

初中心理健康教育的问题与对策探究

何小波

(贵州省遵义市正安县市坪民族中学 贵州 遵义 563411)

[摘要] 中学既是学生学习能力、价值观等发展与形成期,也是学生身体发育的重要阶段。在校园中,因心理健康教育教学工作开展仍存在诸多问题,导致教学效率低、效果不理想。基于此,笔者结合自身工作实践,立足于初中心理健康教育中存在的显著问题,展开对有效策略的探究。

[关键词] 初中; 心理健康教育; 问题; 对策

1、简析初中心理健康教育现状及问题

1.1对心理健康教育认识不足

在促进中学生综合能力全面发展的过程中,心理健康教育是基础,也事关学科教育实施的效率。尤其对于正处于青春迷茫阶段的中学生来说,其正历经着身体的快速成长,认知能力与心智却尚未成熟。而很多学校和教师对心理健康教育的认识不足,要么将其与道德与法治混为一谈,或者认为开展心理健康教育是心理咨询师或心理健康教师的工作,与日常教学无关,将心理健康教育与日常教学分离来看。

1.2从业人员的专业水平欠佳

初中各学科教育的专业性均较强,心理健康教育更是有过之而无不及,这对从业者专业能力便提出了较高的要求。而很多学校的心理健康教育之所以流于形式,便是虽然建立了心理健康咨询工作站,但却由未经过专业学习的教务工作人员任职,将与学生谈心、实施说教教育当做解决学生心理健康问题的主要方式。尤其是在一些农村中学里,由于对心理健康教育重视不足,相关教育人员不具备任教资格,理论知识与实践经验不足,无法胜任此项工作^[1]。

1.3心理健康教育缺乏系统性

心理健康教育内容是对目标对象造成积极影响作用的关键因素^[2],开展教育阶段,其内容的运用明显缺乏良好的深度与广度,导致系统性不足。基于横向视角分析,内容制订方面缺少针对性与全面性,初中学校开展心理健康教育过程中,教学内容的制订与制订并未对学生做出有效分析,教学内容资源并未获得有效的开发。基于纵向视角分析,内容制订方面缺少发展性与层次性。现阶段,初中生学习压力与生活适应性以及未来发展规划等问题成为影响学生心理健康的重要因素,而心理健康教育内容的制订并未充分考虑以上因素。

1.4对心理健康教育配合有限

保障中学生身心的健康成长,离不开多方的共同努力。但现实却是很多学生家长日常工作繁忙,对孩子的教育关心较少,与学校、教师沟通更是多有不足,无法形成紧密的配合。同时,学校同社会配合不足,学校开展心理健康教育的地点多为学校内部,缺少社会力量的支持。出于对学生安全的考虑,学校往往不允许学生参与社会性心理健康教育,无法充分利用校外教育资源。若各项影响因素无法有效配合,便会对初中生心理健康发展造成阻碍。

2、浅议初中心理健康教育的有效对策

2.1正确对待心理健康教育

为了提升中学心理健康教育的有效性,应正确的认识心理健康教育,并推动其落实。例如:首先、需建立全面性教育观。学校应认识到在促进学生全面发展的过程中,心理健康教育有助于学生形成健康积极的心理,以便让学生能够不断完善自身发展。并且,心理健康教育需具有全面性,不仅关注学生智力与心理,而且要重视各项能力的培养,使学生正确认识自身、从容面对成长,形成优秀的道德品格,具有健康的生活习惯。其次、建立差异性教育观。心理健康教育应重视被教育群体心理健康水平存在的差异,中学生作为相对独立的目标对象,存在不同的性格特征、生活以及家庭环境等。初中生心理健康教育存在多种维度,

务必强调对发展学生创新、独立等特性的关注。最后、建立发展性教育观。不但需要解决学生存在的心理问题,而且需要预防学生心理问题的出现,确保学生心理健康发展。学校还需重视对心理健康知识的推广与普及,提高学生抗压与承受能力,并使学生充分认识自我,增强自我控制能力,以此确保其心理健康的良好发展。

2.2提升教育从业者专业素养

学校需定期组织全体教师进行职业教育培训,针对教育理念落后、教育水平不足、专业知识缺乏等问题进行重点培训,并邀请心理健康教育的专家与学者进行专题培训。此外,学校应制订标准规范化制度,确保培训工作稳步开展。例如:建立对教师的能力考核体系,并为其提供更多学习、测试自身专业水平的渠道,鼓励教师考取相关的心理咨询师资格证。

2.3优化心理健康教育内容

初中心理健康教学应使学生正确认识自己,对自身做出正确客观的评价,并正确认识青春期心理与生理特征^[3];需满足初中时期学习环境以及学习要求,使学生树立良好的学习观,提升学习水平,转变学习方式,增强学习效率;积极与家长、教师进行交流,培养学生优秀的人际交往关系;鼓励学生正确表达自身情绪,从而有效控制自身情绪;正确把握自身未来规划发展,树立规划理念和发展方向;努力适应社会与生活发生的转变,培养学生耐挫性。

2.4创新心理健康教育方式

首先、需强化道德与法治课堂的心理教育。道德与法治作为心理健康教育的关键载体,两者教育的最终任务存在统一性,均是培养学生良好的心理与道德品质为主要方向。基于此,在道德与法治课堂教授心理健康教育内容,可以为心理健康教育提供可靠保障。其次、构建良好的校园文化环境。校园文化作为影响心理健康教育的潜在因素,具有形式丰富活跃、渗透性良好的特点,能够使学生在不知不觉中接受良好的心理健康教育,有效推动学生心理健康水平稳步提高。最后、建立三位一体模式。心理健康教育作为综合性工程,心理健康水平直接受到家庭因素的重要影响,同时社会对学生的影响同样需要引起重视。在开展心理健康教育的过程中,需重视运用校外教育资源,提高与社会组织的交流与协作,组织开展形式多样的心理健康专题活动,丰富教育实施手段。

3、结语

总之,提升中学心理健康教育的创新性与有效性,促进中学生身心的健康成长,并非一朝一夕之力。为此,校方需要加强对心理健康教育的重视、并对其教学工作开展施以大力支持;教师则需不断提高自身的专业化能力。此外,还需吸纳多方力量的介入,促进家长、社会等积极参与。

参考文献

- [1]吴慧攀.中国心理亚健康青少年体质健康及其影响因素的研究[D].华东师范大学,2019(5):17.
- [2]唐君.初中心理健康教育实践研究[C].2019年“互联网环境下的基础教育改革与创新”研讨会论文集,2019(4):19.
- [3]王水玉.初中心理健康教育课实践分析[J].中外企业家,2019(9):15.