

新高考背景下心理问题学生家校共育理论与实践的探索研究

范绍旭

广东省汕头市金中海湾学校

摘要：随着新高考改革的深入推进，学生心理问题日益凸显。如何加强心理问题学生教育，促进其健康成长，成为亟待解决的重要课题。本文在界定新高考背景下心理问题学生群体的基础上，分析了当前心理问题学生教育面临的现实困境，从理顺家校关系、实施分类指导、整合教育资源、加强多方联动等方面，提出了构建心理问题学生家校协同育人新模式的对策建议，以期为新高考背景下学生心理健康教育提供借鉴。

关键词：新高考；心理问题学生；家校共育

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.07.017

引言

习总书记指出：“青少年阶段是人生的‘拔节孕穗期’，最需要精心引导和栽培。随着新高考改革的全面实施，学生的学习压力、心理负担不断加重。部分学生出现考试焦虑、抑郁悲观、人际交往困难等心理问题，严重影响身心健康发展。这些心理问题学生往往学业落后、缺乏自信，原有的应试教育模式难以满足其成长需求。“重智轻德”的社会风气，更使他们得不到足够的关注与帮助。做好新高考背景下心理问题学生的教育工作，预防和减少学生心理问题的发生，关系到国家人才培养大计，关系到家庭幸福安康，需要社会各界高度重视，形成协同育人合力。

一、新高考背景下心理问题学生群体的界定

心理问题学生，是指由于遭受创伤、应激事件，或长期的不良影响，在心理或行为方面表现出异常的学生。具体表现为：情绪低落、焦虑抑郁、自卑退缩、孤僻敏感、易怒多疑、品行失检等，影响了正常的学习生活。

高考制度在试题命制、考试科目、赋分方式、录取机制等领域发生了重大变革，这些变革对学生的心理素质提出了更高要求。尽管这有利于推进素质教育，促进学生全面发展，但同时也对学生适应能力提出了挑战。部分学生难以适应新的考试方式，产生巨大心理落差，出现了更多的心理问题。主要表现为以下几个方面：考试焦虑症状突出。面对新的考试内容和方式，许多学生心理压力陡增，出现紧张、失眠、注意力不集中等考试焦虑问题，严重影响备考状态；自卑悲观情绪蔓延。一些基础薄弱的学生，面对新高考的选考科目，感到难以适从，丧失信心，陷入自我否定的消极情绪中，出现自暴自弃倾向；叛逆失范行为增多。部分学生难以适应紧

张的学习节奏，厌学情绪上升，出现旷课、早恋、沉溺网络游戏等行为，影响身心健康。

二、“重智轻德”背景下心理问题学生教育的现实困境

（一）学校教育资源有限，专业力量不足

面对新高考改革，学校更加注重提升学生的学业成绩，对德育工作，特别是心理健康教育的重视程度有所下降。许多学校心理健康教育师资匮乏，缺乏系统培训，专业化程度不高，难以有效识别、干预学生心理问题。心理咨询室、团体辅导室等硬件设施建设滞后，专项经费投入不足，难以为心理问题学生提供系统、持续的帮助。心理健康教育多流于形式，内容空泛，针对性不强，难以起到应有作用。学校对心理问题学生教育重视不够，缺乏系统规划和行之有效的工作机制，往往依靠个别教师、个别学科，无法形成教育合力。

（二）社会评价导向偏颇，重视程度不够

在“唯分数论”的社会风气下，人们更加关注学生的考试成绩，对学生的心理健康问题重视不够。一些心理问题学生因为学习成绩不理想，得不到社会的认可，反而遭受歧视和冷落，加剧了心理创伤。一些学生心理求助意识淡漠，不愿主动寻求帮助，加大了教育难度。同时，社会对心理健康的宣传普及力度有限，公众对心理问题的认识存在偏差，不利于营造关爱心理问题学生的良好社会环境。一些学生受不良文化侵蚀，道德情操下滑，价值观念扭曲，进一步加重了心理困扰。社会支持不力，职业院校、培训机构、公益组织等社会力量参与度不高，难以为心理问题学生的健康成长提供有力保障。

（三）家庭教育能力欠缺，支持不力

部分家长受应试教育观念影响，过于注重学生的分

数和升学,忽视子女心理情感需求,亲子沟通不足。一些家长教育理念陈旧,教养方式简单粗暴,常以打骂、惩罚等消极方式应对孩子,导致矛盾激化。有的家长将过多的希望寄托在孩子身上,对子女要求过高,造成心理压力。也有家长溺爱孩子,惯纵娇惯,导致孩子性格偏执,适应能力差。

