

小学语文教学中融入心理健康教育的策略

● 强雅昕



[摘要] 随着素质教育改革进程的不断深化,心理健康教育已经成为小学教育体系的重要组成部分,并被逐渐融入了学科教学当中。小学语文教师在日常教学中,应提升对心理健康教育的重视,在教学中融入心理健康教育。这有助于提升学生语文素养的同时,解决学生的心理健康问题,提升学生综合素质,促进学生全面发展。基于此,本文阐述了小学学科教学中融入心理教育的原则,并提出了小学语文教学过程中融入心理健康教育的策略,以供参考。

[关键词] 小学语文教学;心理健康教育;策略

小学阶段是学生心理发展的关键时期,这个阶段,学生正处于身心快速成长的阶段,面临着来自学业、同伴关系等多方面的压力与挑战。学科教学是学校教育的核心组成部分,其不仅是知识传授和技能培养的主要渠道,也是塑造学生价值观、情感态度及心理素质的重要平台。将心理健康教育融入学科教学过程中,有助于学生的心理健康,并提升教育质量,促进学生全面发展。然而,传统的学科教学往往侧重于知识的传授和技能的训练,在一定程度上忽视了学生的心理健康教育。因此,对在学科教学过程中融入小学生心理健康教育进行研究,旨在为教师提供有益的参考和借鉴,从而为学生的健康成长和全面发展提供坚实的保障。

Q 小学语文教学中融入心理教育的原则

(一) 潜移默化原则

小学生身心不够成熟,如果教师在学科教学时直接给学生讲解心理健康有关理念及道理,就难以激发学生的学习兴趣,甚至会导致学生产生反感情绪,无法取得理想的心理健康教育效果。因此,小学语文教师在教学中融入心理教育时,需要坚持潜移默化的原则,精心设计教学活动、建立良好的课堂氛围和建立良好的师生互动等,将心理健康教育的内容自然而然地融入学科教学过程中。这种方式更加符合小学生的心理发展特点,能够在不增加学生学业负担的前提下,使学生的心理素质在潜移默化中得到有效提升。

(二) 针对性原则

在现实生活中,每个学生的成长环境各不相同,也会有不同的烦恼,存在着一些个体差异性。这就要求学科教师

在开展心理健康教育时不可采用统一的方式,要针对学生可能出现的心理问题融入心理健康教育,从而保证心理健康教育能够真正触及学生的心灵,推动学生的身心健康发展。

(三) 榜样带动原则

小学生天生就有着很强的模仿性,他们在生活中可能会模仿周围的人,如家人、教师等。因此,小学语文教师在心理教育过程中,应充分认识到教师在学生成长中起到的榜样作用,确定教育管理责任,并在日常的教学及生活中注重自身的言行举止。教师要坚持用积极的思想去影响学生,多鼓励和赞扬学生。教师要在学生心中树立一个好的形象,变成学生想要学习的榜样,进而实现对学生的有效引导,提高心理健康教育质量。

Q 小学语文教学中融入心理健康教育的策略

(一) 知识传授和心理健康教育相融合

和小学其他科目相比,心理健康教育有其独特性,其注重学生的心理健康,这与学生认知等方面的教育有着较大差别,仅凭班主任的日常心理辅导已经无法完成心理健康教育目标。这就需要小学语文教师在日常教学中借助教学环境、教师的人格魅力及不同教学方式,给学生营造出一个较好的学习环境。同时,教师要对引导学生进行引导和启发,把教学变成“教”和“学”良好互动的过程,进而发挥出教师对学生心理发展的引导作用,激发学生心理知识的学习兴趣。以《穷人》为例,小学生很难真正理解文中“困苦”的意思。这时教师不妨让学生分享自己对“困苦”的看法,然后在适当的时机对学生进行引导,这样能够使学生真正感受到主人公艰难的生活状态,从而加深其对“困苦”的

了解。通过学习这些知识，学生会联想到自己生活和学习中的“困苦”。教师可以引导学生理解这些“困苦”都是短暂的，遇到困难要保持积极乐观的心态，从而完成对学生的心理健康教育。

