

## 初中生青春期主题教育[优秀范文五篇]

### 第一篇：初中生青春期主题教育

初中生青春期主题教育 青春期主题教育心得体会 50 字青春期主题教育感悟 50 字【--心得体会怎么写】

青春期是指以生殖器官发育成熟、第二性征发育为标志的初次有繁殖能力的时期，在人类及高等灵长类以雌性第一次月经出现为标志。为大家整理的相关的，供大家参考选择。

青春期主题教育心得体会 50 字青春期主题教育感悟 50 字 青春，这是人生中最灿烂、最美好、最宝贵的年华，有如朝阳，好比鲜花，为人们所向往和赞美。然而青春期又是多思的时代，多变的季节。在这个阶段，人常常会浮动浮躁，也易出现欢喜和哀愁交织。如何面对一些突如其来的风浪呢？一、正视心理问题，塑造学生健全人格。

健全人格是学生走向社会必需的一种素质，而健全人格的塑造必须遵循学生生理及心理发展的规律。高中学生正处于自我意识和独立意识的觉醒和发展时期，他们在长大过程中，还有许多不成熟的地方，必须依靠教师的指点和帮助。我们应变外塑为内化，掌握学生的兴趣和爱好，丰富学生的生活，使学生对学习、前途充满信心。从现代意识、自我认知、基本的道德规范和行为准则等方面入手，教会学生学会自我评价、自我调节、自我控制，从而形成自身较为稳定的人格特点，以期达到人格塑造不断完善的目的。

二、对青春期的学生进行心理指导，教给学生心理调适的方法。

进入青春期的高中学生，随着生理发育成熟，不可避免地会产生对异性的好奇和对爱情的探求。他们生活经验不足，感情易冲动，自制力缺乏，极易陷入早恋 的泥潭。为引导学生正确认识早恋的危害性，顺利渡过青春期，需要对学生进行心理指导。闲谈是对学生进行心理情绪的有效方法之一。教师若能巧妙地把握时机，以有关青春期、性心理方面的知识为引导，层层分析，就会深入学生心灵，使学生从中得到启迪。此外，还有 xx 现象比如超级女生、追求高消费比如穿戴名牌衣服等敏感而又十分重要的问题，教师如果能运用相关的心理学知

识进行教育引导，其说服力远远胜过空洞的说教。

我校将青春期教育列入了学生思想品德教育范围，定期对学生进行青春期教育，其中包括现代的青年观，青春期生理、心理知识，观看青春期知识录像带，设计、发放、分析调查问卷等。我们以树立什么样的人生观为主题，利用多种形似组织学生座谈讨论，指导他们划清纯洁的友谊、真挚的爱情和早恋的界限，认清科学的人生观，树立远大理想和崇高的志向，教育学生珍惜青春期大好时光，专心学习，让学生认识自我，做到自爱、自尊、自重、自强，具有一定的自我控制能力。

三、架设心灵倾诉的立交桥，开展心理咨询 人的心理活动有其隐蔽性的一面，学生希望通过咨询，尤其是个别咨询的方式来解决心中藏而不露的一些心理问题。为消除学生对心理疾病的神秘感、恐惧感以及羞耻感等种种偏见和误解，在咨询工作中我们始终遵守保密原则，一切从预防着手。教师利用个别谈话、个别教育的时机，针对学生的实际情况，运用心理咨询技术，对部分有心理问题、心理障碍的学生进行心理咨询诱导，从而加强学生的个别教育。如对性格内向不善交往的学生可结合有关社会心理学知识、进行社会交往和社会适应的教育；对那些所谓屡教不改的学生则指导其进行意志品质的锻炼；对学习成成绩差的学生，既要进行学习目的性的教育，又要

教给他们科学的观察、记忆、思维的方法，使他们改进学习方法，求得较大进步；对由于心理健康问题所造成的学生在情绪、性格和人际关系上的缺陷等，都应想办法帮助他们排除，以免造成不必要的危害和后果。在进行个别教育、心理咨询时，要语气温和、态度诚恳，要选择适当的场所进行交谈。这样，会更有利地帮助学生更好地适应社会和认识自己，完善自己，促使学生自我精神保健的自觉和自我精神支持系统的完善。

四、建立新生入学健康档案及心理档案 在新生入校后，学校每年对学生进行体检，对每一位学生建立健康卡片，以便了解和掌握学生身体发育状况。体育课定期对学生进行健康测试，学校制定出了课间操达标评分标准，设计了课间操质量一览表，从快、静、齐三方面对

