

The dilemma and breakthrough of junior high school students' frustration education from the perspective of home-school-community linkage

Song Pan

Fuyang No.5 Middle School, Fuyang, Anhui, 236200, China

Abstract

In modern education, how to effectively address the setbacks students face has become an important topic for enhancing their psychological qualities and social adaptability. The junior high school stage is a critical period for students' physical and mental development. Effective implementation of resilience education can help students cope with pressures in learning and life, fostering a resilient mindset. This paper explores the current status, challenges, and breakthrough paths of resilience education for junior high school students from the perspective of home-school-community collaboration. It proposes promoting the effective implementation of resilience education through optimizing home-school cooperation models, strengthening the construction of social support platforms, and improving the curriculum system for resilience education, thereby facilitating the healthy psychological development and overall improvement of students.

Keywords

home-school-community linkage; frustration education; junior high school students; psychological quality; educational dilemma

家校社联动视角下初中生挫折教育的困境与突破

潘松

颍上县第五中学, 中国·安徽 阜阳 236200

摘要

在现代教育中, 如何有效应对学生面临的挫折已成为提升学生心理素质和社会适应能力的重要课题。初中阶段是学生身心发展的关键时期, 挫折教育的有效开展可以帮助学生应对学习、生活等方面的压力, 培养其坚韧的心理素质。本文探讨了家校社联动视角下初中生挫折教育的现状、困境及其突破路径, 提出通过优化家校合作模式、加强社会支持平台建设、完善挫折教育课程体系等方式, 推动挫折教育的有效实施, 从而促进学生心理健康发展与综合素质的提升。

关键词

家校社联动; 挫折教育; 初中生; 心理素质; 教育困境

1 引言

随着教育改革的深入, 学生的心理健康问题逐渐受到社会各界的关注。本文将深入分析这些困境, 并探讨如何通过优化家校社联动机制, 突破当前挫折教育的瓶颈, 推动初中生心理素质的全面提升。

2 家校社联动视角下初中生挫折教育的现状

2.1 家校合作模式的现状

家校合作是学生教育中不可或缺的环节, 特别是在挫折教育的过程中, 家长和学校的协同作用尤为重要。然而, 当前的家校合作模式仍面临诸多问题, 尤其在初中生的心理

健康和挫折教育方面, 家校合作的效果远未达到预期。

首先, 传统的家长教育模式通常侧重于孩子的学业成绩, 往往忽视了孩子心理发展的重要性, 尤其是在面对挫折时的心理调适。许多家长将过多精力放在孩子的学习成绩和考试结果上, 缺乏对孩子情感和心理需求的关注。在挫折教育方面, 家长可能没有足够的心理学知识, 无法有效帮助孩子应对学业压力、社交压力和生活中的挫折。部分家长对心理健康教育的重视程度较低, 甚至在一些情况下, 家长对孩子的挫折感受和心理困扰表现出不理解或忽视的态度, 这会加重孩子的心理负担, 导致其在面临困难时缺乏有效的应对策略。

虽然近年来学校逐渐重视心理健康教育, 并逐步将其纳入课程体系, 但许多家长在参与学校的挫折教育活动时仍显得不够积极。家长会、家访等传统形式虽然起到了沟通的

【作者简介】潘松(1979-), 男, 中国安徽阜阳人, 本科, 高级, 从事历史教学研究。

作用,但这种单向的信息传递并不能有效建立家校之间的双向互动。许多家长对学校在心理健康教育方面的计划和课程内容了解不深,难以与学校形成紧密的合作。家校之间缺乏有效的互动和信息共享机制,导致学校在实施挫折教育时,难以获得家庭的充分支持,最终影响了教育的效果[1]。

此外,家校沟通的渠道和方式存在一定的局限性,很多学校依赖传统的家长会形式来传递教育信息,难以真正实现家长和学校之间的有效沟通。这种单向的沟通模式不仅无法实时反映学生的心理变化,也难以有效解决家长对挫折教育的疑虑和问题。家长往往缺乏及时的反馈机制,无法在学生遇到问题时提供合适的支持。

2.2 学校挫折教育的实施困境

学校作为实施挫折教育的主阵地,扮演着至关重要的角色。然而,现实中许多学校在开展挫折教育时仍然面临多方面的困境,导致教育效果难以达成。

首先,挫折教育的时间和课程安排往往受限于学科的紧张安排,难以确保足够的时间专门进行心理健康教育。虽然现在许多学校已经认识到心理健康教育的重要性,并在课程中加入了相关内容,但由于时间安排的紧张,很多学校的心理健康教育内容通常被压缩,缺乏系统性和连续性。因此,学生在挫折教育中无法形成对挫折的深刻理解和有效应对策略,导致教育效果大打折扣。

