

体验式教学在中小学心理健康教育课堂中的应用措施

钟鸣

郑州商学院 河南 郑州 451200

【摘要】随着素质教育的深入推进,教师也逐渐从传统的教学模式中解放出来,不断的摸索、研究新的教学方法。随着学校心理健康教育的逐步深化及课程改革的逐步推行,心理健康课程越来越注重改变传统说教的教学思想,提倡学生能够成为课堂活动的主动参与者、快乐的学习者、积极勇敢的探索者,学生在体验的过程不断感悟、不断学习,从而培养其认知、技能等多种能力的全面发展。体验式教学不同于以往传统教学理念,强调学生除了掌握课堂知识,也要学会把课堂中习得的知识与现实生活相联系,进而加以正确应用。学生在亲身体验的学习过程中将课堂知识真正内化为自己的经验和能力,加上在实践中与他人分享交流、合作的过程,进一步促进其人际交往技能与认知技能的共同发展。因此该教学模式适用于中小学心理健康课程预设的目标,强调学生在体验中愉快的学习,将知识内化为自己的思想,提高其解决问题能力和实践能力。本文就体验式教学在中小学心理健康教育课堂中的应用措施展开探讨。

【关键词】体验式教学;学校心理健康教育;应用措施

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.12.1194

引言

心理健康教育是素质教育的重要组成部分,更是素质教育的基本要求。良好的心理素质,不但能够帮助中小学生在从容应对各种挫折与挑战,还能使他们更好地发挥自身的潜能,适应外界变化。当前社会日益激烈的竞争,必定会给小学生带来一定心理压力,因此开展心理健康教育正当其时。

1 体验式教学的基本特点

(1) 体验式教学的缄默性。体验是学生的亲身经历,部分感受是可以表达给没有亲历的另一学生,也有一部分则只能自己领会、不可言传,我们称这些所谓的不可用言语准确表达的内心感受为“缄默性知识”,例如:审美体验,人们在欣赏美丽的事物时,会产生丰富多彩的心理活动、包括个人想象、情感等,这种丰富的内心感受是深刻的,却又难以与他人言说。(2) 体验式教学关注个体差异。由于个体间认知和能力存在差异,对同样事物会产生不同理解,体验感受也不尽相同。获得不同感悟的学生彼此间交流和分享的过程,对于互相学习、共同成长是很重要的。同时体验式教学尊重学生的个性和自我成长,充分给予学生自由活动和展示自我的机会,逐步发展学生体验学习的能力。(3) 体验式教学的趣味性。体验式教学强调学生在快乐轻松的氛围下完成学习体验。教师要把枯燥的理论知识融入到能激发学生兴趣的教学活动中,唤醒并增强学生的探索欲和求知欲,使知识在学生体验的过程中对其产生潜移默化的影响,进一步促进学生成为积极主动热爱学习的人。(4) 体验式教学的互动性。体验式教学体现了教师与学生间的平等互动关系,不是简单的知识传授者与知识接收者关系。这种师生关系是通过教学中的言语互动、情感交流、理解而生成的,从而增进师生感情。同时教师与学生互动交流的过程中,需及时觉察学生的心理变化和需求,以为其提供正确引导和帮助。

2 体验式教学在中小学心理健康课中的应用措施

2.1 围绕身心健康发展为原则构建教学模式

为实现小学心理健康课程的高效开展,学校层面要提升认识,以发展性原则构建小学心理健康教育模式。为此学校层面要在积极心理学等国内先进理论引导下,确立“挖掘学生潜能,培养学生的健全人格,使学生形成幸福健康的情感、乐观豁达的个性品质,以此提升学生心理素质”的教学目标,并在人本教育思想的引导下围绕小学生学习、社会生活、成长等各方面科学设计心理健康系统培养课程,使学生能够在接受心理健康教育后更好的认识自我,进而能够做到适应学校生活、胜任学习任务、承担属于自己的社会责任,最终为教学有效开展打下良好基础。同时学校层面还要在科学的教学模式引导下加强心理健康教育的投入力度,配备私密的心理健康咨询室及完备的师资力量,通过广播、宣传画等形式在校内营造良好的心理健康教育氛围,以此为心理健康教育的持续高效开展提供有力保障。

2.2 创设真实生活情境

与学生息息相关的、熟悉的生活情境能促进他们进行真正有意义的体验,并在这个意义体验过程中获得新知。教师可以创设丰富的生活模拟情境,为学生打造一个能够激发起其积极参与并尽情体验的情景。如:设计森林迷路的模拟情境。让学生在在一个伴有适当紧张音乐的黑暗房间里,跟着老师的指导语,想象自己在一个迷雾重重又危险的森林求生的情境。学生在这种黑暗环境和具有压迫感音乐的氛围下,可以清晰体验到生命遇到危险时的紧张感,唤起他们的危机意识,让学生在虚拟的危险体验中感悟到生命是如此的脆弱和可贵,更加懂得保护自己、珍爱生命、积极生活。教师也可以让学生体验模拟的失败情境,磨砺学生的抗压能力。中小学生对批判性思维能力不强,看待问题比较片面,因此,他们会出现心理素质较差、意志力差等问题,教师可以根据学生的实际生活创设一些有关失败的模拟体验情境,如:演讲失败、数学竞赛失败等模拟情境,让学生在模拟情境中学会正

