

Analysis of Strategies for Cultivating and Enhancing Self Management Abilities of Vocational School Students

Xiaoyu Cheng

Northwestern Polytechnical School, Xingping, Shaanxi, 713100, China

Abstract

In the current era, cultivating and enhancing the self-management ability of talents has become an important element affecting the process of personal development. Vocational school students are in an important period of physical and mental development, facing diverse challenges. If students have good self-management abilities, they can often complete their academic tasks more smoothly in school, actively acquire professional knowledge, obtain more sufficient nutrition, and consciously follow a regular life. They can also adapt to the social and campus environment, which is of great help to students' career development and personal growth. The analysis and exploration of strategies for cultivating and improving self-management abilities among vocational school students in this article have practical significance.

Keywords

vocational school students; self-management ability; enhancement strategy

中职学生自我管理能力培养与提升策略分析

程晓宇

西北工业学校, 中国·陕西 兴平 713100

摘要

当前时代背景下, 针对人才的自我管理能力进行培养和提升, 成为影响着个人发展过程中的一项重要元素。中职院校的学生正处于身心发展的重要时期, 他们面临的挑战比较多元, 如果学生具备良好的自我管理能力, 往往能在学校中更顺利地完成自己的学业任务, 主动汲取专业知识, 获得更充足的养分, 也能自觉规律生活, 主动适应社会和校园环境, 对于学生的职业发展和个人成长都有很大帮助。论文针对中职学生自我管理能力培养和提升策略进行的分析探索具有实践意义。

关键词

中职学生; 自我管理能力; 提升策略

1 引言

近些年来, 中国职业教育体系不断更新和完善, 对于中职院校的学生提出了更高的素质要求, 在综合素质体系中自我管理能力是重要的组成, 但当前中职院校学生普遍存在时间管理不善以及缺乏自律性等多元化的问题, 论文提出中职院校自我管理能力培养与提升的策略, 并提供几个案例作为参考。

2 中职学生自我管理能力的的重要性

2.1 有助于提高学习效率

针对中职院校学生开展自我管理能力的培养, 有助于学生对时间进行妥善的安排, 制定出行之有效的学习计划和方案, 认真而自觉地完成各项学习任务, 在实践中学生愿意

自主学习和积极探索, 保障学习的质量^[1]。一般来说, 拥有较强的自我管理能力的学生对自己的行为控制相对来说更严格他们不容易分心, 也不容易拖延时间, 在学习和工作中都能保持高度的专注和全身心地投入。

2.2 有利于培养良好的职业素养

中职院校开展教育工作主要的目的是要培养出掌握专业技术, 有着较高职业素养的综合应用型人才, 而自我管理能力是学生职业素养中的重要组成部分, 特别是涉及自我约束能力、自我激励实施以及自我控制等不同的方面, 都影响着学生未来的职业发展和职业表现。加强针对中职院校学生的自我管理能力培养和提升, 能帮助他们在职业发展过程中遵守职业道德规范, 遵循职业道德操守, 具备团队合作精神, 在有效的自我管理过程中, 更顺利地适应职业环境的变化和丰富的挑战, 让学生具备更高的职业竞争力。

2.3 有助于促进身心健康发展

中职院校是学生成长和发育的关键时期, 这个阶段学生面临着学业压力, 交际压力以及生活压力等不同方面的挑

【作者简介】程晓宇(1984-), 男, 中国陕西兴平人, 本科, 讲师, 从事学生管理、思政教育研究。

战。如果学生在自我管理的过程中有更加卓越的能力,那么他们就更易于正确地认识自己,面对自己的多元复杂情绪,进行正确的调节和合理的处理,应对多重挑战,同时自我管理能力比较强的学生会更愿意自觉参与体育锻炼和文化活动,保持良好的生活习惯以及耐心的生活意愿,对学生的身心健康都有帮助^[2]。

2.4 有利于提高社会适应能力

在中职院校学生毕业之后往往会进入社会中,在自己的行业中拼搏一片属于自己的天地。进入社会就代表着学生面临更加复杂的人际关系和社会环境,当学生有良好的自我管理能力时,他们会更认真地遵守社会公德和法律法规,会认真参与社会公益活动,提高自己的社会责任感,建立公民意识。同时,自我管理能力比较强的学生在处理人际关系的过程中更加灵活自如,他们愿意积极和他人沟通合作,主动寻找更加舒服的合作方式,更快地适应社会。

