

上好班级心理活动课的几个问题

■ 李香君 卢志军

在班级心理活动课上进行活动体验之后，学生被触发的思考是不完全一样的，这时候老师在面对学生的回答时要认真回应，力求提升、点拨，不能忽视或篡改学生的回答。

一节班级心理活动课一般为35分钟或45分钟，在如此短的时间内要达成良好的教学效果可不是一件简单的事情。教师仅仅依靠扎实的基本功、丰富的心理学的知识是不行的，还需要准确把握上好班级心理活动课的几个关键点。

一、要巧妙地营造氛围

班级心理活动课与其他学科的教学相比，更加强调良好课堂氛围的营造，因为在课堂上需要的不仅是学生理性的思考，更重要的是让学生打开心扉，说出心里话，然后在师生互动中实现心灵的启迪。

氛围的营造需要教室的打造。所以，如果学校有条件，最好有个单独心理课教室。这间教室的墙壁色调可以以暖色为主，室内有绿色盆栽作为陪衬。桌椅最好是可拼凑或挪动的，团体活动时可将桌椅折叠放置一边，上课做纸笔练习时，又可把桌椅拼凑成一定形状，供小组围坐。传统的插秧式座位排列让学生面对教师，不利于生生之间互动，教师和学生活动空间也被大大限制，有时教师也难以近距离接触学生。有老师认为座位排列只不过是形式化的东西，而教学实践证明，这种想法是片面

的，教师可以感受到不同空间设置对学生产生的影响，因此不能对之采取无所谓的态度。

良好的氛围还需要教师恰当保持价值中立。学科教学中，一些知识对错是明确的，但在心理课上，学生分享的心理感受或观点是个性化的，多数时候不能以对错而论，对学生的观点教师也不宜作过多评判。心理教师若忽视这一点，就会让学生像学科课堂上那样产生因害怕说错而不发言的现象。所以，教师要能接纳学生的不同观点，不将自己的观点强加给学生，不随意否定个别学生的不同观点。当然，心理健康教育本身隶属于教育，对于学生一些十分歪曲的价值观，教师要适当引导。总之，教师适当地保持价值中立，对学生不同观念、行为的接纳，会让所有人都感觉温暖、轻松。

在课堂上，教师要关注到那些需要关注的学生。班级心理活动课的实施过程充满动感，在师生、生生多向交互作用下，学生的各种情绪、情感也可能被激发出来，有些超出教师预设的问题也会暴露出来。尽管心理教师在课堂教学活动设计时，尽量争取做到对学生的零伤害，但有时候还是难以避免。例如在竞赛性的活动中，就会有失败的小组或同学，这些同学会感到沮丧，如果老师对他们的

情绪置若罔闻，就会影响心理课的辅导效果。

二、要科学地设计活动

班级心理活动课宗旨不是传授心理学的知识，而是侧重通过活动让学生充分体验，然后使其有所感悟并分享出来。所以，科学地设计活动就显得尤为重要。

目前，国家没有班级心理活动课的统一课程标准，没有统一指定的教材，教师使用活动素材时会比较自由和随意。因此要科学地选择、设计活动。比如，我们要选择那些对学生零伤害的活动素材，若选择那些学生自杀、暴力等对学生有负面暗示作用的案例，是不太妥当的。开展活动最好不要涉及一些还未被科学证明、自己无法把控的心理学技术，比如有些教师擅自把瑜伽冥想等技术运用到课堂上，这些技术一方面还未被证明是科学的，另一方面教师掌握的水平难以保证对学生没有负面作用，所以还是建议教师慎用。

开展班级心理活动课要重视活动体验。班级心理活动课绝不是为了活动而活动，活动设计都要讲究活动的目的，活动之间不能重复，至少在目标上不能重复，要节约课堂时间资源，这就要求教师要精选实现教学目标最有效的活动，然后通过师生、生生互动，引发学生体验、感悟、分享，最终实现观念或学生行为的改变。

三、要灵活地与学生互动

班级心理活动课是体验式的课堂，对师生互动、生生互动是要求很高的，这就需要教师能够灵活地促成师生、生生互动。

在心理课上，教师尽量使用开放式问题提问。在封闭式问题中，多含有“对不对”“能不能”“是不是”等词语，学生在回答时选择其中的

一个或两个词就可以了。这样，我们教师和其他学生得到的信息就很少了。所以，对于一些问题的探索，我们应多采取开放式提问，学生的思路就会受到较少限制，可以比较自由地表达自己的想法。比如，我们可以这样问学生：你对这个问题怎么看，说说你的理由。对于开放式的问题，学生虽然回答比较开放、自由，但是需要思考，所以教师在提问之后，要给学生留出思考时间或者小组之间展开讨论，否则师生互动只成了与几个爱回答问题学生的互动，课堂缺乏参与的广度，影响心理课的效果。

要实现灵活的互动，教师预设不能太死板，要灵活机智地回应学生的课堂生成。比如有位老师讲有关合作主题的心理课，课堂上老师让同学们列举生活中离不开合作的例子，这时有位学生站起来回答：只有男人和女人亲密合作才能生出孩子。这位学生说完，教室里一片嬉笑之声。这位心理老师一时间不知道如何回应这位学生的回答。其实，面对这种情况，教师可以先肯定这个学生的思考，然后让学生继续思考其他方面合作的例子，这样就可避免这一突发情况给课堂带来的消极影响。在班级心理活动课上进行活动体验之后，学生被触发的思考是不完全一样的，这时候老师在面对学生的回答时要认真回应，力求提升、点拨，不能忽视或篡改学生的回答。

上好班级心理活动课并不是一件容易的事，需要我們认真备课，精心选择素材，课堂上还要营造良好的心育氛围，提升自己的辅导素养，有效跟学生互动。只要我们在心理课上保持对学生的敏锐洞察，让自己做到心中有爱、目中有人，定能把心理课堂打造成师生共同成长的心灵乐园。

【李香君，山东省寿光世纪教育集团；卢志军，山东省寿光世纪教育集团】

责任编辑 | 樊璐