

# 指向学生心理健康的初中家校共育多元路径研究

李佳 王一帆 白利冉

郑州市第四初级中学

**摘要:**在当前社会和教育环境复杂多变的背景下,初中生面临学业、人际、自我认知等多重挑战,心理健康问题日益凸显,成为社会研究热点。家庭与学校作为学生发展的两大核心环境,其协同育人效果直接关乎学生心理健康。因此,文章深入剖析初中生心理健康现状及需求,揭示家校共育的巨大作用,并提出一系列可行多元路径,旨在提升学生心理素质,促进健康发展,同时建立和谐家校关系与良好教育生态。

**关键词:**学生心理健康;初中家校共育;多元路径

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2025.04.117

## 引言

家校共育,是促进学生心理健康成长的关键方式,家校共育效果的好坏直接关系到学生能否健康成长。但目前家校合作开展初中心理健康教育工作还存在着很多问题,如家长参与程度较低、合作机制不够完善等等,严重限制着家校共育工作成效。为此,文章旨在通过对初中心理健康教育家校共育现状进行分析,有针对性地提出优化对策,希望能够对家校合作起到一定的借鉴作用。

## 一、家校共育对初中生心理健康发展的意义

### (一)有利于促进情感支持与理解

初中阶段,学生正值身心迅速成长的关键时期,面临学业压力、同伴关系和自我认知方面的诸多挑战。因此,学生迫切希望从家庭与学校两个层面获得感情上的支持与理解。家庭是学生最为温暖的港湾,它可以提供无条件地关爱和接纳,学校通过师生关系和同伴关系向学生提供更广泛的社会支持。家校共育以增强家庭和学校的交流与合作来保证学生能够在各种情境下得到足够的情感关注与理解。这一支持既有利于学生积极自我认知的养成,又可以提高其心理韧性,让学生在遇到困难与挑战时能保持一种乐观顽强的心态。与此同时,家校共育也可以促使家长与教师深刻认识学生心理状态,以便于采取更加有效的教育策略,为学生的心理健康发展打下坚实的基础。

### (二)有利于强化心理韧性培养

所谓心理韧性,就是当个体面临生活压力、逆境或者挑战时能主动调适,有效回应和回复乃至超越原有状态。学生在初中阶段开始面对更加复杂多样的生活环境与学习压力,因此,心理韧性培养变得非常重要。家校

共育将家庭和学校教育资源有机结合起来,给学生提供了全方位、多层次成长环境。以家庭为基石的情感支持可以教会学生直面挫折、驾驭情感,形成乐观的生活态度;为了提高学生的压力应对能力、团队合作精神和问题解决技巧,学校采取了如开设心理健康教育课程和组织团队活动等多种方法。家校之间密切协作,有针对性地设计与实施心理韧性培养方案既有利于学生积极应对机制的养成,又有利于促进其社会适应能力与自我成长潜力的发挥,为今后学生心理健康,全面发展打下坚实基础。

### (三)有利于优化心理健康教育资源

心理健康教育资源指能促进学生心理健康发展所需要的全部物质条件和精神条件之和,它包括但不限于仅限于专业师资、教学设施、课程内容和心理辅导服务。初中阶段学生处在心理发展关键期,对于心理健康教育资源需求特别迫切。家校共育以建立家庭和学校的密切合作为手段,对心理健康教育资源进行有效的整合和共享。一方面,家庭是心理健康教育第一课堂,可以提供个性化情感支持与心理辅导以弥补学校教育缺失;另一方面,学校作为专业教育机构具有更丰富的心理健康教育资源与专业师资,可以给学生提供更系统、更科学的心理健康教育。家校之间通过共享资源、取长补短,共建全方位、多层次心理健康教育体系,使学生心理健康发展有更充分的保障、高质量的资源保障有效地促进了学生心理的健康全面成长。

## 二、指向学生心理健康的初中家校共育多元路径的优化对策

### (一)深化家校合作理念,共同营造和谐氛围

为切实促进学生心理健康,深化家校共育、创新合

作理念就变得非常重要。一是要从根源上加深家校双方对于合作意义的理解。目前,家校合作这一理念虽然已经逐步得到了人们的普遍认同,但是,在具体操作层面上,还存在着观念上的偏颇与误区。为此,学校和家庭要通力合作,采取定期召开家长会、工作坊、演讲等方式加强家校共育思想的传播与推广,以保证双方能够深刻认识到这一思想的内涵和价值。基于此,家校之间要共同构建和谐活跃的合作氛围。家庭作为学生发展的第一课堂,父母的态度与行为都会给学生带来深刻的影响。学校应当起到领导和引导的角色,通过开放校园和邀请家长参加学校的各种活动,来加强家长对学校的归属感和认同感。同时,建立家校沟通平台,如微信群、家校联系手册等,确保信息畅通,及时反馈学生情况,形成家校共育的良好循环。

