

# 家校合作背景下的高中心理健康教育

沈锦艳

在当前的高中学校教育中，学生的心理健康教育一直是非常重要的教育内容，学校要建立高中生心理状态的监测机制，让高中生保持健康乐观的心理状态，这对于高中生的发展非常重要。同时，在进行高中生心理健康教育的过程中，学生家庭是不容忽视的重要存在，学校要和学生家长在家校合作机制的引导下就高中生心理健康教育方式进行深入探讨，让学校和学生家长为学生的好心理状态保驾护航。

## 一、家校合作背景下高中生心理健康教育方式存在的问题

当前的高中生心理健康教育方面存在较多问题，从家校合作的角度出发可以归纳为三个方面。

第一，部分学校对于高中生的心理健康教育没有给予足够的重视，导致高中生心理健康教育方面存在家校合作的缺失。部分高中学校将主要精力和时间放在了文化学科教学上，忽视了学生的心理健康

教育。部分学校虽然开设了心理健康教育方面的课程，安排了心理健康教育方面的教师，但是在实际的教学过程中并没有足够关注学生的心理状态。同时，学校对于学生心理健康教育的不重视还体现在家校合作缺失，部分学校和学生家长交流的内容基本都是学生的学习成绩和校内表现，学校和学生家长把更多的关注点放在了学生的学习成绩上，导致了对学生心理状态的忽视。

第二，部分学校和家长对于高中生心理健康教育的方式是错误



**摘要:** 高中阶段是人一生发展过程中非常关键的阶段, 人在这个阶段心智趋于成熟, 心理状态稳定性较差, 需要在不断碰撞的过程中锻炼成熟的心智。因此, 高中阶段的学生心理健康教育对其发展非常重要, 学校要联合学生家长共同为学生构建心理庇护所, 为高中生的发展保驾护航。

**关键词:** 家校合作; 高中; 心理健康教育

的。近年来, 越来越多的高中生因为各种各样的心理问题出现学习上的问题, 甚至无法正常地完成高中学业, 这和学校与家长对待高中生心理问题的态度有着密切的关系。在部分教师和学生家长心中, 对于学生心理状态的关心可有可无, 他们更关心学生的学习成绩, 因此当学生出现了不健康心理状态导致的异常行为时, 部分教师和学生家长更多的是给予指责和纠正, 很少有教师和家长真正关心学生的心理状态。不正确的心理健康教育方式会导致学生原有的心理问题越来越严重, 这对于学生的成长是非常不利的。

第三, 部分学生对于心理问题没有正确的认识。在当前的高中教育中, 关于心理健康教育的课程较少, 即使学生学习了心理健康教育相关的课程, 其中的教学内容并没有给予学生更多的方法论, 而是从理论教学的角度让学生感受生活的美好。因此, 当学生出现心理问题时, 自身并没有足够的能力去鉴定是否真正出现了心理问题, 导致部分学生在出现心理问题后没有主动地向教师和家长提出, 使得心理问题有着很强的隐蔽性。此外, 部分学生在出现了心理问题后, 为了能够在学生群体中不成为异类, 也会隐瞒自己的心理问题, 久而久之就会形成各种各样的心理疾病。因此, 在开展高中心理健康教育的过

程中, 教师要从多个方面让学生对心理问题形成正确的认识, 引导学生在出现心理问题时积极主动地向家长、教师、心理咨询师等求助, 这样才能让学生更加健康快乐地成长。

## 二、家校合作背景下的高中心理健康教育策略

### (一) 强化学校和家庭的合作观念

在进行高中心理健康教育的过程中, 要强化学校和家庭的合作观念, 双方就学生的心理健康教育问题进行深度探讨, 这样才能够为学生营造良好的心理健康教育环境。首先, 当前的家校合作内容主要涉及学生的文化学习和学生在学校中的日常表现, 那么学校可以主动地和学生家长说明情况, 在当前家校合作内容的基础上加入高中生心理健康教育内容, 让高中生心理健康教育成为家校合作的重要内容之一。其次, 学校要把家校合作纳入学生心理健康教育的工作范畴中。在进行家校合作的过程中不仅要关注学生在学校中的心理状态和行为举止, 更要通过学生家长去观察学生在家庭中的心理状态和行为举止, 这样才能将两者融合, 更好地去分析学生的心理状态, 增强学校和家庭之间的合作观念。最后, 部分学生家长在学生心理健康教育方

面有着非常严重的知识缺失和能力缺失。在这种情况下, 学校要给予学生家长更多的有关学生心理健康教育方面的指导, 要让学生家长了解一些基本的心理健康教育常识, 纠正学生家长不正确的心理健康教育方式, 从而让家长在家庭中更好地开展高中生心理健康教育。

