

# 构建初中心理健康教育课程体系的思考与实践

廖广宁

(广东省高州市大井中学 广东 茂名 525200)

**【摘要】**在初中学校建立心理健康教育课程体系变得十分重要和关键,该体系有利于促进学生心理的健康发展。对此,本文首先概述建立心理健康教育课程体系存在的问题和优点,然后阐述开展心理健康教育课程的必要性,最后详细阐述建立心理健康教育课程体系的具体思考和实践方法。

**【关键词】**初中心理健康;课程体系;思考与实践

初中时期,学生的心理和身体都在逐渐成长和发育,他们的思想在渐渐改变,很容易被生活中的一些事件和信息影响,产生自卑等心理。如果没有解决学生的这些心理问题,就会影响他们的成长,甚至会出现过激行为,造成十分严重的后果。为了解决这些问题,学校要构建心理健康教育课程体系,开展各项教育活动,推动学生心理方面的健康发展。

## 一、构建心理健康教育课程体系存在的问题和优点

现阶段,很多初中学校没有正确认识心理健康教育的重要性,也没有建立完善的心理健康教育体系。通常情况下,学校都是安排几名老师为学生辅导心理问题,缺乏针对性,或者一些学校虽然设置了心理课程,但是这些心理课程没有针对性,教材内容无法满足学生的需求,缺少辅助心理教学的设备和设施。在出现这些问题的基础上,提出构建心理健康教育课程体系<sup>[1]</sup>。但是,有些人认为构建心理健康教育课程体系虽然很重要,然而不需要立刻建立,可以等教学条件好一点以后再建立该体系,这些情况都阻碍了心理健康课程体系的构建。如今,心理问题成为阻碍学生发展的关键原因之一,为了解决学生的心理问题,可以建立心理健康教育课程体系,一方面可以促进学生学习成绩的提高,另一方面可以促进学生的全面发展。所以,不管是老师还是学校行政领导,都需重视心理健康教育课程体系构建。

## 二、构建初中心理健康教育课程体系的必要性

新课改中对心理教育课程提出了一些新的要求,初中学校要重视心理健康教育课程,树立正确的教学观念,采取正确的教学方法开展心理健康教育工作,在各科教学中渗透心理教育内容,培养学生的综合素质。因此,构建初中心理健康教育课程体系显得尤为重要。构建心理健康教育课程体系,可以更好地配合初中心理健康教育工作的开展,提高心理健康教育课程的有效性。面对心理教育方面存在的问题,学校要充分发挥自身的作用,培养全面发展的人才。学校要重视构建初中心理健康课程体系,完善心理教育设备设施,聘用专业的心理老师,开展心理健康教育活动,对学生的心理进行辅导,为开展心理健康教育工作奠定基础,从而推动心理健康教育的发展<sup>[2]</sup>。

## 三、构建初中心理健康教育课程体系的实践

### (一) 制定明确的课程目标

教育改革中明确提出有关初中心理教育课程的要求,要求学校在开展心理健康教育课程时,要制定课程目标,协助学生树立正确的价值观念,使学生学会控制和管理自己的情绪和心理,找到符合自身情况的控制方法,更好的调节和控制情绪,提高学生的综合素质,促进学生社会竞争力的提升。心理老师要对存在问题的学生进行辅导,对这类学生给予足够的关爱,促进他们心理的健康发展,进而构建初中心理健康教育课程体系。举个例子,对学生开展心理教育的过程中,可以针对学生的不同年龄阶段设定不同的课程目标,如提高学生的抗挫能力,学会控制自己的情绪等,聘用专业的心理老师,开展讲座活动,由这类老师对学生进行辅导,提高心

理辅导的专业性。学校根据不同年龄阶段学生的心理发展特点,制定明确的课程目标,从而保证心理健康教育课程开展效果。

### (二) 加大开展各科教师心理知识培训力度

不仅专业的心理老师要掌握各种心理知识,而且其他学科的老师也要掌握一些心理知识。在构建心理健康教育课程体系的过程中,要对学生进行全方位的心理教育。老师既要在学习中关注学生的心理问题,还要在课余生活中关注学生的心理问题,如果想全面关注学生的心理,就需要各科老师的不懈努力。对于一些非专业的心理老师来说,这无疑提高了对他们的要求。所以,学校要加大对老师心理知识的培训力度,把心理教育渗透到各科教学中。举个例子,学校一方面要对学生进行心理辅导,另一方面也要为老师组织一些培训活动,在课余时间对老师进行心理知识的传授,保障每位老师或多或少都掌握一些心理知识,在教学中可以充分利用这些知识,对学生进行心理教育。如果老师掌握心理健康知识,那么也可以在潜移默化中将这些知识传授给学生,促进学生的心理健康,帮助学生树立正确的价值观和人生观,从而促进心理健康教育课程体系的构建<sup>[3]</sup>。

