

在初中地理教学中渗透心理健康教育

梁莹莹

包头师范学院 资源与环境学院

DOI:10.32629/er.v3i8.3052

[摘要] 学生心理健康教育是教育部基础教育的重要目标之一,在地理教学中渗透学生心理健康教育可以帮助学生能够正确认识自我、激发学习兴趣、缓解学业压力,具有提高学生学习效率的重要意义。本文从地理教学设计的环节与地理课堂的两个角度,利用知网上面搜到的多位教师设计的“多变的天气”优秀教学案例进行分析,提出如何在地理教学中渗透心理健康教育。并指出地理教师在地理课堂上渗透心理健康教育充当的重要角色,提出对地理教师的要求。为教师在地理教学中出现的问题提供教学参考。

[关键词] 初中地理; 地理教学; 心理健康教育

中图分类号: B84 **文献标识码:** A

教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》中指出:“在学科教学,各项教育活动,班主任工作中,都应注重对学生心理健康的教育。”由此可见,在地理教学中渗透心理健康教育可以提高学生的心理健康意识,解决学生在学习中出现的问题,调节学生心理状态,帮助学生建立自信,形成健全的人格,有效地改善学习效果。

1 在初中地理教学中渗透心理健康教育的意义

1.1 在初中地理教学中渗透心理健康教育有助于培养学生健全的性格品质

根据有关调查显示,初中生们的心理健康状况并不乐观,在初中生当中有15%-20%的学生有心理问题。而根据MHT(即心理健康诊断测验:按个体焦虑所指向的对象和由焦虑情绪而产生的行为两个方面进行测定)得分显示当前有9.09%的学生存在较为严重的心理健康问题。认知结构发展阶段的理论认为,初中阶段的学生正处于形式运算阶段,思维能力由感性走向理性的成熟。学生的自主意识加强并开始尝试自己独立解决问题,渴望脱离被控制的状态,希望拥有个人的独立空间。但内心依然较为脆弱,需要外界的支持和鼓励,思想和行为容易受到社会的影响。这一阶段的学生

由于生理的变化带来心理的巨大变化,进入青春期初期后的学生的心理更加敏感,自尊心很强。初中生的心理特征,在受到外部因素的影响时经常产生诸多问题。在地理教学中渗透心理健康教育,教师利用课堂实践,帮助学生充分了解自己、认识自己,培养学生解决问题的能力,完善学生个性品质发展。

1.2 在初中地理教学中渗透心理健康教育有助于激发学生学习动机、增强学生学习兴趣

根据调查的数据显示,有37.6%的学生对地理学科特别感兴趣,51%的学生对地理学科比较感兴趣,这说明绝大多数学生还是非常喜欢地理学科的。由此看出,教师的教学方法、授课方式、课堂气氛与教师风格影响着学生的学习动机。在学生自主完成探究任务的地理实践课堂中,学生表现为极大的成就感和学习的幸福感,如马斯洛的描述:自我实现者以敬畏、志趣和愉悦的心情体验生活中的事件。无一例外,自我实现者总是致力于他所投入的工作、任务及学习之中。最后形成“动机与成就”的良性循环。因此,在地理教学中渗透心理健康教育可以激发学生的学习动机、增强学生的学习兴趣、提高学生体验生活和学习的幸福能力。

1.3 在初中地理教学中渗透心理健康教育有助于缓解学生的学习压力

在传统的教育中成绩与升学的要求,导致初中生们的压力和学习强度越来越大,初中生的心理和知识不够成熟的前提下经常出现“迷茫”状态,在学习过程中出现缺乏学习意识、考试焦虑、厌学、注意力不集中等一系列的学习障碍。在学科教学中渗透的心理健康教育,让学生在知识学习和知识应用的层面上,不断按照合理化的模式锻炼,学生通过参与思考与解决问题的过程,其思维的理性认识得到提高,能够树立正确的人生观、价值观和世界观。正确对待生活学习中的消极情绪和非理性认识。同时地理教师在教学中及时发现学生的问题,纠正学生出现的偏差,帮助学生从根本上优化自己情绪。所以在地理教学中渗透心理健康教育有助于缓解学生的学习压力、提高地理课堂的教学效果,起到促进初中生的全面健康发展的作用。

