

# 高中德育与心理健康教育的有效融合研究

彭英 袁晴

(湖南省资兴市第一中学 湖南 郴州 423400)

**[摘要]**高中是学生身心发育的关键时期,也是他们走向成熟的必经之路。在高中这个教育阶段,学生们处于一个十分复杂的环境下。在这个关键时期,教师既需要关注学生的心理问题,也要格外关注学生的思想品质教育。本文正是在此环境背景下分析如何将德育与心理健康教育整合在一起,共同促进学生的身心发展,从而帮助学生渡过这个时间的问题。

**[关键词]**心理健康教育;高中;德育;结合对策

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.1654

对于高中学生来说,这个特殊阶段正是他们人生态度、价值观念以及情感意识成长的关键阶段,在面临各种压力以及青春期的影响之下,学生的消极心理与负面情绪容易成为干扰学生成长的因素,将德育与心理健康教育整合在一起开展教学,不仅可以帮助高中生具备良好的心理素质与性格,还有助于提高其价值观与自信心。

## 一、善于发现学生闪光点,增加学生自信心

无论是德育还是心理健康教育,其主体是学生,教学过程中教师要秉持生本理念,了解学生的真实诉求,循循善诱。教师在教育过程中,要提升自身素质,学习二者相结合相关知识,以理论支撑实践,对于学生的各种心理问题以及行为问题能够做出准确预判,并分析导致其出现各种问题的原因。同时,教师要善于鼓励学生,让其看到自身的优点,并将优点发扬光大,为他们树立学习与生活的自信心

例如,我们班上王同学人高马大,但是缺点众多,如懒惰、欺负学生、很喜欢搞事情,其他学生都会刻意地远离他。我知道这是因为人际关系的原因导致他心理产生了阻碍。我教育过他很多次依然没有用处。但是在一次学校秋季运动会上,他昂首大步向前跑的潇洒身影吸引了全班同学情不自禁地为其加油助威呐喊,最终打破了校运动会的记录,取得了年级第1名。我立刻对他产生了由衷的敬意。在班上把他好好表扬了一番,同学们对他改变了看法,佩服得五体投地。之后在与其深入交流的时候,我建议他既然不想学习文化课,可以入选体育特长生。通过我的多方努力,终于将其引入到了校体育队。从此,他找到了自信,走出了心里的迷茫区域,找到了自我发展的方向。

## 二、家校合作,共建结合教育机制

在心理辅导以及德育方面,很多家长是乐于配合教师开展教育工作的,但是他们也面临着一个难题,即家长们不是专业搞教育的,他们的教育理念欠佳、教育手段不足,不知道如何去正确的教育孩子。此时学校方面要为家长们提供培训的机会,如教师可以通过家长会可以让家长们知道在家里如何教育、引导孩子,如何配合、协助老师;也可以通过家访给家长一些建议。

例如,我在了解到我们班一个男生是单亲家庭之后,主动到他家进行家访。但是因为孩子的父亲外出打工了,只有孩子爷爷一个人在家,于是我留了一个孩子父亲的电话便离开了。在傍晚下班之后,我主动和男生的父亲通了电话,在电话之中,我夸奖孩子懂事听话,虽然有些小打小闹,但是不影响大局。同时我和孩子的父亲提到了打骂的这件事情,我明确告诉他,这只会增加他心理的叛逆心理,起不到任何的效果。我

们又聊了很多,比如像他的父亲传授一些了解孩子、鼓励孩子的办法,如何缓解自身的压力等等。我没想到通一个多小时的电话,会对这个孩子的影响这么大。

## 三、建造心理咨询辅导平台,帮助学生塑造个性

青春期的学生在遇到问题的时候总是会憋在心里,因为害羞或者不善言谈而不会去向别人倾诉自己的烦恼。如果学生内心的烦恼一直无法排解出来,久而久之,就形成所谓的“心病”。这种情况之下,家长、教师已经同学会误解他,进而导致学生容易诱发抑郁症。语言引导主要是以朋友的身份,引导学生将自己内心的情绪、情感表达出来。教师作为倾听者,可以向学生传授一下排解内心忧虑的小技巧,从而帮助学生走出困境,塑造健康阳光的个性。

例如,有一次我们班里来了位转学生,名叫小亮。我私下里问他转学的原因时,他说我和原来的班主任老师闹翻了。在无意之中与语文老师的一次交谈中,发现他曾经写过这样一篇作文:看着妈妈暑假为我念书的事到处找人,心里真不是滋味,以后我再也不能那样冲动了。于是第二天班会课主题,我临时改为:为了父母的微笑。几个同学发言之后,我让小亮同学来读他的文章,他很惊讶,走上讲台,读到一半时就已泣不成声,旁边的女生递给他餐巾纸,最终他一边擦着眼泪,一边读,结束时全班同学给他鼓掌。我想,浪子回头金不换。既然他有忏悔,他为母亲因他学业奔波而愧疚,那他一定还有救,还有希望,而他最终也在班里名列前茅,还养成了乐于助人、宽容待人的良好性格。

## 结论

任何学生都是独一无二的,教师要运用耐心来关心和爱好每一个学生,发现他们身上的优势,因材施教。尤其是对于高中生来讲,他们处于青春期的关键时期,这更需要教师的循循善诱以及心理辅导,来促进学生们的茁壮成长。将德育与心理健康教育结合在一起是一种良性的教学方法,对于学生心理以及行为发展来讲具有非常重要的意义。

## 参考文献:

- [1]钟建锋. 素质教育改革下高中德育教育与心理健康教育的整合研究[A].
- [2]中国智慧工程研究会智能学习与创新研究工作委员会. 2020年学校管理与教学创新学术会议论文集[C]. 中国智慧工程研究会智能学习与创新研究工作委员会:中国智慧工程研究会智能学习与创新研究工作委员会,2020:3.
- [3]陈柳味. 高中德育教育与心理健康教育的融合策略研究[J]. 课程教育研究,2020(07):79-80.