

基于主题班队活动的小学心理健康教育探究

冯晓霞

(甘肃省兰州市城关区雁宁小学, 甘肃 兰州 730000)

摘要: 随着社会的不断发展, 小学生的心理健康问题愈加受到家长的重视和社会的关注。帮助小学生塑造一个积极乐观、健康阳光的心理, 是每一位教师不可推卸的责任和义务。主题班队活动是小学班级活动的一种最为常见的形式, 是对小学生进行全面教育的重要途径。本文将针对“基于主题班队活动的小学心理健康教育探究”这一问题, 进行详细阐释。

关键词: 主题班队; 心理健康; 探究途径

所谓的主体班队活动, 是指全班小学生在班主任以及辅导员老师的带领和指导下, 充分发挥班队集体的智慧和力量, 围绕某一个主题, 而进行的有针对性的一种教育活动。其具有鲜明的特征、丰富的内容、灵活的方式以及强烈的参与性等特点, 对培养学生良好的行为习惯、个性心理和道德品质, 具有不可低估的影响和价值。因此, 我们要将基于主题班队活动的小学心理健康教育的探究问题加以重视, 为小学生身心的健康成长创造良好的条件。

一、心理健康教育之讨论式主题班队活动

讨论式主题班队活动即全班同学围绕同一个话题, 自由发表自己的意见, 并针对其他人的观点, 进行质疑以及深入的探讨。最终在讨论的基础上, 得出正确的结论, 形成统一的共识, 进而成为学生规范行为习惯和价值观念的准则。讨论式的主题班队活动, 同时注重知识性以及趣味性, 在增强学生之间的互动和了解的同时, 也在极大程度上活跃了班级的氛围, 有利于构建健康的心理教育环境, 增强学生的心理建设。例如, 为了培养小学生控制自我情绪的能力, 鼓励小学生做情绪的主人, 而开展讨论式主题班队活动。教师首先提供一个案例, 即当你因为自己的一时疏忽, 而导致比赛失败, 你该怎么办? 然后引导学生针对这个案例, 组织学生进行讨论, 鼓励学生大胆发表自己的意见。在讨论的过程中, 部分学生认为如果遇到糟糕的事情, 一定要将情绪发泄出来; 部分学生认为可以将注意力转移到其他方面, 从而来缓解情绪; 部分学生认为要汲取教训, 从哪里跌倒就从哪里站起来; 等等。大家通过深入的分析和讨论, 加上教师的积极引导, 最终以小组的形式, 将讨论内容进行结论, 从而帮助学生掌握控制以及缓解情绪的方式方法, 同时还培养了学生勇于挑战挫折失败的乐观心态。让他们也深刻明白不会管理情绪, 只会让事情变得更糟糕。要学会做情绪的主人, 乐观心态是反败为胜最强大的武器, 从而树立信心, 大胆尝试, 不惧困难。讨论式主题班队活动, 能够更好地帮助学生树立鲜明的价值观念, 是塑造学生健康心理的重要法宝。

二、心理健康教育之情境式主题班队活动

和谐的人际关系是塑造健康心理的一个重要前提。但是培养

小学生和谐的人际关系是一个长期的复杂的任务, 情境式主题班队则是一个有效途径, 能够引导小学生学会尊重和信任他人, 学会换位思考, 多站在别人的立场去考虑问题, 同时自己也可以通过恰当的方式, 来获得别人的认可与理解。情境式主题班队活动, 能够给小学生提供培养其人际关系的机会和平台。一方面在日常的生活情境体验中可以释放和宣泄自己的情绪, 另一方面通过体验不同的人物身份, 锻炼和提升小学生的人际交往能力。例如, 在“今日我当值日班长”, 通过体验值日班长, 既强化了学生的责任感, 明确了值日班长的具体工作和目标, 同时也促使学生理解值日班长的不易和难处, 在今后的工作中, 能够积极配合值日班长的工作, 做一个优秀的小学生。在“我是小小调解员”的主题班队活动中, 小学生以调解员的身份能够分别站在矛盾双方的位置, 来客观理性地看待问题, 通过讲述道理, 来分析各自的对与错, 从而让矛盾双方心服口服, 相互道歉, 重归于好。所以说, 通过情境式主题班队活动, 能够有效培养学生良好的人际关系。

三、心理健康教育之比赛式主题班队活动

比赛式的主题班队活动, 有利于帮助学生树立自信, 激发学生奋发向上的朝气。当前, 很多小学生具有胆小、自卑的心理特点。针对此现象, 我们便开展了比赛式的主题班队活动。例如, 通过活动前期有关名人自信故事的讲述, 以及歌曲《相信自己》的欣赏, 学生内心的自信已经初步被点燃。然后利用比赛的方式, 来为学生的自信助力。将学生分成四组, 每组给出 10 个电话号码, 哪组在最短的时间内, 背出最多的电话号码, 则哪一组获胜。小组成员在相互鼓励和帮助下, 通过谐音记忆法等, 来尽最大的努力来争取小组获胜。在这一活动中, 既培养了学生的团结协作能力, 增强了学生的集体荣誉感, 而且还强化了学生的自信心。

四、结语

总而言之, 心理健康与否将直接关系着小学生的成长, 甚至关乎着其将来的发展。教师在关注学生的学习情况和身体健康之外, 更要重视他们的心理健康。只有心里充满阳光, 他们才能茁壮成长。主题班队活动以其丰富性、自主性以及灵活性, 深受广大小学生的喜欢, 我们要针对小学生心理健康问题, 不断创新活动形式, 将积极、向上、乐观的健康因子, 播撒到每个学生的心里, 从而为其健康快乐成长保驾护航。

参考文献:

- [1] 张雪琴. 辅导员开展心理主题班会状况的调研及对心理健康教育工作的启示 [J]. 新西部, 2019 (02): 150-152, 147.
- [2] 李霞. 谈在主题班队中渗透心理健康教育的方法 [J]. 教育观察 (下半月), 2017, 6 (08): 35, 39.