

# 浅析心理健康教育在小学语文教学中渗透的研究

张文菊

(梁山县赵垆堆乡第三迁建小学 山东省济宁市 272600)

小学是我们开始美好校园生活的开篇。由于小学生还处于成长发育十分不成熟的阶段，尤其是在心理方面，他们对于很多问题都处于懵懂甚至陌生阶段，特别是三四年级，开始处于叛逆的年龄，自我意识逐渐增强，所以小学生心理健康教育在孩子们的成长过程中是十分重要的。《小学语文新课程标准》的课程基本理念中明确提出：语文课程应培育学生热爱祖国语文的思想感情，重视提高学生的品德修养和审美情趣，使他们逐步形成良好的个性和健全的人格，促进德、智、体、美的和谐发展。

可见，语文因其学科特殊性，将是对学生进行心理健康教育的不可或缺的主阵地之一。那作为小学语文教育工作者如何合理利用教材，培养学生健康向上的心理，对学生进行心理健康教育呢？

## 一、提高自身修养，注重人格的表率作用

教育中的一切教育活动都以教育者的人格为基础的，教师的人格影响着学生的情感与个性品质的发展。在语文教学中教师注意利用人格的张力感染和教育学生，去消除学生的心理、情绪和学习障碍，以逐步增强学生对人、对社会、对自然强烈的责任感和建设未来的使命感。心理素质教育是德育教育中不可缺少的基本素质教育。因此，作为语文教师的我们不仅要努力提高自己的业务知识，更要注重提高自身的修养，力求通过言传身教对学生进行心理健康教育。

## 二、在语文课堂中创设心理健康教育的氛围

### (一) 以朋友的身份走进课堂

试想：一位高高在上，整天不苟言笑，不与学生沟通的教师，怎能让孩子们没有心理负担地与你接触？又怎会使他们学会与人交

往呢？小学生心理状态还不成熟，遇事容易受挫折，便会产生心理压力，这时，就更需要教师做他们的知心人，耐心倾听他们倾诉，敞开心扉与他们交流，帮助他们解决困难，减轻压力。那样，他们才能逐渐学会与人沟通，敢于面对挑战，适应社会。课堂上，教师与学生间如若建立起了民主、平等的关系，学生发言必将积极许多，因为他们没有太多顾虑。他们在语文课上回答问题完全不拘束的，胆子特别大，敢于发表自己的见解。没有了心理负担，思考的环境也轻松了，自然，效果也就更好了。

### (二) 以长辈的身份开导学生

教师的身份应是多重的，教师的责任也是多方面的，朋友式的平等关系让学生有了一个轻松和谐的学习环境。然而学习上的困难还会使他们产生忧虑。有的孩子，父母对其学习的期望值很高，这些学生每次考查前都会忧心忡忡，怕万一“失手”，该如何是好？教师此时就应以长辈的姿态出现，告诉学生成绩并不代表全部，它只是我们平时学习的一次并不全面的检查，况且，语文这门功课不是一个分数或等第所能测量出来的，只要你认真学习，学得能力，学到本领，不要太在乎这一两次成绩。细心开导，孩子们逐渐减轻忧虑，学习效果会更好。

### (三) 创设好奇、乐学的教学情境

美国心理学家布鲁纳说：“学习最好的刺激乃是对所学学科的兴趣。”兴趣是最好的老师，浓厚的学习兴趣，可以使学生产生强烈的求知欲，从而有敏锐的思维能力、丰富的想象力和牢固的记忆力。因此，在语文教学中，教师可以根据教材内容，积极创设喜闻乐见的教学情境，如讲故事、运用多媒体课件等，让学生亲近课文，学生

就会兴趣盎然地投入到学习活动中来。如：《赵州桥》一课，为了让学生更好地理解“既减轻了流水时对桥身的冲击力，使桥不容易被大水冲坏，又减轻了桥身的重量，节省了用料。”这句话的意思。对赵州桥这种特点的设计，我让每一个学生都动手做实验，体会拱形的力量，用一张纸作桥，两岸可以用书和字典代替，上面可以放橡皮、尺子等较轻的东西，学生积极性很高，对学课文一下就产生了兴趣。这种良好的课堂心理气氛，让每一个孩子在课堂上都有一种美好的心境，愉悦、上进、勇于探索等健康的心理就孕育在这种心境中。

### 三、挖掘教材榜样，培养健康人格

新教材极为重视人的发展，语文教师要在教学中把握关键，充分挖掘教材中的心理健康教育的因素，引导学生从中感悟，使心理健康教育在语文教学过程中自然地得以渗透。教材涵盖的内容十分广泛，既有语言文字训练的内容，也有思想品德教育和心理健康教育因素；它不仅选入了大量文质兼美的优秀篇章，还塑造了丰富多彩的人物形象。这是一条极其精美、丰富的人物画廊，老师应该让学生在认识这些人物高尚灵魂的同时，引导学生把这些人物形象作为榜样，使学生在学语文的过程中潜移默化地受到教育，心灵得到净化，情操得到陶冶，有利于形成健全的人格。

#### （一）丰富学生的情感体验，培养高尚的情操

情感教育的主要内容为：培养学生良好的情绪自制力，良好的情感品质，培养学生高尚的社会情操。情感教育的最高要求是培养学生求真、求善、求美的高尚情操。从其内容来看，包括理智感、道德感和审美感。

小学语文教材中有许多课文内容表现了对祖国的爱，对民族的自豪感和尊严感，对社会劳动和公共事务的义务感，对社会集体的荣誉感，对同学的友谊感及国际主义情感等，而这正是道德感的主要内容。

#### （二）挖掘学生潜力，培养学生观察能力

审美感是一种与人的审美需要相联系，由美、丑现象所激起的一种高级社会情感。小学语文教材中培养学生审美感的课文不胜枚举。用这些社会生活中美好的事物教育学生，使他们形成积极的人生态度：乐观、友善、热爱人生、热爱生活。

如在《金色的草地》课堂上，将美丽的蒲公英盛开视频加入在课堂中，再展示不同植物的生长过程，引起学生们的兴趣。再引导学生发现生活中的不同美，例如运动会中运动员的韵律美，医护人员的逆行美等，见微知著，任何一种美都能成为学生更热爱生活的见证。

#### （三）树立正确的挫折观，培养学生的耐挫能力

耐挫能力的培养要使学生对挫折有正确的认识态度，培养对挫折的容忍力。教材中有许多课文表现主人公遇到挫折后不气馁，以顽强的毅力战胜困难，取得成功的优秀品质。在教学中可引导学生以这些模范人物为榜样，学会处理挫折的技巧和方法，培养克服困难的顽强毅力。可以说，只要真正树立了在语文教育中渗透心理健康教育的意识，语文课本就处处皆暗藏心理健康教育的良机。

### 四、在鼓励与表扬的评价中提高学生的心理素质

莎士比亚说：“赞赏是照在人心灵上的阳光。”为了让全体学生品尝到学习的快乐和成功的喜悦，教师在评价时寻找学生的闪光点，哪怕学生的发言中只有一个用得好的词，只有一句话说得好，也要立即给予热情的鼓励。长此以往，学生就会在自信、快乐中提高心理素质。

总之，教学是一个非常个性化和艺术化的过程，在小学语文教学中渗透心理健康教育又是一个全新的课题，这就更需要我们去探索，去研究，开辟出心理健康教育的一片天地。“随风潜入夜，润物细无声”，我们要像春雨润物那样，悄无声息地去滋润学生的心田，培养良好的心理素质，从而更好地推动素质教育。