

小学心理健康教育课上叙事疗法的应用分析

羊静

(扬中市外国语小学 江苏 扬中 212200)

[摘要]叙事疗法是在当前教育理念不断更新的背景下所产生的一种以人为本、尊重生命的心理治疗方法。本文基于此,分析了叙事疗法应用时的技术,并从中小学课程教育的视角出发,详细叙述了如何在小学心理健康教育课程中应用叙事疗法,以期教育工作者提供指导和帮助。

[关键词]小学心理健康教育课程;叙事疗法;技术;应用

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.062

一、叙事疗法的基本技术

1.1 外化

在应用叙事疗法时,首先需要应用外化的态度来看待来访者,将其和问题分离,使得来访者和问题处于分离状态,让来访者能够更加清楚的去看待问题和面对问题,接收到主流文化对问题的影响。

1.2 解构

解构的本质,是为了让青少年意识到自身存在的问题是如何产生的,也就是主流文化是如何对其产生影响的。对这个过程进行深刻的分析,便是解构的本质和内涵。具体来说,解构包括两个方面,其一是对来访者进行聆听,其二是对来访者进行解构相关的问话。

解构的倾听,是指采用好奇、放空的态度去倾听,时刻保持对来访者的关注,同时不要企图对来访者的内心产生语言上的影响。而解构的问话,则是指打开包装,对来访者有重要影响的问题进行分析,探究主流文化对人和这些问题的影响。

1.3 重写

当所有的影响被解构之后,研究人员就可以和受访者一起探究对其生命产生重大影响的事件,从中发现对受访者产生积极影响的力量。带着这份力量,来访者可以拥有重新面对生活中各种挑战的力量,以上过程便实现了重写。重写是叙事疗法里面的重中之重。

二、叙事疗法在中小学心理健康教育中的应用意义

2.1 叙事疗法能够维护师生的平等关系

传统的心理治疗方法十分注重心理健康教育工作者和学生之间的关系平等,同时也认为,良好的师生关系能够促进学生心理问题的解决,但是实际情况是这些原则在实际的工作过程当中并没有得到有效的落实,使得心理健康教育工作中理想的、平等的、平等的关系在实际生活中开始呈现出对立的现象。而叙事疗法认为,教育者要时刻谨怀敬畏之心,强调来访者的优点和缺点,对其所取得的任何进步都需要给予鼓励和认可,注重夸奖其积极的一面。

2.2 叙事疗法更加注重学生良好心理品质的培养

传统的心理治疗及心理健康教育更加关注问题的解决,将问题作为载体,将解决问题作为目的,这种方法在一定程度上削弱了心理健康教育的功能。而在叙事疗法的背景下,问题和人是不相关的,因此绕开问题寻找学生积极的心理品质,培养学生优秀的、积极地心理品质和人格特征。

2.3 叙事疗法更加注重学生的主观能动性

在传统心理治疗的背景下,心理健康教育更加强调学生的主体性,但是教育家和心理分析师却将学生当做问题的来源,使得教师往往戴着有色眼镜来看待学生,这就导致学生的问题意识被强化,进而造成师生关系的对立。而叙事疗法则认为,学生完全有能力解决自身的问题,同时也是解决自己问题的专家,只有给予学生足够的尊重和关注,才能够充分发挥学生的主动性和创造性,进而削减学生的问题意识。

三、叙事疗法在小学心理健康教育的具体应用

3.1 心理健康教育素材

当前,心理健康教育在不少中小学已经开始深入到教学课程当中,这也就催生了诸多心理健康教育教材。但是很多心理健康教育教材却没有摆脱传统学科课本的编撰思路,更加强调教材本身的逻辑和体系,从而给学生呈现出诸多抽象的定义以及原理。因此,这种教材尽管结构足够完成,但是学生却缺乏认同感和参与感。

