

心理健康教育在中学生物教学中的渗透研究

李 瑞 张卫东*

佳木斯大学 黑龙江佳木斯 154002

摘 要: 随着我国综合国力的提升和国民素质的不断发展, 国家越来越需要身心素质良好的社会主义接班人。对青少年展开素质教育刻不容缓。素质教育的重点内容就是心理健康教育, 针对青少年的心理健康教育, 应将其融合于各科教学中而展开。本文就中学生物教学中渗透心理健康教育的研究现状做以综述, 旨在为后续研究提供参考性意见。

关键词: 中学; 生物教学; 学科渗透; 心理健康教育

Research on infiltration of mental health education in biology teaching in middle school

Rui Li, Weidong zhang

Jiamusi University, Jiamusi 154002, China

Abstract: With the improvement of China's comprehensive national strength and the continuous development of national quality, the country needs more and more socialist successors with good physical and mental quality. It is urgent to carry out quality education for teenagers. The key content of quality education is mental health education, which should be integrated into the teaching of various subjects. This paper summarizes the research status of psychological health education in biology teaching in middle school, aiming to provide reference for the follow-up research.

Keywords: middle school biology teaching subject infiltration mental health education

一、研究背景

1. 问题的提出

当今社会发展迅速, 知识和信息更新速度逐渐加快, 快节奏的生活方式加剧了整个社会群体的压力, 当然也包括在校的学生。他们同样承受着来自各方面的考验, 包括人际交往的烦恼、考试的压力、就业的压力、社会不良风气的诱惑与影响等^[1]。学生必须培养自己强大的抗压能力、对信息的鉴别和过滤能力才能经受来自各方面的考验。国内很多学者调查了中学生的心理健康状况, 结果并不是很理想。调查显示中学生存在着各种各样的心理问题。他们会因考试成绩或者人际关系等问题而感

到焦虑、恐惧, 更有甚者会因此而患有抑郁症。如何通过教学使学生心理素质得到改观应该是所有教育工作者都着重思考的问题。学生在学校的大部分学习都是通过课堂教学完成的, 但目前阶段, 由于学校的心理教师数量有限, 因而将心理健康的知识通过各科教学传授给学生是一个最优的选择。

2. 理论依据

(1) 符合教育学和心理学理论

皮亚杰建构主义学习理论认为学生的认知是主体, 情境对意义建构有重要作用, 在生动有趣的情境下学习, 更有利于学生在自己已经习得的经验的基础上同化和顺应当前所学的新知, 教师在学生学习过程扮演帮助者的角色, 学生以自己习得的经验为背景, 通过自行分析知识所具有的意义, 自主地对客观事物做出评判^[2]。也就是说, 学习者只有经过将所学的知识内容和社会经验转化为自己人格需求时, 才有意义。因而教师在设计教材和选择教法时, 应注意为学生提供符合学生认知发展的情境, 让学生积极快乐而有意义的掌握知识同时又养成

作者简介: 李瑞, 女, 1997年8月, 汉族, 陕西省合阳县, 本科, 学士学位, 无职务, 无职称, 学科教学(生物)。

通讯作者简介: 张卫东(导师), 男, 1967.12, 汉, 黑龙江省虎林市, 研究生, 硕士, 系主任, 教授, 生物学教学, 佳木斯大学生命科学学院, 黑龙江省佳木斯市学府街258号, 邮编: 154007。

自身良好品德,同时这也符合积极心理学要求。

罗杰斯人本主义教学理论强调学生的中心地位,在教学过程中。应注重培养学生思想情感、人生态度和价值观以及学生的心理素质,这样才使学生不仅学到了知识,更提升了自我价值。

美国教育学家布鲁姆的教育目标分类学(认知领域、情感领域、动作技能领域)的观点强调情感领域的目标是要使学生形成正确的价值观念,以正确的价值观念指导自己的行为。这一目标为心理健康教育的学科渗透提供了理论基础。^[1]学科教学目标旨在促进中学生的身心健康发展,同时学科教学的内容又是学生心理成长的重要原生土壤,因此在教学中同时教给学生心理健康方面的知识具备一定的科学性和合理性。

(2)符合《中小学心理健康教育指导纲要》的精神

在教育部印发的《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订版)》(简称新纲要)^[4]中,心理健康教育的总目标是:提高全体学生的心理素质,培养他们积极乐观的精神和健康向上的心理品质,促进学生身心健康、和谐、良好的发展。因而在中小学开展心理健康教育的现实举措,既能满足学生身心健康成长的需要,也是全面落实素质教育要求的必然选择。