### (三) 组织各种可以促进学生心理健康发展的活动

心理教育不仅可以在课堂上完成心理知识的传授,还可以通过组织各种活动达到心理教育的目的。开展心理教学时,要根据学生和学校的实际情况,以及学生心理方面的需求等内容组织教学活动。如果只依靠课堂教学的模式,则无法满足学生的需求,那么就容易使学生失去学习心理健康知识的兴趣。因此,教育部门和教师要积极探索,找到合理的教学模式和教学方法,激发学生学习心理知识的兴趣。举个例子,学校可以开设各种专题的心理讲座,讲授一些常见心理问题的处理方法,如交往问题、考试焦虑问题等,也可鼓励学生建立心理社团,由社团的学生去了解学生的心理状况,若是遇到心理存在问题的学生,第一时间报告给老师,由老师对其进行引导和辅导,做到防患于未然,促进学生心理的健康发展。

## 四、结束语

总而言之,大部分初中学生的心理还没有完全发育,在这个阶段对学生进行心理教育可以达到事半功倍的效果,所以,在日常教学的过程中,老师要构建心理健康教育课程体系,对学生进行心理辅导,促进学生养成良好的行为习惯和心理素质,让学生健康成长。

## 参考文献

- [1] 崔静. 构建初中心理健康教育课程体系的思考与实践[J]. 好家长, 2018, (5): 85-85.
- [2] 邵晓洁. 构建初中心理健康教育课程体系的思考与实践[J]. 名师在线, 2019, 82(9): 28-29.
- [3] 叶思恩. 提升心理健康教育课专业性的思考与实践——基于厦门市初中心理健康教育教研工作经验[J]. 中小学心理健康教育, 2019, 392(9): 34-37.

# 以人为本理念在初中班主任工作中应用

林国通

(廉江市长山中学 广东 廉江 524400)

**【摘要】**在素质教育改革不断深入的背景下,以人为本教育理念逐渐被应用到班主任工作中,促进了教育事业的健康发展。本文先简单介绍了以人为本理念在初中班主任工作中的意义,并根据初中班主任工作存在的问题,重点分析了一些以人为本理念下,初中班主任工作的具体策略,以供参考。

**【关键词】**以人为本;初中班主任;应用

## 引言

以人为本教育理念,指的是在教学管理工作中,班主任要尊重学生的主体地位,应重点培养学生的自我管理能力和引导学生自我教育,使其可以有效地学习和探究,以此来促进学生的全面发展。

## 一、以人为本理念在初中班主任工作中的意义

传统的教育观念下,班主任是班级管理的主体,也是学生的主要领导者,学生的一切活动都是由班主任来决定。但在这种教育理念下,学生的个性化发展受到的严重影响,并使得学生对班主任的依赖性越来越强,这不仅让班主任的工作量与工作压力不断增大,还无法对学生进行有效的教育培养。

而在以人为本理念下,一方面可以促进初中班主任管理工作的顺利开展。班主任的教学理念与班级管理的成效有着直接联系,班主任通过有效应用以人为本理念,能够促进学生自主人格的健全发展,使学生在学习中积极探究,形成良好的班风,为班级各项工作的开展打下了良好的基础。另一方面,有助于促进学生健康成长。在以人为本理念的指导下,初中班主任不仅创新了班级管理方法,加快了教学管理模式的改革,也增强了对学生的教育培养,促进其健康成长。此外,应用以人为本理念,也是新课改的客观需要,对推动初中班主任工作的健康发展具有积极的作用<sup>[1]</sup>。

## 二、初中班主任工作中存在的问题

### 1. 对以人为本理念的认识不深刻

新课改下,初中班主任需要基于以人为本理念,加强对学生的有效教育培养,积极引导参与各种教学活动,促进学生健康成长。但是,在实际的初中班主任工作中,班主任对以人为本教育理念的认识不够深刻,没有重视以人为本理念的应用,有的教师在传统教育思维的影响下,习惯对学生进行直接管理,而学生也习惯了传统的教学管理模式,这样无法有效发挥学生的主体作用,阻碍了学生的全面发展。班主任是班级活动的组织者,其所具有的教育理念会直接影响到学生的健康成长,所以班主任需要认识到以人为本理念应用的必要性,并在实践中不断探索多样化的应用途径,为学生的全面发展提供帮助。

### 2. 班级管理方式单一,教学效率低下

以人为本教育理念,强调学生的主体地位,要求教师可以在教学活动中体现学生的主体性,引导学生发挥自身的能动作用,积极进行学习,使学生可以清楚认识到自己的不足,并通过不断学习来完善自己。但是,在初中班主任工作中,班主任的教学管理方式单一,大多数的班主任都是以刻板、具体的规章制度来约束学生,或者就是以奖惩式的教育管理方式进行,这既不利于激发学生的学习兴趣,甚至会