

# 基于核心素养培养的高中心理健康教育模式的几点探讨\*

谢艺珊

(福建省东山第一中学, 福建 漳州 363400)

**【摘要】**随着新课改的实施, 核心素养的理念在学校教学中得到了实践和深化。核心素养指的是学生应具备的、能够适应终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力, 与学校进行的学生心理健康教育的内容存在着紧密的联系。本文选择7个核心素养指标, 即“心理健康”“坚持性”“创造能力与创新技能”“沟通与交流能力”“团队合作”“积极的自我”“生涯发展与规划”, 作为心理健康教育的培养目标。高中生教育的管理者、从业者必须明确, 未来的人才除了需要智慧和才干之外, 更需要强大的心理素质。如何以核心素养的培养为先导, 优化高中心理健康教育模式, 切实提升学生的心理素质, 这是教育工作者需要面对的亟待解决的问题。

**【关键词】**核心素养; 高中生; 心理健康教育; 教育模式

**【中图分类号】**G633.92 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1671-1270(2020)12-0159-02

《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订版)》中提到, 应当对心理核心素养的内涵予以进一步的明确, 以此为基础进一步实现学生心理的健康发展。根据《中国学生发展核心素养》可知, 学生发展核心素养所指的是学生应具备的、能够适应终身发展和社会发展需要的必备品格与关键能力, 综合表现为九大素养, 即社会责任、国家认同、国际理解、人文底蕴、科学精神、审美情趣、身心健康、学会学习、实践创新。可以看到, 核心素养的具体构成要素中包括健康安全、公民意识、交际等多方面的内容, 同时也包括多方面的具体能力。由此可见, 核心素养同心理健康教育之间有着密切的相关性, 可以通过心理健康教育的各项途径来指导培养学生核心素养的各个环节。心理健康教育融合核心素养发展可以表现在两个方面: 其一, 核心素养可以为心理健康课程的内容设计与具体实施提供导向作用。其二, 心理健康教育能让核心素养的培养工作真正落地, 从而更好地指导教学实践<sup>[1]</sup>。

## 一、基于核心素养培养目标, 优化高中心理健康教育模式的重要意义

近年来, 随着国家政策的推行及社会关注度的提升, 许多学校开始重视心理健康教育工作, 但在具体开展心理健康教育工作时仍是采用咨询性或是补救性的模式。而实际上根据《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订版)》中所提到的“必须对心理核心素养的内涵予以进一步的明确, 从而强化我国学生的心理健康发展”, 学校应当意识到, 目前真正需要做到的是探索出一种基于培养学生核心素养的高中心理健康教育模式, 这是高中生综合成长的需要, 更是社会发展的必然要求。

## 二、基于核心素养培养目标, 优化高中心理健康教育模式的实践路径

### (一) 心育课程模式

在高中心理健康教育的各项工作中, 心育课程是核心工作之一, 它能够有效提升学生包括“心理健康”“团队合作”“沟通与交流能力”“积极的自我”等在内的六项核心素养。具体的实施路径包括以下五个方面:

第一, 开设心理健康教育必修课。该门课的上课频次可设置为每周1课时, 学生完成学习和考试之后获得相应学分。

第二, 聘请数名专门负责对学生进行心理辅导和讲授心理学知识的专业教师。帮助学生了解心理学相关知识以及一些心理调节方面的方法, 改善心理健康。

第三, 学校撰写专门的心理健康教育资料或教材。其内容需涵盖学生的学习、生活、人际交往、思想道德和自我认识等多个方面。

第四, 编排一些有可看性及教育意义的课堂心理剧。教师可以自行编写剧本或者让有能力的学生编写一些含有心理学相关现象及知识的剧本, 然后选择几名同学扮演剧中的角色, 经过排演之后在课堂上或者学校的一些公开活动中表演, 加深学生对心理学相关知识的认识与理解。

第五, 学校聘请校外专家或者各界校友开设心理学主题讲座。其主题为当前学生群体面临的一些实际问题及困惑, 如文理分科、课程选择、职业生涯规划、社会交往及情感问题等, 指导学生合理应对高中的学业及生活的挑战。

### (二) 学科渗透模式

学科渗透模式的含义就是教师在日常教学活动中

\*基金项目: 本文系2018年度福建省漳州市基础教育课程教学研究立项课题“高中政治课核心素养培育策略研究”(立项编号: ZPKTY18086)的成果之一。

对学生的情绪、个性、情感及人格等多个方面的心理需要进行高度关注与引导。采用这种模式一方面能够令师生关系更为和谐,另一方面有助于学生学习兴趣的激发和良好学习习惯的培养,并在潜移默化中帮助学生保持健康的心理状态<sup>[2]</sup>。该模式的核心指标包括生涯规划、团队协作与心理健康这三个方面。具体的实施路径包括以下两个方面:

