

中小学心理健康教育课程体系构建策略研究

张 拓

延安大学 陕西延安 712000

摘 要: 随着教育事业的发展,基础教育发生了较大的改革,各门课程的新课程标准相继出台,为教育更好地执行夯实了基础。心理健康教育作为中小学教育中的一门学科,并未在课程改革中取得显著的成效,或由于改革内容较少,或由于重视度不够,导致心理健康教育课程体系构建流于表象。中小學生正处于心理与生理发展的关键时期,心理健康教育课程体系亟需完善与优化,但是现阶段部分中小学在心理健康教育课程体系构建方面存在不同程度的问题,降低了课程教学实效性。本文重点分析现阶段心理健康教育课程体系构建现状,进而立足于现状之上详细论述中小学心理健康教育课程体系构建策略,以期落实心理健康教育目标。

关键词: 中小学; 心理健康教育; 课程体系; 构建策略

Research on the construction strategy of mental health education curriculum system in primary and secondary schools

Tuo Zhang

Yan 'an University, Yan 'an, Shaanxi 712000

Abstract: With the development of education, the basic education has undergone a great reform, and the new curriculum standards of each course have been issued one after another, laying a solid foundation for the better execution of education. As a subject of primary and secondary education, mental health education has not achieved significant results in curriculum reform, or due to the less reform content, or due to the lack of attention, the construction of mental health education curriculum system is superficial. Primary and middle school students are in a critical period of psychological and physical development, and the curriculum system of mental health education needs to be improved and optimized. However, at present, some primary and middle schools have different degrees of problems in the construction of the curriculum system of mental health education, which reduces the effectiveness of curriculum teaching. This paper focuses on the analysis of the current situation of the construction of the mental health education curriculum system, and then based on the current situation in detail on the primary and secondary school mental health education curriculum system construction strategy, in order to implement the goal of mental health education.

Keywords: Primary and secondary schools; Mental health education; Curriculum system; Build strategy

引言:

心理健康教育课程体系构建是一项需要长期坚守的任务,这一教育侧重于学生的主观意识,教学需围绕学生的内心需求开展,在引起学生共鸣的基础上实施教育才能最大化凸显心理健康教育的优势。而心理健康教育

的执行核心基础是课程体系的构建,一旦课程体系在构建方面陷入困境,或直接导致心理健康教育难以全面落实。为改善课程体系构建缺陷,接下来重点分析当前部分中小学在心理健康教育课程体系构建层面的问题。

一、中小学心理健康教育课程体系构建现状分析

1. 课程体系构建未尊重学生主体地位

心理健康教育是促进学生身心健康发展的门课程,对于中小學生而言,心理健康教育极为重要。尤其是在互联网背景下,学生的心理与思想极易受到外界事物的

作者简介: 张拓(1994.07.03—),女,汉,陕西延安市,延安大学,学历:研究生,学位:硕士,研究方向:心理健康教育。

影响, 为避免网络思潮侵害学生, 心理健康教育必须顺应时代发展、顺应学生的心理需求发展。但是现阶段部分中小学在心理健康教育方面侧重于前者, 注重理论性内容的指导, 未关注学生的心理需求, 与教育部门倡导的尊重学生主体教育理念相悖, 或导致心理健康教育难以最大化发挥其教育作用。同时, 心理健康教育课程体系构建方面, 依然侧重于知识理论层面, 侧重于时代发展对于教育的需求, 并未将以生为本教育理念贯穿于其中, 导致心理健康教育课程体系在构建中出现不全面、不完整的现象。

2. 教学内容缺乏渗透性

结合当前部分中小学心理健康教育现状分析, 这一学科教育或缺乏渗透性。具体来讲, 即部分中小学在课程教学方面, 将心理教育课程教学任务交给了心理教师, 并未将其渗透至其他学科^[1]。心理健康教育与思想政治教育具有共通之处, 即在教学过程中必须将其贯穿于教育始末, 融入各个学科才能最大化发挥教育价值。而仅以心理教师教学为主, 即便将全部内容传输给学生, 也难以确保学生在学习与生活中有效运用。而心理健康教育的主要目标是健康学生的心理, 引导其在实践中运用, 在运用中提升其心理素质。而仅以心理健康教育课程内容为重点, 将会导致学生成为一个接收知识的容器, 知识的本质意义或难以有效发挥。加之大量的心理健康教育内容将会降低学生的学习积极性, 久而久之, 学生的心理健康知识学习动力将会弱化。同时, 心理健康教育仅以心理教师教育为主, 导致这一教育孤军奋战, 缺乏其他课程的支撑, 也会导致教育实效性难以有效提升。

