开课感想

南京市秦淮中学 杨丹

作为心理健康课的老师，如何上好心理健康教育课，通过课堂教学活动提高学生的知、情、意；我一直在不断的摸索、总结、思考：

1、课堂导入最重要。

从心理学的角度来看，同样的内容，采用学生感兴趣的方式，学生接受起来会更加乐意和主动。面对从未真正接触过心理方面知识的学生，我给学生创造了很多的发挥空间。每一堂心理健康课之前，我都会安排一名学生完成一次自我介绍。

2、围绕主题搞活动。

心理健康教育课的重点在于活动中的体验，绝不能为了活动而活动，活动应该有主题，有核心。心理健康教育课也应该坚持一个核心，并围绕这个核心，“行散神不散”，着重培养学生最基本的心理素质，让他们在故事和游戏中学习和体验到对自己的终生发展有价值的核心观念。对于这方面的能力，我一直在努力提高自己。活动对于教师的能力要求很高，想做到形散神聚并不是一件容易的事。

3、适当的自我开放

如果心理教师能在适当和必要的时候，作真诚的自我剖析、自我开放，学生也会减轻自我防 卫心理，真实地表达自己、安全地探索自己。有时学生甚至会主动要求：“老师，你呢?你以前是怎么样的?给我们说说啊！” 不过作为一名心理教师，其最重要的角色始终是课堂的组织者和引导者，白我开放应该有一定的原则和限度，否则，将会导致角色混乱，得不偿失。

以上是我在心理健康教育课的教学中，经过实践沉淀下来的几点看法和做法。当然，要真正上好心理健康教育课，发挥出它最大的作用，还有很多问题有待发现和解决；要真正做好中小学生心理健康教育事业，还有很长一段路要走，还需要更多、更强关注中小学生心理健康的力量。