

初中生心理健康教育中实施 基于积极心理学理论的团体辅导的价值

郑世文

(湛江市遂溪县建新初级中学 广东 湛江 524000)

[摘要] 随着新课程改革的不断深入推进,对我国当前的初中教学模式提出了全新的要求,学校教育在关注学生学习成绩的同时,还应注重学生身心健康发展与德育教育的培养。教师是学校教育的执行者,教师的教学理念与教学方法直接影响着教学效果与要求,以人为本,以立德树人作为教学工作的重点和目标,将初中学生的德育教育与心理辅导放在教学工作的重要位置,在提升学习效果的同时帮助学生形成良好的道德观念与行为习惯,打造身心健康的新时代学生。本文通过对初中生心理健康教育中实施基于积极心理学理论的团体辅导的价值进行探究,为初中教学工作的开展提供思路。

[关键词] 初中生;心理健康教育;积极心理学;团体辅导

党的十八大将“立德树人”作为我国现代教育的重要任务,2018年5月2日,习近平总书记在北京大学师生座谈会上强调:“要把立德树人的成效作为检验学校一切工作的根本标准,真正做到以文化人、以德育人,不断提高学生思想水平、政治觉悟、道德品质、文化素养,做到明大德、守公德、严私德^[1]。”这一核心理念的提出,为当前的初中教育工作指明了方向。所谓立德树人,要求学校教育应对学生的思想、道德、行为和心理的发育提供有效引导,促进学生良好行为习惯和思想品格的养成。初中阶段的学生,正处于价值观念形成的关键时期,教师在教学工作中的积极引导和科学辅导,可以帮助学生形成正向的价值观念,养成积极、健康的学习及生活习惯,提升个人修养与综合素质,为学生的未来发展奠定坚实基础。

一、实施基于积极心理学理论的团体辅导的原则

(一) 主体性原则

所谓的主体性原则,是指初中教学工作的开展应充分尊重学生在教学中的主导位置,以学生的发展需求作为教育工作的方向和目标,针对性进行教学设计。教师应转变思路,改变传统教学中以教师为主导的灌输式教学模式,充分发挥教师的引导与辅助作用,关注学生的身心发展与德育教育,从而实现立德树人的教学目标。

(二) 个性化原则

在初中德育教育与心理健康教育的实践过程中,教师应充分考虑学生的年龄特征与认知程度,采取与之相对应的教学手段开展教学工作,避免德育教育与心理健康教育流于形式,无法发挥其真正作用。此外,教学工作的开展应当本着因材施教的原则,尊重不同学生的性格差异、思维能力差异、接受能力差异,针对性的开展个性化教学工作,深入了解不同学生在德育教育与心理健康教育中的需求,因材施教方能有的放矢,达到理想效果。

(三) 引导性原则

德育教育与心理健康教育的开展,不同于日常的学科教学工作,需要以柔性的引导和帮助代替硬性强制性教学,教师应充分发挥教育工作中的引路人的角色,深入学生当中,了解学生的心理发育状况及德行修养情况,通过潜移默化的影响帮助学生树立正确的价值观念、促进学生个人道德素养及行为习惯的提升。在这个过程中,教师应充分尊重学生的需求,理解学生的行为动机及心理动机,以柔和、轻松、尊重、理解的原则进行教育工作的开展,在良性的师生互动中促成教育结果的提升。

二、初中生心理健康教育中实施基于积极心理学理论的团体辅导的策略

(一) 注重学生德育教育与心理健康教育的有效结合

1 提升德育教育与心理健康教育的力度

学校应当不断提升对初中生心理健康教育与德育教育的重视程度,转变传统的教育观念,以创新的思路看待当前的初中教学

工作,顺应新课程改革及素质教育的全新要求,将学生的实际需求与发展需要放在教学工作的首位,在关注学生学习成绩提升的同时,加强对学生身心发展与德行培养的的力度,将立德树人放在教育工作的首位,为学校教育工作的开展提供有效的理论支撑。

2 建立良好的德育教育与心理健康教育的氛围

在日常的教学工作中,教师应注重为学生营造良好的德育教育与心理健康教育氛围,尊重学生的心理发展状态,深入学生当中,倾听学生的心声,转变传统教学模式中教师权威、严肃的刻板印象,加强师生间的交流与沟通,建立健康良性的师生关系,建立学生对教师的信任,为德育教育与心理健康教育工作的开展奠定基础。