3. 课程模式单一局限

心理健康教育是现阶段国家教育部门极度重视的课程, 新课改背景下, 课程改革也是这一学科亟需研究的课题。但是现阶段部分中小学在心理健康教育课程教育方面, 或侧重于传统理念, 而传统的学科教学模式主要是解决学生认知范畴的问题, 这就意味着教师在心理健康教育过程中注重知识传输, 在提升学生认知能力的同时难以将以生为本教育理念贯穿于其中, 忽视了学生的主体性, 同时忽略了心理健康教育课程的实用性、教育性、渗透性、主观性、愉悦性、针对性等特点^[2]。单一局限的课程模式导致心理健康教育仅成为一节课, 或卫生课、或政治课, 总之难以发挥健康学生心理的实质性作用。教育一旦背离课程体系构建的初衷, 不仅增加了学生的学习负担, 还会阻碍课程教学目标的有效落实。新课改背景下, 中小学心理健康教育课程亟需改善单一

局限模式, 朝着多元化教学模式发展。

4. 教师专业水平亟需提升

结合现阶段中小学心理健康教育现状分析, 宏观来讲比较理想, 大部分学校都安排了专门的心理教师, 力求将心理健康教育全面落实。但是部分中小学在心理健康教育课程中, 出现政治教师、德育教师代课的情况, 由于课程之间存在一定的差异, 跨学科教育会导致教学出现一边倒的情况。抑或者部分中小学并没有注重心理教师的培训工作, 部分教师在实践教学或教学理念传统、或教学内容严谨刻板、或教学方式单一等等, 导致课程教育难以满足社会发展的需求, 难以满足新课改教育对于课程的要求, 更与学生的身心健康发展不协调, 导致心理健康教育流于表象^[3]。因此, 要想改革这一现状, 提升中小学心理教师的专业水平是首要任务, 同时还应注重心理健康教育的后续跟进工作。

二、中小学心理健康教育课程体系构建实践思考

1. 设计心理健康教育目标

以生为本教学理念是现阶段国家教育部门重点强调的内容, 围绕这一层面设计心理健康教育目标是构建课程体系的关键所在, 具体可以从下述几方面展开: 第一, 协助中小学生学习适应学校环境, 并尝试在学习过程中善于运用环境优势, 对于可控的因素与不可控的因素都做好心理准备; 第二, 中小学生学习正处于身心发展阶段, 对于自身的认知与情感认知存在误区。尤其初中生, 教师应注重异性之间的交往互动情况, 避免出现僭越之举, 引导学生正视同学之间的相处; 第三, 树立学生的自我意识, 如在实践中可以正确看待自己与他人的不同, 在学习与生活中调整至最理想的状态, 引导学生认清自身优势, 潜移默化地培养其健康独立的人格, 促进其个性化发展; 第四, 在实践中培养学生的学习态度, 树立学习意识, 助其掌握学习方法, 促进身心健康发展; 第五, 沟通作为心理健康教育中的重点内容, 教会学生如何有效沟通也是课程教学的根本目标。在良好的互动与沟通中, 能辅助学生消除负面情绪, 时刻以积极向上的心态面对学习、面对生活, 逐步养成克服万难的坚韧品质; 第六, 教师应促进学生增进职业技能, 借助心理健康教育培养学生的职业兴趣, 助其形成初步的生活目标, 规划职业生涯, 确保在升学期的学生可以将学习与未来发展相互结合, 确保教育一体化^[4]。

2. 合理规划课程教学内容

合理规划课程教学内容是构建课程体系的核心内容, 合理规划课程教学内容可以从下述两方面展开分析:

一方面,在中小学其他学科中渗透心理健康教育内容,实现全程育人,凸显这一教育的影响力。不同学科教育侧重点各有不同,渗透心理健康教育既能拓展课程教育空间,又能在日常渗透中逐步加强学生的心理素质。同时将心理健康教育渗透至不同学科还能在学科的作用下发挥心理健康教育的不同价值,以思想政治为例,将心理健康教育渗透其中有助于培养学生的意识,树立其正确三观,坚定其文化信仰,培养其爱国情怀;以语文学科为例,渗透心理健康教育可以促进语言能力的培养,有助于构筑情感教育堡垒,提高学生的文学修养^[5]。不同的学科对于心理健康教育的融入与渗透各有差异,所呈现出来的教育效率也有不同,因此在多元渗透中可以有效实现课程体系的构建。

另一方面,中小学心理健康教育课程应体现出连续性与科学性。在中小学心理健康教育过程中,不同年龄阶段的教育应具备衔接性,以初中学生为例,其处于生理与心理发展的关键阶段,是健全人格与品质形成的主要时期,这一时期学生的心理健康教育极其重要,不仅需要确保教育满足学生的身心发展规律,还应将其与小学心理健康教育关联起来,避免出现教育断层的现象。具体来讲,初中心理健康教育需要延伸小学心理健康教育中的情感教育、人格教育、学习心理教育、能力训练、人际关系教育等等,尤其是性心理教育、考试心理教育、升学与就业指导教育等方面内容。具体情况需要初中结合心理健康教育目标与学生的心理实际情况界定高效教学方式,做到有的放矢。小学心理健康教育则结合课程内容规划教学目标,确保年段之间的连续性。

