

新视角：初中语文古诗词教学与心理健康教育融合研究

李芳菲

湖南省衡阳县樟树乡樟树中学

摘要：“双减”政策与“五育并举”教育理念推行，初中生心理健康问题逐渐凸显出来，传统古诗词教学大多重视知识传授与应试技能训练，对古诗词人文内涵及其心理调适功能挖掘不够深入，本研究以立德树人为核心目标，探讨古诗词教学与心理健康教育相融合的实施途径，通过对现行古诗词教学中“重形式轻内涵”现象以及与学生现实生活脱节状况加以分析，并结合初中生所面临的学业压力、社交难题及自我认知偏差等心理需求，系统阐述两者结合的理论依据与现实意义，研究显示，古诗词作为中华优秀传统文化的主要载体，不仅能引发人们的情感共鸣，而且蕴含着重要的精神引领价值，为当代青少年的心理健康发展给予了有力支持。依据以上的分析，笔者从“共情体验和情绪调节”，“审美感知和人格塑造”，以及“文化传承和价值观认同”这三方面入手，创建起体系性的实践途径架构，运用情境搭建、意义阐释，历史探寻等具体的手段，引领学生真切体会古典诗词里的艺术韵味，在这种不知不觉里加强他们的心理调整水平，审美水平以及文化自信心，在这一过程中探寻一种具有人文关怀并且包含着教导作用的教学模式，促进古诗词教导完成从传统的知识讲述朝着现代的人物养成方向改变。

关键词：古诗词教学；心理健康教育；融合路径；初中语文；人文关怀

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.11.184

引言

中华优秀传统文化是中华民族精神内核与文化底色，古诗词以简约之言、美妙之音、幽深之情滋润一代代国人的心灵世界，蕴含丰富心理健康教育资源，中华优秀传统文化是中华民族精神内核与文化底色，古诗词以简约之言、美妙之音、幽深之情润泽一代代国人的心灵世界，蕴含丰厚的心理健康教育资源，处于应试教育框架下的初中古诗词教学呈现出一定程度的异化，教师常在字词、语法、概括主题、记忆名句等处着力，使教学过程沦于知识灌输与答题技巧套路的训练。当下教育体系里，古典诗词同学生之间的联系常常被“翻译”和“应试”导向所割裂，它蕴含的生命张力，哲学意蕴和宇宙观慢慢变成孤立的知识碎片或者机械记忆的任务，这样一种僵化的教学模式既不能引发学生的内心兴趣，又极大妨碍了他们通过诗词达成自我认识提升，情感加深以及精神境界升华的主要价值目的。

初中生处于身心发展的关键阶段，承受着学业竞争激烈、人际交往繁杂、情感认知开始萌芽以及职业规划模糊不清等多重压力源，若这些状况不能得到及时介入，就有可能产生各种心理问题，传统的心理健康教育课程由于形式单调、内容侧重于说教而不符合学生的深层需求，为了促使学生全面成长，要冲破学科间的界限，把语文教学中古诗词资源同心理健康教育融合起来，塑造起具备文学素养培养和心理援助双重功效的新教育系统，这是当前教育研究领域的重要课题。基于此，本研究拟从创新角度出发，对初中语文古诗词教学与心理健康教

育融合路径展开系统性研究，试图为一线教育教学工作提供具有借鉴意义的理论框架。

一、现实困境：古诗词教学与心理健康教育的“疏离”现象

目前初中语文古诗词教学与心理健康教育存在着严重的脱节问题，造成这一现象的根本原因在于教学目标与内容割裂、教学方法单一化倾向、育人功能弱化等多种原因叠加造成的。

从教学目标角度来讲，传统古诗词教育一直关注知识传授和技能培养，情感态度与价值观方面特别是心理健康内容常常被忽略或者淡化，现行课程标准和评价体系更多注重考查学生对诗词内容的记忆和应试能力，却忽略了它带来的感情共鸣，思维启迪和行为迁移的实际意义，在教学设计环节，教师大多围绕“背诵默写”，“理解分析”，“鉴赏评价”这三个主要方面展开，尽管“鉴赏评价”包含艺术手法和语言特色的研究，却很少促使学生去探寻诗词里蕴含的生命关爱，处世智慧和情绪调节等深层含义。这种目标偏离现象，使得古诗词教学无法很好地体现其“心灵塑造”、“精神涵养”的本质价值，逐渐偏离了培养学生健全人格、良好心理素质这一核心教育目的。