2 心理健康教育在地理教学中的渗透

2.1 利用地理学科特点渗透心理健康教育

地理学科的特点是对地理事物及地理现象的经验总结,在学生学习地理的过程中切忌违背地理学科的学科素养,

将地理知识与现实现象相脱离。地理学科研究事物的本质是在地理现象的基础之上,站在了人与地的关系角度来思考问题,研究过程中的观察过程是区域综合的,思考过程是综合性思维的。它的核心特点是发展。在课堂教学中让学生清晰地认识到地理现象是发展的,明白哲学层面上事物的发展规律。让学生从发展角度来认识事物,进而认识自我发展的特征。例如人口这一章节的学习中,在20世纪我国针对人口增长过快的问题提出了“计划生育”政策,随着社会的进步,人口过多问题转变为如何增加人口数量的问题。通过这部分学习,让学生充分明白战略决策会随着时代发展及认识的不断深入发生转变。进而引导学生在成长过程中,学生因随着个人知识的增加和认知的深入,能够认识到事物的本质,进而理性思考,解决在学习和生活中遇到的问题。

2.2在地理教学设计中渗透心理健康教育

2.2.1在地理教学目标中渗透心理健康教育

教师制定教学目标首先要考虑的是学生心理发展的年龄特点,考虑学生的整体性和个体的差异性特点。教学的目的是让学生在学习过程中能够清晰认识到所学的新知,同时掌握科学有效的学习方法,培养学生树立正确的学习态度。例如在案例教学中制定教学目标强调学生的主动参与为中心的合作学习。在制定教学目标时心理健康教育通过训练学生获取地理信息的能力和和处理信息的能力,体现在学生经历“探索与研究”的完整过程。达到以“学习对终身发展有用的地理”的教育目标理念。

地理教学目标主导整个教学,是教学行为所要达到的最终目的,如果在教学目标中缺失了渗透心理健康教育的部分,也很难在教学中体现地理教学的育人价值。如何在教学目标中渗透心理健康教育,本文通过分析不同教师在初中地理“多变的天气”这一节课教学设计的优点,选取福建师范大学地理科学学院的谢慧婷教师设计的教学目标说明教

学中如何体现心理健康教育。

谢慧婷教师设计的初中地理“多变的天气”的教学设计中,对学生心理健康的渗透的教学目标体现在情感态度与价值观上面,即“(1)学生能主动观察,发现身边的地理现象、地理知识,初步建立起地理知识来源于生活、服务于生活的正确认识。(2)培养人类活动与自然相和谐的观念,热爱自然,减少污染。”在该教学目标中提到重要的地方是培养学生观察和发现的能力,通过地理学科独特的空间和生态视角来发现身边的地理事物,地理现象,提升学生的自我发展的认识。这种慢慢培养而来的对生活热爱的情趣,是培养学生积极的健康心理的重要途径。能够让学生体会到发现美、欣赏美的乐趣,让学生认识到不断变化着的世界,培养学生形成做出合理决策和实现自己的意愿的能力,实现地理学科的育人价值。

2.2.2选择适当的教学内容渗透心理健康教育

现在的教育中,城市孩子缺乏对大自然地体验,更缺乏对自然现象、自然过程的感知和理解,而地理学科反映的是生活现象。所以在地理教学内容选择上面地理教师要认真选择,教学内容中情境的选择要求具有观察性和实用性。同时地理内容的选择除了要符合学生发展的年龄特征,又要符合时代发展的需求。选择时代特征材料和最新的地理现象,有利于激发学生对地理知识学习的好奇心。例如在新冠疫情下,利用疫情地图来讲解人口流动速度、交通、经济等的地理教学,引导学生思考。在学生解决时代的问题后,自我产生良好的成就感,利于建立起自信心。还是以“多变的天气”一节为例,选取辽宁省沈阳市第十九中学的刘佳教师设计的教学设计,说明教学内容对学生产生的影响。刘佳教师的教学设计中使用“出去秋游,应该穿什么衣服”导课,考虑教师的地点,辽宁省的季节是四季分明的,问题发出后,学生能够感受到直观的情境。在设计中,提出武汉暴雨案例引导学生讨论天气影响,最后又以秋游情境中天气变化来引

