

让学生在语文课程中沐浴阳光

——初中语文教学中渗透心理健康教育的实践研究报告

随着时代的发展,新时代的初中学生心理发展呈现出许多新的特质以及亟待解决的问题。我们经过对本校学生的问卷调查,对初中学生心理发展现状和潜在问题有了初步的认知。初中学生在学习适应性、人际关系类、青春期心理和自我认知等方面存在的一些问题值得我们关注。针对我们调查获得的初中生现有的主要心理问题,我们研究并探索在语文教学中渗透心理健康教育。那么,语文教学渗透心理健康教育的合理性依据有哪些呢?

一、语文课程性质提供理论衔接。

语文课程是工具性和人文性统一的课程。所谓“人文性”,即“人”是教育的出发点,也是归宿点。人的发展根本在于心灵的成长和发展。教师应在课程中回归人本,突出为学生终身发展服务的理念。而健康的心理是学生终身发展的前提和保证。所以,语文教学在关注学生语文知识、语文能力发展的同时,更加应该关注学生的情感态度和价值观的发展,使知识的获取与学生的个人体验与感悟相联系,与学生的身心发展规律相适应。由此,在语文教学中渗透心理健康教育是有内在的理论衔接的。

二、语文课程理念提供纲领指引。

《语文课程标准》在课程基本理念中阐述:“语文课程还应通过优秀文化的熏陶感染,提高学生的思想道德修养和审美情趣,使他们逐步形成良好的个性和健全的人格,促进德、智、体、美诸方面的和谐发展。”标准中明确提出,语文课程要“提高学生的思想修养”,使学生“形成良好的个性和健全的人格”。可见,心理健康教育本身就是语文课程应有的内容,课程标准为语文教学渗透心理健康教育提供纲领指导。

三、语文课程内容提供丰富资源。

语文课程内容具有综合性和开放性的特点,语文课程与许多的课程都有内容的交集,其中涉及文学、社会、历史、科学等广博的内容,语文课程内容的广博为渗透心理健康教育提供丰富的教育资源。特别是语文教材中的抒情性和哲理性散文,歌颂历史名人的人物传记这些文本,都是传递积极人格和健康心理的重要资源。另外,语文写作这一特殊的技能学习可以提供一个心理疏导的特殊路径,如果能充分利用其中的交流空间,跟学生及时沟通,就能在很大程度上帮助学生疏导心理,促进学生心理健康发展。

基于上述理论分析的合理性,我们在日常语文教学过程中,针对本校调查问卷中所发现的初中生现有的心理问题,在语文教学中渗透心理健康教育进行了一些思考和探索。由此,我们将已有的探索和实践进行梳理和反思,获得这样一些实践经验。

一、在快乐语文课堂中培养学生快乐学习的品质

《中学语文教学心理》一书中指出:“学习是一种复杂的心理活动,既包含有认识能力系统,也包含有心理动力系统。认知能力系统即一般所说智力因素系统(包括观察力、注意力、记忆力、思维力、想象力等五个基础要素),心理动力系统即一般所说的非智力因素系统(主要指动机、兴趣、情感等)”。而学习活动是由认知能力系统与心理动力系统相互作用的过程,而如何调动学生的心理动力系统正是我们所要深入研究和探索的方向。苏霍姆林斯基所说:“请记住,成功的欢乐是一种巨大的情绪力量,它可以促进儿童时时学习的愿望,教育上任何巧妙措施都是无济于事的。”由此,我们尝试以“快乐语文”的理念来调动学生的心理动力系统。所谓“快乐语文”:就是以语文学习的成功感引发的快乐来激发学习的兴趣和热情!

