

初中数学渗透心理健康教育

马小燕 李生斌

(临夏县韩集初级中学, 甘肃 临夏 731803)

【摘要】当下的初中数学教师要懂得打造出更为立体化的数学教育新体系,通过数学教育去传输更多的道德力量,让学生的个人品格能够得到更大的优化和提高。如果学生能带着一种人格提升的思维去学习数学,从数学的世界中萃取到认真、精细、一丝不苟、认真向前等等品质的意义,由此学生的数学学习才是真正有意义的,学生也才能消除自我的懈怠感逐步造就更为健康的人生。教师要善于通过心理健康教育使得孩子们能成为全面成长的好少年。

【关键词】初中数学;心理健康教育;思维渗透;理念分析;影响要素

事实上无数的初中数学教师在漫长的一个历史时期内对于学生的数学教育仅仅停留在如何提升他们分数的层面上,对于培养学生的人格、提升其道德、优化其行为,尚且存在着很多的问题和不足,这些问题和不足对于学生也造成了无数的负面作用。北大的文学教授钱理群先生曾经反复提出过的问题便是中国的学生中不乏精致的利己主义者,这就是因为学生在学习数学的同时总是把数学简简单单视为成绩分数和名次,殊不知这样的思维对于学生是很不利的,也不能让学生的人格力量得到综合的强化和提高。数学本身是一门面向道德的优化、心理素质的提高和综合能力的突破。

一、反复练习数学习题以提升其坚韧不拔心理

当下的初中生在处理大量的数学问题时是容易感到懈怠、放松和难以为继的。教师不能让学生在漫长的学习中总是保持这种错误的思维,而是要通过自我的净化去造就更为出色的自己,磨炼本人的精益求精的思维。教师要为学生的学习找到适合的数学学习方法和策略,又能让学生的数学学习步入到更高维度和更高平台上,这对于学生的意义是不可估量的。教师在给学生讲解《二次根式》时,需要本着一种善于驱动学生成长的思维,让孩子们智慧和能力都得到提高,又能让学生成为一个不畏惧难题的人。教师要让学生在处理大量的二次根式的问题时不畏惧任何的难题和障碍,又能在处理问题后不断加以钻研和检验,从而能铸就自我的突破和提高,又能让学生的能力和效率得到超越。数学的学习世界中的问题和趣味都是那些精益求精的人才能真正把握到的,教师不能让学生的学习陷入应

付塞责中去^[1]。

千锤万凿出深山,烈火焚烧若等闲。千磨万击还坚劲,任尔东西南北风。这些诗句不仅仅是出自文学的世界,同时也可以自然科学的世界中有所传递。数学就是一门让人在倍感压力、不断承担重荷的同时仍然不曾放弃的伟大学科,也是一门对于人的思想和灵魂的高度整饬和修行的学科。教师可以在传递知识的同时,将著名的报告文学《哥德巴赫猜想》带给同学们,使得学生在研读和思考的同时不断向往更多的数学大贤,靠拢那些真正的学术北斗,让自己的人格也能不断完善,具备了挑战艰难、战胜困难的勇气和力量,并且在完成了自我突破和发展后,具备了更为坚强的意志力和执行力。当下的学生容易出现心理疾病,需要通过教育、医疗、预防等多个方面去完成教育,策动学生优化心理疏导机制,并且能增强精神抗压能力,善于从前辈那里萃取到精神力量,把握到生命的勇气,从而能书写出更为精彩的人生篇章,进而在人生和数学研讨的世界中更为从容地面向自我的发展和超越,进而成就不凡的事业。

二、不断核对自己答案以具备务实心理

初中数学要传递给学生的意义和道理便是:唯有实事求是才能得到一个真切的答案,而这种实事求是也是广大的学生在学习数学的同时最应该具备的品格。例如学生在学习《数据的收集、整理、描述》时,教师要让学生能成为一个更为勤奋、更为勇敢、更为高效的个体,能够把实事求是的思维和认真的品格贯彻到数学学习的方方面面和每一个角落,由此学生的数学学习和成长自然是能达到更高的高度上的。如学生能在数学学习的同时真正懂得了实事

求是意义，自然能成为一个不畏惧任何难题的人，又能成为一个在生活中踏实肯干、一往无前的人，这些道德素质对于学生的未来学习是意义巨大的。教师要把握自我的教学问题，又能结合学生的问题去开展好相应的教学服务，让学生的能力和品格都得到优化和升华。教师要懂得为学生的成长打开更大的道路，又能让学生的超越找到合理化的依据^[2]。

