

浅谈如何在初中政治教学中渗透心理健康教育

徐鑫

启东市鹤城初级中学，江苏 南通 226000

摘 要： 随着教育改革的深入，心理健康教育在近年来逐渐受到了越来越多的关注，慢慢成为提高学生综合素质的重要一环。初中作为学生心理发展的关键时期，将心理健康教育融入各学科教学之中就显得尤为重要。基于此，笔者将在本文中详细分析初中政治教学与心理健康教育融合的必要性，探究当前初中政治教学与心理健康教育融合中存在的问题，并结合问题提出相应的解决路径，希望能为读者提供一些参考与帮助。

关 键 词： 初中政治教学；心理健康教育；教学改革

A Brief Discussion on How to Infiltrate Mental Health Education into Junior High School Politics Teaching

Xu Xin

Hecheng Junior Middle School in Qidong, Nantong, Jiangsu 226000

Abstract： With the deepening of educational reform, mental health education has gradually received more and more attention in recent years and has gradually become an important part of improving students' comprehensive quality. Junior high school is a crucial period for students' psychological development, so it is particularly important to integrate mental health education into the teaching of various subjects. Based on this, the author will analyze in detail the necessity of integrating junior high school politics teaching and mental health education in this article, explore the existing problems in the integration of current junior high school politics teaching and mental health education, and put forward corresponding solutions in combination with these problems, hoping to provide some reference and assistance for readers.

Keywords： junior high school politics teaching; mental health education; teaching reform

引言

在新时期，教育不仅仅是知识的传授，更是确保学生身心健康全面发展的重要基石。在初中阶段中，学生正处于个体生长与心理健康发展的关键时期，其教育质量的优劣会直接影响到学生未来的成长轨迹。在此过程中，学生会面临自我认知、学业压力、人际关系等多方面的挑战。因此，如何在初中教育中有效融入心理健康教育成为一个亟待解决的关键问题^[1]。

一、初中政治教学中渗透心理健康教育的重要性

（一）符合教育改革与学生全面发展的需求

教育改革的核心在于培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，而心理健康教育作为其中的重要一环，对于提升学生的综合素质、促进其全面发展具有不可替代的作用。在初中阶段，学生正处于身心发展的关键时期，他们的心理状态、价值观念、行为习惯等都在逐渐形成和塑造中。将心理健康教育融入政治教学，不仅符合当前教育改革的精神和要求，更是学生身心健康成长、实现全面发展的内在需求^[2]。

通过在政治教学中渗透心理健康教育，可以帮助学生更好地理解各类社会现象，让学生能够站在客观的角度对自己产生更加清晰的认知，从而有效地应对学习与生活中的各类压力。这种教学模式不仅有助于学生形成正确的世界观、人生观和价值观，还

能增强他们的社会责任感和公民意识。同时，心理健康教育还能促进学生的心理健康发展，帮助他们建立积极的心态、培养乐观向上的心理品质，这对于学生未来的学习、工作和生活都具有深远的影响^[3]。

（二）提升政治教学的实效性

将心理健康教育融入初中政治教学可以有效提升政治教学的时效性。一方面，心理健康教育能够帮助学生更好地理解政治知识背后的社会现象和人文价值，从而增强其学习的深度和广度。通过引导学生关注社会热点、分析政治事件，结合心理健康教育的理念和方法，可以培养其批判性思维和解决问题的能力。另一方面，心理健康教育能够促进师生之间的有效沟通和互动，为政治教学创造更加和谐、积极的学习氛围^[4]。教师可以通过关注学生的心理状态，了解其学习需求和困惑，从而科学调整教学策略，为学生提供更加个性化的指导和支持。这种以学生为中心的

教学模式能够增强学生的归属感和认同感,提高政治教学的吸引力和感染力^[5]。

（三）适应社会发展的需求

随着社会环境的快速发展,对于人才的需求也逐渐从单一的知识技能型转向综合素质型,这就要求教育工作必须紧跟时代步伐,着重培养学生的综合素质,而初中政治教学作为培养学生思想意识、价值观念和社会责任感的重要平台,其教学内容与方式必须与社会发展的实际需求相契合^[16]。

心理健康教育在政治教学中的渗透,旨在提升学生的心理素质,使其具备更强的心理适应性和韧性。在快速变化的社会环境中,个体往往需要面对各种挑战和压力,良好的心理素质是应对这些挑战的基础。通过政治教学结合心理健康教育,学生可以学习如何有效管理情绪、建立积极的人际关系、增强自我认知和自我效能感,这些都是适应社会发展不可或缺的能力。

