

浅谈小学心理健康教育的开展

汪娜娜

(新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市乌鲁木齐八一中学 新疆 乌鲁木齐 830000)

[摘要]教育教学体制是一个不断更新的过程,探索其中的教学模式,打破常规性的教学思路,真正与学生身心的健康成长,进行密切的联系,显得十分重要。本文立足小学生的心理状况,有的放矢地开展各种形式的心理健康教育,结合具体的教学资源,合理化的进行部署,全面进行优化,把优秀的教学思想注入到学生的成长之中,添加丰富的内容,促使课堂教学的体系充满吸引力,打造全新的学习和生活环境,提高学生的综合能力,以保障心理健康教育工作的顺利开展和实施,增强整体工作的实践性效果。

[关键词]小学; 心理健康教育; 开展

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.10.1726

素质教育,得以全面的开展和推进,整体的教学形式,正在发生巨大的变化,寻求新的教学模式,不断的进行课程的调整和部署,能够真正担负起教书育人的使命,把握其中的教学规律,促使课堂教学的目标,得以深入的进行和开展,真正为心理健康教育的推进,铺设一条广阔的路径。作为小学心理健康教育的教师,需要认清形势积极的进行分析,有计划性的进行各种资源的运用,促使各项教学体制更加完善,深入到每个学生的心中,了解他们的内心需求,科学化的进行心理健康教育的实践性活动,分析学生的成长因素,促使各项教学体制,真正符合当前素质教育的要求,培养学生积极向上的思维品质,塑造学生优秀的品格,提高学生的道德修养。那么在小学阶段,开展和推进心理健康教育有何重要意义,又应采用哪些措施得以推进和落实呢?

一、小学心理健康教育开展的积极意义

新时期下关注学生的特点,能够把心理健康教育的优势展现出来,不仅能够为学生注入新鲜的力量,同时也能让他们的情感经历充满活力,在这样的情况下,他们才能勇于迎接挑战,敢于进行实践性的研究,全面提高他们的能力和水平。所以在小学阶段,全面开展和实施心理健康,教育是拥有独特气息的,其中的影响力尤为明显和突出,在具体的操作过程中,能够符合学生的认知特点和规律,真正以当前素质教育的运行进行密切的结合,形成一条完善的育人环境,带来全新的体验。其意义和作用表现在:

(一) 有助于贯彻落实国家的方针政策

新时代下应试教育的影响,逐渐在减弱,心理健康教育,成为小学阶段学生,不可缺失的重要因素,与国家的方针政策进行密切的统一。全面把握小学心理健康教育的运行情况,积极的进行调整,从学生的内心需求出发,将新时期中国特色社会主义理念融入到心理健康教育中,有助于贯彻落实国家的各项政策,全面进行优化和部署,正确的进行掌控,真正把小学生培养成德智体美劳的优秀人才。在这样的情况下,整体工作的方向才会更加准确,各项教育教学理

念,才能得到全面的渗透和推进,与国家的实际发展才能达成一致。

(二) 有助于完善教育教学改革的形式和方法

目前我国的经济体制逐渐完善,然而学生的心理状况并不是很良好,许多环节出现问题及时的进行反馈,深度的研究心理健康教育的具体方式,能够调整具体的措施,切实解决教育教学改革中的各种困扰,摆脱教学的困境。在此过程中,通过不同的方式进行心理健康教育,有助于完善整体教学改革的形式和方法,不再单一的进行知识的灌输,而是更加注重学生的综合性成长,能够从不同的教学角度入手,为素质教育提供强大的动力,成为整体课程改革的关键落脚点,这样才能找到教育教学工作共同关注的问题,为学生的整体成长和进步带来新的教学空间,全面提高学生的道德境界和素质。

二、小学心理健康教育开展的具体策略和方法

从政策的实施方向来看,学生的心理健康教育应该涉及各个层面,加大宣传力度,充分利用各种资源进行各项工作的开展和实施,不仅能够提出具体可行的策略和方法,同时也能全方位的进行安排。所以在实际的小学心理健康教育工作中,教师必须认真的解读学生成长中的问题,要不厌其烦的进行工作的领悟,充分利用素质教育的教学思想,增强专业化的知识和能力,探索新的教学路径,从中进行客观性的分析,及时的进行反馈,要加强课内外知识的结合,把心理健康教育落实到每个教学细节中,提高其影响力和创造力。

(一) 制定目标,培养人文素养

心理健康教育的应用,是一个不断创新的过程,只有积极的进行转化,制定明确的目标,促使人机之间的相互互动,才能挖掘其中的人文素养,借此进行迁移和转化,让学生拥有思考的空间,凸显其教学影响力,促使人文色彩的心理健康教育,可以全面的运用。对于小学教师来说,应用心理健康教育提升自己的能力,其中最为关键的就是制定出经济的目标,把人文精神融入到课堂教学实践中,让学生切实

