

# 小学语文教学中渗透心理健康教育的策略研究

管雯雯

南昌市江安学校

**[摘要]**小学语文是一门涵盖范围十分广泛的学科,对于学生的学习有着十分重要的意义。通过语文学科,学生不仅可以掌握语文知识,同时,语文学科的学习,对于学生的心理也有一定的影响。所以,作为小学语文教师,在教育的时候,要重视利用小学语文的这一特点,将心理健康教育有效地融入其中,从而对学生的心理进行正向的影响,将小学语文教育的价值发挥到最大,减少学生的心理问题,为学生后续更好的发展奠定坚实的基础。基于此,本文结合实际教学经验,对小学语文教学中渗透心理健康教育的策略进行了研究,并提出了自己的见解和看法,希望对其他教师能够有所帮助。

**[关键词]**小学语文; 心理健康教育; 教学策略

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.03.930

## 前言:

小学阶段的孩子还比较小,对于外界的环境比较敏感,并且这一阶段的孩子缺乏足够的安全感,这一阶段的遭遇将对孩子的一生都有很大的影响。并且这一阶段也是孩子们思想道德观念的萌芽时期,这一阶段的孩子思想还未发育成熟,需要教师对孩子进行积极的引导和帮助。通过语文学科,可以对学生的行为进行一个有效地引导,让学生能够通过语文学科,减少自身因为学习所产生的心理问题,位学生的健康成长保驾护航。

## 一、小学语文教学中进行心理教育的意义

小学阶段的孩子正处在心理发展的重要时期,这一时期的心理建设对于孩子的发展有着十分重要的意义。这一阶段的孩子,由于接触外界的事物比较少,这使得学生自身的心理发展还具有一定的局限性,如果这个时期对孩子的思想没有正确的引导,将会对学生的心理发展产生的一定的影响,进而影响学生后续的学习和发展。所以,作为小学语文教师,要善于挖掘教材中的心理教育元素,结合这些元素,对学生进行有效的心理引导,帮助学生克服生活和学习中所遇到的困难,帮助学生养成良好的学习态度和学习习惯,在生活中,帮助学生养成坚韧不拔的品质,让学生具备较强的责任感,对学生的德育进行深入的教育,同时将心理建设逐步的引入到课堂教学中,真正地帮助学生建立起良好的语文学习环境,提高学生的语文能力的同时,让学生养成良好的品格。

## 二、小学语文教学的现状

随着教学改革的不断推进,当前的教学,越来越重视学生的素质教育,对于学生的心理教育也越来越重视,并且学生的心理教育已经取得了一定的成果。但是仍然存在着一些问题,影响着心理教育质量的提高。部分地区由于传统应试教育的影响,导致学生的心理教育理念较为落后,这些学校认为成绩才是衡量学生的唯一标准,所以,在日常教学中,不重视学生学习压力的疏导。并且相关的心理教育理念也不够成熟,当学生遇到心理问题的时候,教师对于学生的心理疏导也过于的片面,导致学生的心理难以得到有效地解决。现代的学生成长在社会转型的重要时期,这一阶段的学生,受到各个方面的压力非常的多,学生自身面临的压力非常的大。这一阶段学生压力的主要来源是学习压力、人际交往、家长方面等等,这使得这一阶段学生出现心理问题的几率也更大。大多数的学生心理都或多或少地存在一些问题,这需要教师定期地对学生进行干预,对学生的心理进行引导,帮助学生走出困境。但是我国的目前的教育方式过于片面,很多心理干预都是等学生出现明显的心理问题之后才进行干预的,教师也仅仅是关注已经出现心理问题的学生,对于那些压力较大的孩子,教师的关注度并不高,这一部分学生的压

力随时有爆发的危险,需要教师定期的关爱和呵护,才能有效地减少学生自身的压力。因此,教师在教学中,要重视担当起指引者的角色,尽自己最大的努力,减少学生在学习过程中的心理压力和问题,让孩子能够健康快乐地学习和成长。

另外,目前在语文课堂中,仍然有很多的问题影响着教学质量提高。从教师自身的角度来看,很多教师在教学中,只重视讲解其中的知识点,习惯按照教学大纲的要求,对其中的知识性的内容进行重点的讲解,常常是直接给学生讲解课文的内容,然后让学生掌握文中的中心思想、记住词和句子,并背诵其中要求的背诵的聂荣即可,但是,却不重视课堂导入的作用,也不重视交代作者的写作背景和背后所包含的文化,并且在教学中,为了让学生能够在考试中取得较好的成绩,让学生对其中的知识点内容进行单纯的背诵记忆,忽视了学生独立思考能力的培养,其中所包含的心理教育素材也难以发挥有效的作用,导致语文学科的心理教育价值难以得到体现。针对这种现象,教师在教育的时候,要将心理教育的理念有效地融入课堂教学中,通过这种方式,引导学生树立正确的价值观,从而引导学生积极的生活。

