

# 走进学生心灵

福州教育学院二附小心理健康教育二十年  
1988-2008  
(上册)



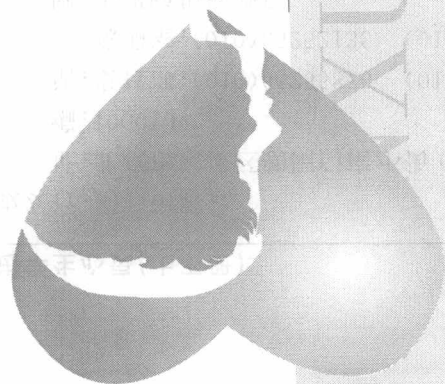
福建人民出版社

走进心灵

1988-2008

(上册)

福州教育学院二附小——心理健康二十年



卷

ZOXXUE  
SHENGXINLING

## 图书在版编目(CIP)数据

走进学生心灵(上下册)/罗振兴主编.

北京:同心出版社,2009

ISBN 978-7-80716-759-4

I. 走… II. 罗… III. 小学生—心理卫生—健康教育—研究 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 196348 号

## 走进学生心灵(上下册)

---

出版发行:同心出版社

地 址:北京市东城区朝阳门南小街 6 号楼 303

邮 编:100010

电 话:发行部:(010)65255876 (010)65251756

总编室:(010)65252135 (010)82899187

印 刷:福州晚报印刷厂

经 销:各地新华书店

版 次:2009 年 2 月第 1 版

2009 年 2 月第 1 次印刷

开 本:787×1092 1/32

总 印 张:24

总 字 数:500 千字

定 价:40.00 元(上下册)

---

同心版图书,版权所有,侵权必究,未经许可,不得转载

# 序

常言道：健康的一半是心理健康，培养学生良好的心理素质促进学生健康发展，已经成为人们的共识。1992年，《中国教育改革和发展纲要》明确做出关于“发展身体心理素质”的规定；1999年，《中共中央、国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》对心理健康教育做了具体阐述与要求。可见，心理健康也越来越得到党和国家的高度重视。

长期以来，人们经常片面地认为青少年处于一生中最快乐的时光，他们无忧无虑，心灵纯洁得如一张白纸。实际上从以前许多调查统计数据来看，小学生虽然年龄小，却在学习、交往、个性品质等方面存在着不同程度的心理困惑，这些困惑虽然属于轻微介质，但如果不及时疏导，也将影响着他们健康成长。我很赞成这样的观点：“浇花要浇根，育人要育心。”对学生的心理素质的培养，既是实施素质教育的需要，也是促进学生和谐发展的需要，更是着眼于我们民族未来发展的需要。福州教育学院二附小认真将心理健康教育摆上议事日程，积极探索走进学生心灵的途径与方法，成立了福州市第一家小学生心理健康咨询中心，从1988年开始，至今已经走过了整整20年的时间。学校在心理环境创设、心理健康教育专课、个别咨询辅导、德育活动结合、学科有意渗透、指导科学家教、师资队伍建设和多方面入手，深入开展小学生心理健康教育课题的研究。历任校长始终把心理教育作为学校的重点工作，不仅培

养了学生良好的心理品质，帮助学生消除心理困惑，而且使该项工作逐渐成为了学校的办学特色，推出了一系列的研究成果，为我市的“心育”工作提供了可借鉴的模式，福州市中小学心理健康教育指导中心也在该校正式挂牌。所有这些，都值得我的称赞和学习。

一位教育者在论坛里有这样一句话：学生如果身体搞不好，就有可能出废品；如果成绩不好，就有可能出次品；但心理不好，就有可能出危险品。因此，对日趋增多的学生心理困惑与成长的烦恼，应该引起家庭、学校和社会的足够重视。福州教育学院二附小在开展这项工作中，善于将它同学校其他的教育工作巧妙地融合起来，不仅为学生提供必要的心理咨询，还多层次地开展团体辅导，教给学生一般的心理知识，引导学生掌握一定的自我调节方法；同时还将教育的内容延伸到了家庭，他们通过举办家长学校、家长咨询会、改革家长会的内容与方式以及编写《小学生家庭教育困惑疏导》等，对科学家教起到了示范作用，并得到家长的普遍好评，真正将学校、家庭紧密地联系在一起形成合力，达到了1+1>2的效果。