1、认识学习动机,激发学习热情

很多中学生学习对学习的热情不高,甚至厌学,除了学习任务繁重等客观因素外,另一个非常重要的原因在于学生心智的不成熟,对于学习的动机不够纯正清晰。由此,帮助学生

明确自身的学习动机对于激发学生的学习热情极为重要。在日常教学中，我们尝试从文本挖掘教育资源，以文本中的现实事例引导学生从多个维度认识人究竟为什么要学习？比如，我们在《始终眷恋祖国》一文，以钱学森的爱国宏志来引导学生认识学习为国的高远之志，帮助孩子们树立正确的求学志向。在学习《敬业与乐业》通过对梁启超论点的深入阐释，让敬学和乐学的意识在孩子们心中播种乃至萌芽。

2、给予成功体验，体验学习快乐

在语文阅读教学中，我们认为最能激发学习热情的环节在于课堂教学。语文新课标提出：“阅读是学生的个性化行为，应引导学生钻研文本，在主动积极的思维和情感活动中，加深理解和体验，有所感悟和思考，受到情感熏陶，获得思想启迪，享受审美乐趣。要珍视学生独特的感受、体验和理解。”由此，在语文课堂教学中，教师要尊重学生的个性阅读，要善于在师生的课堂互动中发现学生思维的独特性、甚至是创见性。教师更多地给予学生课堂的发言的肯定和鼓励，可以给学生带去学习的成功感和愉悦感，这将大大提升学生课堂学习的主观能动性和思维积极性。特别是对平时由于不自信或是腼腆内敛的学生，我们更要用鼓励和点赞推开他们紧闭的心扉。课堂的评价不只关注对错和深浅，“第一个问答的人”可点赞其勇气，回答问题的响亮可点赞其大气，回答问题的次数可点赞其积极，诸如此类，课堂评价要多元，但目的是一元：即促成学生课堂学习的快乐。

二、在多彩语文课堂中提升学生人际交往的能力

初中时代是人由幼稚单纯的童年世界逐步迈入复杂深邃的成人世界，人际关系问题也是中学生反映较多的问题。中学生在师生关系、生生关系和父母关系中普遍存在或大或小沟通和交流的障碍。语文课程相较于其他课程的独特特质对于提升学生的人际交往能力有着自身的优势。语文新课标指出：“语文课程是一门学习语言文字运用的综合性、实践性课程。”语文课程的综合性和实践性赋予语文课程的多彩性和实用性。而且新课标明确提出课程的相关目标：“具有日常口语交际的基本能力，学会倾听、表达与交流，初步学会运用口头语言文明地进行人际沟通和社会交往。”由此，我们如何利用课程资源来提升学生的人际交往能力？

1、落实优化口语交际课程，培养学生人际沟通能力

在苏教版语文学科中，编者精心设计了系列性的口语交际课程，但在现实的教学实践中，由于教师的主观重视因素，亦或是课时紧张等原因，许多老师对于口语交际课程的落实不实、不细、不精，由此也错失学生交际能力提升的重要路径。我们在课题实施的过程中，关注到这一重要的课程资源，并集合课题研究的亟待解决的问题，对口语交际课进行了针对性的研究和探索。我们着重开展了这样一些主题的口语交际课，“与人交流用语文明得体”、“耐心专注地倾听别人的讲话”、“委婉拒绝”“如何有效劝告”等等，在课堂上，我们通过创设相应的情景，引导学生以角色扮演的方式，体验与人交流的得当与不当，有效与无效，并以体验为案例，深入分析交流有效与无效的原因，共同探讨解决问题的方式，由此提炼归纳得出可以加以推广的经验。

2、搭建多彩语文实践平台，促进学生实践交往能力

语文课程的综合性赋予语文课程多样的舞台。我们在经过系统的研究和实践之后发现，对于语文多样性舞台的有效利用，对于提升学生的实践交往能力的确会有促进作用。在课题实施过程中，我们通过开展多样性和系列性的语文活动，用语文活动课程来培养学生的交际能力。

在七年级，我们重点开展课本剧的展演活动。课本剧的展演活动，我们老师拟定展演的评比标准，表演的内容学生自主选择。我们鼓励学生根据自己的学习生活自创剧本，这种源于生活的剧本更具有自育的价值。比如，我们的学生曾自编自导自演了一个“变形记”，讲述一个叛逆少年因为偶然参与贫困救助而彻底改变自我。更为重要的是：学生在自主编排的

