

帮助小学生提高受挫折力——浅析小学语文挫折教育

柳宁娥

贵州省六盘水市盘州市盘关镇平田小学 贵州六盘水 553534

摘要:随着我国教育课程改革的不断深化,传统的教学模式和教学思想已经不能适应现代义务教育的发展需要,基础教育改革已经成为时代发展的大势所趋。在小学语文的教学过程中,教师不仅仅要引导学生们学习相应的学科知识,更要促进学生们多方面能力与素养的不断发展。无论是学习还是生活,一个人在成长的道路上难免遇到困难与挫折。小学语文教师要在教学过程中帮助学生们养成良好的心态,提升学生们的受挫折能力,促进学生们养成良好的精神意志。在本文中,简要介绍了挫折教育的含义和必要性,并基于现阶段小学挫折教育过程中遇到的问题,提出了在小学语文教学过程中融入挫折教育的策略,希望广大教育工作者在阅读后提出宝贵意见。

关键词:小学语文;挫折教育;受挫折能力;教学策略

Help primary school students to improve frustration ability -- Elementary School Chinese frustration education

Liu NingE

Pingtian Primary School, Panguan Town, Panzhou City, Liupanshui city, Guizhou Province 553534

Abstract: With the continuous deepening of China's education curriculum reform, the traditional teaching mode and teaching thought has been unable to adapt to the development of modern compulsory education needs, basic education reform has become the trend of The Times. In the teaching process of primary school Chinese, teachers should not only guide students to learn the corresponding subject knowledge, but also promote the continuous development of students' ability and accomplishment in many aspects. Whether it is study or life, a person in the growth of the road inevitably encounter difficulties and setbacks. Primary school Chinese teachers should help students develop a good state of mind in the teaching process, improve students' ability to be frustrated, and promote students to develop a good spiritual will. In this paper, the author briefly introduces the meaning and necessity of frustration education, and based on the problems encountered in the process of frustration education in primary schools at present, puts forward the strategy of integrating frustration education in the process of Chinese teaching in primary schools, hoping that the majority of educators put forward valuable suggestions after reading.

Keywords: Primary School Chinese; Frustration education; Ability to withstand setbacks; Teaching strategy

小学时期的孩子们是初次离开父母的庇护,独自进入到集体环境中,学习和与人交往的事情,现阶段,很多学生的家庭条件都逐渐改善了,孩子们从小就生活在充满关爱的家庭环境中,对于挫折的认识还不够深刻,面对挫折时也没有良好的态度。因此,在小学语文教育过程中,教师们要引导学生深刻认识挫折的含义,了解现阶段生活中的艰难困苦,学会用正确的心态来面对人生道路上的挫折与困难。在小学语文课堂上融入挫折教育已经成为新时代教学改革的重要举措,对于学生的长远发展也有着不可忽视的重要意义。

1 挫折教育的含义

挫折,简单来说就是人们在有目的的行为过程中遇到的困难和障碍。从心理学的角度分析,挫折是个体在有目的的行为活动中,所有的阻碍时所产生的必然情绪反应,通常情况下,个体的反应是失望,痛苦,沮丧,不安等。但从长远的角度来看,挫折是一把双刃剑,对于一个人的成长也会有一定程度上的促进作用,挫折是人生成长的必经之路,能够锻炼一个人的意志,增强一个人的抗压能力。相反,如果一个人在挫折面前轻易地低下头来,就会变得意志消沉,沮丧失落,甚至一蹶不

振,失去了前进的动力。因此,在基础教育过程中融入挫折教育,能够使新时代的中小学生在在学习过程中养成良好的精神品质,提高自身的潜能。在小学语文教育过程中,教师要引导学生深刻的认识到,挫折是成长道路上的必经站,挫折并不可怕,没有谁的人生道路是一帆风顺的,一个人的成长总是在不断的克服挫折,战胜困难的过程中提升自己,如果在挫折面前轻易认输,就无法到达胜利的彼岸。

2 小学语文教学中实施挫折教育的必要性

2.1 心理塑造性较强

小学时期的学生们正处于身心快速发展的关键时期,这一阶段的学生们由于还处于社会发展的初级阶段,心理状态的可塑性更强,学生们在小学时期自身的人生观,世界观,价值观也处于初步的萌芽状态,因此,小学语文教师要抓紧这一款挫折教育的关键时期,尤其是在语文课堂教学的过程中,要时刻牢记育人职责,在日常的教学环节中,有效渗透挫折教育的理念,提升学生们的心理素质。

2.2 学生的心理脆弱

如同上文所述,很多小学生的家庭条件良好,在小的时候,父母都会尽最大的限度来满足学生们的实际需求,因此,学生们在小学阶段可以称得上是无忧无虑的。但是随着学生们逐步融入到学校这一集体氛围中,很多学生在家中都是独生子女,其自我意识比较强烈,在日常与他人交往的过程中,很少考虑到他人的感受,而学校的各种规章制度也限制了学生自身多种需求的满足。在与学生交流的过程中,小学语文教师可以很明显的感觉到,很多学生存在的心理承受能力较差的问题,这样的脆弱心理不利于学生们在遭受挫折之后尽快地走出来,因此,小学语文教师要在课堂的教学环节中,有效渗透挫折教育,提升学生面对挫折的心理素质,为学生日后更深层次的学习与发展打下坚实的基础。