令人欣喜的是，福州教育学院二附小的教师也在“心育”工作中逐渐成长起来，他们自觉树立“每个教师都是心理教育的工作者”的意识，努力掌握小学生心理健康教育的基本理论和必要的技术，为孩子创设着宽容、宽松、宽舒的心理环境，扮演着小学生学习、生活、成长的心理顾问、心理护士乃至心理医师的角色，他们手握走进学生心灵的金钥匙，逐步拥有了科学的“育心术”。这里，他们将20年的工作实践和课题研究的经验加以回顾、总结、提升，希望能与更多的专家、同行交流，从而为孩子们开辟宁静的心灵港湾，为“心育”探索一条行之有效的路径。

本书内容具有一定的理论水平和实用价值，相信对福州市下一阶段学校心理健康教育工作将起到积极的推动作用。我也衷心希望我市所有的教育工作者都能自觉坚持以人为本、心系学生、善待工作，积极探索心理健康教育的新方法、新路子，为办让人民满意的教育作出自己应有的贡献！

郑 勇

(福州市教育工作委员会副书记，  
福州市教育局党组书记、局长)

2008 年 10 月 20 日

# 目 录

## 第一部分 历程回顾

### 走进学生心灵 促进学校发展

- 福州教育学院二附小“心理健康教育”20年回顾  
..... (2)

- 福州教院二附小心理健康教育课题研究成果一览表(省级以上)  
..... (16)

## 第二部分 科研探讨

- 《小学班主任工作心理辅导模式》的实验与思考 ... 课题组 (22)

- 《小学班主任工作中的心理辅导模式的深化研究》结题报告  
..... 课题组 (34)

- 《构建小学校园和谐心理健康教育环境的行动研究》开题报告  
..... 课题组 (46)

- 城市小学生家庭沟通及教育困惑现状调查 ..... 肖 铭 (55)

- 从儿童心理学认识赏识教育与惩罚教育 ..... 罗振兴 (62)

- 用爱铸造学生健康心灵 ..... 陈 琴 (69)

- 承受挫折,走向成功 ..... 蒋春静 (75)

### 我想和你换一换

- 引导低年级学生在亲子互动中学会换位思考的研究  
..... 叶 艳 (81)

### 巧用方法 “塑心”无声

- 谈心理健康教育溶入品德与生活课 ..... 张 莉 (87)

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| 小学一年级新生学习适应性的现状与对策 .....    | 陈 磊 (92)  |
| 不该忽视的空间                     |           |
| ——中小衔接时期的心理辅导现状及建议 .....    | 刘乃锦 (98)  |
| 以心灵赢得心灵 .....               | 唐 禧 (105) |
| 留守儿童教育个案需“透视” .....         | 何 捷 (111) |
| 关注单亲家庭孩子的心理健康 .....         | 蔡宗胜 (118) |
| 开展小学生心理疏导工作应注意的几个问题 .....   | 林 群 (123) |
| 重视玩具在个别心理辅导中的作用             |           |
| ——我在舒心室的故事 .....            | 肖 铭 (127) |
| 影响学生心理健康的重要因素——教师的情感 .....  | 黄丽芬 (132) |
| 浅谈新课程下师生关系的构建 .....         | 黄艳萍 (137) |
| 沟通是增进师生关系的桥梁 .....          | 刘 颖 (141) |
| 为开放式网络德育构建一道“防火墙”           |           |
| ——良性转化“网络贴吧”案例陈述及反思 .....   | 陈 曦 (146) |
| 用心关爱后进生 .....               | 陈 蕊 (156) |
| 浅谈小学生抗挫折教育 .....            | 张小翠 (161) |
| 帮孩子建立一份自信 .....             | 胡媛媛 (169) |
| 浅议纠正小学生的狭隘心理 .....          | 姬显义 (175) |
| 教师的伤害性惩罚对小学生心理的影响 .....     | 王逸娴 (180) |
| 给自己“绿色”好心情                  |           |
| ——浅谈利用低段学生心理特点提高注意水平,驾驭课堂纪律 |           |
| .....                       | 林立芳 (187) |
| 探讨形成城乡儿童学习能力差异的因素及对策 .....  | 余 方 (191) |
| 浅谈如何对学生进行学习情绪辅导 .....       | 王 莹 (195) |
| 学习心理障碍成因浅探 .....            | 陈 萸 (199) |
| 激发学生课堂发言积极性的思考 .....        | 陈秋瑾 (204) |
| 从“知而不言”到“言无不尽” .....        | 杨 健 (210) |

