重庆市大足区普通中小学德育案例

**作者姓名 王守先**

**作者单位 大足区三驱镇中心小学**

**联系电话 13752853978**

用爱拭去学生心灵的“尘埃”

1. **基本情况**

陈某，女，小学六年级，12岁，独生子，跟随父母一起生活。中等个儿，较内向，不善言语，人乖巧。总是感觉心里累，压力大，

上课容易走神，注意力不集中，晚上睡觉失眠。

曾有一次逃学的经历，平常爱笑，每天放学后坐公交车回家，父母要求较高，放学后安排了钢琴学习班，家庭作业几乎到深夜才做完。一次科学课上抄写作业被老师批评了，组长检查语文作业时挑三拣四，心里有极大的不满但从未发泄。

1. **原因分析**

**（一）性格因素**

性格较为内向，平日里不愿主动与家人和同学交流，遇事隐藏于内心，导致心理压抑。从班主任那里了解到陈某是班上品学兼优的学生，只是不善于沟通，不会主动与同学和老师分享自己的事情。

1. **心理因素**

正处于身心快速发展的青春期，非常在意别人对自己的评价，产生了不合理信念和归因。

1.不合理信念：父母说什么都是对的，听话照做就是乖孩子；同学老是针对我。

2.不良内归因：被老师骂了很没有面子，自责内疚，怀疑自己的能力，感到自卑。

**（三）社会因素**

1.父母不理解

陈某的父母对她要求较高，平日里忙于工作，缺乏对她的关心，不了解学习状态，临近期末本来就比较忙，还在放学后安排了另外的钢琴班，学完后才吃饭，接着又要完成学校的作业，每天几乎都是深夜才睡觉，陈某觉得每天的时间安排太满，心理压力很重。

2.师生“不留情”

一次科学课上因为抄写答案被老师当众批评，有失脸面；批改家庭作业时老是被同学指出错误，觉得故意针对自己，自尊心受挫。

**三、案例目标**

**（一）近期目标**

1.改变错误的认知和不合理信念

2.缓解或消除不适症状和不良情绪

**（二）远期目标**

1.提高心理健康水平，健全心理素质

2.充分实现其潜能，促进人格完善

**四、案例处理**

1. **以真诚、热情、积极关注为原则，建立信任感**

关心成为了我日常的必修课，不管是课上还是课后，我都会以真诚的心和她交流，询问近期的生活学习状况，闲聊家里的日常琐事，感觉到她的表情和眼神向我传递阳光积极地情绪时，我会拍拍她的肩膀或者大声的告诉她，你的进步非常大！你真的很优秀！让她对自己充满自信。“罗森塔尔效应”告诉我，给予学生积极地关注和认可能使他们朝着自己所期望的方向去发展，有时候我会叫她到我办公室来帮我做事，然后拿点东西给她，无形之中让她感受到我对她的特别关注。我时常提醒他“问题本身不是问题，如何看待问题才是问题”，只要改变我们对事情的看法，换一种角度思考问题，心情就会豁然开朗。

1. **运用绘画艺术，探索内心奥秘**

当我发现她不善于主动与我分享故事的时候，我和她约定了一个时间和地点做了一次专门的沟通交流。下午放学前她按照约定的时间来到了我的办公室，我感觉到她是信任我的。当时一进来她就微笑着，然后我叫她坐了下来，看得出她有点小小的紧张，双手握着拳头。我对她说现在这里是我们两个人的秘密空间，任何人都不会知道我们的谈话，我对你的所有事情都坚持保密原则，希望你能主动向我倾吐烦恼，然后我陪你一起解决。

接下来的谈话中我运用合理情绪疗法ABC理论一步一步帮她分析了目前的困惑，随后我递给她了一张白纸和笔，并告诉她在纸上画一种自己最喜欢的植物或者能代表自己的植物，想了片刻，她在纸上写了“丁香结”三个字，我猜想她可能不会画这种植物。“丁香”是纯洁美好的象征，看得出她是一个善良，追求美好的女孩子，从“结”这个字我推测她的内心深处还是有很多问题和困惑无法解决，“结”是解不完的，她的心结可能还没打开。

于是我循序渐进地抛出了她曾经逃学的经历，并给他分析了其中的几个原因，经过一番闲聊之后，我发现她的问题其实并不大，只是在某一时刻出现的正常的小情绪，是因为自己想的过于复杂，把很小的事情扩大化了，其实主要调整的是“心态问题”，认知改变了，事情自然就解决了。我告诉她过去了的事情就不要在释怀，或许别人看来早已云淡风清，而你还在念念不忘。

在之后她还主动告诉我她的妈妈回了江苏老家，马上要回来了，看到她脸上情不自禁露出的笑容，我突然觉得自己成功了一大半，终于让那个“结不开”的小姑娘绽放了最美的笑容。

1. **关心相随，以爱温暖心灵**

其实学生的心是最敏感的，关注学生的心灵成长是学校教育的重要工作，更是心理健康教育的本质内容，作为教育工作者，除了做好常规的教育教学工作以外，更应该走进学生的内心，将对学生的关爱付诸于实践，帮助他们正确的认识和评价自己，预防心理危机，发展学生潜力，提高学生的心理健康水平。

**四、案例效果**

**（一）自我评估**

1.在交往中更加主动，与父母、同学能积极沟通，及时表达内心的想法。

2.学习压力大时能找到适合自己的派遣途径，生活学习更加轻松。

3.能够用合理的心态去看待问题，不再轻易陷入小事的困扰。

**（二）辅导老师评估**

不良情绪和行为得到改善，近期目标基本实现，长期目标还需要持续努力。

1. **案例启示**

信任是建立师生良好关系的基础，关心和被关心是人类基本的需要，真诚、积极关注和共情是打开学生心门的钥匙。教育是一门艺术，学生需要关爱，教育呼唤关爱，将爱的种子播撒在学生的心间必将收获灿烂的阳光。

****

**作者简介：王守先，女，生于1991年，重庆市奉节县人，现任重庆市大足区三驱小学心理健康教育老师，二级教师。**