就目前的教育来说,心理健康教育的重点在于为学生提供积极地心理品质,而不是向学生教授心理学的理论知识。从课程的本质上讲,心理健康教育课程和传统的工具性课程不同,其人文关怀色彩更重,因此,心理健康教育教材作为课程载体,在对其进行编撰的过程中需要更加适应心理学课程的特征,使得学生在课程内容中感受心理学的道理,从而启迪其心智。

3.2 心理健康过程

对于中小學生来说,其叛逆心理较重,因此在认识这个世界的过程中更容易发现社会、学校以及家庭中令其反感的以免,同时将其认为是社会、学校及家庭的主要特征。因此,对于成人来说,有必要用更加开放和宽容的心态去接触中小學生,消除、化解学生的逆反心理,使之相信教师和心理辅导师,向其说出其故事。这种叙事方法为心理治疗师提供了一个良好的观察他人的机会,同时也使得青少年获得讲述自身故事的新视角。在中小学心理健康教育工作中,叙事疗法不仅适用于一对一的个体心理咨询,同时其体现出的哲学观和理念假设等值的心理教育团体进行学习和借鉴。具体来说,表现在以下几个方面:第一,叙事疗法所蕴含的理念能够帮助团里心理辅导参与人员丰富自身角色;第二,叙事疗法的理念能够补充当前团体心理辅导的手段;第三,叙事疗法的思维方式有助于培养团里心理辅导参与人员的专业能力。

3.3 心理健康教育途径

在当下的中小学心理健康教育实践过程中,心理健康教育课程的开设是重要途径,而学科渗透则只是一种辅助途径。借助叙事疗法所提供的叙事视野,能够让教育人员重新审视学科渗透在心理健康教育中的重要性,增强心理健康教育中学科渗透的必要性和合理性。当前,人文学科的教材中引入了大量的文学作品,每个文学作品都是优秀的心理故事。这种故事化的处理手段不仅能够提升学生的专业素养,同时也能够提升学生的自信心,培养学生的求知欲,更加深入的进行学习和思考。

参考文献

- [1]陈丽丽.叙事疗法在小学心理健康教育课上的应用研究[J].试题与研究,2020(29):139-140.
- [2]陈海燕.小学生心理健康教育策略[J].小学时代,2020(17):44-45.
- [3]陈月芳.叙事疗法在小学心理健康教育课上的应用[J].中小学心理健康教育,2020(07):34-35.
- [4]唐水玲,张茜.叙事疗法在中小学心理健康教育中的应用[J].中小学心理健康教育,2019(22):7-9+12.

作者简介

姓名:羊静,出生年月:1985.08,性别:女,民族:汉,籍贯:江苏扬中,职称:一级教师,学历:研究生,研究方向:心理健康,单位信息:扬中市外国语小学,所在省市:江苏省扬中市,邮编:212200

父母期望对儿童热爱学习的积极心理品质的影响研究

石磊丽

(沙河口区春柳小学 辽宁 大连 116033)

[摘要]在众多影响儿童成长的因素中,父母养育是最为重要的因素。处于人工智能时代的现今,父母对儿童的期望一直是研究者们关注的重点。父母教养是支持个体从童年到成年的身体、情感、社会、经济和智力发展的过程。父母教养行为是影响柔韧性强度的因素之一。父母对儿童期望的行为和语言是父母教养方式中的重要因素,这一因素影响着儿童在成长过程中是否会形成相对稳定的人格特征;是父母教养观念和父母教养行为及其对儿童的情感表现的综合体;也是父母对儿童的控制性、反应性和要求性的综合反映。在父母的教养观念中父母对儿童的积极期望有利于儿童积极品质的培养。父母期望是一种保护力量,决定着儿童在生命过程中不断变化的社会关系特征。本文通过对父母积极期望的理论及以往研究的探讨,分析得出父母期望对儿童热爱学习的积极心理品质的影响。

[关键词]父母期望;积极心理品质;热爱学习

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.063

1 相关概念的界定

1.1 父母期望

提到父母期望,首先要理解期望的含义,“期望”(expectation)在现代汉语词典被解释为“对未来的事物或人的前途有所希望和等待”。期望不同于希望与愿望的最大区别在于它是一种对未发生事件的期待状态,指向未来,具有主观性、预期性。而父母期望(Parents' expectations)通常是指父母对子女前途的希望

