

探讨心理健康教育对初中学生心理健康状况的影响

杜安娅

贵州省黔西南州普安县地瓜镇地瓜中学 贵州 黔西南 561501

摘要:初中的心理健康教育工作在初中日常班级教育工作中占据着关键的地位,对于初中生也有着深远的影响。随着科学技术持续进步,初中的心理健康教育也应该紧跟现代时代的发展进程。教师应主动将日常心理健康健康中融入初中班级管理,更好地引导初中心理健康教育,以此来提高初中的心理健康教育水平与综合成效。基于此,文章主要分析初中心理健康教育工作的相关知识,并提出了在初中班级管理中融入初中生心理健康教育工作的措施。

关键词: 心理健康教育; 初中学生; 心理健康

To explore the influence of mental health education on the mental health of junior high school students

Duanya

Digua Middle School, Digua Town, Pu'an County, Qianxinan Prefecture, Guizhou Province, Southwest Guizhou 561501

Abstract: The mental health education of junior high school occupies a key position in the daily class education work of junior high school, and it also has a profound impact on junior high school students. With the continuous advancement of science and technology, mental health education in junior high schools should also closely follow the development process of the modern era. Teachers should take the initiative to integrate daily mental health into junior high school class management, and better guide junior high school mental health education, so as to improve the level and comprehensive effect of junior high school mental health education. Based on this, the article mainly analyzes the relevant knowledge of junior high school mental health education work, and proposes measures to integrate junior high school students' mental health education work into junior high school class management.

Key words: mental health education; junior high school students; mental health

心理健康教育在新时代中的实际教学地位越来越关键,心理健康教育是新课程改革的重点内容,心理健康教学对提升班级初中生的心理健康素养具有极为重要的作用。怎样在初中班级管理教学中开展高效的心理健康教学成为了当今初中老师需要重点关注的问题,教师应注重创新教学策略、组织高效的心理健康教学活动来提高班级初中生的个人素养,促进初中生们自身心理健康的发展与个人品德素质的不断加强。

一、心理健康教育的教学意义

就目前情况来说,一部分家长以及初中教师仍旧没有认识到培养学生心理健康对学生未来发展的重要性。通常情况下,这部分家长以及教师认为心理健康对于学生来说并不重要,在教学过程中不能高效的开展,因此也就使得学生的心理健康素养得不到提升。学生在家的时候,家长不能引导学生去培养健康的心理,长期以往,这也就对学生心理健康的培养造成了一定的影响。对于初中生来说,其面临着较大的学习压力或交际压力,在现如今的教学中,存在少部分的家长只关心学生的知识学习与成绩,未充分了解学生的内心情况,也并未注重对班级学生价值观的培养工作,对于这些问题,大部分的初中生都会采用不同的方法去解决,但是也会存在一部分初中生选择逃避。因此,在初中日常心理教育中采取家校共育的教学方式,可以有效的帮助学生形成自强的精神,从而使学生综合素质得以实际发展。学生在心理健康

教学下,能够最大限度的发挥自己的能力,从而综合发展初中生的综合能力与个人实际素养。在开展心理健康教育的时候,能够促使学生自信心得到巨大的提升,促使学生身心健康的发展,给予学生一些积极心理暗示,进一步发展学生积极正向的生活学习态度,从而确保学生健康的发展。

另外,初中班主任对学生进行心理健康教育的主要目的就是让同学们树立正确的人生观、世界观、价值观。让学生通过班主任的教育和引导,让他们意识到只有三观正做事才能正。初中班主任在平时教育和管理的过程中,更应当加强对学生的心理健康教育工作。现如今,初中大多都是寄宿制教育,学生的大部分时间都是在学校中度过的,班主任在日常的管理和教学工作中,对学生的正确引导对学生会产生非常重要的影响。学校很少有家长和教师关注到学生的心理健康状态,不可否认的是,学校确实在心理健康教育方面存在着一定的缺陷。通过最近几年青少年发生犯罪的案例,我们可以看出许多青少年学生走上犯罪的道路都是因为产生了一些心理问题,并且没有及时得到教师和家长的正确引导,因为大多数家长也不重视学生的心理问题,当学生出现心理问题时一直放任不管,使小小的问题进一步发展,最终酿成大祸。目前,我国的教育部门已把心理健康教育纳入教育教学计划。中学阶段作为个体成长发育的最重要时期,进一步强化心理健康教育、完善中学生心理危机筛查机制、优化心理健康教育机制,这对保障学生健康成长有着重要的价值。

二、初中生心理健康教育现状

针对学生的心理问题和心理健康教育的不良倾向,为了提高心理健康教育的成效,维护初中学生的健康心理,我们必须采取有效措施,促进学生心理健康的发展。真正开设心理健康课程,建立健全有效的心理辅导系统,开展丰富多样的活动。学校不仅要开设心理健康课程,还要一一落实课程的要求。除此之外,必须建立一套行之有效的心理辅导系统,包括组织机构,从教人员的配备,实施的手段和方法等,使学生产生心理问题后能得到及时有效的指导和帮助,不至于产生苦闷和压抑的不良后果,而形成心理障碍。由于当代初中生很多是独生子女,在家备受呵护,基本是饭来张口、衣来伸手、要风得风、要雨得雨的畸形心态。他们缺少儿童伙伴,在家庭中又处于特殊的地位,家长为了孩子,宁愿自己受苦受累,也要尽量满足其物质需求,忽视对孩子心理素质的培养,产生了教育孩子的心理偏差,这些都会影响学生的心理健康的正常发展。特别是实行了双休日制度后,学生在家度过的时间相对增加了,生活内容丰富也复杂了,出现的心理问题也就更多了。这样,对初中学生开展心理辅导就尤为重要和迫切。当然在进行具体的心理健康教育时,培养和强化学生心理素质,教师首先要认清常见的心理障碍种类和形式,如自卑、逆反、封闭、虚荣、妒忌、冷漠、厌学、求刺激、性差异、早恋等心理,以便对症下药,及时疏导,可以开展丰富的课外活动,如组织学生观看爱国主义和有教育意义的影片、健康的文娱活动,使学生能有更多的机会领略大自然的美好风光与祖国的锦绣山河,更深刻地感受生活的美好。

