

# 试论教育心理学在中学教育中的应用和探究

谭浩浩

都安瑶族自治县高岭中学 广西 河池 530705

**【摘要】**：随着社会的发展和进步，我国的教育事业也有了很大的发展，中学教育作为我国教育体系中的重要组成部分，对学生的心理健康起着至关重要的作用。但在目前我国中学教育中，还存在着一些问题，需要进行合理分析并提出解决对策。而教育心理学作为心理学的重要分支，在中学教育中发挥着重要作用，本文将从教育心理学在中学教育中的应用意义出发，分析其在中学教育中应用存在的问题，并提出解决对策。

**【关键词】**：教育心理学；中学教育；应用

DOI:10.12417/2705-1358.24.04.037

## 前言

中学教育是学生成长的关键阶段，在这个阶段的学生心理比较脆弱，对外界环境的反应能力也很弱，因此在教学中教师应该采取相应的教学策略，帮助学生更好地适应环境。教育心理学在中学教育中有着重要的作用，它是中学教师在教学过程中需要掌握的重要内容。但是，由于受各种因素的影响，很多中学教师并没有充分认识到教育心理学在中学教育中的作用，导致其作用没有充分发挥出来。因此，教师要重视对教育心理学应用对策的研究。

## 1 教育心理学的内涵与特点

教育心理学的概念是由美国教育心理学家赫茨伯格提出的，他认为教育心理学就是一门研究如何在教育实践中，如何发挥人的潜能，如何帮助教育者实现有效的教学。它主要包括以下几个方面：第一，学生为中心。在教育心理学中，教师和学生是作为主体存在的。教师要运用自己所学的知识，根据学生实际情况制定教学计划。在这个过程中，教师要与学生进行互动，通过调动学生学习积极性来提高教学效果。因此，在进行教学时，教师要注重与学生之间的互动交流。第二，将教学内容与学生实际结合起来。在教学中，教师要充分考虑到学生实际情况，根据学生特点、兴趣来制定教学内容。除此之外，教师还需要注意培养学生学习兴趣、学习习惯等。第三，培养学生综合能力。在教育心理学中，教师不仅要传授知识、掌握技能等基本能力，还要培养学生的综合能力<sup>[1]</sup>。

在教育心理学的应用过程中，教师需要注意以下几点：首先是明确教育心理学的基本概念和特点。其次是加强与其他学科之间的联系，丰富自己的专业知识。最后是注重对学生心理状况、学习心理状态、个性心理特征等方面的研究，在进行教学时要与其他学科相结合，以促进教学效果最大化。在实际应用过程中，教师要做到以下几点：第一是合理运用教育心理学理论和方法进行教学工作；第二是对学生进行良好习惯养成教

育；第三是合理利用学习方法和学习策略；第四是培养良好个性品质；第五是重视学生心理健康教育；第六是注重培养良好心理品质和个性品质。在实际教学过程中，教师要根据学生实际情况进行有针对性地教学和教学设计；要让课堂变得生动有趣；要把课堂还给学生、把时间还给学生；要充分利用好教材内容和资源；要关注学生心理健康问题；要重视学习动机的激发和培养等。总之，教育心理学在中学教育中的应用具有十分重要的意义。

## 2 教育心理学在中学教育中的作用

教育心理学是研究教育过程中学生的心理发展规律和行为发展规律的科学，是教育理论和实践中最活跃的因素。在教学实践中，教师要善于发现学生心理发展的规律，并根据这些规律和学生心理发展的特点，有目的、有计划地对学生进行教育，使学生能够得到全面发展。从我国目前教育心理学的研究情况来看，教育心理学主要涉及到学生学习和认知方面的知识。首先，在中学教育中，教师可以通过了解学生学习心理上的特点、规律及要求，然后再有针对性地进行辅导，以帮助其更好地理解知识内容。其次，教师可以通过对学生学习心理上的特点和规律进行分析和研究，从而制定出有效的教学策略。心理学在中学教育中有重要作用：首先是了解学生心理发展规律。其次是学习心理学知识。再次是了解认知过程。最后是学习动机、情感等。从心理学角度分析教师如何更好地教育学生。

在教学过程中，教师要学会合理运用心理学知识。在教学过程中合理运用心理学知识能够帮助教师更好地掌握学生学习心理上的特点和规律。另外，在教学过程中教师还需要将心理学知识应用到实际教学中去。教师在进行课堂教学时必须结合所教授学科知识内容以及自身所学专业特点来开展教学活动<sup>[2]</sup>。

