

新时代中小学心理健康教育的自我更新

鲍华梅

(青海省西宁市教育科学研究院 青海 西宁 810000)

[摘要]时代的发展正促使教师们的教学理念以及教学方式发生着改变,他们开始重新审视自己的教学目标,也就是在新时代中教师开始自我更新以及自我发展。但是有一个关键性的问题就在于心理健康教育上,教师的心理健康问题反映了他们才是教学的主体,为了解决这个问题,需要教师自己去面对。时代以及社会的发展促使教育对象也开始发生变化,因此,在全新时代下教师应该顺应发展的需求,加强自身的心理健康状态,这样才能成为更好的引路人。

[关键词]心理健康;中小学;自我更新;教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.652

引言

目前,社会时代的发展促使很多行业正在不断改革,因此,我国的社会经济以及文化形态和心理特征等等都在经历着前所未有的改革。这样一来导致人们的心理健康问题变得尤为复杂,因此,教育部门需要重视中小学生的心理健康教育工作,只有这样才能促进我国社会的全面进步以及美好发展。在这个过程中,教师需要提出全新的教学思路以及教学措施,积极研究心理健康教育,促使自己成为实践者的同时,还能成为更好的领导者,只有这样才能推动我国教育事业的发展,同时还能获取全新的进展和成就。

一、新时代的理解以及界定

新时代意味着很多事情都是多变的,中小学生在缤纷多彩的世界中生存时,他们需要面对很多压力,导致很多学生出现心理问题。为了建设中国特色社会主义所以进入了全新的时代,社会主要矛盾正在悄无声息的转化,早已变成了人们美好生活需求以及不平衡发展之间的矛盾,这就意味着社会的发展需要加强心理健康服务体系的建设,积极培育人们的健康心理,这样才能确保人们心态理性和平并且积极向上。显而易见的是,新时代的我们正处于社会的转型以及社会心理变迁不断加速的特殊时期,在这样的背景下要求中小学生的心理健康不断进行自我更新,那么,教师的任务就需要创新全新的教学方式以及思路等等,只有这样才能为中小学生以及社会的发展提供良好服务。

二、如何改变中小学心理健康教育的机制建设以及组织实施

心理健康教育其实就是心理服务具体化的过程,因此,在中小学生的心理健康教育中需要加强教师们的组织实施能力,以此提升他们的整体观以及全局观。不管是全面发展的普通教育还是心理健康教育的促进,推动心理辅导服务以及心理咨询服务是必不可少的一个环节,主要是为了确保心理危机干预工作的顺利展开。我们将这个促成部分可以视为社会的心理服务,主要是为了在中小学生中有效倡导健康的生活,同时也是为了培养学生们健康的心态,促使他们学会调整内心的压力以及困扰等等,这样才能有效提升学生们的健康素养,同时还能保证他们获得良好心态后,帮助社会营造健康向上的心理氛围。这里所谓的心理健康服务其实就是社会的心理服务,它可以直接决定中小学生心理健康教育工作机制建设的状况。在各个地区的中小学开始全面建设班级、年级以及小组等各个级别

的心理健康服务体系。在这个过程中需要加强心理健康教育团队的师资力量,这样才能拓展心理健康服务的范围和涉及的领域,为进一步展开社会心理服务奠定基础。

在社会心理服务中需要准确了解个人、群体以及人际关系之间的社会心理服务,这个直接决定了中小学生心理健康教育工作的在领导管理中的生活观。其实就是生活,而生活和环境是不可分割的,学生们直接接触到的环境我们将其称之为微环境,健康的社会心理服务可以帮助学生们在面临这些环境中出现的问题舒缓他们的负面情绪,然后提供给他们一定的帮助和辅导。中环境就是两个或者两个以上的相互联系,对于学生而言,其实就是家校之间的互动,帮助他们去扫清人际层面上的社会心态问题,以此培育他们的人际交往能力等等。

三、中小学生的心理健康教育在未来时代发展中重点关注的问题

首先,站在心理健康教育这个角度去看,教师需要注重心理健康教育服务体系的建设,这样才能提供更多优质的心理健康服务。其次,及时矫正中小学生扭曲的心理问题,对他们的不良行为进行干预,促使他们朝着健康心理的发展方向不断靠近。另外,构建中小学健康成长的生态系统,也是非常重要的一个部分,最后需要加强中小学生心理健康教师团队的建设,从实际情况出发,促使教师们重视心理健康教育结果的同时,还要对这些教育效果进行评估和反馈。

结束语

综上所述,在最近这几年的社会发展过程中,教师因为心理健康教育这个问题开始不断更新自己的教学策略,学校的心理服务对象也开始扩展到所有的学生,以此展现心理健康教育的重要性。整个健康心理教育中国需要重视学生们心理素质的培养,以预防和促进发展为导向。当前,很多学校的心理健康教育正处于教育模式慢慢转变成服务模式的发展趋势,这个转变的过程其实就是一种历史的必经之路,因为只有这样才能保证我国中小学心理健康教育的长期发展。

参考文献

- [1]张燕.小学高年级心理健康教育策略浅析[J].小学教学参考,2014,(01).
- [2]夏庆.心理健康教育改善中学生学习倦怠的实验研究[J].河北联合大学学报,2014,(03).
- [3]冯程程.高年级中小学生心理健康问题及对策[D].辽宁师范大学硕士学位论文,2013,(5).