

初中生心理健康家校共育建设路径探索

陈昱全

深圳市福田区实验教育集团侨香学校, 中国·广东 深圳 518000

【摘要】随着近年来大众愈发重视教育事业的发展, 教育改革是其中必不可少的一环, 其中最引人关注的便是心理健康家校共育。本文浅要探讨在当前趋势下初中生心理健康家校共育建设路径探索, 简要阐明在心理发展理论、家庭教育理论和学校教育理论的融合下当前初中生心理健康家校共育试验现有问题并对未来路径提出建议。

【关键词】初中生; 心理健康; 家校共育; 建设路径

随着社会的快速发展和教育竞争的日益激烈, 初中学生面临着前所未有的心理压力, 心理健康等问题已经成为影响初中生健康成长的重要因素。家校共育作为一种有效的教育模式, 能够充分的整合家庭和学校的资源, 共同有效促进学生的心理健康发展。通过家校合作, 可以建立起一个支持性的环境, 帮助学生应对成长过程中的各种挑战, 促进他们的全面发展。

1 初中生心理健康家校共育相关理论

当前初中生心理健康家校共育的相关理论主要涉及心理发展理论、家庭教育理论和学校教育理论等方面。心理发展理论方向有埃里克森的心理社会发展理论, 埃里克森认为个体在不同的生命阶段面临不同的心理社会危机, 成功解决这些危机有助于个体健康成长。对于初中生来说, 他们正处于青春期, 面临身份认同、亲密关系等挑战, 需要家庭和学校的支持来顺利过渡。家庭教育理论方向有鲍特斯的亲子互动理论, 鲍特斯认为亲子互动是儿童心理发展的关键, 家长的教养风格和互动方式直接影响孩子的心理健康。民主的、温暖的、和谐的家庭环境有利于孩子健康成长。学校教育理论有维果茨基的社会文化理论, 维果茨基强调社会互动在认知发展中的作用, 学校应该提供合作学习的机会, 让学生在社会互动中学习和成长。家校合作理论有艾普斯坦的家校合作模式, 艾普斯坦提出了家校合作的三种模式——家长作为消费者、家长作为合作者和家长作为伙伴。其中, 家长作为合作者和伙伴的模式更有利于促进学生的全面发展^[1]。

2 初中生心理健康家校共育意义

初中生心理健康家校共育应本着平等合作、尊重个性、持续沟通、家庭参与、专业支持的原则, 家长和教师应平等对待, 共同参与决策过程, 避免单方面的权威主义。其

核心意义体现在个体、家庭、学习以及社会上。在个体层面的意义上家校共育通过提供心理健康教育和咨询服务, 能够帮助学生认识和管理自己的情绪, 培养积极的应对策略, 从而提升整体的心理素质。在家庭层面的意义体现在家校共育通过家长教育, 提高家长对心理健康的认识, 使他们能够更有效地支持孩子的心理发展, 同时促进家长的积极参与。对学校层面而言通过建立心理咨询中心, 配备专业人员, 为学生提供专业的心理健康服务, 同时为教师提供培训, 提升他们在心理健康方面的专业能力。社会层面的意义为家校共育通过宣传和教育活动, 提高全社会对青少年心理健康的重视程度, 形成全社会关注和支持心理健康的良好氛围。

3 初中生心理健康家校共育现有问题

(1) 家长参与度不高: 在当今的教育模式中, 许多家长尚未充分认识到家庭教育支持的重要性。这种认识上的缺失导致他们在孩子的心理健康问题上缺乏足够的关注和投入。家长们往往过于关注孩子的学业成绩和外在表现, 而忽视了孩子内心世界的培养和情感需求的满足。导致学生在面对心理压力和情绪困扰时, 往往得不到及时和有效的帮助, 从而影响了他们的整体发展和幸福感。家庭教育支持不仅仅是对孩子学业上的辅导和监督, 更重要的是要关注孩子的心理健康和情感需求。家长应该通过与孩子的日常交流, 了解学生的内心世界, 倾听学生的想法和感受。但部分家长可能因为工作繁忙、缺乏相关知识或者对心理健康的认识不足, 而无法积极参与到孩子的心理健康教育中。这导致家校合作的效果不理想。这些问题的存在, 不仅影响了家校共育的实施效果, 也对学生的心理健康产生了不利影响。(2) 家校沟通不畅: 家长难以及时了解孩子在学校的具体表现, 包括学习成绩、课堂参与度

