

生物教学与高师生青春期心理健康干预研究

□江苏省宿迁市高等师范学校 徐守霞

【摘要】分析处于青春期的高师生存在的逆反、对抗心理,厌学、逃学行为,人际交往障碍,生命价值观偏差等心理健康问题,提出干预的方法。

【关键词】生物教学 高师生 青春期心理健康干预

【中图分类号】G **【文献标识码】**A

【文章编号】0450-9889(2014)01C-0107-03

心理健康是现代健康不可分割的重要方面。从广义上讲它是指一种高效而满意的、持续的心理状态;从狭义上讲,它是指人的基本心理活动的过程内容完整、协调一致,即认识、情感、意志、行为、人格完整和协调,能适应社会,与社会保持同步。

高等师范院校刚入学的十五六岁少男少女正处于青春期发育的关键阶段。身体的发育成熟与心理相对幼稚,他们在接受学校教育、家庭教育和和社会教育的过程中,其人生观、世界观、价值观正经历着前所未有的改变,竞争压力的增大,必然会在学习、生活、人际交往和自我意识等方面产生各种心理问题。而学科中与心理健康教育联系最密切的是生物学,因此挖掘生物教学中蕴涵的心理健康教育方面的内容,适时地、自觉地、有意识地对师生心理健康方面进行适当的干预,可使学生在身心两面得到均衡的发展。本文以江苏省宿迁市高等师范学校为例,通过生物教学对高师生心理健康状况的干预,初步探究生物教学以及生物教师与学生的交流对学生进行心理健康教育的方式、方法。

一、高师生青春期心理健康问题的产生及其成因

高师生的年龄阶段是被“青年心理学之父”霍尔喻为“疾风怒涛”的年龄阶

段,也是人格塑造的非常时期。在此非常时期,高师生在心理和生理方面正逐步成熟,尤其是生理上的转变,如对未来生活和前途的觉悟等。这样心理上的平衡被打破,新的平衡又没有建立,学生出现了一个心理上的“断乳期”,所以,在高师生中存在着不同程度的心理问题。其中最常见问题表现为外化(行为)和内在化(情感)问题。外化问题包括行为逆反、对抗蔑视和侵略,而内在化问题包括焦虑、社交退缩、抑郁等。以下是常见的高师生青春期心理健康问题及其成因。

(一)逆反、消极对抗心理强烈。高师生由于心理的不成熟,看待问题往往会片面化、绝对化,容易固执己见、我行我素。行为上表现为鲁莽从事,不顾后果;对思想教育、校纪校规消极抵抗或否定,对老师教学和行为偏激评判;对教师的批评教育置若罔闻,其后果就是不服从教育与管理。

高师生产生这样强烈的逆反心理的主要原因是他们正处于人生阶段中的青春发育期。从心理角度看,青春期少年的心理独立性、成人感,使其在一些行为活动、思维认识、社会交往等方面表现出成人的样式。学生进入高师学习后,环境、生活、个人地位与中学阶段相比发生了巨大的变化,但又由于缺乏社会阅历和生活经验,极易出现各式各样的心理矛盾,很容易受外界各种因素的干扰和影响,从而产生消极对抗的情绪。

(二)丧失学习信心,产生厌学、逃学行为。首先,由于目前社会对高等师范学校不甚重视,对师范教育存在偏见,学生的“入口”与“出口”都不是太好。高师录取分数线较低,整体生源素质偏低,使得部分学生怀着无奈的心理来到师范学校就读。大部分学生的专业知识与专业技能不是很好,而各地对小学教师设置

的门槛较高,导致学生就业的竞争力不如本科生。其次,很多家长抱着无所谓的态度,心理上对孩子就读师范教育没有足够的重视。加之学生从紧张的中学学习阶段到了以就业为目标的师范教育阶段,由于环境和地位的变化,学生产生了诸多的不适应。在理想与现实发生矛盾时,学生往往不能正确地认识自我,加之他们原有的知识基础薄弱、学习能力较差,面对陌生的高难度的理论知识感到束手无策,从而缺乏自信,丧失学习的动力,久而久之,便会产生厌学、逃学等违反校规校纪的行为。

(三)人际交往障碍。由于人际关系、社会的复杂性与学生心理的单纯性,高师生常常在人际交往中受挫,从而易引发人际冲突,陷入孤独、逃避和自我心理设防。相当一部分大学生缺乏人际交往经验,缺乏在公众场合表达自己、与他人交往的能力和勇气,回避参与各种活动,对人对己认识不同,很难与人深交或缺乏知心的朋友,妨碍了良好人际交往圈的形成。笔者对某校约230名1~3年级不同的高师生进行问卷调查发现,28%的学生认为没有真正的朋友,23%的学生感到孤独、寂寞。

