

# 让心理健康教育走进初中语文课堂教学的路径探究

辛星

江西省宜春市万载县仙源乡仙源初中

**摘要：**随着素质教育理念和新课程改革进程的不断深化、加快，更多的初中语文教师逐渐对本门课程的多维资源融合模式的研究投来了关注的目光，相应的教育改革思路、策略也不断出现并取得了颇为可观的实践成果。结合以上事实和总体趋势，笔者将具体结合对相关领域理论著述的学习以及个人既有的工作经验，通过案例分析、课程观摩、文献查阅以及访谈等路径获取必要资讯，具体结合“让心理健康教育走进初中语文课堂教学的路径探究”一题撰写本文，针对这一方面长期存在的一系列问题提出相应的策略性建议，以期能够给初中融合教育的向好建设带来一定的帮助。

**关键词：**初中语文；心理健康教育渗透；意义；问题；策略

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.08.200

## 引言

初中语文在本学段课程体系中具有很强的融合性和人文引导性，对于学生社会意识、价值理念、心理人格和主观情感的有机培养、完善而言有着十分重要的作用。随着青春期的到来以及现代社会文化的不断发展，越来越多的初中生逐渐在心理层面呈现出复杂的构建态势并表现出了不一而足的心理问题——这就意味着对于这一群体的心理健康教育是非常重要的。因此，广大初中语文教师应当着眼于人文教育和融合教育的复合理念，立足于本门科目的基本教育体系来开展、完善心理渗透教育活动，以此来促动学生心理素质的正向形成、提升并实现课程教育综合成果的实质性巩固、扩大和优化。

## 一、初中语文教学中融入心理健康教育的意义

一如笔者之前所提及的，初中语文的课程包容性是十分突出的，能够以多元化的模式和路径去实现对不同领域知识、技能项目的兼容。通过在初中语文课程中融入心理健康教育，学生们一方面可以有效丰富自己的语文学习项目和方式、方法，另一方面也能够在内化常规知识项目的同时为自己提供塑造健全心理、积极态度和正面价值观的多维资源，以复合性的模式来推动有关信息成分的融合、消化进程，继而在本质层面培养、强化学生们的语文能力同时实现自身综合素质的有效攀升。

从另一个角度来看，通过在初中语文课程中渗透心理健康教育内容，有关课程的任课教师也能够在学习、研究和反思等诸多环节的工作过程中以更为深入的基点来探索、实践融合有语文与心理健康教育项目的策略、方法和案例，一来有助于教师在具体教学活动中提出更

有针对性的对标于初中生群体的心理健康发展建议，二来还可以通过更加灵活的方式来进一步提升自己的综合专业素养。

更为重要的是，我国基础教育的全面改革也能通过这种教育整合来快速建立、健全更为完备的实施模式并积累宝贵经验、树立正确范本——这些都将成为未来本学段其他课程和教育项目的有效整合、持续发展提供强有力的赋能。

## 二、初中语文教学中融入心理健康教育的问题

虽然将初中语文教学与心理健康教育紧密结合已成为一项广受业界关注的教育课题，但笔者在调研当中发现，直到今天，仍旧有许多任课教师在这项工作的具体实施过程中还存在着很多问题。

首先，课堂资源的整合不足。部分初中语文教师在主观层面仍旧将语文和心理健康视为两个互不相关的教育模块，过分依赖于直接引入外部的心理健康资源去做机械拼凑，忽视了从语文教学资源的“基本盘”当中挖掘、整合对应的教育元素，继而导致学生们在心理健康方面几乎要“白手起家”，十分不利于两种教育活动的有效融合和相互促进。

其次，教学方式过于单一。初中语文与心理健康教育的有效融合必须以一个体系性的教学策略来作为支撑。然而在实际执行过程中，为数不少的任课教师在课堂教学当中还没有建立起真正的多元性策略保障框架，大大制约了有关教育活动在塑造学生个人兴趣和团队合作能力等方面的执行效果，同时也严重阻碍了心理健康教育融合活动的内化进程。

最后，课外资源整合不充分。相当数量的初中语文教师在引入课外心理健康教育资源时往往倾向于那些“专业性”颇强的资源，却没有考虑到相关资源与语文教育基础项目之间的关联性——这就在客观层面上使得学生们在主观层面无法将心理健康与语文学习活动有机统筹起来，继而大大影响了相关教育的整体开展效果。

