

拨开云雾，点亮道路 ——小学语文心理健康教育的渗透

杜玲

新疆伊宁县萨木于孜镇中学

【摘要】现如今，随着物质生活水平的提升，小学生群体中却出现了心理问题越来越严重的情况，不得不引起我们的重视和关注。语文教育一直都承担着培养学生良好思想品德的重要职责，是实现心理健康教育的重要手段。但是在过去的小学语文教学，却出现了教师忽视对学生进行心理健康教育的问题，对此，为了真正贯彻落实素质新课程改革的目标，小学语文教师必须正确认识到开展心理健康教育的重要性，拨开学生心中的迷雾，让学生走在正确地前进道路上，促进小学语文教育改革的深入进行。

【关键词】小学；语文；心理健康；教育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.08.902

小学生正处在身心成长的关键时期，并且学生身处于一个信息化的社会背景下，每时每刻都在接收大量的信息，如果不加以正确的引导，很容易导致学生被消极的信息所影响，走上错误的道路。语文教育的一个重要功能就是引导学生去了解书中的世界，从而在扩展学生视野的同时塑造学生良好的综合素质。因此，在小学语文教学中，教师要积极利用教学内容的优势，开展有效的心理健康教育渗透活动，用科学的方法来丰富学生的内心精神世界，促进学生的身心全面和谐成长。

一、通过角色扮演感受课文情感

儿童对情感的认知在很大程度上依赖于自己的亲身体验，而语言知识存在着抽象的特征，如果仅仅只是让学生去理解，而不重视学生的实践应用，很难让学生真正地感受到其中蕴含着的思想。因此，为了达成心理健康教育的目标，教师可以结合学生的心理特点，开发角色扮演的教学手段，让学生认真思考课文当中人物角色的行为和心理活动，思考这些人物做出各种举动的动机，感受这些人物的思想情感变化，从而实现心理健康教育的渗透，并且丰富学生的语文学习经历。

比如，在教学《陶罐和铁罐》这一节课的过程中，学生对课文中两个性格十分鲜明的角色产生了浓厚的的好奇心，于是，我借机组织学生展开了一次课堂表演的活动，让学生用自己的语言、神情和动作来对这篇课文进行更加深入的解读。我将学生分成了几个小组，让学生一起来阅读教材，想一想课文中两个主要角色的心理是怎样的，为什么会有这样的差异，学生之间要分工合作，有的可以担任演员，有的可以作为导演或者编剧，还可以在表演中设置旁白这个位置，从而让学生养成良好的合作观念，营造良好的课堂氛围。在学生练习的过程中，我也会对学生进行适当的指导，让学生更加深入地去了解课文中两个角色的心态，并且用自己的动作、语言、神态将这些表现出来，进而深化学生的思想情感，让学生在换位思考中形成正确的心理态度。

二、搭建情景渗透心理健康教育

随着新课程改革的深入进行，情境教学也逐渐引入了众多教师的关注，情境教学的方式可以在润物细无声当中达成

教育的效果，让学生沉浸在课堂上，感受到学习的快乐，因此，通过情境的方式来渗透心理健康教育，可以起到意想不到的效果。教师要结合学生的身心状况，利用各种手段来搭建学生乐于参与的情境，激发学生的积极情绪，让学生用自己的情感去认知问题，从而促进心理健康教育的深入进行。

比如，在教学《美丽的小兴安岭》这一节内容的过程中，我首先向学生提出问题，让学生说一说自己在阅读课文的过程中脑海中形成的小兴安岭景象是怎样的，从而让学生去进行更多的联想和想象。在学生提出了自己的各种想法之后，我再打开多媒体，向学生展示了一段微课视频，让学生去亲眼看到小兴安岭的美丽景色，并且让学生在多媒体营造的情境下在再次去阅读课文，让学生产生更加深刻的感受。在学生读完了之后，我再给学生展示了一份自己从网络上找到的环境污染视频，让学生产生心理落差，对自然环境的爱护之情会自然而然地形成。之后，我再让学生说一说，为什么人类要保护自然环境，保护自然环境有哪些方法，从而唤醒学生的责任意识。结合小学阶段学生的实际认知水平，教师要积极使用信息技术、实物等手段来创设情境，让学生将自己的情感投入到课堂上来，获得愉悦的身心感受，促进心理健康教育的进行。

三、延伸课外阅读增进学生认识

文字的世界是十分丰富的，教师要积极引导去迈向更加广阔的文字世界，用富有深刻含义的文字来润泽学生的心灵，让学生受到更多情感上的熏陶，从而让心理健康教育更好地落实下去。因此，教师要积极发展学生的课外阅读意识，绝不能导致学生的目光被限制在教材上。在小学语文教学中，教师要以学生的兴趣爱好作为指导，引导学生去展开更多层次的阅读，让学生在广泛的阅读中了解更多的人生精彩和正确的价值观，从而塑造学生健康的心理态度。

比如，在教学的过程中，为了让学生养成良好的身心态度，我给学生推荐了一些读物，包括《爱的教育》《童年的秘密》《爱的艺术》等，这些读本在语言应用上都十分浅显易懂，孩子读起来十分地方便，为了让学生感受到阅读的乐趣，我让学生们自己制作阅读卡，用自己喜欢的颜色、文字等来记录自己在阅读中收获的感悟。每隔一段时期，我会让

学生将自己制作的阅读卡片分享出来，和其他的小伙伴一起交流自己的感悟；再比如，为了让学生认识到自己和社会之间的联系，我给学生布置了一项任务，让学生轮流去收集社会上的新闻，在每次上课之前化身成为记者或者新闻主播来给其他学生介绍最近发生的事情，从而让学生学会关心生活中的事情，在潜移默化当中加深学生和社会之间的联系，从而促进学生健康心理的形成。