和期待;是心理学中的重要概念之一,在基于生态系统理论中,在影响青少年成长的众多因素中,家庭因素尤其是父母的作用尤为突出。父母期望得到研究者的持续关注。父母期望产生作用的机制与罗森塔尔效应是相类似的。即按“憧憬一期待一行动一感应一接受一外化”这一机制产生的。因此,罗森塔尔效应可作为父母期望的理论基础。

父母期望是支持个体从童年到成年的身体、情感、社会、经济和智力发展的过

程。而养育是指除了生理关系之外的抚养孩子的各个方面。父母教养行为是影响柔性强度的因素之一。然而，父母对儿童期望的行为和语言是父母教养方式中的重要因素，这一因素影响着儿童在成长过程中是否会形成相对稳定的人格特征，父母期望还是一种保护力量，决定着儿童在生命过程中不断变化的社会关系特征。

研究者认为期望效应其本质是利用每个人都天生具有的一种“被别人肯定和认同”的潜在心理，在对象个体并不优秀或突出的某领域对其进行能够被其充分感受到的高出其水准的肯定和认同，使其心理状态由“不自信”到“被肯定和认同”，最后转变为“自我肯定和认同”，并由此激发提高此领域水准的内在动因，最终达到期待水准。

1.2 父母教育期望

父母教育期望指的是父母对孩子未来最高能够接受什么程度教育或学历的预期（任淑芳，2012）。父母教育期望作用机制与罗森塔尔效应是相类似的，即按“憧憬—期待—行动—感应—接受—外化”机制产生^[2]。父母作为期待者会对孩子产生一定的期望，并且期望期待对象会做出具体的行为，这个行为正是期待者所期望见到的结果，期待者为了使期待对象达到自己所设想的结果会给予期待对象积极的肯定、表扬及帮助等行动，同时期待对象会感受到期待者的鼓励，并从内心上接受期待者的这种关怀和帮助，而后做出相应的努力，激发自己的潜能去达到期待者所期望的结果。

青少年的父母一般对孩子有较高的教育期望，希望他们能接受良好的教育。不同种族群体的研究发现，无论非裔、亚裔、西班牙裔美国人还是美国白人，几乎所有的父母对孩子的教育预期都普遍较高（Spera, Wentzel, & Matto, 2009）。在我国也同样如此，刘守义、李凤云等人（2008）的调差研究显示，父母教育期望水平普遍较高。父母教育期望对子女的学业发展有着重要的影响作用。一方面，对子女的教育期望驱动着家长整合各种资源、创造机会，同时通过多种方式帮助孩子达到自己的期望水平。另一方面，父母的教育期望会对青少年造成一定的期望效应，也就是被期望个体往往会朝着期望的方向发展的现象。

2 研究综述

小学数学课堂德育创新教育研究

潘德英

（普兰店区太平中心小学 辽宁 大连 116200）

[摘要]小学是基础教育开始的阶段，对于学生价值观和品质的养成非常重要。在小学教育的过程中，教师不仅要做好基本学科知识的传授，还需要进行德育教育。在小学数学教学中渗透德育教育，符合当前新课程改革的要求。基于此，对小学数学课堂德育创新教育进行研究，仅供参考。

[关键词]小学数学；德育；创新教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.064

引言

在小学阶段，数学是一门非常重要的科目，其对于学生逻辑能力提高、归纳能力提高以及科学态度养成都有着重要意义。随着新课改的进行，教师也逐步的认识到小学数学中德育教育渗透的重要性，希望能够通过德育教育的渗透，帮助学生提高其道德修养，帮助学生养成独立的人格。但是就现在来说，怎样在小学数学教学中进行德育的渗透是很多小学数学教师都必须重视的问题。

