

# 基于素质教育改革下的高中德育教育与学生 心理健康教育融合探究

苏伟

广东省高州市长坡中学 广东 高州 525242

**[摘要]**在素质教育要求下,学生必须要走上全面发展的道路。对于一些高中学生来说,面临着巨大的学习压力,因此心理压力也有所提升。由于高中生正处于青春期,在巨大的压力下一些高中生的心理健康状态出现了问题,还有一些高中生因此出现了不同程度的心理疾病。作为一项学习压力相对较小的科目,高中德育教育可以让学生放松心态。因此,可以在高中德育教育的过程中渗透心理健康教育,在舒缓的学习氛围当中缓解学生心理压力,同时达到德育教育的要求。

**[关键词]**素质教育;高中德育;心理健康

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.02.042

德育工作的目的在于培养学生的道德品质。因此,很多时候教育的要点都是来自学生的道德素质与思想品质。目前高中生学习压力普遍较大,心理健康教育已经成为绕不过去的一项门槛。在德育教育的过程中充分结合心理健康教育,能够有效地让学生释放心理压力,并且还能够舒缓的心理状态下学习德育内容,提升学生的综合素质。

## 一、德育教育与心理健康教育的意义

首先,高中阶段是学生压力最大的一个阶段,学生生理上处于正在发育身体的青春期,类型较为敏感并且性格也较为浮躁。再加上当下大部分学生在家中都是独生子女,享受父母的溺爱,过于骄纵,一旦在学校或者生活当中遇到困难,就会导致没有受到磨练过的学生遭遇极大的打击。而一些农村地区的家长外出务工,无法及时的对子女进行教育,缺失了父母关爱的孩子将会呈现出明显的内向,这也是出现心理问题的一项关键诱因。再就是当下的网络环境较差,网络上各种乌烟瘴气的内容都会进入到学生的眼中,进而危害学生的三观与思维,导致学生心中埋下阴暗的种子。而出现心理问题并不是在短期内就会出现的,而是一个受各种诱因引发的长期影响,这种影响在高中阶段可以看到端倪,具体来说实际表现包括但是不限于:焦虑、紧张、叛逆等等,这些都会在后续发展成为不同的心理问题。例如,家中溺爱的学生,可能会发展成为暴躁、焦虑;而缺少父母关爱的学生,可能会发展成为自卑、过于内向,这些都和造成学生出现心理问题的诱因有关。在这一阶段学生最需要的并不是强制性的约束,而是较为舒缓的心理健康教育。而之所以学校心理健康教育问题反复出现,主要的原因还是在于当下的社会环境问题影响了学生,同时家庭方面也对学生也造成了一些影响,仅仅依靠教师开展心理健康教育很多时候都无法顺利的开展沟通,更不用说起到实际的效果。

当下社会发展速度比较快,对于人才的要求每年都在更新,绝大多数高中学生虽然不会毕业就进入社会当中,但是提前对学生德育教育可以有效地打好学生性格的根基,帮助学生塑造良好的三观。在德育教育的过程中,教师需要注意不仅仅需要让学生领会并熟读品德的要求,也需要让学生充分理解道德品质的内涵。德育教育与道德品质教育是相辅相成,而心理健康教育与德育内容也可以产生有效的衔接,将这几方面教育方向进行全面的整合,为学生打下良好的素养基础。目前很多学生在家中都是独生子女,享受家长的关爱和呵护,德育教育与心理健康教育融合的教育手段,让学生一方面不会产生逆反心理,另一方面也可以对学生进行必要的教育,让学生了解社会的实际状态,真正做到迎难而上,而不是在父母的保护下始终被溺爱。

## 二、德育教育与心理健康教育的联系和区别

### (一) 德育教育与心理健康教育的联系

虽然说德育教育与心理健康教育对学生造成的影响各不相同,但是站在更高的角度上来说,两者追求的目标大致上没有太大的区别。首先,心理健康教育需要寻找学生内心世界存在的瑕疵与问题,及时进行处理。而德育教育则需要分析学生当下的言行举止,了解学生的三观与思维,这两者都是对学生内心进行探究,目的都是为了保证学生的内在健康。站在实际行为上来说,德育教育中包括了心理健康教育,原因就是学生拥有了健康的心理很多时候就是具有良好道德品质的一项直接体现。并且站在教育的整体目标上来说,两种教育方式始终保持着一致,那就是将学生的长远发展设定为第一追求方向。因此,未来将德育教育与心理健康教育紧密地结合在一起,能够真正发挥出双行教育的价值与意义,让学生拥有更健康的内心以及正确的三观。

