

初中生心理健康教育的开展策略

周 茂

贵州省遵义市第三十二中学 563000

摘要:初中阶段的学生,是儿童过渡到青少年的关键时期,学生的心理在这个阶段会有很大的变化,生理的不断成熟和自我意识的不断增加,使得学生的心理较为迅速的发展,产生不同的需求和想法,学生容易在这个阶段出现一些严重的心理问题。所以,在初中日常的心理健康教学中,教师必须明确教学目标,帮助学生在学习中正确树立三观,提高学生的心理素质。

关键词:初中生;心理健康教育;开展策略

在新时代背景下,当代学生面临着愈发沉重的学习和生活压力。学生在心理、生理、智力等多方面都需要得到长足发展,与此同时,还面临着“成长的烦恼”,心理负荷不断加大,对于学生的身心健康发展产生不利影响,促使学生的情绪更加躁动不安。再加上社会环境的复杂多变,在某些地区内受地域文化、家庭教育、办学条件等多种因素影响,导致学生的心理健康教育问题愈发突出。

一、心理健康教学的特性

(一) 敏感性

在初中的这个时期,学生处于非常特殊的年龄阶段,此时他们的智力和心理都处于不断完善和学习的过程当中。与此同时,他们对待事物的看法也会有他们自己独特的认知,而这些认知带有很强的主观色彩,因此在这个时期内他们需要教师和父母进行正确的引导,帮助他们建设一个健康的心理、树立正确的三观。在这个阶段当中,学生除了对于生活中的事物产生疑惑的心理以外,同时也会对于一些未知的事物产生非常强烈的好奇心。而对于这些疑惑和好奇心,他们往往会采取隐藏的方式,他们认为这是他们自身的隐私,因此不愿意向教师和父母过多地提起。此时的学生对于许多话题都表现得非常的敏感,稍不注意就会触动学生内心深处的他们隐藏的秘密。但是教师在教学的过程当中往往就会在不经意间触动学生的敏感点,因此教师在教学的过程当中需要合理的把握心理健康教学敏感性的这个特点,在不引起学生反感的同时来对这些知识进行讲解。

(二) 普遍性与特殊性并存

对于初中生来说,他们这个时候所面临的心理问题,无外乎就是关于学习成绩的问题、和同学之间的人际交往问题等等,这是大多数初中生普遍存在的一些问题。由于班级里面学生群体非常的庞大,而这些学生来自不同的家庭,拥有不同的生活经历。而学生的家庭环境的影响以及生活经历的影响,对于他们心理和性格的塑造起着非常重要的作用,这也会造成不同的学生拥有不一样的心理问题,这就体现出了心理教学过程当中的特殊性这一特点。教师需要针对这一特点进行具体问题具体分析,寻找适合的教学方法。因此在初中心理健康教学过程当中教师要明白心理健康教学是普遍性与特殊性并存的一门学科,教师要在教学的过程当中在把握教学的普遍性的基础上进行具体问题具体分析。

二、初中生心理健康教育的开展策略

(一) 增强优化学生的心理素质

在初中心理健康教育活动的开展中,最重要的一点是教师要深入的了解学生内心的所思所想,只有了解了学生内心

的真实想法,才能根据学生存在的心理问题采取针对性的措施对学生进行正确的心理引导和劝诫。所以,就要在教学中多开展心理疏导的活动,通过与学生面对面的交流,了解学生的心理。通过交流及时发现有心理问题的学生,并及时的帮助学生改善心理问题;没有心理问题的学生,也可以在与教师的聊天当中,学习到更多,不断优化学生的心理素质。

(二) 定期组织心理健康教育讲座

学校应该定期组织开展心理健康教育的讲座,加强学生心理健康教育的意识,让学生积极的参与到心理健康教育的讲座中,积极的学习心理健康教育的知识,让学生在讲座中了解到各种心理问题出现的原因,并且给学生一些建议,预防出现一些心理问题的措施供学生学习。更要加强学校内部的心理辅导和心理咨询工作的开展,及时的对学生进行心理的辅导和疏导,不断提高学生心理健康水平的意识,从而全面提高学生的心理素质。

(三) 开通家校共同心理健康教育

学生的心理问题应该由学校和家长共同关注,其心理健康教育不仅仅是学生的责任,同时也需要家庭的配合,因此,可以将开通家校共同心理健康教育作为实施心理健康教育的重要途径。学校应该注重观察学生的心理问题,并给予一定的教育,同时,也应该向家长宣传有关于心理健康教育的知识,提高家长的心理健康教育水平与观念,从而达到提高初中生心理健康水平的目的。

例如,初中教师在发现学生出现心理问题后首先要做的就是正确的疏导与指引,也应该与其家长进行沟通与交流,将学生的表现与问题告知家长,并让家长关注学生在家里的表现,共提供制定学生心理健康教育的有效措施。学生家长也应该为学生营造良好的家庭环境,为其树立榜样,对学生的理想、行为与思想品格形成正确与积极的影响。

三、结语

总而言之,现代教育背景下,心理健康教育的核心地位已经逐渐稳固,作为学生的引导者,教师必须要重视这一方面的巩固工作。面对问题学生,应尽可能的避免通过低效教育方法来引导,而应当努力探求学生内心真实的想法,找出更容易被学生所接受的教育策略,有效提高心理健康教育的灵活性,切实提高教育效果。

参考文献:

- [1] 齐晓敏. 如何加强初中生心理健康教育[J]. 软件(教育现代化)(电子版), 2018, (9): 223.
- [2] 罗小惠. 初中生心理健康教育的实践与探索[J]. 魅力中国, 2018, (52): 227-228.