### 3 试论教育心理学在中学教育中的应用

#### 3.1 了解学生的心理特点，注重心理健康教育

心理健康是人的素质的重要组成部分，是全面发展的基础。中学生处于一个特殊的阶段，心理问题比较多，如：自卑、挫折感、厌学、迷恋网络等。教师应充分了解学生的心理特点，尤其是一些特殊家庭背景的学生，更要掌握他们的心理特点。在教学过程中，教师应针对这些学生的心理特点，有的放矢地进行教育。

首先要建立良好师生关系。教师和学生的人格上是平等的，因而在教育教学过程中教师应尊重学生、平等待人；其次要建立新型师生关系，“亲其师”才能“信其道”。教师应以身作则，要求学生做到的自己首先做到；再次要尊重学生的人格。教师在课堂上应做到目光注视学生、面带微笑；最后要建立民主和谐的师生关系。师生间应当是朋友关系，而不是上下级关系，尊重学生的人格、爱好和隐私。

要做好心理健康教育工作，必须进行系统、科学、合理、有效地心理健康教育。心理健康教育包括教师对学生进行心理卫生和心理健康知识教育，让学生掌握一些必要的心理卫生和心理健康知识。在对学生进行心理卫生教育时，要充分考虑到他们年龄阶段的特点，针对不同年龄阶段学生的身心发展特点开展工作。比如：对小学低年级的孩子们可从自我保护、交往与沟通等方面进行教育；对小学高年级到初中年级的孩子们可从学习、生活习惯等方面进行教育；对于初中年级以上的孩子们可从理想、学习目标等方面进行教育。为了增强心理健康教育效果，学校应成立相应组织机构。学校要定期开展心理健康讲座、交流座谈会等活动；建立校园文化墙、宣传橱窗等；定期组织学生进行集体活动，如：春游、运动会等。学校应组织学生对自己的日常生活进行分析，找出影响自身发展和身心健康方面存在的问题及原因，并制定相应对策加以解决。

#### 3.2 尊重学生，建立良好的师生关系

在教育过程中，教师要对学生表现出真诚的尊重和信任。教师对学生的尊重、信任和关爱会使学生产生强烈的安全感和信任感，从而产生一种强大的内驱力，促使学生去学习、去探索、去创新，使师生间建立起和谐的情感关系。在平等的师生关系中，教师要做到：首先，教师要经常向学生表达自己对他们的爱，而不是用命令和说教的方式。其次，教师要有“童心”。学生有“童心”，就会有很强的学习动机。教师在教学过程中，要关注学生学习上的“幼稚”现象。可以运用一些学生感兴趣的的游戏，让他们参与到教学活动中来；还可以通过讲故事等形式引起他们的兴趣。再次，教师要能宽容学生。教育是一种以爱为基础、以尊重为前提、以培养健全人格为目的、以影响人的一生发展为目标的社会活动。在教学过程中教师要多加

鼓励和表扬，给学生创造一个轻松愉快的学习环境；对于学生表现出来的错误或缺点也要多加包容和理解<sup>[3]</sup>。

在教学过程中，教师还要注意保护学生自尊，培养他们正确地认识自己和评价自己。俗话说：“良言一句三冬暖”，教师在教育过程中，要善于运用幽默、讽刺等手段来激发学生兴趣、培养学生自尊心理和自主意识。当遇到一些不好处理的问题时，可以运用幽默等手段来化解矛盾、缓解气氛、增强教学效果。教师要把每个学生都看成是一个平等的个体来看待，不能因为学生学习成绩好而偏爱他；也不能因为他学习成绩差而歧视他。这样才能让每个学生都感受到老师对自己的尊重和信任。同时也要把自己融入到学生中去，以平等、宽容、理解、欣赏和信任等态度与学生相处。师生间只有建立起和谐融洽的师生关系，才能激发出中学生学习的积极性和主动性。

#### 3.3 以学生为中心，培养学生的学习兴趣

在教育心理学中，兴趣是最重要的学习动机，是学生学习的内在动力。兴趣可以使学生集中精力去学习，促进学生的学习和发展，培养学生的创新精神和实践能力。所以，教师在教学中应充分利用教育心理学中的相关知识来提高教学效果。

