

家校共育背景下的高中生心理健康教育分析

冯倩舒

(鹤山市第一中学, 广东 江门 529700)

摘要: 随着学生的受教育程度越来越高, 他们所面临的学业压力和社会与家庭的压力也在不断增长, 尤其是在高中生群体中, 学生的课业压力和高考压力很容易导致他们产生心理问题, 而如何帮助他们克服心理障碍已经成为当前社会各界都十分重视的问题。因此, 在高中的教学过程中, 家庭和学校都应当对学生的心理模式进行分类整理, 不断进行深入分析, 寻求家校共育的新方式, 不断优化教师的教学方法。本文主要从家校共育背景下的高中生心理健康教育现状入手, 对家校共育背景下开展高中生心理健康教育的必要性进行了探讨, 并深入分析了家校共育背景下的高中生心理健康教育路径, 希望能够为高中生心理健康教育的发展提供新的教学思路。

关键词: 家校共育; 高中生; 心理健康教育; 路径分析

在教育领域正在不断发展的背景下, 对于高中生的心理健康问题高校也正在开拓新的教学管理方式。而家校共育这一新型教育模式能够充分将家庭和学校的教育理念和教学方法进行整合, 再加上家长在学生的心理发展过程中的重要作用, 将家庭力量融入教育教学过程中能够最大程度上提高学生的接受度, 并且在学生发展中能够进一步提升家长和学校教师的整体教育能力和思想认识, 从而保证学生个体的发展, 从而维护社会的和谐稳定。

一、家校共育背景下的高中生心理健康教育现状

随着家校共育这一教育新模式的提出, 高中生的心理健康教育也呈现出了不同的发展趋势。对于学校来说, 能够提高家长和学校对于心理健康教育的重视程度。通过开设专门的心理健康课程, 教师能够帮助学生缓解在学习过程和生活中遇到的不同的心理压力, 同时这些课程能够帮助他们分辨自身的心理状态, 以此来潜移默化地将正确的世界观、人生观和价值观融入学生的生活。在这一模式的引导下, 家长也可以重新体会到教育的意义, 关注孩子的身心健康。不过在具体的实施过程中, 高中生的心理健康教育状况仍然存在一定的问题, 整体的教育质量也并没有达到预期的效果。一方面, 对于高中生而言, 心理健康教育的重要程度其实并不能比上其他高考科目的重要性, 再加上这类课程的教学形势仍然是以理论教学为主要的形式, 很容易使学生感受到单调无趣, 而这种情况下学生的学习情况和课堂参与程度就会变得更差, 从而影响到学生对于心理健康课程的接受程度, 导致很多有效的调节方法很难发挥出其应有的教学功能。另一方面, 一些家长对于学生的心理健康水平重视程度不够也是当前教育中所面临的重要问题。在家庭教育中, 部分家长在和学生进行沟通时并不能很好地对他们起到一个引导作用, 并且家长自身的沟通方式和沟通能力在面对高中生这一青春期少年群体时也会存在不起作用的情况, 从而导致相应的家校合作很难达到预期的效果。另外, 当前学校的教育过程中专业的心理健康教育教师也存在短缺问题。目前, 拥有心理健康专业和教育教学经验的心理辅导教师仍然属于少数, 大部分拥有心理咨询师职业证明的人才也会缺少相关的教学经验, 最终很难为学生提供更加全面的心理辅导。因此, 在开展家校共育教学模式时, 学校和家长双方都需要共同努力, 以培养学生心理健康发展为主要目标, 不断推动家校合作, 通过多种渠道和新的教学方式来不断调整现有的教育形式, 提高育人过程的吸引力, 以此来为学生未来的发展打下坚实的基础。

二、家校共育背景下开展高中生心理健康教育的必要性

(一) 能够打开心理健康教学新思路, 提高保障性

随着素质教育的不断深入, 社会和各行各业对于人才的要求

也在逐渐变得更加复杂并且具有多样性, 因此, 高中生在这样的环境中也会面临更多的学习压力, 随之而来的就会产生一些心理健康问题。而学校在面对这一现状的时候会更加重视学生的心理健康教育内容, 作为培养学生心理健康的主要场所, 学校也会承担起相应的责任。但是在实际的教学过程中, 受到人才、教学资源的限制以及部分学生的家庭教育缺失等现象的影响, 学校在推动心理健康教育时会面临更多的挑战, 导致最终的教育效果不能使人满意。因此, “家校共育”这一教育模式的提出也为高中生的心理健康教育水平的提高提供了新的教学方法。通过提高家庭和学校双方的联系性, 从多个人角度和环境入手, 更加全方位地覆盖学生整个成长的过程, 以此来深度关注学生的整体心理健康状况。这种形式的培养模式能够将心理健康教育进一步深入推进, 帮助教师进一步把握住学生的心理需求, 从而为他们未来的发展和教育提供更加精准有效的教学保障。

