

基于核心素养培养的高中心理健康教育模式实践策略

王键

吉林师范大学 吉林 四平 136000

【摘要】：随着我国教育体制的不断发展，课程改革的不断推进，人们对于高中生的心理健康教育越来越重视。在当前教育模式中核心素养的教学理念下，高中心理健康教育模式正在持续开展。核心素养主要指的是高中生应该具备的良好品质，以及可以帮助自身未来学习发展的能力与品格，高中生的核心素养与高中心理健康教育模式是息息相关的，因此本文基于核心素养培养的高中心理健康教育模式进行探索，阐述了其相关意义，提出了切合实际的高中心理健康教育模式实践策略。

【关键词】：核心素养；高中心理健康；心理健康教育

引言

在目前国家发布的学生必备素质中我们可以知道，高中生发展自身的核心素养是极为必要的，是为了能够帮助自身在未来良好学习生活的必备能力与个人品格。总的来说高中生的核心素养主要有九大类，分别是学会学习、人文底蕴、科学精神、身心健康、社会责任、实践创新、国家认同、国家理解以及审美情趣。值得一提的是，学生的核心素养包含了方方面面，能够体现出学生的多方面能力，因此我们可以明白，核心素养的培养与高中心理健康教育是息息相关的。教师可以通过切实有效的高中心理健康教育模式来充分培养高中生的核心素养。

1 高中心理健康核心素养的意义

教育部印发的《中小学心理健康教育指导纲要》中已经明确了针对学生展开心理健康教育的必要性，在对学生展开心理健康教育的过程中可以充分提升高中生的心理素质以及良好的个人品格，对学生的未来学习发展是极为有利的。因此对高中生开展基于核心素养培养的高中心理健康教育势在必行，对高中生也具有充分的促进作用。心理健康主要要求学生具有基本认知能力，以及良好的人际交往能力、切实的社会适应能力以及能够自我调节情绪的能力，最后是具有完整的人格与品质。上述学生必备的品质就是心理健康教育的主要教育目标。因此后续的心理教育中，教师应该充分激发高中生的学习兴趣，利用切实有效的学习方法与学习手段展开学习，正确认识到自己对家庭社会的价值，提升自身的人际交往能力，这对于高中生的发展来说是极为重要的。

2 基于核心素养培养的高中心理健康教育中存在的问题

2.1 学校方面对基于核心素养培养的高中心理健康教育认知不充分

随着教育部印发的《中小学心理健康教育指导纲要》中明确提出高中生心理健康教育的重要性，我国各个中小學生已经全部开始着手实施相关教育工作。但值得我们注意的一点是，在实际的教育过程中，各地的学校对于高中生基于核心素养培养的心理健康教育的意义与本质内容认知不够充分。有相当一部分学校因为自身心理健康教育工作开展的不充分，或是由于高考的缘故，往往将高中心理健康教育当成一种应付教育部门检查的教育工作内容。还有的一些学校在心理健康教育的教学过程中并没有将教师与学生充分纳入进来，这种不重视高中心理健康教育的教育现状会导致心理健康教育效果达不到应有的标准。切实的高中心理健康教育并不是每年开展几场心理健康讲座就能达到教育目的的，这种学校的认知问题对高中生来说具有一定的影响。

2.2 学校方面缺乏心理健康教育方向的教师资源

在实际的高中心理健康教育过程中，会对高中生的综合能力与个人品格进行培养。但是在一部分学校中，却出现了缺乏心理健康教育方向的教学资源。学校方面师资力量薄弱是目前制约学校开展心理健康教育的主要原因之一。在一些经济发展欠发达地区，有相当一部分学校中缺乏专业的心理健康教师，通常是由别的科目教师兼职教学，这部分兼职教师由于缺乏心理健康教学经验与教学理念，且自身心理健康方面也存在这一定问题，因此所开展的心理健康教育效率是不够理想的。此外，经济欠发达地区往往受制于经济因素，使得学校往往只对高考科目的教育较为重视，对心理健康教育方面有所忽略，这对高中心理健康教育的教学热情与教学积极性来说是具有一定的影响的。

2.3 培养高中生心理健康的手段与途径较为单一

一些经济发展较为落后的地区，高中学校往往缺乏专业的心理健康教师，只能不定期地开展一些心理健康讲座来找回教学平衡，但是这对于高中生的心理健康来说并不能展开切实有效地提升。高中生一旦出现相应的心理健康状况，学

