

辽宁省中小学心理健康教育课堂教学基本要求

（试行）

中小学心理健康教育课程是以心理学理论为基础，普及心理健康知识，帮助学生树立心理健康意识，了解心理调节方法，认识心理异常现象，掌握心理保健常识和技能的心理辅导活动课程，具有发展性、预防性、补救性功能。课程宗旨是提高全体学生的心理素质，充分开发他们的心理潜能，培养他们积极乐观、健康向上的心理品质，促进他们身心和谐可持续发展，为他们健康成长和幸福生活奠定基础。

根据《辽宁省教育厅关于进一步加强中小学心理健康教育工作的指导意见（试行）》等文件规定，在地方课程和校本课程中，每2周至少安排1课时心理健康教育课。

为规范教育教学行为，提高课堂教学质量，结合我省实际，对中小学心理健康教育课堂教学提出如下基本要求。

一、教学准备与设计

1.制定系统教学计划。认真钻研《中小学心理健康教育指导纲要》《辽宁省义务教育地方课程指导纲要》，深入理解中小学心理健康教育课程性质和理念，全面把握课程目标和课程内容，灵活安排课程实施方式，因地制宜系统制定学段学年教学计划。

2.学习相关心理学知识。认真学习并掌握基础心理学、儿童与青少年发展心理学、教育心理学、社会心理学、咨询

心理学、健康心理学等与课堂教学相关的知识，丰厚心理学知识底蕴，将心理学理论与技术融会贯通于课堂教学设计与教学活动中。

3.了解授课班级学生情况。了解本学段学生身心发展特点、发展规律、发展任务、发展需求；了解授课班级学生普遍存在的心理困扰；了解授课班级学生个体的能力水平、学习态度、兴趣特点；了解授课班级的一般情况，如班风、班纪等，为课堂心理辅导活动的顺利开展奠定基础。

4.创造性使用教材。认真学习教材、把握教材、领会教材编写意图，创造性地使用教材内容。义务教育学段可将教材内容与教学实际需求有机整合，适当自选教学内容。普通高中选用的教材要符合本校及学生实际。要做到各学段科学衔接，避免教学内容简单交叉重复。

5.建构针对性教学主题。围绕认识自我、学会学习、人际交往、情绪调适、生活与社会适应、升学与择业指导等内容建构教学主题。主题要符合学生身心发展规律、年龄特点和成长需求，是学生成长中普遍存在的、典型的发展性心理问题。每节课确立一个小主题，只聚焦于一点，解决一个心理问题。避免一节课有多个主题或主题过大，面面俱到。

6.制定多维度教学目标。围绕认知、情感、意志、行为等

多个维度确立教学目标。教学目标要符合学生心理发展水平，解决学生现实心理发展中的矛盾与冲突，明确、具体、可实现、可评价，体现知行合一，层层递进。避免将课堂教学作为心理学知识的普及和心理学理论的教育。

7.把握正确辅导方向。准确界定教学主题中的核心概念，明确主题所要指向的主要问题。确保辅导方向与课程宗旨相一致，传递给学生客观全面的认知，乐观向上的情绪情感，持之以恒的意志品质，举止有度的行为表达，引导学生心理、人格积极健康发展。

8.挖掘生活化教学内容。紧扣教学主题，对应教学目标，挖掘学生已有的生活经验，选择适合学生心理特点、贴近现代社会、贴近学生生活的典型材料，创设具有生活化的活动情境，呈现具有生活气息的心理空间。避免过度追求教学内容的知识性、学术性和结构性。

9.采用多样化教学方式。围绕教学目标恰当选择灵活多样的教学方式。如，团体辅导、心理训练、问题辨析、情境设计、角色扮演、游戏辅导、心理情景剧、心理电影赏析等。在课堂上展示的心理情景剧、短剧等，要提前指导学生排练，需课堂随机生成的除外。避免说教式、灌输式教学方式。

10.设计体验性群体活动。活动要富有体验性，新颖、有趣、灵活、安全、易操作，层层递进，逐步深入。活动

规则全面具体、表述准确。问题设计要体现开放性并指向教学目标。以小组活动为主，适合全体学生参加。活动数量适中，突出重点。避免活动过多，学生体验不深。

11.选择合适场所与用具。根据课堂教学需要选择教室、团体心理辅导室、户外场地等教学场所。做好教学所需的电教设备和活动材料的调试、准备工作。

二、教学组织与实施

12.发挥热身活动破冰作用。热身活动重心放在启动团体动力，实现破冰。热身活动要具有吸引力，为学生创设安全、轻松、平等、民主的课堂氛围，调动学生参与的积极性与主动性。如果导入活动起到热身活动的作用，可不设热身活动。要避免热身活动时间过长。

13.利用导入活动点明主题。导入活动重心放在点明教学主题，使学生明确本节课要探讨和解决的问题。导入活动要与教学主题密切相关，有利于引导学生进入教学主题。导入活动可采取故事、新闻、案例、歌曲、照片、动漫、小品、游戏等多种形式。

14.促进积极体验与分享。主题活动重心应放在创设体验情境，激发学生积极体验感受，促进自主生成、解决问题上。要恰当运用心理辅导技术，通过师生间、生生间的互动分享，帮助学生进行积极的自我探索，发现问题、挖掘潜能、解决困扰。教师点拨引导要适时适度。要敏锐把

握课堂教学中的生成，处理好预设与生成的关系。

15.实现课程升华与落地。结束活动重心应放在内化认知、升华情感、强化行为上，实现课程升华与落地。要引导学生总结本节课的收获，可通过实践性作业延伸课堂收获，实现内化。教师总结用语要言简意赅、画龙点睛。

16.创设心理相容的氛围。秉持尊重、接纳、共情的辅导态度，为学生创设民主、平等、尊重、温暖、安全的课堂教学氛围。做到师生间、生生间相互尊重不同的观点和不同的认知方式、行为方式，彼此能够真诚开放，积极进行自我探索，实现自我成长。

17.融入现代化信息技术。将现代信息技术手段与课堂教学有机融合，采用的信息技术手段应该切实符合课堂教学需要，可以辅助课堂教学活动，避免形式化或使用过度。

三、教学评价与反馈

18.建立积极正向评价机制。不设书面考试，把评价重点放在学生心理素质提升上。鼓励教师、学生、家长、同伴等多主体参与评价。教师课堂反馈以尊重、包容、激励为主。当学生的认知偏离社会主义核心价值观时，教师要突破价值中立，对学生积极正向的引导。

19.布置适量实践性作业。教师可结合教学内容，根据需要适当布置实践性作业，将学生在课堂教学中获得的教

育性经验运用到日常学习生活中。实践作业的形式、难易程度要适合学生年龄特点，有益于学生心理素质提高，不可加重学生和家长的负担。要及时组织作业成果的股份交流活动。

20.反思优化课堂教学。 教学过程中随时观察学生活动状态，发现问题，及时调整。教学结束后及时复盘活动过程，对目标达成、活动设计、学生活动、课堂调控等进行反思，提炼亮点，形成经验，发现不足，并从教学理念、专业知识、专业能力等方面找到原因，找出改进方法，优化课堂教学。