各班课间操的质量进行考核，由此，提高了课间操的质量，也使正处于青春期生长发育的学生得到了锻炼，更利于身体健康。

教师可以运用观察、实验、量表测量等方法了解和掌握每一个学生的心理发展特点和水平，建立起每个学生的心理档案。如：可以通过心理学量表测量出学生的智力发展水平、性格特征、气质类型等心理特性；也可通过观察、实验等方法了解学生的心理过程、情感意志、自我意识、社会交往能力等方面的心理发展状况；还可以通过学生的言论举止、笔记文章、行为表现等了解学生的典型心理。然后教师可采用卡片的形式建立心理档案，以便日后的管理和教育、教学活动。

通过上述工作的开展，使我们更加了解学生的心理、生理状态。能够既照顾学生共同的年龄特征，又兼顾每个学生的个性特点，对其心理变化、发展过程作系统的动态的观察，真正做到因材施教、有的放矢，对症下药。

青春期主题教育心得体会 50 字 青春期主题教育感悟 50 字 不知者不罪，青春期时，学生身上的问题很多，在成人看来有些是很幼稚，但从小到大，学生在这方面的受到的教育是微乎其微，成人对敏感问题尽量回避，学生有时感兴趣问起，也是一棒子打死，这是罪在成人；受到社会发展的不良风气的影响，学生关于青春期的知识基本上来自影视剧等片面的知识，所以误学误用贻害无穷，看青春期教育的观后感(原创)。罪在社会学校教育的滞后性，看了这几个视频，让教师也系统的进行了青春期的教育，有了正确的操作方法，只要在实际中加以检验就能更好的服务学生。

教书育人，我们不单单教文化知识，正所谓两条腿走路，才能稳中有快，而人的身心健康的教育将对人产生一辈子的东西，我们因为难堪而大胆的忽视，是不能容忍的，这让教育是单脚走路，失却了本应有的平衡，是很危险的。对于青春期要讲的内容很多，本文就学生的恋爱观发表一下看法：高中学生恋爱现象很普遍，一个源于好感，对异性的渴望及占有欲，一个受到电视杂志等媒体的影响，好像在恋爱很风光，本人认为最重要的是，现在学生学习很压抑，学的`很辛苦，在家得不到家长的安慰，家长要的是成绩，学生与家长无法交流，在

彷徨中寻求另一半。现在教育问题只注重智育的教育，忽视了人身心的培养，好像是看是很正常，但一条腿走路，总不是长久之计。教育缺乏长久考虑，缺乏为学生的身心健康服务，一旦学生的在学业上有所失败，往往失去方向感，学生的想法是很单纯的，这个时期的情感是比较丰富的，睹只能解一时之困，而不是长久之计。

这几年我在处理这些问题和观察其他老师处理这类问题的时候认真的反思、探究，得出了

这样的结论：正所谓日久见真情，学生之间产生好感的情况很多，无非是相处时间久了，或是坐前后桌互相说得来，有时个别学生也明目张胆的谈恋爱，我们不能火冒三丈，草草批评一顿，就此了事，学生往往故伎重演，很难能阻止的了，因为情感产生后，恋人之间的思想如同白痴，不可能有良好的区分好坏，有的就是冲动。强硬的对质就是两败俱伤，这有何必，平等的交流对是处理之道，谈恋爱属于情感问题，采用的方法只能是疏导，而不是防堵，就像大禹治水，洪水来了，你靠防堵，洪水总要找到宣泄的地方，你越堵，洪水越多，大堤的压力就越大，最终洪水决堤，带来的危害就更大。我们称之为的恋爱，无非就是学生之间的一种好感，这种好感是可以引导的，我们可以把这个问题摆到桌面上和学生进行心灵的沟通。给学生讲什么爱情？什么是婚姻？在这个年龄里我们要面对的是什么？学生这么做错了吗？在这个年龄这么做带来的是什么？怎样转移自己的情感兴趣？爱情是由物质基础的，不是花费着自己父母的血汗在那里风花雪月，这是对爱情的玷污，爱情是浪漫的，而婚姻是现实的，我们稚嫩的双肩是挑不起我们的未来的，你看看你的父母，在婚姻的殿堂里更是需要责任和承担的，需要养活家庭，养活父母子女，而不是天天卿卿我我的。如果我们在学校里不能很好的打拼自己的未来把自己成长为一个德智体美劳全面发展的人，成为一个有自己事业和未来的人，爱情和婚姻都是妄谈的。另一个方面，如果我们今天花着父母的血汗，在这里不务正业，那么我们就是一个不负责任，没有承担的青年，我们的未来是黯淡的。我们同学都应该有远大的理想和志向，去追逐自己的梦想，把对异性的好感当做一种动力，等几年后，你事业有成，又到了成年