产生这些人际交往障碍,究其原因是因为大部分学生在中学阶段一般居住在比较集中,语言、习俗较为熟悉的生活环境里,进入师范学校后,周围的人来自不同地区,素昧平生,语言、习俗各不相同,而且现在的学生都有很强的个性,由于性格上的不同,在被同学不理解、排斥和冷落时,容易产生精神压力,在人群中感到不自在,与人相处时有着较强的戒备、怀疑和嫉妒心理。

(四)生命价值观存在偏差。一些学生沉迷于虚拟网络而忽视人世间的真情;以自我为中心忽视周围人的感受;心

理脆弱不能接受挫折;遇到困难不是积极面对而是选择逃避;拒绝自己应该承担的责任;缺乏自我保护意识;缺乏爱心,因一点小事就付出生命的代价。是什么原因造成这些情况的发生?笔者认为,一是我国的教育重视学科知识教育而忽视生命教育的倾向,致使部分青少年学生心灵空虚迷茫,生命价值观念淡薄,从而导致他们对自己生命的轻视和对其他生命的漠视与残忍;二是社会、家庭原因,我国有一些独生子女家庭,子女在家享受的是众星捧月般的照顾,从而形成自私自利、缺乏爱心、脆弱的心理;三是部分学生自我保护意识与技能缺乏,生命意识淡漠,等等。

二、生物教学中高师生心理健康问题干预的途径

(一)创设和谐的课堂心理氛围,消除逆反、消极对抗的心理。心理健康教育的实施可以有不同的层面和范畴,而课堂教学却是最主要的层面。课堂上千变万化的教与学的活动中,师生互动方式的质量、师生关系能否和谐不仅关系到教学效果,也关系到师生双方心理健康的水平和质量。

第一,和谐的课堂心理氛围包括师生关系的平等。当然这种“平等”的实质是师生双方自我延伸,共同参与到教学情境中。应营造融洽平等的师生关系,给处于青春期的高师生解压。教师与学生之间是完全平等的朋友和知己,应尊重关心和接纳学生的表现,解除学生的逆反、消极对抗甚至敌意的心理。

第二,更新和转变课堂观念。传统的生物教学中以教师为中心,学生边缘化、教材中心化、活动边缘化。这就造成师生间心理的隔膜和精神的隔阂,也带来了一系列问题。一方面教师不能发挥正向促进功能,另一方面学生也容易产生厌学情绪和逆反对抗心理,有的甚至自我封闭,不愿与人沟通。而健康和和谐的课堂心理氛围应该是师生之间、生生之间的认知情感意志等方面的互动过程。教师应以平易近人和蔼可亲教学教态,对所有学生一视同仁,给予同样的关怀、爱护,在人格上给学生以师生平等地位。同时教师的语言和人格魅力也尤为

重要,教师授课时要严谨而不冷漠、风趣而不低俗、幽默而不滑稽,寓教于乐。要经常使用激励性语言,如“这个问题你能解答。”“你能行,不妨试试。”“这个问题我们一起来研究好吗?”“我相信你以后比老师想得更好”,等等。这样的激励语言可拉近教师与学生之间的心理距离,缓解青春期学生紧张、焦虑的心理压力。

第三,利用生物学知识让学生认识到不能自视过高,也不能自轻自贱,正视自我、悦纳自我才是心理健康的前提。如教学中讲到生物与环境时,充分引导学生:自然界中的生物多姿多彩,生生不息,高大的乔木、矮小的灌木、艳丽的牡丹,顽强的小草,它们都有自己生存的一席之地,而人也是如此。要让学生明白:我们没有理由不爱惜自己,虽然我们不能选择相貌,但可以展现笑容;虽然我们不能决定生死,不能延伸生命的长度,但我们可以决定生命的宽度,承受生命的厚重。学生听后深受启发:在人生的道路上,真正阻碍我们的不是别人,而是我们自己。

(二)利用生物实验课培养学习兴趣、提高学生自信心,积极干预学生厌学、逃学行为。高等师范学校的生物实验教学是生物教学的重要组成部分,而生物实验一般学生都有浓厚的兴趣。可以说学习兴趣是关系到学生学习成效的重要因素之一。

