

美术教学对初中生心理健康教育的意义

□ 岳阳市第九中学 邹寒冰

初中生正处于身体和心理“大转折”的阶段，学科增加，升学压力大。而美术学科中蕴含着丰富的心理健康教育资源，能够潜移默化、润物无声地感染学生，让学生在不知不觉中接受熏陶教育，在轻松愉快的学习中提高审美情趣，并以更好的状态投入到学习中。

一、美术学科的特点

初中美术课堂教学分为：欣赏评述、造型表现、综合探索、设计应用四大类。在美术课堂中，图画是运用最多、最基本的元素。图画是直达人心的有效工具之一，读图是最简单直接地了解人们内心世界的方法，可以读出画者的性格、情绪状态、智力、人格特点、人际交往能力。因此，美术课堂不仅仅是绘画课，还是美育与心育的结合载体。

二、中学美术课堂疏导学生心理的具体表现

进入初中阶段后，“中考五五分流”让家长和学生压力倍增，很大一部分学生可能会出现学习焦虑、人际交往困难、精力分散等问题，人生观、价值观和世界观也悄然发生着变化。

（一）学习焦虑

初中生在学习资源的分配上由义务教育的就近入学原则向考试选拔转变，分数排名成为了初中教师、家长和学生每天要面对的日常。家长和教师的期待施加在学生身上，几乎所有学生都存在不同程度的焦虑和自责。初中美术教学不会给学生带来升学压力，作业也没有标准答案，美术教师可以鼓励学生大胆地在作品中表现想法和情绪。譬如在七年级上册的造型设计《画画你我他》这一课中，结合梵高不同时期的系列自画像，分析心理在自画像上的表现，并组织学生创作一幅自画像，画出自己的个性特征，接纳真实的、不完美的自己。

（二）人际关系沟通问题

因家长对学生的过高期望，同学之间因心智尚未成熟产生冲突在所难免，很多学生在学习生活中存在沟通问题。在中学美术课堂教学中，“你画我猜”是一种有美术特色的课堂游戏，以小组为单位进行PK，能考验小组合作的默契程度，为学生提供了一个促进心灵沟通、拉近彼此关系的机会。大家通过解决共同问题而获得共鸣，产生友谊。在这样的游戏中，教师需在分组时用心，让阳光开朗的学生与存在沟通问题的学生搭配，在选择主题时有的放矢，帮助学生敞开心扉，找到有效的沟通方式。

（三）精力分散

结合上述学习焦虑和沟通问题，许多学生会在学习中出现精神分散、注意力不集中等情况，导致课外用更多时间弥补，产生疲劳性精神分散。中学美术课程中有许多内容需要动手完成。如八年级上册的《多姿多彩的民间艺术》一课，学生需要了解中国传统艺术，在课时内制作剪纸和中国结。教师充分激趣后，学生即可准备工具材料，在舒缓的音乐中进行创作，剪一个生肖图案或自画像，编一个钥匙扣或者手链作为礼物送给身边的人。课后，教师展示优秀作品，并请学生谈谈体会。活动中，学生在简单而又重复的过程中为了一个目标努力，潜移默化地培养了专注力。

三、美术方法在心理健康教育方面的应用

心理健康治疗领域有很多种不同的治疗方式，绘画治疗是表达性艺术治疗的方法之一，可用于增强自我意识、缓解情感冲突、提升行为管理、发展社会技能、解决心理难题、帮助联系现实和提高自尊等。在美术课堂中，教师也可以通过学生作品发现其心理健康状况，和家长一起帮助学生调整心理状态，使学生能健康成长。