三、构建心理问题学生的家校协同育人新模式

(一) 理顺家校关系,形成合力

加强心理问题学生教育,首要是理顺家校关系,消除隔阂,增进互信,形成教育合力。学校要切实转变育人观念,树立“以生为本、家校共育”的理念,将心理问题学生教育作为学校教育的重要组成部分。要建立健全家校沟通机制,畅通家长反映诉求的渠道,及时听取家长的意见建议。定期召开家长会,通报学生在校表现,与家长共同探讨教育良策。针对个别问题突出的学生,班主任要进行家访,深入了解学生的家庭背景和成长环境,有的放矢地提供帮助。同时,要充分利用微信、qq等网络平台,与家长建立良性互动,及时沟通学生的学习、生活状况,消除隔阂,增进理解。

家长要端正教育观念,摒弃“重智轻德”的片面思想,树立科学育儿理念。要充分认识到心理健康的重要性,关注孩子的身心发展,而不是仅仅盯着分数。对孩子要多一些耐心和宽容,而不是一味地苛责和指责。要尊重孩子的兴趣爱好,给予适度的自主空间,而不是对孩子的生活学习事无巨细地安排。要学会欣赏和表扬孩子的进步,增强孩子的自信心,而不是不断指出孩子的不足。同时,家长要主动与学校配合,积极参与家长会、家长学校等活动,及时了解孩子在校的学习生活情况。遇到矛盾冲突要学会换位思考,以平和理性的心态与孩子沟通,而不是动辄训斥和惩罚,要与学校一道共同营造良好的教育环境。

学校要进一步强化服务意识,为家长提供心理健康教育指导。可以邀请心理学专家举办专题讲座,普及家庭教育知识,传授科学教养方法。开设家长学校,引导家长学习沟通技巧,掌握情绪管理策略。针对问题突出的学生,学校要安排心理教师上门指导,帮助家长改善亲子关系,营造良好的家庭氛围。总之,学校要树立服务意识,当好家长的“教练员”,帮助家长提升教育智慧和能力,做学生健康成长的引路人。

(二) 实施分类指导,精准施策

针对不同类型、不同程度的心理问题学生,学校要制定分类指导方案,实施精准帮扶。对于心理发展正常、问题不突出的学生,学校要加强预防教育,提高学生的

心理素质。一方面要开齐开足心理健康教育课,普及心理健康知识,教授学生掌握自我认知、情绪管理、人际交往等方面的技能。另一方面要广泛开展心理健康教育宣传月活动,营造积极向上的校园文化氛围。如开展“5.25”心理健康教育宣传月活动,举办心理健康知识竞赛、心理情景剧大赛等,增强学生的心理体验,提高心理免疫力。

对于心理问题较轻微、尚未影响学习生活的学生,学校要及早发现,及时干预。班主任和任课教师要提高警惕,密切关注学生的情绪和行为变化,做到早发现、早报告、早干预。对出现轻度焦虑、抑郁等问题的学生,心理教师要开展个别辅导,疏导学生的不良情绪。同时,学校可以成立心理健康协会,培养学生骨干,发挥朋辈辅导作用。学生与学生之间更容易产生共鸣,通过同伴的引导帮助,能够增强问题学生的信任感,消除心理障碍。此外,学校还要指导家长营造良好的家庭环境,通过亲情沟通、情感交流等,化解学生的心结,消除隐患。

对于心理问题严重、已经影响到正常学习生活的学生,学校要高度重视,成立个案帮扶小组,制定个性化的帮扶方案,落实“一生一策”。帮扶小组要由班主任、心理教师、家长代表等组成,形成教育合力。心理教师要对学生进行心理评估,准确诊断学生存在的心理问题,据此“对症下药”,制定系统的心理辅导计划。要采取个别辅导与团体辅导相结合的方式,循序渐进、因材施教。对于遭受创伤或高度孤僻的学生,要进行系统脱敏训练,增强其心理承受能力。对于存在认知偏差的学生,要开展认知行为训练,帮助其树立正确的世界观、人生观、价值观。对于表现出攻击或违法行为的学生,要及时予以制止,并与家长密切配合,形成监管合力。必要时,可以向专业心理咨询机构、精神卫生医疗机构请求帮助。

(三) 整合教育资源,形成合力

整合利用各类教育资源,形成教育合力,是做好新高考背景下心理问题学生教育的重要保证。学校要从整体规划的高度,统筹设计心理问题学生教育方案,加强顶层设计,科学制定目标任务。学校领导要亲自抓、具体抓,将心理问题学生教育纳入学校工作的重要议事日程。要成立由分管校长任组长、有关处室和年级负责人参加的工作领导小组,建立健全组织保障机制。要整合德育、教务、总务等部门力量,明确分工、各负其责,形成工作合力。

学校还要加强心理健康教育课程体系和教师队伍建设。要开齐开足心理健康教育课程,完善教学计划,优化课程设置。对教师加强心理健康教育专业培训,提高教育教学能力。要加大对心理咨询室等功能场所建设的