3 中职学生自我管理能力培养与提升的策略

3.1 丰富教育内容

中职院校加强对学生的自我管理能力培养必须开展理想信念教育,让学生理解自己的未来发展和国家的前途命运紧密相连,而不是独立存在,吸引学生在学习的过程中奋发向上,不断突破自我,产生较强的学习动力以及创造力,努力实现自己的人生发展目标和方向。要在中职学生培养过程中提高德育工作开展成效,要培养中职学生诚实守信、尊老爱幼、团结友爱等良好的品德,增强中职院校学生的综合素养,使其在日常生活中能够自觉遵守道德典范和规则,实现更有效的自我管理目标^[3]。除此之外,在中职学生自我管理能力培养过程中,必然离不开法制教育的实施,要让中职院校学生真正理解法律法规,增强法律意识,要明白哪些是合法行为,自觉遵守法律,努力维护社会秩序。

3.2 创新教育方法

首先,教育管理需要实现课堂教学以及实践活动之间的紧密结合。开展思想政治教育工作时,教师应该选择形式多样、生动有趣的教学方法,如借助案例分析法、小组讨论法、角色扮演法等不同的途径给学生提供发展的平台,激发学生的学习兴趣 and 竞争意识,同时组织学生参与各类社会实践活动,包括志愿者服务活动,社会调查活动,在实践的过程中增强学生对于思想政治内容的理解,在自我管理的过程中有更多的经验和更高的成就。其次,可以借助于先进的多媒体技术和互联网技术,传递自我管理的重要性内容,加强思想政治教育的实效性,给学生提供一个随时随地学习的空间和场景,学生在网络平台上观看微课、完成作业、参加在线讨论和答疑等不同的活动,都是自我管理能力培养过程中的关键环节,让学生管理成效更明显^[4]。最后,还需要设置模范,发挥榜样作用,在学生群体中,榜样提供了分享有效的自我管理经验和方法的媒介,学生的学习热情会在榜样的带动之下顺利激发,他们更愿意向自己的榜样看齐,强化自

我管理,发挥自我管理培养的显著优势。

3.3 科学制定规章制度

首先,规章制度的制定需要迎合中职院校学生的特点,包括学生的年龄,学生的心理需求,学生的兴趣爱好以及认知水平等,中职院校学生可能更关注和自己的生活密切相关的内容,因此规章制度必须具有可操作性以及针对性,比如说可以制定针对社团活动以及体育活动的规章制度和要求,让学生积极参与这些活动,也能在活动中获得丰富的收获,保证活动的安全性。其次,制定规章制度时应该征求多元意见,来自学生的要求、教师的建议,还有家长的想法,都能作为规章制度中细节完善的重要参考,让规章制度的形成更加民主和公正,还能提高学生对于规章制度的认同感,使之愿意自觉遵守规章制度。比如说可以在学校中召开学生代表大会或发放调查问卷的途径,搜集学生对于规章制度的建议,让学生积极参与到规章制度中,实现自我管理能力培养的要求^[5]。最后,规章制度的建设需要与时俱进,做出革新,随着社会环境的变革,学生的需求变得更多元化,遇到的问题也更加丰富,规章制度要适应新的变化和 environment,如今对于电子产品使用方式和时间的规章制度已经成为中职学校中的重要组成部分,对电子产品的正确使用有助于学生合理使用资源,避免学生沉迷网络,改善自我管理能力培养成效。

3.4 有效实施规章制度

制定好规章制度之后,首先,要保障制度的执行,就需要先对制度进行宣传和教育,确保中职院校的学生了解制度的细则及内容,掌握制度的含义,明确制度中的要求,包括宣传栏宣传以及主题班会宣传的途径都是有效宣传的方法,能让学生的知晓率提高,还可以在宣传过程中结合具体的案例来帮助学生知晓如果违反规章制度可能要承担怎样的后果,是学生更愿意约束自己的行为,避免受到责罚。其次,对于规章制度的严格执行至关重要,需要教师以及管理人员能够以身作则、主动作为、树立榜样、遵守制度,如果学生违反规章制度,就需要对其及时批评和教育,按规定对学生进行处理,帮助学生意识到如果违反规章制度会面临怎样的后果,认识到事态的严重性。最后,需要建立监督反馈机制,通过组建学生会或班级干部等组织,加强对学生的日常行为的监督管控,从而发现学生在生活以及学习中存在的违反规章制度的行为;为方便规章制度的优化和升级,应当建立学生反馈渠道,给出学生的一些意见和想法,让规章制度在执行的过程中更具说服力和灵活性,反映出中职学生自我管理能力培养的效果。

4 中职学生自我管理能力培养与提升的案例

4.1 班级自主管理模式

某中职院校的一个班级推行班级自主管理模式,主要的流程包括:通过班级内所有学生的民主选举来构建班委会组织,明确班委会中每一个班干部的职责分配以及范围,其中班长负责的是整个班级的整体协调管理,学习委员负责

