

寓心理健康教育于品德与社会教学中

文/鹤山市沙坪街道第四小学 任超林

随着教学改革的深入,品德与社会课堂成为学生开展心理健康教育最好的渠道。教材中蕴藏有不少适应于心理辅导的内容素材,教学过程中还会经常出现有利于实施心理辅导的教育情景。教师只要细心挖掘、善加利用,一定可取得心理健康教育的实效。

一、挖掘教材与心理健康教育的切入点,触动学生心灵

对小学生进行心理健康教育,主要是帮助小学生认识自己、悦纳自己,提高他们对小学生活的适应能力,养成良好的生活习惯和正确的学习态度,培养他们开朗、向上、乐学、合群、自信、自立、开拓、创新的健康人格。伟大的教育家陶行知曾说过:“生活即教育。”品社课程也倡导教育要回归生活,强调以儿童的现实生活为基础,促进儿童道德的自我构建。的确,儿童的生活是我们宝贵的教育资源。在小学品社课中有很多与心理健康教育有关的内容,只要善于发现,整体把握,找准切入点,分步实施,就能触动学生心灵并进行心理健康教育。如在教《生命需要呵护》这一课时,我导入两个真实的故事,让学生做对比,体会到生命的来之不易,感受生命的精彩,让他们讨论该如何与家人、同学相处,从而更加深刻地体会自己存在的价值,树立正确的生命观和价值观。

二、创设宽松和谐的课堂情境,强化学生心理体验

美国教育家罗杰斯说:“成功的教育依赖于一种真诚的理解和信

任的师生关系,依赖于一种和谐安全的课堂气氛。”和谐的小学品德与社会课堂就是要营造一种能促进学生主动学习、健康发展的教学环境,追求民主,平等,有序,积极,和谐的课堂氛围,创设一个动态的、互动的师生之间以及学生与学生之间相互协调、相互交流、共同成长、共同发展的阵地。因此,作为品社教师一定要增强自身的魅力,把爱心,微笑,趣味,鼓励带进课堂,增强自身的亲和力。

教学中,让学生根据生活的实践经验,分组讨论交流畅所欲言,使每一位学生都积极的参与课堂,每一个学生都有发表意见的机会,既培养学生的合作能力、表达能力,也使每一个学生都有获得成功的喜悦,让学生带着愉快的心情进入探求知识的情境。

三、调适化解心理困扰,让学生学会做情绪的主人

人生不如意事常十有八九。的确,在现实生活中,我们不可能时时顺心,事事如意。现在的学生大多娇生惯养,抗挫力差,当自己的愿望一再受挫,紧张状态逐渐积累,学生就会产生愤怒这种富有敌意的情绪。而小学高年级学生处在正在形成自己的人生观和价值观的阶段。对于他们来说,这种不良情绪如果不能及时矫正,久而久之就会出现孤独感,失去精神寄托,甚至绝望,感情失衡,寂寞惆怅,苦闷,冷漠,无所追求,对于周围的人和事没有兴趣,或者是仇视一切。在这种情况下,学生很容易出现抵触的情绪,意志消沉,甚至走

向极端。这是一种心理障碍的表现。而作为品社老师要教育学生做情绪的主人,及时地调节自己的情绪,调整心态,消除心理障碍。在课堂中我常利用一些活动来帮助学生宣泄自己的情绪。如教学“成长的脚步”时,我通过让学生自制小卡片写最近一星期令自己快乐和烦恼的一件事,然后全部收集起来打乱,分到每一小组进行讨论交流,“如果遇到类似的情况会怎么做?怎样让自己走出低落的情绪?”最后请小组派代表发言,最后我会用激励性的语言及时评价各组的表现,对他们的方法进行正确的指导,引领学生认识成长之最是自己人生发展的阶段性标志,学会总结成长之最的经验和教训,使他们了解人人都有烦恼,只要能够正确的对待,及时宣泄,做情绪的主人,就不会被情绪牵着鼻子走。教育学生学会做自己情绪的主人,及时调整自己的心态,正确对待周围的人和事,是克服心理障碍的有效途径。

小学思想品德教学是一个塑造小学生美好心灵,培养学生健全人格、健康心理的过程。品社学科渗透心理健康教育无疑是学校进行心理健康教育重要的途径。思品教学中渗透心理健康教育贵在潜移默化,贵在“润物细无声”,它更多的时候是内隐的、暗示的、濡染的,所以很值得提倡。但只要我们认真学习,勇于探索,就一定能把学生心理健康教育推上新台阶。

责任编辑 邹韵文