

# 如沐春风，如鱼得水——初中语文教学中渗透心理健康教育的探索

王灿

(徐州市梨园路学校 江苏 徐州 221000)

摘要：我国中学教师在心理健康领域的教学与培训中必须充分发挥学科优势，本文就如何在开展心理健康培训进行了探讨。

关键词：初中语文；渗透；心理健康教育

目前，全国中学生的总体心理水平低下，心理教学的发展状况不容乐观。学校主题课堂是教师开展心理教学的主要渠道之一，教师应该在课堂中发挥专业优势，在提供学生专业知识与技巧的同时进行心理教学，但随着社会与校园形势的转变，学校暴力与中小学生的心理问题已比过去更为重要与严峻。一些普通高等院校也将心理教学视为学校全天工作的重要组成部分，是与心理学老师一样的重要工作任务。从心理教学的性质与特征出发，不同专业的心理老师也具有同样重要的社会责任，心理教师应帮助学生形成正确的世界观，人生观与价值观，而教学教材必须符合学生身心发展的特点。总之，语文课程的基本理念与心理健康教育的总体目标是完全一致的。

## 一、适度确定班级目标和培养积极情绪

教学是与人类社会生活密切相关的重要工具，学科本身的人文性和独特性为学生的心理健康教育提供了独特的资源。反映在教科书中，可以向学生展示什么是真、善、美，什么是错、恶、丑。学习古诗词可以让学生不断品味和欣赏智者的道路，净化心灵。在课堂阅读过程中，和谐活跃的氛围可以不断地向学生传递正能量。比如：李白的《行路难》是李白离开长安时心情的一种表达，这首诗最大的突出点是诗人情感的兴衰和激愤。在学习过程中，读音要注意节奏，想象诗中的画面，感受诗人的情绪，与诗人分享快乐和悲伤，并作出客观地评价。在教学本文时，教学目标是：(1) 感受诗词的音韵美感，体会诗歌的情感变化；(2) 了解诗人复杂的心情变化，对诗歌表达有一个深层次的理解；(3) 深入体会诗歌中积极进取、快乐自信的情感并得到精神启迪，以上目标将层层推广。在此次特别的训练中，通过指导学生反复诵读，使学生享受诗意的，感受诗歌的情怀，进而让阅读更加明亮多彩。

通过让学生在合作中学习，进行审美训练，鼓励学生在阅读中形成永久联想。

## 二、初中语文课堂局部设计的引入给学生强烈的心理冲击

课堂教学的导论对于调动学生的学习兴趣 and 吸引学生学习具有直接的影响，教学实践已经证明，学习兴趣是教学的最好老师。尽管教师可以很好地介绍教材，但若其中富含了学生感兴趣的内容，他们会在整个课堂上都显示出一种兴奋，这对于提高教学质量和学习效果都起着决定性的影响作用。在设计中学语文导论时，老师应该：密切监控课文内容，并通过有感染力的话语或情景，让学生迅速地深入培训内容。为达到一定的心理教学目标，老师应该在教学前进行充分准备，并仔细备课，尤其是要足够的掌握教材，这样才能够运用教材进行心理健康教育领域的学习活动。在教学过程中，教师必须全面解读教材，用优美的语言诠释作者文章背后的真实情感和思想。比如，当我们学习朱自清的《背影》时，作者在文章中描述的叙事，没有太多的起伏，但在作者心中承载的是父亲给他买桔子时爬上站台的情景，作品中用优美的语言，描写了家长对子女无私的爱。这是一节心理健康课，经过教师的介绍，学生可以从心里学会感恩父母，从课文的学习中让孩子知道自己的家长特别关爱自己，让学生们认识并了解他们的家长，少一些不听话。在课堂讨论中，教师与学生要积极互动，学生们将在听觉和视觉的冲击下从一件事情中摆脱出来，并能记住学生和家之间的某些故事，包括内疚、悔恨。

## 三、作者经历的有效渗透

由于学生升入中学的压力较大，在我国有很多教育方式是不适宜的。例如老师往往只重视“教学”而忽视“人的教育”，这似乎已成为当今社会的普遍现象。除了成绩的高低，在教学中还有许多值得追

