

简述如何在素质教育中培养小学生的情商

任肖武

甘肃省兰州市永登县新城区小学

DOI:10.32629/jief.v2i5.1488

[摘要] 随着社会的不断发展与前进,情商的重要性远高于智商。一个高情商的人可以很好的把控住自己的情绪,揣摩与驾驭他人的情绪,有强大的承受一切外在压力的能力,总能将困境中的自己激励起来,也有足够的能力把握自己的心理平衡,其实这些都不是智力因素所能左右的。在素质教育中合理的运用情商,可以使学生做事情更加积极主动,也使他们更加有自信心去解决学习生活中的困难,提高了他们的独立性、忍耐性、对事物的适应能力和相互合作沟通的能力,建立良好的人际关系,克服心理以及生活的难关。

[关键词] 素质教育中;培养;小学生;情商

中图分类号: G623.2 **文献标识码:** A

素质教育中小学生情商的培养是不可忽视的一个重要问题。相关调查数据表明,目前对人才的评价中,情商如何已经高居第一位,我们总挂在嘴边的智商却在排在了第三位以后。情商的高低直接反应出一个人所呈现给大家的状态如何,高情商的人一定是可以很好的控制住自己的情绪,并也能带动他人情绪的转变,这是一个人综合素质的体现。

1 客观评价小学生,多一些激励机制来培养和增强他们的自信心

大家都知道,小学生还是一群天真烂漫的孩子,他们对事物的判断能力还不够准确,相对来说还比较弱,这时教师的心理引导便是他们对自我评价的最初认识与形成,所以我们要更多的来肯定他们,每次对他们的肯定评价都会增强他们的自信心。其次,教师要做到从多角度来认真评价学生。要肯定他们在学习上的每一点进步,哪怕这次考试只比上次高了0.5分,也要认真的肯定他。同时,也要关心他们其他方面的成绩并给予肯定的评价,比如他们的兴趣爱好、手工作业、工作能力、同学间关系的相处等,都要给予鼓励与进步的肯定。再次,每个小学生也都是有强烈的自尊心,都希望自己可以受到老师的尊重与重视。所以,教师们更要懂得尊重学生,赏识他们在学习中的表现,多使用鼓励性的话语,培养起他们的自信心。使学生们都可以在既轻松又愉悦的环境下学到知识,掌握技巧,提高自身能力,陶冶情操。学生有任何一点做的好地方,都要对其表扬与赞赏,激发他们的自信心与自尊,并将对学生的鼓励肯定持续下去,使其可以一直这样保存下去。

2 培养小学生情绪的管控能力与管理自己的能力,创建一份舒适的心境

小学生的情绪如果不稳定,就可能会因为一点小事大闹起来,也会因为一次考试成绩不理想就灰心丧气,失去了对学习的热爱,缺少积极主动性和自觉性。所以,教师要认真掌握造成学生不良情绪的原因,并正确引导小学生要认识到自己情绪的失控,并及时做好自我情绪的管控。

首先,要让学生们明白任何人都需要面对现实,并积极接受它。勇敢面对生活中的一切困难,不要抱怨,也不要过多忧伤,因为那些都是无意义的,我们唯一能做的就是面对并勇敢接受它。比如在考试遇到了一道难题,如果你担心害怕只会增加内心的恐惧,并不能将题解答出来,所以,你该做的就是放轻松深呼吸,用意识为自己加油打气。其次,将郁闷不爽的情感宣泄出来。可以选择放声大哭,运动流汗打篮球或是踢

足球等,也可以找自己的好朋友或是老师、家长来倾诉,以此来得到安慰或是释怀。再次,请求大家帮助。遇到自己很难解决和面对的烦心事时,可以找朋友或是亲人帮忙,这样不仅可以将心里的难过宣泄出来,还可以得到很多解决问题的办法。

3 培养小学生要正确面对挫折,增强战胜挫折的能力

当我们遇到挫折困难时,要正确面对它,克服它,解决它,战胜它。可以多通过班级组织的活动来开展挫折教育讲座,学校建立一些心理咨询师等,帮助有困难的学生及早走出挫折;也可以特定设置一些挫折教育的场景,将挫折教育融入到日常工作中,更好的培养小学生锻炼他们打败挫折的能力。使他们认识到如果向挫折困难妥协低头,你就会一事无成。

4 多组织社会实践活动,培养小学生正确的社会价值观

素质教育中情商教育做重要的内容就是要了解社会认识社会。学生们不仅要具备更加丰富的科学知识,还要有良好的道德,优秀的品格,健康的心理素质,正确的社会价值观,才可以更加有信心地战胜社会生活给自己带来的挫折与压力。所以,教师要提前做好计划,多组织社会实践活动,有针对性的让小学生看到这个社会,亲身感受下社会快速发展变化的浓烈气息,还要多组织专家为小学生讲解一些时下热点问题,更好的培养小学生积极的社会价值观。通过各项社会实践活动,不仅培养了小学生正确的社会价值观,也提高了他们对于社会交流中的一些沟通技巧,这也为学生以后在社会发展更完美的展现自己奠定了一定的基础。

5 结束语

总之,素质教育中小学生的情商培养需要有一个健康持续的发展,所以要不断提高他们对社会的认知,有一颗勇于战胜挫折的信心,形成一个积极的价值观,正确的价值观,营造一个更加和谐温暖友善的人际关系,做一个可以管控自己情绪的高情商之人。

[参考文献]

[1]李福.素质教育背景下的教育督导分析[J].名师在线,2020(24):93-94.

[2]赵红萍.小学语文教学中实施素质教育的策略探讨[J].科学咨询(科技·管理),2020(08):275.

[3]张丽丽.小学素质教育背景下关于“影子教育”的探究[J].新课程,2020(29):2.