过程中，会出现许多交际的问题甚至是障碍，学生自主彩排的过程就是学生自主消除交际障碍，提升交际能力的过程。当然，这个过程缺少不了老师适时的关注和指导。

在八年级，我们开展了主题研究性学习。比如“常州青果巷的过去和未来”“常州词派的历史地位”等等课题，学生在开展课题研究的过程中，不仅小组成员之间要通力协作，研究活动必然涉及古迹的探访，相关社会人士的访谈等诸多交际活动，这对从学生实践交际能力起到积极的锻炼和培养。

而在九年级，我们尝试开展“名人访谈”活动，让学生通过对优秀毕业学长或是对本地社会各领域精英人才的访谈活动，学生在访谈过程中，待人接物和社交能力得到进一步的训练和提升。

三、在开放语文课堂中激发学生青春萌动的正能

语文是一门综合性极强的课程，由此，我们可以设计提供给孩子多样的展示舞台，寻找适合每个孩子展示自我的角度，由此尽可能的让每一个学生获得学习的成功体验，引发学生语文学习的快乐。比如，我们利用课前三分钟进行主题演讲，老师根据时代发展的脉搏，从社会热点中提取关键词，拟定学生演讲的主题，比如“透视小月月事件”“我看共享单车”“现代支付方式的发展”“新能源汽车的今天和明天”等等诸如此类的演讲主题，既引发学生对社会发展的关注和思考，拓宽学生的视野和思维的深度及广度，同时增强学生认识社会动态，思考社会发展，培养社会责任意识，从而激发学生内心的正能，树立健全积极的人生观和价值观。另外，从大语文的课程理念而言，语文的课堂不仅在学校教室，家庭和社会也是语文的大课堂。由此，我们积极引导学生走出去。我们通过开展主题研究性活动，让学生了解常州悠久的历史，辈出的人杰，潜移默化浸润热爱家乡的情愫。在探访名人名居，系列“名人访谈”的活动中，让学生汲取优秀榜样的正能量而指引学生的迈向更为积极的人生发展路径。同时，我们积极走出去的同时，还努力尝试请进来。我们利用家长资源，请家长或是有家长邀请一些相关专家，对一些文学史中的大家进行专题讲座，亦或我们在央视“百家讲坛”中截取经典的大家讲座，在提升学生视野的同时，更让学生获取人生成长的积极因子，尽可能让学生坚守自己的初心，成为含笑奔跑的少年。

四、在理性语文课堂中促进学生自我意识的完善

语文课程虽然因其人文性特质而更多给人以巨大的感性之美，但是我们不能否认或是忽视语文课程中的理性内容和其中蕴含的理性逻辑思维。而在青春期的中学生在思维活动中具有一定的自我意识或自我监控能力，即表现为中学生不但能考虑如何解决问题，还能对自己的思维进行自我反省、自我调控，确保思维的正确性和高效。中学生理论思维的发展，有力地促进着辩证思维的发展，从而形成了抽象思维和辩证思维协调发展。基于学生思维品质的自然发展规律，教师如何利用课程资源有效促进学生的心理品质发展，这也是我们课题积极研究实践的问题。

我们尝试在课本中寻找有利于促进学生心理品质发展，有利于学生自我意识觉醒和完善的文本资源，并精心设计教学环节，研究教学方式。我们在学习《伟人细胞》时，我们设计围绕“贾里最后有没有具有伟人细胞”这一论题展开辩论，在激辩中让学生认识成为伟人的核心要素是什么？并对照自我加以反省。我们在学习《皇帝的新装》一课时，以角色扮演法再现文本，并让学生从角色人物的角度说出“皇帝的新装”戳穿后的各自的心理，引导学生认识真诚乃人性之本。在学习《做人最重要》一课时，我们尝试让学生来承担这一课的教学，学生在引导他人认识“做人最重要”这一观点时，必然在备课和授课的过程中，早已将这一理论在自己的深深地扎下根。