此外,心理健康教育还能帮助学生形成正确的社会认知和价值观。在政治教学中,通过引导学生关注社会问题、参与社会实践,结合心理健康教育的方法,可以培养学生的同理心、社会责任感和公民意识。这些品质不仅有助于个体在社会中的和谐共处,也是推动社会进步和发展的重要力量^[17]。

二、初中政治教学与心理健康教育融合中存在的问题

（一）心理健康教育师资力量薄弱

专业心理健康教师的缺乏是当前初中学校面临的一个普遍现象。大多数学校中的心理健康教育岗位并非有专业人员担任,他们可能是从其他部门抽调而来,这些人员往往由于缺乏系统的心理健康知识储备以及专业的教学经验,最终导致心理健康教育在实际教学中难以发挥应有的作用,无法满足学生的心理健康需求。

由于缺乏专业的培训和持续地学习,这些非专业的心理健康教师在处理学生心理问题时往往力不从心。他们可能无法准确识别学生的心理问题,也无法提供有效的心理干预和辅导。这不仅无法帮助学生解决心理问题,还可能对学生的心理健康造成进一步的伤害^[8]。

（二）学校对心理健康教育重视不足

在应试教育大背景下,大部分学校往往过于关注学生的学习成绩而忽略了心理健康教育的重要价值,这种倾向性就导致学校在心理健康教育方面的投入略显不足。

首先,由于心理健康教育并非中考或高考的必考科目,学校往往将其视为次要或辅助性课程,课时被压缩甚至被其他主科占用。这种安排便会导致心理健康教育的开展受到限制。此外,学校对心理健康教育的重视不足还体现在心理健康教育模式的不健全上。当前,部分学校的心理健康教育的内容较为单一,教育模式过于枯燥,缺乏针对性和实效性。这不仅不利于为学生提供积极的心理辅导,也难以满足学生多样化的心理需求。在初中政治教学中,这种不健全的心理健康教育模式使得政治教学与心理健康教育的融合缺乏深度和广度,难以达到预期的教学效果^[9]。

（三）家庭和社会环境的负面影响

随着信息技术的迅速发展,信息传播的途径日益广泛,但同时也带来了一些不良的社会现象。这些不良现象,如网络暴力、校园欺凌、逃学、酗酒、打架等,对初中生的心理健康造成了严重的冲击。初中生正处于身心发展的关键时期,他们缺乏足够的心理承受能力和应对策略,容易受到这些不良现象的影响。此外,社会竞争日益激烈,学业压力、就业压力等不断增大,也给初中生的心理健康带来了巨大的挑战^[10]。

三、初中政治教学中渗透心理健康教育的有效路径

（一）明确教学目标,注重心理健康教育

在教学目标的设定中,教师应当将心理健康教育与政治学科的知识点进行紧密结合,确保学生能够在掌握政治知识的同时获得心理健康方面的教育和引导,这就意味着教学目标不仅要包括学生对政治理论、政策法规的理解和应用,还要涵盖学生情感、态度、价值观的培养,以及自我认知、情绪管理、人际交往等心理健康能力的提升^[11]。

为了实现这一点,教师便要精心设计教学内容与方法,在政治课程中融入更多的心理健康教育元素,例如通过案例分析、角色扮演、小组讨论等方式,引导学生思考政治现象背后的社会心理机制,培养学生的同理心和批判性思维。同时,教师还可以结合时事热点,引导学生关注社会现实问题,激发他们的社会责任感和公民意识^[12]。

（二）创新教学方法,增强课堂互动性

新颖的教学方法与更具趣味性的课堂是提高学生学习积极性的关键。为此,教师可以通过情景模拟教学法,让学生在角色扮演中深入理解政治学科的相关知识,同时也可以进一步锻炼他们的情绪管理与人际交往能力。例如模拟一次公民投票过程,让学生来扮演选民、候选人等不同角色,通过讨论、辩论等形式,不仅能够有效增强学生对于民主制度的理解,还能够培养他们的批判性思维与同理心^[13]。

教师还可以利用现代信息技术来丰富教学手段。例如通过视频、动画以及在线调查问卷等形式,教师可以将原本抽象的政治知识概念以更加直观的形式展现在学生面前,同时也能第一时间收集到学生的学习反馈,从而科学调整教学策略。这种互动不仅增强了学生的学习动力,也为他们提供了表达自我、分享想法的平台,有助于建立积极的自我认同和社交技能^[14]。

