

高中德育教学与心理健康教育的融合及发展研究

覃宇

(宜昌市夷陵中学 湖北 宜昌 443100)

【摘要】我国德育正处在发展阶段,在这一前提下,老师不但要重视学生的学习成绩,更需关注学生自身的素质,为祖国培养高素质人才打下基础。在教育改革与发展中,学生的心理健康受到了越来越多的重视,现在将德育教育和心理健康教育结合在一起已经是时代发展的必然趋势,虽然二者在形式上存在差异,但是优势互补,通过有效结合提高高中生综合的能力,塑造健全人格。

【关键词】高中;德育教学;心理健康教育;融合;发展研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.402

前言

在现代背景下,素质教育在教学中的位置逐渐凸显出来,不但符合国家的要求,更能促进高中生的发展。心理健康教育能够让学生充分释放在学习中的压力,让学生保持良好的心理状态,促进学生发展。现如今,学生承受来自学校、家庭等多方面的压力,造成过重的心理负担,假如不进行及时的心理疏导学生很可能做出出格的事情,威胁自己的生命安全以及社会安全。所以,加强心理健康教育十分有必要。德育教育是为了培养学生怎样为人处世,心理健康教育是为了找到学生之间的不同,进而具有针对性提高学生的素质。在德育教育当中包含心理健康教育,而心理健康教育又是心理教育变通的延伸与发展。

一、高中阶段德育教育和心理健康教育融合的重要意义

(一) 利于培养理性思维

学生人际交往能力、学习能力和其思维能力有着直接的关系,高中时期是学生思想以及三观成熟的时期,然而高中生对于一些事情的处理以及做法还有着不当之处,存在偏激心理。这就需要相关的德育教育工作者去引导学生以正确的行为以及言语去解决,并以心理健康教育作为基本支撑点,这是家庭教育和社会教育无法涉及的范围,老师需要对学生展开积极、耐心的劝导,在心理方面和德育方面共同引导,提高学生辨别是非的能力,提高道德判断,让学生在引导下逐渐形成理性思维,遇到事情可以沉着冷静的考虑^[1]。

(二) 利于培养核心素养

新课程改革所涉及的范围越来越广,不管是学校还是社会对于下一代的教育都十分关注,特别是在学生核心素质方面,那么核心素质到底是什么?核心素质包括文化知识、人生态度、专业技能等,在新时代教育当中也是经常被提到的词。高中生经过数十年的学习已经获得了基本的一些素养,但是水平还没有达到一定的高度,这就需要老师在日常的德育教育中加强督促和培养。渗透德育教育和心理健康教育就是锻炼高中生的价值观以及心理能力,在教育融合中帮助学生树立正确的三观,进而提高核心素养。

(三) 利于营造学习氛围

老师是学生和学校之间建立联系的桥梁,德育教育和心理教育是维持老师和学生之间关系的纽带。在班级内,学生之间不可避免的会发生争吵与不和,老师在日常管理时需要加强学生的道德教育工作,告诉学生待人要有礼,同学之间要团结并热爱班集体。因为学生性格上的差异,再加上在学习方面的压力,会导致学生形成过重的心理负担,如果不及时进行心理疏导那么就很有可能对班级建设造成影响,德育教育的基本就是在教学生先会做人。学生可以在互帮互助氛围中学习以及生活,解决学生心理问题,让班级氛围更加融洽、温馨,创造高效的学习氛围,为学生日后的学习以及生活创造条件^[2]。

二、德育教育与心理健康的发展策略

(一) 提高教育工作者自身素质

老师在高中的德育教育和心理健康教育中起到十分重要的作用,肩负培养学生的重担,所以,高中学校需要加强对于教育工作者的要求,特别是在责任心、自身教学水平方面。高中学校可以定期进行各种教育研讨会,通过老师之间的有效交流提高其教学能力以及综合素质,除此之外,对教育工作者展开相应的心理知识培