(二) 能够改变学生学习心态, 提高积极性

在高中生阶段, 学生都处于青春期, 他们的各项学习能力和个人发展能力都处于一个发展阶段, 而这个时期他们的思考方式和心理承受能力都会受到外界的影响, 其自身的应变能力也会存在短板。在具体的教育过程中, 家校共育的教育模式可以从整体入手, 从学生的学习生活到日常生活都能够关注到, 并且主要以培养学生积极、乐观的性格为目标, 能够帮助他们充分提高自身的心理调节能力, 并且在面对困难的时候也会以更加积极的心态去处理和解决, 从而使他们能够以更加阳光的心态来面对生活和学习。同时, 家校共育还能够帮助学生培养自身的情绪管理能力和自我认知能力。在家庭和学校的共同引导下, 学生可以综合了解自身的优点和不足, 时刻关注自己的情绪变化, 从而实现对情绪的控制, 以此来保持自身的冷静和理智。另外, 家长和教师作为学生两个主要生活场景中最多频次接触到的成年人, 能够在学生的心理状态发生变化的时候更加敏锐地察觉到, 通过家庭和学校的双向沟通, 双方可以共同分享学生当前阶段的心理状态和所面临的心理困境, 共同寻找产生问题的原因, 并能够将家庭和学校两个方面的培养计划和培养内容进行统一, 从而引导学生能够学会与他人合作与沟通, 并且有承担相应的责任和后果的勇气, 最终改变学生的心态, 帮助他们在未来能够更好地融入社会, 成为有担当、有责任感的人。

(三) 能够转变学生的思维方式, 提高合作性

心理健康教育并不只是涉及向学生传授心理健康知识或提供心理问题疏导技巧和方法, 更重要的是在于深入改变学生的思维方式和认知模式等内在因素。而学生的生活环境和学习环境也很

容易影响到这些内在因素的形成与发展,因此,要有效改变这些因素,离不开一个积极健康的家庭环境。作为学生成长的第一课堂,家庭的氛围、教育方式以及父母的态度等都会对学生的心理健康产生一定的影响。良好的家庭教育环境能够为学生提供情感支持并帮助他们建立正确的人生观和价值观,从而增强自我认知和情绪管理能力,这些能力对于应对学习和生活中的压力、挑战至关重要,也是学生健康成长的重要基础。而通过开展,家校共育的教育模式,能够通过加深学校与家长的紧密合作,及时发现和解决学生的心理健康状况中存在的问题。这种合作模式不仅有助于完善心理健康教育体系,还能让家长更加深入地了解孩子的内心世界,从而提供更加精准和有效的支持和帮助。

三、家校共育背景下的高中生心理健康教育路径分析

(一) 提高心理健康重要性认识,加大宣传力度

在对学生开展培养的过程中,家庭和学校的重点不应该只放在学生的学习成绩上,虽然对于高中生而言课业任务是十分重要的,但是只有让学生处在一个心理健康和轻松的氛围下,才能够保证他们有一个更高水平的学习能力,而在这种环境下,学生的学习成绩会自然而然地提高。因此,高中生心理健康状态应该受到家长和学校双方的同等重视,将教育的重点放在学生的综合能力、心理状态和情绪管理能力等方面的培养,为学生未来的发展打下坚实的基础。家庭方面需要主动承担起相应的教育责任,关注学生的日常生活以及心理需求;学校方面也应当充分认识到家庭教育的重要性,以及其在学生的成长过程中所承担的独特作用,将这一方面作为切入点开展更加适宜的教育模式。另外,要加大家校共育这一教育模式的宣传力度。教育部门需要不断大力推广家校共育的重要性,促进学校和家庭之间的合作与了解,不断宣传家校共育的心理教育模式的具体实施方式,提高家长和学校的认知程度,往后的教育展开做好铺垫。比如,相关教育部门可以组织由心理健康教育领域的专家和相关权威性较高的学者构成的团队,并由他们主导对学校的学生开展心理健康状态评估活动,综合整理最终的结果并形成直观的数据,从而精准识别出学生存在的各种心理问题,以支持教师和家长制定更加具有针对性的教育方法。另外,教育部门还需要发挥社会的育人功能,社会各界对于学生心理健康方面的关注和教育都应该得到加强,通过增强宣传力度有效提高社会对于这一方面的认知程度,从而为家校共育的展开营造出一个积极向上的社会氛围,保证学生未来的成长。