当下古诗词教育陷入与学生生活经验严重脱节的困境，一些教师在讲课的时候，只顾对诗词的形式进行分析，不顾诗词创作的时代背景以及诗人的生平经历，采取支离破碎、割裂式的讲解方法，使得学生很难体会到古诗词里包含的复杂情感和高尚志向以及人文关怀和忧患意识，这种“去情境化”的教学模式妨碍了古诗词同学生

日常生活经验和内心世界之间的联系，因为缺少感情共鸣，学生很难用古典智慧来解决现实问题，也就不能很好地发挥古诗词在心灵安慰、精神引领方面的作用。

从实践角度来讲，“灌输式”教育模式依然处于主导地位，课堂上常常出现教师独自讲授而学生被动接受知识的情况，师生之间的互动稀少，学生之间就诗词文本展开深入对话与情感交流的机会也很少，学生很难冲破教师预先设定的解读框架，他们的个性化思考，创新体验以及批判性思维能力都被限制住，这种封闭的教学方式不但降低学生课堂参与的积极性，而且妨碍学生凭借古诗词来达到自我表达和情绪调节的目的，由于心理健康教育重视体验，分享和共情这些核心理念，现有的古诗词教学模式与之有着明显的偏离，这就造成了一道难以跨越的障碍。

二、融合逻辑：古诗词在心理健康教育中的独特资源价值

虽然有诸多制约因素，但是古诗词独有的艺术特质显示，它和心理健康教育的融合并不是不可能做到的，而且蕴含着极大的价值潜力，这种融合不是简单地堆砌在一起，而是有着内在逻辑的深层互动过程，其核心价值主要包含在这三个层面：情感共鸣，人格塑造，文化认同。

古诗词给青少年赋予了独一无二的情感调理途径和心理支撑体系，青春期初中生的情感体验丰富又细腻，不过由于语言表达能力未成熟，缺少有效的宣泄渠道，所以他们内心积累的负面情绪很难得到及时的释放，古诗词凭借精炼的艺术表现形式，鲜活地表现出人类共有的情感特点，有利于读者产生深层次的情感联系，在品味李煜《相见欢》里的“无言独上西楼，月如钩，寂寞梧桐深院锁清秋”之时，学生能通过诗句体会到古代文人的内心世界，在心理上得到安抚；朗诵李白《行路难》里“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的名句，可以从中学到积极向上的力量，激起逆境时的勇气和坚韧品质。通过鉴赏古诗词里的喜怒哀乐，学生会加深对情绪的认知体会，改善自己接纳情绪的能力，优化情绪调节技巧，得到“被懂得”的心理支撑，进而改善情绪管理能力。

古诗词蕴含着丰厚的德育价值与生命智慧，其根本目的就是塑造个体完整的人格品质并优化生命质量，心理健康教育旨在培育学生的积极心理特质及健康生活观念，在古典文学作品里，不少经典篇章蕴含着先贤的高尚品格与深邃哲理，“不为五斗米折腰”的陶渊明体现出独立精神以及抗争世俗的决心，“穷年忧黎元，叹息肠内热”的杜甫体现出强烈的社会责任感与人文情怀，“一蓑烟雨任平生”的苏轼则用从容的态度表现出面对困境

时的乐观心态。古典诗词像一面镜子，反映出理想人格的特点；又像一盏明灯，指引学生探寻人生的方向。通过对其中蕴含深刻哲理的充分阐释，在教育实践中做到潜移默化地引导，可以培养学生的坚强意志、人文情怀以及平和心态，从而为学生的心理健康发展和人格塑造给予有力的支持。

