

高中心理健康教育现状与对策研究

万 露

(修水县第一中学 江西 九江 332400)

【摘要】随着社会的不断进步,越来越多的教师和家长开始意识到心理健康教育在实际教学中的重要性,并尝试在课堂内外开展有效的心理健康教育工作。高中生群体虽然即将成年,但心理发育仍不成熟,又背负着较大的升学压力,很容易产生焦虑、消极等负面心理。如果教师和家长不能及时发现和疏导学生的心理问题,那么,学生的成长之路就会平添许多坎坷。基于此,本文针对高中心理健康教育现状与对策进行探讨分析,以供参考。

【关键词】高中生;心理健康教育;现状;对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2019.11.809

引言

高中生处在青春期的心理发展阶段,是心理问题出现的高发阶段和人格发展的快速阶段。因此在心理健康教育过程中,应该格外重视高中生的心理教育。帮助高中生树立面对问题和处理问题的态度,引导高中生形成良好的心理素质,促进其人格发展,为未来发展奠定良好的基础。

1 心理健康教育现状

1.1 社会、学校、家长对心理健康教育不够重视

从社会方面来看,社会对心理行业发展并不重视。一是社会对心理行业避而不谈,使得心理行业的发展受到了阻碍;二是心理行业规范和监督管理的缺失,不利于大众对心理问题形成正确的认知,也不利于心理服务深入社会生活。从家长方面来看,首先,家长缺乏必要的心理健康知识,使其不能以平常心去看待问题的产生和解决;其次,家长忽视了家庭教育的重要性。从学校方面来看,一是学校在总体教学发展与评估上忽视了心理健康教育课程的重要性,教师的主观能动性未能得到充分发挥,心理教师自我价值得不到实现;同时,学校心理咨询室和设备因过于形式化而未能真正利用。二是心理健康活动宣传不到位,学生和重视程度不够,未能更好地做到家校结合和对家长的宣传^[1]。

1.2 高中生学习心态问题

学习的心态问题是高中生心理最常见的问题之一,主要是由于高中生在学习中所滋生的不积极心态,有心理上的障碍等,主要表现在几个方面:第一是高中生的心理压力较大,逐渐导致心理上出现萎靡现象,从而使其出现记忆力下降、失眠等一系列问题;第二是高中生所面临的考试是很多的,每一次考试之后的全校全班级的排名对其产生无形的压力,很容易导致高中生出现情绪上的焦虑不安;第三是高中生学习方面的压力,现如今各个地区的高中生都会有学习压力,为了让自己考上理想的大学而增加学习压力。教师要让高中生明确考试目标。与此同时,高中生的一个很严重的心理障碍就是很容易出现攀比心理,一旦出现这样的心理就会出现厌学,这些问题都是目前高中生常见的心理问题。

2 高中生心理健康教育工作的有效对策

2.1 加强社会、学校、家长的重视程度

政府要大力宣传心理健康教育的重要性,广泛开展活动,普及心理健康知识;加快促进心理健康与社会生活的结合,纠正不良认知和提高重视水平。同时,要加快形成对心理行业的规范制度和监督管理体系,保障大众利益和心理行业纯洁性。另外,在加强学生心理健康教育的过程中必须发挥家庭教育的作用。引导家长树立正确的人才观和教育观,提高教育孩子的能力;同时学校要将线上与线下结合起来,提高家长参与学校教育的积极性,为学生全方面发展共同努力。

2.2 建立心理健康教育体系

开设心理健康教育课程,覆盖到每一位学生,并保证规定的学时数。通过心理健康教育课程,一方面,宣传普及心理健康知识,加强学生心理保健意识;另一方

面,教会学生基本的情绪调适技能、提高学生的挫折应对能力以及教会学生压力处理方式等。建立心理咨询中心,并设立个体心理咨询室、团体心理辅导室、情绪宣泄室、沙盘辅导室、音乐放松室、积极心理训练室等功能室。除为学生提供个体心理咨询外,可依据不同年级学生心理和学业特点,开展不同主题的团体心理辅导;还可定期举办讲座,开展各类丰富多彩的心理教育主题活动,如关于班级凝聚力的团体心理辅导活动、增强自信心的户外心理素质拓展训练活动等。目前许多高中生虽然在学习方面积极进取,学习成绩也十分理想,平时也会遵守班级和学校的规章制度,在课堂上积极主动回答问题,但在平常的活动中总是默默观看,从不主动参与进来,这就是一种自卑胆怯、缺乏自信心的表现。因此,学校可以开展一些增强自信心的团体辅导活动来减少学生的自卑胆怯的心理,帮助其树立自信心^[2]。