(3)符合《普通高中生物学课程标准》的要求

2017年新修订的《普通高中生物学课程标准》强调课堂教学要反映时代的要求,关注学生多样化的学习和需求,更加关注学生的核心素养^[5]。强调课程目标的宗旨是培养学生的核心素养,立足于学生适应未来社会发展和个人生活的需要。因而心理健康教育渗透于生物教学更好地满足了生物学课程标准的要求。

二、研究现状

1. 国外研究现状

国外学者们很早就提出了“教育要心理学化”这一概念。著名教育家杜威在《学校与社会》中提到,教师为了让学生更好地理解学科知识可以把学科知识心理化^[6],也就是“教材的心理化”。他认为教师在教学时,要将教材内容、学生心理年龄特点、生活经验充分考虑进去,融合各方面的因素展开教学^[7]。赞可夫在《教学与发展》中强调学生整体发展优于单一发展,强调素质发展的必要性,课堂教学必须围绕学生心理的发展^[8]。苏霍姆林斯基、赫尔巴特、罗杰斯等人也都注重课堂教学中心理环境的构建。上述理论为我国教材的心理化提供了参考,这使得我们可以立足本国国情,根据自己的教育模式特点探索适合我国国情的渗透方式。

2. 国内研究现状

长期以来,我国学者在结合学科教学进行心理健康教育方面就开始了积极的尝试和探索,很多学者都对心

理健康教育学科渗透的必要性、可行性、原则、策略等进行了研究,积累了一些成功的经验,同时也取得了一些成果。陈家麟学者认为:各科教学要有目的、有意识地进行心理健康教育内容的渗透,这是学校进行心理健康教育的重要途径之一^[3]。班华学者认为“心育应贯穿在各科教学之中”,并将各学科中蕴藏的心理健康教育资源进行了分析研究^[9]。研究的领域涉及了语文、思政、数学、英语、历史、生物、地理等学科。对此问题的研究工作开展较多的还有中学一线教师和教育硕士,他们大都认为应该以课程标准和学科特点为立足点,挖掘、整合教材中涉及的心育内容,科学有效地教育学生。研究较为新颖而有代表性的有谷立民学者对中职学校的学生心理健康问题进行调查分析,总结出中学生的心理问题,主要是缺乏自我效能感,错误归因,习得性无助、敏感,逆反等^[10]。针对中学生的心理问题特点,他提出了渗透原则,要以生为本,循序渐进,还针对渗透取得的初步效果提出了渗透应该注意的问题,强调要“春风细雨、润物无声”淡化教育痕迹,潜移默化地渗透。这对我们生物学科的教学也有一定的启发作用。

针对中学生物教学中渗透心理健康教育的研究,很多学者都认识到了其必要性。纵观我国的研究进展,其渗透原则更具合理性、渗透点的挖掘更加富有时代性和更具情境性,更加注重渗透方式的灵活性,渗透评价更加凸显育人性。

(1) 渗透原则更具合理性

在遵循科学性原则的基础上,学者们进一步探究出了更加符合中学生身心发展特点的渗透原则。曹峰^[11]等人提出了要遵循趣味性、引导性、针对性和自然性原则,趣味性是指摆脱传统的单一教学模式的束缚,在课堂中添加吸引学生注意力的内容。生动有趣的课堂环境才能吸引学生,使学生投入其中,从而学到新知。引导性是指教师根据知识的难易程度和学生掌握程度合理安排教学内容,不能主观臆断,要建立在学生掌握已有知识的基础上再开展更深层次的教学,使学生明白知识的前因后果,促进对知识的深度理解。只有真正理解了知识才能对其有所感悟。针对性是指要根据每一个学生的特点,因材施教,具体问题具体分析,而不能只注重整体,忽略个体。针对学生在课堂上的问题进行深层答疑,根据年龄特点,循循善诱,耐心教导学生。自然性是指教师根据学科内容寻找合理渗透点,认真思考,发挥创造力,绝不能生搬硬套,要灵活渗透,使学生很容易接受,进而在学到新知的过程中,潜移默化地受到影响。此外,石利^[12]提出了要遵循以人为本和以生为主、人文性和科学性相结合、时代性和年龄段相符合的原则。既不可以过分拔高对他们的期待,又不能人为降低对他们的要求。

教学过程既要注重培养学生的学科素养,更要教育他们养成良好的人文素养。

(2) 渗透点的挖掘更富时代性和更具情境性

教师应该具备敏锐的眼光和独到的见解才能更好地挖掘教材中蕴藏的丰富资源。兴趣是最好的老师,选择学生感兴趣的内容,才能达到良好的教学效果,因此研究者们充分利用教材中富有时代性和情境性的问题,紧跟时代发展,运用社会热点素材,博取同学们的眼球,巧妙又灵活地向学生渗透心理健康教育。赵慧霞^[13]运用情境教学法在让学生记住植物的分类的同时掌握遗忘规律,了解艾宾浩斯遗忘曲线,使同学们明白记忆是有规律的,学生应该适时巩固所学知识,才能获得新知,更好掌握旧知识。郭丹丹^[14]在遗传与进化章节的教学中向同学们讲述并探讨孟德尔的研究历程,使学生明白成败的内在关系,正确对待生活中遇到的困难,并用理性思维解决问题,用严谨科学的态度对待生活。