一、在小学数学中渗透德育的重要意义

在对小学生数学课程进行德育教育的渗透，不等同于语文课程或者思想道德课程的效果。语文课程在进行德育渗透时，是通过文章的讲解，阅读文的理解过程中给学生培养良好的品行，思想道德更是直接对小学生进行教育。这种以文本的形式对于小学生、一些充满好奇的小孩子而言有时候难免过于枯燥乏味。所以，我们所熟知的“劳逸结合”的思想观念也可以变通地运用到这里。而这里就体现了对数学课堂上进行德育渗透的重要性。数学这一基本课程，其本身具有逻辑能力强、思维活跃、包含知识面广泛的优势，因此在这种课堂上渗透德育，也会使其充满乐趣，在课堂上来带乐趣的同时，也以一种不枯燥的德育教育方式教导着小学生。

二、小学数学教学中德育创新教育现状分析

（一）部分教师没有认识到德育的重要性

数学教学中德育往往是隐性存在的，其不如思想品德学科直观明了，这导致很多教师没有认识到在数学教学中进行德育渗透的重要性，部分教师甚至会忽略德育，认为德育和数学教学没有关系。此外，受应试教育的影响，部分教师在进行数学教学时，往往比较重视数学知识的传授，教学的重点也只是给学生讲解数学知识，帮助学生掌握数学知识，而没有全面考虑学生素养方面的需求，这也导致了小学数学教学中德育的严重缺失。

（二）教师德育教学能力不足

从目前的小学数学教师现状来看，他们从自身的学习，再到进入教师这行业，在这一过程中，有很多人并没有系统地学习有关德育教育的专业知识，这使得他们在对小学生进行德育教育的渗透时，存在一些技能方面的硬性问题。即使一些小学数学老师在进行课堂教学中，有这样的一个想法，但也只是心有余而力不足。方法的不合适，或者不恰当，使得数学老师即使在数学教育中渗透德育教育，也很难真正达到一定的效果。所以，教师德育教学能力的提升还需要合理规划。

三、小学数学教学中德育创新教育措施分析

（一）合理利用数学学科特点来帮助学生养成良好的品质

在小学阶段，数学学科和其他学科存在明显的差别，小学数学既有较强的逻辑性，又有非常多的运算内容，而数学运算非常严谨，若是计算时不注意很容易出现错误。所以，教师在进行教学时，要端正态度，严谨示范，以培养学生良好的学习习惯。例如，教师应尽量使用较为规范的专业语言。在数学教学中，理解和记忆数学公式也是非常重要的。学生记忆数学公式时，仅仅依靠机械的记忆很难真正将公式灵活地运用到解题过程中。面对这种情况，教师在进行数学教学时，必须对数学公式的内涵进行剖析，给学生讲解具体运用公式的方法，帮助学生更好地理解公

2.1 父母对儿童的积极期望研究

人类发展的生物生态学模式，家庭和父母与学校之间为儿童提供了重要的发展环境（Bronfenbrenner & Morris, 2006）。因此，许多研究表明，某些类型的父母期望参与促进了儿童的积极思维和积极行为（Froiland, Powell, Diamond & Son, 2013; Powell, Son, File & Froiland, 2012）。父母对儿童的积极期望随着时间的推移而发展，而某些父母的教养行为在儿童发展的不同时期起到不同的关键作用。例如，当儿童年幼时，家庭识字环境中的亲子共享阅读，数物品，玩拼图和家中丰富的书籍供应以及预测早期学术技能的认知刺激的发展（Froiland, 2013; Powell & Diamond, 2013）。

2.2 父母参与儿童学习的形式研究

随着儿童年级的增长，某些常见的父母积极参与形式对儿童的成长影响并不显著，甚至适得其反（Froiland, 2013; Hill & Tyson, 2009）。例如，家长检查成绩，辅导作业和检查作业与儿童在学业方面的总体成绩呈负相关。Froiland在2013年的研究中提到，这可能是由于争取自主的青少年发现家长的这种参与形式具有控制作用。父母的这种控制扼杀了儿童热爱学习的内在学习动机，连带抑制了儿童的积极心理品质的发展。父母的权威式参与往往对儿童的发展适得其反，当父母的期望不仅仅是局限于学业期望而是适合儿童自然成长的积极期望时，父母的参与才可以促进青少年的健康成长，而这里所指的健康成长不仅是生理的更是心理和精神上的，当儿童被父母给予积极关注和期望时，儿童精神上的愉悦会促进思维的发展，儿童被肯定及予以积极期望后的积极情绪会让儿童在热爱学习方面体现出惊人的积极品质。