2.3 营造校园氛围

高中心理健康教育工作的开展不能局限于班级范围,而应在全校范围内做好宣传。近年来,校园暴力事件频频被报道,未成年人犯罪事件也开始成为大众关注的焦点,对中学生进行心理健康教育刻不容缓。对学生进行心理健康教育,不仅能帮助学生塑造个性化的健康人格,而且能推动教育事业的发展。学校是学生除家庭以外生活、学习时间最长的场所。中学领导与教师应重视营造健康、积极的校园氛围,在此基础上,引导学生群体主动提高个人心理素质,让学生在接触更多心理健康知识的同时,实现个人进步。例如,教师可以向学校领导请示,要求定期开展主题心理健康讲座、在学校展示栏开设心理健康科普知识栏目。以前,学生只能作为教师教学工作的接受者,而不是参与者。教师在开展高中心理健康教育工作时,可以邀请学生参与对应的活动设计。如教师决定开展校园心理健康教育讲座时,可以在学校官网上发布收集讲座主题的活动,呼吁学生利用课后时间查阅自己感兴趣的心理健康教育资料,并整理、提交到教师的联络邮箱中。之后,教师从学生所提交的资料中筛选出适合的资料和主题,作为接下来心理健康讲座的内容。不仅如此,教师还可以安排部分学生作为演讲者,为其他同学讲解心理健康知识,让学生在同龄人的宣讲、引导下进一步提高对自身心理健康的重视。教师让学生参与校园心理健康教育建设活动,能大大提高学生对心理健康教育的认可度,推动心理健康教育工作在学校范围内的顺利开展。

结束语

目前,高中生的心理问题逐渐多样化,也逐渐受到了各级部门的重视。高中生的心理问题,直接关系到其高中阶段的学习与生活,因此,学校、家庭与社会一定要认识到心理健康教育的重要性,并形成合力,主动对高中生的心理健康教育问题进行积极干预,努力使高中生能够有较强的心理素质。

参考文献

- [1] 金忆雯.关于提高高中生心理健康水平的研究[J].科学咨询(科技·管理),2019(08):119.
- [2] 丁健.谈高中心理健康教育[J].华夏教师,2019(14):80.

新课改背景下高中班主任德育工作理念及方法探究

陈家启

(贵州省遵义市第五中学 贵州 遵义 563200)

【摘要】高中阶段,学生们的身心发展逐渐成熟,此时正是他们塑造积极人生态度和正确三观的关键时期。为帮助学生们成长为有志青年,广大班主任需要充分重视学生们的道德品质教育,发挥德育教育的积极作用,用先进的社会主义文化和中华优秀传统文化美德,给高中生以滋养,帮助他们养成良好的学习习惯和生活态度,培养学生们高尚的个人品德,树立远大理想,不断发挥德育教育的作用。

【关键词】高中班主任;德育工作;教学研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2019.11.810

引言

在新课改的背景下,高中教育已经不仅仅是知识与能力的教育,广大教师和班主任,应当改变以应试教育为主的教学模式和班级管理方法。真正关注学生们的素质培养和综合能力的养成,关注他们的道德品质和个人习惯,突破应试教育的束缚,培养学生们成为德才兼备的新型人才。

一、高中班主任开展德育工作的原则

(一) 贯彻以人为本的教育理念

高中阶段的学生经过多年的学习,已经掌握了一定的学习能力,形成了固定的学习方法和习惯,养成了自己的三观和道德理念,有了独立思考的能力。因此高中阶段的德育工作,应当根据学生们的实际情况,有针对性地开展相关教学,将学生作为德育工作的主体,根据学生们的发展现状和当前社会对人才的道德修养需求,

有针对性地开展德育工作。同时,借助社会主义核心价值观体系和中华优秀传统文化及中华传统美德,滋养学生们的精神世界,引导学生发展道德素养,真正做到以学生为本,促进学生们的个人发展^[1]。

(二) 注重学生的全面发展

长期以来,高中生面临着高考的压力,应试教育在高中阶段的教学中处于支配地位,充斥于教学的各个环节之中,素质教育的理念很难得到真正的落实。不少学校和教师以及班主任对高中生的要求,往往是从学习成绩方面规定的,仅仅关注学生们的考试成绩,注重于在文化课教学中提高他们知识积累和考试能力,而忽视了学生们综合能力的全面发展。因此,开展德育教育,需要高中班主任注重学生德、智、体、美、劳全面发展,努力营造良好的班级氛围,构建新型师生关系,培养学生们高尚的道德品质、合作意识、创新精神、集体荣誉感,通过多种多样的德育活

