

# 推进心理健康教育 提高课堂教学实效性

◆北京教育学院石景山分院 张景芳

我区教委领导十分重视心理健康教育工作，成立了“德育心理研究中心”（以下简称“中心”）。目前，有专职教师5人，兼职教师10人，归属于北京市石景山分院，与教委德育安全保卫科共同负责制定全区德育心理工作规划、相关制度，并对贯彻落实的情况进行检查指导。中心成立以来，开展了全区德育心理队伍的培训、相关理论研究、课题管理与指导、面向基层学校服务等工作。

中心坚持与我区教育教学改革同步，为我区教育教学服务。近年来，我区针对提高课堂教学实效性开展了一系列的研究，中心提出整合区域优质心理教师资源，构建区域心理服务机构，大力推进心理健康教育的构想。实践证明，以下做法有利于提高课堂教学的实效性。

## 一、加强调查研究，促进教学质量的提高

中心十分重视教学研究在提高教学质量、推进教学改革实践中的作用，结合实际情况，制定具体措施。中心在“十一五”期间直接主持承担的区级以上课题有11个。如我们进行了“中学生心理健康教育现状”、“中小学教师心理健康现状”、“影响课堂教学主要因素”等调查，结果均显示师生关系是影响教育教学效果的一个重要因素。为此，我们围绕改善师生关系，面对教师、学生开展了“构建和谐师生关系，共享和谐幸福生活”的讲座、征文等活动。

## 二、扩大教师培训，提升教师素质

我区要求学校每学期对教师心理健康教育校本培训不少于两次，中心可以针对学校的需求选派人员或协助学校外请专家下校服务，据不完全统计每年中心人员直接下校的教师讲座超过10场。

开办班主任培训。我区3年来举办了6期班主任培训，培训结业人员近500人，每个培训班都开设了有关心理健康教育的内容。

联合首都师范大学和中国红十字学会，举办了两期“YTL当代青少年教育”培训班，获得结业证书的达

300人。

另外，开设了多种形式的心理健康专题培训。每次培训后，我们都会让学员写感受体会。在此，让我们用一位教师在培训后写下的一首诗来表达学员的学习收获：

“我幸运，走进了心理健康教师培训的大门；  
我快乐，此次培训让我收获很多；  
我庆幸，儿子的童心没有被我抹杀；  
我激动，终于走出了过去的阴影；  
我自豪，重新步入了新的征程。  
我要用我有限的知识，充实每个孩子；  
用我炽热的心灵，影响每个孩子；  
用我微薄的力量，挽救边缘的孩子；  
用我短暂的一生，照亮那迷茫的路程！”

学员们通过培训，提高了对心理健康教育工作的认识，掌握了心理学基本理论，提升了专业技能。许多学员边学习，边把学到的内容运用到教育教学中去。

## 三、开展心理研修，促进心理教师专业成长

目前，开展心理研修活动已形成制度，每周二上午是固定的活动时间，参加人员由起初的6名教师到现在相对稳定的30名中小学教师队伍。通过研修活动，提高了教师教学设计的能力、个别学生心理辅导能力、讲座和团体辅导能力，以及良好的沟通能力。

心理辅导课内容包括对于学生的学习、自我成长与发展、人际交往与沟通、职业生涯规划等方面，帮助学生在学好各门功课的同时认识自我、发展自我、完善自我，进一步提高了课堂教学的实效性，使学生整体素质得到提升。个别心理辅导，帮助学生走出阴影、困惑，以更高的热情、更好的方法学习。

为了大力推进心理健康教育，我区还采取了一系列的措施，如一年一度的班级心理辅导大赛和心理健康教育成果评比，两年一次的心理健康示范校评比等。随着心理健康教育的推进，师生工作学习的自觉性、主动性、幸福感、成就感都在不断提高。□