

小学道德与法治学科与心理健康教育的融合探究

宋向华

山东省济宁市北门里中心小学

摘要：小学道德与法治学科作为小学心理健康教育的重要形式之一，通过提供讨论和交流平台，为学生提供了机会分享彼此的心理困惑和问题，加强师生之间的互动与信任。小学道德与法治教学不仅能促进学生的心理健康成长，还有助于培养学生的自我管理和人际交往能力，为他们建立积极的人生观和价值观打下基础。本文就小学道德与法治学科如何助力于小学心理健康教育展开研究。

关键词：小学道德与法治学科；小学心理健康教育；助力教育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.12.056

小学阶段是学生身心发展最为关键的时期，而心理健康教育的重要性备受重视。小学道德与法治学科作为渗透心理健康教育的一种教学形式，具有独特的价值与作用。它为学生提供了一个开放而自由的交流空间，让他们能够坦诚地表达自己的内心感受和困惑。在小学道德与法治教学中，学生们可以分享自己的成功经验和困难经历，从而增强他们的自尊心和自信心。本文将从以下几个角度进行分析：首先，介绍小学道德与法治学科在小学心理健康教育中的作用；其次，深入剖析设计和组织小学道德与法治学科教学的方法和要点，以期对相关教育工作者提供参考意见。

一、小学心理健康教育和小学道德与法治学科的关联性

小学阶段的学生因为对事物的认知较浅，学习到的文化知识也都是相对基础的内容，这时是学生发展的重要阶段。教师一方面要给学生传授更多的知识，另一方面也需要让学生的个性以及社会性得以成长，所以学生这段时间的成长历程不一定很顺利，还会遇到一些阻碍与难题。因此在面对这种情况时，教师就应当及时采取适当的策略，促使学生在心理方面也得以成长、发展。当今社会对人才的要求已经不仅限于人才的能力，还会考虑到人才的人格是否健全，当一个人才拥有良好的品格以及积极的生活态度，那么会受到更多的重视以及欢迎。所以教师需要重视学生的学习能力以及心理状态，从而完成对学生的心理健康教育，及时对学生进行系统性以及专业性的心理健康指导。通过在小学道德与法治学科中渗透学生心理健康教育，杜绝学生出现心理健康问题，进一步保证学生的健康成长。

二、小学道德与法治学科在小学心理健康教育中的作用

小学道德与法治学科在小学阶段的心理教育中起到积极的作用。小学道德与法治教学在课堂中为学生提供

了一个平台和机会，以分享和交流心理问题、经验和观点。小学道德与法治教学的目标之一就是提升学生对心理健康的认识和意识，培养其情绪管理和解决问题的能力，进而促进他们全面发展和健康成长。

（一）提供交流和分享的平台

小学道德与法治教学为学生们提供了一个安全、包容的环境，可以分享自己的心理问题、困惑和经验。通过与同学们的分享和倾听，他们能够认识到自己不是孤独的，互相支持和理解，减轻内心的压力和焦虑。

（二）培养表达能力和倾听技巧

通过小学道德与法治的课堂学习，学生将会学会如何清楚地表达自己的问题和想法，增强沟通能力和表达能力。同时，通过倾听他人的经验和观点，他们也将培养出良好的倾听和理解他人的能力。

（三）提高心理健康意识

通过小学道德与法治课堂教学的讨论和分享，学生们将增加对心理健康的认识和意识。他们将了解到心理健康的重要性，认识到积极心态和积极的心理健康对于个人幸福和成功的重要性。这将有助于他们更加积极地对待自己的心理健康，学会寻求帮助和支持。

（四）培养情绪管理和问题解决能力

小学道德与法治教学通过情绪管理和问题解决的练习和讨论，帮助学生们培养自我调节的能力。他们将学会面对问题并主动寻找解决方案，同时也会从其他同学的经验中得到启示和帮助。这种主动参与和解决问题的经历将有助于学生在日常生活中更好地应对挑战和困难。

（五）建立综合性的心理健康教育体系

小学道德与法治学科作为小学心理健康教育的一部分，与其他心理健康教育资源和措施相互协同，形成一个综合性的心理健康教育体系。这使得学校能够从多个角度、多个渠道对学生进行心理健康的教育和指导。

三、小学道德与法治学科在小学心理健康教育中的不足

小学道德与法治学科在小学心理健康教育中具有一定的作用，但是在实际操作中也存在一些不足之处。

（一）缺乏持续性和系统性

通过小学道德与法治教学渗透学生心理健康教育，通常是单次或不定期的活动，无法提供连续、系统的心理健康教育。心理健康问题是一个长期的过程，需要连续的关注和支持。而小学道德与法治教学不持续性可能会导致学生难以形成长期的心理健康意识和健康习惯。

