

守护心灵土壤中的每一株幼苗

——疫情下少先队员心理健康教育的探索研究

常州市武进区寨桥小学 刘银丹 13961479518

【内容摘要】

当前，面对新冠肺炎疫情影响，少先队员的心理素质也在承受或大或小的考验。有些孩子的心理状况出现了“亚健康”，作为中队辅导员，这些怯生生的眼神，无动于衷的眼神，叛逆的眼神……无一不刺痛着我们的心。要想孩子们的心灵不长杂草，最好的办法是让他们的心灵盛开花儿。我们辅导员可关注以下四方面：播下健康的种子——树立志向；耕耘肥沃的土壤——环境育人；润泽温暖的阳光——激情鼓励；浇灌甘甜的水份——爱心滋养。辅导员老师适时适地因材施教，带给孩子们阳光雨露，相信他们的心灵必定会盛开一朵朵积极上进、豁达乐观、健康幸福的花儿！

【关键词】 疫情 心理健康 少先队员

【正文】

新型冠状病毒具有极强的传染性，危害程度高且影响恶劣，时刻威胁着人们的生命健康，同时给人们带来极为恶劣的影响，特别是心理脆弱的小学生会形成焦虑、恐慌、抑郁等心理健康问题。因此，在疫情防控期间，关注小学生的心理健康状况，则显得尤为重要且迫切。

前苏联教育家苏霍姆林斯基说过：“我们的教育对象的心灵绝不是一块不毛之地，而是一片已经萌生着美好思想道德的田地。因此，教师的责任首先在于发现并扶正学生心灵土壤中的每一株幼苗，让它们不断壮大，最后排挤掉已有缺点的杂草。”受社会环境的影响，我们发现许多孩子的心灵土壤上已是杂草丛生，有的甚至遮掩了小小的道德幼苗。他们有的面临学习压力，意志力淡薄，不求进取，悲观厌学；有独生子女以自我为中心，自私冷漠，性格孤僻；有的学生面对特殊的家庭原因，不理解父母，甚至出现敌对和仇视……作为辅导员，这些怯生生的眼神，无动于衷的眼神，叛逆的眼神……无一不刺痛着我们的心。

俗话说得好：“要想地里不长杂草，最好的办法是种上庄稼。”同样，要想孩子们的心灵不长杂草，最好的办法是让他们的心灵盛开一朵朵乐观向上、健康活泼的花儿。是的，每个人的心中，都埋藏着灿烂的种子，只要有了合适的阳光和土壤，它就会以绚丽的姿态，展示在我们面前。

一、播下健康的种子——树立志向

无论在什么时候，人都是有自己的理想，小学生也不例外。由于孩子年龄、经历和文化水平的差异，他们对理想的认识也有差别，每个年级的队员对理想前途认识达到哪个阶段，很难作统一的，截然的划分，我们辅导员要根据实际情况进行分析，帮助他们增加知识，积累积极素材，引导队员确立理想，促使他们朝着远大的理想而奋进。

每接一个新中队，特别是高年级的队员，我们首先要进行理想信念教育，从小让他们树立报效国家、服务人民、献身崇高事业的伟大理想，培养学生对国家、对社会、对家庭的责任感。输入这样一种健康的思想后，让队员萌生一种信念：我要开花，我要开出最美丽、最坚强的花。有了目标，就有了方向，有了信念，就有了动力。

在疫情面前，党员干部众志成城、同心同力，构筑了一座坚实的防疫战斗堡垒。他们当中有冲锋在前的医护党员、有心系群众的“第一书记”、有奔走农户间的乡村书记……我们带领队员们学习他们的先进事迹，感悟他们的伟大精神，从小让孩子们立下为国为民奉献一切的远大志向。

二、耕耘肥沃的土壤——环境育人

1. 营造温馨家园

教室是队员的“家”，一个中队就是几十名孩子共同的家，把中队布置打扮成一个温馨的家，是所有成员共同的心愿。整洁、明丽、温馨的环境可以激发感情、陶冶情操，给人以教育启迪。新学期伊始，我经常从优化中队环境入手，发动学生参与教室布置，让学生感受到家的温馨，感受到家的幸福，从而在自己的家园里快乐地学习。队员们集思广益，根据共同爱好布置教室：窗台上放上了大家喜欢的各种花草；墙壁上挂上孩子们崇拜的伟人和科学家肖像挂图；黑板一侧贴上了我们班里“小小书法家”的作品。学生根据需要将墙报分成几大块，有“好书推荐”“今天我最棒”“温馨提示台”等栏目。我们还根据队员发展的需要，创设各种兴趣活动角，如“图书角”“生物角”等，让队员在兴趣角的活动中学会生存所必需的知识，增强自我教育能力。