第一,优化实验模式。在过去的实验中,由于实验课程紧张,老师讲授实验知识以及示范实验时,学生大多数时候只是观看而没有亲自动手,这导致他们的实验动手能力差,对实验没有兴趣,这不利于学生的主动性、创造性以及能力的培养。只有改善现有的生物实验教学模式,让学生主动参与到全部实验过程中,才能提高学生做实验的积极性。因此,生物实验从准备到实验,学生都应全程参与:从实验材料的准备、实验溶剂的配制,到实验操作的全过程。通过这样的调整,可以让学生主动地去探索、创新,对自然科学产生兴趣。而在实验的一系列过程中,学生不仅体验到做实验的快乐,同时也收获了自信以及对自我的认

识与了解。

第二,转变教师角色。实验中教师应从传统的监督者转变为学生的引导者与朋友。教师不再只是去监督学生是否认真做实验,而是在指导学生做实验,解答学生实验中遇到的困难与问题。对于一些动手能力差的学生,我们应给予更多的鼓励与引导,耐心地给他们讲解、示范和指导,告诉他们不要害怕失败,失败只是一种过程而不是结果,面对失败要分析原因,找出错误。这样的做法也有利于他们在以后的学习和生活中克服心理障碍,更加自信地面对碰到的困难和挫折。

利用丰富多彩的生物实验满足学生的好奇心、激发他们的学习兴趣。兴趣有了,就能诱发学生学习的内部动力,变被动接受知识为主动学习知识,让他们主动去学,从而避免厌学、逃学行为的发生。

(三)积极举办生物第二课堂活动培养人际交往能力。生物课堂普遍都有第二课堂的延伸,比如兴趣小组活动、调查访问等,无论是哪种课外活动都需要团队协作精神,学生在课外活动过程中首先锻炼的是与人交往的能力,不仅仅是和同学的交往,还包括和老师、家长以及社会人员的沟通与交往。

例如,调查某市水污染对生物的影响时,我们做了这样的安排:先将学生分成小组,每组由能力、性别、成绩不同的学生构成,然后以小组为单位,经过查阅资料、访问、实地调查、取样、实验分析等环节,写出调查报告。最后,举办成果交流活动,让同学们从中学到解决问题的方法。举办类似的活动,可使学生的心理机能得到不断内化,团结协作能力得到提高,从而可以更好地处理人际关系。

(四)挖掘生物学知识内涵,进行生命价值观教育。生物学又叫生命科学,本身就是以生命为研究对象,它是将自然生命和社会生命有机结合。什么是生命教育?国内教育界在这个概念上一直没有达成共识。刘济良认为生命教育就是“引导学生正确认识人的价值、人的生命,理解生活的真正意义,培养学生的人文精神,培养学生对终极(下转第111页)

(四) 社会因素

环境直接影响创造性智能。特别是在市场经济影响下,功利主义风气和利己主义冲动滋生,使得违背社会需要和社会进步的“创新”有所出现,有的企业和个人把获利作为唯一创新目标,因而,抄袭模仿成风,同质化现象严重,这不利于企业、社会发展,不利于创新人才培养。

四、提高高职生创新能力的对策

(一) 遵循教育规律,更新教育理念

学生创新能力的培养是全社会的责任,不只是学校和教师的职责。当然,学校教育工作者的创新意识、创新理念和能力非常重要。学生的创新精神、创新意识及能力需要从小培养,需要家庭、社会和各级学校的配合。高职院校作为培养高素质人才的重要基地之一,教育应该是为学生未来从事某一具体事业做准备。但事实上,大部分人的整个工作生涯会从事多种不同的职业。从长远的角度出发,高职院校应努力营造出有益于学生终身学习和创新能力培养的氛围和环境。

(二) 突出职教特色,开发学生创新力

高职教育教学应以基础知识为主,坚持“必须、够用”原则,强化学生创新思维能力的培养。创新时时有,处处有,这就要求各高职院校既要教学生知识,又要教学生创造性的学习方法,改革课

程体系和教学内容,在教育教学中反映最新科技成果和知识的运用。在研究制定培养目标时,把学生创新能力的培养作为一项重要的内容。课程体系的设置根据社会发展和用人单位对人才的需求,与相关企业或用人单位共同研究编制教学大纲和教学内容,将理论与实践课程、必修与选修课程合理配置。

(三) 构建有效激励机制,培养学生创新意识

培养高职生的创新能力,应结合高职生的学习、生活、实践等活动,采取有效的激励机制。在教学中可适当运用“问题解决”教学法,培养学生创新意识,激发学生的主观能动性,使学生能够自己提出问题并进行分析、解决,以逐步培养学生的科学探究能力。还可向学生介绍学科的前沿知识,扩大学生的知识面,调动学生参与实践创新的积极性,培养学生探究问题的兴趣,从而促进创新能力的培养。