导课程的过渡和结尾。让学生从情境中体会到天气的变化,让学生深刻的认识自然,遇事不悲观,形成发展的思维。在同一节课中上海市亭新中学杨华教师设计是利用其上海的天气特点,而该课的讲解时间大约为每年四月,此时上海天气多变且多雨,杨华教师利用教学内容的直观性和可观察性,抛出“如何描述现在的天气状况,那早上的天气状况呢?昨天放学时的天气状况呢?”这个问题,让学生讨论作答,根据其课堂实录显示,学生表现极为活跃。从这些案例可知,地理材料的选择乡土地理,便于学生观察的学习特点,必定收获学生学习的积极热情。在学生的参与学习的过程中,很多心理问题可以迎刃而解,学生心理得到自主发展。正如叶澜教授所认为发展是一种开放的生成性的动态过程。

2.2.3在地理教学中选择适当教学模式渗透心理健康教育

教学模式一般采用学生为中心的教学,既能体现新课标的要求,又能反映学生的心理特征。在教学模式中多选用小组合作的学习模式,促进初中生融入集体的方式来培养学生的集体荣誉感。融入集体被看作是学生成长最好的手段,学生在初中生阶段往往追求个性化,行为表现为特立独行。教师面对这种情况,利用课堂促进学生合作学习,培养集体荣誉感,加速学生的个性成熟,解决初中生的人际关系问题,提升自我价值的认同。

以杨华教师设计的“多变的天气”行为体验式教学为例,说明地理教学中选择适当教学模式渗透心理健康教育。该课设计使用的教学模式是体验式教学模式,体验式教学模式是以建构主义学习观为基础,重在学生地体验和经历,优点是关注学生实践的过程。在其教学实录中共创设了五个行为体验式的学习活动,第一个环节时导入提问,学生在回答问题时略显拘谨;第二个环节描述上海天气状况,学生参与度明显提高;第三个环节时的小组合作,扮演不同职业角色在天气变化后的任务,学生参与度积极

活跃,第四个环节是“画一画”学生自主画出天气的符号;第五个环节选取不同城市匹配天气符号,预报天气。此环节学生表现为积极参与挑战的热情。在授课的五个环节中完整呈现:感知(模糊体验)——掌握知识、理解知识(具体经验)——内化(升华体验)三个体验式要素的过程。这种体验式教学模式能够体现以学生为中心的教学理念,学生在学习过程中是主动体验的,在整个学习过程中培养核心素养能力,完成了教师和学生对世界的意义进行合作性建构。从教学实录中反馈的学生的态度,看出学生在感知情境后,学习态度明显提高,最后到踊跃参加挑战。学生学习的兴趣和参与集体活动效果显著。所以选择一个适当的教学模式,可以培养学生积极心理的学习心理。

2.3在课堂教学中渗透心理健康教育

地理课堂是渗透心理健康教育的落脚点,是在地理教学中渗透心理健康教育的实践环节。通过现代认知心理学理论和实验证实:学生有效地学习是在学生积极主动地参与下发生的。通过学生感知学校气氛对学习倦怠的影响模型的得知学习压力越大,师生关系越紧张,个体越容易身心倦怠。学生的积极主动学习首先要具备的要素就是一个和谐民主的学习氛围,所以课堂中教师要善于优化课堂的心理环境,营造和谐的课堂情境,使学生能够在一个轻松愉悦的气氛中学习,以充分调动学生学习的主动性和参与的积极性,来发挥学生的主体作用,实现学生的自主学习,提高学业水平的目的。

在杨华教师设计的“多变的天气”行为体验式教学实录中,详细描述了课堂气氛变化的整个过程。教师在课堂中充分发挥教师主导作用,在整个教学环节,教师控制课堂秩序的同时规划学生的讨论时间,把握学生讨论的主要方向。此教学实录主要记录每个阶段教师任务和学生反馈的成果。没有教师的具体语言,所以在每个环节中笔者加入自己的观点的意见以说明在课堂中渗透心理健

