

心理健康教育在思想品德课教学中的渗透探究

董艳丽

(保定市徐水区崔庄镇中心学校 河北 保定 072550)

[摘要]心理健康教育在学校德育管理中发挥无可替代的作用,小学德育管理适时引入心理健康教育机制,符合主体教育理念的基本要求。合理安排心理健康课程、拓宽心理健康宣传、创设心理健康活动、对接心理健康家教,都能够创设更多渗透机会,为学校德育管理提供更多有效帮助,促进学生心理健康成长,为学生创设适宜学习生活环境。心理健康与学校德育管理有更多融合点,强化心理健康教育与德育的对接和渗透,能够为学校教育注入丰富动力。

[关键词]心理健康教育;思想品德课;教学渗透;探究

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.043

引言

加强学生心理健康教育,是实施素质教育的需要,是社会发展的需要,是学生全面发展的需要,是消除学生厌学情绪的需要。遗憾的是,当前学校心理健康教育现状不容乐观,存在不少问题。鉴于此,针对心理健康教育存在的问题提出合理的解决对策成为教育工作的当务之急。下面笔者结合对此问题的理解以及自己的教育教学经历,谈谈自己的一些思考。

一、当前学生存在的主要心理健康问题

小学是学生学习的阶段,但是因为学生心智还不成熟,所以他们容易受到不良因素的诱惑,出现心理波动,甚至产生逆反心理,久而久之会形成歪曲的价值观念。因为心理障碍影响学业的情况时有发生,厌恶学习、强迫性焦虑、交际与交流恐惧、过于以自我为中心等各种心理问题在学习中层出不穷。鉴于以上问题,学校德育教育有必要融合心理健康教育,在加强学生思想品德教育的同时,关注学生心理健康问题,提高学生抗压能力,使学生养成积极向上的阳光心态。

二、心理健康教育在思想品德教学中渗透的重要意义

思想品德教学大纲明确指出,小学思想政治教育要融合心理健康教育、法律基础知识、伦理道德知识等多方面的内容,让学生始终保持乐观积极的生活态度,引导学生树立正确的理想观念。小学阶段的学生正处于成长发育的关键时期,自主意识趋向成熟,但由于自身年龄因素的影响,心理抗压能力和承受能力相对较弱,在学习和成长过程中极易出现不良的心理状态。比如,部分学生由于学习成绩不好,屡犯错误,在遭受来自学校及家庭的过多指责与批评后,很容易形成一种“我不如人”的自卑心理。还有部分学生因为辨别是非的能力较差、疑虑心理较重,难以正确对待家长的一片苦心和教师的批评教育,容易产生逆反心理。因此,加强学生心理健康教育,对学生进行正确引导就显得尤为重要。

三、思想政治课程教学与心理健康教育的互相渗透

思想政治课程教学在担当教育责任的基础上培养学生具有高尚的思想情操、感恩于自身成长和发展的“对象”、树立为国忧民的共产主义精神世界观,让学生成为身心健康、助人为乐、知识丰富的合格人才,结合心理健康知识强

化学生具有高尚的思想情操、感恩于自身成长和发展的“对象”、树立为国忧民的共产主义精神世界观的定力,使思想政治课程学习过程中的不足之处用心理健康知识给予补充完善,全面提高学生的心理素质和文化知识。

四、心理健康教育在思想品德教学中渗透的策略

(一) 提高心理健康教育的重视程度

不仅是在思政课教学中渗透心理健康教育,还要在小学生的学习生活中尽可能融入心理教育因素,这对于教师掌握学生的内心世界都会有很大帮助,同时也可以避免传统说教给学生造成的心理负担和影响力。特别在学生品格形成的主要时期,学校不能只关注学生的学习成绩,要提高对心理健康教育的重视程度,将心理健康教育与思政课、体育课、美术课以及音乐课有机结合起来,实现有跨度的课程开展,不局限于形式,同时也可以满足小学生心理发展的个体差异性,为专业心理辅导的课程开展做好铺垫。此外,从国家方面来讲,思想政治教育与心理健康教育本身在我国的规划当中就从属于一分“德育”体系,但在之后的发展当中却逐渐分离,这违背了国家政策的初衷,所以,怎样完成这两者间的融合最为关键的便是国家的支持。这是一个大方向的指导,同时也是解决二者融合最为有效的举措,所以,国家需要注重思想政治教育与心理健康教育的有机融合。总之,不同的路径选择能带来不同的效果,需要根据自身的实际问题寻求解决方案。

(二) 充分利用课堂时间,引导学生主动探究

在严抓教学重点的基础上,教师要充分利用课堂教学时间,强调学生主动思考、探究的过程,并结合课堂进度,体现以学生为主体的教育观,让其在有效的课堂时间内,最大限度地吸收知识。教师应注意尽量减少导入和中间环节,提前做好课程准备,进而保证学生保持较高注意力。在小学德育课教学中渗透心理健康教育,不但要注意课程资源的科学合理,还要关注学生的学习效果及课堂反馈,把握知识要点、优化教学方法,不断致力于教育水平的提升,全面促进小学生心理健康与正确人生观的形成,以适应教育发展的需要,提升小学生的综合素质。

