**小学道德与法治学科课堂教学中渗透心理健康教育**

泸县石桥镇 彭学军

习近平总书记在党的二十大报告中强调，重视心理健康和精神卫生。《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》进一步明确了新时代学生心理健康工作的原则、目标、任务及具体举措，形成全员育人、全程育人、全方位育人的“三全育人”格局，为推进新时代学生心理健康工作提供科学指引和有力保障。

基于全员育人，“五育”并举促进心理健康教育。不仅要通过心理健康教育教师开设心理健康相关课程，同时也要将心理健康教育融入各学科教育教学中。对道德与法治教学内容有更多样化的要求，创新模式有效融入心理健康教育，培养学生道德与法治意识，是现代小学道德与法治教学改革的重点。作为教师，要敢于突破传统，根据现代社会发展形势及教育热点，及时调整自己的教学模式，引领现代小学道德与法治课堂向前发展。

一、在小学道德与法治课程中融入心理健康教育的必要性

道德与法治在小学教育阶段，发挥心理健康教育在立德树人目标下的积极作用，对于构建安全校园、开展生命教育、疏导和干预孩子各种心理或情绪问题具有重要意义。教师应从实际出发，贯彻立德树人的理念，营造出良好的教学环境，在推进道德与法治课过程中，注重对于心理健康教育的渗透，使小学生养成良好的德育品德和心理素质。

教师必须及时掌握心理健康知识，精准判断学生的日常情况。若出现了叛逆、厌学、逃学、自卑、焦虑等状态，要做好家校沟通，结合专业知识引导学生正确克服心理问题。同时，道德与法治课程是德育课程体现之一，在课程教学中融入心理健康教育，不仅提高课程教学的效率，还能够提高学生的学科核心素养。

二、在小学道德与法治课中融入心理健康教育存在的问题

新时期的小学道德与法治教学应该肩负更为复杂的社会责任，在传递道德与法治知识的同时，让学生在心理健康方面得到进一步的提高。在很多时候，教师将心理健康教育和道德与法治教学进行了一定的分割，而弱化了心理健康教育在道德与法治教学中的作用。由于心理健康教育的界限难以把握，有时候在处理的过程当中难免会出现一些疑问，甚至产生分歧。加上心理健康教育的内容又比较多，有的时候引申的过量，势必会占用道德与法治教学的时间，这都是造成教师在课堂教学中不乐于进行心理健康教学的问题的原因所在。同时也存在部分学校开展道德与法治、心理健康教育课程没有从根本上引起足够的重视，关爱学生的日常状态,无法及时对有心理疏导需求的学生给予帮助。为了进一步解决这样的问题，我们需要从以下几个方面进行处理。

第一，教师要明确道德与法治教育在心理健康培养等方面的重要作用。课本当中的教学内容常常涉及优秀的人事物，教师可以充分借助这样的内容，进行适当的心理健康教育，将积极的心态与高尚道德品质进行有效的传播。

第二，做到心理健康教育与道德与法治教育的有效融合，心理健康教育作为学生提升自我的基本内容，也是小学阶段需要赋予学生的性格特点，在道德与法治教学当中，要自然的渗透心理健康教育，而并非刻意的处理。

第三，重视心理健康教育的方法。在进行心理健康教育的时候，我们首先要明确心理健康教育的内容和心理健康教育的目标。在进行心理健康教育的时候，我们也可以采用多种方法，尤其可以借助一些多媒体资源，让知识变得更为凝练，让孩子们能够在较为活跃的气氛当中学习道德修养，在生活中进行相关的应用与拓展，如此一来，就显得更得心应手了。