3 采用多种方式强化德育教育与心理健康教育的效果

随着信息技术的快速发展,带动了教育手段的创新和变革,教师应与时俱进,不断更新德育教育与心理健康教育的手段和方法,从而促进教育工作的有效落地。改变传统教育中以理论知识为主的灌输式教育方式,开展丰富多彩的德育教育及心理健康教育活动,利用多媒体教学手段丰富德育教育与心理健康教育的形式和内容^[2]。如利用视频、电影、动画等形式,组织观看德育教育相关的内容,举办“身边的感动——学习优秀道德楷模”的主题活动,组织学生观看道德模范事迹展播,举办“德育教育从我做起”作文竞赛等,通过这样的活动激发学生的兴趣,引导学生在亲身的感受中学习这些优秀人物身上的优秀品质,促进德育教育与心理健康教育的有效开展。

(二) 以身作则,重视教师的榜样力量

教师是教学工作的引路者,教师的言行举止会直接影响学生的行为与习惯,因此在日常的教学工作中,教师应当以身作则,充分发挥自身的示范和带头作用,以严格的道德和职业标准要求自己的言行,以实际行动影响学生,以达到以己度人、教书育人的作用。恪守爱岗敬业的优秀职业品质,关心、尊重学生的需求,以亲切和蔼的姿态对待每一位学生,以春风化雨的精神看待当前的教学工作,从自身出发,潜移默化影响学生的行为习惯,引导学生建立正向的价值观念,形成良好的道德品质,促进“立德树人”理念在教学工作中的渗透。

(三) 注重对学生价值观念和行为习惯的养成和纠正

初中阶段的学生,正处于青春期的萌芽阶段,价值观念尚未完全形成,内心较为敏感,渴望尊重和理解,同时也容易受到周围环境的影响,因此教师应加强对学生价值观念和行为习惯的培养和纠正,帮助学生在人生的关键阶段树立正确的世界观、人生观、价值观。学生的行为习惯是通过长时间的学习及生活逐渐积累而形成的,因此德育教育与心理健康教育应当把学生价值观念和行为习惯的指导工作放到日常教学的方方面面,无论是学生的学习习惯,还是生活习惯,都应当给予充分的引导和帮助,及时纠正学生的不良行为,在长期的学习及生活中,润物无声的促成学生个人修养和综合素质的提升。

(下转第38页)

的,在学校生活中,教师应该在学生出现问题时及时教育批评,在生活中发现问题,解决问题,从实际生活中引入教育,有利于提高学生应用和处理问题的能力,有利于加强学生们对德育教育的重视,有利于帮助学生解决问题,从而提高学生的德育感。

在小学阶段,学生的身心尚未成熟,仍然会被外界所迷惑,受到不良的影响,例如有的小学生说脏话,认为这样做很酷,有的为了得到家长和老师的认可考试作弊,还有一些学生自私自利,不守纪律,存在许多潜在的不良道德问题。作为小学班主任,在犯了错误的时候应该提出批评,不能抱着大事化小,小事化了的心态,认为学生还小,有些错误是在所难免的,只有及时制止,才是对孩子们最大的帮助。当然,班主任要将最近存在的问题记录下来,围绕学生的问题在班会中进行讨论分析,从实际问题出发,提高教学的实际性和有效性,将德育教育落到实处。

我认为,虽然现在许多教师都主张摒弃灌输思想,鄙视以往的灌输教学模式,但是实际上大多数教师还是以老师讲授,学生只能被动的接受,德育教育的开展也会遇到这样的问题。没有创新思维的教育是失败的,因人而异的思想应该体现在德育教育工作中,如果不突出学生的主体地位,一味地墨守成规,学生的自主性会大大降低,教学效率也会遇到问题。

因此,我认为班主任在德育教学的过程中应该尊重学生的主

体地位,以人为本,使得学生在教学目标的指引下,让学生自主学习。在这个过程中,学生是德育教育的中心,教师只是管理者和组织者的作用,利用多种学习环境充分调动学生的积极性,学生要自行寻找知识,独立思考,将理念与实际相结合,体会到教育的实际作用。班主任在适当的时候加以引导和帮助,培养学生解决问题的能力 and 判断对错的能力,从而加深学生们对德育的理解,形成正确的价值观。

总而言之,在小学德育教育中,班主任要跳出常规的思维圈子,通过多种多样的活动调动学生的自主性,潜移默化的灌输正确的品德教育,让学生们在享受学校生活的同时,真正做到学有所用。

[参考文献]

[1] 唐克宇. 浅谈新形势下小学德育教育[J]. 中国校外教育, 2017(29): 104+107.