(三) 组织实践活动,提高心理健康教育质量

思想品德课具有较强的理论性,学生机械地掌握这些理

论知识是远远不够的，还要将理论知识与实践结合起来。因此，思想品德教学不是让学生简单机械地背诵条条框框，而是要实现道德品质的内化，让学生能够真正将所学知识用于指导生活实践。学生因为年龄的原因，乐于在活动过程中学习新知识，在活动体验的基础上，情绪及情感会得到释放，并最终实现升华。例如，根据教学内容和教学要求，教师可自编或让学生创编一些情景短剧，并在课堂上即兴表演，这样可以收到意想不到的效果。例如，高年级学生独立意识增强，与家长的交流往往会出现一定的障碍，容易产生叛逆心理。在教学“孝敬父母”一课时，教师可采用情景短剧表演的形式，开展以“理解父母，了解父母”为主题的心理教育活动。先以“父母的烦恼”为题，让学生进行分组讨论。接着让学生选出父母烦恼的典型事例，并以此为主题，设计情节，分配角色，进行排练。最后进行情景短剧表演，并评出“最理解父母表演奖”。通过情景短剧的表演，无论是表演的学生，还是观看的学生，都加深了对父母的理解，对父母的情感有了更深的体验。再如，在教学“正当防卫”一课时，教师可讲述一个真实案例：一个年轻女孩在回家路上碰到持刀抢劫的歹徒，歹徒抢完钱财后对女孩起了歹意。女孩在反抗过程中，将歹徒刺伤，造成其死亡。讲述完案例，教师开始提问：女孩的行为是否属于正当防卫？将问题抛给学生，让学生进行讨论，发表自己的观点和看法。此外，教师还可以通过一对一谈话、小组讨论等方式，让学生说出内心想法，以便掌握学生的思想动态，对存在心理问题的学生及时进行疏导。开展多样化实践活动，能提高心理健康教育质量。

（四）思想品德教师不断增强业务能力

思想品德教师综合素质决定了德育教育的成效。因此，思想品德教师必须保持学习的状态，在工作中不断钻研业务。加强技能训练，提升道德修养，养成健全的人格，为学生做好榜样，成为学生的知心朋友。“亲其师，信其道”，只有教师身正示范才能吸引学生，才能让学生对学科和教师产生好感，进而用心接受教师传授的知识和技能，并以此规范自身言行。不难看出，思想品德教师不断增强自身业务能力，是德育教育和心理健康教育融合的前提，也是教育好学生的必要条件。同时，教师应当不断学习德育教育和心理健康教育知识，能够深度分析学生言行举止，并能根据分析结果发现学生成长中出现的问题，针对问题施教，帮助学生纠正不正确的价值观，培养高尚情操，让学生接受系统辅导。需要教师强调的是，在这一过程中思想品德教师必须保持良好的耐心，否则容易适得其反，刺激学生产生逆反心理。开展德育教育与心理健康教育是一个循序渐进的过程，特别是对于少数特殊学生的施教，需要教师持续交流、长期施教。所以，教师要耐心地指导，给予学生长期的关心和爱护，让学生回到正常学习和生活中。

（五）创设良好的教育大环境

首先，规范办学行为，倡导素质教育。学校不能因为追求升学率而延长教学时间，也不能因为追求高分而加大作业量。要取缔名目繁多的不必要的作业与考试，切实减轻学生的学业负担，缓解学生的心理压力。其次，加大资金投入，确保开足开齐心理健康教育课程。学校要设立专项资金，完善硬件设施，为开足开齐心理健康教育课提供必要的保障。最后，学校要积极创设良好的心理健康教育环境。例如，设立心理咨询室、心理咨询信箱、学生不良情绪发泄室，建立学生档案，便于教师追踪学生的心理变化。

结束语

综上所述，思想政治教育主要以培养学生的思想道德品德素养，掌握国家国情的时政为主，心理健康教育主要是普及心理健康知识，掌握调适心理的技能，疏导自己的情绪为主，从二者的不同特色以及学科的功能属性，就决定了它们之间的融合发展必将促进学生思想道德素质与心理健康的良性发展，二者之间有相互影响、相互促进、相互支撑的作用。学校德育管理中渗透心理健康教育内容，能够为学生带来更多心理辅导机会，确保学生始终处于健康的心理状态，这对促进学校德育管理有重要现实意义。学校德育管理有比较完善的系统，如何将心理健康教育课程内容融入这个体系之中，这是我们需要重点研究的问题。心理健康教育对学生生涯规划、健康学习都有重要促进作用，拓宽心理健康教育视野，能够建立崭新的德育管理品牌，促进学生综合能力的成长。

参考文献

- [1] 成海林. 小学德育与心理健康教育结合策略探究[J]. 新课程, 2021(22): 224.
- [2] 范秀丽. 在小学心理与健康课堂渗透德育的策略[J]. 吉林教育, 2021(13): 77-78.
- [3] 韩素花. 小学德育工作中如何实施激励策略[J]. 甘肃教育, 2020(20): 34.
- [4] 朱锦琼. 小学德育工作的实践探究[A]. 教育部基础教育课程改革研究中心. 2020年“区域优质教育资源的整合研究”研讨会论文集[C]. 教育部基础教育课程改革研究中心: 教育部基础教育课程改革研究中心, 2020: 2.
- [5] 周其鸿. 心理健康教育与小学德育教学的融合思考[J]. 当代家庭教育, 2020(17): 158.
- [6] 刘洪静. 小学德育教育与心理健康教育的结合[J]. 课程教育研究, 2019(50): 70.
- [7] 张妍梅. 浅谈小学德育与心理健康教育的融合[J]. 新课程(上), 2019(12): 336.
- [8] 史会萍, 陶加岩. 新时期小学德育工作有效性策略研究[J]. 新课程(上), 2019(10): 256.