今年，中队特地设立一个“英雄角”，在这里张贴钟南山爷爷的画像，队员们把自己的奋斗目标做成一个个小卡片布置在这一栏。每天中队发生了什么好人好事，队员们就会把这些事迹登记在英雄角的光荣本上。在这

样的中队里学习、生活，既能带给他们美的享受和理性的思考；又使他们受到美的熏陶和道德的感染，自觉形成一种积极向上的心态。

2. 开展多彩活动

多彩活动是队员丰富精神生活的重要组成部分，是队员展示自我、是培养关心热爱集体品质的土壤。活动使队员身心愉快，积极奋发，充满自信，陶冶情操，获得丰富的情感体验。在活动中，我们尤其关注那些平时沉默寡言的孩子，给他们大展身手的机会，给他们为班级作贡献的机会。

“六一”节，我们开展了“红领巾爱心义卖”活动，在活动前夕，我们发动队员出谋划策，设计展台、收集义卖品、为商品标价等。原本从不积极参与活动的小茹和小楠同学也自告奋勇提出为班级小店铺设计海报，精美的海报大大吸引了师生们的眼球。在队员们的努力下，记帐员、收银员、营业员、安保员各司其职，每个队员都参与到了这次活动中。这次活动中，很多性格内向的孩子都能挑战自我，有进行商品推销的，有忙前忙后维持秩序的，甚至还有几位同学编了小舞蹈来吸引顾客。只有在集体活动中，孩子们的笑容会更灿烂，心情更欢畅，性格也更活泼开朗。

为防控疫情，我们组织开展了“科学防控，少先队员在行动”的系列活动。小队员们把自己了解到的防疫知识通过手抄报、宣传照等方式进行传播，充当小小志愿者，用自己的力量感染者身边的人，从自身开始筑牢防线，勇敢面对疫情。除了对疫情的关注，小红领巾们还为祖国送上了自己的祝福。面对奋战在一线的医护人员，拼尽全力搞研发的科研人员……他们也书写着崇高的敬意。每个队员都用自己的实际行动关心国家大事，做合格的社会主义接班人。作为中队辅导员，我们看在眼里，喜在心头。

三、润泽温暖的阳光——激情鼓励

记得安东尼·罗宾说过这样一句话：并非大多数人命里注定不能成为“爱因斯坦”，只要发挥了足够的潜能，任何一个平凡的人可以成为一个“爱因斯坦”。这句话告诉我们，每一个学生都能成为一个人才。所以我们要关爱每一个队员，尤其要激励和帮助队员挖掘他们的潜能，使每个队员的潜能都能得到发挥。

1. 激励自我发现

当队员们沉浸在对别人成功的羡慕时，辅导员特别要做个有心人，留意那些因看到别人成功而一味自责的孩子。辅导员要利用课间休息或和学

生一起活动的机会约他们谈心，告诉他们身上有哪些闪光的地方值得大家学习，同时鼓励队员自己寻找身上的亮点。如果他一时看不到自己身上的长处，我们可以直接点拨。这样，当他看到自己的进步或优点时，就有了自信。

在我们的中队里，有“勤学之星”“助人之星”“善良之星”等，我经常鼓励孩子们说“天生我才必有用”，每个人都是天上最闪耀的星星，每个人都有优点和长处，要相信自己是最棒的。久而久之，我们的孩子们学会了欣赏他人的闪光点，也懂得发现自身的优点，在鼓励和赞美中，孩子们积极自信，朝气蓬勃。这样，就达到了润物无声的教育效果。