训,让老师在为学生授课的同时,可以为学生展开有效的心理疏导,为学生起到带头作用,为我国社会培养出更加全面的高素质核心人才。

(二) 积极开展心理咨询问诊

各个高中学校目前阶段都配有专门的医务工作室,为学生开展心理咨询站,并配置专业的心理老师对其服务,这是因为心理老师对于现在阶段的学生比较熟悉,特别是在学生的心理以及思想等方面。心理老师可以为学生提供具有针对性、专业的心理辅导,帮助学生梳理不良情绪,在工作过程中心理老师需要保护学生的个人隐私。除此之外,因为一些学生性格内向,不愿意和老师面对面交谈,学校可以开设心理咨询专线栏目,此工作主要由心理老师担任,进而全面的帮助学生健全人格,让其在接受良好教育的同时,拥有优秀的人格品质。

(三) 和家長进行有效联系

家長是每个学生的第一位老师,在学生成长的过程中有着绝对的引导作用,所以,高中学校在进行德育教育和心理健康教育时需要和家長进行有效联系,相关的授课老师通过家访、微信、电话等方式定期开展家長会,向家長描述学生在学校的学习情况以及心理状态,并向家長了解学生在家中的情况,全面了解学生心理的状态,老师和家長的有效联系可以更好的帮助学生成长^[4]。

(四) 在实践融合与发展

老师开展德育教育和心理健康教育不可以只是简单由口头进行叙述,还要采取教学行动引起学生的兴趣。这就需要老师对德育教育的工作进行创新,把德育教育和心理健康教育的实施方式变得多种多样,例如开展相关的主题班会、举办道德教育活动等,让学生在交流中放松心情,缓解学生的压力,进而在实践当中更好的结合德育教育和心理健康教育,帮助学生形成健全人格,树立正确“三观”^[5]。

结语

在高中学校中开展德育教育和心理健康教育可以让现阶段的青少年身心健康发展,让学生通过正确的方式释放情绪,调节自己的心态,进而形成良好的品格,健全自己的人格。结合德育教育和心理健康教育可以更好的促进学生全面的发展,培养具有良好素质的高中学生,进而为国家培养更多的栋梁之材^[3]。

参考文献

- [1] 于永强.高中物理教学融合心理健康教育[J].才智,2017(07):35.
 - [2] 肖志坚.德育教育和心理健康教育在高中教学中的有机融合[J].中国培训,2016(10):160+163.
 - [3] 赖冰,余云.心理健康教育与高中地理教学融合的探讨[J].亚太教育,2016(07):31.
 - [4] 宋欢.探析高中德育教育与心理健康教育的融合[J].林区教育,2015(10):112-113.
 - [5] 潘慧荣.高中德育教育与心理健康教育的融合[J].文学教育(中),2013(11):140.
- 作者简介:
覃宇(1978.1-),男,汉族,湖北省宜昌人,本科,从事高中物理一线教学及班主任工作。

分析小学生心理健康影响因素和有效对策

唐凤玲

(重庆市大足区中教镇中心小学 重庆 402375)

【摘要】作为学生学习和成长的初级阶段,小学阶段是学生身心健康成长的关键时期,而五年级的学生正处在初入叛逆期的心理成长阶段,较易受到外界消极因素的影响和干扰,进而产生不健康的心态和消极的思想,这严重的威胁了小学生的身心健康和学习质量。因此小学的教育工作者就要充分重视学生的心理状态和心理健康教育,采用科学合理的教育方法进行小学生的心理健康教育,引导学生形成开朗的性格和正确的世界观,为学生的身心健康成长保驾护航。作文首先简单分析了小学生心理健康的影响因素,然后探讨了小学生心理健康教育的策略,以期对相关工作者的工作提供理论基础和实践借鉴。

【关键词】小学生;心理健康;影响因素;有效对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.403

近年来,心理问题的发生和心理疾病的出现逐步呈现低龄化趋势,初入叛逆期的小学生往往会受到内部和外部情绪化的综合因素影响而产生各类心理问题,一定程度上影响了学生的正常学习和生活。如何针对性地提升学生的心理健康水平和解决学生的心理问题,已成了现阶段小学心理健康教育工作研究的核心课题。

一、小学生心理健康影响因素分析

1.1 家庭教育因素

小学生的家庭教育质量和风格对学生的心理健康、行为方式和思想态度有着密切的联系,部分学生的家長仅仅关注小学生的学习成绩和在校表现,并不关注学生的心理健康和性格发展,并为此给予了小学生过高的要求和压力,此种缺陷型的不良家庭教育方式会导致学生长期处在焦虑和紧张的学习与生活态度之下,加以五年级的学生刚刚步入心理和生理的叛逆期,学生的心理健康不可避免地受到一定程度