人生在世，不能脱离四个重要的大字：脚踏实地。如果学生没有了这份脚踏实地的专注精神必然无法在事业和人生的各方面规划上做出让人满意的成绩，这对于学生的人生成长和思维价值观的建构也是很不利。教师要懂得在以往的教学生涯中不断优化自我，发展自我，善于让本人的数学教育生涯和思想体系中增设更多的求真务实的心理传授课，使得学生在潜移默化之间不断改变本人的思想和气质，同时使得学生的学习心理和学习状态得到相应的发展和改变。

当下的初中生存在着好逸恶劳、不切实际、刚愎自用、贪得无厌等等心理，教师要让学生懂得不积跬步无以至千里，不积小流无以成江海的道理。同时，任何的事情都是从小处着眼，点滴积累最终造就洪流的。如果学生在学习数学的同时缺乏了积少成多的思想，缺乏了自我的不断修行和发展，本人脱离现实的心理便会日益凸显，也会使得学生的人格产生了相应的裂缝和罅隙，这对于学生是不利的。教师要懂得在课程中改变相应的体系，整饬相应的模式，使得学生的学习发展得更好，顺势使得学生的学习人格变得更为完善与合理。教师要让学生能给自己制定出更为合理的数学学习新方法和新策略，从而能让学生的数学学习步入到更高的层级上，这对学意义显著。

三、鼓励学生以分享经验提高助人心理

单丝不成线，独木不成林。如果当下的学生在学习知识的同时不曾懂得帮扶和互助的意义，必然让整个的教学体系变得刻板而又乏味，又让学生的数学学习难以达到更高的水平上。教师要为学生的成长构建起和谐的氛围，让学生能在彼此互帮互助时，懂得：自己优秀不是真正的优秀，真正的优秀是能帮扶更多的个体实现突破的。例如学生在学习《全等三角形》，教师要让学生能在学习全等三角形的同时去认真分析不同的解析方法和解题技巧，又能让学生的数学学习效率得到更大的提高。无论是SAS、AAS、ASA、HL等等求解理念，这些都是可

以让学生更好地理解数学、认识数学、认识做人的道理。只有能和自己身边的同学保持更为积极的、友善的相处关系，也能懂得，分享性人格、互助性人格，这些人格特质都对于本人的发展和综合性的提高是有着长远的意义的。

中国的著名文科教授钱理群先生曾说，北大在内的很多高校正在培养出一大批的精致的利己主义者。事实上，这样的情态如果追根溯源去分析的话也能发现很多的问题都是有端倪可察的。其中的一个端倪便是，中国的学生早在中小学时期就变得极为自私和狭隘，对于分数有着超乎寻常的渴望和热爱，这样思维体系和认知模式都是极为不正常的。换言之，学生对于分数的热爱只是对于虚荣心的一份满足，对于自我地位的确认，对于本人利益的把握，并非完全是对于学习的认真严谨。因此，学生的人格是存在着偏狭之感的，这样的心理特质无法真正使得在人生的成长道路上做出极为璀璨辉煌的事业，因此这是不利于学生的成长和进步的。

唯有如此学生才能成为一个更为优质的数学学习者。学生之间在取长补短的同时能更加懂得一个道理：数学的世界往往就是条条大路通罗马的。唯有能带着不同的思维和求同存异的意识去处理自身的数学学习问题，学生才能真正实现重大的提高和进步。初中生不能成为一个自顾自提高的人。教师要让学生在学习数学的过程中认识到、理解到和分享到更多的关于数学大家的故事，比如欧拉和哥德巴赫的友情等等，这些人与人之间的友情，都是人性中的光芒和美好之处，也是值得我们每一个人去学习和吸收的道理。教师要善于顺应历史的发展和教学的体系，更充分地认识到相应的知识，推动学生去吸收和理解，并且能在数学的体系中善于打破自我的行为窠臼和认知窠臼，从而更加懂得互助的意义，也更加懂得彼此帮扶的意义。

四、以克服难题和障碍优化其坚强品格

事实上，广大的初中生在处理大量的数学学习问题的同时，也要懂得自己势必是要面对着无数的挑战和考验的，唯有能用心克服这些障碍，才能在数学学习的世界中得到更大的提高和突破。教师要让学生能更为用心地处理大量的难题，克服障碍，从而能成为一个更为出色的个体，例如学生在学习《一元二次方程》时，学生势必面对着无数的问题和挑战，教师要让学生能够化解自身的问题，又能迎难而上去突破障碍，并且得到更大的提高和突破。