### 三、初中语文教学中融入心理健康教育的策略

(一) 借助课内资源实现语文教学的心理健康教育渗透

#### 1. 结合课文事件开展心理健康教育

教材中精选的课文是初中语文教学的核心“原料”，这些文章不仅展示了作者的文学才华，还蕴含了丰富的启发性故事和心理健康教育资源。鉴于此，初中语文教师在融入心理健康教育时，不仅要指导学生有目的地搜集、分析和欣赏课文的叙事结构和关键情节，更要引导学生深入探索和理解文本中蕴含的积极心理元素。这有助于学生结合自己的阅读体验和生活背景，更主动、深入地理解和吸收课文中的心理健康教育内容，为提升他们的心理素质打下坚实的基础。

以部编版初中语文七年级下册中《谁是最可爱的人》这一篇课文的融合教学设计为例，教师可以通过这篇课文所表现出的“抗美援朝”战争这一背景事件以及其中所涌现出的黄继光、罗盛教、邱少云等英雄角色进行多维介绍的方式，逐步带领学生们全面理解故事背景和人物形象并在这一过程中进一步感受到志愿军战士在与敌人进行殊死搏斗过程中所展现出来的冷静、勇敢的心理素质，以此为素材来对学生进行对应的启发性教育并帮助他们认识到坚强心理素质对个人、集体所能带来的积极影响。

#### 2. 结合课文作者开展心理健康教育

一篇文学佳作如果能够经历漫漫岁月的考验并以“经典”的面貌留存于世人的审美中，其必然不仅仅是辞藻的堆砌和写作技法的机械运用，更需要在其中融入来自作者的真挚情感和独特见解——而这些对于教师的教学活动来说也是不可多得的一笔财富。立足于此，广大初中语文教师需要在设计心理教育融合教学方案的过程中有计划、有目的地带领学生们进一步关注课文作者的生活态度、情感世界、人生历程，逐步通过讲述作者的积极心态、健全人格和良好情绪以及从细节角度去分析课

文中的关键成分等方式来有效引导学生们从更为深入的角度切入去解读、理解作者们的心理状态，以此来使心理健康教育在初中语文课堂中的融合方式变得更为具体、生动，最终大幅度地提升相关教育活动的感染层级。

以部编版初中语文八年级下册中《桃花源记》这一篇文言课文的教学设计为例，教师可以在讲解完课文的基础内容之后进一步带领学生深入了解陶渊明这位“田园之祖”的人生经历：陶渊明迫于生计而有过一段“执宰彭泽”的经历，后来因无法忍受肮脏的官场而辞官归隐，一直在田园之间过着“晴耕雨读”的生活并始终保持着安贫乐道的积极心态。教师还可以从“桃花源”这一处中作者所描绘出的富有“松弛感”的画面中去强调作者平和、恬淡的心理情绪，以此来帮助学生体会到保持平常心对个人成长的重要性。

(二) 借助教学活动实现语文教学的心理健康教育渗透

#### 1. 通过趣味游戏实现课堂教学的心理健康教育渗透

“心理健康教育”不应被视为“高深莫测”的领域，相关的融合教育活动理当也必须通过更为轻松、愉悦的方式来执行。初中生是活力四射的群体，每一个学生对于有趣的游戏都会发自内心地感到好奇，也时常可以在参与这些游戏的过程中表现出自己所具有的过人之处。出于对上述事实的认识和尊重，广大初中语文教师不妨将“游戏活动”作为一项基本载体而巧妙地融入心理健康教育的渗透活动当中，积极利用与学生认知及兴趣高度匹配的游戏项目来促进前者的心理健康发展进程，借助于游戏所带来的快乐、成就、沉浸和自我表达优势来增强心理健康教育活动的执行吸引力，同时也在客观层面上进一步鼓励学生积极参与其中来深入吸收更多的“正能量”。

例如为了进一步强化学生们的口语表达和普通话应用能力，教师不妨组织学生们开展一场“巧舌达人”的游戏活动：把学生们有机分配成几个不同的小组，每个小组依次选出一名代表参赛，各位代表要在最短时间内以最为清晰的口齿完成诸如“红鲤鱼与绿鲤鱼与驴”等有着较高难度的绕口令，而后教师则根据学生们的表现来做量化打分。如果要进一步提高游戏的难度，教师可以安排更为复杂的“绕口令接龙”或者“陷阱绕口令”等项目，以此来让学生们在游戏中不断挑战自我并积极感受到团队合作带来的荣誉感。