其次,挫折教育内容的抽象性也是学校实施面临的一大挑战。许多学校在开展挫折教育时,过于侧重于理论知识的讲解,而忽视了实际操作和心理疏导的重要性。尽管一些学校尝试讲授应对挫折的理论知识,如情绪调节、压力管理等,但这些理论知识通常脱离了学生的实际生活,难以与学生的实际心理需求对接。这使得学生难以真正理解这些理论,并将其运用到实际生活中。

学校心理健康课程的缺陷还体现在缺乏实践和操作性训练。例如,许多学校的心理健康课程侧重于讲授情绪管理和自我调节的理论,但缺乏模拟场景和实际情境的训练。学生在面对实际的挫折时,往往缺乏有效的应对策略和方法,导致其心理调节的效果不佳。此外,学校对于学生心理问题的干预也较为被动,往往等到问题严重时才进行干预,而此时的干预效果已大打折扣。

教师的专业素养和心理辅导能力也是当前挫折教育中亟待解决的关键问题。尽管一些学校已经配备了专职的心理辅导教师,但这些教师的数量通常较少,且由于专业培训的限制,许多心理辅导教师的心理学知识和技能水平参差不齐,导致无法对每个学生提供个性化的辅导和有效的心理干预。部分学校的教师在心理辅导方面的专业能力有限,这使得学生的心理问题未能得到及时有效的解决,从而影响了挫折教育的实际效果。

2.3 社会支持平台的薄弱

在初中生的挫折教育过程中,社会支持系统同样起着至

关重要的作用。社会支持平台可以为学生提供更多的心理健康资源,尤其是在学校和家庭无法提供足够支持的情况下,社会机构的介入能够为学生提供有效的心理疏导和干预[2]。然而,当前社会中针对青少年心理健康的支持平台仍显不足,尤其是在一些基层社区,缺乏专业的心理辅导机构和心理健康服务体系。社会资源的不平衡,导致了部分学生在遇到心理挫折时,难以获得及时和有效的帮助。

此外,社会上对青少年心理健康的认知仍然有限,许多家长和社会成员仍将心理问题视为“羞耻”,不愿意寻求专业的心理帮助。这种社会观念上的障碍进一步限制了挫折教育的普及和深入,甚至在一些地区,心理健康教育的必要性和重要性还未被充分认识。家长和社会成员对心理问题的认知偏差,也使得他们在面对孩子的心理困扰时,可能选择忽视或采用不当的方法进行干预,这样不仅无法帮助孩子解决问题,反而可能加重他们的心理负担。

社会对青少年心理健康问题的忽视,使得许多学校和家庭在面对学生的心理问题时,缺乏有效的外部支持和专业资源。即使一些学校配备了心理辅导老师,但由于社会支持平台的薄弱,这些专业资源也往往不足以满足学生多样化和复杂化的心理健康需求。

3 家校社联动视角下初中生挫折教育的突破路径

3.1 优化家校合作模式

家校合作在学生的挫折教育中扮演着至关重要的角色,尤其是在帮助学生应对成长过程中遇到的心理困境和挫折时,家长和学校的协同工作能够为学生提供更加全面的支持。然而,目前家校合作模式的不足,往往影响到挫折教育的实际效果。因此,优化家校合作模式,建立更加高效的沟通机制和合作平台,成为提升学生挫折教育效果的重要路径。

首先,学校应建立更加开放的沟通机制,定期举办家长会、座谈会等活动,邀请家长参与学校的挫折教育项目,增加家长对学校教育措施和目标的理解决。学校可以通过专题讲座、心理健康教育等形式,让家长了解如何通过家庭支持促进孩子的心理成长,帮助家长树立正确的教育观念,尤其是在面对孩子遭遇挫折时如何提供有效支持。这些活动为家校之间的互动提供了有效的途径,能够帮助家长与学校共同探讨如何更好地支持孩子应对挫折。

其次,随着信息技术的进步,学校可以通过建立家校沟通平台(如微信群、家校互动APP等)来增强家长与学校的联系,确保家长及时了解学生的心理状态和学校的教育措施[3]。家长可以通过平台了解孩子在学校的表现,包括其情绪、行为变化等心理健康信息。学校也可以通过平台及时反馈学生的学习和心理状态,促进家校之间的高效沟通和协作。此外,家校互动平台还可以为家长提供一些实用的教育资源,如心理健康知识、家庭教育指导等,帮助家长在家

中更好地支持孩子。

在家长教育方面,学校还应当组织针对家长的培训活动,提升家长对挫折教育的认知水平。例如,学校可以定期开展心理学讲座、家庭教育指导等形式的培训,帮助家长掌握一些基本的心理学知识,特别是如何进行有效的心理疏导。通过这些培训,家长能够更好地理解孩子的情感需求,学会如何在家庭中帮助孩子树立正确的挫折观和应对策略。家长的正确理解和有效支持,能够为孩子提供稳定的情感支持,帮助他们在遭遇挫折时保持积极的心态。