人该婚嫁和迎娶的时候。我们的所想的就都是正确。所以现在我们要转移兴趣，通过体育锻炼、正常的同学交往、刻苦学习等许多途径让自己浮躁、喧哗的心灵宁静下来，冷静思考以致远的时候，等过了这三两年的狂躁的年龄后，你的思想就会回归到正常的理性生活的角度。

疏导大于防堵，给学生一片健康成长的天空吧!青春期主题教育心得体会 50 字青春期主题教育感悟 50 字 最近，不断有家长诉苦：孩子顶撞他、不服从管教，他为此多次动手打了孩子，可至今仍没什么效果，怎么办?听了家长无助的声音，我也陷入了深思，也许此时，经历过儿子青春期叛逆的我最能了解他的苦恼，我尽我所能帮他发现教育的问题，想一些办法帮他解决，送走他后，我想了很多：

我想，家长应该明确两点：一是孩子为什么不服从家长管教;二是怎样管教孩子才有效。

第一点，孩子不服管必有其原因，家长应搞清原因，特别应摸透孩子的心理，然后才能正确施教。要倾听孩子说话。家长往往习惯于自己说话，让孩子听话。家庭应该是孩子说心里话的地方，家长要注意把说话的机会留给孩子，特别是内向的孩子，家长更要予以重视，鼓励孩子多说话。家长不能因工作忙忽略与孩子的思想交流。特别是父亲要跟孩子作有益的思想交流，在餐桌上的话题往往比较轻松，当孩子说话家长倾听时是最美好温馨的时光。

第二点，是教育的方法问题。宽容与约束都重要。对孩子宽容好还是严格好，并没有一致的意见，现实中家庭教育失败的教训往往过分宽或过分严。家长要明白这样的道理，孩子的快乐性格不会是在训斥声中养成，家长的适时表扬比其他物质奖励更能帮助孩子养成好

品性，表扬孩子与约束孩子的不良行为不构成矛盾，奠定孩子愉悦的幸福人生基础从鼓励与表扬开始。

随着年龄的增长，孩子逐渐变得独立，求知欲更强了。周末，家长可带孩子参加展览会之类的活动，让他见见大场面，开开眼界;能独自处理的事情我们都放手让他去做，如制定合理的学习、生活计划;如果做错了什么事，父母不一定要直接指出，可以让他自己将那些不对的行为和同龄孩子对照，让孩子自己去领会到什么是对，什么是错。

教育青春期的孩子确实令人头疼，但只要方法得当，依然能取得良好的效果。

## 第二篇：初中生的青春期教育

### 初中生的青春期教育

#### ——青春期孩子的生理、心理特点

##### 一、生理变化

您有过这样的时刻吗？夜晚望着孩子的酣睡，听着均匀的呼吸，您可能会惊奇地发现：在不知不觉中，孩子变得有点陌生，您所熟悉的童年轮廓已残存不多了，伸在被子外面的大手、大脚、长胳膊、长腿，仿佛是并不属于您的孩子似的。是的，生命是永远处在运动状态中的，您家那个可以搂在怀里的顽童，好像是几天功夫，就长成了大姑娘、小伙子了。——您面前重新接纳一个“家庭新成员”、孩子面临接纳一个“新我”的问题。

人的一生，生长发育并不均衡，时快时慢，既有连续性，又有阶段性。您初中的孩子，现在处在青春发育期，女孩约在11~12岁，男孩约在13~14岁开始，在这往后的4~5年里，他们身体发生急剧的变化。

变化之一：身体形态的剧变。初中生的身高每年平均约增长6~8厘米，增长快的可达10~12厘米。他们的体重每年平均增加5~6公斤，个别可增加到8~10公斤。体重的增加反映出孩子内脏、骨骼和肌肉的迅速发育。这时的孩子个子窜得很快，但由于中枢神经系统不能立即适应身体的迅速生长，所以孩子的动作常常显得不够协调，您会感到他们总有点笨手笨脚或毛手毛脚。

有一点要提醒您：孩子长个，有早长晚长之别。这和性成熟早晚有关。性早熟的多为短肥身体，性晚熟的多为细长身材。长得高大，固然可喜，但太高也有不便；长得矮些，也不要自卑，矮有矮的优势。家长们应当明白，高几公分矮几公分，并不要紧，关键在于要健壮；身体修长当然美，长得墩实，也有个性的美；但如果只有外形美没有内在美，就没有持久的美。心灵美的引导是家长的一项任务。