确看待失败，并寻找、总结失败的原因，同时，在这些情境体验中，有助于增强他们的抗挫能力，培养坚韧心理素质，累积解决现实问题的经验。

2.3 创新教学方案，构建高效课堂教学模式

为实现小学心理健康教育课程的有效开展，教师要创新教学方案，构建高效课堂教学模式，以此提升教学有效性，培养学生良好心理素质，最终实现学生身心健康发展。为此教师要坚持以学生为主体的教育思想，根据学生的兴趣爱好及身心健康发展规律选择心理健康教学素材，科学设计教学方案，以此为教学的有效开展打下良好基础。其次心理健康教育的重点在于引导学生积极参与，而兴趣是学生学习的重要动力，也是保持学生良好心态的关键因素，同时也能够将心理健康教育目标转化为学生的自主学习需求。因此教师要创新教学方法，将游戏、合作讨论等多元教学模式融入教学环节，构建以活动和体验核心的心理健康教学模式，激发学生学习兴趣，调动学生主观能动性，使学生能够更为积极主动地投入教学环节，进而在寓教于乐的氛围下体会生活和学习的艰辛，收获成功的快乐，并对社会生活方方面面产生感悟，以此形成良好的心理素质，最终实现自身身心全面发展。在这一环节教师自身也要发挥良好榜样作用，以待人接物和善有礼等良好形象，在潜移默化中影响学生，使学生在教师的感染下，形成良好心理健康素养。

2.4 创设全体学生可参与的体验活动

教师在设计教学体验活动时应考虑到全体学生，可以用校园心理情景剧的形式来吸引学生参与活动中。校园心理情景剧根据学生真实的校园生活进行编制，采用情境对话、角色扮演等方式通过角色互换、替身等技巧，将中小学生日常生活中可能发生或曾经发生过的事件、遇到的问题以情景剧的形式呈现在学生面前。通过情景剧的方式使学生进一步了解该问题或事件的性质，引发学生的思考和交流，启发他们有针对性的解决问题，使学生真正做到从做中学。校园心理情景剧也可以让学生根据周围的现象，在不脱离实际的基础上尽情发挥个人想象去编制剧情，这不仅可以锻炼学生的逻辑思维，还可以使学生在分工合作、相互协作完成作品的过程中增强团队合作意识，牢固人际关系。如：在如何建立良好人际关系教学中，学生可以根据自己实际生活中发生的事情编排心理情景剧，如讲述自己被班级同学误会的故事。学生在与班级同伴完成情景编制的过程，是学生与他人真实沟通、分享、表达的过程，这一过程本身就有助于发展学生的人际交往能力。同时在编制作品中用到的理论知识和遇到的现实问题，对学生知识系统的补充、更新、完善及学生处理实际问题的能力起到积极推动作用，这一整个过程能够真正通过体验教学使课程内容对学生产生潜移默化的影响，提升

课程效果。

2.5 创设信息化家校合作平台

这些年我国信息技术发展速度较快，学校可以利用信息技术中的优点开展家校合作沟通，全面落实家校合作理念，开辟新型家校沟通渠道，利用移动终端建设家校合作沟通群，教师可以将每天发生的重要事情发布到群里，方便家长及时了解学生在学校里面的情况，并组织家长将学生在家庭里面的表现进行反馈，这样双方通过线上沟通的方式，可以及时双向了解学生心理健康情况，共同找到解决学生心理健康问题的措施，提高学生心理健康教育的针对性。再者，教师可以定期结合教学任务，给学生布置亲子作业，通过家校合作沟通群将作业传送给家长，让家长在休息时间与学生共同完成作业，拉近学生与家长之间的距离，促使学生在家长教育中热爱学习，提高心理健康教育质量。

2.6 构建多学科协同育人课堂教学模式，拓展教学有效性

心理健康课程并不是一门独立的课程，与数学、语文等其他学科都有所关联，鲁迅坚韧不拔的意识、数学家孜孜不倦地探究精神都可以当做心理健康教育的素材。因此为实现小学心理健康教育的有效开展，学校要牵头与教师构建多学科协同育人的心理健康课堂教学模式，拓展教学有效性，并实现多学科育人价值的有效拓展。为此心理健康教师可围绕各学科课程中蕴含的心理健康教育素材开展教学，各学科教师也要在教学中渗透心理健康教育知识，发挥互为补充、互相促进的教学优势，以此进一步提升心理健康教育有效性。

结语

心理健康教育的作用不是纯粹的向学生输入基本的心理常识，更是为了帮助每位学生发展成为一个身心健康的人。体验式教学活动的多样性和趣味性可调动学生学习的积极主动性，营造良好心理学习氛围，有助于教师在学生直接感受基础上结合学生的所思所感进行相关心理理论知识的提升。同时，为提高中小学心理健康水平和心理健康教学质量，教师应勇于探索，并不断改革、创新自己的教学手段，让体验式教学技术在心理健康教育课堂中发挥最大作用。

参考文献

- [1] 王云儒. 中职学校心理健康教育模式的探究与思考[J]. 学周刊, 2020(29): 166.
- [2] 杜瑞红. 体验式教学在心理健康教育课程中的应用[J]. 课程教育研究, 2020(13): 189-190.
- [3] 张欢聚. 体验式教学在德育教学工作中的借鉴教育管理[J]. 中国新通信, 2020, 22(06): 212.
- [4] 胡中秀, 张守武. 浅论学生心理健康教育中的家校合作[J]. 产业与科技论坛, 2020, 17(02): 146-147.