康教育的主要方法。

第一环节:导课“说一说你印象中最深刻的一次天气状况并说明理由。”留给学生3分钟发言里面学生表现拘谨,教师积极引导,活跃课堂气氛。教师在此环节可生动讲述自己遇到的故事,如突遇雨、雪或大风等故事。注意在讲故事的过程中语言生动形象,通俗有趣。

第二环节:“描述天气状况”。与生活联系紧密,在课堂气氛良好的状态下学生发言积极,教师的任务转而带领学生总结。这一部分调动学生的积极性,鼓励学生创新和想象。同时教师要表现出期待,在语言上可经常以“很好”“观察很详细”“你很会动脑筋”等语言赞扬学生。不轻易否定,以免挫伤学生的自尊心和自信心。

第三环节:角色扮演,扮演不同职业受到天气的影响。学生明显表现为极大的兴趣,教师的任务除了帮助学生总结知识外,教师需要控制管理好课堂秩序。要允许学生和教师争论,鼓励他们大胆质疑表达自己的观点,教师在提问过程中可以用“你说呢?”“再想想?”“你的观点呢?”“你认为呢?”“你的看法呢?”“还有不同的想法吗?”等。

第四环节:属于巩固知识,课堂较为安静。所以在最后一个环节中,教师引导学生积极参与比赛。

总之,在地理课堂上地理教师主要控制课堂的发展方向,轻松愉悦的课堂气氛有利于学生接受到教师在课堂上通过言语和眼神传递的教师期望。同时,地理课堂实施的每个环节的顺利进行与地理教学设计息息相关,在设计中渗透了心理健康教育,在课堂实施中就能够更好地把握课堂上渗透心理健康教育的时机,就能够创设和谐愉悦的课堂气氛,提高学生的学习效率、培养学生积极的学习兴趣。

2.4地理教师在教学中渗透心理健康教育的要求

教师主导课堂的全部环节,在课堂中渗透心理健康教育教师发挥主导的作用。教师在课堂教学中切忌以教育者自居压迫学生的学习。一个能够在课堂

中渗透心理健康教育的教师应具备以下要求:

2.4.1不断更新教学观念,改善师生关系

教师要有现代的教学观念,在教学中建立和谐、民主、互动的课堂气氛,以信任、尊重和热爱的激情去调动学生自身潜能,使其获得自主发展。根据调查发现“初中生心理健康与师生关系显著正相关”,由此可以看出,教师是教育理念的载体,教师决定着课堂中渗透心理健康教育的成败。良好的师生关系可以帮助学生疏导学业压力,缓解个体的学习倦怠,及时解决学生的心理困惑。

2.4.2师生互动和谐,教师评价及时

初中生心理的一个特点是自主性强,强烈希望能够表达自己的观点,希望自己解决问题,同时表现为极强的自尊心。这就要求教师能够与学生多进行沟通,多倾听学生内心的想法,尊重学生的自尊。师生和谐互动应该以基本的“尊师爱生”为前提进行,教师充满热爱和耐心来对待学生,学生应该保持着对教师的尊重。在师生互动交流后,教师要注意评价的及时。正面积积极的评价可以帮助学生获得自信。而这种自信的来源于属于社会性支持的。

2.4.3维护师生关系稳定,掌握必备的心理辅导技能

课堂是发现问题上最直接的方式,教师能够直接接触学生,在互动的过程中教师通过观察学生反映,发现很多学生出现的心理问题。所以地理教师要了解初中生的心理问题及心理品质的发展规律,能够观察学生评估学生的发展水平,了解心理辅导的一般过程,做到及时预防、辅导和补救的能力。当学生遇到困难和挫折时,更愿意主动向熟悉的且具备心理辅导技能的教师寻求帮助,可以及时舒缓心理压力,面对问题并解决问题。

2.4.4发挥教师的引导作用,促进学生心理健康与学业水平共同发展

在师生关系上面教师积极努力起到关键的作用,针对初中生的心理状态独立性增强但心灵较为脆弱,思维发展快

速但易出现逆反心理的特点。教师必须起到学生发展的桥梁作用。例如在地理研学旅行的课程学习中,通过研学旅行的实践,发挥学生的特长,教师通过为不同成绩的学生安排合适的任务,让学生们在实践活动中体验解决问题的过程,学生不仅能够学会新知,还能够从处理问题中满足心理发展的需要,得到来自社会支持的自信和认可。同时,教师要注意在批评指正学生的错误时避免使用过激的词语,强行说教。