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| 听懂了,才会喜欢 .....              | 陈云琴 (215) |
| 尊重个性差异 以评价促发展 .....         | 林碧珍 (219) |
| 在英语教学中培养小学生的人际沟通能力 .....    | 吴唯清 (225) |
| “英”材施教,从心开始                 |           |
| ——小学英语教学中的心理健康教育刍议 .....    | 王 玲 (229) |
| 语文教学中有效渗透心理健康教育 .....       | 林丽珍 (235) |
| 在小语教学中渗透心理教育 .....          | 辜瑞娟 (242) |
| 在语文课堂中渗透心健教育 .....          | 邱 林 (246) |
| 我能行 我快乐                     |           |
| ——浅谈小学语文园地教学中学习兴趣的培养 .....  | 高 萍 (249) |
| 课后作业与快乐同行 .....             | 潘 春 (253) |
| 让孩子在愉悦的情感体验中习作 .....        | 王卫红 (257) |
| 书信交流架起师生心灵沟通的桥梁 .....       | 张秀萍 (264) |
| 浅谈心理健康教育在数学教学中的渗透 .....     | 朱 艳 (270) |
| 学生心理辅导与数学课堂教学 .....         | 张德强 (279) |
| 让数学探究插上“联想之翼” .....         | 林 晟 (283) |
| 将作业批改置之“情理”之中 .....         | 吴 瑜 (288) |
| 浅谈学生问题意识和提问能力的培养 .....      | 周艳斌 (292) |
| 提高学习困难生数学学习水平初探 .....       | 高雪琴 (299) |
| 在数学教学中培养学生的意志品质 .....       | 林 彤 (303) |
| 在孩子的心田播种“感恩”的种子 .....       | 陈秀敏 (309) |
| 体育运动对心理健康的影响 .....          | 刘智勇 (314) |
| 体育与小学生心理健康的关系 .....         | 李海华 (318) |
| 团队合作学习在小学高年级体育教学中的应用 .....  | 陈 沂 (324) |
| 把握学生兴趣与注意力,提高体育课的教学效率 ..... | 倪 晨 (330) |
| 注重培养兴趣,展现儿童个性 .....         | 黄 卉 (333) |
| 浅谈小学生造型表现中如何提升思想情感 .....    | 林红枫 (337) |

|                          |           |
|--------------------------|-----------|
| 儿童绘画心理与美术教学 .....        | 林 文 (340) |
| 信息技术教育与心理健康教育的完美结合 ..... | 林可华 (343) |
| 如何在科学教学中培养学生的思维能力 .....  | 李 林 (348) |
| 科学探究与心理健康教育 .....        | 张建品 (351) |

