

自信成就梦想

——培养小学生自信心的途径研究

高颖

(通化县大泉源满族朝鲜族乡天仁中心小学 吉林 通化 134100)

[摘要] 自信是成就人生梦想的基石,一个充满自信的人,事业总是一帆风顺的,而没有信心的人,可能永远不会踏进事业的门槛。但自信心并不是与生俱来的,它需要后天的培养,而儿童时期是心理品质形成和发展的关键期,大量研究表明在这个时期对孩子进行自信心的培养有着重要的意义。本文根据教学实际,研究了如何培养和树立孩子的自信心。

[关键词] 小学生; 自信心; 培养

大课间活动,是孩子们最快乐的时刻。学校为了丰富学生的课余生活,往往会在这个时间以班级为单位举行一些以班级为单位的集体比赛项目,一是为了丰富学生的课间生活,二是为了增进学生间的合作意识。

在一次夹球比赛过程中发生过这样一件事。比赛过程中,学生们用腿部夹住球蹦蹦跳跳奔向对面同学,看到孩子们稚嫩的笑脸和并不熟练夹球动作以及他们积极参与的劲头,我和其他学生在一旁为正在场上比赛的学生高声加油喝彩,二年一班的学生在与平行班的比赛中已经取得了暂时的领先优势。可就在这个时候,我发现他们班的一名小男生唯唯诺诺的拉着班主任老师的手小声嘟囔着什么。我仔细听着这师生的对话:小男孩说:“老师,我现在有点紧张。”老师蹲下身子说:“你为什么紧张?”小男孩说:“如果我夹球夹的不好,咱们班不就得了冠军了吗?”听了孩子稚嫩的话语,我感受到了他的内心压力。这时,班主任老师和蔼地对他说:“不要紧张,就是玩吗?只要你用心去做,就够了,老师和同学会为你加油的,相信自己,老师也相信你一定行的,加油!”听了老师的话,小男孩用手拍了拍一下自己的前胸,好像在给自己鼓劲,不经意间,他发现了我,我也顺势做了一个加油的手势,给予他最大的鼓励。

事后,我不断思考,这个孩子在平常虽然学习成绩不是很优秀,但性格还是很开朗活泼的,在这样的一个集体项目中,他不应该有这样紧张畏惧的心理。而我觉得孩子有这样的心理是一个很严重的问题,会影响孩子将来的身心健康。在孩子的成长过程中,总会经常遇到这样或那样的挑战,树立孩子的自信心有多重要,如果事情还没有开始做,自己就退缩了,那么这样的人一定是灰色的,又有什么意义。所以我开始不断寻求这方面的答案。怎样才能帮助孩子树立自信心,给自己足够的勇气,相信自己,给自己不断加油,决不能输给自己。

于是,我开始多观察,多思考,查阅有关学生心理健康的书籍,摸索了如何解决学生自信心不足的问题。

一、多与家长沟通,了解孩子缺乏自己自信的原因

每个孩子的家庭成长环境是不同的。有的父母可能因为家里负担重,很辛苦而无暇顾及孩子,忽略了孩子的内心感受,总觉得孩子不会做什么,或者即使做了什么也没有鼓励,肯定。久而久之,孩子对任何事情都没有了兴趣,就会产生厌倦、畏惧的心理,缺乏正确认识自己,评价自己的能力,总觉得那个不被人注意的小角落才是属于自己的。当了解了这些以后,在感到心里的苦楚的同时,更感到无可奈何,也许一个好孩子就这样被不经意的忽略或者只言片语给扼杀了。于是我开始真诚的与家长交流,引导他们改正自己的错误,如何去鼓励孩子,当孩子独立完成一件事后,要及时赞赏鼓励,即使失败也绝不能挖苦,要多给孩子自信,让他们有勇气面对成功和失败,能正确树立人生观、价值观。而另一方面更注重孩子在校的表现,多关心,多鼓励,多与之交流,让他感受到来自大家的关爱和重视,依据每个孩子的真实情况给予他们不同的任务,让他们感受到成功的快乐,正确的认识自己,原来自己也是挺棒的。由于家庭与学校共同努力,使孩子的心理发生了微妙的变化,不再逃避,也愿意跟同学们交往,渐渐地变得阳光自信了。

自信心是一种自我肯定,自我信任,相信自己的力量能够实现一定目标的心理状态。他建立在对自我认识,正确评价的基础

上。而当今学生在学习生活中,最常见的普遍心理却是自卑和胆怯。这是因为他们对自我信任和相互信任没有正确的认识,从而不相信自己的能力,导致出现退缩或回避的消极行为,最终无法得到成功的体验。针对这一现象,我们迫切需要让学生正确认识自身实力,帮助学生消除胆怯,自卑,掌握树立信心的方法,大胆尝试,敢于拼搏,勇于实现自我价值,体验成功,成为高素质的、适应社会的人

二、爱护、尊重学生

学生对外界事物的感知是非常敏感的,哪怕是一个眼神,一个动作,一个微笑,可能都会使他的情绪产生微妙的变化。每一个孩子都渴望得到老师的关注。如果有老师的足够信任和重视,那么无论做什么,他都有可能信心百倍,经常会有超乎寻常的收获。所以说,伤害了学生的自尊心,就会阻碍学生的进步和发展,甚至毁掉他们的前途。在这方面,我运用最多的是肢体语言,这也学就是肢体语言的魅力,通过肢体语言的触碰来传递你对他的关注也许会更真实,而且更有效。班级学生之间,师生之间的关系变得更和谐了,提高了学生的沟通能力和自我评价能力。

三、给以学生较多的情感关怀

有些学生不善于表达交流,总是把自己藏起来。在课余时间,我总会走近这样的学生,询问他们一些生活中的琐事,分享一下自己的快乐。孩子是需要情感交流的,当你给予真诚,你自然也会收获一份信任。他也会将自己的故事讲给你听。师生关系在真诚的交往中转变成了朋友关系,畏惧的心理也就自然消失了。

我们需要多倾听孩子的心声,给予他们尊重、信任与鼓励。一天当中,孩子与教师在一起相处的时间是最多的,从早上入园到下午离园,一天时间里,孩子可以学到很多东西,除了学习知识以外,更多的则是直接从教师身上学到的东西,教师的行为习惯都将影响着孩子。在孩子的眼里,老师是神圣的、伟大的,老师的每一句话,每一个动作,甚至每一个眼神都影响着孩子,在孩子的学习与成长过程中,教师担负着重要的职责。

孩子与教师是相互影响的,在教师给予孩子爱的同时,孩子也给予了教师不曾拥有的爱;在教师传授孩子知识的过程中,孩子也给予了教师教学方法的反馈;在教师给予孩子快乐时,孩子也给予了教师一张张天真的笑脸。我们在奉献自己的同时,孩子也在回报着我们。

学生需要爱,教育呼唤爱。爱是一剂良药,是师生沟通的最好桥梁。因为有无私的爱,你才能时时刻刻的关注你的学生,因为有爱,你才能以学生作为你生命的中心,并将其作为展示生命价值的一方净土。因为有爱,你才能全身心的投入到你坚守的工作中,将每一个孩子都看成一个鲜活的生命个体,尊重他们。理解他们,给他们自信,给他们勇气,让他们在阳光下茁壮的成长。

参考文献

[1] 黄御卿. 新时期班主任工作的改革创新——以培养学生自信心为视角[J]. 中华少年, 2017(11).

[2] 彭碧容. 发掘小学生闪光点的个性化策略[J]. 课程教育研究, 2016(06).