

呵护心灵 阳光成长

——关爱未成年人心理健康

楚红岩

(河北省承德市双桥区大石庙小学 河北 承德 067000)

[摘要] 未成年人的心理发展是学校德育工作的重要组成部分。6—12岁是未成年健康人格建构和发展的关键期,这就需要我们所有的教育工作者通过多种形式,帮助学生提高心理素质,健全人格。未成年人心理健康教育工作是加强和改进未成年人思想道德建设工作的重要内容,它关系到孩子的未来,家庭的幸福和社会的和谐发展。校园霸凌引关注,青少年心理需引导。一些中小学生在处理同学之间的矛盾时,方式简单、粗暴——不是采取语言和情感的沟通,而是动手动脚,有甚者是舞刀弄棒;在处理与异性同学交往过程中,有些超越了时间和空间的界限与要求,严重影响到学习和生活。根据最高人民法院去年发布的《校园暴力司法大数据专题报告》,校园暴力案呈逐年下降趋势,2015年全国法院一审审结校园暴力案1000多件,2016年、2017年分别同比下降16.51%和13.37%。其中,11.59%的案件受害人死亡,部分中小学生在处理同学之间的矛盾时,方式简单、粗暴——不是采取语言和情感的沟通,而是动手动脚,有甚者是舞刀弄棒;在处理与异性同学交往过程中,有些超越了时间和空间的界限与要求,严重影响到学习和生活。但是每一起个案都让人揪心。

[关键词] 心理健康;各种因素;家庭教育

影响青少年心理健康的因素颇多,但概括起来主要有以下几个方面:

家庭因素,对青少年学生的身心健康来说,家庭的影响很大。国内外大量研究表明,不良的家庭环境容易造成家庭成员的心理行为异常。如胎儿在母体中,母亲没有注重调节自己的情绪;家庭主要成员不全,父母离异或分居、父母再婚等等以至家庭关系紧张,家庭情感气氛冷漠,矛盾冲突频繁;家庭教育方式的不当,专制粗暴、强迫压迫,或溺爱娇惯、放任自流。

学校的因素,学校是学生生活、学习的主要场所。学校生活对学生的身心健康影响极大。学校的教育条件、学习条件、生活条件,以及师生关系、同伴关系等如果处理不当,就会影响学生身心健康的发展。遇事不会处理以至于精神极度紧张、焦虑,无法及时调节,进而造成心理失调,导致心理障碍。专业教育工的缺位,在教师队伍中真正的心理健康教育内行不多。

社会因素,社会对青少年心理健康的影响无处不在。社会因素主要包括政治、经济、文化教育、社会关系等。这些因素对个人心理的塑造与发展起着至关重要的作用。其中社会生活中的种种不健康的思想、情感和行为,严重地毒害着青少年学生的心灵,从而形成心理健康问题。

加强未成年人心理健康教育,关键在于把握好未成年过程中的每一个环节,高度重视并研究其每一个细节表现,作出理性分析,加强改善措施:

(一) 国家方面

全国人大常委会委员刘海星建议充分运用此次修法的机会,将预防和整治校园欺凌纳入法治轨道,对有暴力倾向的学生进行帮教和惩戒,切实提高教师素质,加强在校生的德育和法治教育。1. 设立强制报告制度 从业查询及禁止制度。修订草案规定了最有利于未成年人的原则,发现未成年人受侵害时强制报告制度,密切接触未成年人行业从业人员的准入资格等。2. 增设“网络保护” 线上线下全方位。截至去年7月31日,全国未成年网民中,有64.2%将网络游戏作为上网娱乐的主要方式之一。修订草案增设“网络保护”一章,规定网络产品和服务提供者应当避免提供可能诱导未成年人沉迷的内容。

(二) 家庭教育

当胎儿在母体成长阶段,特别是母亲要注重情绪的调节,无论是遇到喜悦、愤怒,还是悲哀、恐惧的场景,我们都应该时刻想到自己肚子里还有生命的延续。其次,人们常说:“家庭是我们的港湾和第一所学校,也是我们成长的摇篮;父母是我们的

亲人,也是我们的第一任老师”。幼儿时期的教育和管理,以及家庭生活,将影响到人成长的一生。最后,家庭教育也应该注重科学的发展观,父母应该从科学的角度去认识子女,了解子女、懂得子女,结合子女的个性,兴趣和发展来培养子女,千万不能盲目的追求高标准的,紧跟时代的请家教、上重点、参加假期培训等教育模式。同时,作为父母,从小就应该经常与子女沟通感情,严格管理,切实做到严父慈母,时常关注他们的发展,健康心理的成长。如因一时间出现问题,就要及时寻找其根源,注重教育方式和手段,真正达到既治标又治本的目的,良好的家庭教育是未成年人健康心理的奠基石。

(三) 学校教育

学校教育是未成年人心理健康教育的重要环节。1、学校领导要高度重视,全体教师要认真认识,在现代未成年人中的心理健康教育的重要性和必要性。真正培养出更多既有才、又有德的社会主义建设需求人才,千万不能培养既无才、又无德的废才,从而影响社会的安定团结。2、加强师资队伍建设,要求学生做到的,教师首先应该做到。教师要具备心理健康知识,无论是班主任还是科任教师,都应该全面认识学生,了解学生,懂得学生,学会与学生沟通,做学生真诚的朋友。学生出了问题,老师要能清楚地找出问题的根源,及时处理解决。3、在学校教育中,教师要教会学生用健康的心理来面对家庭,面对社会现实。用健康的心理来参与学习、生活和工作的竞争,学会在一定环境的交际。4、学校在实施教育管理的过程中,树立科学的人才观、价值观和成才观。要改变以往对教师的教学成绩,学生的学习成绩只有分数才是唯一标准的评价体系和价值观念,全面关注学生的成长,未成年人的心理才能健康发展。

结语

未成年人是祖国的未来,未成年人的心理健康教育,事关民族的发展与未来,教育成败的关键。在此大声呼吁,国家各级教育部门应尽快把未成年人心理健康教育的教材并列入课程表,指定专门的教师上好心理健康课,把对青少年的心理健康教育制度化、正规化,长期坚持,才能收到良好的效果。我们应当清楚地看到,关注未成年人的心理。

参考文献

- [1] 荣月. 未成年人校园暴力犯罪的特征、原因及有效预防[J]. 现代教育管理, 2016, (2): 124-128
- [2] 张晓君. 运用传统文化矫治未成年人不健康心理方法探析[J]. 学周刊, 2019, (30): 57.