让阳光照耀学生心田

蒙台梭利说：“教师不仅是一个教师，还是一个心理学家，因为他要指导儿童的生活和心灵。”因此，对小学生心理健康辅导，让阳光充满学校的每一个角落；**让阳光洒遍每一个心灵；**让学生快乐健康快乐地成长，是教师义不容辞的责任。以下就此谈几点体会：
**一、创设和谐的教育环境**
1、创设整洁优美的环境
 优美、安全、舒适的环境，能唤起了小学生对生活的热爱，陶冶小学生的情操，充实小学生的生活，激发小学生的求知欲，培养小学生的探索精神。营造一个健康、和谐、优雅的班级文化，对学生具有潜移默化的教育影响力和感染力。班级的文化建设，就是通过班风建设、教室设计、开展各种文化活动，使学生受到熏陶与感染，使师生心情愉快，因而，激励学生不断进取，主动、健康地成长。因此，组织学生精心设计和布置，使教室的每一堵墙壁、每一个角落都具有教育内容，富有教育意义。如：通过墙报、黑板报开辟知识天地，进行知识传授；通过心愿墙放飞学生的心声，激励学生积极向上的精神；通过学习园地发表学生的习作，发表学生对学习的体会、经验等，把有限的教室空间变成无限的教育资源，让每一堵墙壁都会说话；让教室的每一个角落都成为一道美丽的风景。这样，学生在班级这个集体中将能健康、快乐地成长。
2、创设民主和谐的环境
 爱的教育是最有力量的教育，作为一名优秀的教师，“爱生如子”不仅仅是写在办公室墙上的一句标语，而应把爱像阳光一样无私地洒向班里的每一个学生，让每一个学生都感到自己是班集体中不可缺少的一员，感觉到自己被老师关心被同学重视，在班级生活中具有安全感。教师要了解学生的心理需求，走进他们的心理深处，努力做到：细致观察，找准心灵之门；平等对话，拉近心灵之距；耐心疏导，解开心灵之锁；真情感化溶解心灵之冰；全面评价，呵护心灵之花。以平等的态度对待学生，以民主的方式指导和组织学生开展各项活动，以促进学生自我定向和自律能力的发展。在小学生提供精神环境的过程中，教师的作用在于引导小学生的心理活动和身心发展。教师不仅是环境的创设者，还要做小学生的观察者和引路人，小学生在和谐的氛围中形成良好的师生关系、同伴关系，引导小学生形成奋力向上、积极进取的个性品质，促进小学生心理健康成长。教师的人格和威信是一种巨大的精神力量，具有很强的教育作用。因此，教师既要关注学生的心理健康，同时也要重视自己的心理健康。教师要用自己的良好威信去影响学生，给全班学生以积极的情绪体验，以创造良好的班级氛围，创设民主和谐的精神环境。
**二、建立积极的自我概念**
 苏霍姆林斯基说“教学效果很大程度上取决于学生的内在心理状态如何，情绪高昂，则效果倍增；情绪低落，则效果微小。只有靠学生内在情感动力，才能推动知识的掌握和智力的发展。”一个有良好自我形象的孩子常常感觉自己是受人欢迎的，因而充满自信，能积极克服困难，大胆做事。小学生在学习过程中，都希望得到更大、更好的成功，他们总想展示自己的才能，以得到老师和同学的赞许。如：当学生正确回答一个比较难的问题或解决了一道比较难的题目时，都会从心底升起一股兴奋感，学生在学习中经常获得成功，就会增强学习的兴趣和信心。满足感、快乐感等可使学生增强自信心，情绪高涨，精神饱满，既能提高其完成学习任务、参加集体活动的热情，又能增加其心理健康，避免长期体验消极情绪而引发的种种情绪障碍。积极的情绪体验会成为学生新的活动动机，使他们以更高的热情投入到学习活动中。因此，我们要保护学生内在的学习积极性，给他们满足的机会，使他们获得成功，让学生品尝“跳一跳，摘到果子”的喜悦心情，增强学生的自信心，让学生快乐健康地成长。又如：组织学生根据自身的特点，结合自己平时学习和生活状况，给自己写一份座右铭，贴在座位的右上角，以促进督促自己奋发向上，永不懈怠。培养学生具有自我激励的意识和能力。学生通过地不断积累，从而对自己进行自我认识、自我激励、自我完善，建立自我概念。
**三、营造愉快的学习氛围**
 英国教育学家斯宾塞于1854年就提出了“快乐教育”的思想，他认为求智如果能给学生带来精神上的满足和快意，即使无人督促，也能自学不倦。这是符合心理科学的。在教学中，营造宽松和谐、愉快的氛围，要求学生明白掌握的知识，不是简单地传授，或强加给他们，而是让学生从活动中，游戏、故事、小品表演中，讨论中，自己亲身体验、感受学习。让学生从动脑、动口、动手的活动中学习、体验，有机渗透心理素质教育，能较好地调动学生学习的积极性，激发学生的兴趣，他们对知识的理解，接受也较快，学生学得轻松，课堂气氛活跃、生动，能培养学生良好的心理素质，同时也愉悦了身心。培养学生养成良好的学习习惯，教给学习正确的学习方法，使学生学会自己学习，体验学习的乐趣。当学生不再把学习看作是教师和家长要求完成的任务，而是一项充满乐趣的探索活动，学生才会主动地去学习，才能真正体验到学习本身的快乐。这样，快乐的学习情绪才会在他的生活中弥漫开来，形成了积极向上的良好心理状态。因此，有利于充分调动学生学习的积极性；有利于发挥教师的主导作用和学生的主体作用；有利于提高课堂的教学效率和教学效果；有利于促进学生的智力开发和心理健康。
**四、培养健康的心理因素**：
 教学是学校教育的中心环节，也是心理健康教育的主渠道，教学过程可以培养学生健康心理，也可以产生对学生的心理压力，造成心理障碍，教师均是心理教育者。各科教材内容均在不同程度上表现出对人格的要求和智能训练上的要求。它们既有德育、智育、美育等因素，也有心理教育因素，是心理健康教育的重要资源。教师在备课与课堂教学中应充分发掘这一资源，发掘教材内容中的心理教育因素，培养学生的健康心理。以良好的教学方法培养和发展学生的认识能力和独立学习能力，不断增强和改善思维品质和学习品格。组织的演讲、演唱、参观等活动，培养学生开朗性格和健康的心理。通过丰富多彩的活动，增强了学生的自我投入意识，为学生搭建展示自我的舞台，培养学生乐观开朗的健康心态，促进人际交流，使学生在潜移默化中提升心理素质。