

浅析家庭教育对学生心理健康的影响

黎洪英

(广西梧州市苍梧中学 广西 梧州 543000)

【摘要】 高中生是学生成长发育的关键性阶段,其心理在此时期较容易受到外部环境的影响,学校教育环境、家庭教育环境等都会对高中生的心理造成较大的影响。本文首先分析当前家庭教育对中学生心理健康带来的影响,然后就此提出了一些解决的措施,希望能够有效改变这种不良状况。

【关键词】 家庭教育;高中生;心理健康;影响;对策

学生心理健康的发展不仅受学校环境、社会环境的影响,更要受家庭环境的影响。家庭是影响学生心理发展的重要因素。家庭是社会生活的基本单位,是人类生活中最主要、最普遍的社会组织。家庭是个人最早接受教育的场所,父母是孩子的第一任老师。因此,家庭教育是家庭在社会中履行最重要的功能之一,它对于个体心理形成、性格发展起着十分重要的作用。家庭中教育的观点、方式和方法,家庭成员的作风、习惯、品德修养,家长的心理品质、心理发展水平和个性、性格特征都深深地影响孩子的心理健康。家庭对学生心理健康的影响因素主要有:家庭结构(特指不完整家庭)、家庭教育方式、家庭环境、家长的心理健康水平等。

1 当前家庭教育的现状

1.1 过分强调学习成绩

父母对孩子的现状不满,过分期望,大多数家长都希望孩子读大学,最好读研究生、博士生。从不考虑孩子的能力,愿望和适应性,一味追求孩子的学习分数,对想法和做法一贯持反对态度,抓住孩子一点毛病,就训斥没完。

1.2 缺乏沟通

父母不了解孩子的需要、动机、兴趣、能力、个性和适应性等,不了解孩子的情绪和心情,不考虑孩子具体情况,对孩子的合理要求也不予满足,不支持孩子的兴趣和爱好,限制不多。

1.3 缺乏榜样作用

父母以身作则的示范作用严重不足,部分家长只要求孩子不停地学习,而自己却经常沉溺在麻将桌上或半夜才回家,甚至夜不归宿。

1.4 宠溺型

父母过于感情用事,对子女的态度关心过度,百依百顺,盲目娇惯孩子,孩子做错事也不批评,把一点优点总挂在嘴上,表扬不停。

1.5 暴力教育

父母教育子女方法简单,不够耐心、科学,常以训斥代替思想教育,不管对错都是错,从不听孩子的解释,从不给孩子沟通的机会。

2 解决当前父母教育方式的措施

2.1 充分抓住学生身上的闪光点,加强信任感

由于高中生已经逐渐成熟,并且在青春期背景下的学生都比较有主见,在人前有着强烈的自尊,因此在实际生活和学习中,家长应该尽可能避免将孩子和同事家孩子、朋友家孩子进行对比,特别是不要当着孩子的面说谁家的孩子考上重点大学,谁家的孩子更优秀,并且对自己的孩子进行责备,这种情况的出现很容易对学生的逆反情绪进行激发。有的孩子学习成绩低下,并不是因为其智商低下,往往是因为家长给孩子灌输的心理压力过大。还有一些家长会在孩子的面前放大自己的情绪,比如生气或是失望,不管是表情还是声音,对于成绩不满意的孩子来说,无疑是更大的心理压力。比如在2013年,马元培考上北大的事件就值得我们深入研究和分析,马元培的家长做的非常出色,其实在高三模拟考试,孩子的成绩经常滑出四平地区的前十名,无论是教师还是家长其实都是很着急的,但是妈妈虽然内心紧张,在表现上仍然十分淡定,说我对我自己的孩子有信心,她心里有数,并且经过这么多次考试的磨练,我的女儿给我最大的惊喜就是自身心理素质的强大,如果咱们对她进行批评,一定会对她造成心理负担,

所以不如放手,让孩子自己应对。同时事实也证明,这匹高考黑马的发挥异常稳定,最终更是如愿考入了北京大学。通过这一案例的研究,家长也应该认识到,很多时候,家长的鼓励和信任才是孩子自信的武器,对于孩子迷茫时也将起到很有效的引导作用。

2.2 对作息进行有效调控,引导孩子进行劳逸结合

正处于青春期的孩子有着较为强烈的好奇心,比较贪玩,特别是当前正处于信息时代,因此大多数学生都比较迷恋手机和网络。比如在2014年考入清华大学的李成昊同学,在一次和妈妈的交谈过程中,就知道孩子在生活中比较喜欢看漫画,偶尔打打游戏,在高一的时候写完作业就打游戏,在学校的下课时间就会看漫画,家长不止一次的为这一问题与其进行争吵。在很长一段时间内,母子之间的关系十分紧张。后来由于很长一段时间内孩子的成绩都无法得到有效突破,所以家长就和孩子进行沟通,比如每周六和周日都可以玩两个小时的游戏,每天有一个小时的休闲时间。在有效的沟通下,孩子在心理上也能接受,有效实现了对作息时间的有效安排,孩子的成绩在后期更是稳定提升,母子关系更是得到了大大的提升。因此这也要求家长们平时多研究和探索一些适合孩子的沟通方式,这不仅能够帮助孩子实现劳逸结合,同时对于学习成绩的提升也将起到十分重要的帮助。

2.3 心理压力高度集中的阶段,要对孩子进行更为积极和正确的引导

十二年的漫漫求学路,都会在高考过程中见分晓,某种程度也将对孩子的一生造成影响,所以越到高二的后期学生就会有着越大的心理压力,很容易出现焦躁和不安的情绪。这个过程中,学生越是耍脾气,家长越应该予以理解,在高三特殊的阶段,家长就应该化身一个出气筒,成为孩子情绪的回收站。在2013年四平地区的高考状元薛书豪就是一个典型的案例,但是在平时的学习环节中也能想象到其压力之大,因此在高三的后期阶段,她很抵触听课,在教师讲课的时候,她经常将目光放在窗外,生活中对于各项活动的情绪也并不高,家长和教师察觉到问题后,都主动找她谈心,尤其是她的爸爸,每天晚上放学都会主动来接她,和她散步,讲述一些和学习无关的事情,帮助她放松,后期爸爸更是和班主任沟通,如果她出现情绪低落的问题就直接让她回家调整,在一段时间后,孩子的状态逐渐回升,成绩也一次比一次好,最终更是在高考中一举夺魁。所以在学生心理压力高度集中的过程中,家长更需要对孩子提供正确的引导,帮助孩子找回状态和自信。

3 结束语

综上所述,中学阶段对学生心理健康教育是一件十分重要的事情,家庭和学校都应当对此引起高度的重视。尤其是家庭教育,这是学生接触社会认识社会的起点,对学生身心的成长有着非常大的影响,更加应当重视教育的方式。在教育中应当加强与子女的沟通交流,注重对学生个人能力的培养,减轻对他们心理上造成的压力,并为他们营造出一个良好的家庭环境,促使他们的身心能够健康成长。

参考文献

- [1] 朱筱娟. 浅谈家庭教育对学生心理健康的影响. 才智, 2014.36.175.
- [2] 李盈盈. 浅谈家庭教育对学生心理健康的影响. 赤子(中旬), 2014.02.150.