

浅谈高中思想政治教学中的心理健康教育渗透

庄惠敏

(福建省南安市南星中学 福建 南安 362342)

摘要:随着我国经济的发展,学校的教学条件也大大改善,但心理教学相对滞后,高中生的心理健康问题日益突出,已引起社会各方面的高度重视,也成为教育工作者必须认真研究和解决的重大问题。本文主要对高中生心理健康教育的渗透提出一些看法和建议,以供参考。

关键词:高中生;思想政治教学;心理健康教育

中图分类号:G633.2

文献标识码:B

文章编号:1672-1578(2016)06-0042-01

高中生面临高考的压力,学习任务重,心理问题不容忽视。探究高中政治教学中渗透心理健康教育的途径,也是政治课教师义不容辞的社会责任。通过构建民主平等的课堂氛围,确定恰当的教学目标,精心设计各种课型,采用高效的教学方法,并帮助学生自我调节,克服不良心理障碍,帮助学生顺利度过高中阶段是老师的义务和责任。

1. 心理健康教育渗透在高中政治教学中的意义

1.1 我国高中学生中普遍存在心理健康问题。近年来的研究发现,我国高中学生普遍存在心理健康问题。据有关部门对我市某中学抽样调查发现:首先在问卷中有95%的学生认为自己存在不同程度的心理问题;调查结果还显示出:有38.65%的学生存在学习障碍,有15.13%的学生存在人际关系障碍,抽查结果表明:高中生普遍存在心理健康问题,需要学校和老师高度重视学生的心理健康问题,帮助学生克服心理压力,关注他们的学习成绩、身体健康,更要关心他们的心理健康。

1.2 心理健康是素质教育的要求。中学生心理健康是我国新课程培养的目标。新课改提倡遵循学生身心发展规律,促进学生身心健康发展,培养学生良好品德和终身学习的愿望与能力;明确提出要转变学生的学习方式,培养学生主动参与、乐于探究、交流合作的学习态度,并引导学生在知识的过程中形成正确的价值选择,促进学生健康发展。

2. 渗透心理健康教育对高中生的有利因素

心理健康教育有多种方法和途径,正确的引导方法往往能起到事半功倍的效果。在学科教学中渗透、穿插心理健康教育目前是学校老师实施的主要手段。高中政治教材中有许多心理健康教育的内容,如高一的《经济常识》、高二的《哲学常识》、高三的《政治常识》,从不同的方面渗透着对学生的人格要求,特别是《哲学常识》教学单元任务的辩证唯物论、唯物辩证法、认识论、人生观等四个方面的知识直接与心理健康教育的内容有关,是心理健康教育最重要的资源,老师在讲授知识的过程中,应该充分利用教材资源,给学生上好心理健康教育课,使学生得到良好的心理调整与健康发展。

3. 高中政治教学中渗透心理健康教育的途径

课堂教学是学校教育的主渠道,教师应该结合所授内容,对学生进行心理健康教育,使学科教学与心理健康教育实现"1+1>2"的整体效应。

3.1 重视思政教材中的心理健康教育内容。在教学过程中,教师可以介绍相关的心理常识,不良情绪容易导致心理障碍,从而影响学习和工作。在持续的消极情绪反应作用下,首先受到影响的是神经系统的功能,抑制大脑皮层高级心智活动,破坏大脑皮层兴奋性与抑制的平衡,使得正常的判断力下降,甚至使人

的大脑功能严重失调。政治课教学的目的和内容与心理健康教育具有很多的相似性,故可以充分利用思想政治课教学内容中涉及心理健康教育的相关内容,适时的进行心理指导。如:在"意识的能动作用"这部分内容的学习中,提到意识对于人体生理活动具有调节和控制作用。高昂的精神,可以催人向上,使人奋进;萎靡的精神,则会使人悲观、消沉、丧失斗志。

3.2 教师要为人师表。教师要用积极的情感和真诚的爱心去感染和打动每一位学生,激发学生强烈的求知欲望、积极的思维活动和健康的心理状态。教师要以自身的良好形象感染学生,使学生受到潜移默化的影响。在政治课教学过程中,教师应该坚持把微笑带进课堂,给每个学生以宽松、尊重、支持、鼓励的发展空间,促进学生人格的健康发展,使他们在政治课堂中感到身心愉悦。

