

# 初中心理健康教育实施策略的研究

乔 祯

(山西省山阴县北周庄小学 山西 山阴 036900)

**【摘要】**近年来,受巨大的学习压力、人际交往压力等方面的影响,初中生的心理负担越来越重,心理健康存在问题。这影响了初中生的身心健康。本文讨论了初中心理健康教育实践的有效策略。

**【关键词】**初中教育;心理健康教育;教学策略

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.806

初中生正处在人生成长与发展的关键时期,他们也是国家未来的建设者与接班人。因此,对于初中学生心理健康的发展现状进行深入研究,并且采用积极有效的心理健康教育,对其未来的发展有着极为重要的影响。

## 一、转变观念

在社会快速发展的背景下,人们除了满足物质层面的需求外,心理层面的健康发展也需要得到关注。学生的健康发展,茁壮成长不应该只停留在学生身体健康,学习进步,更应该包括精神、心理层面的内涵。因此,学校应该对学生的心理健康发展引起重视,认识到初中生阶段心理健康教育对学生的重要性。当前研究表明,心理变化的高发区在青春期,中学生存在的心理问题普遍过多,如学生面临升学压力,内心压抑,心理脆弱等,与人际交往困难,暴力倾向等问题都表明学生心理健康发展水平不高,学校应该转变传统的教学观念,重视学生的心理健康教育。学校培养是以学生为本,以促进学生全面发展为目标,因此,要知道,培养学生除了具有丰富的知识外,还要求有健全的心理素质这样才能帮助学生走进社会,在面临困难时保持积极乐观的心态,充分发挥自身潜能等。所以,学校心理教育课程不应该成为一种摆设,成为一种应付检查的工具,而应该注重课程价值的开发,真正让它名副其实。

## 二、优化环境

学生的心理状态往往受到环境的影响,因此,班主任应该使班级的环境得以优化,使学生的心理始终保持健康的状态。首先,班主任应该使班级的人际环境得到优化。学校的人际关系主要包括教师和学生之间的关系以及学生和学生之间的关系。如果在班级内部没有和谐的人际关系,则会为班主任的班级管理工作带来一定的困难,对学生心理健康发展也是十分不利的。班主任在平时应该也学生之间建立一种和谐、平等的师生关系,还要引导学生之间团结互助,建立良好的友谊。其次,班主任应该使班级的人文环境得以优化。班主任在班级管理的过程中要尽量采用民主的形式,在选举班干部时还可以让学生通过投票的方式进行选择,使班级的班干部更加符合学生的心理意愿。班主任还要在班级内部经常组织文娱活动,激发学生参与班级活动的积极性。最后,班主任应该使班级的心里环境得以优化。教师要呼吁同学之间互相帮助,并且尽自己的能力来帮助有需要的人,培养学生们的社会责任感,同时也使学生切实感受到来自社会的温暖。

## 三、融合德育

基于心理健康教育与德育之间的互补性,可以通过结合两种教育系统的主要教育方法,来将其具有的优势呈现出来,德育系统中的常用教育方法有榜样示范、说服教育与集体灌输等,其缺少对学生内心的关注,削弱了教育实际效果,但是德育具有成熟完备的教材与教育系统。在进行心理健康相关的课程时,教师可选用多种教学方法,教育形式也各有不同,包括心理疏导与咨询、拓展性心理素质训练等。结合两种教育方法后,教师要注重德育教育的内化,可采取心理健康课程形式来传达德育教育内容,注重安排实践类活动,将心理健康理

念渗透德育中,让学生能够主动地用德育要求来约束自己的行为,通过心理实践与德育理论相结合,来让初中生形成更为强烈的道德认同感,学生可在德育课堂中展示出自己的情感需求与感性经验,优化德育教育的体验感受。我们知道,德育教育工作本身存在社会性功能,其传递出道德规范、思想观点与政治观点等,内容上存在的单一性导致学生在德育中的积极性较差,将心理健康教育理念直接引进到德育活动中,注重考查初中生心理发展的基本特征与规律,增设青春期的心理健康答疑与心理卫生教育等内容,使德育能够直接地服务于初中生,在德育中也更多地关注学生的现实生活。