(二) 开展家校共育的相关活动,增强亲子关系

开展家校共育最重要的是相关的实践活动,通过实践活动能够加深学校与学生、家庭与学生之间的联系。因此,在不断提高学生对于自身心理健康水平认识的前提下,学校可以组织学生和家长都能够共同参与的活动,让他们在互相合作的过程中不断增加对于彼此的认识和了解程度,以此来帮助家长和学生建立一个更加亲密的亲子关系并建立一个良好的情感沟通机制,从而消除部分家庭之间存在的隔阂与阻碍,尽最大努力减少高中生会出现的心理健康问题。例如在遇到节日时,教师可以开展“包粽子,迎端午”的活动,引导参加活动的学生和家长共同参与包粽子的活动,并开展计时比赛,以同一时间内学生和家长共同完成的粽子数量为最终的比赛成果,数量最多的是第一名。通过这种形式的活动,能够非常直观地增强学生和家之间的互动,并且结合比赛还可以增强他们之间的荣誉感,从而进一步推动家庭关系的发展。另外,针对当前部分家长过分关注孩子考试成绩忽视孩子

心理需求的情况,学校可以积极进行调整,邀请家长参加旨在提升心理健康辅导技巧的培训活动及心理健康专家的专题讲座。通过这些活动,家长不仅能够逐步增强自身的心理健康教育知识与能力,还能在更加关注孩子心理需求的同时,学会如何有效地对孩子进行个性化的心理疏导,从而建立起更加和谐与健康的亲子关系。

(三) 不断丰富家校共育的模式,提升教育质量

在当前,家校合作中最主要的形式就是教师召开家长会。但是传统的家长会的开展流程通常都是由教师进行主导的,包括向各位家长展示学生在本阶段的学习状况和学习成果以及家长在未来一个阶段中需要注意的事项,家长处在一个被动接受的状态下,双方的交流与沟通不够深入,家长在教育中所面临的问题以及教师在教学中所遇到不同学生之间的问题也都没有解决,家校共育的教育作用并没有被充分发挥出来。另外,微信群、家访等形式也都只是起到了简单的沟通作用,并没有深度挖掘出学生的内容需要,对于学生的心理健康发展没有实质性的帮助。因此,在新一轮的家校共育过程中,家校双方需要共同探索新的教育模式,将合作方式进一步优化,提高双方工作的针对性和实用性。比如教师可以依据不同家长的接受程度来重新调整每一个学生家长的沟通情况和沟通内容,同时建立相应的学生心理健康档案,将学生每一个阶段的学习状况和心理情况进行记录并实时同步给家长,以此来和家长共同参与学生的培养计划,这一形式也能够保证及时对有问题学生进行干预和调整。

(四) 建立健全家校共育教学体系,提高家校配合度

一方面教师可以建立和家长专门的沟通渠道,比如家委会,通过家委会来向整个班级的家长进行沟通和交流,同时可以及时收取家长在日常教育过程中所产生的问题,以及及时给予指导和建议。教师需要定期召开家委会会议,鼓励各位家长对当前的心理健康教育发表意见,例如部分家长会针对学生的学习方法、人际关系和日常生活的态度等方面提出建议,教师需要进行统一整合,将家长所提出的内容形成一个完整的教育体系,从而全面地开展心理健康教育。另一方面,教师也可以利用现代化的信息手段来建立起一个学生和家共同参与线上心理疏导室,每一个疏导室都可以安排一名教师和一名家长共同担任疏导师,采取家长轮换制,在收到学生的线上求助时要及时给予支持和鼓励,同时也能让各位家长和教师了解到学生真实的心理问题,从而推动家校共同提高心理健康教育水平,给予学生一个积极向上的教育态度,使他们能够更加有勇气面向未来的生活。

四、结论

总的来看,家校共育对于高中生的心理健康教育有十分积极的推动作用。在转变家长和教师的观念,提高并丰富他们的教育方式等方面都能够产生很好的合作效用,为学生未来的发展保驾护航。

参考文献:

- [1] 邵春霞. 家校共育背景下的高中生心理健康教育分析 [J]. 好家长, 2024 (21): 6-8.
- [2] 刘俊杰. 家校共育促进高中生心理健康发展 [J]. 青春期健康, 2024, 22 (09): 86-87.
- [3] 陈振东. 家校共育构建高中生心理健康教育路径探索 [J]. 高考, 2023 (33): 162-164.