(四) 强化实践锻炼,激发学生的创新能力

创建大学生创新实践基地,搭建实践平台,强化技能训练,加强校内外实习基地建设,学校与企业项目对接,搭建科技创新平台,开展职业技能训练,组织学生开展和参与科技发明赛、科技比赛活动,开放实验室、机房等,为学生创造

良好的创新活动氛围和创新思维锻炼环境,以增强学生的创新意识和创新能力。

(五) 构建开放多元的教育评价体系,营造促进创新的良好机制

传统高职教育评价多以分数作为标准,造成以分数论英雄和成败。理论知识考试评价标准应体现知识、技能、素质三要素,采取多样、灵活的形式,培养学生的创新欲望和激情,结合平时作业、课内学习与课外实习实践,以能力考核为主,重点考核学生创新思维能力和解决问题能力,将发展学生的创新能力作为培养目标。

(六) 加强师资队伍建设,提高教师整体素质

要培养具有高创新能力的大学生,就必须拥有一支高素质的师资队伍。应做好教师的师德建设和现代教育理论培训工作,努力使教师具备较强的创新意识和创新能力,从讲授为重点转变为学习知识前提下以大学生创新思维培养为重点。管理活动应民主平等,充分发挥学生的主观能动性。发挥专业课教师、政治理论课教师、辅导员在教育中的积极作用,培养学生思维的多向性、批判性以及人格独立性,发挥学生的创新思维个性。

(责编 王 一)

(上接第108页)信仰的追求,养成学生的关爱情怀,使他们学会过现代文明生活”。因此,在生物教学中挖掘生命教育的内涵,培养学生科学的生命价值观是广大生物教师值得思考的问题。例如,通过“细胞的分裂与分化”和“人的生殖和发育”向学生介绍每个人都是由一个细胞——受精卵,经历了细胞的分裂、生长和分化,在妈妈的子宫里经过“十月怀胎”,又在家人的精心呵护下成长为亭亭玉立的姑娘或是风度翩翩的小伙。经过讲解,学生对生命的敬重油然而生,学会感恩生命、感恩父母。再如,学习生物与环境的关系时,指出生物既能适应环境也能影响环境,引导学生遇到挫折,勇敢面对。在讲解保护环境的意义时,让学生了解许多物种灭绝的主要原因

正是由于人类掠夺性开发和破坏,导致生物栖息地流失,造成生物不可逆的灭绝。从而让学生明白:在生活中应从我做起,从身边的小事入手,拒绝白色垃圾,减少环境污染,珍惜自己和他人的生命,珍惜其他生物的生命,为生物圈大家庭的和谐生存贡献力量,做到“用生命去温暖生命,用生命去呵护生命,用生命去撞击生命,用生命去滋润生命,用生命去灿烂生命”。

总之,作为一名生物学教师,当面对学生们缤纷的内心世界时,要不断调整自己的知识结构,扩大知识面,善于运用教育教学手段来指导自己的实践,合理利用各种教学资源,并利用最佳时机和运用最佳的教育方法将心理健康教育渗透到生物学教学的每个环节中。

【参考文献】

[1] 季成叶,刘宝林.儿童少年卫生学[M].北京:人民卫生出版社,2007:12-20
 [2] 邱丙红.中学生物实验教学中存在的问题及解决途径[J].现代农村科技,2010(5)
 [3] 刘济良,李晗.论香港的生命教育[J].教育学术月刊,2000(12)
 [4] 学会生存[M].北京:教育科学出版社,1996:132-133

【作者简介】徐守霞(1972-),女,江苏宿迁人,江苏省宿迁市高等师范学校副教授。

(责编 黎 原)

作者: [徐守霞](#)
作者单位: [江苏省宿迁市高等师范学校](#)
刊名: [广西教育C \(职业与高等教育版\)](#)
英文刊名: [Guangxi Education](#)
年, 卷(期): 2014(1)

参考文献(4条)

1. [季成叶;刘宝林](#) [儿童少年卫生学](#) 2007
2. [邱丙红](#) [中学生物实验教学中存在的问题及解决途径](#)[期刊论文]-[现代农村科技](#) 2010(5)
3. [刘济良;李晗](#) [论香港的生命教育](#) 2000(12)
4. [学会生存](#) 1996

引用本文格式: [徐守霞](#) [生物教学与高师生青春期心理健康干预研究](#)[期刊论文]-[广西教育C \(职业与高等教育版\)](#) 2014(1)