学习这件事确实是对于学生的综合素质的提高和发展,尤其是锻炼学生的抗压能力和面对负担的能力。这些能力的提高发展有助于学生以一种沉着冷静的姿态面对人世间的任何风风雨雨。自然,对于青春期的朋友而言,生活中的形形色色的压力开始初露端倪,同时自己的生活问题、学业问题、发展问题、情感问题、生理发育问题都开始显现,学习本应该成为他们化解生活障碍,走向更为纯净的生活方式的引导和推动。很多学生在学习数学的过程中并没有对于这门学科的丝毫好感,甚至认为这是一门让自己感到痛苦乃至是压抑的学科。教师要懂得在教学的过程中去做好引导和梳理的相应工作,使得孩子们逐步改观对于数学的认识和评价,从而在数学的世界中真正体验到趣味和美妙。

宇宙是井然有序的,万事万物在运转和移动的过程中,也必须遵循相应的理念。数学是人类的理性思维精神的至高表现之一,同时也是人类对于宇宙物质运行的探寻方法和理性思维的手段。教师要让学生将数学之理和思维之趣融合,同时能认识到数学的理性对于整饬自我的心理,修正本人的行为,改变个体的运行状态都是存在着意义的。

例如学生在学习一元二次函数的相关问题时,很多学生会发现到:数学研究和研讨的相关问题是存在着比较大的计算量的,这些较大的计算量本身会给学生带来不同的数学学习的压力和障碍。但是教师要推动学生能够有勇气、有动力、有斗志去完成好更多的数学学习任务和自我挑战的任务,不以为苦,反以为乐。当学生真正具备了相应的勇气和品格,才能在数学的世界中成为一个更为光辉夺目的人。

五、在数学教学中传递运筹帷幄意识

所谓人无远虑必有近忧。学习数学同时也是如此。学生要善于在学习数学的过程中让自己成为一个更善于思考和筹划的人,无论是在具体的习题的解答上抑或总体的学习布局和学习策略的制定上等等,这些问题都是需要学生从学习的过程中去自我省思和自我改变的。换言之,数学本身并非一门让人只得到一个合理答案就足够的课程,更为重要的是,教师要让学生在学数学的同时善于省思,善于布局,懂得每一步的意义和方法究竟是什么,懂得如何在数学学习和研究的过程中成为一个更有智慧的人,这样的状态对于学生而言是极为重要的。教师要让学生在处理具体的问题的过程中要具备相应的意识,也能优化自我的筹备心理,从而能

成为一个真正善于学习、善于思考,善于制定纲领性计划的人,由此学生的数学学习之路必然能变得更为完善。

例如学生在学习三角函数的相关问题时,教师首先要让学生懂得三角函数的实质是三角形的特殊角的函数值,这些角度的函数值是特定的,也是可以通过数学的研究去分析和计算的。同时,学生在对于三角函数及其特殊值都认知充分后,进而能在数学学习的同时去运用这部分知识,同时能处理好相应的现实实际的问题。教师要善于改变学生的数学学习心理和数学学习运行机制,将理念的摄入、心理的优化,行为的改变等等充分结合在一起,同时使得学生的数学学习变得更为合理,也能使得学生的数学学习走上一条正确的康庄大道。

教师要鼓励学生将筹划运行的心理融入到日常生活中去,无论处理怎样的数学问题,都需要懂得只有能善于筹划,一步一个脚印去认真完成才能得到一个更加让人满意的结果。

结束语:

初中数学教师要让学生能够真正懂得数学和人格教化之间的关系,又能让学生在处理大量的数学学习问题的同时去实现自我的人格优化和升华,更加懂得数学是一门和人文学科相结合的课程。教师也要懂得去化解自身的问题和危机,又能把握住自己的学习方向。教师同时需要认识到自我的问题和不足,能在课程中更好地为学生服务,让学生的数学学习活力和学习效率得到更大的强化。教师要顺应历史的发展和学生的心理状态,更好地将数学的内在核心和灵魂提炼而出,推动学生通过数学学习和锻炼更加懂得如何让自己成为一个心理素质更强大、精神状态更为积极昂扬,神完气足、无所畏惧的个体,这对于学生的未来是意义重大的,对于学生完成好任何的一门事业都有着极为重要的推动意义。

参考文献:

- [1] 王冰. 提高学生数学核心素养的基本策略 [J]. 大连教育学院学报, 2016, 01: 39-40.
- [2] 唐春杰. 浅谈初中数学核心素养的培养 [J]. 大连教育学院学报, 2016, 02: 75-76.

本文系甘肃省教育科学“十四五”规划课题《少数民族地区农村留守儿童心理健康现状调查及对策研究》(立项号: GS[2023]GHB0839)研究成果。