投入,完善软硬件设施。要整合校内外资源,聘请心理学专家定期来校指导,与社区心理健康辅导站开展合作,拓宽心理健康教育的覆盖面。

学校还要充分发挥班主任、任课教师在心理问题学生教育中的重要作用。班主任作为学生的“主心骨”,要成为学生健康成长的引路人。要提高班主任的责任心和使命感,增强做好心理问题学生教育的主动性和自觉性。要通过培训指导,提高班主任识别、干预心理问题的能力。班主任要及时发现学生的心理困扰,给予关爱帮助。要经常与任课教师沟通,共同研究教育对策。任课教师在日常教学中,要关注学生的情绪变化,融入心理健康教育内容。对问题学生要给予更多的关心爱护,构建良好的师生关系。

学校要充分调动家长参与的积极性,发挥家长在心理问题学生教育中的独特作用。学校要通过家访、家长会、家长开放日等多种形式,加强与家长的沟通,促进家校之间的相互理解和配合。要成立家长委员会,搭建家校合作平台。学校还要定期举办家长培训,普及心理健康教育知识,增强家长教育能力。

(四) 注重家庭、学校、社会联动

从某种意义上说,心理问题学生是时代的一面镜子,反映出当前家庭、学校、社会在育人方面存在的不足。要促进心理问题学生健康成长,仅靠学校和家庭的力量远远不够,必须注重家庭、学校、社会联动,形成教育合力。

加强社会各界对心理健康教育的重视程度。宣传部门要利用报刊、广播、电视、网络等媒体,广泛宣传心理健康知识,普及心理健康教育理念,提高公众的心理健康意识和心理问题学生教育的认识,营造关爱、包容、互助的社会氛围。要充分发挥共青团、妇联、关工委等群团组织的作用,将心理问题学生教育纳入工作视野。工会、青联等要发动所联系的单位和个人,积极参与到心理问题学生教育中来,形成支持心理问题学生健康成长的社会合力。

发挥社区在心理健康教育中的重要作用。社区是学生成长的重要环境,对学生的心理健康有着直接影响。社区要将心理健康教育作为社区教育的重要内容,将心理问题学生教育纳入社区工作的整体规划。要整合社区资源,利用社区活动中心、图书馆等公共场所,广泛开展心理健康教育活动。社区卫生服务中心要发挥自身优势,为心理问题学生提供咨询辅导、转介诊疗等服务。

要发动社区志愿者,对心理问题学生实施结对帮扶。同时,街道、居委会要加强与学校的协调配合,建立信息通报、资源共享机制,促进社区教育与学校教育的有效衔接。

充分利用专业机构资源,提供心理健康服务。教育部门要加大对心理健康教育专业机构的扶持力度,充实专业教育力量。心理咨询机构、精神卫生医疗机构要发挥自身优势,及时为心理问题学生提供诊断、咨询、治疗等专业化服务。要与学校建立长效合作机制,定期为师生提供心理健康指导。司法机关、关爱机构、社会工作服务机构等,要加强与学校、家庭的联系,及时将心理问题学生纳入关爱帮扶体系。企业要积极承担社会责任,为心理问题学生提供助学、实践锻炼等机会。

结语

综上所述,心理问题学生教育是国家、社会、学校、家庭的共同责任,需要多方协同发力,共建育人新格局。要立足新高考改革大背景,顺应时代发展大势,创新教育理念,更新工作机制,着力破除“重智轻德”的桎梏,着力构建家校社会协同育人新格局。要以理顺家校关系为突破口,以实施分类指导为抓手,以整合教育资源为关键,以推动多方联动为支撑,综合施策,标本兼治,在全员全程全方位育人中促进学生健康成长。要将心理问题学生教育纳入学校整体工作格局,完善课程体系建设,加强师资队伍建设,创新考核评价机制,健全激励保障机制,推动形成教育合力,构建长效机制,切实增强教育的针对性和实效性。我们要以对学生高度负责的态度,坚守初心使命,锐意进取,开拓创新,扎实工作,为促进心理问题学生健康成长、为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人贡献智慧和力量!

参考文献

- [1] 高天. 新高考背景下“语言积累、梳理与探究”任务群教学中情境创设的特点研究[J]. 新课程研究, 2023, (31): 7-9.
- [2] 陈崇志. 家校共育促进学生心理健康发展的实践研究[J]. 河南教育(基教版)(上), 2024, (11): 51-52.
- [3] 王欢. 家校共育构建学生心理健康教育模式的探索[J]. 学周刊, 2025, (02): 155-157.
- [4] 刘柏琦. 家校共育视角下中小学生学习心理健康与生物学融合教育的有效途径[J]. 新课程教学(电子版), 2024, (23): 122-124.
- [5] 殷娜. 家校共育: 小学生心理健康教育提质策略探究[J]. 中小学班主任, 2025, (01): 50-52.