

# 心理健康教育融入初中道德与法治教学中的应用策略研究

魏文妍 朱秀梅<sup>通讯作者</sup>

吉林外国语大学, 中国·吉林 长春 130000

**【摘要】**初中生处于身心发展的重要时期, 情绪与心理很容易产生波动, 如果不及及时处理, 会对学习和生活产生一定的影响。初中《道德与法治》课是对学生进行思想政治教育的主要途径, 因此将心理健康教育融入初中道德与法治教学中, 不仅能够满足初中生健康心理的需要, 还有利于促进素质教育的实现, 为学生的全面发展提供有利的条件, 从而为社会主义建设培养优秀的人才。

**【关键词】**道德与法治课; 心理健康教育; 策略

## 1 中学生心理健康教育现状

### 1.1 对学生心理健康教育不够重视

中学阶段是形成价值观和世界观的重要年龄阶段, 不管是从生理上还是心理上都在发生着巨大的变化, 中学生在遇到复杂问题时, 往往会无法正确应对, 中学阶段形成的人格可能会对未来的学习工作产生重大影响, 近年来校园暴力事件、中学生打架斗殴、沉迷网络游戏等问题数不胜数, 这些都与学生的心理问题有关, 这充分说明对中学生进行心理健康教育是急需解决的事情。但是, 传统的教育观念促使老师和家长更关心学生的学习成绩, 使学生的心理健康教育没有得到足够的重视。

### 1.2 教育者缺乏有关心理学的专业理论知识

初中道德与法治课与心理健康教育有着密不可分的联系, 初中《道德与法治》教材中涉及到了许多心理健康教育方面的知识, 比如青春期的心理问题、情绪情感、人际交往和沟通、积极承担责任等, 不管哪一方面出现问题, 都会对学生产生重要影响。因此要想做一名合格的道德与法治课老师, 需要有系统的心理学专业理论知识, 但是现实中的道德与法治教师大部分都只是掌握与课程有关的知识, 对心理学的知识不是很了解, 平时也缺乏这方面知识的学习。心理健康的好坏甚至对一个人的一生产生影响。所以, 我们不能单纯的认为心理健康教育随便说说就可以或者随便哪一个老师教都可以。

## 2 心理健康教育融入初中道德与法治教学中的应用策略

### 2.1 提高教师综合素养

为了更好的开展心理健康教育, 教师要提高重视程度, 提高自身专业素质。既要了解心理健康教育的方式方法, 也要随时关注学生的心理变化。通过日常的仔细观察以及通过多种渠道充分了解学生的心理健康和情绪变化, 并做到及时与学生进行平等的交流和沟通。当学生出现消极的情绪后, 积极的对学生进行鼓励和疏导, 逐步消除学生潜在的心理问题。

### 2.2 积极挖掘道德与法治课堂心理健康教育教学资源

现阶段需要构建双边互动、动态发展的课堂。在教学中, 学生在理解和掌握知识的过程中, 教师要抓住时机捕捉带有典型性的场景或语言等, 及时调整教学活动, 刺激学生进一步的求知探索, 在掌握知识的过程中升华情感, 循序渐进地渗透有关心理健康教育知识。道德与法治课具有实效性, 教学内容会随着社会的变化进行更新和调整, 所以, 在课堂上, 教师要从学生所熟悉的相关案例出发, 逐步引导学生从案例过渡到自己的生活。

### 2.3 优化道德与法治课堂心理健康教育教学方式

创造一个良好的教学情境是心理健康教育的有效方式, 心理健康教育工作的开展只有以情境为依托才能发挥更好的作用。初中生对心理健康本来关注的就比较少, 如果学生再没有足够的兴趣和动力, 那么, 心理健康教育的目标就很难实现。所以说, 在道德与法治课堂教学中实现真正意义上的心理健康教育, 需要良好的情境作为依托, 使师生一起在情境中感悟和探究的。

以七年级道德与法治教材第八课第二框《敬畏生命》为例, 这部分内容主要是让学生认识到生命至上, 引导学生体味生命的价值, 从内心深处敬畏生命。对于当代的初中生而言, 很多人都认识不到生命的可贵, 甚至有时会因为种种原因产生冲动心理, 做出伤害自己的行为。因此, 教师需要多从心理上进行引导, 让学生认识到要珍惜热爱生命, 对生命怀有敬畏之心。在引入新课之前, 教师可以播放汶川地震中军人、志愿者等舍己救人的感人故事, 并且给学生留一个思考题, 他们这样做值得吗? 学生们通过场景的再现, 可以体会到生命的珍贵, 这时, 可以请同学起来表达自己内心的感受, 学生通过语言的表达可以展现出内心的真实想法, 这是一个不断内化的过程。接着教师可以继续展现几个类似的镜头, 通过多个情境加深学生的感悟, 实现情感共鸣。

### 2.4 引导学生在课堂中敞开心扉、表达心声

现阶段的初中生具有追求新颖、个性的特点, 在学习中, 对于自己感兴趣的话题他们会积极投入, 对于比较敏感性的内容则会有排斥心理。心理健康教育对于处于青春期的初中生来说比较敏感, 因此, 教师只有对课堂上的心理健康教育进行谨慎、妥当的安排, 学生才能在课堂上展示自我, 融入探究, 表达出自己的心得体会, 以便教师深入了解学生心理发展情况。

以七年级道德与法治教材第三课第一框《认识自己》为例, 这部分的心理健康教育培养目标是让学生能够真正从心理上认识自己, 接纳自己。教师可通过课本上的探究与分享活动“多把尺子量自己”来让学生说出自己眼中的自己是什么样的? 都是从哪几方面认识自己的? 在实际的课堂回答中, 学生可能总是过多回答自己的缺点而忽视了自身的优点, 也可能因为不好意思或不敢去表达。这时候教师就要进行介入和引导, 教师可以对班里每一个同学说一个小优点, 给学生鼓励和自信; 也可以采取同学之间互相评价的方式, 让别人说出对自己的认识, 以便全面的认识自己, 知道自己的优点和不足, 使自己做到心中有数, 能从心理上接受自己, 悦纳自己。

## 3 结语

综上所述, 对初中生进行心理健康教育是必不可少的环节, 也是至关重要的, 要想更好地实现道德与法治教学与心理健康教育融合发展, 是一项需要教育工作者持续努力和奋斗的工作, 做好这项工作, 不管是对教学任务还是对学生的性格、人格等方面的培养, 都具有极其重要的意义。因此, 我们依然需要不断探索和研究更好地推动二者相融合的有效策略, 以更好地促进学生发展。

### 参考文献:

[1] 马学海. 道德与法治教学中如何渗透心理健康教育[J]. 新课程, 2020(32): 226.

[2] 周雪花. 浅谈道德与法治教学中如何渗透心理健康教育[J]. 课程教育研究, 2020(16): 81.

**作者简介:** 魏文妍 (1996.08-), 女, 汉族, 研究生。

**通讯作者:** 朱秀梅 (1977.03-), 女, 汉族, 副教授。