以及同学关系等各个方面,且难以掌握孩子的心理状态,比如他们的情绪波动、压力水平以及可能遇到的困难和挑战。这种信息的不对称使得家长无法有效地参与到孩子的教育过程中,也无法及时给予必要的指导和支持。另一方面,学校方面也面临着难以获取家长对孩子教育的支持和反馈的问题。教师和学校管理层往往希望家长能够积极参与孩子的教育,提供必要的家庭支持,帮助孩子在学校和家庭之间形成良好的衔接。有效的沟通是家校共育的关键,但在实际操作中,由于时间安排、沟通渠道不畅等原因,家长和学校之间的信息交流可能存在障碍,导致双方对学生的心理状况了解不够准确。由于沟通不畅,学校难以了解家长的具体需求和期望,也无法及时获得家长对孩子在校表现的反馈。这种信息的缺失使得学校难以制定针对性的教育方案,也难以调整教学方法以满足不同学生的需求。(3) 家长教育水平参差不齐: 家长的教育水平和心理健康知识直接影响到他们在家庭教育中的指导能力。一些家长可能缺乏必要的心理健康知识,难以给予孩子正确的引导和支持。家长的教育水平参差不齐,导致他们在理解和支持孩子心理健康问题上存在差异。有的家长可能拥有较高的教育背景,能够较好地理解孩子的心理状态和需求,而有的家长则可能由于自身教育水平的限制,难以与孩子进行深入的沟通和理解。这种差异不仅影响了家长对孩子心理问题的识别和处理能力,也影响了家校共育的实施效果。家长教育水平的不一致,使得学校在开展家长教育和心理健康知识普及活动时面临挑战,难以制定统一有效的教育策略。(4) 学校资源有限: 当前学校在心理健康教育方面的资源并不充足。这包括专业的心理健康教育师资力量、心理咨询服务、以及相关的教育设施和材料。由于资源的限制,学校在提供全面的心理健康教育和及时的心理干预方面面临诸多困难。尽管学校已经意识到心理健康的重要性,但由于资源有限,难以在短时间内解决资源不足的问题。(5) 文化和价值观差异: 不同家庭的文化和价值观可能存在差异,这可能导致家长和学校在教育理念上产生分歧,影响家校合作的深度和广度。(6) 个别学生特殊需求难以满足: 每个学生的心理需求都是独特的,家校共育在面对具有特殊心理需求的学生时,可能因为缺乏个性化的支持措施而无法及时满足这些需求。(7) 对心理健康问题的认识不足: 一些家长和教师可能对心理健康问题的严重性认识不足,将心理问题视为行为问题或学习

问题,缺乏必要的干预和支持。(8) 缺乏长期持续的合作机制: 家校共育需要长期的合作和持续的努力,但在实际操作中,由于种种原因,如家长工作变动、学校政策调整等,可能导致家校合作关系不稳定,难以形成长效机制。

4 初中生心理健康家校共育的建设路径

4.1 提高家长参与度

定期举办家长学校,邀请专家就青少年心理发展、常见心理问题及其应对策略进行讲座和培训。利用家长会、家访、电话、电子邮件、社交媒体等多种方式,确保家长能够及时了解孩子在学校的状况,同时也能将家庭中的情况反馈给学校。

设立专门的家长咨询热线或在线咨询平台,方便家长在遇到问题时寻求帮助。向家长提供心理健康相关的书籍、手册和网站链接,帮助他们更好地理解和支持孩子。提供心理咨询服务,帮助家长处理自己的焦虑和压力,以便更好地支持孩子。

4.2 家校沟通加强

组织亲子活动、工作坊、讲座等,鼓励家长参与,通过实践活动增进对孩子心理健康的理解和支持。还可以邀请家长参与到学校的心理健康教育活动中,让家长亲身体验和学习。针对每个家庭的具体情况,提供个性化的建议和支持,帮助和支持家长更有效地参与孩子的心理健康教育。对于那些特别需要支持的家庭,提供额外的关注和资源,如家庭访问、一对一咨询等。建立家长反馈机制,定期收集家长的意见和建议,了解他们的需求和困难,以便及时调整家校共育策略。对于积极参与家校共育活动的家长,给予表彰和激励,如颁发“优秀家长奖”,以鼓励更多家长的参与^[2]。

4.3 家长心理知识教育

学校提供在线教育资源,如视频教程、电子书籍和互动平台,方便家长随时随地学习。编制易于理解的家长手册,涵盖心理健康基础知识、识别心理问题的信号、如何与孩子沟通等内容。制作宣传册、海报和视频,通过多种媒介传播心理健康知识。利用网络平台发布心理健康相关的文章、案例分析和互动问答。开发在线课程,提供视频讲座和互动模块,供家长随时随地学习。成立家长互助小组,鼓励家长分享经验、讨论问题并互相支持。可以定期组织线下聚会,或者在线上论坛进行讨论。