## 四、注重体验

丰富多样化的心理健康教育活动,一是有利于学生之间积极健康的同伴关系养成;二是利用安全的实践活动帮助学生正确面对生活中的挫折与困难,提高情绪管理能力和进行科学的挫折教育。教师组织的实践活动都可以帮助青少年找到自己的角色定位,促进青少年的心理素质与实践能力的提升,有利于心理健康品质的形成。实践活动也可以让老师和学生之间互相发现对方的闪光点,促进师生之间的相互信任,提高学生的身心健康和谐发展。在针对初中生所开展的心理健康教育活动时,必须要注重学生的体验。由于心理健康教育并不是简单地进行心理理论知识的灌输,因此,需要关注学生自身的体验与感受。教师可以借助心理健康教育课程、具备发展性特征的团体辅导等形式来开展对学生的心理健康教育。另外,教师还可以为学生们开展一些符合当前需求的心理健康知识方面的讲座。初中阶段的学生虽然已经初步具备一定的价值取向观念,但是他们对于事物的认识,还有待进一步提升,需要教师进行专业化的指导与帮助。因此,初中心理教师需要系统化、有针对性地为学生讲解相关的心理健康知识,引导学生在遇到心理问题及时找老师寻求帮助,从而促进学生积极健康心理状态的养成。比如,可以邀请一些学生比较喜欢的或者是能够对学生的行为产生积极影响的人士参与讲座与交流,鼓励学生积极主动地参与体验与互动;向学生提出一些与当前心理发展实际关联性较强或者是学生比较关心的问题,最终促进学生实现心理健康发展。

综上所述,心理健康教育对初中生未来的发展和成长有非常重要的意义。为此,教师应对原有的活动课程进行全面分析和研究,并做好相应的分析和优化工作,使学生可以有效融入课堂。如此一来,学生的心理发展便会得到一定程度的改进,从而更好地面对未来的学习和生活。

## 参考文献

- [1]陈凯,刘惠.初中生心理健康教育工作探索与实践[J].决策探索,2020,(20):73-74.
- [2]马彦荣.初中生心理健康教育误区及对策[J].教育艺术,2020,(9):7.
- [3]朱凤玲.初中生心理健康教育研究[J].中国校外教育(中旬刊),2020,(8):40,58.

# 小学德育生活化教学策略试析

陈 玉 林

(重庆市巫山县两坪小学 重庆 404701)

**【摘要】**随着近几年国家提出的素质教育,学校不仅仅传授给学生各科的知识,还要培养他们的综合能力。特别是在道德素质教育方面,学校要对学生进行德育,这对树立学生的价值观是有这非常重大的意义,同时学校在社会和家长的监督下进行德育教育,学校担任重任。但是在进行德育工作的时候也存在着一一些问题。所以下面将根据学校进行德育工作的时候遇到的困难和策略进行分析。

**【关键词】**小学德育;生活化;教学策略;试析

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.807

在新课改的背景下,德育教育工作在小学教育中显得尤为重要,随着社会的进步,小学学校的德育工作受到人们的广泛关注。以生活化的方式进行小学德育教育是实施德育的最佳途径,也是让学生更容易接受的途径。之前的德育教育方式已经不能满足于教育的发展需求。因此,小学学校要充分重视德育教育,要对在德育教学中出现的问题和策略进行研究,以此来提高德育的质量,从而促进教育事业的发展。

## 1 当前小学德育工作面临的问题

对小学生进行德育教育是很重要的,小学生他们还比较小,不能分清事物的好坏,逻辑思维能力也不强,不能清楚的知道社会上事物带给他们的利弊,所以,学生很容易被社会上不好的东西影响,不能很好的辨识事物的好坏。老师给学生讲授德育知识时,一定要根据学生的特征,要从他们的角度考虑、分析问题。但是德育工作和其他工作是不大相同的,在真正实施的时候,有许多的困难和问题。

### 1.1 德育方式比较单一

小学生每个人都有自己的特别之处,但大多数老师在讲授德育教育时,仍是使用之前的授课方式,给学生讲述课本上面的知识,还会经常给学生讲一些大道理,讲马克思主义或者毛泽东思想这样的理论知识,小学生的理解能力不是很好,不能消化这些知识。老师没有根据小学生的接受能力讲德育知识,致使学生在现实生活中遇到类似问题的时,没有办法解决,因此导致老师的德育教学不能很好的开展。

