

联系生活，管理情绪

——小学语文情绪管理对策分析

高曦

(南通市北城小学 江苏 南通 226000)

[摘要]情绪是每个人都会产生的一种表达内心的感觉，而随着人不断地成长，有效控制自己的情绪，能够使自己性格与习惯有着良好的改变，同时也能使自己得到大家的认可，因此小学教学中情绪管理受到社会普遍关注。在小学语文教学中蕴含了大量关于情绪管理与控制的内容，通过语文学习能够有效提高小学生情绪管理能力，有效培养小学生良好的生活习惯与性格。同时情绪与生活有着一定的联系，情绪较差看待生活的角度也会出现相应的问题，因此在小学语文教学中，教师应该通过生活化教学，为培养学生会能够情绪管理创造条件，也能让小学语文教学得到发展。

[关键词]联系生活；情绪管理；小学语文；对策

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.075

前言

在新课程改革与素质教育不断发展的背景下，小学语文教学也进行了相应的改革，但在情绪管理教学方面依然存在严重问题。首先，教师对情绪管理并不注重，也没有深入挖掘语文知识中关于情绪管理的知识，使小学生不能接受到良好的教育，严重影响培养小学生情绪管理与控制的效率^[1]。其次，小学阶段由于小学生年纪尚小，对情绪把握还不是很准确，因此在小学语文教学中引导学生对情绪进行控制，很难让小学生真正理解，同时教师往往都以灌输式教学方法进行教学，会让小学生对情绪管理学习的兴趣大大降低，严重影响了小学语文情绪管理教学的质量。最后，在小学语文教学中，教师受传统教学理念的影响，在小学生情绪管理方面没有引进生活教学，让学生掌握情绪管理的知识，但是不能有效运用，使小学语文情绪管理教学的效果大打折扣，也不利于小学生健康成长与发展。

一、情绪管理在小学生成长中的重要意义

通过小学语文教学培养学生情绪管理能力，不仅对小学生的学习有着重要的意义，同时对小学生生活习惯以及性格培养也有着重要的价值。首先，在小学生语文学习方面，通过情绪管理教学，能够让小学生在学习过程中有效控制自己的情绪与心情，也能让小学生的学习效率得到提升，同时还能通过小学生对情绪的有效控制，能够让小学生在学习烦躁或感觉厌烦时能够让自己的心情得到平复，使小学生学习质量得到提升^[2]。其次，在生活习惯培养方面，通过小学语文情绪管理教学，能够让小学生在日常生活中有效掌握自己的情绪，减少心情低落的时间，并对自己心情进行良好调节，使小学生学会享受生活，感知生活，培养小学生积极乐观的生活态度，使小学生养成良好的生活习惯。最后，在性格培养方面，通过小学语文情绪管理教学，会让小学生通过语文知识了解负面情绪对人身体的伤害，同时也能使学生会如何控制情绪，使小学生性格更加善良与柔和，为小学生能够树立正确的人生观、价值观与世界观，塑造小学生良好的性格。

二、小学语文生活化情绪管理教学的策略

在小学语文情绪管理教学中，教师需要在小学语文教学中深入挖掘情绪管理的知识，同时教师也要引入生活元素，既要提高小学生学习的兴趣，同时也要提高小学生理解能力，使小学语文教学在情绪管理方面有着显著的教学效果，教师也要不断进行学习，提高自身专业素养，为小学生打造良好的教学环境。

(一) 生活化引导，提高小学生对情绪管理的兴趣

在小学语文教学中，教师应该对语文中蕴含的情绪管理知识进行挖掘，然后通过生活化的方式对学生进行引导，使学生对情绪管理知识产生兴趣，有效激发学生对语文知识学习的热情，也能使小学生深入分析语文内容，有效提高小学生自主学习情绪管理知识，提高小学语文情绪管理教学的效率^[3]。例如：在学习《司马光》一课时，教师可以在生活中一

些小事情或者故事，有效引导学生注意发生问题使每个人的情绪变化，比如在生活中遇到美好的事情人们会异常高兴，而遇到惊吓会本能地逃跑或者慌乱，通过描述这些故事让小学生认真理解在《司马光》一课中小朋友落水后其他小朋友的表现以及司马光的表现，让小学生知道如何在发生危险时控制自己的情绪，保持冷静，进行思考，从而想出好的办法，解决问题，使小学生能够学习到冷静处理突发事件，提高小学生情绪控制能力，使小学语文情绪管理教学的效率得到提升。

(二) 创设生活化情景，加强小学生情绪管理的理解能力

在小学语文教学中，教师应该通过构建生活情景，让小学生能够在情景中体会情绪管理的重要性，同时也要结合语文教学内容，加强小学生理解能力，使小学生有效学习情绪管理与控制的知识，使小学生学习效率得到提升，也能使小学生语文学习综合能力得到有效培养，促进小学生全面发展^[4]。例如：在学习《争吵》一课时，教师可以结合文章内容，让两位小学生模仿作者与可莱谛的争吵，最后让其他小学生判断对错，同时也要让小学生对情绪控制的较好进行分析，这样会让小学生深入理解文章内容与思想，也会让小学生知道学会情绪管理会避免很多错误的做法，同时也能赢得大家的尊重，收获友谊，进而有效提高小学语文情绪管理教学的质量。

(三) 开展生活化活动，提高小学生对情绪管理的应用能力

在小学语文情绪管理教学中，教师应该组织生活化的活动，在活动中结合教学内容，让小学生对情绪管理产生兴趣，也能对情绪管理知识进行应用与深入学习，有效提高小学语文情绪管理教学的效果，提高小学生语文核心素养，促进小学生全面发展^[5]。例如：教师可以组织关于情绪管理的故事会，让小学生通过网络、图书馆、报纸、杂志等渠道收集关于情绪管理的故事素材，然后在活动中与小学生进行交流与分享，同时教师也要通过真实事件对小学生进行教育，使小学生理解情绪管理对自己人生的重要意义，同时也能提高小学生语文学习能力，让小学生语文综合素养得到提升。

结束语

在小学语文情绪管理教学中，教师不仅要生活与情绪管理有效地进行连接，同时也能不断创新生活化教学的方法，还要开展生活化活动，进入让小学语文情绪管理教学的质量与效率得到提升。作者通过对小学语文情绪管理对策的分析，让生活与语文进行融合，意旨为小学语文教学的发展提供参考，为小学生情绪管理与今后的发展提供帮助。

参考文献

- [1] 晏成方. 小学语文情感教学策略探索[J]. 中国教育学报, 2020(S2): 82-84.
- [2] 李晓云, 于红军. 情绪管理与小语课堂的和谐之道[J]. 现代教育科学, 2018(S1): 3-5.