**三、小学道德与法治课程中融入心理健康教育的有效策略**

 具体来说，小学道德与法治课程中融入心理健康教育的有效策略可以分为以下五点：

 **（一）充分了解学生的实际心理健康情况**

 为了更好地将心理健康教育融入到道德与法治课程中去，教师应积极提高自己的专业能力与综合素质，不断丰富自身的知识储备，提高自身对心理健康教育的正确理解与认识，认真研究、分析心理健康教育和道德与法治课程之间的关系，并努力提高自身的教学能力与教学水平。除此之外，教师还要做好榜样，发挥言传身教的教师职能，为学生做出良好的表率。教师在日常工作过程中，应加强对学生各种行为举止的观察，并要透过现象看本质，以充分了解、全面掌握小学生现阶段的心理健康状况，为学生创设良好的心理适应环境。这个环境应该是和谐的、平等的、互助的、有爱的。在全面掌握学生心理健康情况、了解学生心理动态变化情况的基础上，加强师生之间的有效交流，进行情感对话，创建和谐、平等的教学氛围。与此同时，教师还要以学生的兴趣爱好、性格特征以及心理状态为根据，合理选择教学方法，充分调动学生的学习兴趣，以促进学生主动学习。学生在教学过程中占据着主体地位，教师应当扮演引导者的角色，充分给予学生支持与鼓励，放手让学生自主探索、主动学习，并要积极给予肯定。心理健康教育中，教师应充分重视学生的主体地位，尊重学生的个人隐私，对存在心理问题的学生给予重点关注，加强与学生的交流和沟通，帮助学生减轻心理问题。

 **（二）深入挖掘教材，把握道德与法治课程和心理健康教育的融合点**

 教材是教学活动的载体，也是开展教学活动的主要依据。与其他学科课程相比较，道德与法治课程比较重视学生的价值观目标以及情感态度，重点在于丰富学生的情感体验，使学生树立正确的价值观。在教学过程中，教师应仔细研究心理健康教育、道德与法治课程的相关教材，并尝试着将心理健康教育、道德与法治课程的教材整合起来，寻找两者之间的融合点。在教学过程中，教师应明确心理健康教育、道德与法治课程之间的共同教学目标，找出两者的契合点，并将其当作教学的切入点，以实现心理健康教育、道德与法治课程的完美融合。例如，在对《小学生活真快乐》进行教学的过程中，教师通常将“熟悉校园生活，遵守学校生活常规”作为教学目标。融入心理健康教育之后，教师可以将教学目标设定为“体验学校生活乐趣，学会讲礼貌、守秩序，学会与同学相处，在同学陪伴中感受同学的温暖、体会成长的意义”。教学过程中，教师还可以借助生活化的教学案例，以拓展学生的思维、丰富学生的认知，以更好地引导学生体会校园生活的乐趣，从而提高学生对校园、对学习的热爱之情。

 **（三）以学生的性格特征与身心发展规律为根据，采取灵活多样的教学手段**

 小学生的心智尚未完全成熟，人生观、价值观、世界观尚未完全形成，但可塑性非常强。小学道德与法治课程中，在传统“满堂灌、一言堂、填鸭式”的教学模式下，学生处于被动学习的地位，难以获得真正的情感体验。小学道德与法治课程中融入心理健康教育之后，开展教学设计的时候，教师应以学生的性格特征与身心发展规律为根据，灵活选择教学手段，以促进学生心理、情感的正向发展。小学道德与法治课程是一门综合性、开放性的学科，主线主要是学生的生活，教学活动设计中，不可过于拘泥于形式，而应当根据学生的年龄段来进行科学的设计。

首先，小学低中年级段的学生，年龄相对较小，缺乏生活经验，因此，在进行融合教学时，教师需注意创造“生活化”的教学场景，以教材为出发点，融合心理健康，进行二合一教学。在小学三年级《道德与法治》(下) 《我很诚实》 中，教师可根据教材内容将“诚实”这个教学点进行生活化构建。例如教师可以制作多媒体课件(PPT)，收集教学素材，可将《一诺千金》、《诚信合作》、《曾子杀猪》、《宋濂的故事》、《晏殊守信》等小故事进行整理，以图片+声音的形式进行多媒体教学。利用小学生对图片+声音敏感的特点吸引小学生的学习兴趣，同时通过课堂PPT的播放，可充分调节氛围，形成课堂教学“生活化”，使小学生对课堂、老师的抵触感降至最低，在寓教于乐的教学形式中充分学习，进行心理健康建设。

