

# 加强学生心理健康教育促进高中德育工作开展

吴俊华

广东省梅州市平远县平远中学 514600

**[摘要]** 新课改要求在教学中坚持以学生为本的教育理念,将“立德树人”作为根本教育目标。学生的心理健康教育作为学校德育教育的重要组成部分,对学生的价值观、人生观、世界观和思想认识具有促进作用,也是提高学校德育工作质量的重要内容。将学生的心理健康教育融入高中德育工作是充实德育工作内容,推动学校德育发展,实现“立德树人”教学目标的有效方式。本文基于学生心理健康教育的内容探讨了促进高中德育工作发展,对学生进行心理健康教育的方法。

**[关键词]** 心理健康教育; 高中学校; 德育工作; 实施策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.1107

高中阶段的学生独立性和自主性较强,但是情绪波动较大,心理承受能力较弱。在我国传统高中教学中,虽然学生的心理健康教育已经作为学校德育教育的组成部分,但是教师和学校的教学观念以提高学生的学习成绩为主,没有过度关注学生的心理健康发展。随着我国素质教育的发展,德育工作更加重视学生的心理健康教育,并且在教育中不断探索心理健康教育的教学方式和教学手段。在高中德育工作中,要坚持“以人为本”的观念,关注学生这一时期的心理变化,引导学生形成正确的价值观念和思想认识,加强对学生的心理健康教育。

## 一、心理健康教育对高中德育工作的影响

### (一) 充实高中德育工作的目标和内容

高中学校的德育工作主要内容包括政治、思想、道德教育等多项内容,目的是培养德才兼备的高素质人才,提高学生的思想认识和心理素质。高中学校的德育工作对学生的思想和精神具有一定的约束和规范,激励作用。但是在传统德育工作中,学校忽视了对学生个人心理健康的关注,虽然学生在学校生活中能够自觉遵守学校规定和秩序,但是在个人生活和学习中遇到的心理问题却无法调节,在遇到困难和挫折的时候容易产生不同的心理问题,导致情绪低落,严重者还会危及自己的生命健康。

在素质教育的影响下,学校要将加强学生心理健康教育融入德育教育工作中,在学习上、人际交往中和自我发展过程中对学生进行引导和教育,帮助学生形成正确的思想认识,树立正确学习和生活观念,促使学生健康发展。在学习中,学校的德育工作主要以激发学生的学习兴趣,提高学生的学习积极性为主;在人际交往中,学校的德育工作主要以引导学生客观评价他人,客观接受别人的对自己的评价,能够与教师和学生友好交往,能够采取正确的方式表达个人情感和诉求为主;在个人发展中,学校的德育工作主要以培养学生形成正确的价值观、人生观、世界观,树立正确人生目标,保持乐观心态等为主。加强心理健康教育是对学校德育工作的内容延伸,能够实现德育工作的目标。

### (二) 创造高中德育工作的环境和条件

心理健康教育的前提是关注学生在学习和生活,了解学生的心理状况和情绪问题,针对学生的具体情况开展德育工

作。教师对学生进行心理健康教育要从学生个性情况出发,采取符合学生个性的,满足学生需求的心里教育方式。对学生来说,心理健康教育是学生正确认识自己,接纳自己,学会爱自己的开始,是学生形成优良品格的开始,也是学生与其他人友好相处的开始。在心理健康教育的引导下,学生根据自己的认知能力选择适合自己的生活和学习目标,提高个人能力。心理健康教育为教师教学和学生学习提供良好环境和必要条件。

### (三) 建立高中德育工作的新型师生关系

在新时代的高中教育教学中,教师要坚持以学生为本的教学观念,转变自己教学方式,将只关注学生的学习转变为既关注学生的学习又关注学生的心理健康发展。随着时代的发展,学生的主体意识逐渐增强,教师在开展德育工作过程中要发挥学生的主体作用对学生进行心理健康教育,尊重学生,关爱学生,建立和谐平等的新型师生关系。教师在心理健康教育中要关注学生的情绪变化,从学生的角度为学生提供建议,让学生在感受到教师的关爱和关心的情况下主动接受教师的帮助,与教师真诚交往,倾诉自己内心的想法。

## 二、加强心理健康教育促进高中德育工作的途径

### (一) 领导重视带头开展心理健康教育

高中德育工作的领导核心是学校领导,在加强学生心理健康教育的过程中,学校领导要发挥自己的带头作用,从人力、物力、财力三个方面为学校的德育工作提供支持和帮助,确保学校德育工作的顺利开展。在心理健康教育具体工作开展过程中,学校领导要发挥自己的组织能力,将教师组织起来进行心理健康教育培训,提高教师的专业素养和职业道德水平。学校领导还要对教师的心理健康教育工作进行指导,要求教师根据不同年级学生的特点制定目标和内容。高一年级的学生刚刚步入高中校园,还不熟悉高中生活的节奏,教师主要从适应教育、情感教育、人际交往教育等方面对学生进行教育。高二学生已经逐渐适应高中生活,主要从异性交往、挫折教育、自我心理障碍排除教育等方面对学生进行教育。高三学生面临的升学压力,主要从职业选择心理、应试心理教育、挫折教育等方面对学生进行教育。

