

心理健康教育在道德与法治学科中的渗透

周 曲

(长沙市中雅培粹学校 湖南 长沙 410300)

[摘要]在初中学习中,道德与法治学科的教学内容已经不再只涵盖道德与法律两个板块,对心理健康的教育也在逐步加深,成了初中时期主要的心理健康教育课程。初中生处于一个快速发育的过程,面对逐渐加重的学业压力与青春期的到来,一些心理健康问题凸显的情况也日益加重,对学生的心理健康教育已经不容忽视。本文将简要阐述一些初中生常见心理健康问题,进而分析心理健康培养的重要性,最后提出心理健康教育如何在道德与法治学科当中进行渗透。

[关键词]心理健康教育;初中教育;策略途径

引言

道德与法治学科以初中生生活为基础,通过生活中的种种案例对学生进行思想品德上的培养,是一门富有人文性的学科。帮助学生成为更加积极向上,具有良好三观的当代正能量学生。对学生品格道德上的培养在一定程度上也是对学生心理健康的教育,可见初中生在这个时期对心理健康教育也是非常重要的。如何将心理健康教育更好的融入道德与法治学科的教学过程中,初中生有哪些常见的心理健康问题都是非常值得思考的问题。

1、初中生常见的心理健康问题

初二初三对于学生来说是一个压力倍增的时期。首先由于新科目化学、物理的加入,使得学习更为紧张,化学物理对于一些初中生来说是全新的,毫无基础的科目,一些学生的学习差距就会瞬间拉大。并且这两个理科学科都具有一定的学习难度,学生在学习的过程中如果不及时调整好心态,找到适合自己的学习方式,就会使得自己与其他学生之间的差距越来越大,进而造成较大的学习压力。另一方面,初三作为初中学习中最关键的一个时期,马上面临中考,这是学生学生生涯中第一次重大考试,来自老师与家长施加的学习压力激增,就会造成学生的焦虑情绪。过于焦虑会导致学生失眠、上课注意力不集中、精神衰弱、记忆力下降等情况。这些负面心理都会导致学生在学习中表现较差,甚至影响学生的个人生活。另外,还有一些来源于家庭、师生关系之间的心理问题。来源于家庭的心理健康问题往往由于家中父母对孩子的关注较少、父母对孩子过于强势古板、家庭条件较差等因素。这些家庭问题都会导致学生出现一些过于内向、叛逆的行为表现。来源于学生之间人际关系的心理问题可能由于校园欺凌等问题产生,被欺凌的学生很可能出现自卑、自闭、难以对他人产生信任的心理健康问题,而校园欺凌可能也会对那些围观的学生造成一定的心理伤害。师生关系之间,一些过于严厉的老师可能会加重学生的自卑自闭心理,使得学生无法正确的认识自己,从而更不敢积极表达自己。

2、心理健康教育的重要性

对于学生心理健康的教育已经越来越不容忽视。首先在初中生这个阶段,学生会面临来自多方面的压力与挑战,如何将压力挑战转化为动力,需要对学生进行积极的心理引导。初二初三陡增的学习压力、懵懂的青春期、与父母同学老师的人际交往对初中生来说都是敏感的,如果缺少积极的心理健康教育,一些心理健康问题就会在此时产生,一直伴随学生以后的成长,甚至影响学习与生活。心理健康教育不仅仅是帮助学生排解一些负面心理健康问题,更是帮助学生成为积极向上的人,拥有自我辨别、自我肯定的能力,让学生意识到自身的价值,不因为一些外界原因轻易否定自己,并且有调节自己的能力。这些能力对于初中生的成长来说至关重要,不仅仅会对学生的学习产生积极影响,更是对学生自身以后的生活起着积极作用。

3、心理健康教育如何在道德与法治学科中进行渗透

3.1立足生活,深度结合课程资源

道德与法治的课程来源于生活,以生活中的种种事例对学生积极引导。

在引导的过程中,深度挖掘课程内涵,积极拓展联想,为学生带来积极的心理健康教育,让学生从生活实际中感受到正确的三观与心理建设的过程。例如八年级上册《道德与法治》中,以尊重为原则如何与人展开和谐的人际交往。学生往往对尊重有一定的理解,但对不尊重他人会造成什么样的后果、尊重还有哪些具体表现等问题都不了解的不透彻。针对这些问题展开心理健康教育,帮助学生了解尊重他人的重要性,了解一些负面心理问题的产生于具体表现,可以让学生更深刻的了解到心理健康培养的重要性,对于一些已经产生一定的心理健康问题的学生,在教育的过程中也要提出如何进行负面心理的舒缓与引导,让学生通过受教育的手段减轻负面心理带来的消极影响。

