

心育融教学 关怀助成长

杨晓平

西安交通大学附属中学雁塔校区，陕西西安，中国

【摘要】在本文中，我们将深入探讨如何将心理健康教育与初中思想政治教学相结合，特别是针对那些患有抑郁症并且在同学中感到孤立无援的学生。我们旨在通过一系列实际案例，展示如何运用多种教学策略，全方位地关怀这些学生，帮助他们克服心理障碍，同时在学业上取得进步。本文的目的是为初中思政教育与心理健康教育的融合提供一些切实可行的实践参考，从而促进学生的心理健康发展和学业成就的双重提升。

【关键词】初中思政教学；心育融合；教育关怀

1. 引言

在初中教育阶段，学生的身心发展迅速且敏感。在这个关键时期，思政学科作为塑造学生价值观与思想道德的主阵地，融合心理健康教育显得尤为重要。思政课不仅仅是传授知识，更是培养学生正确世界观、人生观和价值观的重要途径。因此，将心理健康教育融入思政课程，能够更好地帮助学生应对成长中的各种挑战。

当面对抑郁且遭受同学躲避、家长限制提问的学生时，教师更需探索有效方法，在教学中给予关怀，助力学生健康成长。教师应当具备敏锐的观察力，及时发现学生的异常表现，并采取积极的措施进行干预。例如，教师可以通过课堂讨论、小组活动等方式，鼓励学生表达自己的情感和困惑，从而缓解他们的心理压力。同时，教师还可以与学校心理辅导老师合作，为学生提供专业的心理支持和指导^[1]。

此外，教师还可以通过家访、家长会等形式，与家长进行有效沟通，帮助他们理解孩子的心理需求，改变过于严格的教育方式。家长的支持和理解对于学生的心理健康至关重要。只有家庭和学校共同努力，才能为学生创造一个温馨、和谐的成长环境，助力他们健康成长^[2]。

2. 案例背景

在自己所负责的班级中，有这样一位特别的学生，他叫小阳，是一名初一年级的学生。在入校的第一周，小阳的家长就向我反映，孩子似乎存在一些抑郁的情绪。他们非常心疼自己的孩子，特别叮嘱我和其他科任老师，在上课时尽量不要提问他，作业也不要对他提出要求，以免增加孩子的心理负担。

面对这样的情况，我和其他科任老师都感到非常忐忑不安。确实，在课堂上，有些老师在提问时会刻意避开这个孩子，以免让他感到压力。同学们也似乎对这个同学有所回避，不愿与他过多接触。在思政课堂上，小阳总是沉默寡言，眼神游离，对课程内容表现出明显的疏离感。小组讨论时，其他同学会下意识地避开他，不愿与他进行合作和交流。课后，小阳也总是独自一人，没有朋友陪伴。

作为一名思政课教师，我深知落实立德树人根本任务是我们关键课程的重要职责。面对这样的情况，我不由得陷入深深的沉思，思考在这种情境下，我们该如何帮助小阳，如何在思政课上使心理健康教育与教学内容相结合，关怀并帮助学成长^[3]。

课程是育人的核心载体，思政课更是培养学生品德和心理健康的重要平台。为了帮助小阳，我采取了以下方法，并取得了一定的成效。

首先，我与小阳的家长进行了深入的沟通，了解了孩子的具体情况和家庭背景，以便更好地制定帮助计划。接着，我与其他科任老师和班主任一起，制定了一个全面的关怀计划，确保小阳在校园中感受到温暖和支持。

在课堂上，我尽量创造一个包容和理解的氛围，鼓励同学们接纳小阳，让他感受到集体的温暖。我也会在课堂上设计一些简单的互动环节，让小阳能够逐步参与到课堂讨论中来，但不会给他过多的压力。

此外，我还利用思政课的课程内容，穿插一些心理健康教育的知识，帮助同学们了解和认识心理健康的重要性，从而减少对小

阳的偏见和排斥。我还组织了一些小组合作的活动，让小阳有机会与其他同学合作，逐步建立友谊。

课后，我也会主动与小阳进行交流，了解他的兴趣爱好，鼓励他参加一些课外活动，如学校的兴趣小组或社团活动，让他在活动中找到自己的价值和归属感。

通过这些方法，小阳逐渐在课堂上变得更加活跃，眼神也不再游离，开始对课程内容表现出兴趣。同学们也开始接纳他，愿意与他交流合作。课后，他也开始有了朋友，不再总是独自一人。看到小阳的变化，我感到非常欣慰，也更加坚信，通过我们的共同努力，可以帮助更多的学生健康成长。

3. 心育融入思政教学的实践过程

3.1 建立专属沟通渠道，给予私密关怀

在教学过程中，我特别关注到小阳的特殊情况，同时也理解到家长对他成长的担忧。因此，我没有选择在课堂上直接对他进行特别的关注，以免给他带来不必要的压力和困扰。相反，我采取了一种更为私密和贴心的方式，通过课后纸条交流，与他建立起了一条专属的沟通渠道。

