

论中小学心理健康教育课程的学科渗透与融合

韩 栋

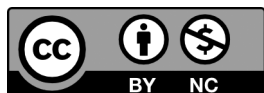
苏州科技大学，苏州

摘 要 | 随着新课改的深入和素质教育的不断推进，心理健康教育对于中小学生的成长和整体教学的意义之重要逐渐显现，所以，新一代的教育者必须明确心理健康教育在实际教学过程中的意义。在实际教学的过程中，— 这种与学科教学相渗透与融合的心理健康教育模式，是将学科教学与心理健康相结合的一次创新，这种新模式从各个学科的学科教学过程为切入点对学生进行心理健康教育，在教授学生学科知识的同时，还能进行学生的心理健康教育，提升学生的心理素质，帮助学生后续健康成长；对于心理健康教育课程，学科渗透和融合的新模式为其开拓了新模式和新领域，同时也为学科教学的变革提供了可能性。

关键词 | 学科渗透；心理健康教育

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

随着素质教育的全面推进和不断深化，社会文明的逐步提高，经济水平的稳步提升，全社会和国家对于中小学生心理健康教育的关注度在大众视野中日渐提升。而无论刚步入学校社会群体的小学生，还是正在经历身心迅速发展关键期的中学生，他们所处的阶段都是容易出现各类心理健康问题的重要时期。因此心理健康教育课程的开展有利于中小学生心理素质的提高，有助于中小学生的全面发展和健康成长，并且有利于促进我国素质教育的持续发展。但是目前中小学心理健康教育在学校一般是独立心理健康教育课程所进行，这样会与以学科教学为重点的观念会有所偏差，而导致心理健康教育课程与学生的学校教育相脱节，而与学科教学相融合的心理健康教育课程能够补足这一缺陷，并且能充分利用学科课程在学校教育中的重要地位和其本身所蕴含的丰富心理健康教育资源。

作者简介：韩栋，男，苏州科技大学学生。

文章引用：韩栋. 论中小学心理健康教育课程的学科渗透与融合 [J]. 心理咨询理论与实践, 2021, 3 (3): 145-147.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0303017>

2 心理健康教育学科渗透与融合的内涵

心理健康教育课程的学科渗透与融合指的是教师在日常的学科教学活动中, 自觉的并且有意识地运用一系列心理健康教育相关的原理和方法, 帮助学生提升课堂学习活动的认知, 情感和行为技能, 在授予学生一定的学科知识的同时, 开发他们的智力和创造力, 提升和促进学生的心理健康水平。

3 心理健康教育学科渗透与融合的必要性的必要性

首先, 目前由应试制度而引起的高竞争学习态势的情况下, 而学习作为学生的主导活动, 因此学业压力是学生最大的心理压力。而这种现实的客观存在, 导致了心理健康教育与学科进行融合和渗透是一种现实的必然, 因为只有从学生最大的心理问题来源着手, 才能更好的解决学生的心理压力问题。其次, 学科教学在学校的地位是处于主导地位, 并且学科教学的目标和心理健康教育的教学目标存在一致性, 都是为了提升学生的素质, 开发学生的潜能, 帮助学生实现自己的人生价值。在共同目标的驱使下, 那学科教学和心理健康教育的融合和相互渗透就有一定的可能性。最后, 部分学校缺少专业心理健康教育师资并且部分老师对心理健康教育的认识不全面, 各种不同特殊情况的存在, 才使得心理健康教育的学科渗透和融合存在必然。

