

# 探析小学高年级语文教学中渗透心理健康教育

金嫣敏

怀化市沅陵县鹤鸣山小学

**[摘要]**随着时代的不断发展,社会对于学生的心理素质建设的重视程度也在不断增加。想要将学生培养成为一名德才兼备的优质型人才,为此就需要教师不断加强对学生心理健康工作的重视,保证学生能够健康成长。在实际的教学过程中,学生受到各种外部环境因素的影响,导致其心理健康方面存在着诸多的问题,这些问题的诱因也主要集中在学习压力之上。为了能够确保学生的健康成长,就需要对科学完善的心理健康教育制度进行有效的制定,从而将小学心理健康教育的教学效果全面提升。

**[关键词]**心理健康教育;小学高年级语文;渗透策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.08.261

## 引言

课程改革的不断推进,德育教育成了教师主要的教学方向,这其中心理教育学科成了连接各学科教学条件的关键性要求,心理健康教育在学生的学生生命全面发展之上占据了重要的位置。而语文作为教学体系中的主要学科,其也是进行心理健康教育的重要载体,确保其能够获得身心的健康稳定成长。为了能够将心理健康教育的功能价值充分发挥,就需要教师在实际的教学过程中对渗透心理健康教育的策略进行全面深入的分析与探索。

## 一、小学高年级语文教学中渗透心理健康教育的重要性

教育的本质是“立德树人”。对学生来说,有良好的道德品质比有良好的学业成绩更重要。在当今社会环境的影响下,社会各界越来越重视学生的心理健康教育,希望学生成为积极健康的人才。此时,教师需要及时引导学生,纠正学生的不良思想和行为。而语文作为教学体系中最为重要的基础学科,其作为重要的特点就是帮助学生学会如何进行情感表达与陶冶情操。虽然小学生的课程压力相对较小,但由于其自身年纪尚小,难以掌握调节自身情绪的能力。长此以往,一旦相关问题无法得到有效的解决,学生就会出现紧张、焦虑与迷茫的情况发生,一旦长期处于这种心理状态之中,就会导致学生的心理健康发展受到严重的影响,甚至严重的会导致学生出现狂躁与抑郁等心理问题的发生。为了能够有效的解决这一问题,就需要在小学高年级语文教学之中,教师要依据语文课程自身的优势,将心理健康教育有效的渗透其中,以此来帮助学生在放松心情过程中,将其紧张的心理压力进行有效的缓解,从而保证学生的心理得到健康有效的发展。

## 二、渗透心理健康教育应遵守的原则

教师想要做好学生的心理健康教育工作,首先就需要树立正确工作理念,要将以人为本的原则作为教学的根本,如此才能更好的以学生为根本,将心理健康教育工作的价值内涵充分展现。并将心理健康教育排在知识教育之前。除了要坚持以人为本的基本教育原则之外,还需严格遵循科学发展观的理念,这就要求教师要将学生的全面发展工作作为教育重点。充分尊

重学生的身心发展规律,从学生的角度出发,充分调动学生的学习主动性。除此之外,教师在进行心理健康教育工作开展过程中,还需与社会发展趋势紧密结合,对心理健康教育对象之间存在的差异进行重点考虑。将协调发展与统筹观念的基础上,进行具备可行性的心理健康教育工作,帮助学生实现全面发展。

## 三、心理健康教育与课程改革教学理念有机结合

在现今国家大力推进课程改革的时代背景之下,心理健康教育需要有效的与新课程改革的教学理念相融合。教师在进行自身教学模式创新时,就需要将心理健康教育充分的在教学过程中进行有效的渗透,如此学生才能够更加清晰的了解到文章中所传达的思想情感,从而有效的将其中的优秀心理健康教育资源对学生进行渗透。除此之外,教师还需优化心理健康教育理念,提升自身专业素养,这就需要教师对学生的认知能力、积极乐观的情绪、坚强的意志和正确的价值观进行着重培养,给予学生正确的引导。最后,教师还需将自身的教育观念进行转变,要给予心理健康教育足够的重视,充分的认知到其教育价值。并对各种国内外各种先进的教学理念进行有效学习,从而将教学能力全面提升如此才能够在之后的教学活动中使用多元化的教学手段进行心理健康教育。并且教师在不断的学习过程中,也会为学生树立一个积极的榜样,如此一来也会让学生在潜移默化中受到积极的影响。

## 四、建立良好的教学氛围

作为学生学习和生活的重要场所,健康舒适的环境可以有效缓解学生的学习压力。而高质量的课堂教学环境能使学生充分感受到安全、快乐、和谐等多种心理安慰。要形成这种良好的课堂氛围,关键因素是师生关系和学习氛围。小学阶段学生存在心理问题的主要诱因是学生学习压力过大,师生关系紧张。因此,教师需要优化和创新教学手段,从而有效地为学生营造宽松积极的课堂氛围,实现与学生相互尊重、心理融合的良好师生关系,并能够与学生做到相互尊重、心理相融的良好师生关系。如此一来,学生就会对教师产生信任与依赖,从而才会让学生能够对教师倾诉自身的压力,为心理健康教育奠定

