

# 基于核心素养培养的高中心理健康教育模式实践研究

萨其尔

(呼和浩特市土默特中学 内蒙古 呼和浩特 010051)

**[摘要]** 学生发展核心素养的关键是学生应具备的基本素质和重要工作能力, 这些素质和能力应能融入他们自己的终生发展和社会经济发展。多年来, 高中教育一直是学生教育过程中的重要组成部分。它关系到学生的未来。因此, 塑造高中生的核心素养至关重要。心理健康是学生核心素养的关键组成部分, 在整个塑造过程中存在一些问题, 例如理解错误, 教师基础薄弱, 方法单一, 家庭, 社会发展以及与大学缺乏紧密合作等。因此, 学校应正确对待和准确定位心理健康文化教育, 完善学院的心理健康管理模式, 提高心理健康管理工作的水平和具体指导, 改善心理教师的基础建设, 产生家庭, 社会发展, 学校的道德教育共同促进学生的心理健康发展和学生的核心素养。

**[关键词]** 核心素养; 心理健康教育模式; 高中

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.1485

## 0. 引言

基础教育改革的不断推进, 对心理健康和文化教育的要求越来越高, 高校越来越关注学生的心理健康问题。学生核心素养的塑造, 意味着高校根据文化教育来塑造学生解决问题和能力, 而基于学生核心素养的心理健康和文化教育可以合理地帮助学生快乐成长。本文根据学生的核心素养, 探讨了心理健康教育的对策。

### 1. 心理健康核心素养培养面临的主要问题

#### 1.1 心理健康培养师资力量的制约

塑造心理健康的工作既要考虑专业能力又要兼顾理性, 因此必须有一支合格的教师队伍。在各校领导的带领下, 由专业的心理健康教师, 教学主任, 兼职心理健康教师 and 所有教职员工组成的精英团队应参与, 明确分工, 履行职责。但是, 许多学校在塑造教师的心理健康方面基础薄弱, 尤其是在落后地区。这类学校的专业心理教师很少, 专业技能差的教师很多, 这类教师的心理专业性基本上是薄弱的。此外, 由于他们的心理素质状态较差, 因此更难以调动他们工作的积极性。此外, 各地区和学校对心理健康培养的重视程度不够, 教学的管理体系不完善, 也影响着学生心理健康培养的制度氛围, 从而危及心理健康教师的工作积极性和职业素养。

#### 1.2 学校心理健康培养没有形成合力

课程应具有自己的课程管理系统。但是, 目前标准的普通高中生在健康塑造工作上比较懒惰, 没有统一的课程内容和教材内容, 上课时间和教学策略的运用比较随意; 除此以外, 不同地区的各校的心理教师之间的交流较少, 对课程缺乏信任, 也缺乏进行技术专业交流和学习与培训的机会。因此, 不同机构的心理健康塑造工作水平差异很大。此外, 心理健康的塑造是长期持续发展的趋势。不仅是教师的责任和义务, 而且还必须由教师和教学主任及其他人员积极地进行, 只有形成教育合力, 才能发展好学生的心理健康核心素养。

### 2. 心理健康核心素养的培养策略

#### 2.1 对学生进行指导, 提高学生的认知力

普通高中阶段是学生思维逻辑发展的关键阶段。一个人的生活观, 价值观和人生观与普通高中生的经历密切相关。但是, 高中生缺乏生活经验, 思维逻辑薄弱, 缺乏对某些事物的理解, 对道德观念的理解不清, 并且常常会在不了解的情况下犯错误。如果这样下去, 很容易在高中生的思想上造成错误, 这不利于学生的快乐成长, 甚至对他们成长后的社会发展造成伤害。因此, 教师在课堂教学中应注意学生行为守则的具体指

导, 提高学生的思维能力, 果断地掌握可以做什么和不能做什么。

#### 2.2 为学生树立榜样, 提高学生的执行力

除父母外, 老师是学生接触的最多的人。因此, 教师必须通过言传身教来为学生创建合适的榜样。老师希望学生学会尊重他人, 他们需要以公平的方式与他们交流。如果学生为老师倒水, 请感谢学生。如果老师在课堂上不正确, 学生要当场指出其错误, 教师需要承认错误并立即纠正; 如果学生由于老师而犯了一个错误, 除了惩罚学生外, 他还必须接受相对的惩罚。老师要求学生学习诚实守信, 在答应学生不拖堂之后, 教师应该说做到。总而言之, 只有老师才能充分发挥优秀的榜样作用, 才能促进学生的个人行为, 养成良好的生活方式。

#### 2.3 严格规范心理健康教师专业培训和考核

教师职业的发展趋势是一个动态的发展趋势, 教师必须具有终身学习的心态, 继续接受专业技能的学习和培训, 并进行相关评估。例如, 报名参加教师的在职培训, 入职培训, 教学活动, 高中心理健康培训活动, 各种高质量的心理健康课比赛活动等。根据此专业培训标准进行学习培训, 继续提高自己的技术专长。此外, 教育行政事业单位必须制定心理健康教师考核指标, 包括学历证明, 教师职业资格证书, 心理咨询师资格证书等。学校应根据严格的心理教师专业培训和考核标准, 提高心理教师的专业素质, 更有利于培养高中生的心理健康。

## 3. 结语

随着素质教育的观念的逐渐深入人心, 许多老师意识到, 除了向学生传授专业知识教师必备的学习技能, 增强学生的自学能力, 促进心理健康外, 还包括其他方面。对学生的心理健康教育也是必不可少的。但是, 培养学生健全的人格和崇高的社会品德并不是每天都能完成的任务。许多教师必须共同努力, 并肩工作, 以将心理健康教育渗透到日常生活和课堂教学中。只有采取多种合理对策, 同时进行理论研究和坚持, 才能促进学生专业能力的全面发展。

### 参考文献

- [1] 谢艺珊. 基于核心素养培养的高中心理健康教育模式的几点探讨[J]. 文科爱好者(教育教学), 2020(02): 159-160.
- [2] 董家鹏. 基于核心素养培养的高中心理健康教育模式实践研究[J]. 辽宁教育, 2019(10): 33-35.
- [3] 李曼. 学生心理健康核心素养培养初探[J]. 教育实践与研究(C), 2018(02): 12-15.