

高中生心理健康问题的两个误区

陈景莉

(新疆塔城地区第一高级中学 新疆 塔城 834300)

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.031

误区一、把学生问题看得过于表面化

在以往的德育工作中,在处理学生的问题时,我们往往采取的是“头疼医头,脚疼医脚”的办法,比如:学生打架,我们就处理打架的问题;学生不尊重老师,我们想方设法叫学生给老师认错等。可以说,我们这样的处理方式,在学校的德育工作中,延续了一代又一代,似乎成了大家公认的准则。然而,随着近年来,我们对于学生心理健康教育工作的重视程度的加大,在对学生进行心理辅导的过程中,我们发现,我们处理学生问题过于制度化,缺乏人性化的思考,治标不治本,学生屡教不改的现象时有发生。追其原因就在于把学生的问题看得过于表面化。每一个问题的出现,没有深挖其背后的根源。

[案例一]我们学校有一个高二年级的男生,连续两次因为打架受到学校的警告处分,我们以为这个学生会在行为上有所收敛,不可能再发生类似的打架事件,可是,就在第二次受到处分之后,该生又一次因为打架被上报到学校德育处。就在领导商量下一步该怎么处理该学生的时候,我忽然萌发出先找这个学生谈谈的想法。就在与该生推心置腹地交谈过程中,我了解到,他先后动手打的是同一个人,这个人也是夺走他“女朋友”的人。他痛恨前女友移情别恋,又不好动手打女生,就把气撒在这个男孩身上。当了解到这个情况,我明白了该生出现问题的根源是为爱争风吃醋,情绪控制出现了问题。

于是,我就首先对其爱情观进行修正。我问他,“你有没有拒绝别的女生的经历?”他说:“我长这么帅,当然咯!有好几个女生喜欢我,我不喜欢她们咯!”“那你怎么拒绝她们的?”“就是和我喜欢的女生在一起,不理别的女生,她们就会死心咯!”“对啊!你也有不喜欢的人,你也可以拒绝不喜欢的女生,和喜欢的女生在一起。你的前女朋友怎么就不能移情别恋,和别的男生在一起?”听到我的问话,他若有所思地一言不发。我接着说:“心理学上,在人际交往中有一个‘黄金原则’,就是以你希望别人如何对待你的方式去对待别人。因此,我们每个人都有选择爱与被爱的权利。你憎恨和你前女友在一起的男生是不正确的。你能想明白吗?”他点了点头,同意了我的观点。

然后教他通过深呼吸来控制情绪,我给他讲,“在你们很小的时候都知道‘冲动是魔鬼’。下次在你情绪失控时,要做出项决定前,一定要学会深呼吸三次,三次不行再加三次,直到你的内心平静之后再做出决定。内心平静了,才会做出理智的决定。”

在三次心理辅导之后,该生能够树立正确的恋爱观,情绪反应趋于正常,也没有再因打架而受到处分的现象发生。

[反思]俗话说:“十年树木,百年树人。”要想做好学校的德育工作,就得有专人静下心来研究学生的心理发展状况,研究学生问题的深层原因。德育工作者在处理学生问题时,不但要追根溯源,了解学生问题产生的根源和形成过程,而且要抱着发展的眼光,相信学生能够通过自身的学习以及周围人的帮助,最终回归正常的学习和生活。

【误区二】忽视学生早年的一些负性记忆

学习心理学知识,最大的收获就是:要帮助一个心理有问题的人,就得想办法

了解到这个人过去的一些经历,尤其是早年的一些负性记忆,因为这些负性记忆,就是形成他后天心理问题的根源。而我们在以往解决学生问题的时候,却忽视了这方面,从而导致了我们的德育工作的实效性不明显。很多老师和家长,大费周章,最后还是没有办法帮助孩子从不良的心理状态中走出来。

【案例二】

在我们学校,出现过一个高三的女生,反追一个高一的男生的事情。据我们了解,这个女生天生丽质,成绩也不错,而那个高一的男生,除了体格健壮,外表还算英俊外,其他方面都很一般。作为旁观者,我们都觉得男生配不上这个女生。可是,女孩却要死要活地缠着这个男孩,几乎倾其所有来讨好男生。她的做法以及行为,显得极为不正常,老师和学生都议论纷纷。如果没有接触心理学知识,我也许就当做是一种早恋的现象简单地说说就了事。

可是,经过合理的心理分析之后,我就觉得该生一定经历过一些和他人不一样的事情。果然,在一个恰当的时间,我和这个女生单独交谈,在一种很放松的情况下,她向我吐露了真情。

