

# 小议素质教育背景下的初中心理健康教育

纪云

(吉林省通化县朝鲜族学校 吉林 通化 134100)

**[摘要]**素质教育,更加注重学生整体能力的发展,明确课程的核心目标,初步探索心理健康教育的活动模式,真正缓解学生紧张的情绪和沉闷的学习状况,促使学生的内心世界充满温暖和快乐,才能塑造学生健全的人格,提高课堂教学的实际效果。本文立足素质教育的教学背景,全面优化心理健康教育的开展情况,让学生掌控教学的学习方法,促使学生始终保持高昂的情绪,协调好学生之间的关系,能够切实有效的变革课堂教学的形式,意识到心理健康教育开展的重要性,并通过文章中的方法,心理健康教育的体系。

**[关键词]**素质教育背景下;初中;心理健康教育

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.12.1452

新课程改革的推进,更加关注学生综合素质的提升,而其中教育教学改革的开展,更应该全面进行心理健康教育的实施,让学生的体验意识更加强烈。尤其是在素质教育的背景下,整体的课堂教学改革,绽放出亮丽的色彩,把握其中的教学现象,融合新的教学理念,让学生拥有强烈的自我认知意识,及时的掌控学生的学习思路,能够避免潜在的危险出现,促使学生身心的全面发展。在实际的初中教育教学阶段结合素质教育的实施情况,有计划性的引入心理健康教育,不仅能够找到学生成长的目标,同时也能明确教学的方向,及时的化解学生成长中的困扰,耐心地进行引领,经过实践性的验证,更加深度地进行课程的更新,提高学生的整体素质,真正找到学生发展的目标,促使各项教学机制符合素质教育的发展要求。那么在新形势下,开展初中心理健康教育有何积极的意义,又应采用哪些措施可以推进呢?

## 一、素质教育背景下开展初中心理健康教育的积极意义

当前,教育教学工作正在发生改变,针对学生的成长状况,有的放矢的引入心理健康教育,不仅能够升华课程体系,同时也能结合学生的畏惧情绪以及逆反心理,实施多样化的教学改革。对于初中阶段的教育教学工作来说,素质教育能够真正升华课程的内容,不再简单的进行知识的讲解,而是通过独特的手段进行心理健康教育的渗透,让学生感悟到其中的乐趣,并针对学生的心理状况合理化的进行安排,避免学生出现抵触情绪,挖掘出其中的影响力,促使本身的教育价值,得到充分的发挥,找到其中的落脚点,全面进行转化和升级。具体的教育意义表现在:

### (一)有助于增强学生的体验意识

众所周知,学生在成长阶段,更需要得到老师的关注,加强与学生之间的沟通,促使学生的体验意识更加强烈,给予学生心理上的指导,才能促使各项教学任务顺理成章的完成。所以在初中教育教学阶段,心理健康教育是符合素质教育的要求的,关注学生的未来发展,更有助于增强学生的体验意识,积极的进行课程的创新,要耐心的进行疏导,促使学生拥有正确

的总结能力,提高学生的自我约束和管理水平,引导学生积极的配合教师的各项工作,关注学生生活和学习的成长情况,促使学生的发展空间更加广阔,为学生提供更为先进的思想,提高学生的精神境界和水平,保障各项教学任务的不断优化。

### (二)有助于创新教育教学的思维

新的教育教学工作正在发生翻天覆地的改变,而其中心理健康教育的特色更加突出,真正实现课程的创新发展,促使教学思维更加健全,实现师生之间面对面的交流,打造全新的教学环境,真正实现两者之间的情感互动。在素质教育的影响下,初中阶段的心理健康教育正在全方位的实施起来,更有助于创新教育教学的思维,搭建广泛的交流平台,能够结合学生的心理状况,有针对性的进行疏解,促使学生能够接收到更为优秀的资源,提高学生的整体素质。

## 二、素质教育背景下开展初中心理健康教育的具体策略和方法

课程的发展,是一个逐渐升华的过程,特别是素质教育的运行机制,更加健全,真正有计划性的进行教学任务的构建,形成良好的教育布局,为心理健康教育的开展造成障碍。初中心理健康教育的实施是一个逐渐创新的过程,遵循学生心理发展的特征,意识到学生在成长中所出现的各种困扰,培养学生正确的观念,结合学生的消极情绪,遵循以学生为主体的教学思想,引导学生积极的面对生活,克服重重困难,做好学生的后勤保障工作,能够真正引导学生全面成长,激励学生进行自我教育,提高教育教学的效果。具体的做法如下:

### (一)开展主题化的心理健康教育,培养优秀的品质

主题明确,全面进行转化,不仅能够突出心理健康教育的培养目标,同时也能真正提取出丰富的德育资源,获取意向不到的教学效果。所以在初中心理健康教育的运行过程中,教师要设置主题化的内容,与德育教育进行全面的统一,结合时代特征,把握其中的发展趋势,采用一系列的方式,进行内化,塑造学生优秀的品格,让学生从中做出正确的反馈,真正把心