3 总结

众多学者的研究均肯定了父母期望对其子女成长发挥的积极作用，特别是对儿童教育和学业上的发展。研究发现，父母期望与成就动机、自我效能感均呈正相关关系；父母期望能够通过正向影响其子女的学习自信来进一步正向影响儿童的内在学习动机，以及培养儿童热爱学习的积极心理品质。

式，使其灵活运用公式解决实际问题。此外，教师写板书时，必须认真，所写的解题步骤必须清晰明了。只有这样，学生才能够掌握正确的解题步骤，在以后解题时，也严格根据解题步骤进行解答。

（二）重视学生数学思维及数学态度的培养

数学学习对于学生严谨态度养成有着重要作用，而严谨态度是学生获得成功的重要组成部分，其对于学生道德素质构成以及个人操守养成非常重要。这种情况下，教师需要重视学生数学思维和数学态度的养成。首先，教师必须重视学生敢于探索不畏艰难精神的培养。进行小学数学教学的时候，教师可以给学生提供一些比较有趣但是却有一定难度的题目。对于这一类题目一开始的时候，学生可能虽然觉得有趣，但是可能会觉得难度较大，这个时候，教师应该鼓励学生独立的思考，不放弃，不畏艰难，鼓励学生发言，长此以往，学生也会逐步的养成敢于探索和独立思考的精神，这对学生的长远发展非常重要。其次，教师应该引导学生养成一丝不苟、细致严谨的数学态度。小学生性格往往不够沉稳，在进行作业写作的时候，经常马虎大意，可能出现计算不准确，也可能出现书写不够规范的情况。

（三）加强数学德育教育意识，提高德育教育意识

对小学数学老师进行一定的方法讲解的同时，还需要加强老师对这种新教学策略的认识。否则只进行方法的引导，但是老师不能真正落实也是徒劳的。首先，需要在老师空闲的时间，提升小学数学老师的德育教育方面专业知识。由于数学老师，偏向于计算，逻辑思维的培养，自然是对这些偏向文科的知识所知甚少，所以，学校可以组织数学老师在空闲的情况下，去听语文老师，思想道德老师的讲课，当然不是让数学老师学习他们的教学技能，而是他们在听课过程中如何讲解涉及德育教育方面的知识，从而填充自身此方面的漏洞。其次，最重要的是要让数学老师明确——数学教育进行德育渗透同样是十分重要的。不仅有利于学生思维上形成正确的学习甚至为人处事的观念，更能在养成良好品行的同时，比如，养成细心做事、处事严谨的品格，还能提高数学成绩。真正做到细心了，计算就会避免一些不是能力造成的失误，从而不断提高数学成绩。

结束语

总而言之，有效的课堂一直是教育行业所建议的，因此在进行数学的教学时，也不能总以传统的教学方法，只讲授课本知识。这样会让学习除了学习，其他方面都会有弱势。那么在新课标的背景下，在小学数学课堂中实行德育教育的渗透，让学生在学数学的同时，不仅提升了知识能力，也以良好的数学学习习惯、活跃的思维和认真的态度、远大的理想来树立正确端正的观念和品德。从而使小学生成为遵纪守法、对社会有用的人才，这才是数学教学、乃至教育的真正目的。

参考文献

- [1]李萍. 简述小学数学教学中渗透德育的方法创新[J]. 课程教育研究, 2019(49): 140-141.
- [2]黄芳. 如何实现小学数学教学与德育的有机结合[J]. 课程教育研究, 2019(49): 141-142.
- [3]周建玲. 小学数学教学中渗透德育教育探微[J]. 读写算, 2019(34): 33.