### 第三部分 辅导札记

#### 走进学生心灵的关键

|                    |           |
|--------------------|-----------|
| ——尊重、欣赏学生 .....    | 罗振兴 (356) |
| “太阳”与“北风”的故事 ..... | 林碧珍 (359) |
| 不想做作业的孩子 .....     | 林 晟 (361) |
| 尊重儿童的想象 .....      | 李 林 (363) |
| 兴趣为成长插上翅膀 .....    | 张秀萍 (365) |
| 教育应让学生充满自信 .....   | 王卫红 (368) |
| 多给孩子一点机会           |           |

|                 |           |
|-----------------|-----------|
| ——心理札记 .....    | 邱 琳 (371) |
| 小昆要说 .....      | 余 方 (373) |
| 教师的关爱是“防暑降温”的良药 |           |

|                |           |
|----------------|-----------|
| ——心理辅导札记 ..... | 刘乃锦 (375) |
|----------------|-----------|

#### 关注“掉队”的孩子

|                      |           |
|----------------------|-----------|
| ——后进学生的心理辅导与教育 ..... | 张德强 (378) |
| “小猴子”变了 .....        | 叶 艳 (381) |
| 以宽容来消除敌意 .....       | 林可华 (390) |
| 野百合也有春天 .....        | 林立芳 (392) |
| 微笑的魅力 .....          | 肖 铭 (395) |
| 自信的力量 .....          | 瞿 枚 (397) |
| 特别的小 K .....         | 林 冰 (399) |
| 取长补短，重塑自信 .....      | 唐小燕 (401) |

|                   |           |
|-------------------|-----------|
| 爱生从鼓励“表现”开始 ..... | 王 莹 (404) |
| 心理辅导从关爱开始 .....   | 胡媛媛 (407) |
| 相信孩子，给孩子机会 .....  | 蒋春静 (409) |
| 关注，赏识             |           |
| ——学生成长的动力 .....   | 陈 沂 (411) |
| 心曲“三重奏” .....     | 林 珺 (414) |
| 赵谔与我 .....        | 何飞鸣 (417) |
| 用心灵拥抱学生 .....     | 陈 蕊 (421) |
| 他整天愿意说话了 .....    | 陈 琴 (424) |
| 打羽毛球 .....        | 朱顺进 (426) |
| 信任的力量 .....       | 陈 靖 (428) |
| 别让孩子成为无助的小狗 ..... | 林 冰 (430) |

## 第四部分 活动方案

|                   |           |
|-------------------|-----------|
| 主动协作能成功 .....     | 叶 艳 (436) |
| 巧妙配合欢乐多 .....     | 张秀萍 (438) |
| 争当勤劳小蜜蜂 .....     | 林立芳 (442) |
| 我们能创造最美的画 .....   | 林 冰 (444) |
| 学会赞美别人和表现自己 ..... | 刘 颖 (447) |
| 听听别人怎么说 .....     | 蒋春静 (451) |
| 比耐心 .....         | 林丽珍 (455) |
| 耐心细心助成功 .....     | 余 方 (457) |
| 聪明才智大比拼 .....     | 何 捷 (460) |
| 情绪大考验 .....       | 胡媛媛 (464) |
| 团结和谐快乐多 .....     | 陈 磊 (468) |
| 插上想象的翅膀 .....     | 杨 健 (471) |
| 巧筑金字塔 .....       | 唐小燕 (474) |

|                       |           |
|-----------------------|-----------|
| 新型文具盒设计发布会 .....      | 陈秋瑾 (477) |
| 人际交往第一步               |           |
| ——低年级班级心理辅导活动方案 ..... | 蒋春静 (479) |
| 节奏音乐会 .....           | 陈 冀 (484) |
| 考考你的眼力 .....          | 肖 铭 (488) |
| 信任我, 拉紧我的手 .....      | 陈 磊 (491) |
| 我们会“调解”了 .....        | 陈 琴 (493) |
| 我们班的“新闻联播” .....      | 王卫红 (496) |
| 亲子沟通愉快多 .....         | 吴 瑜 (498) |
| 练就一比“火眼金睛” .....      | 林 群 (501) |
| 再见, 亲爱的老师、同学 .....    | 肖 铭 (506) |