在这些纸条上，我会以轻松而友好的方式询问他对于当天思政课某个知识点的理解和感受。例如，在学习了“诚实守信”这一主题后，我通过纸条向他提问：“你在日常生活中有没有遇到过与诚信相关的事情呢？如果有，可以和老师分享一下你的看法和感受。”这样的交流方式既保护了他的隐私，又让他能够在一个相对安全的环境中表达自己的想法。

此外，我还会在纸条上分享一些有趣的思政相关小故事，以此激发他对课程内容的兴趣和思考。通过这种方式，小阳逐渐打开心扉，开始愿意与我分享他的内心世界。有一次，他在纸条上倾诉了自己因为同学们的躲避而产生的难过和自卑感。我认真地阅读了他的纸条，并在回复中给予他充分的理解和安慰，让他感受到被尊重和关心。

通过这种私密的交流，小阳逐渐变得更加自信和开朗。他开始在课堂上主动发言，积极参与讨论，学习成绩也有了明显的提升。看到他的进步，我感到非常欣慰，也更加坚信这种沟通方式的有效性。通过纸条交流，我们不仅建立了良好的师生关系，也为小阳的成长提供了更多的支持和帮助。

3.2 设计个性化学习任务，增强自我价值感

在进行思想政治教育的教学过程中，我充分考虑了小阳的学习能力和他个人的兴趣爱好，为他量身定制了一系列具有个性化的学习任务。例如，在进行“文化遗产”这一单元的教学时，我通过观察和交流了解到小阳对本地的民间艺术有着浓厚的兴趣，特别是对本地的传统剪纸艺术表现出极大的好奇心。于是，我决定让他独立承担一项任务，即完成一份关于本地传统剪纸艺术的调研报告，并在班级的文化角进行展示。

在小阳着手进行报告的过程中，我并没有直接介入，而是通过传递纸条的方式，在课后与他进行简短的交流，为他提供必要的指导和建议。我尽量保持这种交流方式的轻松和非正式，以便让他在轻松的氛围中获得帮助，同时又不会感到压力过大。

当小阳的报告最终完成，并在班级文化角进行展示时，我特别组织了一次班级参观活动。我鼓励同学们积极参与，对小阳的报告提出问题和看法。在参观过程中，同学们对小阳的报告表现出了浓厚的兴趣，纷纷提出各种问题，而小阳则尽力回答每一个问题。

尽管在介绍过程中，小阳的声音有些微弱，但他的眼神中闪烁着自信的光芒，可以看出他对自己的成果感到自豪。这次经历不仅让小阳在思政学习中找到了成就感，更重要的是，它极大地提升了他的自我价值感。通过这次任务，小阳不仅学到了关于本地传统剪纸艺术的知识，更重要的是，他学会了如何独立完成任务，如何在公众面前表达自己的观点，以及如何在面对问题时保持自信和积极的态度。这些收获无疑将对他未来的学习和生活产生深远的影响。

3.3 组织班级主题活动，促进关系破冰

为了促进小阳与同学们之间的友好关系，我特意策划了一场以“友善待人”为核心主题的思政实践活动。在这次活动中，我精心设计了多个富有合作精神的小游戏以及充满分享氛围的环节。在分组过程中，我巧妙地将小阳与几位性格温和、友善的同学安排在同一组，并且在活动开始前与这些同学进行了深入的沟通，希望他们能够积极主动地与小阳进行互动和交流。

在活动的一个特别环节——“优点大轰炸”中，每个同学都需要向组内的其他同学表达他们的优点和长处。当轮到小阳时，同学们争先恐后地夸赞他细心、有耐心等优点，这让小阳感到非常感动和温暖。通过这次活

动,小阳与同学们之间的关系逐渐得到了改善,同学们开始重新认识他,不再像以前那样躲避他,而是逐渐接纳和理解他。这样的变化不仅让小阳感到欣慰,也让整个班级的氛围变得更加和谐友好。

3.4 与家长保持沟通,调整教育共识

在整个教育和成长的过程中,我始终与小阳的家长保持着非常紧密和频繁的沟通。我会定期向家长汇报和反馈小阳在学校的各种积极变化,包括他在学习、行为和社交方面的进步,同时也积极了解他在家庭中的表现和情况。我详细地向家长解释了适度的课堂参与和积极的社交互动对小阳心理健康和整体发展的积极影响,帮助他们逐渐改变了一些传统的教育观念。

通过不断的沟通和解释,家长开始意识到积极参与学校活动的重要性,并开始鼓励小阳更加主动地参与学校的各类活动。同时,家长也在家中给予小阳更多的自主成长的空间,不再过分干涉他的个人兴趣和选择。通过这种家校合作的方式,我们共同努力为小阳营造了一个更加健康、和谐的成长环境,让他能够在学校和家庭的双重支持下,更好地发展自己的潜力和特长。