上的损害,从而产生各类心理困难和心理问题。而温和积极的家庭教育方式则能够让学生在循循善诱之下形成正确的思想观念和行为习惯,对于学生心理和生理的健康成长与发展具有重要的积极意义。

1.2 学校教育因素

小学阶段的学校教育对于学生的心理健康发展具有较为重要的影响,学校内部的校园氛围和课堂氛围会不同程度影响学生的思想与行为,学校的学风和校园化对于学生的心理成长有着潜移默化的积极或消极作用,部分教育工作者不合理的教学方法易导致学生出现各类心理障碍和错误思想,对学生的心理健康发展有碍不理^[1]。

1.3 社会因素

在信息技术和互联网高度发达的大背景下,社会生活中所流露出的多元化价值观与学生的心理健康信息相关,同时五年级的学生也具备了一定的行动能力,其接

触到的社会信息范围较广，而部分网页上的不健康内容对极易导致好奇心重和辨别能力较差的小学生误入歧途，这同时也是教育工作者进行小学生心理健康教育的一大重要阻碍。

2、小学生心理健康教育对策探讨

2.1 优化心理健康教育方法

随着素质教育理念的不断深入和完善，学生的心理素质也纳入了小学教学目标体系当中，小学阶段的教育工作者要在充分重视心理健康教育的同时逐步优化和完善心理健康教育的模式和方法，全面提升心理健康教育的实际质量和效率。

首先，教育工作者可在正式开始心理健康教育前通过调查问卷和面对面谈话等心理测试方法来了解学生的心理状态和思想价值观状况，以此来充分明确心理，健康教育工作的实际目标和重点，从而采取科学合理有效的方式来引导学生的心理健康和思想道德修养全面发展。

其次，心理健康教育工作者还应充分注重以健康教育和实践活动的同步进行，通过开展各类正能量和积极的课内外实践活动来有计划的锻炼学生的心理素质，提升学生的抗打击能力和社会适应能力，并着重引导性格内向的学生融入集体当中，让有心理障碍或心理问题的学生充分感受到来自周围环境和师生们的热情，以此来引导学生走出心理困境和释放天性^[2]。

除此之外，心理健康教育工作者还可采用布置团体性和集体活动任务作业的形式来进行灵活的心理健康教育，让学生在集体或小组协作的过程中学会如何与他人交流或者寻求帮助，同时教育工作者也要注意充分利用此次实践活动机会来锻炼学生的应变能力 and 心理自我调节能力，循序渐进地培养学生独立面对心理障碍和身心发展矛盾等问题，从而推动学生心理健康工作质量和效率的双向提高。

2.2 增强家校互动与协同

良好的家庭氛围和亲子关系有利于促进学生的身心健康成长，能够帮助学生充分缓解叛逆期带来的不利心理影响，因此小学的教育工作者要着重增强家校互动与协同，可充分利用线上线下的家校交流机会来引导学生家长重视学生的心理健康，让学生父母尽量避免争吵和家庭矛盾，同时也要与学生家长进行全方位的交流

与反馈，以此来为学生营造一个积极向上和幸福美满的家庭成长和学习环境。

在条件允许的情况下，教育工作者还可引导学生与学生家长参与夏令营等亲子活动或野外拓展训练活动，在各类实践活动中充分锻炼学生的交流能力和拓宽学生的视野，同时此类实践活动能够充分培养学生的人际交往能力和独立完整的人格，也有利于加强学生与学生家长之间的情感交流，提升与加深学生的抗压能力和亲子感情，从而全方位的促进学生身心健康的全面发展。