动和教学内容,不断丰富学生们精神世界,让他们找到自己的成长方向和路径,不再以分数论英雄,更加关注学生们的全面发展。

二、高中班主任德育工作教学方法

(一) 发挥教师榜样作用,构建新型师生关系

班主任作为学生的教育者和组织者,其思想观念和行为习惯,都将会对学生产生直接的影响,在潜移默化中影响到学生的言行和思维方式。因此想要更好地开展德育教育工作,管理好班级,班主任应当不断发挥自身的榜样作用,不断完善自我,提高个人品德修养,举止文明,待人友善,生活朴素,积极乐观。在与学生们的交流交往中,不断向他们输送正确的价值观和积极的人生态度,约束自身的教学行为和日常行为,加强自身建设,以身作则,从而让学生们受到班主任的积极影响^[2]。

另一方面,班主任应当努力构建新型的师生关系,在教学和学校生活中,用心关爱学生,尊重学生的个性特点和生活习惯。从朋友的角度出发,与学生们展开私下的交流,经常与之交流谈心,了解他们的所思所想,并有针对性地开展相应的教学调整。在教学工作中,通过多种手段明确学生们学习和生活中遇到的困难,尽力帮助困难学生和后进生走出困境,提升班级的凝聚力,培养学生们助人为乐和高尚的道德素养,引领他们养成正确的思想观念,树立远大的崇高理想,形成积极的学习态度和习惯,促进学生全面发展。

(二) 理论与实践相结合,提升德育教学效果。

班主任要将理论知识与实践教学活动进行融合,将德育知识内容渗透在生活中各个角落,引起学生对德育学习的重视,转变学生的学习观念,积极主动地加入德育学习中,进而优化德育教学效果。高中班主任不仅仅只是按照课本内容进行教学,还

可以结合学生的学习兴趣,运用多种不同教学方式,将理论与实践进行结合。教师可以与运用多媒体教学法,在课堂上为学生播放德育教育内容的影片,学生在集中注意力的同时,也能加深德育知识印象。还可以定期开展“德育主题”班会,在开展班会的过程中要求学生“制定怎样的思想道德准则”进行探讨,对“奖惩制度”的具体内容进行填充,这样对学生的学习行为进行约束,对于学生养成良好的学习习惯具有重要帮助。不仅如此,班主任还可以利用寒假或暑假的时间,组织学生参加社会实践活动,例如参加“养老院送爱心”的活动,参加“山区支教”活动等。通过参加实践活动的方式,学生能够多方位感受生活,正确认识生活,使自身形成正确的价值观念,为社会发展贡献力量^[3]。

结语

综上所述,高中阶段的德育教育工作对学生的成长和发展具有非常重要的意义。广大班主任应当充分重视并不断创新德育教育方法和内容,培养学生们正确的道德理念,形成健全的个人品德和高尚的思想道德,树立远大的崇高理想,培养学生成为有素质的综合性人才。

参考文献

- [1]肖利娟.高中班主任班级管理的德育功能及对策研究[D].华中师范大学,2017.
- [2]余德久.教育新常态下高中德育存在的问题及对策[D].华中师范大学,2016.
- [3]韩传信,段多梅.提升高中班主任德育能力的实践方略[J].教师教育研究,2015,27(02):88-91.

情境教学法在初中《道德与法治》教学中的实践研究

黄福荣

(贵州省黔西南布依族苗族自治州望谟县第六中学 贵州 黔西南 552300)

[摘要]随着教育教学改革进程的推进,在初中道德与法制教学中也在不断地进行改革,情境教学法在初中道德与法治教学中的应用可以在一定程度上更好地提升教育教学效果,激发学生的学习兴趣。为此,本文先分析当前初中道德与法治教学的现状,接着提出情境教学法在初中道德与法治教学中的应用策略,以此更好地提升教育教学效果。

[关键词]情境教学法;道德与法治;策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2019.11.811

情境教学法具体来说是指教师在教育教学中采用多样化的方式方法来创设相应的情景,使得学生在一定的情景中对知识进行学习的一种方式方法。在初中道德与法治教学中对情境教学法的应用可以更好地让学生融入课堂教学,不仅仅可以拓宽学生的视野。还能够进一步的引导学生对问题进行分析思考。完善学生的知识体系。为此,在初中道德与法治教学中要能够认识到情境教学法所具有的重要作用,以此更好地提升教育教学效果。

一、情境教学法在初中《道德与法治》教学中的必要性

(一) 提升学习兴趣

道德与法制课程是学生进入初中阶段之后第一门思想类的课程内容,对于学生来说思想政治类课程相对来说比较枯燥乏味,学生认为在学习过程当中只需要将其中的知识点记忆,会背就可以。为此,在学习过程当中学习兴趣不足,甚至会对学科产生偏见,觉得是一门十分枯燥无聊的课程内容,而情境教学法的应用可以将社会热点或者是学生身边的例子引入其中,并让学生进行模仿和表演,通过这种方式更加结合学生的生活实际,也能够更好的激发学生参与到课堂学习的兴趣。

