以文本研读为载体,准确解读、深刻剖析,使学生在文本的学习过程中感受自我、反思自我,潜移默化地传递出积极的人生态度和价值观念,实现教材育人价值和自我认知、自信心培养目标的深度融合,发挥教材的隐性育人功能^[7]。

比如在《子路、曾皙、冉有、公西华侍坐》教学中,教师要挖掘出课文中四位弟子各抒己见、孔子赞许曾皙志向的主要知识点,抓住文本里蕴含的个性尊重、自我表达、价值认同的隐性育人要素。教师在教学过程中要引领学生去研读弟子们不同的志向表述,逐个分析子路“愿车马衣轻裘与朋友共,敝之而无憾”的豪爽、冉有“方六七十,如五六十,求也为之,比及三年,可使民足”的务实、公西华“非曰能之,愿学焉”的谦逊、曾皙“莫春者,春服既成,冠者五六人,童子六七人,浴乎沂,风乎舞雩,咏而归”的淡泊,剖析每一个人的性格特点和自我认识。教师根据孔子的“吾与点也”来引导学生理解“各有所长、各展其才”的道理,明白不同的生命追求都是可以被尊重的。同时教师根据文本内涵,引导学生正视自身的个性特点,接纳自己的差异,在解读文本人物的过程中感悟到自我价值,逐步形成健全的人格,实现教材隐性育人资源和自我认知培养的深度融合。

(三) 创新教法关注生命成长

教师要冲破传统单向灌输的教学方式,从学生的生命成长需求出发,革新教学手段,加强教学过程中心灵观照和人文关怀^[8]。教师应重视学生主体地位,创设互动式、体验式的教学情境,搭建起学生发表自我的平台、展示自我的平台、反思自我的平台,让学生在积极地参与中体会到自己的价值。教师在教学过

程中要重视情感交流和心理支持,弱化知识灌输的主导作用,增强对学生产生内心世界关注与回应的能力,尊重学生的个体感受和认知差别,把教学过程变成滋养学生心灵、促进自我认知完善的过程,使教法革新同生命成长互相推动^[9]。

比如,在《谏逐客书》这一课的教学过程中,教师要围绕课文“广纳贤才、反对偏见”的主要知识点,采用新的教学方式,创建互动式的研读环境。教学中教师不能采用传统的逐句讲解方式,而应该引导学生分组讨论李斯劝谏的逻辑和智慧,重点研读文中李斯列举的穆公求贤、孝公变法、惠王称霸、昭王得范雎等历史事例以及“泰山不让土壤,故能成其大;河海不择细流,故能就其深”的比喻,使学生领悟李斯“驱逐客卿不利于秦国发展”的主要观点,体会他的劝谏是严谨的,也是有家国情怀的^[10]。使学生在互动交流中说出自己对于贤才价值、偏见危害的看法,反思自身的认识局限。同时教师结合课文中对于客卿价值的肯定,引导学生反思自己是否存在偏见和自我否定的心理,关注学生内心的感受,给予有针对性的心理疏导,在主动参与的过

程中感受被尊重,逐渐完善自我认知,达到教法创新和生命成长的共同推进。

四、结语

综上所述,本文主要研究中职语文教学中渗透自我认知和自信心培养的相关内容,明确教学过程中存在的学情复杂、认知定位模糊、教材隐性育人要素难掘、传统教法忽视心灵观照、信心缺失致学习动力乏等教育难点。在此基础上,根据中职语文课程特点和教师教学实践,提出精准研判学情引导自知、深耕教材涵育健全人格、创新教法关注生命成长、激发内生动力重塑自信四个开展路径,并结合《反对党八股》《子路、曾皙、冉有、公西华侍坐》等课文内容补充具体的教学案例,明确教师在各个环节的实施方法,为中职语文教学落实人文育人目标、促进学生自我认知完善、自信心培育提供可以落地的实践参考,推动中职语文课程综合育人价值的充分发挥。

参考文献

- [1] 李倩. 中职语文阅读教学中渗透心理健康教育的实施策略[J]. 快乐阅读, 2025, (11): 72-74.
- [2] 林琳. "三全育人"背景下中职语文与德育融合的策略探究[J]. 新智慧, 2025, (17): 56-58.
- [3] 竺欢. 言为心声: 中职语文课堂上的情感表达与心理健康教育[J]. 青春期健康, 2025, 23(12): 137.
- [4] 吴琼英. 探索中职语文教材中的心理健康教育元素[J]. 青春期健康, 2025, 23(08): 118.
- [5] 张鹏庆. 心理健康教育融入中职语文教学情境优化策略[J]. 兰州职业技术学院学报, 2024, 40(02): 70-73.
- [6] 陈美芳. 中职语文阅读教学渗透心理健康教育策略[J]. 广西教育学院学报, 2024, (02): 178-182.
- [7] 陈美芳. 在中职语文教学中有效渗透心理健康教育初探[J]. 广西教育, 2024, (08): 21-23+31.
- [8] 张胜霞. "心""语"融合, 润物无声——心理健康教育在中职语文教学中的渗透[J]. 心理与健康, 2023, (07): 72-73.
- [9] 刘红叶. 中职语文教学中心理教学方法的探索 [C]// 重庆市鼎耘文化传播有限公司. 课程教学与教育管理研讨会论文集(二). 平乡县职业技术教育中心; 2023: 907-911. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2023.041800.
- [10] 杨素红. 中职语文阅读教学中学生心理健康教育研究[J]. 华章, 2023, (01): 60-62.