3. 创新完善课程教学模式

传统学科教学模式以知识为主,在教学过程中多采用导入课堂、讲解内容、课后巩固这一教学流程,这一教学模式是广大教师惯用与熟知的一种课程教学体系,也是传统教学中实效性较高的一种教学模式。从这一教学模式的教育现状分析,对于学生掌握基础理论知识具有较大的帮助,但是在情感教育和能力训练方面稍有逊色。新课改背景下,教育模式必须改善单一化状态,从不同角度探索针对性较强的课程教学模式,凸显心理健康教育的优势。

如团体训练教学模式可以弥补传统讲授式教学,其主要是以某一专题为核心,以小组、班级为单位,以团体训练为原则,通过角色扮演、互动讨论、行为训练等方式实施教学,极大凸显了学生的主体参与感,在团体训练中,学生的交流互动能力,情感自控能力等方面都

能达到更高的水平,而这无疑是为心理健康教育的有效落实提供了有利保障^[6]。如培养学生的协作意识、社会交往、人际关系等等可以有效运用这一教学模式。

又如活动教学模式,即心理健康教育实施过程中以某一种活动为核心,在活动中给予学生充分参与的机会,提高学生在活动中的参与感,进而在参与中加深学生的情感,提升其心理感悟。在实践中,可以尝试情景再现,在情景中给予学生展示的机会。以“盲行”为例,在实践活动中,学生可以蒙上眼睛,体验盲人角色,在角色体验中感受人与人之间的帮助何其重要。抑或者再现不同情景,在情景中加深学生的感知,在感知中健康学生的心理,从本质上实现心理健康教育目标,并落实课程体系构建目标。

4. 组建专业心理教师队伍

结合中小学心理健康教育师资现状分析,组建专业心理教师队伍依然任重道远,关于这一方面,可以从以下两点展开:

第一,严格考核心理教师的专业水平。心理健康教育的主要对象是学生,教育自然是围绕学生开展的,这就意味着心理教师必须遵循服务学校、服务学生的教育原则。值得注意的是在实践教学中,教师在心理教育过程中应有效运用心理科学的相关知识内容与心理规律,如:发展心理学、社会心理学、人格心理学、教育心理学等等,在日常教育与学生心理咨询过程中融入专业知识,遵循学科教育规律。新课改背景下,各学校对于心理教师的教学提出了较高的要求,确保专业教师担任心理教育,严厉杜绝应付教育的现象。

第二,形成专业的教师队伍。心理教师在实践教学中,应形成一个教育团队,而并非是在教育中单打独斗^[7]。一方面,在学校中,心理健康教育的受益主体是学生,但是也包括学校教师、领导以及其他员工等等,这一庞大的群体中,只有拥有良好的教学氛围且具备较强专业能力的心理教师,才能有效发挥心理健康教育效应;另一方面,心理健康教育往往根据受教育者的心理健康状况划分为若干层次的教育,部分需要团体疏导教育,部分需要因材施教、因人而异实施教育,而仅靠心理教师的个人力量是难以有效落实的。因此在实践教学中,形成一个专门的心理健康教育团队迫在眉睫,只有如此,才能促进学生心理健康发展。

四、结束语

综上所述,中小学心理健康教育课程体系构建是新课改背景下亟需研究的课题,本文主要浅谈了现阶段部

分中小学心理健康教育现存问题,进而从四方面详细论述了心理健康教育课程体系构建策略,仅供参考。

参考文献:

[1]构建“心理激励”体系,打造全员心育模式——湖州交通技师学院心理健康教育掠影[J].中小学心理健康教育,2022(19):81-82.

[2]周亮.“互联网+”背景下高校学生网络心理健康教育创新探索——评《网络时代高校心理健康教育的探索与实现》[J].中国科技论文,2022,17(05):608.

[3]聂含聿,衣红梅,梅凤娟.网络环境下的高校学生心理健康教育模式构建——评《网络环境下的大学生心理健康教育》[J].中国科技论文,2022,17(05):601.

[4]尚新华.中小学心育课程资源模块化体系实践探索——以河南省郑州市为例[J].江苏教育,2022(32):7-10.

[5]心育托起学生的幸福人生——北京市密云区大城子学校积极心理健康教育简介[J].中学生博览,2022(12):80-81.

[6]钱婷婷.学校社会工作介入中小学心理健康教育实践初探——以上海市宝山区为例[J].现代教学,2022(06):52-55.

[7]谢焰.浅析中职生心理健康教育体系构建与实施——以湖南省湘潭市工业贸易中等专业学校为例[J].湖南教育(C版),2022(03):30-32.