4 心理健康教育学科渗透与融合的实施策略

第一, 要讲求心理健康教育与学科教学的有机渗透。在不同的学科科目中, 都存在可以与心理健康教育所相契合的部分, 这些学科教学的内容就是可以与心理健康教育相融合渗透的可渗透因素。此外, 由于学科教学才是教育任务的主要部分, 所以心理健康教育的渗透部分必须根据学科教学的具体内容来进行, 不然强行生搬硬套, 不然既不利于学科教学内容的传授, 也达不到心理健康教育的渗透目的, 所以顺应具体内容且顺其自然的有机结合才是最有效的渗透和融合方式。此外, 在渗透的同时, 在课堂上与学科教学的时间比例的分配, 因为上课主要还是达到课堂教学的目标, 所以心理健康教育的渗透一定要适时, 并且在有限的时间里进行渗透, 要注意时间的长度。并且课堂上的学生之间的心理健康状况不同, 所以在注意心理健康教育的渗透梯度, 要注意不同学生的差异性和学生的不同接受程度。在渗透的方法上, 要做到灵活, 也就意味着以学生为中心, 具体问题要具体分析, 对于不同的情况, 也要适当采用不同的渗透形式, 例如分散式或者是集中式, 这都是有机渗透策略的体现^[1]。

第二, 在课堂上要构建和谐课堂氛围和师生关系。在教学的过程中构建和谐的课堂氛围, 这就意味着, 教师要精心设计具有一定深度和趣味性的问题, 不断激活学生的认知兴趣, 使学生的情感始终围绕教学中心, 保持他们心理的觉醒状态, 让其在轻松愉快中得到学习^[2]。在这样和谐教学环境中, 进行心理健康教育的渗透, 学生们会因为放下心里的戒备和放松一直因为沉重学习压力而紧绷的神经而得到全身心的放松。在这种状态下, 老师对其进行心理健康教育渗透就能做到事半功倍。

第三, 尊重和关爱学生, 要以学生为中心。虽然在同一个班级, 但是不同学生因为各自不同的家庭成长环境而产生的不同的心理健康问题。这些心理健康的问题带给学生的就是压力、矛盾和困惑因为不能及时的解决而带来的心理障碍会给学生带来许多的痛苦。而在这是老师所做的就应该是随时随地帮学

生排忧解难，消除疑惑。最终达到维持学生的心理健康并且促进学生健康人格的成长。每一次心理健康教育的渗透的最终目的都是为了学生们的帮助心理健康的成长，所以说老师每次的心理健康教育的渗透和融合都是以学生为中心，而教育者对于学生的关爱和尊重，都会让学生感到温暖，从而让他们将这份热爱回到课堂中从而又提升的课堂教学效果^[3]。

5 结语

将心理健康教育的思想贯穿于课堂教学之中，不仅有利于激发学生学习的活力，而且有利于提高课堂教学的质量和效率，在提升中小学学生学习素养的同时又促进了心理素质的提高。尽管心理健康教育的学科融合和渗透是最有效当代心理健康培养方法，但是如何在课堂教学中教授好学科知识的同时，还能注意心理健康教育的渗透，对于广大教育来说还是一个比较高的要求。此外，打铁还需自身硬，作为教师，努力提高自身心理素质也是培育中小学生心理健康教育素质的一个重要条件。因此，教师应该身体力行，不停磨砺自己的教学技巧的同时还能不断探索心理健康教育的学科教学的渗透技巧。

参考文献

- [1] 叶一舵. 学科教学中渗透心理健康教育的若干问题[J]. 中国教育学刊, 2004(3): 20-23.
- [2] 万晓冬, 邓志军. 心理健康教育与学科教学的渗透与融合[J]. 黑龙江高教研究, 2006(2): 35-37.
- [3] 王希永. 在学科教学中渗透心理健康教育[J]. 中国高等教育, 2000(3): 42+32.

On the Infiltration and Integration of Disciplines in Primary and Secondary School Mental Health Education Curriculum

Han Dong

Suzhou University of Science and Technology, Suzhou

Abstract: With the deepening of the new curriculum reform and the continuous promotion of quality education, the importance of mental health education for the growth of primary and secondary school students and the overall teaching gradually emerges, so the new generation of educators must clarify the significance of mental health education in the actual teaching process. In the process of actual teaching, - this mental health education model that penetrates and integrates with subject teaching is an innovation that combines subject teaching and mental health. This new model takes the subject teaching process of each subject as an entry point for mental health education for students, and while teaching students subject knowledge, it can also carry out mental health education for students, improve students' psychological quality and help students to follow For the mental health education curriculum, the new model of discipline infiltration and integration has opened up new models and new fields for it, and also provides the possibility of changes in discipline teaching.

Key words: Subject penetration; Mental health education