初中生的知识体系偏向于记忆偏多。这是由于初中生的思维能力刚刚开始发展,教师在引导学生的时候不能以成绩论成败,应当对所有学生一视同仁,不让优等生产生虚荣感,也不让“学困生”过于自卑。

3 结语

总而言之,心理健康教育在地理教育中是必不可少的。初中地理教师在地理教学上面应该在讲解地理学科知识的同时,有效的渗透心理健康教育。从教学设计开始考虑初中生的心理特征,在课堂上认真落实,让学生积极主动参与教学的全过程及各个环节。本文通过分析不同教师设计“多变的天气”一节的教学设计案例的优点,提出如何在地理教学中渗透心理健康教育和实施方法。这要求地理教师要充分认识心理健康教育与学生学业的共同促进作用,重视提升教师的品质。在落实过程中,教师应具有正确建立和改善师生关系的能力,正确评价学生,不以成绩的优异论学生的好坏。另外,教师期望效应对

学生产生积极的心理作用,及时发现学生的进步和肯定学生的成绩,可以提升学生学习效能感,降低学习倦怠感。从而达到提升学生学业水平的效果。最终达到学生学业水平和学生的身心健康双赢的结果。

【参考文献】

[1]教育部.关于加强中小学心理健康教育的若干意见[J].人民教育,1999,(11):9-10.

[2]李录霞.在初中生物课堂教学中有效渗透心理健康教育的研究[J].课程教育研究,2020,(04):160.

[3]胡安阳,王祈然.初中生心理健康及其与师生关系的相关性研究[J].教育测量与评价(理论版),2016,(04):36-41+51.

[4]李飞.初中地理课堂学生心理状态调查分析[J].地理教育,2013,(Z2):104-105.

[5]谢慧婷.“多变的天气”教学设计[J].科学咨询(教育科研),2020,(01):160.

[6]杨华.“多变的天气”——行为体验式教学实录[J].教育实践与研究(B),2017,(10):43-46.

[7]张蓉.体验式教学模式浅析[J].四川教育学院学报,2006,(06):63-64.

[8]吴艳,戴晓阳,温忠麟,等.学校气氛对初中生学习倦怠的影响[J].中国临床心理学杂志,2012,20(03):404-406.

[9]张静.浅谈初中生的心理健康问题[J].中国校外教育,2015,(15):17.

[10]李荣英,李娜.浅析初中生心理健康教育问题[J].青少年学刊,2019,(05):33-37.

[11]李梓.初中学生心理辅导的方法

与技巧[J].华夏教师,2019,(04):74-75.

[12]罗世兰,张大均,潘彦谷.初中生心理素质与应对方式的关系[J].教育科学论坛,2016,(02):9-14.

[13]李媛.初中生感知学校气氛、心理弹性与学习倦怠的关系研究[D].河北师范大学,2016.

[14]李飞.初中地理课堂学生心理状态调查分析[J].地理教育,2013,(Z2):104-105.

[15]连晋,冯忠跃.生动、开放、创新的地理课堂探索——以“气候与人类活动”为例[J].中学地理教学参考,2014,(17):58-59.

[16]付敏.初中生地理学习方式调查与优化研究[D].内蒙古师范大学,2016.

[17]张学利.谈初中生地理学习兴趣的培养[J].中学地理教学参考,2020,(S1):14-15.

[18]董叶.谈课堂气氛的营造艺术[J].甘肃教育,2020,(05):156.

[19]张云飞.浅析初中数学教学中营造良好课堂气氛的方法[J].中国校外教育,2020,(02):105-106.

[20]唐雁英.浅谈初中生地理学习兴趣的培养策略[J].地理教育,2019,(S1):16-17.

[21]刘佳.“多变的天气”教学设计[J].中学地理教学参考,2019,(07):44-47.

作者简介:

梁莹莹(1987--),女,蒙古族,内蒙古包头人,研究生,2019级在读研究生,研究方向:学科教学(地理)。