四、巧妙抓住学生的阅读心理

课堂是一种艺术，在小学语文教学的过程中，教师要关注学生在课堂上的情绪，发挥出自己的教育机智，巧妙地运用自己的引导来塑造学生良好的心理。在阅读的过程中，学生的心理会随着对文章理解的程度而发生变化，这个时候，教师要掌握学生的阅读心理机制，结合学生心理健康成长的实际需要来选择应对的方法，帮助学生构建对问题的正确理解，让学生在阅读中吸收真正有益于自身成长的因素。

比如，在教学《盘古开天地》的过程中，我向学生推荐了很多传说故事来帮助学生进行课外阅读，而当我向学生展示这些资料的过程中，却有学生对我说道：“老师，为什么我们要了解这些古代的故事呢？对我们有什么用途吗？”学生提出的这一问题是我没有料想到的，但是也很容易理解，神话故事和学生的现实生活之间存在着十分遥远的距离，并且有很多神话故事并没有彰显出道理，仅仅是作为故事而被传递了下来，学生无法理解学习的意义也很正常。因此，在了解到了学生的疑惑之后，我在下课之后去搜集了相关的资料，在第二天的课堂上给学生展示了自己整理到的一些信息，让学生了解到近些年来考古学家们对神话故事的深入挖掘，让学生认识到神话故事来源于民间，是远古时代的人们根据对人和自然的理解来构建出的具有高度幻想性的故事，其中蕴含着十分丰富的考古价值，可以作为我们研究古代生活的重要依据。之后，我又和学生进行了研究讨论的活动，让学生去观察《盘古开天地》《精卫填海》等故事，说一说自己可以从天气、制度等角度上联想到当时可能存在着什么样的情境，从而让学生感受到学习的快乐。这样，通过顺应学生的心理来开展教学活动，可以使学生形成更加积极的学习态度，避免导致学生对语文学科产生厌烦的情绪，从而促进学生身心的健康发展。

五、深入挖掘文本的心理健康内容

随着教育改革的深入进行，教材也发生了很大的变化，更加关注学生身心上的健康发展，因此，教师也应当对教材形成深入挖掘的意识，让教材的价值被更好地体现出来。教师在挖掘教材的过程中要考虑到小学生的身心成长特点，选择能够积极促进学生身心健康成长的内容。

（一）挖掘诗歌中的心理健康教育内容

诗歌是开展心理健康教育的重要手段，每一首诗歌都蕴含着作者的心理变化状况，可以作为学生理解问题的重要途径。但是在实际的教学过程中，由于诗歌当中的情感表现十分

内涵，而小学生理解能力比较差，因此，学生很难真正理解诗歌当中的情感，教师要发挥出自身的引导作用，加强对学生的朗读训练，让学生从更多的角度去感受诗歌的美妙之处，在反复的诵读中感受到作者的思想情感，实现对学生良好心理素质的塑造。比如，在教学《饮湖上初晴后雨》的过程中，我让学生闭上眼睛，给学生播放了轻松舒缓的音乐，让学生一边听音乐一边去想象诗歌中表现出的情境，从而让学生在音乐的帮助下进入到舒适的情感状态中来，让学生了解为什么作者可以写出这么优美的诗句，认识到只有真正地静下心来，才可以观察到生活中的各种美好。诗歌的意蕴是十分丰富的，教师要发挥出自身的引导作用，引导学生去认真地品味，使学生获得高尚的审美情趣。

（二）挖掘散文、小说、故事中的心理健康教育内容

散文、小说和故事是小学语文教材中的重要组成部分，十分适合儿童来阅读，因此，教师也要积极挖掘其中蕴含着的心理健康教育内容。散文在小学语文教材中出现的次数虽然不多，但是选择的都是十分经典的内容，教师可以引导学生去品味散文当中人物的语言和思想情感，逐渐深化学生自身的审美感受。小说是学生十分喜爱的一种表现方式，并且以人物刻画作为主要的方式，可以用富有情节性的手段来反映现实生活，其中蕴含着十分丰富的心理健康教育素材，教师要引导学生从更多的角度来思考小说的主题，让学生去了解小说中人物的语言、动作和形态，充分体会各个人物的精神。小学语文教材中的故事通常都比较简短，语言凝练，但是其中都蕴含了十分深刻的道理，在讲解故事的过程中，教师可以让学生联想自身，让学生通过模仿、辩论等方式去了解故事当中蕴含着的寓意，让学生将故事中的道理内化成为自身的经验。

结语

在小学语文教学中实现对学生良好心理素质的培养，是新时期下小学语文教师面临的一个重要任务，需要得到教师的足够重视。在实际的教学过程中，教师要对学生的身心成长状况形成正确的理解，并且结合学生的身心成长需求来采取正确的措施，将心理健康教育的思想巧妙地融入教学活动中去，让学生对语言知识形成更加深刻的理解，在语言学习过程中受到情感上的熏陶，逐渐促进学生健全心理品格的形成。

参考文献：

- [1]康丽丽. 心理健康教育在小学中高年级语文课堂教学中渗透现状研究[D]. 湖北师范大学, 2019.
- [2]徐彩玉. 小学语文教师教学素养提升研究[D]. 扬州大学, 2017.
- [3]刘明功. 小学语文个性化阅读教学策略探究[D]. 河北师范大学, 2017.
- [4]尚明英. 小学语文教师课堂言语行为的个案研究[D]. 山东师范大学, 2014.