

出的问题,教师根据学生表现与回答情况针对性指导学生;其次是引入积极的教育内容,基于积极心理学取向应该引入更加积极向上的心理健康教育内容,这样才能引导学生积极地面对生活与学习。

## 二、基于积极心理学取向的高中心理健康教育活动课策略

### 2.1 引入心理健康的主题

开展高中心理健康教育活动的过程中,教师应该基于积极心理学取向,引入与之相关的心理健康的主题,并通过展示相关的图片、短视频与文本信息,帮助学生直观感受的基础上更好地理解主题,认识到心理健康教育的重要意义<sup>[2]</sup>。

积极心理学包含有六大美德共二十四项的积极心理品质,可以总结为智慧的知识、勇气与真诚、仁爱与友善、公平与正义、自律与宽容、心理的超越,不同年级的心理健康课程需要培养学生不同的心理品质,因此也需要引入不同的心理健康的主题。高中阶段主要是培养学生积极地面对学习与生活的品质,培养学生信念与希望、执着之心、创造力等。比如教师可以引入自律为主题,并结合生活中的克制消费、与同学闹矛盾时调控情绪、自觉参与探究学习与规范日常行为等内容,将与之相关的情境通过图文和视频的方式展现出来,引入心理健康的主题。

### 2.2 创设实际生活的情境

在高中心理课堂教学中,教师应该根据心理健康教育的相关主题,引入或者创设相关实际生活的情境,这些情境可以是生活中发现的,也可以是虚拟或者模拟的,通过展示与心理健康相关的生活情境,引导学生思考与探讨<sup>[3]</sup>。教师应该根据学生的具体回答情况进行总结,引导学生以积极的态度解答这些问题。

例如,教师可以利用多媒体展示提前制作好的电子课件,包含有实际生活中的各类情境,通过先引入生动情境、再提出问题、最后总结的方式,更好地让学生认识到积极心理的重要作用,促进学生以积极的心理解决各类问题。比如教师可以展示以下几个生活情境:小王因为期中考试成绩不理想而垂头丧气;小李因为一次足球竞赛的名次靠后而放弃练习足球;小兰因为与同学发生口角而懈怠学习。之后提出相关问题:以上情境中的人物做的对吗?如果我们遇到这些问题应该怎样面对?在学生回答之后进行总结,引导学生以积极的心态解决类似的问题。

### 2.3 加强师生的相互联动

高中心理健康课程的教学中,提高心理健康教育活动的教学质量,以及提升教学的效率,都应该加强学生与教师之间的沟通与交流,开展这样心理课程教师才能全方位地了解学生,走进学生的内心,找到其中的问题所在,并针对性地疏解学生。教师可以引入高中生常见的学习问题,也可以引入生活中常见的问题,先让学生发表自己的观点,之后再根据学生的观点进行针对性地教育。

例如,教师可以提出一些学生能够接触到的、社会中的热点问题,先让学生说说自己的看法,之后再根据学生的具体看法进行相对应的指导与教育。对于努力学习这个永恒的话题,教师可以引入高中生学习中时常遇到的问题,比如考试成绩不理想、自己的付出没有看到回报等,让学生先自由表达,之后进行相关引导,引导学生以更加积极的心态面对这些问题。教师可以通过理论讲解加案例分析的方式,让学生认识到:成功不是一蹴而就的,它是一个长期坚持的过程,所谓不积跬步无以至千里,只有进行持续不断地努力学习,总会取得不错的成绩,要相信自己,成功正在不远处招手。

### 结束语

综上所述,本文主要探究基于积极心理学取向的高中心理健康教育课,教师应该根据积极心理学的主要内涵,结合高中生现阶段面临的主要学习问题与生活问题,通过科学设计心理健康教育课,引入心理健康的主题,创设实际生活的情境,加强师生的相互联动,以此解决高中生面临的各类问题,引导与促进学生以积极向上的心态面对学习与生活,并有所创新与创造,不断地修炼自己的内心,提高抗压能力与心理承受能力,提高自身的综合素养。

### 参考文献

- [1]白晔.积极心理学取向的高中心理健康教育课设计与实施研究[J].基础教育研究,2016,000(019):66-70.
- [2]覃兆春.积极心理学取向的高中心理健康教育课设计与实施研究[J].教育(文摘版),00026-00026.
- [3]白晔.积极心理学取向的高中心理健康教育课研究[J].基础教育研究,2018(3):75-79.

# 浅议改进道德与法治教学

赵英姬

(吉林省梅河口市朝鲜族中学 吉林 梅河口 135000)

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2019.11.037

思品教学活动是教师和学生的双边活动过程,在这一过程中,为适应素质教育的新形式。一方面,思品教学必须打破以教师为传统的教学模式,充分发挥学生学习的主体作用,变教师“讲”为主为学生“学”为主,变教师是“演员”、学生为“观众”为教师是“导演”、学生是“演员”的师生同台“演出”,使教师在教学中的主导作用与学生的主体作用更积极、更有效的统一起来。其中更为重要的是充分调动和发挥学生的积极性,使其真正参与到教学活动中。另一方面,在教学中应针对不同内容,采用讲授法、课堂讨论法、教师指导法、调查法、实例教学法等不同方法,打破课堂教学一支笔、一本书、一张嘴一统天下的局面,把录音、录像、电影、电脑等切实引入课堂,在客观上形成有利于学生独立思维和创造性学习的有利环境。