学校领导要根据自己学校的实际情况制定心理健康教育目标,明确心理健康教育侧重点,提高德育工作水平。首先

学校领导要组织教师对本校的学生进行大调研,通过问卷调查的方式收集学生的心理健康教育情况,了解学生存在的心理问题和学生对心理健康教育开展的建议。学校要向心理健康教育开展经验丰富或者具有重大教学成果的学校学习,吸收优秀教学经验,借鉴优秀教学成果。学校还可以聘请具备心理教学资格的教师和专家到学校指导工作,提高学校心理健康教育专业能力,丰富心理健康教育教师队伍。学校领导要担任心理健康教育应急小组组长,由学校领导和教师共同组成应急小组,对学生的突发情况进行处理,对心理健康教育小组的工作进行指导和研究。

### (二) 教师培训心理健康教育理论结合实践

教师是学生在生活中接触最多的人,是学生学习的引导者,也是学生生活的帮助者,是学校工作的执行者。在高中教学中,教师与学生的关系直接影响到学生的学习和心理。如果教师和学生的关系和谐,学生愿意信任教师,向教师倾诉自己的心事,教师就能针对学生的问题制定有针对性的心理健康教育策略,引导学生走出心理困境。因此,学校要对教师进行心理健康专业化培训,从思想上引导教师认识到心理健康教育对学生发展的重要促进作用。教师在培训中了解并掌握心理健康教育的理论知识,了解高中阶段学生的身心发展特点,并且将理论知识和实践相结合,引导学生调整自己的心态。

部分学校不具备聘请心理教师的条件,需要任课教师在日常教学活动中提高自己的职业道德水平和专业素养。由于高中任课教师承担着对学生进行学科知识传授的任务,平时的备课、教学和课后辅导、教研工作等需要花费大量的时间和精力,教师容易感到力不从心,有时候会疏忽学生的心理问题和情绪变化。因此学校在安排教师接受心理健康教育培训工作时,要灵活安排实践,结合教师的教学情况制定不同形式的培训内容和活动,让教师在情景中交流经验,丰富实践,在与其他教师的交流和沟通中提高自我认知,丰富自己的心理健康教育专业知识和能力。

在提高教师心理健康教育水平的同时,学校也要关注教师的心理健康和心理素质,在对教师进行职业心理健康教育培训过程中引导教师检测自己的心理健康状况,结合自己的学科教学特点和心理健康教育内容实现自我调节和减压,主动成为心理健康教育的实践者和体验者,成为具备心理健康教育意识的教师。在教师职业培训过程中,学校要从培训方式、培训内容和培训性质上加入心理健康教育相关内容,教师可以根据自己的需求自由选择讲座或者心理体验活动培训方式,节奏成长性或者拓展性心理辅导辅导,从亲子关系、学业压力、个人心理障碍、同学交往等关系指导学习中降低学生的心理压力,调节学生的情绪问题。在多种形式的教师培训中提高教师的心理素养和专业能力,促进学校德育工作发展。

### (三) 家长配合共同促进学生心理健康发展

家长是学生最亲近的人,学生生活中最重要的部分是家庭生活,作为学生最亲近,也最了解学生的人,家长更容易发现学生的心理变化和行为异常。在生活中,家长要及时发现学生的异常行为,对学生进行心理辅导,通过聊天、谈话或者增加亲子相处时光等方式引导学生说出自己的困惑和矛盾,鼓励学生在积极的心态中面对困难和挫折,为学生提供学习动力。在面对学生成长过程中出现的不良行为时,家长要摒弃传统的惩戒方式,在尊重学生的前提下了解学生出现这种问题的原因,倾听学生的心声,然后站在学生的角度为学生提供帮助,引导学生科学解决问题。家长还要配合学校的心理健康教育工作,与学校携手促使学生健康成长,快乐学习。

在家校携手对学生进行心理健康教育的过程中,家长要加强与教师的联系,通过家长会、座谈会等形式了解高中时期学生的心理健康特点和常见的心理健康问题,认识到心理健康教育的重要意义。家长在与学生相处过程中遇到的问题要及时与教师交流,接受教师的建议,寻求最佳问题解决策略。家长要积极参加学校组织的亲子活动,走进学校,了解学生的学校生活,参与心理健康教育亲子活动,与学生真诚交流,敞开心扉,成为学生的朋友,开导学生,帮助学生。家长在与学校建立合作模式对学生进行心理健康教育的过程中要配合学校的工作,主动学习心理健康教育知识,与教师交流,与学生家长交流,相互交流经验,探索最适合自己孩子的心理健康教育方式。教师也要与家长建立联动机制,向家长反馈学生的心理变化和学习情况,与家长一起做好学生的学习后勤工作。

### 三、结束语

综上所述,学生是国家的未来,是社会的希望,学生的每个成长阶段都需要学校的德育教育和心理健康教育引导。高中学生正处于身心发展的重要时期,这个阶段的学生心理状况不稳定,情绪变化明显,容易收到外界的影响。在繁重的学习压力下学生出现心理问题的可能性比较大,学校在素质教育理念指导下,与家长联手,向学生传授心理健康教育理论知识,举办心理健康教育活动,引导学生在学习和生活中提高心理承受能力,促进学校德育工作发展。

### 参考文献

- [1]黄金才.加强学生心理健康教育促进高中德育工作开展[J].新课程研究,2021(35):135-136.
- [2]魏毅道.加强学生心理健康教育,促进高中班主任德育工作开展[J].高考,2020(13):131.
- [3]晋海青.加强学生心理健康教育,促进高中班主任德育工作开展[J].学周刊,2020(04):175.
- [4]胡小丹.加强学生心理健康教育 促进小学德育工作开展[J].新校园(中旬),2018(09):4.