2. 鼓励表扬队员

在教育实践中，辅导员经常使用鼓励和表扬的语言，往往能让学生看到希望，找到努力的方向，从而产生奋发向上的动力。

我班的小荷同学，平时沉默寡言，从来没见到她有出彩的地方，也不见她有任何违反纪律的举动，一开始觉得她似乎是个没有什么特色的队员。很长时间，我几乎没注意到她的存在。直到有一天，一件微不足道的小事改变了我对她的看法。那天早晨，我站在教室门口，看着走廊里来回走动的孩子，无意中发现走廊里有一滩饮料将干未干时的污渍，许多队员说着笑着绕着而过，好象都没有注意到地上的脏物。这时小荷同学走了过来，她急忙跑回教室拿来用拖把，把地拖得干干净净。我被这一幕感动了，回教室后，立刻在班级表扬了小荷同学，并尽力赞美了她关心集体，为他人着想的好行为。后来，我又从几件小事里发现小荷性格中闪光的地方，并及时给予表扬，使真善美的精神得以激发和升华。渐渐地我发现她变了，上课特别认真，作业完成得尤其好，学习成绩也有了明显的提高。

这件事给我的启示颇深，在辅导员工作中，我们一句激励的话语，一个赞美的眼神，一个鼓励的手势……往往能带来意想不到的收获。及时的赞美，适时的鼓励，可以激发队员学习动力，培养自信心，有助于建立和谐的师生关系，营造一个奋发向上的集体氛围。

四、浇灌甘甜的水份——爱心滋养

不管社会怎样进步，时代怎样变迁，老师的爱是不变的。是的，爱是教育中永恒的旋律。作为辅导员，要想做好学生的思想工作，就要以心换心，把自己真正融入孩子们中间，多理解他们，使他们信服，愿意把辅导

员当作他们的好朋友，愿意与我们多方面地交流思想。只有走进学生的心灵，得到队员在感情上的接纳，才能更好地教育队员。

刚开学没几天，我们中队的任课老师就告诉我，班上有个叫涵的男孩子作业经常不能完成，而且一问他，他就说头疼难受、想呕吐。我觉得十分奇怪，这个男孩在过去的一年中表现不错呀，作业也能认真完成，现在不知道是什么状况。于是，我就把他叫到教室外，向他了解情况，他起初不肯说，经过我多次的思想工作，他才“哇”的一声大哭起来，我忙对她说：“别哭，没什么大不了的事，天塌下来还有老师顶着呢，你好好地说，老师会帮你的。”他镇定了一下情绪后，抽抽嗒嗒地开始说起来，原来是他的父母离婚了，妈妈离开他和爸爸回老家去了，他觉得没人喜欢她了。知道了事情的原委后，我对她说：“孩子，你并没有失去任何人，你的爸爸爱你，妈妈也爱你，只是他们在一起生活不快乐，所以分开了，但他们对你的爱并没有消失，你有人爱，老师喜欢你，同学们也喜欢你。”第二天，他告诉我，作业本忘带了，其实我知道他没完成，但我没有戳穿他的谎言，只是说：“孩子，学习是自己的事，只有你自己喜欢自己，别人才会更喜欢你。别让老师感到失望！”课后，我找来几个班干部，跟她们讲了涵的情况，并对她们说：“现在涵很伤心，你们有什么好办法让他重新快乐起来？”孩子们有的说陪他聊天，让她感受到集体的温暖，感受到同学们的关心；有的说帮他补课，让他把落后的功课补上；有的说讲笑话给他听，让他忘掉不愉快……孩子们想尽办法来帮助他，让他重新找到快乐。经过一段时间，笑容又重新挂在了涵的脸上。

正是这份真心的关爱，才让涵又找回了昔日的快乐。我相信，辅导员老师充满爱心的聊天、善意的开导、睿智的点拨、直率的劝诫如溪水，定能荡涤学生心灵的阴暗，使心灵重返阳光和澄澈。

信心成就队员，知心温暖队员，爱心感化队员。心理健康教育，不仅是为了给学生创造一个自由、愉悦的心灵空间，更重要的是为中小学学生的全面发展、可持续发展，创设一个和谐、健康、充满活力的成长氛围。只要我们辅导员老师适时适地因材施教，带给他们阳光雨露，相信我们的孩子们会拥有蓝天一样纯净的心灵，他们的心灵必定会盛开一朵朵花——积极上进、豁达乐观、健康幸福的花儿！哦，给心灵沐浴，让美丽从“心”绽放吧！

【参考文献】

1. 刘芳 《奉上“心灵鸡汤”》 2011 年《小学时代教育研究》
2. 肖欣艳 刘启刚《浅谈新时期环境下小学心理健康教育存在的问题及对策》
3. 姚鹏，杨曦 《小学德育教育与心理健康教育的有效整合研究中国多媒体与网络教学学报》（下旬刊），2018