

# 走进生活：让心理课堂焕发活力

宋娟娟

(苏州工业园区方洲小学 江苏 苏州 215028)

**【摘要】**童年是学生身心发展的最佳时期，儿童最难忘的就是小学多姿多彩的生活，充满生活气息的小心理课堂才是真正有生命力的课堂。小学心理课只有贴近学生生活，守住儿童生活，才能让学生感受生活、体验生活、提升生活，才能培养学生积极乐观、健康向上的心理品质，充分开发学生的心理潜能，促进学生身心和谐可持续性发展，为学生的健康成长和幸福生活奠定基础。

**【关键词】**走进生活；心理课

生命根植于生活，生活因拥有无数的生命而精彩。小学心理课是学生生命历程中的一部分，充满生活气息的心理课才是有生命力的课堂。如果心理课没有了生活的意韵，没有注重学生的感受，那么就失去了意义。

因此，我认为小学心理教学只有联系学生生活，向学生生活贴近，才能使教学内容更接地气，教学过程才变得有价值，更有利于学生良好个性品质的形成。心理教学“回归生活”既是心理课程教学的基本路径，更是学生生命成长的内在诉求；既是新课程的积极主张，又是心理教学的现实呼唤和课程价值的理性追求，对提升心理教学实效和心理课程的发展有着积极的意义。

## 一、回归生活，心理课程的理性张力

心理教学生活化是一种新型的教育观念和教学策略，是心理课程理性张力的具体体现。陶行知先生强调人本主义，强调爱、创造性、责任心、自主性等心理品质和人格特征的培育，关注教学中学生情感、兴趣、动机的发展规律，“注重对学生内在心理世界的了解，以顺应学生的兴趣、需要、经验以及个性差异。”在心理课上，体验式活动的设计要始终以学生的经验生长为中心，以学生的自发性和主动性为学习动力，把学生的感悟与学生的愿望、兴趣和需要有机地结合起来。教师的任务不是教学生心理名言，也不是教学生如何学习心理知识，而是要为学生提供体验式、感悟式的情境、资源和手段，至于用什么样的方式去完成体验，有怎样的体验则完全因个体差异不同而不同。在心理教学中，只有教师眼中始终有学生，才能处处关注学生的生活，才能在心理教学中联系学生的实际进行问题设计，才能激发学生学习的兴趣、动机和需要，才能使学生真正成为学习的主体、课堂的主人。总之，心理教学应该生活化，应该顺应“人本主义”的价值取向，并以此理论为指导，努力“在与儿童生活世界的联系中构建课程的意义”，力图使学生感受到这门课程的“个人意义”（罗杰斯）。总之，小学心理课强调教学内容必须来源于学生生活，用生动活泼的课堂体验活动引导学生走进生活，并通过自主活动获得经验，形成体验，以达到激发学生情感，培养学生积极乐观、健康向上的心理品质的目的。

## 二、回归生活，心理教学的基本路径

心理教学生活化既是一种教育主张，也是课程价值的回归；既是课程功能提升的支撑，也是教学行为策略的彰显。基于以上认识，通过不断实践探索和研究梳理，初步形成了心理教学生活化的基本路径，有效地贯彻落实了新课标精神，逐步使“新的心理课堂”成为儿童完整生命投入与成长的过程，成为他们回归生活、享受生活的过程和自身可持续发展的奠基过程。

### （一）运用生活进行教学

现实生活是动态的，复杂多变的，我们不能满足于对着书本过一遍就能解决问题，事实上，孩子喜欢心理课，不仅是因为内容来源于生活，简单套用书本上的事例来解决现实问题。心理教学必须贴近生活，运用生活进行教学，使其在生活中用心去体验，用心去感悟，在生活中学会生活，从而不断丰富自己的情感世界，努力由“自然人”成长为“社会人”。比如，在教学《真

诚赞美朋友多》等课文时，我根据教学内容的特点，引导学生从“我”、“我的感受”、“我的故事”、“我所经历的事”说起，展开教育活动，让学生在自主体验中提升认识。再如，我在教《真心原谅他人》一课时，播放本班学生在一起共同生活的情景，课的一开始，便把学生带进自己的生活之中，由此激活学生已有的生活积累，让学生通过生活回味，体会同学之间的真情，明天当别人犯错时，我们要学会原谅。原谅他人，就是宽恕自己。总之，课堂上，我将学生的生活经验作为教学的出发点，使文本内容与学生的生活实际相结合，努力建立起课堂教学与学生生活之间的通道，使心理教学更富影响力。

### （二）引导学生走进生活

让学生走进真实生活，强化真情体验，就是要使学习过程成为学生完整生命投入的过程，成为完整心理结构参与的过程，真正实现情感、态度、行为习惯和知识技能的内在统一。比如，在教学《与情绪交朋友》一课时，我以学生的现实为根本，努力创设开放性的教学环境，让生活走进课堂让体验充盈课堂。生活是教育的出发点与最终归宿。体验是促使学生“心动”的催化剂，是解决知行脱节问题的关键。首先，我以课外活动体验为辅助。如课前完成伙伴之间的情绪调查表，每个人或多或少都有过消极情绪，让学生回忆，自己跟谁在什么地方因为什么事情有了消极情绪，你当时是怎么想的，当时是怎么做的。其次，利用多媒体视频，再现同学之间产生消极情绪的故事，让以学生自我体验为主要学习方式，在亲历体验中体会到说是一回事，做更是一回事。达到认知过程和情感体验过程的有机结合；明理与导行的相互促进。心理课上，我以合作探究式体验活动为主要教学形式，引导学生走进生活，使课堂气氛变得轻松、和谐、活跃。

### （三）创建生活化的课堂

课堂是学生生活的世界、生活的空间。课堂教学应从生活出发，为了学生的生活，让学生过好教育生活和课堂生活。创建生活化的课堂不仅仅是运用生活进行教学、让学生走进生活进行自主学习，更重要的是创设生活化的课堂教学环境，即要积极营造和谐民主的学习氛围、建立民主平等的师生关系；让学生在如家的氛围中自主探究学习，自觉获得成功的体验，积极分享成功的快乐，为其健康、主动成长奠基。

心理教育从生活中来，最终应该回到生活中去，经由生活，改善生活，通过生活学习生活。我们不能期待心理教育一蹴而就，立竿见影；不应期待每节课把学生心中的问号变成句号，我们只希望能通过生活化教学“敏化”学生对道德问题的情感、态度，形成基本的待人做事的观念和思考问题的取向，希望他们带着问题来，又带着思考去，因为他们的生活还在继续，他们的精神家园必须靠他们自己去建设。

### 参考文献

- [1] 刘一迪. 如何在道法课堂中渗透心理健康教育[J]. 文理导航·教育研究与实践, 2019, (10): 140.
- [2] 仇于平. 把握心理活动课之“魂”[J]. 中小学心理健康教育, 2019, (26): 27-28.