的是学习活动的组织以及学生学习的督促,生活委员负责的是班级卫生管理以及其他的一些日常事务。在此基础上制定详细的班规,涵盖考勤制度、卫生标准、课堂纪律、成员责任等不同的环节,班规的制定依靠学生的共同参与,这个过程增强了学生的责任感和使命感,建立了规则意识,也让学生更愿意自觉遵守班级规则。开展班级活动时,主要是由学生来实现组织和策划,包括主题班会、志愿者活动以及文体比赛,都能够让学生分工合作,并做好时间管理,对其中存在的问题进行有效的解决,班级自主管理的应用实现了最大化。通过一段时间的实践该班级学生的自我管理能力显著提升,课堂纪律相对较好,班内环境卫生较为整洁,学生的积极性也有所提升,在学生共同管理班级的过程中,他们的沟通合作能力以及领导能力都得到了锻炼。

4.2 社团活动中的自我管理

中职院校通常会组建各种各样的学生社团,吸引志同道合的学生形成一个强大的整体,产生凝聚力。比如说某中职院校的一个摄影社团,就在专业教师的指导之下开展社团的自我组织管理,社团中推选出社长、副社长以及各部门的负责人员,配合完成活动的组织以及财务管理,还有技术培训等多个方面的工作,在这样的环境之下,社团成员共同制定了社团的章程以及不同时间的活动计划安排,包括摄影讲座活动、外拍活动以及摄影作品展览活动,这些活动的开展都需要社团中的成员自己安排时间,选择场地,协调方案,准备设备,做好宣传,对于每一个社团成员来说都是重要的经验。例如,在某次社团组织的外拍活动中,需要学生提前做好准备工作,包括选择摄影地点,准备摄影器材,安排摄影时间以及摄影成员的组织和选择,完成摄影过程需要成员之间相互沟通和交流,共享专业摄影技术,展现积极的摄影状态和成果。在完成活动之后,同学之间会对拍摄的作品进行相互交流和整理评选,选拔出其中优秀的作品来参加展览活动,借助于摄影社团的自我管理活动,同学之间的交流更加密切,每一个学生的摄影技能得到了精进,也有效增强了学生的自我管理能力和团队合作能力。

4.3 个人成长计划的制定

中职院校是人才的聚集地,为了有效实现自我管理的

任务和要求,某位中职院校的学生制定了个人成长计划和安排。具体而言,首先是设定学习目标,该学生的目标是在本学期内提高自己的专业成绩,获得奖学金,为实现这个目标制定了详细的计划,每天都会安排一定的时间来完成预习、复习并认真完成作业,学生还主动参加学校的课外辅导活动,参与学习小组和组内的学生共同交流探索经验。从生活的角度则决定养成良好的生活习惯,他每日都会早起,安排一定时间锻炼自己的身体,强健体魄,增强体质,并在饮食方面保持高度的自律,遵循健康的饮食食谱,在作息上也尽量做到早睡早起,同时,学生还学会了自己管理零花钱,制定预算计划,防止一些不必要的消费。此外,该学生还积极参与学校的社团活动以及志愿者服务活动,在团队合作的过程中,他和其他的学生之间积极交流,耐心地倾听他人的意见和想法,与同学之间形成了紧密良好的合作关系。在一定时间之后,该学生的自我管理能力得到了显著的提升,个人成长计划的完美执行体现出了明显的成效,包括学习成绩的提高,生活的规律以及与他人交流的顺利,该学生变得更加自信和开朗。

5 结语

实践中加强针对中职院校学生的自我管理能力培养,有助于提高学习效率,形成良好的职业素养,促进身心健康发展,针对自我管理能力培养与提升策略的分析,可以为中职院校学生的成长和发展创造更加有利的条件,培养出综合素质水平更高的优秀人才。

参考文献

- [1] 孔倩.高职学生自我管理能力培养与提升策略[J].现代职业教育,2024(28):169-172.
- [2] 李雪晴.班主任工作中培养高职学生情绪自我管理能力的策略研究[J].山西青年,2021(18):185-186.
- [3] 马鹏.初中班主任管理工作中培养学生自我管理能力的策略探析[J].求知导刊,2024(17):146-148.
- [4] 高丽丽.小学高年级学生自我管理能力的提升策略研究[D].贵阳:贵州师范大学,2024.
- [5] 朱晓霞.新时期中职学生自我管理能力的培养现状与优化策略[J].学周刊,2024(29):25-27.