良好的基础。除此之外，部分学生之所以会出现焦虑与厌学的问题，主要原因则是其在学习过程中遇到问题，却并不敢寻求教师的帮助，最终造成恶性循环，而通过对宽松语文课堂氛围的营造，能够有效培养学生自信心，使其能够在课堂之上勇敢发言并提出问题，如此才能够将学生的学习热情全面调动，确保其健康稳定成长。

### 五、利用教材内容，深入心理健康教育

教材是教师进行教学活动的重要依据，教师就需要对语文教材之中的心理健康教育资源进行深度的挖掘，从而引导学生进行有效的学习。例如，教师在对《走月亮》这一课进行教学时，教师就需要对本篇文章的心理健康教育资源进行充分挖掘，首先教师可以引导学生对文中所讲述的月色之美进行品位，如“细细的溪水，流着山草和野花的香味，流着月光”“卵石间有多少可爱的小水塘啊，每个小水塘，都抱着一个月亮”等，进而让学生能够对生活之中的细节美与普通美进行发掘，之后教师就可以将热爱生活、热爱自然与热爱生命的健康教育有效渗透其中。除此之外，通过对教材内容的深度发掘，也能够将优秀的道德品质进行发扬，使学生自身的额情感得到升华。如对《钱学森》这一课进行教学时，文中将钱学森强烈的爱国情感与无私奉献的精神充分展现，而这些内容则需要教师进行更加深入的挖掘与总结，进而实现心理健康教育渗透工作的有效发展。

### 六、问题导向

教师要通过创建合作探究、自主研讨与小组交流等优秀教学模式，来有效的引导学生进行心得分享与思想交流，进而加深其对于文章的理解。例如教师在对《黄继光》这篇文章进行教学时，教师就可以提出“支撑黄继光的信念是什么，其所代表的革命先辈的理想又是什么”，从而让学生依据这一问题进行讨论。在这一过程中，教师要适当的给予学生引导，让学生能够从浅显的概念化与简单化评价，逐步拓展思维，将讨论的范围逐步扩大，进而让学生对文章的时代背景与文中人物的生活环境入手，进而对人物进行更加深入的剖析。最终让学生能够清楚的了解到那一时期先辈的奉献，并感恩先辈的付出，使其明白当下自身所面临的困难问题，同先辈相比不能相提并论，以此坚定学生的内心，培养勇于面对困难的勇气。除此之外，也能够帮助学生锻炼自身知人论世与归纳整合的语文技能，最终完成心理健康教育的渗透。

### 七、丰富学习活动，提高学习热情

为了能够将学生的学习热情充分调动，从而将学生厌学、恐惧与紧张的心理问题进行有效解决。这就需要教师对与教学方式不断的创新。首先，语文作为中华传承文化的有效传承载体，与实际生活的联系息息相关，可以说课程内所学的内

容能够有效的培养学生的文化素养，所以教师要充分的利用这一重要特点，教师要有效的调动学生的思想情感，与教学进行结合，提升学生的参与度，帮助学生进行有效的分析，让学生通过现象看本质，让学生积极的发表自己的想法与见解，提升学生学习的自主能动性，为学生创建一个优秀的学习氛围。例如：在对学生进行《草原》一文的教学时，教师就可以通过多媒体将草原的自然风光与风俗习惯对学生进行展示，如此才能让学生的印象更加深刻，才能对于文章有着更加清晰的了解，从而学生才会在阅读过程中对于文章表述的细节能够在脑海中具象化，这样不仅能够加深学生对于文章的了解，在提高学生学习兴趣同时，也增强了学生的自信心，确保学生会心理健康积极的发展。

### 八、全面了解学生实际情况，因材施教

在开展心理健康教育渗透工作过程中，教师需要对班级学生实际情况进行全面深入的了解，如此才能确保心理健康教育有效开展。学生由于家庭环境与受教育背景等诸多因素的不同，所以学生之间会存在着一定的差异性。基于此前提，教师需要深入学生生活学习之中，对学生的日常行为表现与学习状况进行充分的了解，并依据学生发展特点，对心理健康教育渗透工作有层次的开展，如此才能够确保心理健康教育渗透工作的高效完成。除此之外，教师还需将评价机制进行优化，在语文教学中，教师应该鼓励和表扬学生发现自己的亮点，充分发挥他们的主观能动性，帮助学生树立积极的生活态度，当遇到挫折时，确保其可以能够勇于接纳，以积极的态度去面对生活。

### 九、结束语

课程改革的不断推进，心理健康教育在学生的学生生命全面发展之上占据了重要的位置。心理健康教育对于小学阶段的学生来说是非常重要的，是学生建立完善价值观的基础，这一阶段稍有偏颇就会对学生的心理健康造成不良的影响，所以教师的责任十分重大。而语文教学是一个充满着情感的学科，因其学科特性，其也是进行心理健康教育的主要阵地。此外，教师要树立终身学习的观念，不断学习更多的心理健康知识，以此来帮助学生在放松心情过程中，将其紧张的心理压力进行有效的缓解，从而保证学生的心理得到健康有效的发展。

### 参考文献

- [1]程精斌.小学高年级语文教学中渗透心理健康教育的策略研究[J].考试周刊,2021(28):29-30.
- [2]张匀.小学高年级语文教学中如何渗透心理健康教育[J].课外语文,2020(30):36-37.
- [3]张芹.小学中高年级语文教学中渗透心理健康教育的策略[J].散文百家(新语文活页),2020(06):6.