例如,初中学校为了深化家校合作,特别策划了一系列“家校共读”活动。学校精选家庭教育、心理健康、亲子沟通、家校合作等系列图书,鼓励父母和学生一起读书。每周学校都要安排线上线下分享会议,家长与学生们共同探讨书中内容、交流感受与体会。在这一过程当中,父母不仅学会了很多家庭教育的实用技巧,而且也深刻地认识到与子女交流的重要作用和家校合作对子女发展所起到的至关重要作用。同时,学校也请家长们参与这些分享会的安排与规划,使家长们成为此次活动中的主人翁。这类活动在深化家长对于家校合作理念认识的同时,也提升了学生对于学校归属感与认同感。通过这一做法,家校间合作氛围更加融洽和积极,对学生健康成长起到了大力支持作用。

### (二) 设立协调互动机构,确保机制顺畅运行

为了更有效地推动初中家庭与学校共同教育在促进学生心理健康方面的贡献,建立一个专门负责协调和互动的机构变得尤为重要。该机构应发挥家校沟通桥梁作用,保证双方在学生心理健康问题上及时有效沟通。一是协调互动机构要专业性强。这就决定了它的成员既要掌握丰富的教育学、心理学知识,又要熟悉初中生心理发展的特点,从而能准确地识别并应对学生心理健康中可能出现的各种问题。机构成员可透过经常性的训练与学习,不断提高专业素养,以更能服务家校共育。二是协调互动机构要建立健全沟通机制。包括家校定期联席会议、线上交流平台和紧急联络机制。家长与学校可通过上述渠道对学生学业表现、行为变化和情绪状态进行

深度沟通,并联合制定有针对性干预措施。与此同时,该机构还应负责搜集、整理家、校各方意见与建议,以便后续决策与完善。

学校成立了“家校心理健康协作中心”,中心成员包括教育学和心理学出身的专业教师和有经验的家长代表。这些会员不但具有坚实的专业知识,而且对初中生的心理发展特点也有深刻了解。为保证机构专业性,该校定期举办会员专业培训、工作坊等活动,并特邀心理健康教育领域专家授课、辅导,以不断提高会员专业素养与实践能力。从沟通机制上看,“家校心理健康协作中心”已建立完善家校定期联席会议制度,每个月至少举行1次,共同研讨学生心理健康状况、交流成功事例、研讨问题与挑战。除此之外,该中心还采用了在线交流工具,例如,微信群和QQ群等,以促进家庭和学校之间的实时信息交流和共享。针对应急情况,该中心也建立了全天候的应急联络机制,以保证家、校双方都能够第一时间作出反应。

### (三) 健全心理健康教育体系,关注学生心灵成长

在提倡家校共育工作中,完善心理健康教育体系,是增进学生心理健康成长的核心环节。该系统既涉及学校内部心理健康教育的课程和活动,也涉及家庭环境对心理健康的支持和指导。一是学校要建构心理健康教育综合课程体系。包括设置心理健康教育专项课程和把心理健康教育纳入日常学科教学。课程内容主要涉及情绪管理、人际交往和自我认知几个层面,其目的是帮助学生树立正确心理健康观念和促进其心理调适。二是学校要经常举办心理健康讲座、心理剧表演和心理团辅。这些活动既可以给学生搭建一个实践心理健康知识的舞台,又可以加强其团队协作能力以及社会适应能力。同时学校还应设立心理健康咨询室对学生进行一对一咨询,以帮助学生解决特定心理问题。

学校在心理健康教育体系的构建上做出了积极探索。该校不仅开设心理健康教育专项课程,把情绪管理、人际交往、自我认知等核心要素纳入日常教学中,而且创新研发心理健康教育综合课程体系。这一课程体系既包含基本心理健康知识的教学,又融合角色扮演和小组讨论互动环节,使学生通过参与加深理解并学会应用所学知识去解决现实问题。另外,学校还经常开展心理健康讲座、心理剧等演出活动。在心理健康讲座上,该校特邀知名心理学家深入浅出地向学生们阐述如何处理考试

焦虑、压力管理等问题,气氛活跃,学生们表示获益匪浅。而且在心理剧演出时,学生通过自编、自导自演,把生活中碰到的心理健康问题搬上台面,以艺术的手法来抒发内心的情感,既加强自我认知又学习求助与支持的方法。