校方面能够做到的地方是较为缺乏的。因此学生与家长往往只能寻求社会力量,谋求社会专业心理健康人士帮助自身解决问题。基于这点来看,高中学校应该结合自身情况,积极开展充分的心理健康教育,定期开展高质量的心理健康讲座等活动,充分基于核心素养培养开展高中心理健康教育教学。

2.4 学校中各个学科中并未充分融入心理健康教育理念

在实际的教学过程中,高中各个学科应该充分融入心理健康教育理念,将不同学科的学科体系与教学系统充分融合。但是从目前一些地区的高中教育现状来看,在高中心理健康教学过程中,往往缺乏一个积极的教学心态及标准的心理健康教学教材,相应的教学体系与教学课程设计也是不够科学的。值得一提的是,目前有些学校的心理健康教师去缺乏与其他心理健康教师的有效沟通与交流,缺乏教学积极性,这就导致了心理健康教育质量达不到应有的标准。

3 基于核心素养培养的高中心理健康教育的实践策略

3.1 学校方面要加强对基于核心素养培养的高中心理健康教育的认知

在实际的基于核心素养培养的高中心理健康教育过程中,教育部门与学校方面应该充分配合,保障高中生能够接受到切实全面的心理健康教育,提升自身的核心素养。此外,高中心理教育并不是一个一蹴而就的短期教学任务,而是需要以一种常态化、持续性的教学发展来看待他。学校应该将高中生作为心理健康教育活动中的主体,充分提升高中生的学习体验,切实提升高中生的核心素养。

3.2 建立完善的教学管理制度提升对教师教学能力的培训工作

若想充分提升高中生的核心素养,就有必要完善心理健康教育的管理,以及提升对高中生心理健康教育的规范化教学水平。首先学校方面应该设计一套科学合理的心理健康教学的评估标准,以此作为保障心理健康教学的基础。设立专门的教育经费制度,将此部分教学经费用于心理健康教育的

参考文献:

- [1] 董家鹏.基于核心素养培养的高中心理健康教育模式实践研究[J].辽宁教育,2019,595(10):35-37.
- [2] 许晶莹,徐乐天,钱雪森.基于核心素养,提升农村中学心理健康教育策略[J].课程教育研究,2019(35).
- [3] 邓作兵.基于核心素养培养的高中心理健康教育模式实践研究[J].课程教育研究:外语学教法研究,2019,000(015):P.41-42.

作者简介:王键(1985—),男,汉,籍贯:吉林省四平市,学历:在读研究生,单位:吉林师范大学,研究方向:心理健康教育。

教学工作。例如采购教学用具、开设心理健康咨询室等等。此外还应该提升心理健康教育的教学标准,对学生开展心理健康服务,保障高中生的心理健康情况。

3.3 创建一支高素质高水平的高中心理健康教育团队

若想充分提升高中生的核心素养,就有必要创建一支高素质高水平的高中心理健康教育团队。高中学校应该按照学校规模配备最少一名的心理健康专业教师,一些经济欠发达地区可以先由兼职教师担任,但是学校方面应该充分培养兼职心理健康教师的教学水平与教学质量。此外还要针对心理健康教师开展定期化的专业培训与教学考核,充分保障高中心理健康教师的教学水平,并制定相应的考核标准,例如专业标准、学历标准等等。

3.4 高中心理健康教育要家庭、学校与社会方面充分进行配合

最后,若想充分保障高中生的心理健康,单单依靠学校方面的心理健康教育是远远不够的。还需要家庭与社会两方面的协助教育。首先,应该社会方面的心理健康教育,例如社区中应该开展学生心理健康帮扶工作,开展一些心理健康咨询服务等等。在家庭方面,家长应该充分以身作则,保障高中生的心理健康情况。此外,学校方面还可以定期邀请学生家长参加学校的心理健康教育讲座,充分将家庭教育融入进心理健康教育中来。形成学校、家庭、社会三方面的联合,提升高中生的核心素养,保障高中生的心理健康。

4 结语

总而言之,在目前的教育环境下,高中生的心理健康情况对于自身核心素养的提升具有一定的积极作用的。基于此,教师可以在各个科目的知识教学中,将心理健康教育不断融入其中,让高中生不知不觉的接受心理健康教育,培养高中生的核心素养品质。此外,学校方面还应该加强对高中生心理健康教育的重视程度,积极创建一个科学合理的高中生心理健康教育模式,以学生自身核心素养的发展为基础,切实开展基于核心素养培养的高中生心理健康教育,这对于高中生未来的学习发展而言是具有充分的促进作用的。