

# 在小学语文教学中渗透心理健康教育之我见

莫毅妍

(广东省惠州市龙门县永汉镇第二小学 广东 惠州 516870)

**[摘要]** 社会的日新月异,父母的望子成龙心切,令当代的小学生心理负荷遇到前所未有的考验。心理健康教育应全面渗透在学校教育的全过程中,而语文是一门人文性与工具性统一的学科,在渗透心理健康教育方面具有优先条件,本文主要是探索在小学语文学科中渗透心理健康教育的一些做法。

**[关键词]** 心理健康;渗透;语文

小学生是特殊的社会群体,正处于生理、心理迅速发展的关键时期,容易出现各种心理健康问题,而语文就是培养学生高尚的道德情操和健康审美情趣,形成正确的价值观和积极的人生态度为目标的学科,在教学中让学生心理素质和人文素质和谐发展,形成健全的个性品质。但作为农村小学,由于人力、物力的限制,难以开出专门的心理课,只有通过学科的渗透进行心理健康教育,而语文是文化基础课,所以,在语文教学中渗透心理健康教育是必要的。在多年的教学实践中,我总结了自己的一些做法。

## 一、努力挖掘教材因素,培养学生高尚情操。

人文性是语文教材的一大特点,在小学语文教材中,有优美的诗歌,有趣的童话,富含哲理的散文,它们从不同角度反映了人性的真善美,这些就是对学生进行心理健康教育的好素材。

(一) 利用教材因素,潜移默化,培养学生高尚的道德情操。

语文是人文性和工具性高度统一的学科,每一篇教材都是编者精心挑选,蕴含教育的意义。在教学中充分发掘教材内涵,激发学生内心情感体验,有的放矢地进行心理健康教育。例如:我在教学三年级语文《一面五星红旗》时,首先借助资料让学生认识国旗的由来,然后学生自读课文讨论:作者已经饿了几天,竟然不愿意拿国旗换一块面包,难道生命不比一面国旗重要吗?学生认真读课文,找出描写作者动作的词语体会作者的内心活动,让学生从作者的行动中受到民族尊严、爱祖国的思想教育。利用教材,让学生亲身实践,激发情感体验。人的情感是在情境中产生的,在课堂教学中运用多种教学手段创设情境,从而加深学生内心的情感体验,指导学生的行为。在教学三年级课文《画杨桃》时,很多学生未能感悟作者的体会,我设计这样一个情境,我拿了一个杨桃,指名几位学生坐在不同的角度上观察,思考:从不同的角度看事物,你有什么感悟?这一节课带来的教学效果也不错,后来在许多事情上,学生会以这课为借鉴,从不同的角度去观察事物,也有自己独到的感悟。

(二) 开展多种语文课外活动,挖掘学生的各种潜能。

### 1. 开展课前五分钟演讲,培养学生自主参与能力。

结合我们级组的小课题《课前五分钟演讲》,我让学生人人参与,每天在上语文课前,一人到讲台进行各种形式的语文活动,如诗歌背诵,散文朗诵,讲故事等,人人参与,增强学生的学习主动性,自主参与到班级活动中。

### 2. 开展各种语文活动,提升学生文化素养。

利用课外活动以及学校开展的第二课堂活动,组织学生进行成语接龙,美文朗诵,讲故事比赛,知识竞赛等,调动学生积极参与,搜集资料,认真练习,积累词汇,提升学生的语文底蕴,在参与的过程中端正学习态度,消除惰性心理。

## 二、积极营造平等和谐的学习环境,培养良好的心理素质。

和谐的课堂学习环境是一种隐性教育,对学生具有潜在的影响,平等和谐的学习氛围有利于学生积极参与学科活动,使课堂教学顺利开展。

### 1. 教师树立健康形象,用行动引领学生。

“亲其师,信其道。”作为一名教师,在学生面前首先必须是一位精神焕发,面带微笑,上课铿锵有力的老师,上课能引起学生高度的注意力,能在课堂中营造和谐、民主、合作的师生关系,促使学生形成积极的学习情绪。其次是一位学识渊博的老师,能让学生敬仰,从内心产生积极的学习态度,以此激发自觉进取的健康心态。教师的健康、博学的形象在潜移默化中影响着学生,学生表现出对老师的期待和信任感,自然而然地学生的个性品质也会得到积极的指引。

### 2. 建立良好的师生关系。

教学是双边活动,是师生之间的言语之间的交流,知识的碰撞。在课堂教学中,教师不是一味地传授知识,而是要帮助学生保持良好的学习情绪,对学生要和蔼可亲,善于观察学生情绪变化,及时排除不良情绪的干扰。作为小学生,一节课要做到专心听讲是一件不容易的事情,在课堂教学中我会观察学生的学习情绪,当发现学生情绪不高时,我会适时进行提醒、鼓励,以一些教学小智慧让学生参与到学习中来,只有师生互动才能使教学达到预期效果。多发现并表扬学生的优点,尤其是对待学习积极性不高的群体,及时发现他们的闪光点,比如上课能举手发言,能主动与组员交流,书写有进步等都应抓住契机给予不同的方式赞许,鼓励他们进取。这样,一个良好的学习氛围才会逐渐形成,学生的良好素质才能养成。

### 三、在小组中学会合作,形成良好的人际关系。

现代孩子由于社会和生长环境的影响,大多数孩子性格自我、自私,不会与人合作,只会抱怨,烦躁,这些都是心理疾病。在现实生活中,任何人单枪匹马,孤身作战都很难成功,要靠群体的智慧,团结协作。每个人都希望得到友谊,希望被团体所接纳,当学生发现自己对自己的评价与他人对自己的评价基本一致时,就会提高自信,提高安全感。在教学中,我采取小组合作学习方式,每小组四人,一个正组长,一个副组长,两名成员,在学习中互相合作,互相督促,达到共同进步,小组可以获得奖励。在课堂教学中有许多问题是需要学生共同讨论解决的,四人小组有利于开拓思维,加强学生之间的交流,培养合作意识。特别是一些成绩不好的学生,他们怕拖累组员,就会主动学习,而成绩好的同学为了荣誉就会主动帮助需要帮助的同学,这样每个小组都形成团结协作、积极向上的氛围,与同学间形成融洽的良好人际关系。

语文教学不但是传授知识的过程,也是对学生渗透心理健康教育的过程。在语文教学中,抓住一切契机,渗透心理健康教育,遏制不良情绪,提高心理素质,培养学生良好的个性品质。心理健康教育是一项长期又艰巨的工作,在语文教学中渗透心理健康教育的方式方法很多,值得语文教师去探索创新。

### 参考文献

[1] 王铁军. 中小学教育科学研究与应用. 南京: 南京师范大学出版社, 2002.

[2] 王铁军. 中小学教育科学研究与应用. 南京: 南京师范大学出版社, 2002.