3.3 科学探索心理健康教育的新方法。根据思想政治课知识容量相对较少的特点,在课堂教学的主体环节中,教师要多采用看书提问,分组讨论、辩论、点拨等不同形式,营造愉悦的学习环境,从而提高课堂学习效率,提高情感目标、心理素质目标的达成度。在提问的过程中,应特别注意给同学们提供均等的回答机会。上课时老师按座位逐个提问,这样每个学生都有机会回答问题,以避免那些得不到回答问题机会的学生产生退缩与自卑。

4. 结语

综上所述,教师在政治课教学中有效地渗透心理健康教育是一门教学艺术。老师要潜心钻研,做到科学性与艺术性的统一,利用灵活多样的教育模式,教会学生学会心理调节,避免不良心理现象的产生,自行消除心理障碍。最后在学校、社会、家庭、学生和谐统一合力的作用下,提高学生综合素质,使学生有一个健康向上的认识观和世界观。

参考文献:

- [1] 余建林:《浅谈当前影响中学生心理健康的因素及对策》,南平师专学报,2005。
- [2] 王建中:《中学生心理健康与行为的现状及对策》,兰州大学学报(社会科学版),2000(28)。
- [3] 明宏:《心理健康辅导——基础理论》,2005(5)。
- [4] 苟连兄、罗永忠:《甘肃省白银市中学生心理健康及教育状况的调查与分析》,西部教育参考,2006年第3期。
- [5] 《思想政治(必修)二年级(上册)》,人民教育出版社,2003(6)。
- [6] 《思想政治(必修)二年级(下册)》,人民教育出版社,2003(12)。

有一定的滞后性,对于现代社会下学生的发展并不适应,另外,政治课本身比较枯燥和乏味,学生在学习过程中很难提高注意力进行学习。因此,在教学过程中,教师应该联系学生实际,增加时事政治的学习,同时提高学生对于时事政治的学习积极性,让学生认识到政治教育与自己的生活息息相关,从而提高学生的学习兴趣。在实际教学过程中,教师可以将现阶段社会上的热点以及难点问题贯穿在教学过程中,让学生通过所学习的知识解决社会问题,充分利用时事政治的教学优势^[3]。

教师可以采用多种不同形式的教学方式来提高学生对时事政治的学习,例如可以学生通过自己的QQ群、微信和微博等形式获取时事政治,在教学过程中,让学生收集到的时事政治话题展现在全班学生的面前,对于有争议的话题,可以组织学生进行讨论。在思想政治的教学过程中,还应该注重开展社会实践活动,通过生动丰富的社会实践活动,让学生真正学会采用所学的理论知识解决实际生活中的实际问题。

2.3 把握好时事政治融入课堂的时机。高中政治的内容本身理论性非常强,在教学过程中,学生一直处于学习文字知识、死记硬背各种理论的状态,因此不仅取不到良好的教学效果,久而久之学生也失去了学习政治的兴趣。而通过时事政治的融入就可以改变这一状况,但是在融入时事政治的过程中应该把握好时

机。在高中政治课堂中,一节课的时间有限,主要内容还是应该以课本为主,因此教师可以在上课后的5-10分钟或者临下课后10分钟内融入时事政治,在上课后5-10分钟融入时事政治是为了引出本节课需要讲解的政治知识,临下课后10分钟内融入时事政治是让学生运用本节课所学习的知识对时事政治进行分析,是对本节课知识的总结和归纳,从而进一步提高教学效果。

3. 结语

在高中政治教学过程中,为了有效的提高教学效果,教师应该改变传统的教学观念,积极在课堂过程中融入时事政治,发挥时事政治的优势,不断丰富教学内容,提高学生掌握知识的实效性,在教学过程中应该注重学生在课堂中的主体地位,在合适的实际融入时事政治,从而取得意想不到的教学效果。

参考文献:

- [1] 张桂花. 浅谈时事政治在高中政治教学中的运用[J]. 都市家教月刊, 2015, 32(9): 36-37.
- [2] 李艳. 浅析时事政治在高中政治课堂教学中的有效运用[J]. 试题与研究:教学论坛, 2015, 32(13): 18-19.
- [3] 吴青莲. 浅谈时事政治在高中政治教学中的应用[J]. 新教育时代电子杂志:教师版, 2016, 25(3): 136-137.