变化之二：身体机能增强。初中生骨骼和肌肉迅速生长，身体迅

猛发育，促进了孩子们的循环系统、呼吸系统等内脏各部器官也相应变化。他们的握力、血压、肺活量、血红蛋白等项生理指标接近成人，并且各方面的发育变化，均显示出男女两性差异。初中生有时爱犯头晕的毛病，也比较爱疲劳，其原因就是长得太快，血液循环路线延长了，而心脏增长并不能很快，所以容易出现暂时性的供血不足。

初中生的大脑和神经系统变化也很明显，他们脑容积和脑重量接近成人，神经系统的发育趋于完善，大脑机能更加成熟。这个年龄的孩子，的确是耳聪目明，才智焕发，他们的脑的贮存量的多少已不成问题，关键是给予他们什么样的知识和怎样使知识成为系统。面对这个变化，您应怎么办呢？

第一，注意营养配餐，饭菜虽然用不着特殊，但量要足，营养要全面，蛋白质和维生素的需要量，肯定比成年人多。蛋白质每天需要40~45克（女孩略低）；各种维生素之中，A、B、C、D四种尤其重要。早饭，一定不要马虎；要喝一定的水；不要乱吃补药。第二，注意保证每天8小时睡眠（包括夏季的午睡），早睡早起，按时睡按时起，生活有规律。

第三，您要和孩子一块坚持锻炼。孩子锻炼，是青春发育时的需要，锻炼使四肢和内脏更为健康地生长；您锻炼是中年人的需要，防止衰老，永驻青春。两代人互相鼓励，互相督促，孩子克服软弱，您也不好意思懈怠。

变化之三：性的萌发与成熟。性腺（指男性睾丸和女性卵巢）的发育，性激素的分泌，使初中男女学生的生殖器官迅速发育并逐渐趋向成熟。女孩的月经初潮和男孩的初次遗精，是他们性发育的重要标志。

在体态上，您会发现：男孩嗓音变粗变低，喉结隆起，胡须，腋毛和阴毛长出，体魄日益健壮；女孩嗓音变细变高，乳房突起，皮下脂肪呈丰满状态，骨盆增宽，腋毛、阴毛长出。

这些身体外部的表现，我们称为第二性征。

## 二、心理变化

生理变化是心理变化的物质基础，性生理的发展必须带来性心理

的发展。——这个推论，您如果能够同意的话，那么，您对孩子的性心理发展，就不会总是忧心忡忡的了。初中生的性心理发展要经历三个阶段：

（一）异性疏远期。这个时期大约在孩子小学六年级和中学生一年级。当时由于青春萌动，生理上出现明显男女差异，使他们感到陌生、不安、难以接受，又由于他们缺乏两性知识，因此在异性同学面前，就产生一种害羞心理，甚至畏惧心理，从而使异性同学之间暂时疏远。

其实在这之前，还有一个阶段，即幼儿园或小学低年级时期，男孩女孩之间无拘无束、两小无猜。等进入小学高年级或初一后，女同学率先进入了生长高峰，个子常常高过当时的男同学，不少同龄的男生倒矮小得像是个小弟弟。男生对“女大十八变”有些惊奇、尴尬，羡慕中又带着点无可奈何，所以男生的疏远，还是内心自尊和自卑交织造成的。而女同学是无忧无虑的，她们一点也体会不到男生的难堪。只有一两年光景，男同学进入了生长高峰，他们像雨后的高粱，三窜两跳就陆续长成高高的小伙子。男生们在一起时，有说有笑，有打有闹，而和女生相处时，像是换了一个人，也不知是真腼腆假斯文，还是假冷淡真紧张，双方都有一种陌生感，即使在一个班里因学习工作需要，必须接触交往时，双方都挺别扭。这就是异性疏远期。疏远，有男生疏远女生，也有女生疏远男生，原因十分微妙。对自身发育剧变一时难以承受，如：我嗓子变得这么粗，准惹她笑话；对异性发育剧变一时难以适应，如：哟，竟长出小胡子了，我可不愿理他；有男生的自卑心理，如：她像个大人了，我真不好意思和她站在一起；有女生的戒备心理，如：万一我开口，他不理我呢？等等诸如此类现象造成异性人际交往的障碍。异性疏远期是个暂时现象，也是正常现象，随着孩子们对自身和异性生理心理的理解和适应，他们交往的障碍就会消除。目前，初一学生的异性疏远现象已经淡化，可见我们的学生在接受新我和接受异性变化方面，心理承受力增强了。

有的家长觉得，异性疏远期越明显越好，越特久越好，这样“安全些”、“放心些”。这是个错误认识。是孩子总要长大，是种子总



要萌发，是溪水总是汇入大川的。阻止性心理的发展是愚蠢的，我们不能让孩子永远停留在天真幼稚。为什么有的青年快30岁了，一见异性就张口结舌、手足无措？寻找原因常常是少年时父母管束太严，缺少了异性接触的锻炼，结果得了异性接触恐惧症。