2.3 加入全民阅读活动

全民阅读活动是现阶段政府部门充分重视的一项社会性实践活动，其运作的理念和方法恰好与小学阶段的课外阅读活动不谋而合，同时阅读活动也能够在校内环境中形成良好的校园风气和阅读习惯，对于学生的心理健康成长具有积极的推动意义。因此小学的心理健康教育工作者就可引导学生在校内间接加入全民阅读活动，以开放阅览室或是开设阅读课等形式来引导学生进行正向的课外阅读实践与学习，并着重挑选部分有利于学生心理健康成长和发展的书籍来进行活动组织，鼓励学生多读书和读好书，让学生在阅读实践的过程中充分感受书籍文学和传统文化的心理价值内涵，以优秀的价值观和思想理念来潜移默化地影响学生的心理发展。

三、结语

综上所述，学生的家庭环境、学校环境和所处的社会环境都会对学生的心理健康产生一定的正面或负面影响，尤其是处在叛逆期初期的小学高段学生，因此小学的心理健康教育工作者就要充分优化课内外心理，健康教育的方法和机制，增强小学生家校互动与协同，并加入全民阅读活动当中，全方位提升学生的心理素质和承受能力，降低学生出现心理问题和心理障碍的概率，促进学生身心健康的茁壮成长。

参考文献

- [1] 黄健华. 小学生心理健康影响因素的实证研究[J]. 小学教学参考, 2020, (3): 91-93.
- [2] 王修彦. 浅析小学生心理健康问题的成因及对策[J]. 中华活页文选(教师版), 2020, (9): 113-114. DOI: 10.12241/j.1009-7252.2020.09.067.

幼儿心理健康教育策略探究

刘 瑛

(镇雄县旧府街道高山幼儿园 云南 昭通 657200)

[摘要]随着现代教育的不断进步，心理健康教育不仅仅在我国中小学教育中逐步受到各类教育者的注意，也开始在幼儿教育中占据一席之地。在传统的幼儿教育中，很多幼师和家长都更为关注幼儿的身体素质发展和基础知识学习，心理健康教育的重要性并没有引起足够重视。所以本文接下来就将从幼儿教育目标出发，从幼儿心理、幼儿学习培养需求等多方面来具体阐述如何有效落实幼儿心理健康教育，希望能以此帮助幼儿形成良好的学习生活心态。

[关键词]幼儿教育；心理健康教育；教学策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.404

在幼儿教育中，强化幼儿身体素质固然是幼师群体的主要教学目标之一，但针对幼儿的心理健康进行引导教育，能为幼儿的未来发展打下坚实的心理基础，也是现代幼儿教育中必不可少的教育内容。在以往的幼儿教育中，很多幼师和家长群体都没有认识到心理健康教育对幼儿发育所能产生的长期正面影响，导致幼儿在学习生活中可能会出现自卑、消极等负面心理。对此幼师群体应正视幼儿在当前年龄阶段所需要的心理健康教育，帮助幼儿在积极乐观的心态中快乐成长。

一、幼师以身作则，以积极心理影响幼儿

幼儿的年龄阶段大概在3至6岁之间，该年龄段的幼儿普遍具有很强的模仿心理，这就意味着幼儿们的心理成长不仅仅是需要幼师与家长进行直接性的心理教育，幼儿个人的观察能力与实际感受也会给他们的心理健康带来不小的影响。同时幼儿群体普遍都没有很强的个人意识，这就使得幼儿的心理、性格等都是极为容易被塑造和影响的，而幼师作为幼儿的直接教育者，幼儿在长时间的相处过程中会对幼师产生一定的依赖感与亲近感，因此幼师的心理健康状态也会在很大程度上影响幼儿的心理健康发育。对此幼师群体在开展心理健康教育时，应重视个人心理状态对幼儿产生潜移默化的影响，坚持以身作则，用自身积极乐观的心态引导幼儿成长。

例如，幼师平时在处理幼儿之间的矛盾时，幼儿由于年龄较小，主观意识较重，因此他们的矛盾点可能都是比较小的冲突如玩具零食的分配问题等，因此幼师也无需板起脸孔责骂幼儿，而是要以调节者的身份进行介入，用轻松温和的语气去询问和调解幼儿间的矛盾，最后重新让幼儿在愉快的心态下继续与其他幼儿相处。此时幼师所表现出来的良好心态，很容易就会被幼儿进行模仿。不仅如此，幼师在与幼儿相处的过程中，可以尽量融入一些良好的心理细节去影响幼儿，如与幼儿分享自己的教学喜悦、认真倾听幼儿的话语、与幼儿一起分享食物玩具等，通过自身良好的行为习惯和积极心态去引导幼儿学会与他人分享，并在分享交流的基础上获得心理上的愉悦，最终便可有效提高心理健康教育的质量。