在她只有7、8岁的时候,一个中午,去商店打酱油的路上,一个少年男子看到左右无人,硬生生地拉她到路旁的厕所里,解开裤子的纽扣,叫她看他的生殖器。她当时被吓住了。幸好她的父亲路过,及时解救了她。但是从此,她害怕一个走在路上。在她的内心深处,渴望安全感,渴望有人保护。在她的成长过程中,从初中开始,她就开始喜欢体格健壮的男孩,先后结交了三、四个同一类型的男孩。

面对这样一个因为童年有着不幸遭遇而感到自己很弱小,需要他人保护的女孩,我设定的最初目标就是要叫她的内心变得强大起来。我叫她以最舒服的方式坐在椅子上,闭上眼睛,回忆小时候的那一幕,她照做了。

在她的脸上,我看到了恐怖的表情。我轻声对她说,你眼前看到的,是小的时候的你,那时,你很小,无力反抗,也不知道怎么面对这样的问题,一个成年人,很轻松地就把你拉进了男厕所。那都是小时候的你,小时候的你已经长大了,无论哪个男性再拉扯你,你会大声呼救,你有力气去反抗。请你继续想象,你现在眼前看到的是一个长大后的你,在遇到哪个男人,他现在还在用力把你往男厕所拉,你该怎么办?她顿时高呼“救命”“救命”,她的胳膊在用力的晃,我知道她在极力摆脱意念中的那双猛拽她的手。看到她几经挣扎,最后停了下来。我叫她睁开眼睛,站起来。我叫她站好,高声喊出:“我不再是那个让男人随便拉扯走的小女孩,我已经长大了!我已经长大了!”重复大喊了三遍。喊完,她说心里好轻松,浑身涌现出了很多的力量。

经过几次心理疏导,她改变了以往不正确的观念,开始从自身寻找安全感了。

[反思]我们在日常的德育工作中,要想帮助一个学生完全走出心理阴影,就需要了解学生过去的经历,包括其幼年、童年、以及青春期所有的经历。这就要求我们在高中的教育工作中,注意和小学、初中教师做好衔接工作。尤其在帮助学生的过程中,要密切家校联系,从孩子的家长那里,了解更多孩子成长过程中遭遇的,对孩子成长带来很大影响的事情或者事件。这或许就是我们解决孩子问题的切入点和突破口。

让生活成为德育教育的源泉

黄晓平

(吉林省公主岭市西四小学校 吉林 公主岭 136100)

【摘要】随着时代的不断发展,我国教育事业的不断进步,在教学活动的开展中,我国更重视于促进学生的全面发展,重视于开展素质教育。德育课程是学生心理以及身体成长的重要教育内容。在展开德育教学的过程中,要更加重视于对于学生良好品德素质的培养,应当更加重视于生活中德育教学内容的开发。传统的德育教学课程空有框架而无实际内容,学生在学习过程中由于缺乏具体的案例,且老师讲述的案例过于远离学生,学生对于具体的内容难以理解。本文结合我国开展德育教学活动的先进理论为探索我国在生活中的德育教学内容,提供笔者的一点浅见。

【关键词】教学改革;德育教学;结合生活

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.032

引言

随着我国教育事业的不断进步,广大教师在教学中,对于学生德育的要求越来越高。教师所面临的的教学任务不仅仅是对于学生文化水平的培养,应当越发重视在多学科展开德育教学课程。在当前我国所展开的德育教学中,思想政治课堂是主要阵地,但是其教学内容十分有限,因此教师应当大力开发在生活中的德育教学课程。教师所开发的生活中的教学内容更加适用于学生的理解能力,更加便于为学生所理解,而且学生在学习过程中由于讲述的是其具体的案例,也能够培养其对于德育教学的兴趣。

一、开发生活中的德育教学内容的重要意义

在当前我国所开设的德育教学内容中,其教学主阵地往往只是个学校的思政课堂,在教学内容的安排上,以教材内容为主。德育教学内容偏向培养学生的文化水平,而对于学生的心理并没有做出良好的教育。笔者认为,德育课程应当是一门以

学生动手参与,教师进行心理辅导为主的课程。在教学过程中应当先行以培养学生高尚的理想,伟岸的人格为主,而不是将德育教育内容仍然放在传统的教学课程之中,将德育课程当做一门文化课教学课程进行讲述。教材内容十分有限,笔者认为,各科教师都应该承担起进行德育教学的责任,因为各科教师对于班集体生的德育不足发现方向不一,因此,教师在进行德育教学的过程中,针对学生进行进行的心理辅导也各有不同。而对于空泛简单的教学教材,以及教师各不相同的教学方向,开发生活中的德育内容已经成为开展德育教学课程的重中之重。

二、开发生活中的德育教学内容的一般方法

笔者认为开发生活中的德育教学内容一般有两个方向,一是借助于课本教学内容向外延伸,二是结合于生活中的典型德育教学案例进行讲述。

(一)由课本延伸

由课本延伸的开发方式主要是由教师结合于课本教学实际内容,通过深化课本