（二）接近异性期。初二以后，学生们结束了少年时代，迈入青年初期的历程，男女之间有了一种喜欢接近的需要。其表现是：男女同学喜欢一起做作业，一起出板报，一起侃大山，一起春游秋游演节目。光是同性，不来“情绪”；有男有女，倍增“情绪”。女生对男同学产生好感，始于十三四岁；男生对女同学产生好感，始于十四五岁。到了初三，男女同学都努力克服交往的不安和羞涩，试探着接近起来。但由于他们感情比较隐秘，很少能达到相互间感情交流的，更多的是在班集体活动中以群体形式接近，较少采取一对一的接触，即使怀着爱慕之心也不轻易表露，或是采取写日记独自倾述，或是在同性同学中交换看法。他们对自己的性角色扮演还在体验、学习阶段，有时深沉显得造作，有时耍贫嘴显得轻浮；有时敏感过分，双方陷入误解；有时迟钝，“冒傻气”的事干了连自己都脸红。他们处在青年初期，性生理和性心理发育尚未完善和成熟，虽然萌发对异性同学的爱慕，或者说滋生了初恋的嫩芽，但对恋爱还处在无知阶段。

这是一段较长的时间，可能一直持续到学生上大学、工作，持续到爱神真正的降临。那时，他们将进入性心理发展的第三阶段：两性恋爱期。两性恋爱期已经超出了初中生的话题，我们暂且不谈，而第二个时期即接近异性期，是家长们教育最感棘手的阶段。即不能仅凭蛛丝马迹就捕风捉影，横加限制，又不能始终装聋作哑，从不过问。您的工作应该掌握这样的分寸：在指导孩子异性交往，保持兄弟姐妹般友谊的同时，又要防止孩子“跟着感觉走”，误入爱情的激流；既要给予孩子宽松的心理空间，让他去体验、学习异性交往的规范，又要防止他违反社会道德，被性冲动驱使，做出越轨的行为。这既是认识问题，又是方法问题。

为了有助于您掌握教育的分寸，还得给您介绍一下这个时期孩子的性心理特点。

### 三、性心理的几个特点

初中生有独立自主的愿望，却仍旧保留着依赖成人的习惯；有不断膨胀的物质需求，总遇到不可能充分满足的限制；有强烈的成人感，却还处在“小孩子”的身份；有着日益广泛的课外兴趣，却常常缺少正确的引导和发展；他们内心闭锁，渴求理解，但被理解时候不多，被误解时候不少；他们好说好动，精力充沛，又因认识水平低，常违反纪律，做出错事蠢事；他们渴求友谊，可又不会择友，常被哥们义气所控制；特别是青春萌动，叩击着少年们的心，可他们又缺乏性知识，缺乏性道德的约束，好奇而无知。人们形容十三四岁的孩子是“十字路口的勇士”。

初中生的性心理特点表现在以下几个方面：

（一）体相意识增强。生长速度加快和第二性征的显现，刺激了孩子们对自己产生一种重新认识的热情。他们开始格外关心自己的高矮、胖瘦、相貌，当然，也关心同学的高矮、胖瘦、相貌。喜欢照镜子，比较注意穿戴，爱在头发上作点文章。有的孩子还收集很多影星、球星、歌星的肖像进行比较、分析。“爱美”，成为初中男女同学的共同热点。——这并不是坏事。照镜子、搞调查，是无法禁止的。家长应当引导他们正确对待自己体相上的优缺点。生物遗传是先天的，无法更改；但整洁、礼貌、风度、良好的性格，是可以后天学习获得的。美少年，可能因美而盲目自傲，因美而学习不肯专一，因美而比别人遇到更多的诱惑，美可能成为他成才的阻力；“丑”少年，可能因丑而格外谦和，因丑而分外刻苦学习，因丑更为注重性格美的追求，丑成为她成才的一个动力。（编者注：“丑”有时是一种不真实的自我感觉，未必真丑）

（二）渴求性知识。初中生对自身第二性特的关注和探索，正在悄悄进行；对书中的性知识也充满好奇，他们既想读一读科普读物中关于性知识的介绍，也愿意读一读小说中的爱情描写，科普读物的介绍是冷峻、清晰的，而小说的描写是热烈而模糊的，他们都愿意去理解和体会。他们对影视中“床上戏”，不再掩饰自己的兴趣；对生活中的爱情场面，也在悄悄地观察和分析，例如：公园里热恋中的男女

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/418130007121006026>