## 2. 通过小组合作实现课堂教学的心理健康教育渗透

笔者在之前的实际调研中发现,几乎所有的初中生都还没有形成真正意义上的自主学习意识及体系性认知能力,他们在很多情况下时常难以通过更高层面的独立姿态来取得理想的学习成果。鉴于这一客观事实,广大初中语文教师务必要在实施心理健康融合教育的过程中进一步侧重于提升学生们的小组合作学习效率,以此来让学生们得以在集体智慧的帮助下更为有效地分析、解决语文学习过程中所遇到的问题,一方面进一步促进学生在语言及文字认知、应用方面的资源共享、发展进程,另一方面也可以依托于这种更加灵活、生动、自主的学习方式来使学生们深切体验到合作学习所具有的能动价值,从而更为理想地培养、优化他们乐于交流的性格和健康的集体意识。

以部编版初中语文九年级下册中《曹刿论战》这一篇文言课文的教学设计为例,教师不妨在完成了基础性教学工作后进一步围绕课文中“肉食者鄙,未能远谋”中的“鄙”这个字的古今含义演变过程来带领学生们开展分组讨论,积极地鼓励学生们围绕这一主题来自由表达观点并认真倾听同伴们的看法、意见,同时在学生们遇到难题时通过相应的方法来引导他们依托于“角色代入”和“语境还原”等方法来逐步探索正确的答案,以此来让学生们真正认识到通过交流渠道来寻求真理的意义、价值和乐趣,并进一步地帮助学生们形成敢于、乐于、善于交流的健康社会心理。

### (三) 借助课外资源实现语文教学的心理健康教育渗透

笔者之前已经指出,初中语文课程具有显著的“综合性”特点,而优质的语文教学不应仅仅依赖于传统课堂资源的单一开发,而应从更宽广、深入的视角出发,引入和整合多样化的课外资源。基于这一需求,初中语文教师在设计融合心理健康教育的课堂时,应根据学生的学业水平、兴趣偏好以及语文课程的基础教学目标和心理健康教育目标,精心选择和开发具有显著教育融合和发展效果的课外资源,并以生动的方式呈现给学生。这样做不仅有助于学生通过接触和吸收相关信息来丰富他们的语文知识,还能在实质上促进学生心理认知体验的完善,从而实现更丰富的教育融合成果。

以部编版初中语文八年级上册中《三峡》这一篇文言课文的教学设计为例,教师可以在结束了基础教学活动后利用网络资源搜集与课文中“两岸连山,略无阙处”、“林寒涧肃”等语句相关的图片、视频并在课堂上展示给学生,让学生们能够在回忆课文中对自然美景的生动描述的同时直观地欣赏眼前清新、自然的风光,使他们在重现课文场景的过程中也能感受到自然之美对心灵的净化和荡涤,从而起到调节学生情绪、平衡学生心态的正向心理引导作用。

除了以上几方面主要策略外,初中语文教师也应当重视起师生交流中健康氛围的营造,以更为平等、亲和的姿态和学生做对话沟通,使学生们能够从中感受到具有“温度”的社交体验,同时也能够让学生们以“受人玫瑰,予人余香”的方式将这份“温度”转赠给更多的人,继而让学生们以更为真实、自然、深刻的方式来聚集、强化心中的“正能量”。

### 结语

真正意义上的教育活动都需要实现多方面资源的有机统筹、开发和完善、利用,让教育成为一个帮助学生革新自我、发展自我的整体来发挥出更为显著的育人作用。广大初中语文教师务必要真切认识并在实践教学中大力践行这一点,围绕“心理健康教育”主题来设计、执行体系性的策略,积极推动常规语文课堂和心理健康教育课堂的高维统筹,以语文教育的“基本盘”为依托和渠道来推动心理层面的渗透引导,积极帮助学生们在学习语文的同时形成健康心理、健全人格和正确的社会心态,从而为他们日后更高阶段的语文课程学习、心理成长以及社会发展提供更为有力的赋能。

### 参考文献

- [1] 郭小霞. 将心理健康教育融入初中语文教育的有效措施[J]. 课堂内外(高中版), 2023(14): 38-40.
- [2] 赵爽. 初中语文教学中渗透心理健康教育的途径探析[J]. 读与写, 2021, 18(11): 87.
- [3] 覃蔚. 初中语文教学中渗透心理健康教育的途径分析[J]. 中外交流, 2021, 28(8): 1453.
- [4] 陈聪聪. 初中语文教学中渗透心理健康教育的研究[J]. 中小学心理健康教育, 2019(14): 62-64.