比如, 在高中一年级已经开设心理健康课程, 在开设这门课程的过程中, 教师要能够从家校合作的角度对这门课程的教学进行深入的思考和分析。这门课程的教学目的是让学生拥有更加健康的心理状态, 让学生更加健康快乐地成长。在这种教学目的下, 教师可以就这门课程定期开展学生家长交流会, 在学生家长交流会上把心理健康课程的教学内容、教学意义向学生家长讲述清楚, 并且在每次的学生家长交流会上介绍一些近期出现的学生心理健康教育方面的案例, 让学生家长了解一些心理问题的外在表现和应对策略。这样可以通过这门课程提升家校合作过程中心理健康教育工作的效果, 这对于营造良好的心理健康教育氛围有着巨大的帮助。

### (二) 定期与学生家长沟通, 实现心理教育的接力

在进行心理健康教育的过程中, 教师要定期与学生家长进行沟通, 就课堂上教学的内容和学生家

长进行交流,实现心理健康教育的接力,让学校心理健康教育内容和家庭心理健康教育内容能够实现同步,这对于学生的成长是非常重要的。在高中教学体系中,心理健康这门课程的教学并不像数学、语文、英语等学科每天都有新的教学内容。这门学科的教学频次是一周一或一周两次,那么教师就有充足的时间和学生家长交流课堂教学的内容,学生家长能够与学生同步学习心理健康教育方面的知识,并且在家庭教育中予以实践,这样可以实现家庭心理健康教育和学校心理健康教育之间的接力,能够为学生营造良好的心理健康教育环境。

比如,在教学“理性追星有节制”这一节内容时,教师在课堂上就学生追星这一问题和学生进行深入的探讨,从追星的好处和坏处进行归纳和总结,这样可以让学生在课堂上对追星问题形成更加深入的认识,从而能够理智地追星、有节制地追星。但是很多学生家长对于学生追星的问题没有深入的认识,认为学生的追星行为就是错误的,并且在家庭教育中会严格禁止学生追星。这种家庭教育行为会对学生的心理造成一定的压迫感,进而让学生出现叛逆的心理和行为。即使学生在课堂上对追星有了正确的认识,如果学生家长的教育方式依旧是错误的,那么课堂的教学效果就成为空谈。因此,教师在完成这节课课堂教学内容后,要及时地和学生



家长进行沟通和联系,就课堂上的教学内容和学生家长进行讨论,并对课堂上一些学生的表现进行反馈,从而指导学生家长在开展家庭教育的过程中对学生追星的问题能够使用正确的教育方式,从而有效地提升家庭教育环境下的心理健康教育效果。这种教育形式是基于家校合作延伸而来的,学生家长 and 教师能够就课堂教学的内容达成共识,并且在学生心理健康教育方面能够保持步调一致,从而给高中生创建良好的成长环境。

### (三) 学校和家庭建立学生个体的心理健康教育档案

在开展心理教育课程教学的过程中,教师会建立学生个体的心理健康教育档案,对学生日常的行为举止、情绪等进行记录,并且通过学生的情绪、行为等内容去推测某一个阶段学生的心理状态,通过这种形式了解学生的性格、心理变化等。教师也会定期和学生进行交流,从师生之间的交流中去推测学生的心理状态。总之,教师会根据学生的各种表现记录学生的心理状态,并且在必要时对学生进行干预和帮助。在建立学生个体的心理健康教育档案时,教师不能忽略来自家庭的情况反馈,教师要通过家校合作机制让学生家长参与到学生心理健康档案的记录和维护中。这样不仅可以让学生家长时刻了解自己孩子的心理状态,也能够当孩子出现心理问题时进行及时的干预和帮助,通过科学的方法让自己孩子的心理

状态回归正常水平,这对于学生家长来说是非常重要的。

比如,在教学“有点焦虑不是坏事”这一节课时,部分学生对于焦虑的认识不全面,对于焦虑带来的危害和好处也没有足够的了解。教师需要通过这一课程去了解学生的心理焦虑情况。很多教师会通过调查问卷的形式让学生回忆在日常学习和生活中是否出现了某些特定的行为和心理状态,从而帮助学生去判断是否处于焦虑的状态。调查问卷的结果需要纳入学生个体的心理健康教育档案,这对于学生的发展非常重要。与此同时,教师为了能够更好地了解学生的心理情况,也要制作一份面向学生家长的心理调查问卷,让学生家长在调查问卷中就学生在家庭中的一些行为进行选择,这样可以通过学生在家庭中的行为判断学生是否存在心理问题。当完成了这些工作后,教师可以向学生家长反馈相关的内容,从而让学生家长就自己孩子的心理问题有更多的了解,这对于学生的成长来说非常重要。

综上所述,在当前的高中心理健康教育中,部分学校和教师并不重视学生的心理健康教育,甚至在面对学生的心理问题时会使用一些不正确的教育方法,这种情况在学生家庭教育中也较为突出。对此,教师在开展心理健康教育时,要依托家校合作机制加强和学生家长的沟通与交流,定期和学生家长进行学生心理健康教育方面的探讨,向学生家长传授心理健康教育方面的知识与方法,让学生家长能够更加积极地参与到学校的心理健康教育工作中,共同为学生的心理健康教育构建良好的环境。(作者单位系江苏省常熟市尚湖高级中学)