

高中心理健康教育现状及管理

郑艳莉

(绥化市第一中学 黑龙江 绥化 152000)

[摘要] 当今社会科技日新月异, 经济发展日益加快。各行各业对人才的需求正在逐渐增加。高中是学生生活的转折点。他们不仅需要学习大量的基础理论知识, 还需要有一个完整的身心状态。当前的社会形势是多变的, 心理健康已经引起了社会各界的极大关注。作为一个特殊的群体, 高中生在身心方面都经历了巨大的变化。加上升学的压力, 高中生的心理健康教育不容乐观, 各种高中突发事件和极端事件层出不穷。这是中国高中心理健康教育的警钟。本文分析了当前我国高中心理健康教育中存在的问题, 并就如何解决这些问题提出了一些看法。希望进一步提高高中心理健康教育的有效性、科学性和有效性。

[关键词] 高中; 心理健康; 教育工作; 现状

1 开展高中心理健康教育工作的必要性

我国学校心理健康教育始于20世纪80年代, 最早在高校开展。经过十多年的发展, 中学心理健康教育工作至今已被大多数教育者所接受和接受。然而, 与发达国家相比, 我国学校尤其是高中阶段的心理健康教育工作仍存在诸多不足, 主要是由于观念制约、根深蒂固的应试教育、课程设置、教师条件和升学压力等主观原因, 心理健康教育效果不明显, 心理健康教育水平不够。对于如何在高中开展心理健康教育还没有明确统一的认识。然而, 国外学校的心理健康教育模式不能机械地应用, 因此积极探索适合中国国情的心理健康教育方式和模式就显得尤为重要。本研究的目的是通过改进高中心理健康教育工作, 提高高中生的心理素质, 促进素质教育总体目标的全面实现。

2 高中心理健康教育现状

目前, 学校心理健康教育逐渐形成了一定的工作模式, 即心理健康课程教育与心理咨询相结合、普通教育与培训与个性化咨询相结合的互补协调模式。然而, 总的来说, 学校心理咨询的发展仍然存在以下一些缺陷:

2.1 高中心理健康教育课程面临尴尬

在心理咨询的性质上独一无二的自我完善和潜能开发的实践模式尚未构建。虽然素质教育的实施决定了高中心理健康教育的地位和作用, 但心理健康教育课程仍属于中等课程范畴, 不参加期末考试。因此, 这门课程没有得到教师和学校的太多关注。教师、学校和学生都不重视心理健康教育, 这注定了心理健康教育的尴尬处境。

2.2 教学形式单一, 内容枯燥

没有为各级各类学校建立专门的心理咨询系统。心理咨询室和心理教育课是高中心理健康教育的主要形式。然而, 这对于长期面对课堂的高中生来说并不具有吸引力, 也无法达到应有的效果。

2.3 专业心理健康教育教师严重短缺

学校心理咨询管理普遍不完善, 人员素质普遍不高。由于传统的高中教学方法过于注重学生的基础课成绩, 心理课程流于形式。然而, 心理健康教育是一门高度专业化的课程, 普通教师根本无法教授。否则, 很容易适得其反。

3 高中心理健康教育工作管理建议

3.1 积极开展各项心理教育活动, 在实践中培养学生的心理素质

学校必须充分重视高中生的心理健康教育, 相关部门可以将相关内容纳入评估范围。高中生是我国社会主义事业的建设者和接班人。高中生的心理健康素质将在一定程度上决定我国社会主义事业的成败。目前, 人才是全面发展的人才, 各方面都是优秀的。只有渊博的知识不足以承担沉重的责任。为了引导高中对学生心理健康教育给予足够的重视, 相关部门应将学生心理健康教育纳入评估范围, 督促学校在一定程度上开展相关的心理教育课程, 组织学生参与相关活动, 积极引导培养学生健康的心理。

3.2 教师结合家长对他们进行双重的心理疏导

高中生心理问题的形成或多或少与他们接触到的家庭教育方式和人际关系有关。甚至有些学生的心理问题也是他们家庭问题的体现。最近, 老师发现班上的一个同学总是情绪低落, 与同学的交流开始减少。老师不愿意在和他交谈时表达自己的观点, 心理健康咨询老师也不知道问题的症结所在。之后, 老师联系他们的父母, 了解到是父母的婚姻状况影响了孩子的心灵, 使他们感到不安全, 从而造成心理问题。心理咨询教师针对学生的这种情况制定了专门的咨询计划, 并通过配合家长间有意识的沟通进行有针对性的心理咨询, 帮助学生重建对家庭的信任, 找到他们在家庭中的存在感。

3.3 “专业人干专业事”——实现专业教师专业化

调查显示, 大量具有心理学和教育背景的毕业生没有从事专职心理教师工作, 这是对人力资源的浪费。为了完成心理健康教育, 专职教师在时间、精力和专业精神方面都更好。因此, 一方面, 专业教师应该回归专职教师——专业人员做专业工作。另一方面, “专业”和“专职”教师需要“输出”专业知识和能力, 领导兼职教师, 共同组成一个专职和兼职相结合的心理教师队伍。研究表明, 从事专业工作的专业人员可以提高教师的职业认同, 保证教师体面的职业生活, 提高教师的幸福指数。

3.4 完善管理制度

在现代科学管理中, 必须建立健全管理制度, 使所有学校活动能够有序地按照法律法规进行。学校的规章制度越完善、完善和优化, 教师、学生和员工就越容易接受。因此, 为了从宏观上更好地指导高中心理健康教育的发展, 地方教育行政部门和学校应制定完善的管理制度。同时, 制定统一的工作标准、合理的工作制度和考核制度, 以监督和保证学校工作的有序进行。

3.5 全面提高教师的心理健康教育技能

为了保证高中心理健康教育的正常有效发展, 提高教师的心理健康教育技能是必然趋势。首先, 高中应该组织全体教师参加多层次、全方位的培训, 以提高全体教师的教育教学质量, 使心理健康教育趋于规范化。其次, 教师应重视自身的心理状态, 确保心理健康。教师的言行是学生学习的榜样。只有当教师的心理健康正常时, 他们才能为学生提供良好的教学, 培养学生的心理健康。

4 结论

高中是人生的重要阶段, 是学生全面发展的时期。高中心理健康教育无论在理论上还是在实践中都不完善。仍然有许多问题需要解决。因此, 我们必须重视高中生的心理健康教育, 培养他们积极健康的人格。

参考文献

- [1] 岳爱峰. 中小学心理健康教育教学的“九化一思考”[J]. 中小学心理健康教育, 2018(2): 28-30.
- [2] 范心胜, 徐汉东. 济南市初中教育质量综合评价的思考[J]. 上海教育评估研究, 2018, 7(2): 76-79.