### 1.2 忽略环境的影响

外在环境对德育教育有着很大的影响。有很多德育教育者在进行德育教育的时候忽略了这方面的影响,对环境的文化建设不看重。特别是网络环境带来的影响。网络时代是一个开放的时代,在网络上每个人可以发表自己的观点。所以建立一个健康的网络管理制度是目前的难题。其实,相关政府之前也推行过相关法律,但是网络上的个人信息泄露、网络诈骗等还是会存在,这就给网络造成了非常不好的影响。由于小学生的年龄尚小,心智还不成熟,所以他们对网络上东西不能分辨好坏,很容易被错误的思想观念所影响,走上歪路。由此来看,学校应该对校园的文化建设加强重视,要给学生营造一个积极向上的校园环境,从而更好的促进学生的健康成长。但是有很多学校不重视这方面的影响,很多文化知识过于陈旧。在信息时代的快速发展下,要与时俱进,及时更新校报上面的信息。还有就是网络的快速发展使很多家长成为了低头族的一员,小学生的模仿能力是非常强的,家长也是学生的“老师”,在家庭教育中更要教育好自己的孩子,要对学生进行正确的引导,让学生进行健康的身心发展。

### 1.3 教师不注重自身的素质水平提高

老师是德育工作的执行者,他们的素质水平对德育的效果有着直接的关系。然而在小学校园中,很多的小学教师的水平是不相等的,素质水平总体偏低,还有就是老师在进行的工作教育的时候忘了去提高自身的素质水平。有很多老师没有明白文化教育的性质,老师在德育过程中过多的将目光放在课本知识上面,对真正德育教育的目的有所忽视,只是为了完成教学任务而教学。所以老师要重视自身的教学水平,提高自身素质水平,以此来更好的教授学生。

### 1.4 德育的实施效果不好

在小学德育工作的进行中,有一些老师为了将自己的授课观念灌输给学生,在课堂上安

排了很多的授课活动,授课活动多对学生积极性是非常有利的。但是在目前阶段还有一些德育活动的设计出现了一些问题,只是从老师和家长的角度出发,并没有考虑到学生。这样,德育授课就缺少了一些现实性,忽略了学生在教学中的主体地位,从而会导致德育的效果不好。

## 2 小学德育生活化教学发展策略

### 2.1 创新多样的教学方法

小学教育要求“以学生为主体”,创新出各种各样的教育方式,主要有以下几个内容:一是老师要使用因材施教的方式,因为每个同学都有自己的思想、理念,他们是一个单独的个体,老师在进行德育教育的时候要根据每个学生不同的性格特点进行不同的教育方式,要尊重学生,那么学生也会尊重他人,以此形成正确的价值观;二是老师在德育过程中要多使用实践教学法,老师在讲课时不要一直讲述课本上的知识,这样学生会失去学习兴趣,要多采用一些可以让学生在生活或课下实践的德育知识,让学生在帮助别人时的时候感到乐趣,在帮助别人时的时候体会德育知识的想要表达的意思,从而形成良好的道德品质。

### 2.2 加强专业教师队伍建设

老师要正确引领学生树立正确的价值观,那么老师提高自身的道德素质也是非常必要的,所以学校要加强老师的队伍建设。首先学校在招聘的时候要提高要求,可以简单的通过一些测试来得知老师的道德水平,其次学校要对老师加强道德素质的教育,提高老师这方面的水平。最后老师要注意自己的行为,老师的行为会在无形之中影响学生。学校要定期对老师进行培训,从而提升老师的道德水平,进而更好的进行德育工作。

### 2.3 探索小学德育方式

网络上有很多德育教育知识,这就为老师提供了便利,老师要与时俱进,总结经验、汲取教训,从而制定出更适合学生的教学计划,提高教学水平。要想达到这样的目标,首先老师要积极接触网络知识,运用网络的特点去学习德育知识;其次,可以设立一些相关网站,通过网络去发现小学生德育思想的漏洞,发布论点、德育知识来提升学生的德育素养。

### 2.4 营造良好的德育环境

学校是学生学习成长的重要场所,在学校中给学生营造一个良好的学习氛围是非常重要的。学校还要为学生营造一个良好的德育氛围,让学生在校园中可以经常看到关于德育内容的一些名言警句或者常识,要在他们的生活中经常加入一些德育内容,这样可以使学生更好的学习德育知识,提升自己的道德素养。

## 3 结束语

总之,小学德育教育在小学中是非常重要的,德育可以帮助学生认识到道德方面的知识,让他们知道道德的重要性,可以帮助学生建立正确的人生观、价值观,可以使他们往一个好的方向发展。

## 参考文献

- [1]钱张芬.小学德育生活化教学策略分析[J].东西南北:教育,2019(9):0189-0189.
- [2]陈剑锋.小学德育生活化教学策略探析[J].考试周刊,2018,(22):10.
- [3]卓发新.解析小学德育生活化教学的现状及对策研究[J].教育科学,2016,(09):216.