理健康教育的目标渗透在德育教育活动之中，促使学生从中受到正能量的影响，满足学生内心的需求，培养学生良好的行为习惯，提高学生的道德境界和素质。比如在心理健康教育开展的过程中，教师可以结合班会课的情况融入学雷锋的主题画活动，然后组织学生进行探讨，让学生说一说，在现实生活中是如何服务于社会，奉献社会的？并指出这一活动对自身所产生的深远影响，让学生奉献自己的爱心，践行实践行动，增强学生的责任感。通过这一主题活动的开展，不仅能够有针对性的进行心理健康教育的实施，同时也能让学生形成正确的思想观念，提高学生的道德修养和境界，保证学生深入到课程的研究之中。

### （二）实施多元化的心理健康教育，提高认知意识

全面进行课程内容的协调，准确的进行角色的定位，不仅能够形成良好的教学机制，同时也能结合学生当前心理的变化，有意识的进行更新，促使学生拥有亲切感，真正与学生的实际生活进行联系，促使学生的认知意识得到持续的上升。所以在素质教育的背景下，为了保障初中阶段心理健康教育的顺利开展，必须通过多元化的方式进行转化，要凸显以学生为主体的思想，转变与学生之间的角色，真正把学生当做课堂的主体，结合每个学生的不同心理状况，合理化的进行心理健康工作的安排和部署，逐步形成温馨和谐的课堂氛围，真正成为学生成长道路上的指路明灯。比如在课程的发展之中，针对学生出现的逆反情绪，就是可以组织学生以小组为单位进行探讨，然后采用启发式的教学手段，让学生意识到这一情绪，对本身所产生的消极影响，接着组织有效的教育，强调学生的主体性。通过多元化措施的引入，不仅能够关注学生心理健康的变化，同时也能让学生合理化的进行定位，促使学生对出现的消极情绪，拥有全新的认知。

### （三）完善心理健康教育的内容，端正学习态度

教育教學的目标，更加健全，通过不同的方式进行更新，不仅能够带来深刻的影响，同时也能完善心理健康教育的内容。在初中阶段结合素质教育合理的设计心理健康教育的内容，不仅能够符合新课程标准的要求，同时也能针对学生的内心需求，以尊重为前提耐心的进行引导，要意识到学生之间明显的差异性，特别是在全面进行变革的过程中，更应该尊重学生的自尊心，让学生拥有安全感，促使学生拥有正确的学习和生活态度，充分激发学生的心理体验。比如在实际的教育教学中，教师可以根据每个班的基本情况，结合具体的问题，科学化的进行心理健康教育的实施，把握心理感受，借助学科教学的特征，融入心理健康教育，指导学生换位思考，充分发

挥学生的主体作用，让学生掌握相应的心理健康技能，真正丰富学生的情感阅历，及时的进行开导，优化和变革课程的内容，实现全方位多角度的心理健康教育。

### （四）拓展心理健康教育的空间，实现全面内化

伴随着整体课程的推进，心理健康教育成为当前的教学特色，全面进行内化获取最佳的教学成效，让学生用心去体会。在初中教学阶段，素质教育是最为重要的，为了保障心理健康教育的空间和领域，不断的扩大带来强大的影响力，必须耐心的分析学生的成长情况，避免盲目性，有的放矢地进行调整，把各种心理活动课融入到学生的发展实际中，指导学生进行全面的阐述，摆在关键性的位置，让学生用心去体会，深入地进行部署，能够促使学生的全面进步。例如，在讲“学会合作”时，除了让学生把在课堂上学到的东西整理归类，随时提醒自己外，还给学生推荐了《狼图腾》，让学生细心体会狼的合作精神和团队精神，汲取其中对自己成长有利的精华；在讲“登上记忆的快车”课后拓展环节通过“申请专利”这一新颖的形式，激发学生对自己的记忆进行回顾总结，寻找既适合学科特点又适合自己的记忆方法，促使学生在平时的学习和生活中自觉总结并运用高效记忆技巧来提高记忆水平，进一步把本节活动课所学习到的记忆方法内化为个人感悟，从而达到了升华主题的目的。

### 三、结束语

简而言之，初中阶段，学生身心的发展是最为重要的，而心理健康教育的重要性是不言而喻的，能够从多种教学层面入手，形成良好的氛围，指导学生分享更多的成长经验，促使学生的内心体验更加强烈。所以在心理健康教育的开展过程中，必须通过素质教育进行完善意识，到开展此项工作的重要意义，深度的进行探索和思考，您通过上述措施和方法，与学生的实际生活进行联系，打破常规的教学思路，激发学生主动参与的热情，能够切实有效的转化教学形式，更新教学思路，进一步明确心理健康教育的方向，促使其影响力和实践效果得到大幅度的上升。

### 参考文献：

- [1] 陆瑛. 浅析积极心理学在初中心理健康教育中的运用[J]. 教育观察, 2019, 8(42): 69-70.
- [2] 李佳怡. 关于中初中心理健康教育面临的问题及对策探讨[J]. 当代教育理论与实践, 2019, 8(11): 142-144.
- [3] 申继亮, 彭华茂. 当前中学生心理健康教育的困境与出路[J]. 北京师范大学学报(人文社会科学版), 2019(10).