3.2 加强学校挫折教育的系统化与个性化

学校在实施挫折教育时,必须注重系统化和个性化的教育策略。系统化教育意味着将挫折教育纳入学校课程体系中,通过设计科学的课程,帮助学生逐步掌握应对挫折的心理技巧。个性化教育则是根据学生的个体差异和需求,提供定制化的教育服务,确保每个学生都能够得到适合自己的心理辅导和支持。

首先,学校应当通过整合现有课程资源,设计出更具实效性的挫折教育课程。课程设计要从理论与实践相结合的角度出发,不仅要教授学生如何识别和理解自己的情绪,还要通过实际操作来培养学生应对压力和困境的能力。学校可以通过情景模拟、心理剧、情绪管理训练等方式,将学生置于具体的情境中,让学生通过模拟演练学习如何处理挫折和压力。例如,学生可以在小组活动中进行角色扮演,模拟遭遇挫折的情境,通过小组讨论和分享,学会如何调节自己的情绪、如何化解负面情绪。通过这些实际操作,学生能够掌握应对挫折的实用技巧,并在日常生活中加以运用。

其次,学校应根据学生的个体差异,实施个性化的挫折教育。一些学生在面对挫折时,可能表现出较强的情绪波动和心理压力,需要更多的情感支持和心理疏导。而另一些学生则可能更需要自我激励和抗压能力的训练,帮助他们更好地应对外部压力和挑战。学校应通过与心理辅导老师的合作,为不同需求的学生提供个性化的辅导方案。例如,对于情感支持需求较强的学生,可以通过一对一的心理辅导,帮助他们缓解情绪,树立积极的心态;对于需要抗压能力训练的学生,可以通过集体辅导或团队活动,帮助他们提高自我管理能力和抗压能力。

学校还应关注学生在挫折教育中的参与度,通过多样化的活动和互动形式,让学生在轻松愉快的氛围中参与到挫折教育中。通过这种互动式和个性化的教育方式,能够让每个学生都在不同的教育内容和活动中找到自己的成长路径,并逐步提高他们的心理素质和应对挫折的能力[4]。

3.3 完善社会支持平台建设

除了家校合作和学校的努力,社会支持平台的建设也

是挫折教育体系中不可或缺的一部分。社会支持平台不仅能够为学生提供更多的心理健康资源,尤其是在学校和家庭无法提供足够支持的情况下,社会机构的介入能够为学生提供更专业、有效的心理辅导和干预。

首先,政府应加强对青少年心理健康的关注,推动相关政策的出台,促进心理健康服务的普及。例如,可以通过建立社区心理健康服务中心,为学生提供便捷的心理咨询服务,帮助学生及时应对心理困扰,提供专业的心理疏导和治疗。同时,政府应大力推动青少年心理健康教育项目,通过组织讲座、开展活动等形式,普及心理健康知识,减少社会对心理问题的偏见和歧视,推动社会各界对青少年心理健康的关注和支持[5]。

其次,社会组织和志愿者团队可以发挥重要作用。通过开展心理健康辅导、挫折应对训练营等活动,填补学校和家庭在心理健康方面的资源空缺,为学生提供更多元化的支持。例如,一些社会组织可以为学校提供心理健康讲座和专家讲座,帮助学生了解如何识别心理压力和情绪问题,如何通过科学的方式应对挫折。此外,社会组织还可以组织社区活动、公益项目等,为学生提供心理调适、情绪管理的实践平台,帮助学生通过参与社会活动提升心理韧性。

4 结语

家校社联动视角下的初中生挫折教育是提升学生心理素质、促进其健康成长的有效途径。通过优化家校合作模式、加强学校挫折教育的系统化与个性化设计、完善社会支持平台等方式,可以有效突破当前挫折教育中的困境,推动学生在面对挫折时能够更加积极主动地应对,从而增强其心理韧性和社会适应能力。未来,家校社三方应进一步加强合作,形成合力,共同推动初中生挫折教育的深化,助力学生的全面发展。

参考文献

- [1] 谷艳.海口市初级中学心理健康教育课程管理现状调查研究[D].海南师范大学,2024.
- [2] 李友香.赣州中学创建心理健康教育特色学校的个案研究[D].赣南师范大学,2023.
- [3] 詹天甜.专门学校心理健康教育实践的个案研究[D].赣南师范大学,2020.
- [4] 边玉芳,田微微.新时代学校家庭社会协同育人的逻辑理路、现实困境与突破路径[J].中国德育,2025(05):31-36.
- [5] 张春珀,夏继天.“家校社”协同促进青少年体质健康的现实困境与实践路径研究[C]/陕西省体育科学学会,陕西省学生体育协会.第二届陕西省体育科学大会论文摘要集(专题八),西咸新区第一初级中学,2024:307-311.