第一,对标准课程进行创新开发,从而将心理健康教育与各个学科教育高度融合。如高中政治的内容涉及经济、政治、文化、哲学、法学等学科,它是一门知识性和德育性相结合的课程。教师可以对其中与心理健康教育内容关联的知识点进行挖掘,通过创设教学情境、社会实践等方式渗透心理健康教育,这对于培养学生政治学科核心素养也有一定的促进作用。如在讲经济常识中的交易原则时,教师可结合教材内容强调诚信的重要性;在讲意识的能动性这一知识点时,教师要强调让学生充分发挥自身意识的能动性以克服不良习惯。

第二,在高考改革的背景下,学科教师有责任与义务引导学生做好自身职业生涯规划。各科教师对于本学科的学科要求、就业前景和相关院校方面的信息更为了解,因此各科教师可以在学校教研组的指引下,在高一阶段的两个学期的期末,指导学生做好一定的职业生涯规划,一般其形式为1到2个课时的专门课程<sup>[3]</sup>。

### (三) 家校合作模式

家庭教育对于高中生的健康心理的形成同样有着重要影响。当前许多家长非常注重孩子的智力投资,

却常常忽视了情感教育,导致部分学生对同学及老师所给予的关心、爱护觉得理所当然,在校园中事事依赖老师,回到家就事事依赖长辈。而通过家校合作的形式可以形成合力,如定期召开心理健康知识、亲子关系构建、家庭教育的讲座,或家庭教育经验分享会,共同培养学生解决问题、交流沟通、自我管理的能力,培养学生的道德情感,使他们养成正确的价值观念,有助于高中生心智的全面成长<sup>[4]</sup>。

学生心理健康状况的改善对于个人核心素养的全面提升有一定的促进作用。高中教师可以基于各科教学实际,将心理健康教育渗透在日常教学活动中,促进学生学科核心素养的提升。同时,学校也要对学生心理健康教育加以高度重视,设置科学高效的心理健康教育体系,推动学生的发展进步。

### 【参考文献】

- [1] 曾宁波. 奠基学生幸福人生——普通高中《心理健康与生涯规划》(川教版)教材解读[J]. 教育科学论坛, 2018(29).
- [2] 岳理. 普通高中心理教师专业角色职能初探[J]. 现代教育科学, 2008(6).
- [3] 何竞轩, 冯丽. 秉承责任 建设学生心灵家园[J]. 中小学心理健康教育, 2010(23).
- [4] 周兴国. 为每个学生提供适合的教育——兼论学校多样化发展的价值追求与实践路径[J]. 教育发展研究, 2012(8).

### 【作者简介】

谢艺珊(1984~),女,汉,福建东山人,学历:本科,职称:中学二级教师,研究方向:高中心理健康教育。

(上接第158页)

### (三) 引导学生掌握鉴赏古诗的方法

诗歌讲究音乐美、绘画美和建筑美,即文学理论中的“三美”。这些内容在部编本教材中并没有明示,但诗歌本身的“三美”特征应当被揭示出来。所以教师在教学中要注意引导学生从“三美”角度鉴赏诗歌。在此基础上,还要注意引导学生掌握诗歌表达的一些技巧,如修辞手法的应用<sup>[4]</sup>。以《观沧海》为例,其中的“日月之行,若出其中,星汉灿烂,若出其里。”描写的既是眼前实景,又融入了作者自己的想象和夸张。龚自珍《己亥杂诗》中“落红不是无情物,化作春泥更护花。”也是流传后世的千古名句。这些经典诗句都可以帮助学生提升语感,为将来的写作能力奠定基础。

### (四) 适当调整古诗的教学活动分布

由于部编本存在着古诗课内外篇目分布比例失调、阶段不均衡等情况,教师在教学中可以适当改变

顺序,让各个教学阶段均有古诗,并适当将一些课外古诗纳入课堂教学中,确保学生对古诗有更多的了解和更深的体会。

综上所述,部编本初中语文教材在选择古诗时,对体裁、数量、题材、时代等因素均有考虑,但课内外篇目分布、阶段配置等方面存在一些问题。因此教师在教学中要注意层递性和价值观引导,注意引导学生掌握鉴赏方法,并注意调整古诗词的阶段分布比例,从而取得良好的教学效果。

### 【参考文献】

- [1] 刘诗伟. 语文课程教学论[M]. 南京:南京大学出版社, 2011.
- [2] 倪文锦. 初中语文新课程教学法[M]. 北京:高等教育出版社, 2013.
- [3] 王荣生. 语文学科课程论基础[M]. 北京:高等教育出版社, 2003.
- [4] 中华人民共和国教育部. 义务教育教科书·语文[M]. 北京:人民教育出版社, 2016.