3 小学生挫折教育的现状

在对现阶段我国小学生的受挫能力进行调查了解后,可以发现,大约有70%左右的学生在学习和生活过程中会面对不同程度的苦恼。这些挫折感主要来源于学生们日常的学习,生活,包括但不限于沉重的课业压力,一些学生所设定的教学目标与最终的学习成果不相匹配,还有的一些学生在课下要奔波于各种补习班,兴趣特长班,缺少自由活动的空间。还有一部分学生在学校的集体环境中存在着人际关系问题,包括但不限于没有朋友被其他人孤立,因为自身家庭条件的差异感到自卑等等。除此之外,还有一部分的学生认为自己与家长和教师的交流不够顺利,父母和教师存在着不尊重学生,说话不算数等问题,甚至还有一些小学生对于自己的现阶段形象,家庭环境以及社会经历等多方面因素存在着不满意的心理。这些多方面的原因,都会对学生们的心理健康

产生或多或少的的影响,如果学生们不能够养成健康的心理,学会从挫折中汲取力量,就很有可能会丧失学习的信心,甚至误入歧途。在教育课程改革不断深化的过程中,已经有越来越多的教师们开始认识到挫折教育的重要性,但就现阶段,我国小学挫折教育情况而言,还存在着很多无法忽视的问题。一些小学语文教师在日常的课堂教学过程中,更加侧重于学生们对于语文知识以及应试技巧的掌握,对于挫折教育的重视程度不够,还有一部分小学语文教师对于挫折教育的方法不够理解,在日常的教学过程中,将挫折教育仅仅局限于理论教学部分,忽视了学生自身健全人格的发展情况,没有将挫折教育有效渗透于教学环节中,所达成的教学效果也非常有限。

4 在小学语文教学中渗透挫折教育的策略

4.1 引导小学生正确树立挫折观念

在小学语文的教学过程中,教师如果想有效地开展挫折教育,那么,首先要做到的就是引导学生正确认识挫折,树立良好的挫折观念。在开展挫折教育之前,教师要根据具体的教学内容,有效整合现有的教学资源,设计相关挫折教育实施的策略。教师要充分认识到,挫折教育不仅仅是心理认知上的教育,更是学生实践行动方面的教育,但教师首先要做到的就是让学生在心理上正确认识挫折,小学语文教师要充分考虑到现阶段学生们的身心发展规律,根据学生们的自身特点,制定具有针对性的教学策略。举个例子,在教学人教版小学语文二年级上册第一课《小蝌蚪找妈妈》这一课时的过程中,教师就可以充分利用课文中的内容引导学生进行思考,在课文中,小蝌蚪找妈妈的过程是一帆风顺的吗?他们经历了几次挫折,才最后找到了真正的妈妈呢?教师可以在课堂教学的过程中逐步渗透,让小学生们逐渐了解挫折的含义,以及在面对挫折时的感受,学生们可以联系自己的日常生活经历,想一想自己面对挫折时会有什么样的心态。但同时,教师也要引导学生联系课文的结尾,小蝌蚪们经历了千辛万苦,最后终于找到了青蛙妈妈,这不就证明了当我们克服了挫折之后,就能够获得成功么。小学语文教师要以正确的心态来面对日常学习和生活中的挫折,学生们要初步认识的,没有一个人的人生是一帆风顺的,在成长道路上遇到挫折是在所难免的,但是我们要以更加积极的心态去面对挫折,克服挫折,只有真正克服挫折的人,才能够获得更大的成功。

4.2 引导小学生正确地认识自己

在一个人成长的道路上,最困难的并不是认识世界,而是认识自己。在小学挫折教育的过程中,引导学生正确认识自己是帮助学生战胜挫折的重要一环,它能帮助学生们在遭遇挫折之后尽快明白如何调整自己的状态,解决生活中的各类挫折。因此,小学语文教师要引导学生们正确认识自己,对自己有客观的评价。即使是同一

个班级的学生，由于自身成长环境以及多方面因素的影响，很多学生们在日常的语言学习过程中所体现出的学习兴趣，学习能力以及学习习惯等都有着较大的差异。小学语文教师要根据学生们具体情况帮助学生们对自己形成正确的认知，从而能够更加客观的评价自己，在遭遇到困难和挫折的时候，也能够及时的根据自己的表现，梳理自己的优点和不足之处，以更加科学而积极的心态面对生活中的挫折，从挫折中快速走出来。举个例子，在教学人教小学语文二年级下册第14课《小马过河》的过程中，小学语文教师要引导学生们在充分理解课文内容的基础上分析，为什么小马第一次过河，没有成功，学生们会很直接的回答道，因为他听了很多人的意见，却没有自己去试一试，归根结底，小马对于自己没有正确的认识，没有认识到自己的体型与小松鼠和老牛之间的区别，学生们认识的只有正确认识自己才能够科学分析挫折产生的原因，认识到了自己的短板，能够在日后的学习与实践过程中取得更大的进步，在人生的成长道路上，每一个人都会有自己的优点和缺点，即使现阶段因为自己的一些不足而遭遇到了挫折，但是只要坚持到底，不半途而废，日后肯定会有更加灿烂光明的未来。

