

# 浅析历史教学与心理健康教育的融合

**摘要：**在当今激烈的竞争环境中，处处需要的是人才，而人才不仅要有现代的文化科技，强壮的身体，更需要拥有健康的心理素质。高中时期是学生学习知识的重要阶段，也是心理迅速发展的关键时期。而面对巨大的学习压力，他们往往会出现各种的心理问题，这时更需要教师进行及时的引导。学科教育渗透心理健康教育是对学生进行心理教育的有效方法之一。高中历史教学渗透心理健康教育既是一种新的教学方向，又能满足现状的需求。

**关键字：**高中历史 教育教学 心理健康教育

雅斯贝尔斯在《什么是教育》中说：“教育是人的灵魂的教育，而非理性知识和认识的堆积。”因此，教育的本质是“一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一颗灵魂唤醒另一颗灵魂”，教育是心灵的教育，是人本的教育，抓住了学生的心灵，教育就成功了一半。这就要求教师在历史学科教学中除了要体现学科知识的特点，向学生传授历史知识，培养学生分析概括能力外，还要关注每一位学生的情绪、情感，关注每一位学生的道德生活和人格养成。只有这样，学生在学科知识增长的过程中人格才能够逐渐健全与发展完善起来，从而使学生得到充分、和谐的发展，培养出创造性的心理健康的人才。因此，中学历史学科的特色决定了对学生的心理健康教育具有得天独厚的优势。

高中阶段的学生，正处于青春期，这一阶段的学生思维能力发展迅速，对社会的各种新信息、新知识、新事物都比较容易接受，但在接受事又往往良莠不分，缺少一套系统的价值判断标准，甚至对错误的信息、事物或行为津津乐道，是非观念模糊。所以在教学中我们就要不断的引导他们树立正确的价值观。例如，在去年中国政府免除非洲债务累计 109 亿这件事上，当时网上很多负面的评论，很多人认为很多中国人还处在贫困状态下，为什么要免除别的国家的债务而不把这些钱用来改善国内民生问题，很多学生从网上看到这些信息后也对国家的这些政策抱有微词。这时候，在历史《开创外交新局面》这一课中，在学习知识的同时，告诉学生中国在恢复联合国合法地位过程中第三世界国家曾给予过我们国家帮助，让学生理解政府对非洲国家免除的这些债务既是互惠互利的，也能体现中国作为世界大国所承担的责任。引导学生在接受信息的时候要有自己的判断，不要人云亦云，更不要事事都往消极的方向思考，要多往积极乐观的方向思考。同时，

可以由大及小延伸到同学与同学之间，要互帮互助，和善友好，共同建立一个团结友爱的班集体。

高中阶段的学生一般都有一个明确的目标，那就是考大学，所以他们往往都会暗下决心好好学习，也有的学生制订了详细的学习计划，但由于对学科缺乏兴趣并且意志力比较薄弱，往往不能坚持执行自己的计划。因此，在历史教学中教师可以运用多种手段激发学生学习历史的兴趣，如结合历史教科书中故事、情景、图文等等，在课堂中使用生动、活泼、形象、幽默的语言，使历史知识鲜活起来，在学生面前描绘出一幅幅活生生的历史画卷。让学生在历史学习中充满热情、积极探究，不断获取知识和发展智力，并且充分发挥学生的能力和特长，增强他们对生活的热爱，培养他们的学习的意志力，提高抗挫折能力，为其主动适应未来社会打好基础。例如在学习《近代中国反侵略求民主的潮流》这一单元时，可以提前给学生们播放纪录片《复兴之路》，让他们先对这一阶段的历史有个大致的了解，然后上课时在做详细的探究。这样，在学习到具体知识时就可以和之前看的影片联系起来，学生也会恍然大悟“哦，原来是这样的”、“嗯，就是这样的”。通过这样的方法激发学生的兴趣，有了兴趣就有了学习的动力，也就有了坚持学习的意志力。能够把知识学会，成绩提高，对自己就会更加自信，对待生活也就更加乐观。

生活中，一次测试的失败可能就会让学生沮丧、自我否定，从而对学习、对生活失去信心，甚至自暴自弃，出现种种心理问题。那么在教学中，教师就需要精心挖掘历史素材，用丰富的史实、众多名人伟人的嘉言懿行来滋润学生心田，培养学生健康的心理。例如：鸦片战争以后，中国人民不屈不挠，从未被挫折摧垮，而是愈挫愈勇，奋发图强、奋勇前进的精神；领导辛亥革命的孙中山在中国民主革命道路上越挫越勇，不言放弃的精神。古今中外许多历史人物都具有优良的品质，如“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的孟子，“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的范仲淹，“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”文天祥，“天下兴亡，匹夫有责”的顾炎武等等，他们的人生观和价值观都是我们学习的榜样，让学生从内心迸发出对这些人物由衷的钦佩，产生对真善美高尚情操的向往和追求。这些都是培养学生健康心理品质的好素材，也可以在课堂上设置一些活动，如讲历史故事、评价历史人物等。让学生在活动中真正认识体会到“失败是成功

之母”，学会接受失败，正确的对待挫折，学会控制自己，完善性格，形成健康心理品质，为社会培养出具有健全人格的有用之才。

另外，良好的课堂氛围，也是学生心理健康发展的重要因素。在快乐、轻松、愉悦的气氛中学习，不仅可以使学生产生较强的记忆力，而且还能活跃学生的思维，发挥潜在智力，从而促进学生积极主动地学习，促进学生健康人格的发展。学生是我们的朋友。在课堂教学中，教师要把学生当成朋友，让学生感到自己是被尊敬的，被关爱的，让他们在一种轻松、融洽、温暖、合作的课堂气氛中与老师和同学共同探讨知识，让他们保持对学习参与的积极态度。教师如果过于严厉和死板，就会让学生有种疏远他们、俯视他们、轻视他们错觉，那么就会在师生之间形成一种很深的隔阂，这种隔阂一旦产生，就会影响到课堂气氛，也更容易引起多数学生的不满和对立情绪，这样不仅影响了知识的学习，更影响了学生健康心理的发展。课堂中教师不要吝啬对的表扬、鼓励，“我们要把大拇指顶起来”。分数并不能完全的代表学生，不要只表扬优秀生，对差生也要不断鼓励。堂上积极回答问题，成绩有一点进步，教师都要给予肯定的评价。设置一些简单的问题让学习能力相对较差的学生回答，慢慢培养他们的信心，及时给予鼓励是他们更主动自觉地追求进步。

学生心理健康教育是一项长期而细致的工作，它不能仅仅依靠学生的自我调节，也不能全部依赖于心理健康教师对学生的引导，更要把心理健康教育渗入到学生的每一节课，这是每一位历史教师义不容辞的责任。所以我们首先要系统地学习心理学知识，然后在教学中遵循学生心理发展的规律，培养学生对学习的浓厚兴趣，维护他们的自信心和自尊心，不仅让他们在高中的学习和生活阶段学会坚持、乐观，更让他们在以后的生活中都能始终保持着积极向上健康的心态。

#### 【参考文献】

- 1、《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》，新华社 2004 年 3 月。
- 2、《普通高中历史课程标准》，中华人民共和国教育部 2003 年 4 月。
- 3、《中小学教师心理健康教育学习教材》，韶关市中小学教师心理健康教育指导中心，2003 年 7 月。
- 4、徐胜三：《中学生教育心理学》，人民教育出版社，1998 年 3 月。