4.4 加强利用学校资源

校方配备专业的心理咨询师，为全校学生提供日常的心理咨询服务，包括个体咨询、团体辅导等。心理咨询中心应具备私密的咨询空间，确保学生的隐私安全。还可以对教师或班主任老师进行心理健康专业培训，提升他们识别和干预学生心理问题的能力。培训内容包括心理健康基础知识、常见心理问题的识别与处理、危机干预技巧等。在课程设置中融入心理健康教育元素，如开设心理健康相关的选修课程，将心理健康教育融入到道德教育、生活技能等课程中。利用学校的信息系统，建立学生个人心理档案，记录学生个人的心理健康状况，便于跟踪和干预。营造积极、健康的校园文化，通过校园广播、公告栏、墙画等方式宣传心理健康知识。鼓励学生参与校园文化活动，通过艺术、体育等形式促进学生的心理健康。

4.5 处理文化和价值观差异

学校组织专门的跨文化培训课程，帮助家长和教师了解不同文化背景下的价值观和行为模式。培训内容应包括文化多样性的基本概念、常见的文化冲突案例分析以及如何在尊重差异的基础上进行有效沟通。创建一个开放的沟通环境，让来自不同文化背景的家长能够分享各自的教育经验和价值观。利用家长会议、文化节庆活动等，作为交流和学习的平台。强调尊重和包容文化差异的重要性，教育家长和教师不要将自己的文化标准强加给他人。培养学生的跨文化意识，帮助他们理解和尊重不同的文化背景和价值观。考虑到学生的文化和家庭背景，提供个性化的教育支持，比如有针对性的心理健康教育材料和活动。对于个别有特殊文化需求的学生，学校还可以提供定制化的辅导和支持。

4.6 个性化的支持措施

学校对学生进行全面心理健康评估，包括情绪状态、学习压力、人际关系等方面，评估结果应用于制定个性化的教育计划和干预措施。也可以通过家访或问卷调查了解学生的家庭环境，根据调研结果为家长提供针对性的建议和指导。为有特殊需要的学生提供一对一的心理辅导帮助他们解决个人问题和学习困难。辅导可以由学校的心理咨询师或经过培训的教师提供^[3]。

4.7 加强心理健康问题的认识

校方定期举办心理健康讲座、研讨会和互动工作坊，邀请专家和有经验的教师分享心理健康知识。编制易于理解

的心理健康手册包括常见心理问题的识别、预防和应对策略。制作宣传海报、视频和动画，通过视觉和听觉的方式传达心理健康信息。对教师进行专业的培训，提升他们在识别和干预学生心理问题方面的能力。对家长进行心理健康教育，帮助他们理解孩子的心理发展阶段，学会有效的沟通和支持技巧。

4.8 强化家校合作稳定性

有关部门制定家校合作协议，明确双方的责任和义务，确保合作的持续性和稳定性。设立家校合作委员会，定期召开会议讨论合作事宜监督合作计划的执行。建立可靠有效的信息沟通渠道，确保信息的及时传递。对于重要的心理健康事件，及时通知家长，并提供必要的支持和指导。为家长提供持续的心理健康教育和培训，帮助他们不断更新知识，提高支持孩子的能力。为教师提供专业发展机会，增强他们在心理健康领域的教学和辅导能力。

5 结论

家校共育是促进初中生心理健康的重要途径，通过家长和学校的共同努力，可以为学生提供一个更加健康、支持性的成长环境。家校共育的实施（提高家长参与度、家校沟通加强、家长心理知识教育、加强利用学校资源、处理文化和价值观差异、个性化的支持措施、加强心理健康问题的认识、强化家校合作稳定性）需要双方的持续投入和不断创新以适应不断变化的教育需求和社会环境。只有这样才能真正发挥家校共育的优势，促进学生的全面发展的同时，也为学生未来的成功打下坚实的基础。

参考文献：

- [1] 杨苗苗. 初中生心理健康家校共育的优化路径[J]. 学园, 2024, 17(11): 43-46.
- [2] 韩启平. 初中临界生焦虑心理疏解策略——以家校共育为背景, 助力初中生心理健康成长[J]. 新课程教学(电子版), 2023, (17): 121-123.
- [3] 赵艳红. 家校共育, 携手提高初中生心理健康水平[J]. 当代家庭教育, 2023, (17): 63-65.

作者简介：

陈显全(1987-11-), 男, 汉族, 山东临沂, 西南大学本科生, 深圳市, 福田区实验教育集团侨香学校教师, 中学高级, 主要研究方向: 中小学体育教学, 中小学德育。