（二）需求个体差异

小学道德与法治教学是集体活动，无法完全满足每个学生的个体需求。每个学生的心理健康问题和需求各不相同，有些学生可能需要更个性化的关注和支持。在教学中，难以针对性地解决每个学生的特定心理健康问题，可能会导致一些学生感到被忽视或不适应。

（三）缺乏专业指导和咨询

小学道德与法治教学通常由班级或学校的教师组织，缺乏专业心理教育背景的指导和咨询。对于一些复杂的心理健康问题，教师可能无法提供足够的专业支持和解决方案，容易造成心理健康教育的局限性。

（四）时间和资源限制

在教学日程紧张的情况下，小学道德与法治教学可能无法获得充足的时间和资源支持，对心理健康教育的时间和资源投入有限。这可能导致小学道德与法治学科教学的质量和覆盖范围有限，未能彻底涵盖小学心理健康教育。

（五）缺乏评估和反馈机制

对于小学道德与法治学科的效果和影响，缺乏系统性的评估和反馈机制。没有明确的评估指标和方法，很难知道小学道德与法治教学对学生心理健康的真正影响。由于缺乏反馈，学校无法及时调整和改进心理健康教育的内容和方式，以更好地满足学生的需要。

（六）缺乏学生参与的机会

有些小学道德与法治教学可能缺乏学生的积极参与和互动。如果教学中仅仅是教师的讲述和传授知识，学生们可能缺乏主动学习和表达的机会。缺乏学生的参与意味着无法真正了解他们的心理状态和需求，限制了小学道德与法治学科的有效性。

（七）微观与宏观结合不足

小学道德与法治教学通常集中在学生个体的心理健康问题上，而忽视了更宏观的社会和环境因素对心理健康的影响。心理健康问题往往受到家庭、社交关系、学

校氛围等因素的影响。仅仅关注个体层面的心理健康可能无法完整地解决问题，需要更广泛的心理健康教育措施来应对。

四、小学心理健康教育在小学道德与法治教学中的设计策略

（一）确定适当的主题和话题

确定适当的主题和话题，涵盖多个方面的心理健康教育是设计和组织小学道德与法治教学的关键。教师需要对学生的需求进行深入了解，同时关注以下几点：第一，教师与学生的沟通和反馈。教师可以与学生进行面对面的交流，了解学生对心理健康教育的需求和意见。此外，可定期进行学生评估调查，以便及时调整和改进教学的内容。第二，人际关系。了解人际关系的重要性，提升沟通和解决冲突的技巧。举例来说：可以组织角色扮演活动，让学生充当不同的角色，通过模拟情境来学习有效的人际交往技巧。第三，压力应对。探讨压力的来源和影响，并提供应对压力的方法和策略。例如：引导学生分享他们面对考试压力时的应对经验，并讨论如何有效应对压力，保持心理健康。第四，自尊心培养。了解自尊心的重要性，培养学生积极的自我形象和自信心。教师可以通过小组活动或讨论，让学生分享如何建立和保持积极的自尊心，树立正确的自我价值观。

（二）结合学生兴趣设计教学主题

在教学进行之前，教师就可以先带着学生一起进行兴趣相关的探讨，从而了解到学生现阶段的主要兴趣以及对社会事件的看法，了解不同学生的共性以及特点，从而激发出学生对心理教育主题活动的兴趣。先对学生感兴趣的话题进行提问，进而逐渐将话题的核心转移到心理健康教育当中。

例如：教师在设计“漫谈网络游戏”活动内容时，可以通过辩论的方式来激发学生的兴趣，调动学生的热情。把辩论的主题设定为“网络游戏利大于弊还是弊大于利？”然后在辩论之后可以帮助学生进行总结，最终归纳出网络游戏对于学生有这么样的作用以及影响，是否可以缓解学生的心理压力，对于这些内容，都可以让学生主动进行思考以及讨论，引导学生尽量讲出自己的想法，并且由教师组织归纳以及总结，帮助学生形成正确的意识与认知。不仅如此，也可以按照学生最终讨论出的结果制定纪律规章，从而将学生引导至正确的发展轨道上。