(二)创造良好的学习氛围

杰克·坎菲尔德强调，教师要创造一个富有支持力的教学氛围，使学生能够被尊重。在这样的环境中学生才能发表自身观点，增强学习的自信心。基于此，小学语文教师在教学中应尽量采用具有激励性、尊重学生的方式营造良好课堂氛围。比如，教师可以使用鼓励性的语言“真厉害！”“你真聪明！”等，这些鼓励性的语言既可以增强学生独立思考的自信心，还可以形成良好的师生互动关系，增进师生间的了解，增强学生对教师的信任度，进而为心理健康教育提供有力支持。例如，在讲解《狐狸和乌鸦》这篇课文时，教师可以让学生到台上扮演狐狸和乌鸦，以此来激发学生的学习兴趣。如教师引导扮演狐狸的学生思考引诱乌鸦开口的方法，而扮演乌鸦的学生则努力不开口说话。在学生表演结束后，教师应找准时机对学生进行表扬，学生听到教师的表扬后，会争抢着扮演狐狸和乌鸦。通过表演，学生对狐狸和乌鸦特征有了深刻的认知，也增强了学生的成就感和展示欲望。同时，课堂的趣味性得到有效提升。除此之外，教师引导学生建立良好的人际关系比较重要。建立良好的人际关系可以使处于良好的学习环境中，以推动学生的心理健康发展。教师应该引导学生建立良好的人际关系，形成互帮互助的学习共同体，使学生之间可以互相帮助、互相成就。

(三)深挖教育资源，强化精神建设

在语文教学中，课本不只是教师教学的依据，也是学生获取知识的重要资源。小学教师在语文教学中融入心理健康教育，不能忽略心理健康教育相关资源的挖掘。融入心理健康教育相关内容，可以使学生对教学内容有更为深入的理解，并为心理健康教育的落实奠定基础。例如，在《生命，生命》这篇文章教学过程中，小学语文教师应该及时挖掘课文中潜藏的心理健康教育主题。例如，“热爱生命”教育主题，让学生能够在学习课文内容的基础上，学习良好的心理健康品质，促进学生心理健康发展。同时，在教学实践中，除了课本中包含的心理健康教育资源之外，小学语文教师还应该积极挖掘生活中及网络中所潜藏的心理健康教育资源。教师可以引导学生结合课文内容，发现生活中的美，并在上课的时候和同学及教师分享。同时，教师可以引导学生将自己心目中的幸福生活画下来。这些都能够助力教师开展心理健康教育。在此过程中教师需要注意的是，教师应该将教育资源进行筛选和加工，不可将教育资源直接运用到教学中，不然可能会导致教学工作受到不利

影响。

(四)引导学生正确对待挫折

挫折是人在做事时遇到的障碍与干扰，如果未能正确地对待挫折，就会使人形成一定的心理压力，从而伤害到人的身心健康。特别是处于小学阶段的学生在心理上并不成熟，他们在遭遇挫折时更容易出现一些不良情绪。甚至部分学生遇到挫折时还会产生抵触心理，变得不求进取，乃至产生抑郁倾向，从而影响到他们的正常生活和学习。因此，教师对学生开展挫折教育是非常有必要的。小学语文教师在日常教学中应依据课本内容进行心理健康教育相关内容的设计，积极和学生展开情感上的交流，引导学生将自己心中的不良情绪发泄出来，引导学生不要惧怕挫折，使学生认识到每个人都会遇到挫折，只有历经风雨的洗礼和考验，才能拥有过硬的心理承受力和抗挫力，真正变成生活当中的强者。例如，在《假如给我三天光明》这篇课文的教学时，小学语文教师可以先引导学生阅读课文，使学生了解作者的一生，并融入作者的人生故事，借此让学生感受到其中蕴含的宝贵精神品质，进而使学生产生对作者的敬佩之情。教师可以引导学生向作者学习，真正变成一个有毅力、有信心与爱心的人。同时，在课堂上，教师还可以给学生举出一些生活中的案例，使学生直面挫折，从而推动学生心理健康成长，增强学生的社会适应力。

