

在小学少先队工作中渗透心理健康教育的策略分析

黄礼菊

泉州市实验小学洛江校区

[摘要]小学少先队是小学阶段学生的重要团体,影响着学生整体的德育方向和学习环境,是心理健康教育的主要途径。加强少先队的工作,发挥积极引导与带头作用,能够帮助队员学习有用的心理健康知识,理解正确的道德教育内容,从而将教育渗透在学校的各个角落,促进整体队员的共同心理建设。所以,小学阶段想要对学生的心理进行干预和引导,就可以在少先队的工作中融入心理健康教育,让少先队员发挥榜样作用。本篇文章就从少先队工作出发,去探索恰当的渗透心理健康的方法。

[关键词]少先队工作;小学;心理健康教育;策略分析

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.1066

我国的少先队员拥有较高的道德素质和道德品格,能够用较高的标准要求自己。为了让少先队员能够有更好的发展,能够运用乐观的心态面对生活中的困难,并弘扬中华优秀传统文化与传统精神,促使他们更好地成长,就要对少先队员进行心理健康教育。这样能够让队员拥有良好的道德风尚、积极的情绪和健康的心理,也能为队员的发展,创设良好的学习氛围。

一、在小学少先队工作中渗透心理健康教育的意义

(一) 有助于学习心理调节的方法,预防心理问题

在小学阶段,对少先队员进行心理健康教育,能够为他们传播具有科学性的知识,让他们能遇到对应的问题时,采用适应的调节办法,从而减轻心理问题,用正确的心态面对生活和学习。少先队工作中,可以对队员的心理进行测试,了解少先队员的心理状况,从而做提前的心理预防,避免少先队员出现负性的心理问题。

(二) 有助于发挥队员群体的作用,增强教育的效果

少先队是一个团体,能够发挥正确的作用。所以,当对他们进行心理健康教育后,队员能将这些知识与方法传播出去,影响更多人,从而营造积极良好的学习氛围。群体的正向作用,会影响着身边的人,从而让队员拥有积极的心态,提高心理健康教育的效果,帮助队员拥有一个光明而有希望的未来。

二、在小学少先队工作中渗透心理健康教育的策略分析

(一) 组织心理健康体验活动,提高队员直观感受

小学少先队工作十分丰富,心理健康教育也是一项重要的内容。辅导员想要更好地完成教育任务,就需要设计相关的心理体验活动,吸引队员积极参与其中,感受活动的意义,懂得情感的表达,从而让队员更好地认识自己的个人感受,了解人的不同心理,懂得相关心理问题的普遍性,能够用客观正确的态度去对待,用科学合理的方法去调节。

例如,为了让队员体验奉献的感觉,辅导员就可以组织队员去敬老院做一些义工服务,让队员亲身感受奉献的感觉。之后,为了加深队员对奉献的认知,感受自己内心的情感,辅导员可以设计“奉献”征文活动。队员可以将自己的感受用笔记录下来,用文字来表达情感,从而深化心理健康教育。辅导员也可以设计“奉献”相关的漫展活动,让队员发挥自己的特长,运用绘画的方式感受自己的情感,更好地深化活动主题。这丰富的活动,能够让队员在潜移默化中受到心理教育,更好地感悟这个世界。

(二) 开展心理健康教育讲座,传播心理健康知识

小学少先队员对心理健康知识的认知很少,所以为了帮助

队员补足知识的空缺,辅导员可以邀请专业人士来为队员做心理健康教育教育系列讲座,使得队员能够运用系统的方式学习相关的心理健康知识,了解不同的心理问题,帮助队员更好地认知自己,接纳自己,悦纳自己。讲座系列的课程,能够让队员感受新知识的魅力,帮助他们更好地投入讲座。

例如,为了让队员了解自己不同年龄阶段的心理变化,辅导员就可针对这个内容去组织主题讲座,去丰富队员的心理知识。讲座可以定期进行,类型可以多样,主题要结合实际,从而给少先队员更多的选择,让他们能够选择自己感兴趣的讲座进行学习,提高学习的兴趣。如:“面对小情绪,我有好办法”,“我的心理特点是什么”。针对心理健康的讲座,可以融入一些实际练习活动,让队员直观感受心理健康知识的作用,从而更好地提高他们的学习积极性。

(三) 进行心理团体辅导教育,带领队员认识情感

小学阶段,队员的情感比较丰富,为了让他们更理智、更科学的认识自己的情感,辅导员可以带领学生进行团体辅导活动,渗透心理健康教育。由于团体辅导活动的形式多样,可以满足队员的心理需要,放松他们的情绪,从而收到他们的欢迎。团体辅导的主题选择,十分重要。辅导员要根据队员近期的心理问题组织与设计,从而帮他们疏导心理问题,更加积极乐观的应对生活。

例如,辅导员为了让队员更好地应对消极情绪,提升队员的幸福感,那么辅导员可以带领队员做“心情晴雨表”的团体活动,让队员们敞开心扉诉说自己不同情绪下的表现,从而深刻剖析自己的内心与感受,找到自己容易出现消极思维的地方,做进一步的调整与改善。辅导员还可以利用“大风吹”的游戏,让学生去认知自己的个人特点,从而接纳自己,欣赏自己。

结束语

少先队员的工作中,融入心理健康教育的方式有很多种,辅导员需要根据时间的要求和学生心理的发展特征,选择适当的教育主题与教育方法,从而提高队员的心理素质。

参考文献:

[1]刘玉琴.如何在小学少先队工作中渗透心理健康教育[C].2021年教育创新网络研讨会论文集(三).[出版者不详],2021:377-378.

[2]李艳秋.如何在小学高年段少先队员中开展心理健康教育[J].中小学心理健康教育,2018(28):13-17.

[3]陈艳玲.小学生心理健康教育与少先队活动有效整合策略研究[J].中学生作文指导,2019,000(032):189-190.