例如,在引导学生积极沟通方面,虽然德育教育的方向在于让学生养成良好的沟通习惯,拥有沟通素质。而心理健康教育的方向在于让学生可以顺利地表达出自己的想法,而不是堆积在心里。但是两者之间具有紧密的联系与一致的目标追求,两种追求方向不同,但是使用的都是让学生积极沟通的方式,以及取得了让学生开朗、乐观的共同目标。

### (二) 德育教育与心理健康教育的区别

站在教育的方向与角度上来说,德育教育与心理健康教育追求的目标较为类似,但是并不是完全相同。心理健康教育的根据在于心理学,通过对学生性格和心理的分析,了解学生当下的实际状态,分析未来学生的行为与想法。而德育教育的基础在于思想道德教育,目的在于通过教育和熏陶来让学生养成良好的性格与品德水平。两者之间的区别主要在于教育的侧重点有所不同,首先,心理健康教育比较关注对学生现有问题和隐藏问题的研究,避免学生由于现有的心理问题导致整个人生的成长都受到影响。教师在开展心理健康教育的过程中需要通过谈话、动作等等方式来取得学生的共鸣,让学生主动交流,从而了解到学生内心深处的渴望。在了解到学生存在的心理问题之后,教师需要根据学生的不同情况来选择多种解决措施。例如,定期心理疏导与谈话沟通,通过安抚、劝说、开导等一系列的措施来避免学生内心深处出现不良情绪,保证学生良好的心理健康状态。学生的心理健康教育和德育教育都需要进行定期的疏导,当心理健康教育的目的在与能够让学生表达出自己的想法时,教师再对学生进行针对性的沟通交流;而德育教育的主要目的还是在于及时纠正学生的道德品质思维误差,从而避免出现道德品质问题。其次,德育教育的关注点在于社会外部环境对于学生内心和整体性格造成的影响,德育教育的目的在于帮助学生摒除这些不好的影响,让学生的人生观、道德观、价值

观不会受到影响与损害。除了保护三观之外,德育教育也比较倾向于让学生通过自身的实际感受来在思想境界上与社会大众达成一致状态。简单来说,除了追求方向不一样之外,两种教育的方向也各不相同,心理健康教育更多的时候倾向于从外界进行影响,让学生摆脱心理阴影或者不良情绪。而德育教育则是希望可以培育一个更加强大的内心世界,让学生可以始终抵抗外界对自己道德品质和三观造成的影响。

### 三、素质教育改革下的高中德育教育与心理健康教育的融合策略

#### (一) 深入学生生活,了解学生心理

要让学生更健康地成长,首先学生就需要拥有健康的心理状态。高中阶段学生处于青春期,性格较为焦躁。而由于较大的学习压力,很多学生都会产生一些心理问题。素质教育的全面开展要求教师不仅仅需要帮助学生掌握除了理论知识之外的一些兴趣爱好,更需要让学生拥有更健康的心理和思想道德品质。德育教育与心理健康教育结合在一起,可以让德育教育的覆盖范围得到进一步的提升。同时,也能够补充一些心理健康教育缺少的内容。教师可以通过德育教育的引入进入到学生团体的内部,初步了解学生在日常学习生活过程中面临的困难,通过朋友式的管理与交流,可以大致地了解学生烦恼的原因,教师再通过自己的努力来帮助学生缓解焦虑的心态,积极帮助学生解决问题。

例如,教师在教育的过程中经常开展德育教育,通过日常沟通交流来了解学生的当下的状态。在多次与学生沟通过程中,教师发现始终有一名女同学独自在角落当中坐着,也不与其他的同学进行沟通。教师首先寻找这名同学的同学了解情况,发现是由于女同学较为自卑、胆小,再加上长时间保持孤立,自卑越发严重。在了解情况之后,教师主动与女同学开展沟通,首先需要缓解这名女同学心理的压力,以朋友的身份了解女同学的实际困难,随后在课间积极召集其他的女生来一起围绕这名女同学进行沟通交流。通过教师的努力,其他女同学积极地与这名女同学进行沟通,终于让这名女同学树立了人际交往的自信,避免留下自卑的阴影。