（三）结合课外活动,拓展心理健康教育

课外活动与政治教学的结合,首先体现在实践活动的选择上。教师应根据政治教学的内容和目标,精心设计和组织丰富多彩的课外活动,如社会调查、志愿服务、模拟法庭等。这些活动不仅有助于学生更好地理解政治知识,还能在实践中培养他们的社会责任感、公民意识和法律意识。同时,通过参与这些活动,学生可以亲身体验到社会的多样性和复杂性,从而增强他们的心理适应能力和情绪管理能力。

为了确保课外活动的有效实施,教师需要注重活动的反馈与

评估。在活动结束后,教师应当及时收集学生的反馈意见,了解他们在活动中的收获和成长。同时,教师还可以通过问卷调查、小组讨论等方式,对学生的心理健康状况进行评估,以便及时调整教学策略和方法。这种反馈与评估机制有助于教师更好地了解学生的需求和心理状态,从而为他们提供更加个性化的心理健康教育和支持^[15]。

（四）加强家校合作，共同关注学生心理健康

家校合作的目的在于通过双方的紧密协作构建起一个全面立体的心理健康教育体系,以此来为学生的健康成长提供有力保障。

家校合作的基础是建立起有效的沟通机制,为此,学校需要定期举办家长会、心理健康教育讲座等活动,并邀请学生家长参与,共同了解学生在校期间的学习、生活以及心理状态。通过这些活动,家长可以更加深入地了解孩子的内心世界,及时发现并解决可能存在的心理问题。同时,学校也应主动向家长反馈学生的在校表现,特别是心理健康方面的情况,以便家长能够在家中给予孩子更加精准和有效地支持。

在加强沟通的基础上,家校双方还应当共同制定和实施个性化的心理健康教育计划。学校可以根据学生的心理健康状况,结合政治教学的内容和目标,设计一系列有针对性的心理健康教育活动。而家长则可以在家中通过日常交流、情感支持等方式,帮助孩子巩固和深化在学校学到的心理健康知识和技能。这种家校合作的方式,可以确保学生在不同场景下都能得到持续的心理健康教育,形成家校共育的良好氛围。

四、结语

综上所述,初中政治教学与心理健康教育的融合是教育改革和学生全面发展的必然要求。随着教育改革的深入推进和社会环境的不断变化,初中政治教学与心理健康教育的融合将面临更多的挑战和机遇。因此,教师需要不断探索和实践,持续优化教学模式和方法,以此来适应学生发展的需求,为学生的健康成长和全面发展奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 许丽. 关于初中思想政治教学中渗透心理健康教育的探讨 [J]. 中华活页文选 (教师版), 2023, (08): 169-171.
- [2] 谢总元. 浅析在初中政治教学中加强学生心理健康教育的策略 [J]. 天天爱科学 (教育前沿), 2020, (01): 167.
- [3] 谭华. 初中政治课教学要加强对学生的心理健康教育 [J]. 科普童话, 2019, (35): 172.
- [4] 荣会娟. 初中政治课教学对学生的心理健康教育分析 [J]. 才智, 2019, (20): 135.
- [5] 白丽娟. 初中政治教学中的心理健康教育渗透探讨 [J]. 试题与研究, 2019, (07): 192.
- [6] 张秀秀. 初中政治课堂上进行心理健康教育的策略 [J]. 科普童话, 2019, (01): 32.
- [7] 赵明. 小议政治教学培养学生健康心理的途径 [J]. 青少年日记 (教育教学研究), 2017, (06): 113.
- [8] 赵春. 在初中政治课中渗透心理健康教育的研究 [J]. 新课程研究 (下旬刊), 2017, (04): 39-40.
- [9] 马春梅. 浅谈初中政治教育的现实意义 [J]. 青少年日记 (教育教学研究), 2015, (11): 28.
- [10] 蒋艳秋. 关注心理健康做幸福的初中政治教师 [J]. 中小学教师培训, 2014, (01): 53-55.
- [11] 庄小琴. 初中政治课与心理健康教育的整合 [J]. 中学课程辅导 (江苏教师), 2013, (10): 34.
- [12] 马在岭. 浅谈初中政治教学对学生心理的教育 [J]. 学周刊, 2012, (15): 71. DOI: 10.16657/j.cnki.issn1673-9132.2012.15.143.
- [13] 赵瑾瑜. 初中政治教学中心理健康教育探析 [J]. 成功 (教育), 2011, (20): 261.
- [14] 徐卫. 浅析初中政治教学中的心理健康教育 [J]. 学生之友 (初中版), 2011, (05): 74.
- [15] 戚如林. 初中政治教学中的心理健康教育 [J]. 新课程 (教研), 2010, (12): 81-82.