心理课题学期小结

 一学期来，本人本着从学生的积极心理健康为着眼点，从有利于学生身心健康发展的角度出发，认真学习心理学的相关理论书籍，获取了教师的教学行为对促进学生积极心理品质发展的一些体会。

在学生的学习生涯中，必然会遇到失败，很多孩子面对挫折和困难，不知道如何应对，有的像蜗牛一样逃避困难，不敢面对；有的在父母的责备中抬不起头，渐渐消沉；有的产生了自我怀疑，不敢迎接挑战。心理学研究表明，当一个人长期受到挫败的体验时，就会产生习得性无助，从而缺乏面对困难的勇气。而当人们心情愉悦，特别开心的时候，往往是产生创造力的最好时机，也是思维活跃，能深入思考的时候，心理学上有个词叫“flow”,心流，当人处于心无旁骛、心神合一的时候，才是最有创造力的时候。教师作为教育工作者，学生的引路人，直接影响着学生的心理发展。因此，我们应该在教学中引导学生用积极的情感来面对学习和生活，正确面对困难，发展健康的心理。

心理课题组成员认真学习了清华大学彭凯平的《培养孩子的24项优势人格》，并且把一个个小故事通过音频传递，通过“心理老师说”激发孩子主动思考，鼓励孩子用积极的角度来思考问题，变成积极心理学故事的幸福传递者。家长也可以和孩子一起聆听故事，提高亲子陪伴的质量，思考更加科学的育儿方法，促进孩子积极品格优势的形成和发展。

结合常州市生命成长月主题活动，我策划了“红莲书坊”春季特别系列，让家长陪伴孩子一起去寻访春天、发现春天、嬉乐春天，通过拍一拍、画一画、走一走、赏一赏、品一品等多种方式，共同感受春天的乐趣，发现生命的美好。

在学科教学中，我通过课堂评价语、奖励性作业、作文评语等多种方式，让学生获得成功与快乐的体验，感受到学习是快乐的、付出努力是会被看见的、努力是会有成果的……班级学生的注意力集中时间短，我通过“一分钟能做多少事”这类视频，让他们感受到时间的宝贵，采用“舒尔特方格”进行注意力训练，对有注意力缺陷（ADHD）的学生，采用运动相结合的方式，提高注意力集中的时间，增强自我控制的意识。作业或完成任务时，采用倒计时的方式，提高学生的效率。

六年级的家长会也是和家长集中沟通的好时机，我开展了“聚焦专注力与学习力”的专题讲座，让家长也学习提高注意力的科学的育儿方法，如：番茄钟、学习时间可视化等，提高家校共育的合力。

六年级下半学期，是学生小初衔接压力较大的时期，很多成绩优异的孩子也倍感焦虑，有时因焦虑而失眠，或考试成绩欠佳，有的学生因惧怕某一学科而经常不来上学。我经常与她们聊天，让她们学会用乐观的心态看待未来，不要与他人比较，关注自己的当下，做好每一件小事，每天夸夸自己，同时也要学会团结合作，用利他的心态帮助他人，用积极的人际关系增强集体幸福感，自己也会收获成长。

一学期下来，学生进步很大，毕业考试全部合格，优秀率达53.6%，师生关系、家校关系也非常融洽。再一次证明了，积极心理学视域下的家校共育有助于学生的健康发展，家校关系的和谐共进。