《学记》中说：“教也者，长善而救其失者也。”从心理学角度看，教育过程是一个教育者与受教育者共同参与的双向互动过程。教育对象既有共性，又有个性，作为教育者的教师必须遵循学生的心理特点，因材施教。教师要尊重学生的人格和个性，既要关心爱护后进生，又要防止用歧视和侮辱来伤害他们的自尊心。作为教师，应以发展的眼光看待学生，善于发现每个学生身上的闪光点。无论是在学习上还是在生活上都应该给予后进生以关心和帮助。教师应多用“放大镜”来发现每个学生身上的优点和长处，并根据他们自身的特点进行教育。教师应善于从学生身上找到他们成功的喜悦，让他们知道自己也是有优点的。如果我们善于发现每个学生身上的优点和长处，那么在班级里就会形成一种互相激励、互相帮助、互相欣赏、共同进步的良好气氛。我们还要学会利用和创造机会让后进生体验到成功与欢乐。

一位著名教育家曾说过：“如果你想把学生从一块石头变成一座桥，你首先要把自己变成一块石头。”教师要学会给后进生创造成功的机会，让他们体验到成功后所带来的喜悦，使他们有“我能行”、“我能做得更好”的自我效能感，从而增强自信心和上进心。总之，教育心理学为我们更好地做好教育工作提供了强大的理论武器和有力的实践指导。新课改对我们教师提出了新要求，作为中学教师，要认真学习教育心理学理论知识并加以消化吸收，并与自己所从事的工作相结合。把教育心理学知识与本学科教学实践结合起来，认真研究和探讨教学规律和特点。把学生作为研究对象，对学生进行全面、系统、客

观地分析、评价和诊断；了解学生在学习、生活中所存在的问题及其原因；分析学生在学习中对知识或技能掌握状况和知识迁移能力；提出具体可行的教学方法和策略。从而使教育工作更有针对性和实效性<sup>[4]</sup>。

### 3.4 积极开展心理咨询工作，培养学生的自我教育能力

在中学教学中应用教育心理学，有利于提高教学质量，促进学生健康成长和全面发展。同时，在当前形势下，传统的中学教育模式已不能适应新时期发展需要，必须对其进行创新改革，以培养出符合时代要求的高素质人才。在当前形势下，加强对教育心理学在中学教育中应用对策的研究与探讨具有非常重要的现实意义和指导意义。要培养学生的自我教育能力，教师首先要有正确的教育观念。教育是一种有目的、有计划、有组织的活动，教育者和受教育者双方都要有意识地参与到活动中去。教师要注意自己的言行举止，要向学生展示自己高尚的人格，良好的修养，对学生起到榜样和示范作用。在学生面前树立良好的形象，与学生建立良好的关系，成为学生心目中的知心朋友。教师还要积极主动地与家长沟通，共同探讨教育方法。对于家长不理解学校教育理念和教育方式的，教师要积极主动地和家长沟通，使家长对学校教育理念和教育方式有更深入的了解，促进家校合作。教师要有计划地安排一些班级活

动，如：亲子活动、班级联欢会、运动会等，这些活动能使学生感受到集体活动带来的快乐，调动学生学习的积极性和主动性。同时，教师还要注重培养学生良好的兴趣爱好和特长。利用课余时间组织学生参加各类有益活动。比如：兴趣小组、绘画比赛等。让学生在参加各项活动中感受到自己身上所特有的闪光点，从而更自信地面对生活中的困难与挫折。此外，教师还要重视培养学生独立解决问题、自主学习能力和自我教育能力。让学生学会正确面对挫折和困难。对于有心理障碍、学习困难、生活不适应等问题的学生要积极主动地进行心理咨询工作<sup>[5]</sup>。

## 4 结语

综上所述，教育心理学是一门以培养学生的学习兴趣、促进学生的健康成长和提高学生的心理素质为主要任务，以教育为手段，以心理素质为目标，具有较强实践性、综合性的学科。我们应将教育心理学与中学教育相结合，从学生的实际出发，根据他们的身心发展规律、个性特点、认知水平等各方面因素来研究不同群体学生的心理特点和学习心理规律。把教育心理学知识融入到中学教育之中，并在教学过程中渗透其中。这样才能使我们培养出来的学生更符合社会需求，更加有利于社会进步和发展。

## 参考文献：

- [1] 吕悦敏.教育生态圈视角下初中后进生转化研究[D].华东师范大学,2023.
- [2] 蒙美兰.基于心理学相关理论的初中数学试卷讲评课的实践研究[D].华中师范大学,2023.
- [3] 姜格,徐欣怡.教育心理学在中学美术教学中的应用[J].思维与智慧,2022,(10):54-55.
- [4] 吕思琦.教育心理学在中学数学课堂中的应用[J].求学,2021,(39):13-14.
- [5] 杨双娇.心理学对美国基础教育改革影响的历史与现实考察[D].陕西师范大学,2020.