[2] 黄春丽. 浅谈提高小学德育工作实效性的对策[A]. 教育教学研究, 2017: 2.

[3] 高俊云. 对小学德育有效管理的几点思考[J]. 中国校外教育, 2016(11): 3.

[4] 罗亮梅. 高校思想政治理论课德育教育现状和改进策略[J]. 继续教育研究, 2018(05): 88-91.

(上接第 52 页)

1. 家校共育, 打造良性的教育环境

学校教育应当与家庭教育进行紧密的结合,通过集合二者之力,发挥 $1+1>2$ 的作用,教师应树立合作意识,加强与家长的联动和沟通,引导家长将家庭教育与学校教育工作进行有效结合,在家庭教育中增强对学生行为习惯及价值观念的培养,加强家庭教育与学校教育的融合,共同促进学生良好行为习惯和价值观念的养成。如教师可以在班级中设立“家庭参观日”,鼓励家长到校深入了解学生在学校的学习及生活情况,掌握学生的心理及行为发育状况,通过有效的沟通机制,促进家校共育;教师还可以鼓励家长通过学生在家庭生活中的行为塑造,促进学生良好行为习惯的养成,如鼓励学生在家庭中养成自己的事情自己做的习惯,形成独立解决生活问题的能力,开展“为父母做一件力所能及的事”的活动,通过丰富的形式引导学生积极参与,从而促进家校共育打造学生良好德行的有效开展 [3]。

2. 注重对学生行为和习惯的纠正

教师在日常的教学工作中,应当注重对学生行为习惯的培养和纠正,在学科教学工作之余,关心学生的心理及行为发展情况,针对一些不良习惯及时进行纠正和引导,通过多样化的手段鼓励学生重视自身行为对自我发展道路的重要作用,从而从根本上认识行为习惯的重要性,促进个人良好行为习惯的养成。如教师可以采取“班级责任轮流制”的制度,将班级的日常管理、卫生、纪律等工作以岗位轮流制的形式下放权力,鼓励学生积极参与到班级的管理当中,通过亲身实践和感受,提高学生的行动力和执行力;又如教师可以开展“读国学、学礼仪”的活动,通过国学经典诵读,学习国学中的礼仪规范,从而促进学生良好行为习惯的养成。

(四) 加强对学生心理健康的疏导

随着社会的快速发展,人们的生活水平不断得到提升,但快

节奏的生活也带来了人们精神世界的贫瘠和空虚,造成了社会情绪问题的频繁发生。近年来,我们经常可以在新闻中看到学生因为情绪及心理问题产生极端行为的报道,这引起了学校教育对学生心理健康的关注。初中阶段的学生,内心较为敏感,存在一定的叛逆心理,加之社会复杂多变的诱惑,很容易给学生带来影响。因此教师应加强对学生心理状态的关注,本着理解、尊重、平等、沟通的态度,为学生建立平等对话的机会和平台,在日常的教学工作中,关心学生的心理及情绪问题,用心倾听学生的心声,针对学生在学习及生活中的苦恼和困难,以真诚的心和温和的态度帮助学生积极寻求解决方案。从自身角度,加强对学生心理发育的研究和学习,掌握一定的学生心理疏导及处理技巧,从而切实帮助学生解决实际问题,促进学生的身心健康发育。

三、结束语

初中生心理健康教育中实施基于积极心理学理论的团体辅导工作的开展,应当本着以人为本、立德树人的原则,强化教师在教育工作中的引导和协助作用,以身作则为学生树立良好的榜样力量,加强与学生的沟通,尊重和倾听学生的心声和需求,强化家庭教育与学校教育的有效结合,帮助学生形成积极正向的价值观念,养成良好的行为习惯,从而促进身心健康发育,为学生个人修养与综合能力的提升奠定基础。

参考文献

李月琴. 浅析初中生德育与心理健康教育的融合[J]. 教育教学论坛, 2018, (30): 223.

麻超, 潘丽君, 吴雪. 中小学心理健康教育的德育功能研究[J]. 兵团教育学院学报, 2016, (01): 19.

[3] 彭迪锋. 初中德育教育的创新教学方法分析[J]. 学周刊, 2017, (25): 69.