(3) 渗透途径更具灵活性

教师应当创新教学模式,不断丰富教学方法,科学引进多种新型教学策略,为学生营造良好的学习氛围,确保其健康学习。现阶段研究者们提出的渗透方式主要是在生物课堂中,以小组讨论和合作的方式展开教学,引导学生高效学习,不但使师生关系得到改善,也提高了学生人际交往能力,继而促进其健康学习和成长。同时兼顾课外渗透,要多亲近学生,及时发现问题。提出了课堂融合法、课间渗透法和课外拓展法的渗透途径。故生物教师可在上课前的课间时间,播放个人拥有良好心理健康状况作用的视频,设立黑板报,可做一些师生互动性的小游戏,来对学生进行潜意识的渗透。课外拓展法是指生物教师可在学校及领导的许可下,建立与心理健康教育有关的社团,合理规划学生课堂及课间时间,在了解学生个人心理健康状况基础的同时,对学生的心理状态进行适当且有效地调整。此外,龚建兰^[15]提出了教师应该运用合理情绪疗法在课下有效疏通学生的情绪,教师应该扮演好学生的益友角色,因为中学生大都比较敏感,很在意他人对他们的看法,他们会因为无关的因素影响到自己的心理,对此教师应告诉学生要努力做自己,不要因为别人对自己的评价而烦恼,让学生建立良好的自我效能感。

(4) 渗透评价更加凸显育人性

研究者们围绕新课标的要求,着眼于发展学生的核心素养。使学生通过学习,逐步完善自己的心理素质,增强学生学习自信心,从而真正提高他们的综合素质。近年来的研究效果一致表明在学科中渗透心理健康教育对于学生心理状况的改善有乐观的效果,着重反馈学生在各个方面心理问题的改善情况,是研究的意义所在。

三、存在问题及展望

新时代环境下,心理健康教育凸显重要价值,各学校教师在学科渗透方面做了相关探索。我国相关研究者提出的策略主要是以生物课堂为载体在教学中以特定形式进行渗透。并且大多数研究都是理论性研究,很少有学者对中生物教学中渗透心理健康存在的问题进行深入研究,寻找问题、解决问题。同时,研究成果也不是很理想,仍然没有达到“润物细无声”的地步。

因此,我们应该开拓创新,采取更加有效的渗透方式。借鉴他人的成功经验,更好地认识生物学科的现状,构建具有中国特色的中学生心理健康教育模式。针对渗透过程中发现的问题再开展进一步的研究,不拘泥于已有的研究成果,积极探索多样化的教学方式,使心理健康教育的学科渗透研究进入更高水平的阶段。

参考文献:

- [1]郑建军.浅析高中生物教学中的心理健康教育[J].课程教育研究.2015(33):189-190.
- [2]朱颖.高中生物《稳态与环境》模块中如何渗透心理健康教育[D].内蒙古师范大学.2015.
- [3]陈家麟.学校心理健康教育原理与操作[M].教育科学出版社.2002.
- [4]中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)[J].中小学心理健康教育.2013(1):4-6.
- [5]谷贤林.美国中小学健康教育研究[J].外国教育研究.2003(09):51-54.
- [6]刘恩山,刘晟.核心素养作引领 注重实践少而精——《普通高中生物学课程标准》修订思路与特色[J].生物学通报.2017,52(008):8-11.
- [7]赵祥麟.王承绪.杜威教育论著选[M].华东师范大学出版社.1981.
- [8]喻坚.中美两国学校健康教育之比较[J].新疆师范大学学报(哲学社会科学版)2000,21(003):78-79.
- [9]班华.心育论[M].安徽教育出版社.1994.
- [10]谷立民.中等职业学校语文教学渗透心理健康教育探究[D].山东师范大学.2017.
- [11]曹锋.高中生物教学中渗透心理健康教育初探[J].生物技术世界.2016, No.101(04):275-275.
- [12]石利.初中生物教学中渗透心理健康教育的实践研究[D].2015.
- [13]赵慧霞.初中生物教学中渗透心理健康教育的实践研究[D].2019.
- [14]郭丹丹.高中生物《遗传与进化》教学中渗透心理健康教育的实践研究[D].2018.
- [15]龚建兰.论高中生物教学中渗透心理健康教育[D].2018.