其次，对于小学高年级段的学生，可以设置一些小组讨论活动、小型情景活动或群体活动。教师要给予学生相应的指导与帮助，这样，可以使学生通过亲身参与情感体验、自我实践，以达到调节自我感知的效果，并在其中树立良好的品德。

注重对于学生情感发育特点和情绪的关照，尽量以学生更能够接受的游戏式、体验式、参与式方式去渗透心理健康教育，也要给予学生情绪宣泄的机会，认真倾听学生的真实反馈。

 **（四）营造体验式情境，调动学生的兴趣，提高教学效率与效果**

 教师可以通过营造体验式的教学情境，如开展游戏教学、故事教学，以达到调动学生的兴趣、提高教学效率与效果的目的。首先，借助游戏情境，开展心理健康教育。体验性学习对小学生的学习效果产生着重要的影响，有的教学内容，学生只有亲自体验过后，才能有所体会与感悟。因此，在小学道德与法治课程教学中，教师可以借助游戏情境，开展心理健康教育，以提高学生的兴趣，使学生能够深入领会心理健康教育与道德与法治课程的教学目标。其次，借助故事情境，开展心理健康教育。在教学中，可以选择一些合适的故事，如历史故事、寓言故事或者是童话故事等，充分调动学生的兴趣与积极性，使学生通过感悟故事中的情感与道理，来达到提高学生认知、培养学生情感的目的。可以让学生进行角色扮演，也可以由教师讲述，或者是播放相关视频，从而使学生充分体验故事情境。

在进行课堂教学时，教师需注意开展同学之间的相互讨论，以小组为单位，进行心理健康渗透与德育教育。例如教师可将学生以6-7人为一组进行小组划分，在课堂教学中让学生根据课本内容进行讨论，开展“头脑风暴”(时间以10分钟左右为宜) ,并在讨论结束后由组长进行汇报。再进行讨论时，学生不仅可以体验到小组互动探讨的乐趣，同时还可有效增进同学之间的友好度，减少校园霸凌现象的发生。

(五)深化思考能力，共建多维协作

学校主张家校联合，可以从家长、学校、老师、学生的四个角度去进行全方位、系列化的德育。教师在教授心理课程的时候，应该化抽象为具象，用生动形象的例子去阐述心理文化的优点，逐步引导学生接受并且主动去学习。不能强制性、固化性地要求学生该如何去应用或者解决生活中的问题。

例如在教授《这些事我来做》这节课的时候，教师可以组织学生彩排相关小品或者诵读《未来的系列故事》，并说出未来的规划，引导学生思考。除此之外，现在多为独生子女，家里长辈多宠爱。教师可以引导学生辨认哪些事情是自己可以完成的，比如学会叠衣服、学会收拾垃圾、学会自己洗袜子等难度较小的家务活。

家长的参与教育亦至关重要。小学生的思维发育未完善，对家长的依赖感以及信任程度极深。因此，家长配合教师进行心理健康教育，可起到事半功倍的效果。例如家长可与小学生进行儿童绘本读物阅读，打造亲子阅读时光，儿童绘本经过出版社精心挑选，其故事情节以正面积极为主，色彩搭配多采用柔和舒适的颜色。家长可在小学生入睡前进行绘本共读，与孩子进行深入沟通交流，从侧面了解孩子的想法，以便家长和教师及时调整教育策略。

综上所述，在新课程改革下，积极探索心理健康教育与小学道德与法治课程的融合之路，引导学生正视自我、走向积极的关键途径。在教学时间中，要通过创设高效课堂、丰富教师技能、拓展教学方式以及多维度协作等策略，加强道德与法治课程中心理健康教育的融合方案，综合提升小学生的心理健康，使其进行综合化、全面性的优良发展。

5月29日习近平主持二十届中共中央政治局第五次集体学习并发表重要讲话，他指出：“加快推进教育现代化，以教育之力厚植人民幸福之本，以教育之强夯实国家富强之基，为全面推进中华民族伟大复兴提供有力支撑。”眼里有光、心里有爱，坚定信心、久久为功，相信随着《行动计划》的实施、家校社协同育人良好教育生态的构建、“三全育人”格局的形成，学生心理健康工作将得到大力推进，学生心理健康水平也将得到全面提高。