## 第五部分 困惑疏导

|                                           |       |
|-------------------------------------------|-------|
| 1. 学习成绩差, 不敢问老师, 又怕同学嘲笑, 怎么办?<br>.....    | (510) |
| 2. 学习英语容易遗忘, 使我苦恼, 怎么办? .....             | (512) |
| 3. 常常为考试成绩不稳定而苦恼, 怎么办? .....              | (514) |
| 4. 我学习不错, 爸爸妈妈还常骂我, 该怎么对待? .....          | (516) |
| 5. 爸妈在双休日逼我做一大堆作业该怎么对待? .....             | (518) |
| 6. 学习上, 爸妈对我有太多太高要求, 我无法做到, 怎么办?<br>..... | (520) |
| 7. 双休日爸妈总逼我弹琴、画画、学电脑, 怎么办? ...            | (522) |
| 8. 被同学嘲笑、冷落, 感到很委屈, 怎么办? .....            | (524) |
| 9. 同学们总爱给我取外号, 使我烦恼, 该怎么对待? .....         | (526) |
| 10. 有的同学爱打我, 我又不敢告诉老师, 该怎么办? .....        | (527) |
| 11. 常因同学爱开我的玩笑感到苦恼, 怎么办? .....            | (529) |
| 12. 别人成绩比我好, 使我当不上班干部, 我能恨他吗? ...         | (530) |

|                                       |       |
|---------------------------------------|-------|
| 13.我很想当班干部,为班级工作,同学们不选我,怎么办?<br>..... | (532) |
| 14.值勤时,同学们不听话,要怎么对待? .....            | (534) |
| 15.有害怕班主任的心理,怎么办? .....               | (535) |
| 16.受到老师批评时心里不好受,怎么控制自己的心情?<br>.....   | (536) |
| 17.我有孤独感和莫名其妙的害怕心理,该怎么摆脱? ...         | (538) |
| 18.自己没有爱好和特长怎么办? .....                | (540) |
| 19.爸妈有不良的生活习惯,不听劝告,怎么办? .....         | (541) |
| 20.爸妈经常为小事争吵,影响我的情绪,怎么办? .....        | (542) |
| 21.父亲与母亲对我的要求及态度不一样,我该听谁的? ...        | (544) |
| 22.爸妈常常不讲道理地批评我,顶嘴就要打,该怎么办?<br>.....  | (545) |
| 23.平时应该怎样对待爸妈对自己的批评? .....            | (547) |
| 24.有些话想说又不敢说,藏在心里真矛盾,该怎么办?<br>.....   | (549) |
| 25.我为父母离婚感到苦恼,该怎么办? .....             | (551) |

## 第六部分 个案分析

|            |     |       |
|------------|-----|-------|
| 个案分析 ..... | 陈 磊 | (554) |
| 个案分析 ..... | 陈 琴 | (558) |
| 个案分析 ..... | 陈 莼 | (560) |
| 个案分析 ..... | 陈秋瑾 | (563) |
| 个案分析 ..... | 陈云琴 | (566) |
| 个案分析 ..... | 王 莹 | (569) |
| 个案分析 ..... | 邱 林 | (572) |
| 个案分析 ..... | 蒋春静 | (575) |

|            |           |
|------------|-----------|
| 个案分析 ..... | 刘乃锦 (578) |
| 个案分析 ..... | 张秀萍 (582) |
| 个案分析 ..... | 肖 铭 (585) |
| 个案分析 ..... | 瞿 枚 (589) |
| 个案分析 ..... | 何飞鸣 (593) |
| 个案分析 ..... | 张德强 (596) |
| 个案分析 ..... | 刘 颖 (599) |
| 个案分析 ..... | 林 晟 (602) |
| 个案分析 ..... | 林立芳 (605) |
| 个案分析 ..... | 王卫红 (610) |
| 个案分析 ..... | 何 捷 (614) |