古诗词是促成青少年文化认同和身份塑造的关键载体，全球化发展和文化多元化背景下，部分青少年群体陷入文化认同危机，对本土传统文化认知存在断裂或者疏离现象，古诗词作为中华文明传承的重要媒介，承载着民族精神内核和历史记忆，成为连接历史与现实，个体与集体的文化纽带。这种深层的文化认同能为个人塑造起牢固的精神支柱，有效抵挡外界消极文化因素的冲击，推动健全心理结构的形成，那些文化积淀较为丰厚的人往往具备较强的抗压能力和适应程度，在复杂的社会环境中依然能保持理性思考，并且心理韧性与生活满意度也会得到明显的提高。

三、实践路径：构建“三维一体”融合教学策略体系

从古诗词与心理健康教育之间存在的内在联系出发，有必要冲破传统教学模式的固有束缚，创建以“共情体验、审美鉴赏、文化涵育”为核心要素的三维融合型教学系统，促使心理健康教育在古诗词教学中得以有机融合、自然渗透。

（一）以“共情体验”为路径疏导情绪并构建心灵对话

共情能力既是心理健康教育的关键部分，又是古诗词教学达成情感培育目的的重要依托，教师要努力营造安全、开放并包容的教学氛围，促使学生冲破心理障碍，切实领悟诗歌所蕴含的情感内涵，做到与作者及文本内容的深度互动，实际操作当中，教师可以借助情境创设策略，利用多媒体技术，富有表现力的语言表达或者角色扮演等手段，引领学生步入诗词所构建的情境当中。就马致远的《天净沙·秋思》而言，教师在教学时不能仅仅停留在对“枯藤，老树，昏鸦”这些意象的浅表理解上，而是应该为学生构建身处异乡深秋黄昏中的那种孤单情形，从而更为真切地体会到那份孤寂和思乡之情。沉浸式教学情境下，学生可凭借自身或者家庭成员的分离经历以及初次踏入陌生环境时的情绪反应，加深对诗人情感世界的认识，教师可以组织“诗歌主题讨论”，让学生选出符合自己心境的诗句，并阐述选择原因，这样既有益于提高学生的语言表达水平，又可通过聆听同伴分享来扩充情感层面，切实感受到情绪的普遍性特点，从而得到情感上的支持与认同，有效地减轻负面情绪，加强共情能力。

(二)以“审美观照”为途径塑造人格并提升生命境界

古诗词所蕴含的人格塑造与精神升华功能有着非凡的美学价值意义,在教学过程中,教师要引领学生从不同角度去解读诗词文本,探究其艺术特色,审美鉴赏应重点放在语言风格,结构布局以及意境营造等核心要素上,体会形式美与内涵美的有机结合。剖析意象的时候,不能拘泥于传统释义范畴,要联系具体语境展开细致分析,“月亮”这个经典意象既可以联系到思乡主题,又要考虑历代文人笔下的“月亮”有着怎样的独特表现方式,李白用“举杯邀明月,对影成三人”表达出孤独中的豁达与豪放,并且以“我寄愁心与明月,随风直到夜郎西”来传达深厚的情感,张若虚则凭借“春江潮水连海平,海上明月共潮生”表现出宇宙浩渺与时间永恒的主题,通过比较研究,学生就能更加深切地体会到意象背后的文化内涵以及生命哲思。语文教育要重点引领学生领悟炼字的艺术魅力和美学价值,拿王安石《泊船瓜洲》里的“春风又绿江南岸”来说,“绿”字既形象地刻画出春风吹拂、草木复苏的美妙景色,又巧妙地传递出作者对生命活力的赞美之情,表现出他深厚的文化修养和敏锐的语言感知能力,这种从古典诗词出发的语言学剖析,有益于培养学生良好的审美意识和文本解读能力,通过剖析苏轼“人有悲欢离合,月有阴晴圆缺,此事古难全”所包含的人生哲理和旷达胸怀,以及刘禹锡“沉舟侧畔千帆过,病树前头万木春”所体现的顽强意志,通过反复品味和深入探究之后,学生可以慢慢吸收并融入这些积极的价值观,在遭遇生活困难的时候,能够展现出更为从容,坚定而且富有诗意的态度,进而形成健全而积极的人格。

