

小学音乐中的心理健康教育渗透探索

于超俊

(吉林省辽源市实验小学 吉林 辽源 136200)

[摘要] 素质教育大背景下,心理健康教育所体现的价值、作用显得十分突出。作为小学阶段重要的素质教育内容,音乐教育需要体现和发挥自己的定位价值和定位作用。教师需要在音乐课堂上予以心理健康教育足够的关注度。心理健康教育可以利用音乐这一平台陶冶学生情操,彻底放松学生的心灵和身体,保障学生获得更健康的发展。

[关键词] 小学音乐; 心理健康; 教育方法

前言

在社会快速发展的过程中,人们所承受的生活压力在不断变大。众所周知负面情绪的传染十分迅速,在成人生活压力影响到孩子以后,许多小学生也会出现自暴自弃、暴力倾向一类的问题。这些问题对于小学生的健康发展显然是非常不利的。为了让小学生获得更好的发展,就需要站在素质教育角度,做好学生学习素质培养和教育,提升学生道德素养,解决学生的心理问题。小学音乐教育不仅可以用于学生审美观的培养,同时能够促进学生创造能力、鉴赏能力成长。本文将小学音乐作为对象,分析心理健康教育的渗透方法,希望能够有效培养学生的内心。

一、小学音乐和心理健康教育的关联

(一) 促进心理健康教育落实

凡是参与过长时间音乐教育的小学生,其生活压力和学习压力都能够得到适当的舒缓。学生在音乐课堂上释放和宣泄了自己的负面情绪,保障了自身心理的健康成长。有研究表明音乐能够适当降低人体内心焦虑^[1]。小学音乐在课堂上用各种各样的语言表达、传达情感,拉近了师生、学生之间的距离,构建了和谐的情感沟通关系。正因如此才会在基础教育中表现出巨大的优势和作用。素质教育中心理健康是非常关键的内容,得到了社会广泛关注。心理教育能够帮助学生塑造良好身心,形成健全人格。这对学生今后走入社会来说意义重大。

(二) 完善心理健康教育机制

音乐教育不单单包括传授音乐知识和唱歌技巧。同时音乐教育还要重视各种优秀文化的传播^[2]。比如教师可以在教学中讲述音乐家成长经历,让学生意识到之所以音乐家能够成功,很大原因是其不断地努力。虽然人类成功需要仰仗一定的运气,但是要想百分百成功还是需要投入足够多的努力。教师在课堂上可以根据学生特点、特性编排音乐游戏。用游戏方式释放学生活动的参与激情。在游戏中培养学生的团队精神和坚强的奋斗意志,打造良好的心理健康教育系统。

(三) 体现心理健康教育价值

音乐的渗透能够帮助学生塑造健康的心理品质,呈现出心理健康教育的积极价值。正因如此小学音乐教育才需要重视心理健康教育的启示,发挥其存在的作用。事实上几乎每一首小学音乐教材当中选取的歌曲都有重大意义^[3]。能够引导学生进入歌曲意境当中,实现学生心灵的洗涤。音乐教育中教师需要充分参考德育本身的内容,基于教材条件开展德育教育、心理健康教育。让学生吸收德育知识。此外教师还要体现美育教育价值,帮助学生树立健康、科学审美观点。教师要发挥音乐本身积极向上的各种因素,引导学生抒发内心真实情感。

二、小学音乐中的心理健康教育渗透方法

音乐教师需要用音乐的方式辅导学生的心理问题。笔者曾经遇到过这样一名学生,该学生来自于笔者曾经教过的一个六年级学生,自身比较内向和胆小。平时不敢参与各种活动、不敢在课堂举手和发言,本身比较自卑,不愿意和他人接触。在笔者喊他回答问题的时候甚至会因为过于紧张说话磕磕巴巴。这名学生的父母平时没有精力与时间和他交流。

在这种情况下,笔者首先和他进行了感情方面的沟通,平时与他交流他喜欢的内容,使其对笔者建立了信任感。随后在课堂上经常抓着他的优点表扬,鼓励他主动唱歌,并将自己的情感元素融入其中。教学中笔者曾经用过很多音乐家事例增强他的学习自信。当然平时笔者也用了家校合作方式,并让其他同学平时多关照他,带着他一起听音乐,一起学习。用这种做法消除了学生对他人的抵触情绪,找到和他人交流的正确做法。

在一段时间以后可以看到,这名学生渐渐形成了自信心,并已经可以和其他同学友好相处,和他人交流自己喜欢的事情。性格上的改变很大原因是音乐教育发挥了重大作用。

(一) 创建和谐氛围

教师在平时教学活动中需要充分调查学生当前学习情况、心理条件、成长状态。在找到学生发展规律以后为其制定和匹配音乐氛围才能够最大化教学效果。教学中教师需要把握自己的语气、语言,调动学生学习乐趣、热情。如果教师在教学中将不良情绪带到课堂,就会影响到教学效果。教学中教师一定要充分展示自己真挚的一面,让学生感到熟悉感亲切感。教师要用朋友的身份走进学生,通过不断鼓励使学生形成健全人格,获得更好的心理发展。如学习《甜甜的秘密》这一课时,这是一首十分温馨、活泼的歌曲。在学习这首歌曲时,教师需要做好引导,让学生用独唱、合唱等方式。结束后及时表扬学生,鼓励学生,使学生树立自信心。

(二) 投入真挚感情

教师对于学生的影响是非常突出的。笔者教学中班级曾经出现过这样一名学生,由于父母是农民,需要外出务工,所以该学生和祖父祖母居住在一起。和同学关系十分紧张,不愿意参与集体,经常在课堂上发脾气、争吵。对此笔者所用的方法就是多和这名学生交流、沟通,帮助学生提高自控能力。此外有和学生的父母沟通,让学生父母多和这名学生交流。平时用心理测试和交谈方法了解这名学生当前状况。课堂上用肢体、表情和语言打动学生,最后得到了这名学生的认可。学生渐渐走出阴霾,不再打别人开始尊重他人,和他人建立了友谊。

结语

小学音乐教育有着陶冶身心素养的作用,心理教育在小学音乐中的渗透可以充分利用音乐课堂这一载体,帮助学生获得丰富的知识,提升学生的音乐素质和情感品质。在学生感受到学习快乐的同时,有助于学生塑造健全的人格,完成学生心理健康素养的培养。这对学生今后的全面发展来说,意义重大,有着夯实学生成长基础的关键性作用。

参考文献

- [1] 倪纯. 小学音乐体验式教学研究[J]. 学周刊, 2019(35): 151.
- [2] 陈宝福. 小学音乐教学的课堂导入技巧探究[J]. 中国校外教育, 2019(36): 15.
- [3] 刘丽群. 小学音乐欣赏课调动学生学习兴趣探讨[J/OL]. 黄河之声, 2019(21): 109.