## 三、小学语文教学中渗透心理健康教育的策略研究

### (一) 提高语文教师的专业水平

当前的我国关于小学生的心理健康教育评价体系还不够健全,大多数采取的是静态的评价机制和模式,对于小学生后续的跟踪和评价机制不完善,导致小学生的心理健康教育水平难以有效地提高。因此,小学语文教师,要想有效地开展心理健康教育,就需要提高自身的专业水平,善于挖掘教学中的心理教育元素,并善于结合其中的内容来开展心理教育,为学生心理健康的有效培养奠定坚实的基础。同时,教师也要善于运用良好的教学手段来营造良好的学习氛围,让学生能够在良好的环境中进行心理教育,让学生意识到心理健康教育的意义。另外,学校方面也要重视开展心理培训教育课程,通过定期的心理教育培训,让教师能适当地进行充电,让教师的心理教育能力得到有效地提高,从而更好地为学生开展心理教育课程。学校也可以邀请心理专家,为学生做心理访谈,从专业的角度,对小学生在心理问题进行分析,为教师对学生的心理教育更好的指明道路。

### (二) 挖掘语文教学中的心理教育元素,将心理教育和教学结合在一起

小学阶段的学生是心理建设的重要时期,这一阶段的心理教育,对于学生后续的发展将会有非常重要的意义。而语文学科不仅能够培养学生的语文知识,通过时也能够培养学生的道德素养。因为在语文学科中,有很多的内容,都包含了心理教育的内容,教师在教学中,可以充分地挖掘语文学

科中的这些心理教育的元素,帮助学生建设正确的心理教育观念。例如,在学习“我爱我的祖国”这一部分内容的时候,这节课的教学目标是让学生知道国旗、国徽和国歌是我们祖国的象征,我们要尊敬国旗、国徽和国歌,同时了解祖国的知识,培养学生热爱祖国,为自己是中国人而感到自豪的情感。在学习这一部分内容的时候,教师就可以结合文章,对其中的内容进行延伸,我们每天所吃到的可口饭菜、有干净的衣服穿,这些都离不开家长们的给予,更离不开祖国的繁荣昌盛。我们现在的生活,都是先辈们用自己的生命和鲜血所换来的。因此,作为小学生,要感恩先辈、要具有一颗爱国之心,没有先辈们的无私付出,就没有我们今天的美好生活。同时,也要心地善良,在我们的生活中,要珍惜生活中的每一件事,对身边的事物要心存感激,懂得感谢,正是无数的事物,才造就了我们现在的生活,同时引导学生去感受周围的温暖,通过这些来提高学生对于主题思想的理解,让学生能够潜移默化地提高自身的内在修为,为学生的心理建设奠定基础。

类似的文章还有很多,小学语文教材和品德教材有很大的不同,品德教材中的德育元素较为的明显,从标题中看就十分的明显,比如《做人要正直》《热爱祖国》等等,而小学语文教材中的情感教育,则隐藏在文章中的字里行间中,都是没有直接的表达其中所包含的教育内容,而是间接地进行表达。在每一册的语文教材中,都是精挑细选的名家名作,其中包含了很多关于祖国、人民、亲友、大自然的真挚情感,这些文章中都包含了很多关于德育教育的内容,教师在教学中,要重视将这些内容充分地体现出来,从而提高语文学科的教育效果。例如,《吃水不忘挖井人》,在这其中,教育了我们要学会感恩,没有前人们的辛勤付出,就没有我们今天的美好生活;在《她是我的朋友》这一课中,培养了学生对于朋友要具有真诚无私的情感等等,类似的文章还有很多,作为教师,在进行教学的时候,不仅要展示其中的语文知识,更要将其中所包含的心理教育价值充分地体现出来,引导学生对文章中所包含的内容产生共鸣,对学生的心理发展产生正向的影响。