4. 案例成效

经过一段时间的不懈努力,小阳展现出了令人欣喜的变化。在思政课堂上,他不再像以前那样沉默寡言,而是开始积极主动地举手回答问题,表现出对思政学习的浓厚兴趣和热情。他的成绩也有了显著的提高,进步非常明显。在人际关系方面,小阳与同学们相处得非常融洽,他结识了一些志同道合的好朋友,脸上时常洋溢着幸福的笑容。曾经困扰他的抑郁情绪得到了极大的缓解,他重新融入了集体生活,不仅在心理上得到了成长,学业上也取得了显著的进步。他的变化不仅体现在学习成绩上,更重要的是他在心理和社交方面都实现了双重的成长,变得更加自信和开朗。

5. 理论分析

5.1 尊重与理解理论

尊重与理解是构建和谐师生关系的基石,这一点在教育过程中显得尤为重要。通过采用纸条交流这种私密而贴心的方式,教师充分考虑了小阳的心理状态和家长的担忧,确保了小阳能够在没有压力的环境中与老师进行沟通。这种方式不仅满足了小阳渴望被尊重的心理需求,还为后续的教育引导工作打

下了坚实的信任基础。通过这种细致入微的关怀,师生之间的关系得以逐步建立,为双方的互动和成长创造了有利条件^[4]。

纸条交流的方式为师生提供了一个相对私密的空间,使得小阳能够更加自由地表达自己的想法和感受。教师通过这种方式,不仅能够更好地了解小阳的内心世界,还能够及时发现和解决他在学习和生活中遇到的问题。这种交流方式不仅让小阳感到被重视和理解,还增强了他对教师的信任感,从而为双方建立更深层次的沟通打下了坚实的基础。

同时,纸条交流也为家长提供了一个了解孩子在学校情况的途径。家长可以通过纸条了解到教师对孩子的关心和指导,从而减少他们的担忧和焦虑。这种三方的互动不仅有助于形成一个支持性的教育环境,还能够促进家长与教师之间的合作,共同为孩子的成长和发展提供更好的支持。

总之,通过纸条交流这种私密而贴心的方式,教师不仅能够更好地理解和支持小阳,还能够与家长建立起良好的合作关系。这种尊重与理解的氛围为师生关系的和谐发展奠定了坚实的基础,为双方的互动和成长创造了有利条件。

5.2 自我效能感理论

为了帮助小阳更好地发展自己的潜力,我们为他量身定制了一系列个性化的学习任务。这些任务充分考虑了他在特定领域的兴趣和优势,使他能够在这些领域中充分发挥自己的才能。通过这些任务的完成,小阳不仅在学业上取得了显著的进步,还获得了巨大的成就感。这种成就感进一步增强了他的自我效能感,即对自己能力的信心。

这种自我效能感的提升不仅对小阳在思政学科上的学习产生了积极的影响,还对他整体的自信心和心理健康带来了显著的正面效应。他变得更加自信,相信自己能够应对各种挑战和困难。这种积极的心态不仅在学习上表现出来,也在日常生活中得到了体现。小阳变得更加乐观,能够更好地处理人际关系和应对压力,从而在心理上变得更加健康和稳定。

5.3 群体动力学理论

在开展班级主题活动中,教师可以巧妙地运用群体动力学的原理,通过创造一个充满活力和积极氛围的环境,鼓励学生们进行合作和互动。这样的活动不仅能够促进学生们之间的交流,还能帮助那些曾经被边缘化

或孤立的学生重新融入集体。例如，小阳在一段时间内因为某些原因与同学们疏远了，但在这样的活动中，同学们展现出了友善的态度和积极的反馈，这极大地改变了小阳在群体中的地位。通过同学们的接纳和支持，小阳逐渐恢复了自信，与同学们的关系也得到了显著的改善。这种积极的群体互动不仅有利于小阳的心理健康发展，还能够增强整个班级的凝聚力。

在初中思政教学的过程中，融入心理健康教育（心育）是非常重要的。对于那些表现出抑郁情绪的学生，教师需要给予全方位的关怀和支持。这不仅有助于帮助他们走出心理困境，还能促进他们的全面发展。教师应当善于运用多样化的教学策略，结合心理学的理论，从学生的心理需求出发，设计出符合他们实际需求的教学内容。同时，教师还需要加强与家长的合作，共同关注学生的心理健康。

通过建立有效的沟通渠道，教师可以更

好地了解学生的内心世界，及时发现和解决他们的问题。此外，设计个性化的任务和组织丰富多彩的班级活动，不仅能够激发学生的学习兴趣，还能为他们创造一个充满关怀与支持的学习环境。在这样的环境中，思政教学不再仅仅是传授知识，更是成为学生心灵成长的助力。通过这样的教学方式，我们能够培养出更多积极向上、身心健康的新时代青少年，使他们成为社会的栋梁之才。

参考文献

- [1]朱炎皇.以美润心，用心育美[N].长沙晚报,2025-04-26(002)
- [2]张震,周娟.以心育心共筑心理健康教育新生态[N].郑州日报,2025-04-24(009).
- [3]薛志华.深耕心育创特色，护航心灵助成长[J].心系下一代,2025,(04):32-33.
- [4]李勤.“特殊”心育出“普通”花[N].中国教师报,2025-04-09(005).