4.3 注重小学生应对挫折能力的培养

小学生们在养成了正确的挫折观点之后，也要学会用自己的方法来面对生活或学习上的挫折。小学语文教师要在日常的教学过程中培养学生们应对挫折的能力，从小帮助孩子们养成良好的学习与生活习惯。在面对挫折的时候，其自身的独立自主性发挥着重要作用，学生们如果能够吃苦耐劳，坚持不懈，养成良好的责任意识，那么，在面对挫折时也会有更加积极的心态。小学语文教师要根据具体的教学内容，培养学生应对挫折的能力，促进学生的全方位发展。举个例子，在教学人教小学语文六年级上册第五课《七律·长征》的过程中，就是可以引导学生一起分析这首诗歌，说一说红军在长征路上遇到了哪些困难？红军在那样艰难困苦的条件下翻越了万水千山，走过了千里草地，靠着坚强不屈的意志，终于到达了最终的目的地，三军汇合完成了我国历史上的伟大壮举。正是在长征路上，千千万万个士兵用自己的双脚丈量土地，粉碎了数十万敌军的围追堵截，在经历了无数的艰难险阻之后，才能胜利会师，为我国的抗战胜利起到了不可磨灭的重要意义。小学语文教师要引导学生们了解长征道路上的故事，与这些困难相比，学生们日常在学习和生活中遇到的挫折又算得了什么呢？教师要引导学生们学习红军战士克服挫折的能力，总结前辈的精神和精力，拥有这些良好的品质，才能够不断提升自身的综合素养，养成应对挫折的良好能力。

4.4 学习古人意志为己所用

以铜为镜，可以正衣冠，以史为镜，可以知兴替，

以人为镜，可以明得失。在小学语文渗透挫折教育的过程中，教师也可以引导学生们从经典历史中汲取力量，学习他人克服挫折的经验和教训。小学语文教师可以引导学生们积极开展课外阅读，从小养成多读书，爱读书的良好习惯，从一些经典文学作品和名人传记中汲取他人克服挫折的经验教训。例如，英国首相丘吉尔一生经历了许多挫折，困苦，终于，在66岁时才成为英国的首相。中国的经典历史人物司马迁也遇到了许多挫折，但是依然完成经典名篇巨作《史记》，鲁迅称为史家之绝唱，无韵之离骚，在中国历史上留下了浓墨重彩的一笔。小学语文教师应当引导学生多阅读一些历史上经典人物的事迹和他们的个人传记，也可以从一些文学作品中了解这些名人们是怎样克服困难和挫折，在困难中找到希望的。教师可以引导学生们一起学习勾践卧薪尝胆的精神，感悟司马迁说他“苦心人，天不负，卧薪尝胆，百二秦关终归楚”正是这样的坚强意志，才能够从巨大的打击中恢复出来，克服挫折，才能够迎接光明的未来。小学语文教师可以在课堂上组织学生们讨论自己最喜欢的历史人物，所说他们是怎样克服成长道路上的困难的，自己都应当在生活和学习中怎样向他们学习，增强学生们克服挫折的勇气和信心。

5 结束语

综上所述，在小学语文的教学过程中，渗透挫折教育并不仅仅是教育课程改革的内在要求，更是小学教育自我发展与完善的必经之路。作为新时代的教育工作者，小学语文教师要坚定自身的教学原则，积极革新自身的教学理念，在日常的教学过程中，合理渗透挫折教育，提升学生们面对挫折的能力。

参考文献：

- [1]刘小红.帮助小学生提高受挫折力——谈小学语文挫折教育[J].新课程, 2020(43): 233.
- [2]杨思帆, 庞贞艾.小学生困难与挫折教育的价值审视与实践路径——基于新冠肺炎疫情影响分析[J].教师教育学报, 2020, 7(05): 119-124.DOI: 10.13718/j.cnki.jsjy.2020.05.015.
- [3]张静.小学高段学生耐挫能力的现状及影响因素[D].华中师范大学, 2019.
- [4]谢芳.家校合作,于“微”处暖娃心——谈农村小学留守儿童抗挫折教育[J].中小学心理健康教育, 2019(01): 58-59.
- [5]沈卫英.痛并快乐着——在小学体育教学中进行挫折教育[J].新课程导学, 2017(25): 53.
- [6]潘燕.奋起直追,不容言败,小学语文教学中的挫折教育[J].新课程(小学), 2015(08): 203.
- [7]史雯雯.挫折教育的现状研究与对策[D].南京师范大学, 2013.