二、营造和谐心理健康教育氛围，促使幼儿热爱生活

幼儿群体的主观意识让幼儿在学习生活中会更看重个人所处地方的环境与氛围，而氛围也是幼师能顺利进行心理健康教育的重要前提。和谐而又温馨的教育氛围，既不会让幼儿感受到刻意的接受教育的压力，也能使得幼儿的性格在长期的氛围熏陶下变得更加温和。由于幼儿群体的抽象认知能力较弱，因此幼师在心理健康教育中不能选择学术语言性的方式进行引导，更多时候都需要借助氛围营造和具体的行为表现。对此幼师可以尝试营造和谐轻松的心理健康教育氛围，以此促使幼儿热爱生活。

例如，幼师在幼儿园与幼儿进行相处教育时，要尽可能的营造师生之间互相尊重、平等交流的教育氛围，尊重幼儿个体之间的性格、行为等多方面的差异。

在营造心理健康教育氛围时，幼师首先要做的就是建立起与幼儿之间的交流渠道，有些幼儿性格内向，可能不愿意与幼师多多交流，幼师可以鼓励幼儿通过画画等方式来表达自己的心理想法，让幼儿感受到自己被重视被关爱，进而促使幼儿产生愉悦的情绪，而幼儿所产生的愉悦心理又会使幼师的教育工作开展更为顺利。同时幼师还要学会挖掘幼儿个体身上的优点，组织游戏和活动去激发幼儿的表现活力。幼儿正处于渴望得到关注与赞扬的年龄阶段，幼师通过肯定幼儿个体的能力与价值也有利于幼儿心理健康发育。

三、落实家校共育，做好心理健康教育工作

幼儿园是幼儿接受知识教育的学习场所，而家庭则是幼儿进行学习与生活的主要环境，幼儿在该年龄阶段对于长者有着较为浓烈的依赖感与亲近感，因此家长们的心理状态也会在与幼儿相处的过程中传达给对方，幼儿的心理健康也会随之受到影响。家庭教育在幼儿成长阶段中的重要性已经被无数的专家学者所证明，部分家长虽然明白家庭教育的重要性，但由于缺乏专业的教育经验，在实际家庭教育开展的过程中很容易出现物极必反的结果。对此幼师在进行心理健康教育时，一定要从家校共育的角度出发，与家长携手做好对应的教育工作。

例如，幼师可以定期与家长通过微信等网络社交平台进行联系，在与家长交流沟通的过程中，幼师要重点向家长们强调营造和谐家庭环境的必要性，站在幼儿心理发育需求的角度去指导家长如何开展心理健康教育。说服家长在与幼儿相处的过程中尊重包容幼儿的缺点，在与家人相处时尽量做到不争吵不冷言冷语，表现出尊老爱幼的家庭温馨，遵守与幼儿之间的承诺，以此减少幼儿的负面情绪和强化幼儿对于家庭亲情的信赖心理。同时幼师也要指导家长在家庭心理健康教育中尽量做出具体的行为表率，言传不如身教，家长用实际行动来向幼儿传达自身积极生活的心态。如此一来，在家长长期的乐观教育中，幼儿也能在体验美好生活的同时形成大方开朗的性格。

结语

总而言之，幼师在设计幼儿心理健康教育的教育策略时，一定要先抓住幼儿当前的生理与心理特点，紧紧围绕幼儿当前年龄阶段的心理发育需求来开展相关的教育活动。并做好家校携手的工作安排，让幼儿不仅能在幼儿园中获得身心愉悦，又能使幼儿在和谐家庭生活中实现自身心理状态的积极转变，最终成功实现幼儿心理健康教育这一教学目标。

参考文献

- [1] 石飞琳. 幼儿园心理健康教育存在的问题和对策[J]. 文理导航·教育研究与实践, 2020(5): 248-249.
- [2] 张文星. 幼儿心理健康教育教学的渗透策略[J]. 科学咨询(教育科研), 2020(11): 145.