#### (二) 建立家校联合教育模式

德育教育与心理教育之前的关系前文已经进行了分析,而想要达到最好的教学效果,仅仅依靠教师一个人的努力是远远不够的,家长、学校、社会都需要积极参与到其中,这样才能够让学生始终感受到被关爱。在众多教育主体当中,家长对学生的了解比较深刻也比较全面。因此,教师在德育教育与心理健康教育融合教学的过程中,首先需要了解不同学生的不同状况,与家长一同制定出教学方案。家长则是需要积极与教师反馈学生在家的实际状态,方便教师对教育方案进行修订。学校方面则需要为心理健康教育和德育教育工作的融合打下良好的环境,并且通过家长会、电话等方式来与家长进行沟通,为教师与家长之间的沟通打下良好的基础。而社会公益组织和教育部门也需要关注高中生的德育水平和心理健康状态,社会上的一些先进榜样人士可以主动前往学校,与学校制定出公益演讲计划,让学生放松学习压力的同时也能够受到教育,感受到真实榜样的力量。而在教育过程中各方面的努力都是辅助作用,最关键的教育主力依旧是教师,教师需要充分与家长沟通,让家长参与到教育当中。

例如,在德育工作开展的过程中,班主任发现一名学生最近沉迷网络,经常在晚上前往网吧,教师立即联系了家长,了解学生的在家情况。发现原来是家长和学生在家中出现了矛盾,而家长脾气较为暴躁,学生也产生了叛逆心理,所以才会沉迷网吧。教师除了对学生进行了适当的教育之外,也安排家长和学生进行心平气和的沟通交流,随后这名

家长表示将会重新选择与孩子的沟通方式。经过后续观察之后发现学生行为已经好转,心理问题得到了解决。

#### (三) 依托主题班会,促进德育教育与心理健康教育的融合

在德育教育开展过程中,主题班会成了教师开展教育的关键教育载体。主题班会属于一种较为灵活的教育方式,学生也愿意积极参与到其中。因此,教师可以将主题班会作为德育教育和心理健康教育融合的关键场所。学生们在主题班会上的沟通交流,可以让学生认同他人的想法,从而开阔自己眼界,有效缓解青春期的焦虑与不安。相对于教师来说,学生与学生之间相处时间最多。因此,在开展主题班会的过程中,教师需要承担主导的工作,引导学生与学生之间开展交流,教师可以选择比较容易切入的话题,让学生自由地进行讨论。这种主题班会模式学生积极性较高,教师需要做的是在学生沟通过程中认真倾听,了解学生针对问题的不同想法。在适当的情况下,班主任还可以对学生一些较为偏激的思维进行纠正,了解学生对于新观念的接受情况,从而起到德育教育与心理健康教育的作用。主题班会主要的意义就是开展道德教育,而心理层面的引导很多时候则需要一对一的私下教育。因此,学校需开设心理疏导室、心理健康辅导室等设施,这种方式能够让学生拥有一个私下里与教师进行沟通和表达的方式。同时对于这一设施当中的教师设置,则是需要尽量选择一些具有心理学专业能力的教师,或者从校外聘请心理学人才来专门进行心理辅导,通过定期的心理辅导来了解学生的实际心理问题,做到及时进行处理。

例如,在高中一次考试当中,一名原本成绩较为靠前的学生考试失利,成绩出现倒退,学生心理产生了较大的落差,随后郁郁寡欢。针对这种情况,教师在主题班会当中就选择了《勇于面对生活当中的挫折》作为主题班会的主题,通过主题班会认真聆听这名学生的感悟与想法,一方面解决了这名学生的心理问题,另一方面也让其他的学生得到了教育。

#### (四) 自爱自立自强教育对德育教育与心理健康教育的作用

自爱自立自强,是当代高中生在生活与学习过程中必须要遵循的典范,也是始终追求的目标。这方面的教育可以有效的在根源上控制好学生出现心理问题和道德问题的可能性。自爱教育,可以让学生始终在生活当中小心翼翼的生活,重视自己,避免误入歧途。而自立教育,鼓励学生可以不再盲目依靠父母,在自己的能力范围内真正实现自己的事情自己做,避免父母的溺爱对学生的心理健康和道德品质造成影响。而自强教育,则是要让学生在学的过程中不断勇攀高峰,而不是将目光放在更短的位置上,通过自强教育,学生的思维品质水平可以得到进一步的锻炼与加强,学生一旦遭遇挫折,也能够真正永不言败,重新站起来。

#### 四、结束语

心理健康教育主要的起点在于心理学,而德育教育的起点在于道德与法治,虽然两者之间起点不同,教育方式不同,但是教育的终点都是让学生拥有健康的心理状态与道德品质。因此,两种教育方式的融合,可以为学生创建出更全面、更具体、更实效的教育方案,让学生对未来与生活产生更加详细的认知和了解。

#### 参考文献

- [1]丁海华.高中德育教育与心理健康教育融合途径管窥[J].课程教育研究,2017(25).
- [2]胡寒春,黄建榕.高校德育与心理健康教育的融合共生路径探讨[J].思想教育研究,2017,(12):118-121.