(三)以“文化浸润”构建认同与稳固精神根基

把古诗词教学放到宽广的文化语境当中,用“知人论世”的研究模式加以阐释,这是传承传统文化并培育学生文化认同的重要途径,教师不能把诗人当作文学符号,而要把他还原成一个特定历史时空下的真实个体,拿李清照来说,在解读她的作品的时候,要全面梳理她不同时期风格改变的脉络,从早期《如梦令》那种清新明快的调子,到晚年《声声慢》那种深沉哀婉的腔调,这种风格上的改变就形成了对比,通过探究她所遭遇的种种事情,诸如北宋末年的政治动荡,个人婚姻上的困扰等等,学生就能更好地体会她创作发生改变的深层原因,在情感上与她达成一种深层次的精神契合。该教学模式既呈现了李清照词作的艺术魅力,又挖掘出其在逆境中展现的生命韧性和才情,通过这个学习过程,学生能深切体会到诗词作为文化遗产承载者所蕴含的独特价

值,而且诗词是承载历史记忆和个体情感的重要媒介,当学生用诗词与历史展开深度对话并达成精神共鸣的时候,民族文化的归属感和自豪感就悄悄涌现出来,这种文化认同感促使学生与李白、杜甫、苏轼、李清照这些先贤产生精神联系,从而形成起稳固的价值支撑体系,这不但给个体在纷繁复杂的社会环境中树立起明确的认知方向给予了强有力的保障,而且还搭建起持久稳固的精神动力源泉。

结语

把初中语文古诗词教学同心理健康教育融合起来,这是新时代给语文教育赋予的重要任务,也是完成“立德树人”根本任务的关键途径,要达到这个目的,一线教师必须冲破传统观念的束缚,由单纯的知识传授者转变为引领学生全面发展的关键人物,还要深入探究古诗词蕴含的诸多育人意义,创建以“共情体验,审美鉴赏,文化涵养”为核心的新颖教学架构,这样就能冲破传统教学模式的限制,促使学生在古诗词学习过程中做到自我认识提升和文化认同塑造。这样一种教育模式不但能够促使学生积累更多知识、锻炼各种能力等,还可以实现情感调适、人格塑造、精神境界升格等目标。它的综合性的育人模式既给古诗词教学带来了新的动力,又助推着初中的发展进程,为他们今后的成长打牢了一种心理的根基与文化上的底蕴,进而培育出了那种既有丰富文化底蕴,又有完整的人格以及健康良好心理状态的时代新人才。

参考文献

- [1] 欧湘荣. 在古诗词中自洽——初中古诗词融合心理健康教育探索[J]. 湖南教育(B版), 2025, (01): 40-41.
- [2] 张艳梅. 在古诗词拓展教学中渗透心理健康教育[J]. 湖北教育(教育教学), 2024, (05): 78.
- [3] 陈丽云. 指向生命教育的语文古诗词教学策略初探[J]. 课外语文, 2019, (30): 48+119.
- [4] 林弘. 诗与情——中学语文古诗词赏析与中学生心理健康教育结合的探索[J]. 中小企业管理与科技(上旬刊), 2015, (05): 215-216.
- [5] 邱展能. 好诗知时节,润心细无声——例谈心理健康教育在古诗词诵读中的渗透[J]. 中小学心理健康教育, 2014, (24): 44-45.
- [6] 张成月. 刍议心理健康教育在语文教学中的有效渗透[J]. 考试(教研版), 2008, (10): 32-33.

作者简介:李芳菲,1981年10月出生,女,民族:汉,籍贯:湖南衡阳县,中学一级,语文教师 大学本科,主要从事初中语文教育教学。