#### (四) 实施因材施教策略,推动个性化教育发展

因材施教是指针对学生个体差异、兴趣特长和心理需求为学生量身定做以促进学生全面发展和心理健康为目标的教育方案。一是因材施教策略需要教育者对每一个学生具体的情况有一个深刻的认识。其中涉及学生学习能力、兴趣爱好、性格特点、家庭背景等诸多要素。文章采用家访、问卷调查和心理测评相结合的方法,实现了家校之间对学生相关资料的联合搜集,并为之后教育决策的制定提供基础。二是因材施教策略突出家校共育协同。家庭作为学生发展的第一课堂,家庭的教育理念与模式对学生心理健康产生了深刻的影响。所以,学校在贯彻因材施教策略的同时,要主动和家长进行交流,引导家长们建立正确的教育理念,促使家长们参与到子女的学习进程中去,一起关注子女的心理健康状况。

学校在贯彻因材施教策略的过程中,通过家访、问卷调查、心理测评等形式充分收集学生有关信息。教师通过家访对学生家庭背景、成长环境以及父母教育理念等方面进行深入细致的调查;通过问卷调查,学生得以明确地表达他们的个人兴趣、学习上的挑战以及心理上的需求;但心理测评给学生一个科学、客观地分析心理状况的方法。这些数据的收集为此后的教育决策奠定了坚实基础。学校根据学生的具体情况,主动和家长交流,一起制订个性化教育计划。如针对一个学习有困难却又爱画画的学生,校方和家长一起讨论,确定了课下安排特殊辅导时间让专业教师辅导他学习,在激励他不断培养绘画特长的过程中,用兴趣来引领学习。另外,该校经常举办家长沙龙,请专家向家长阐述因材施教的思想与方法,指导家长树立正确教育观念,主动参与孩子的学习与成长,一起关心孩子的心理健康状况。

#### 结语

文章在分析当前初中心理健康教育家校共育现状的基础上,指出其中存在的部分问题,提出深化家校合作理念、建立协调互动机构、完善心理健康教育体系、推行因材施教策略的优化策略。这些应对措施

的落实,有利于促进家、校之间的密切合作、共同关心学生心理健康成长、推进个性化教育落实。同时这些应对措施对其他学段与领域开展教育合作有一定的参考与启发。在今后的发展过程中,家与校之间要不断加强协作,不断地创新教育模式与手段,为学生健康发展贡献出更大的智慧与力量。

#### 参考文献

- [1] 陈秀珍. 家校共育视觉下中小学生学习心理健康教育路径初探[J]. 今天, 2023(19): 0237-0239.
  - [2] 陈姗姗. 家校共育向阳而生——湘乡市东皋学校心理健康教育的探索与实践[J]. 湖南教育(A版), 2024(2).
  - [3] 薛丽丽, 胡顺宝. 家校共育视角下初中学生心理健康教育策略研究[J]. 百科论坛电子杂志, 2024(10): 222-224.
  - [4] 刘继荣. 家校共育视角下中小学生学习心理健康教育路径探析[J]. 当代教研论丛, 2023, 9(1): 59-62.
  - [5] 王世红. 家校共育促进学生心理健康发展[C]// 2023教育理论与管理第二届“高效课堂和有效教学模式研究论坛”论文集(二). 2023.
  - [6] 刘莹, 崔淑娟. 家校共育促进学生心理健康成长的探索和尝试[J]. 新课程·小学, 2018(8).
  - [7] 周茹, 邹雨含. 家校共育构建学生心理健康教育模式的探索[J]. 大连教育学院学报, 2019, 35(1): 77-79.
  - [8] 马保平. “双减”背景下初中生心理健康家校共育策略分析[J]. 中学课程辅导, 2022(31).
  - [9] 张丽. 生命教育在家校共育中的融合策略探析[J]. 教学管理与教育研究, 2022(10).
  - [10] 苗国晶. 家校共育, 帮助初中生心理健康成长[J]. 天津教育, 2022(6).
  - [11] 马修. 新课改下初中生心理健康教育与家校共育模式探究[J]. 试题与研究, 2021(10).
  - [12] 马谔. 城郊学校初中生心理健康成长家校共育模式研究[J]. 吉林教育, 2019(32).
- 作者简介: 李佳, 女, 1969.07, 河南省信阳市, 汉, 本科, 中小学高级, 研究方向: 班级管理、语文学科教学。王一帆, 女, 1990.03, 河南省长葛市, 汉, 本科, 中小学一级, 研究方向: 班级管理、英语学科教学。白利冉, 女, 1991.03, 河南, 汉, 研究生, 中小学一级, 研究方向: 学科教学。