三、改善初中学生心理健康状况的有效途径

(一) 营造良好的心理健康课堂氛围

以往的课堂教学过程中,教师很难能够营造轻松愉快的心理健康课堂氛围,造成了适得其反的不良效果。但在开展心理健康教育活动中,教师应积极努力营造一个轻松愉快的活动氛围,通过开展积极的实践活动等,根据不同阶段学生的学习心理健康问题,设计营造符合学生心理需求的环境,缓解当下学生的不良情绪,促进现如今班级学生个人实际心理的健康发展,综合发展学生的实际素养。首先,可以组织主题会议,使初中生能够在班级精神健康教育中摆脱真正的厌倦情绪,并紧接着进行学生与学生、学生与教师之间的相互讨论。在德育教育课堂中共同研究他们感兴趣的课题或确保学生在德育教育过程的活动中进行合作,这不仅有助于学生之间的情感发展,而且有助于学会、提高与他人合作的能力。教师通过合理的引导,教育初中生理解和尊重他人,同时向初中生提供心理健康、人格等方面的全面教育,争取让其德、智、体、美、劳方面的综合进步,教师还需要主动地开展丰富的体育活动、书法、演讲比赛,使初中生们能够在快乐的氛围下成长,通过引导及采取良好的行为习惯、内部关注、心理追求等方式,最终对初中生进行心理健康教育及德育教育的综合教育。

(二) 加强初中班级的凝聚力

班主任在教学过程中应当及时地发现班级管理过程中存在的各种问题,并及时的解决这些问题,只有这样才能够使

学生真正的生活在一个浓厚的学习氛围当中。例如,学校组织的一些朗诵比赛或者体育比赛等等,在经过比赛过后班主任应当积极的表扬在比赛当中做出贡献的学生,这样不仅能够使学生更加热爱自己的班集体,同时也能够进一步加强班级的凝聚力。在初中班主任工作过程中运用赏识教育不仅需要提高班级的团队意识,还需要加强每一个学生的责任意识,同时班主任也需要平等的对待每一位学生,只有这样才能够促使班级形成较强的凝聚力,才可以提高教学效率。

(三) 初中班主任做好交流活动

班主任要想提高初中班级管理成效,发展心理健康教学质量就需要主动做好与学生、任课教师与学生家长间的交流工作,及时掌握班级学习情况与学生心理问题、学生遇到的困难等等,以便教师采取有效的策略及时解决班级问题,从而推动班级管理工作效率的提高,确保初中生的学习状态与心理良好。班主任可以定期与班级教师进行交流,了解班级内全体学生的具体学习状况与心理状况,并依据学生的特点与个性采取针对性较强的策略,从而确保初中生们具备端正的学习态度与良好的学习习惯。班主任还需要将自己作为初中生们的朋友,与学生进行深入的沟通与交流,并给予学生适当的指点与鼓励,从而充分拉近教师与初中生们的距离,提高班级管理工作效率。班主任还可以定期与学生家长进行沟通,令班主任更加全面的掌握学生的状态,确保学生可以全身心的加入到课堂学习中,教师也可以针对学生的成长环境与家庭氛围采取不同的教学方式。教师与家长的及时沟通能够提高初中生的学习热情,提高班级管理成效。

四、结语

综上所述,作为一名教育工作者,要站在时代的高度,以只争朝夕的精神,更好更快地塑造青少年美好的心灵,培养健全的人格,增强体魄,使青少年成为二十一世纪所需要的全面和谐发展的人才。初中班级管理教学需要加强开展心理健康教学,这需要教师主动引入现代化教学新思路,提高实际教学成效,如今的初中教师应该看重在班级管理教学中开展心理健康教育的地位,主动应用现代化的教学新思路,充分开展初中心理健康的班级管理教学,缓解当下学生的不良情绪,促进现如今班级学生个人实际心理的健康发展,综合发展学生的素养。

参考文献:

- [1] 郭文华. 初中班级管理教育与心理健康教育的整合思考[J]. 2021, 20: 149-150.
- [2] 刘肖容. 初中班级管理和心理健康教育整合模式初探[J]. 2021, 08: 77-78.
- [3] 王征. 心理健康教育在初中班主任工作中的实施[J]. 2021, 09: 116-117.
- [4] 刘祖娇. 初中班级管理中存在的问题及对策探讨[J]. 2020 (9): 11-12.
- [5] 陈凯, 刘慧. 初中生心理健康教育工作探索与实践[J]. 2021 (10): 73-74.
- [6] 李荣英, 李娜. 浅析初中生心理健康教育问题[J]. 2021 (05): 33-37.