3.2树立榜样,注重内在品格培养

《道德与法治》是一门富有人文性的学科,旨在培养学生的品德与性格,帮助学生培养正确的三观,注重学生的个人发展。教师在教学的过程中要以自己为学生的榜样,身体力行的为学生表现如何在生活与学习中做出正确的选择。学习的过程要以学生为主体,尽可能的了解每一个学生,根据学生的实际状况对课程进行相应的调整,让学生感受到良好品德性格带来的积极影响,学生会更加具有学习动力与培养优秀品格的欲望。老师要严格规范自己,了解自己一言一行会为学生带来的影响,以一个积极向上的形象带领学生一同前进。

3.3丰富课堂活动,采用积极心理暗示

积极开展相关课堂活动,可以活跃课堂气氛,帮助学生更快融入课堂学习当中。结合道德与法治课程,丰富的活动可以增添上课形式,增强课堂凝聚力,加强学生与学生之间、学生与老师之间的互动。以七年级上册教材为例,第三单元讲述了如何更好的理解亲情的意义,亲情是学生日常生活中接触时间最长的感情,每个学生对亲情的感悟都有所不同。在学习的过程中不必完全集中于课本的内容,老师可以鼓励学生分享自己关于亲情的理解或一些事件,让学生从现实的事例中体会到亲情的意义。分享的形式可以是多样的,可以以写作、画图、照片等方式,让每个学生以自己喜欢的方式参与进课题学习过程中。老师在一旁引导并鼓励,让学生体会到亲情不同的表现形式,鼓励学生自身在亲情当中也要更好的表达表现自己,让父母感受到相同的爱。帮助学生更好的理解自己的父母,学生可以拥有一个更加积极向上的心态面对以后的学习生活。

结束语

心理健康的教育尤为重要,对于开始发展较快的初中生来说更是不可或缺。心理健康教育与道德与法治学科的融合是有机的,帮助道德与法治学科的教育更具有现实意义,让出现心理健康问题的学生有排解消除负面心理的方式,让没有心理健康问题的学生重视心理健康问题,更加积极向上的面对学习与生活中的种种挑战。在这个过程中,还要多多借助已有的现实经验,积极改善创新,带给学生更好的教育体验。

参考文献

[1]姚本先,方双虎.学校心理健康教育导论[J].东方出版中心,2016(13)

基于立德树人的小学德育教育研究

达瓦卓嘎

(西藏江达县小学 西藏 昌都 854100)

[摘要]在当前社会的发展进程中,小学教育越来越受到人们的重视,而在小学教育教学的过程中,素质教育也成了教育的最终目标。德育教育作为小学阶段能够实施素质教育的重要方式之一,也被社会上越来越多的人重视和关注。德育的教学能够渗透在学生的日常生活以及各科的教学活动中,促进学生健康全面发展,也有助于教师教学活动的展开,伴随着我国素质教育的不断提升,立德树人的观念也逐步在教育工作中展现,成了小学德育工作的重要内容,因此学校需要不断进行探索来得出有效的开展途径。本文根据当前小学德育教育的发展现状提出有关立德树人的德育教育策略,为日后的教育提供借鉴于思考。

[关键词]立德树人;德育教育;有效策略

当前时代的教育主要目标便是“立德树人”,学校是实现这一目标的重要地点。对于学校而言,其实现德育教育的主要过程是规范学生的行为习惯、树立良好的校风、开展相关课程等,以此来帮助学生建立正确的人生观念,因此教师在教育教学的过程中不仅要传授相关的理论知识,更要注重对学生道德的培养,促进学生的全面发展。

1.小学德育教育现状分析

虽然当前各个学校都已经开展了有关德育教育的活动,但是其中仍旧存在着诸多问题,影响了学生的发展也阻碍了德育教育的开展,以下便是其中存在的主要几点问题:

1.1学校忽略德育教育的重要性

在目前的发展过程中,尽管教师已经采取了多种的方式进行德育教育,但其效果并不理想,教学的工作仍然不够合理。在进行德育工作的过程中,大部分教师都

依照自身的教学经验进行实践与思考,这种教学模式下,教师对于理论知识以及成绩依旧十分重视,进而对德育教育有所忽略,对于学生评价也大多数根据成绩的高低来进行表扬或者惩罚,比如三好学生的评比,教师会按照成绩来进行排名或者推荐,成绩较为优秀的学生会得到教师的重点照顾,这对于学生形成正确的价值观而言产生了十分不利的影响,会使大部分学生产生不自信的心理,对学习的结果也会产生相当程度的影响^[1]。

1.2制度化的德育教育

在德育教育的过程中,学校的管理人员、班主任、教师等大多数都停留在制度的层面,虽然已经进行了相对规范化的落实,但是实施的过程中并没有体现人性化以及照顾到学生的个体差异,学生进行德育的学习也大多都按照规章制度来进行。在德育教育的过程中,教师需要对学生的心理进行引导与重视,了解学生的需要,给予学生人文上的关怀,关心与爱护学生的个性,严格的规章制度会给学生带来一