## 第七部分 家教指导

|                                |           |
|--------------------------------|-----------|
| 孩子胆子特别小怎么办? .....              | 何 捷 (620) |
| 孩子处于“心理断奶期”时怎么办? .....         | 何 捷 (623) |
| 孩子性格具有两面性怎么办? .....            | 肖 铭 (626) |
| 孩子“人来疯”，怎么办? .....             | 张 莉 (629) |
| 不懂得指导孩子度过青春期，怎么办? .....        | 肖 铭 (632) |
| 教女孩子加强自我防范，家长该怎么办? .....       | 张秀萍 (635) |
| 家长在教育过程中与孩子发生冲突，该怎么办?<br>..... | 陈 莼 (639) |
| 孩子不愿与父母沟通怎么办? .....            | 何飞鸣 (642) |
| 孩子只听老师不听家长的话怎么办? .....         | 蒋春静 (645) |
| 教育效果不佳怎么办? .....               | 何飞鸣 (648) |
| 孩子知错不改怎么办? .....               | 王逸娴 (651) |
| 孩子迷恋网络怎么办? .....               | 张小翠 (654) |
| 孩子在家与校，判若两人怎么办? .....          | 周艳斌 (657) |

|                       |           |
|-----------------------|-----------|
| 孩子爱和“坏孩子”玩怎么办? .....  | 唐小燕 (660) |
| 孩子讲起学习就不开心怎么办? .....  | 陈 磊 (663) |
| 孩子注意力不集中怎么办? .....    | 张小翠 (666) |
| 孩子考试前烦躁不安怎么办? .....   | 何 捷 (668) |
| 孩子和老师有抵触情绪怎么办? .....  | 唐小燕 (671) |
| 孩子从不收拾学具怎么办? .....    | 邱 琳 (674) |
| 孩子作业拖拉怎么办? .....      | 刘乃锦 (676) |
| 孩子花钱大手大脚怎么办? .....    | 周艳斌 (679) |
| 孩子说话变“脏”了, 怎么办? ..... | 张 莉 (682) |
| 孩子经常说谎怎么办? .....      | 瞿 枚 (685) |
| 孩子与同学闹矛盾时怎么办? .....   | 瞿 枚 (688) |
| 孩子不能明辨是非怎么办? .....    | 蒋春静 (691) |
| 一年级新生不适应学校怎么办? .....  | 李 林 (694) |

## 第八部分 媒体视线

### 福师二附小的心理健康教育

.....《大众心理学》1997年第2期 (698)

### 用爱滋润孩子的心田

——记福师二附小小学生心理健康教育活动

.....《福建日报》卢 雅 (703)

### “心育”十年路

——记福师二附小的心理健康教育

.....《中国教育报》肖 铮 (707)

### 小巷名家

——记福州师范附属第二小学的心理健康教育

.....《福建教育》陈玉龙 王亿钦 (711)

### 新鲜, 家长会请来心理专家

.....《海峡都市报》2003年12月22日 (725)

家教问题伤透家长脑筋 ..... 《福州日报》李淑娟 (727)

## 关注孩子心灵 科学实施家教

——福州教育学院二附小开展家长心理咨询会

..... 《小天使报》2005 年 4 月 26 日 (728)

## 心理教育渗入作文课

——二附小学科渗透教学法侧记

..... 《海峡都市报》2005 年 1 月 1 日 (730)

## 以心育人

——福州教育学院二附小心理健康教育评上“国优”

..... 《福州晚报》2006 年 12 月 14 日 (733)

## 关注孩子心灵的健康成长

——教育学院二附小举办大型家长咨询会

..... 《福州晚报》2007 年 6 月 14 日 (736)

## 让心与心共鸣

——福建省福州教育学院二附小心理健康教育

..... 《人民教育》2008 年第 5 期 (739)

第

1

部分

历

程回顾