体会到心理健康教育的美妙之处，不断的进行资源的整合，避免纯粹的知识灌输，能够为学生提供便利条件，让学生充分享受心理健康教育所带来的独特气息，自主的进行内化，更加深度的理解心理健康教育的本质，这样才能调整课堂教学的形式，促使教师专业素养和水平的不断提高，以更加全面的开展心理健康教育，深入到学生的心中，真正实现学生人文素养的不断提升。以心理健康教育的主题设计来说，在选择教学知识时，可以融入抵制校园霸凌、保护环境、承担责任等内容进行研究，学生在掌握实践技能的同时，可以接触珍爱生命、承担社会责任等人文涵养，在潜移默化中形成正确的价值观，进而内化为个人独立的人格以及良好的行为习惯。通过这样的主题选择，不仅让学生拥有学习的目标，同时也能体现教师应用心理健康教育的能力，提高学生的人文境界，转变课堂教学体系。

（二）采用个性辅导，端正态度

我们都知道，每个学生在成长中出现心理困扰是不可避免的，如果没有进行正确的引导，则会导致他们偏离正常的轨道，致使他们出现诸多的心理问题，影响到他们的全面成长和进步。所以在实际的小学教育教学阶段，教师必须针对每个学生的心理问题，采用符合学生实际的个性化辅导策略，要及时的掌握相关的知识，拥有爱心细致性的观察，捕捉学生的心理苗头，帮助他们进行认真的分析，要做到动之以情晓之以理，引导他们总是心里的阴霾，让他们拥有自信心，克服各种困难，从中受到正能量的影响，这样才能端正他们的学习态度，塑造他们优秀的品质，促使他们能够自主自愿的接受知识和学习，能够正视自己的不足和缺陷。比如我们班上有一个男生，他特别胆小自卑，经过观察发现，他成绩差是因为内心拥有焦躁情绪造成的，再加上家长不理解经常批评他，所以导致他陷入到受挫的心理阴影之中。于是我利用课余时间经常与他进行交流，并在课上给他提供发言的机会，进行激励性的鼓励，渐渐的他对自己拥有了正确的认知，能够愿意倾诉自己心中的迷茫和困惑，同时他也能够勇敢的面对自己，在遇到问题时能够积极的进行应对。

（三）融入德育教育，塑造优秀情怀

进入新的教育教学阶段，心理健康教育与德育教育的实施进行密切的联系，全面进行规划和调整，让学生拥有正常的生活和学习规律，并定期组织实践性的活动，激发学生的热情，提高学生的道德修养，培养学生优秀的情怀，真正让学生拥有强大的资源和动力，显得十分重要。所以在实际的小学心理健康教育中，教师要真正意识到德育教育的实际意义，全面了解学生的内心需求，通过业余活动让学生体验生活，获得成就感和愉悦感。为此小学心理健康教育的教师，

可以根据本班学生的成长需要，定期组织社会实践活动，例如“我是小交警”、“我是清洁工”等实践活动，引导小学生进行社会角色体验和岗位锻炼，使小学生能够认真完成和履行自身所扮演角色的责任和义务，促进思想道德素质的完善和提升。

（四）构建良好氛围，丰富情感

从目前教育教学工作的运行机制来看，全员参与能够形成良好的心理健康，教育的氛围有针对性的进行引导，要利用家庭、学校多种教学资源，全方位的进行渗透，为学生提供丰富的阅历，让学生的情感世界充满生命力。所以在实际的小学心理健康教育工作中，必须通过不同的方式，构建网络平台，逐渐形成家校共育的良好环境，要形成活泼上进的氛围，加强与学生之间的交流，为家长传授更多的心理健康教育知识，促使家长更加积极的配合老师的工作，这样才能协调好与家长之间的关系，针对孩子成长中出现的问题，合理化的进行调整，要及时化解社会中的不良因素，能够为学生提供更有力度的支撑，让他们的情感世界更加精彩纷呈。比如学校可以针对家长对心理健康教育的掌握情况，成立相关的委员会，或者采用家长会的形式，为他们提供更多的帮助，让他们拥有正确的教养观。同时要引导他们积极的听取孩子们的意见，耐心的进行疏导，为每个孩子提供更多的情感资源，这样才能走进孩子的内心深处，赢得他们的信任和理解，为整体心理健康教育的实施，做好铺垫。

三、结束语

总的来说，关注学生身心的变化，知行合一，能够切实分析学生成长中的各种困扰，并作出及时的疏导，确保心理健康教育进入到全新的领域内。在此过程中，作为小学心理健康教育的教师，不仅能够意识到开展此项工作的重要意义，同时要通过上述策略，全面突出心理健康教育的重要性，用细致化的方法，把抗挫折的教育融入到学生的成长中，要认真的分析学生的成长状况，科学化的实施多元化的计划，引导学生调节好自己的情绪，紧锣密鼓的进行各种教学资源的运用，这样才能打造全新的氛围，真正为新时代的心理健康教育做出更大的贡献。

参考文献

- [1]潘晓敏, 蔡泽玲, 潘泽敏. 论中小学心理健康教育存在的问题及对策[J]. 科教文汇(中旬刊), 2019(09): 189-190.
- [2]孙剑. 将心理健康教育融合在小学德育教学中的经验分析[J]. 北方文学(中旬刊) 2019(3): 186, 188.
- [3]徐长春, 翟书芹. 小学生心理健康教育研究报告[J]. 中小学心理健康教育, 2019, 5: 20-23.