疑,民主、宽松、和谐的课堂气氛使学生心情愉悦,进而增强其对知识的渴望,积极地参与到教学活动中,其内在的新思品教学大纲明确提出:“教学过程中,教师要充分发挥创造性,依据学生的年龄特点和认知水平,设计探索性和开放性问题,给学生提供探索的机会,让学生在观察、操作、讨论、猜测、归纳、分析和整理的过程中,将自己融入思品教学过程。”为此,在思品教学中,要求教师必须适应这种新要求,不断学习和更新教育理念,改进思维方式,教学模式及方法,真正做到放手手脚,充分发挥学生自身才能,使其真正参与到教学活动中,激发其对学习的兴趣,调动其学习的积极性、主动性,变枯燥为有趣,变苦学为乐学、好学,进而收到思品教学的实效。

### 一、更新教学模式,改进教学方法

营造民主、宽松、和谐的教学氛围著名心理学家曼德勒提出:“环境刺激引起认知解释,认知解释引起唤醒的知觉,唤醒的知觉导致情绪体验。”明确道明了情境对情绪的影响。现实生活中,每个人都有这样的感受:在心情良好的状态下学习工作、生活会精神饱满,思维流畅,思路开阔,动作敏捷;而在心情低落或压抑时会感受到精神恍惚,思路阻塞,动作迟缓等。无学习潜能也可更好地得到发挥,使教师和学生之间产生一种“心理相容”“情理交融”的心理氛围,从而取得“情通理自达”的效果。因此,教师要关注学生的情绪体验,积极鼓励学生提出自己的不同见解,使其智慧火花得到闪现。

理论联系实际,注重学生创造性思维能力的培养列宁曾明确指出:“没有革命的理论,就没有革命的实践。而理论只有被广大人民群众所接受,才能转化为人民群众的自觉行动。”要让思品教学更好地取得实效,真正达到提高广大青少年思想品质和道德觉悟的目的,应当做到以下两点。

其一,教学中注意学生创造性思维能力的培养。学生学习的过程,不是简单的接受知识的过程,而是创造性思维劳动的过程。苏霍姆林斯基说:“在人的心灵深

处,都有一种根深蒂固的需要,这就是希望自己是发现者、研究者。在儿童的精神世界里这种需要特别强烈。”这里的需要,实质是一种潜在的创新意识和创新精神。因此,教师在教学中必须充分重视加强创新思维培养,使学生学有所得,才能真正把学生吸收到教学活动中,增强学生学习的积极性、自主性和创造性。

其二,从学生周边实际和社会发展实际出发,做到理论联系实际,深入浅出,变枯燥乏味为有趣有味。如在讲授“世界舞台的中国”时,联系我国在解决朝核问题、印度洋海啸中,中国进行大规模的对外援助等内容;目前我国国民生产总值居世界第四,进出口总额居世界第二,对世界经济贡献率达13%以上;中国在法国、美国成功举办文化年活动;2008年北京奥运、“嫦娥一号”成功发射、神七太空行走等政治、经济、文化发展的重大社会热点,使其自觉不自觉地感悟到中国是世界上变化最大、发展最快的国家之一,感悟中国国际地位日益提高的现实,进而培养其爱党、爱国的自觉性。在讲到集体经济及其多种实现方式时,系到农村家庭联产承包责任制及乡镇企业等身边实际,从而提高了其认知能力,激发了其学习兴趣,提高教学效果。

### 二、适应学生身心发展的特点和需求,注重学生的养成教育

思品教学活动要遵守教育教学规律,适应学生身心发展的特点和需求,切实做到有的放矢,才能收到实际效果。思品教学活动本身不是简单的知识传递,更为重要和更为根本的是学生思想品德的养成教育活动。这就要求我们在思品教学中必须坚持以育人为中心,而不能把它当作简单的“智育”过程来完成。也正是如此,在教学中就更需要适应学生的身心特点和认知规律,贴近其心理需求,符合其思想实际,充分考虑学生的实际接受能力,使其乐于接受。从而使学生自觉地运用所学知识指导自己的学习生活实践,转化为实际行动,达到知与行的统一。

### 三、实现智育和德育的有机统一

思品课兼具智育和德育两大功能,从学科知识的角度来讲,从属于社会科学领域,从这一角度讲是智育;从进行马列主义、毛泽东思想教育,树立科学的世界观、人生观、价值观角度讲,这又是德育。赫尔巴特指出:“教学如果没有进行德育教育,只是一种没有目的手段;道德教育如果没有教学,就是一种失去手段的目的。”对于思品课教学来讲,尤其如此。一方面,加强马列主义知识教育,丰富学生头脑,有利于提高学生的思想认识,使之具有坚定正确的政治方向,明辨是非善恶,热爱科学,追求真理,促使其思想品德的形成与发展;另一方面,正确的思想、健康的情感、坚强的意志、良好的习惯的培养,又制约学生的学习目的、方法和毅力,促使其珍惜时间、自主学习、不畏艰难、勇攀高峰,因而,在思品教学中要坚持科学的育人观,既要反对重智轻德,又要反对重德轻智的错误做法,切实做到既教书又育人。