求的目标,因为培养具有优秀品格和经验的教师是每位教师的责任与义务。许多文章的作者是老师教学生“学”和“试”的良好材料。在中学的语文课本中,每一个文章都可以说是一个激动人心的故事,例如作者的一些骨气或优秀品质。这是一个情感和有价值的教育,能够教导学生具有正面力量。除理解这篇文章之外,语文教师还可以通过详细分析作者的信息来适当拓展教学,这不仅可以帮助学生理解文章创作的起源,提高学生对文章的理解,同时也让学生通过介绍作者来了解中国的历史,领略我们祖先的优良传统和道德。中国教科书照例教授委森文章的节选,例如,在中国饱受风霜的年代,鲁迅抱着医学救国的热情去往日本留学。当他看到同胞被害而麻木不仁的人群的情景后,他毅然弃医从文,立志用手中的笔来唤醒国人沉睡的灵魂,追随那一代代的爱国志士。鲁迅这些优秀的品质影响了几代人,他可以鼓励我们今天的学生珍惜和平,努力学习,热爱祖国,承担更多的责任和义务。因此,在学习这些文章之后,教师必须通过作者的生活和作品进行心理教育。在语文教材的选择上,有许多著名的艺术家和丰富的作品。像老舍《济南的冬天》、阿尔丰斯·都德的《最后一课》,鲁迅先生的《故乡》,人教版教材中巍巍的《我的老师》等都是很好的心理教育素材,语文教师可以适当拓展课堂教学内容,巧妙渗透心理教育。

#### 四、挖掘语文教材的灵魂,加强心理健康教育的渗透

如果读者能够深入理解和分析一篇优秀的文章,就像与作者直接交流一样,在每一节语文课上,老师和学生都会与作者交流并提出自己的想法,许多想法都是心理健康训练的材料。在教学过程中,语文教师要开放思想,激发学生学习的主动性,赋予良好的想象力,塑造学生的素质,让作者的情感和思想感染学生,让道德情感对学生产生不可察觉的影响,使学生得到积极的心理教育。作为一名原创性的语文教师,我们必须引导学生阅读更多的好文章,并认真体验这些文章。然而,由于经验和学生年龄的限制,他们对一些社会问题的理解还不

够详尽,难以深入理解文章的意义来表达社会事实。《秋天的怀念》中作者用爱的笔墨写下了对儿子的爱、理解和思念以及对母亲的悔恨。在学习了这篇文章之后,学生们将反思并努力成为理解父母的学生。同时,让学生明白,任何好文章的形式都只是为内容服务,不能只关注形式而忽视作者真正想表达的内容和思想感情。

#### 五、通过课堂游戏学习人际交往

独生子女在明星环境中长大,他们没有同龄人的陪伴,无法获得全面的人际交往技能。教师可以充分利用这方面的文本资源,在鲁迅的社会剧《社戏》中,“迅哥”作为一个都市人,对乡村环境充满了兴趣和向往,善于交际的他能很快就能和村里的孩子相处得很好。此外,在与农村儿童沟通的过程中,他学到了很多乐趣、体验了很多新事物。可见“迅哥”具有良好的社会适应能力。在《孔乙己》中,孔乙己是清朝科举制度下的牺牲者,也是一个穷困潦倒的知识分子他对考试富有热情,以自己的学识而自豪,他也遇到了一群自私、冷漠而麻木的旁观者。通过学习,学生们能够全面认识目前病态的社会,并懂得怎样同情与援助穷人。在语文教学中,这种资源十分宝贵,如果老师有了这个意识,那么对于培育学生良好的人际交往,学会主动、慷慨地交往是十分有益的。六、结束语

总之,心理健康教育与语文教育相结合,不仅可以激发中学生能力的培养,而且可以为学生提供人性化、充满活力的心理健康教育,使学生能看、能摸、能做。此外,如果中国教师能够照顾学生的心灵,这将大大促进师生关系的优化,能让学生在课堂上如沐春风,如鱼得水!

#### 参考文献:

- [1]邱建秀. 随课渗入 润心无声——初中语文教学渗透心理健康教育探索[J]. 福建教学研究(1):2.
- [2]徐茶花. 浅析如何在初中语文课堂渗透学生的心理健康教育[J]. 学苑教育, 2016(1):38-38.

姓名:王灿 性别:女 出生年月1989.9.6 民族:汉 籍贯:江苏沛县 学历:本科 职称:中教二级 研究方向:初中语文教学