（三）采用团辅活动完成心理辅导

组织学生开展心理健康教育主题活动时，就应当先

分析出活动的主题想要表达或者想要传授给学生的观点。并且以此来设计活动内容，形成学生的正确认知，让学生学会以正确的方式去行动。

例如：教师在带领学生进行团辅活动之前，就应当先设定好活动的目标以及任务。比如：可以将目标设定为“增进学生之前的感情”“引导学生学会合作”“强化学生分享意识”等。为了达成这个目标，教师就可以组织学生进行“二人三足”的游戏，按照学生的身高或者体育素养，给学生分成适当的几个组，每个组两人，将挨着的腿绑到一起，共同前进。这个游戏的过程中，教师需要告诉学生，每个组之间的两个人必须有一致的步调。这样一来学生不仅可以进行配合，加强学生之前的凝聚力，促进增进学生之间的情感交流，还能借此完成心理辅导以及心理教育。还可以根据活动主题设计心理相关的短剧，更能有效的激发学生的学习热情。

（四）制定切实可行的教学目标

通过道德与法治教学，教师要引导学生树立强大的自信心，加强心理教育课程的渗透，做好学生的心理健康教育，还需要构建多样化的教学方式。例如：在教学中，教师需要尊重每一位学生，学生都是独立的个体，教师需要善于发现学生的“闪光点”。尊重学生的学习成果，从而更好地帮助学生树立高度的自信心。在实际的心理教育活动组织中，教师需要站在学生的角度去创设特色的心理健康教育课程，将学生的生活实例融入教学中，通过游戏的组织来保障学生可持续发展。

（五）构思巧妙的活动内容

教师是教育的引导者，可以说教师的能力直接影响了最终的教育效率。由于学生的认知能力低，在心理教育活动组织时，需要教师加强引导，促使学生能够循序渐进的感悟知识背后的人生哲理。因此在组织心理教育课程时，教师需要设计更具吸引力的教学内容，确保学生能够主动参与。同时，在互动活动中，教师要增加与学生的交流时间，通过课上、课下学生的表现、问卷调查、访谈调查法等手段，了解学生的心理状况，从而便于教师灵活调整教学方案。

例如：通过教学三年级《道德与法治》上册第二单元“我们的学校”和下册“我和我的同伴”单元教学，我发现：由于孩子正处于自我意识萌芽阶段，对自我的认识与了解比较模糊，容易在面对负面评价时产生不自信、不能正确看待自己；在和同伴相处时，容易受到外界的干扰，容易发生负面行为和负面情绪。这对学生的心理健康和人格发展有着较大的影响。针对以上特点，需要引导学生了解自己的特点，发扬自己的优势，

有自信心。知道人各有所长，学会同伴之间友好相处，用微笑来强大自己的内心，鼓励身边的伙伴。基于此，我设计了“三步曲”活动。活动第一步曲：送你一朵小红花。意在通过活动赞美身边平凡者的伟大，肯定同学们为班级做出的贡献，激励同学们奋勇向前。把小红花送给每一个为自己、为班级、为学校积极努力，默默付出，精彩生活着的同学。让学生爱自己，爱生活。活动第二步曲：幸福盲盒。暖心成长鼓励每位同学制作一个“幸福盲盒”，里面装上自己准备的礼物，送给同桌或好朋友，通过一个不经意的小举动传递温暖和友爱。活动第三步曲：知心姐姐信箱。安装知心姐姐信箱，学生可以写出近期烦恼投进信箱内，老师择机与其交流解决。知心姐姐信箱就像一个树洞，让同学们讲出心中的苦闷和忧虑，全力解决倾诉者的问题，让困惑经过文字的倾述随风而去。

结语

总而言之，小学道德与法治学科在小学心理健康教育中扮演着重要的角色。通过小学道德与法治教学，学生们能够更好地了解自己和他人，培养积极的心态和价值观。同时，小学道德与法治学科还能够加强师生之间的沟通与信任，为学生提供更全面的心理支持。因此，学校应该充分重视小学道德与法治学科的开展，合理设计和选取内容，引导学生积极参与，从而助力于小学心理健康教育的有效实施。只有给予学生更多的关注和关怀，才能促进他们健康成长，并为他们的未来奠定良好的心理基础。

参考文献

- [1]曾婷婷.小学道德与法治课程中融入心理健康教育的有效策略[J].江苏教育研究:实践(B版),2018(7):91-93.
- [2]陈萍.浅析小学道德与法治课程中融入心理健康教育的有效策略[J].学周刊,2019,395(11):63-64.
- [3]陈芳.如何在道德与法治教学中渗透心理健康教育[J].新教育2017(7):757-758.
- [4]周红梅.在道德与法治教育中渗透心理健康教育[J].江苏教育,2021(40).
- [5]周丽娟.浅谈在道德与法治课教学中渗透心理健康教育[J].都市家教月刊,2017(9):292-293.

基金项目：本文系济宁市教育科学“十四五”规划2023年度课题“小学学科教学中渗透心理健康教育的实践研究”（编号：2023NG007）的研究成果。