(五)开展分层教学，尊重学生个体差异

因为不同学生在生长环境、思维特征及认知水平上存有差异，所以小学语文教师要想在教学中科学地融入心理健康教育，就应坚持“以生为本”的原则，积极开展分层教学，从而让学生能够在掌握所学知识的同时，形成乐观向上的学习心态。例如，在开展《杨氏之子》这篇课文教学时，因为一些学生对学习古文的兴趣不高，并且学生的古文学习基础比较差，导致学生在学习古文时存在较大的学习难度。这时假如教师运用统一的教学模式，势必会导致部分学生难以高效完成知识学习，而且可能因此出现一些消极和负面的心理，这对学生的心理健康发展是不利的。因此，小学语文教师应该结合学生的上课表现、平时成绩及学习态度，将学生分成上、中、下三层，并针对各层次的学生制定合理教学目标、教学计划和评价措施，同时在课堂练习、课后作业中体现出差异性。只有这样，才能够让每个学生在学习中得到进步。然而，需要注意的是，教师需要灵活调整学生所处层次，如处在中层的学生，通过教师引导及自身努力能力获得了一定提升，这时教师应该把中层的学生换到上层。这样既能够鼓励学生进步，同时又能够满足学生发展需求。

(六)家长参与心理健康教育，落实感恩教育

在小学语文教学中融入心理健康教育，家长参与和落实感恩教育是不可或缺的一环。这不仅有助于学生在家庭和

学校环境中形成健康的心理状态，还能促进他们品德修养的全面提升。小学语文教师应提升其对家校共育的重视程度，加强与家长的沟通交流，引导家长参加到教育教学中，通过家校合作，让学生懂得感恩父母是十分有必要的。目前，一些学生通常习惯于在父母的保护下生活，缺少应有的感恩意识，追溯其原因主要是因为学生缺少相应的教导，导致学生未能明确感恩的真正意义。这就需要教师对学生进行分析引导。例如，《精彩极了和糟糕透了》这篇文章包含着两种完成不同的爱，一种是来自父亲“严厉的爱”，另一种则是来自母亲“慈祥的爱”，这种爱通常是以激励的方式来表达。可见，父母给予的爱是多元化的，有的是无私，有的是宽广。教师在教学中，可以适时提出以下问题：“父母需要如何正确地对待孩子？孩子又需要如何回报？”在学生回答上述问题时，把“感恩”理念扎根于心中。此外，在教学中，教师应对课本进行分析，将其中有关“亲情”的内容挑选出来，引导学生感恩父母。教师可以基于家校合作的前提开展班会活动，借助家长资源来落实感恩教育，让家长尝试进入课堂，走进孩子的内心，以此加深家长和孩子的感情，强化学生现有的情感认知能力。教师可以依据学生的真实情况来开展相关的活动。例如，教师可以基于“育人”这一教学理念开展演讲活动，并诚邀家长进行演讲，还可以让学生通过制作感恩卡的方式来感恩父母。在活动结束以后，教师可以把相关照片发送到家长群，以此来激励更多家长参与家校合作，进而实现学校和家庭教育资源的有效整合，更好地培养并增强学生的感恩意识。

结束语

综上所述，当前，心理健康教育工作的开展尤为重要，

其对学生的身心健康发展产生了重要影响。因此，小学语文教师应该意识到在小学语文教学中融入心理健康教育的重要性。教师在开展语文教学的同时，要对学生进行有效的心理健康教育，给学生足够的关爱，使学生始终保持健康的心理。这可以让语文教学发挥出更大的作用，为学生的全面发展提供更有力的支持。

参考文献

- [1]高晓娟.刍议小学语文教学中如何渗透心理健康教育[J].华夏教师,2023(36):25-27.
- [2]张蕾.在小学语文教学中实施心理健康教育[J].中小学班主任,2023(22):31-33.
- [3]温晶.小学语文教学中渗透心理健康教育的实践研究[J].亚太教育,2023(05):90-92.
- [4]肖云培.浅析中小学学科教学渗透心理健康教育的要点及措施[J].青春岁月,2019(07):147.
- [5]曾建兴.中小学学科教学渗透心理健康教育微课的探索[J].辽宁教育,2018(16):36-38.
- [6]张自泰.在小学各学科中渗透心理健康教育的有效途径[J].学周刊,2017(07):63-64.

基金项目：

甘肃省教育科学“十四五”规划课题项目，项目名称：农村小学生心理问题识别与干预的实践研究，项目编号：GS[2023]GHB0109。

作者简介：

强雅昕(1976-),女,汉族,甘肃白银人,本科,高级教师,甘肃省白银市靖远县乌兰镇西滩小学,研究方向:小学语文。