### (三) 培养学生控制和调节情绪的能力

小学生的情绪变化比加快,有时候会兴奋快乐,有时候却又失落和彷徨。作为小学语文教师,要重视在日常的教学中,培养学生的合理控制和情绪调节的能力,让学生能够自主的控制自己的情绪,减少情绪失控现象的发生。首先在小学语文的教学中,教师要重视培养学生良好的学习习惯,激发学生的学习主动性,让学生意识到良好的学习意识和习惯对于学生学习和发展的意义。在实际的教学中,为了有效地培养学生良好的心理状态,让学生能够有动力和有勇气去学习,笔者在课堂上,会给学生布置一些小目标,引导学生脚踏实地去学习,避免学生消极情绪的出现。比如,在语文学习中,有很多的励志故事,这个时候,笔者会先选出一些具有代表性的故事为学生进行分享,通过这种方式,让学生感受到努力奋斗的意义,在给学生分享一些故事之后,笔者让学生分享一些自己认为较为感动的事情,并说出自己在那个时候的想法,通过这种方式,让学生意识到良好心理状态和情绪调节能力对于自己学习和成长的重要意义。笔者还会给学生布置一些具有积极意义的小作文,比如关于感恩、表扬等主题的作文,或者让学生写出当自己悲伤到时候,是如何走出悲伤情绪的,通过这种方式,让学生在作文写作的时候,能够更加的注意自身心理健康的发展,并养成良好的控制和调节情绪的能力,为后续更好的

学习和发展奠定坚实的基础。

### (四) 精心设计教学,展现学生的活力

当前的教育重视学生的素质教育,通过这种方式,让学生的综合能力得到提高。对于素质教育来说,其实质就是使全体学生,能够积极地参与日常的教学中,并得到全面和谐的发展,为学生后续更好的学习奠定坚实的基础。在实际的教学中,教师要深入到学生群体中,深入地了解学生心理特点和内心需求,只有深入了解儿童的心理特点,走进儿童多姿多彩的内心世界之后,教师才能有针对性地进行设计教学方案,让教学满足学生的学习需求,使课堂教学能够充满生命的活力。

在教学设计中要适应学生的好动心理。在实际的教学中,教师要重视学生综合能力中,教师在教学中,不仅要重视学生语文成绩的提高,还要提高学生其他方面的能力,在实际的教学设计中,教师要想方设法为学生创造动脑、动口、动手、动笔的机会,通过这种方式,让学生的教学主体得到充分的体现,让他们以主人翁的姿态出现在课堂上,从而激发学生主动学习的积极性,让学生主动愉快的学习语文知识。例如,在小学语文低年级的教材中,包含许多儿歌和类似儿歌的小短文,这些短文非常符合学生的学习需求,学生对于这样类型的文章的学习积极性非常高,并且这种课文朗朗上口,易于背诵,在进行这一部分知识的教学中,教师可以在教学中加上动作表演,引导学生手口并用,通过这种方式,让学生的学习积极性得到充分地调动,学习效果事半功倍。

在教学设计中适应学生的好奇心理。对于小学阶段的学生来说,他们的年龄一般处于7-12岁之间,这一阶段的学生的探索欲望非常强烈,对于新鲜事物的好奇心非常强。在实际的教学过程中,教师要重视学生的这一心理特征,结合教材的内容,有机地穿插与教学内容有关的趣闻、典故等内容,通过这些方式,有效地激发学生参与课堂学习的积极性,为学生后续更好的学习奠定坚实的基础。

在教学设计中适应学生的好胜心理。好胜心是指敢于竞争、力求取胜、积极向上的心理品质,这一品质对于学生的学习和发展有着十分重要的意义。很多研究都表明了:当人们受到有效激励后,自身的学习和工作的积极性能够被有效地吊顶,自身学习与工作的效能也会是激励前的三到四倍。

### 总结:

综上所述,对于小学教育来说,心理教育是非常重要的,通过良好的心理教育,能够帮助学生更好地学习和发展。作为语文教师,要重视挖掘教材中的心理教育元素,并将这些内容和日常教学充分的结合在一起,在提高学生语文知识的同时,提高学生的道德品质和心理素养,为学生后续更好的学习和发展奠定坚实的基础。

### 参考文献:

- [1]周晓夏.小学高年级语文教学中渗透心理健康教育研究[D].扬州大学,2019.
- [2]王霞.心理健康教育视角下小学语文教学策略研究[J].理论观察,2019(8):2.
- [3]孙艳清.小学高年级语文教学中渗透心理健康教育研究[J].中国校外教育:上旬,2018(1):1.
- [4]岳廷联.在小学语文教学中渗透心理健康教育的尝试[J].读天下,2017(20):1.
- [5]李忠兰.浅析在小学语文教学中合理渗透心理健康教育的策略[C]/2019全国教育教学创新与发展高端论坛论文集(卷四).2019.