(二) 促进综合能力的提升

初中道德与法制教学中如果仅仅依靠单纯的讲授方式并不能将知识的传授和能力的培养相互结合,尤其是在思想类的课程当中,如果仅仅采用说教的方式进行理论知识的学习,学生并不能很好的理解其中的知识内容。而通过情境教学方式方法的应用,让学生在在学习过程当中可以模仿可以表演,可以观察,以此更好地促进学生综合素质的发展。

二、情境教学法在初中《道德与法治》课堂中的应用策略

(一) 创设生活情境,激发学习兴趣

在教育教学中要能够认识到生活应该是学生生活的课堂,为此,在教育教学中要结合学生的实际生活,将教学内容和实际生活相结合,以此更好地提升教育教学效果。为此,这就需要在初中道德与法治教学中为学生创设生活化的情景,引导学生真正的走进生活和知识内容,体验到知识和自身生活之间的联系,通过这种真实生活情境的创设,能够更好地激发学生参与到知识学习的兴趣。例如说在学习,可持续发展理念知识内容时,教师可以带领学生参观时间的污水处理厂,让学生实际的观察,并利用教师的阐述以及多媒体的展示让学生认识到资源浪费所带来的危害,当学生参观完污水处理厂之后,然后学生具备保护水资源的意识,以此更好地提升教育教学效果。

(二) 利用图片创设情境,提升课堂教学效果

初中道德与法制教学中会利用图片的形式为学生创设一定的情境,通过对学生图片讲解知识内容,以生动的形式进行展示,激发学生的好奇心,引发学生的想象力,让学生更加积极主动的参与知识学习当中,突破重难点,完善学生的知识体系。例如在学习《依法形式权利》的相关知识内容时,可以利用漫画的形式为学生创设相应的情景,在第一部漫画当中讲述小明通过买彩票中了大奖,过上了自己想

要的生活,漫画二是小明一直决定去买一张彩票看看自己的运气是否好,漫画三小明在中了大奖之后去兑奖,十分的高兴,最后一张是兑奖时老板并不愿意兑奖。通过这几幅漫画图片的形式而可以给学生提问,小明为了维护自己的权益去法院上诉时,如果你是法官能够维护小明的权益吗?通过这种漫画的方式激发学生的学习兴趣,让学生在观看边看漫画的过程当中对问题进行分析思考,从而习得相关的知识内容。通过这种方式让学生在讨论过程当中,突破重难点知识完,善学生的知识体系。

(三) 构建角色情境,提升教学效果

对于初中生来说表现欲望本身比较强,喜欢在舞台上展现自己,为此,在初中道德与法治教学中教师可以为学生创设一定的情境,提供学生进行表现的机会和平台,从而更好的理解相关的知识内容,加深对于知识点的理解和记忆。例如在学习诚实守信的相关知识内容时,可以让学生表演,曾子杀猪的故事内容,当学生对故事表演完之后,学生会对其中的角色有不同的理解,明明是欺骗孩子的话,为什么曾子还要去做呢,接着就是引导学生思考,如果曾子没有去做那会发生什么样的情况,然后结合学校学生的实际生活自己爸爸妈妈说出的话是否有能够做到,引导学生分享自己的生活感受让学生明白不要轻易许诺,只要许诺就一定要做到,通过这种方式让学生更好的理解知识内容,提升教育教学效果。

结语

在教育教学中要能够认识到生活应该是学生生活的课堂,为此,在教育教学中要结合学生的实际生活,将教学内容和实际生活相结合,以此更好地提升教育教学效果。为此,这就需要在初中道德与法治教学中为学生创设生活化的情景,引导学生真正的走进生活和知识内容,体验到知识和自身生活之间的联系,通过这种真实生活情境的创设,能够更好地激发学生参与到知识学习的兴趣。利用图片的形式为学生创设一定的情境,通过对学生图片讲解知识内容,以生动的形式进行展示,激发学生的好奇心,引发学生的想象力,让学生更加积极主动的参与知识学习当中,突破重难点,完善学生的知识体系。在初中道德与法制教育教学中还要不断探索情境教学法的应用策略,以此更好地发挥情境教学法的作用和价值,强化学生对于知识的理解,促进学生的全面发展。

参考文献

- [1]李萍萍.谈生活情境在初中道德与法治课堂中的应用[J].华夏教师,2020(02):24-25.
- [2]胡德雨.情境教学法在初中道德与法治课堂中的应用研究[J].才智,2019(06):39.
- [3]刘振红.将开放性教学法与初中道德与法治课相融合[J].华夏教师,2018(22):24.
- [4]仲宝琪.谈生活情境在初中道德与法治课堂中的探索[J].中国新通信,2018,20(11):194.