

小学生心理健康教育策略的有效性探究

姜永娟

(九台区上河湾中心小学 吉林 长春 130515)

[摘要] 心理健康教育作为学生素质教育中的重要组成部分,老师对小学生的心理健康教育程度,关系到小学生在学习生活中,能否建立起优秀的心理素质和完善的人格。本文通过讨论小学生心理健康教育的重要作用,从而对小学生心理健康教育策略的有效性进行积极探究,旨在帮助小学生能更好的成长。

[关键词] 小学生;心理健康教育;教育策略;有效性

0 引言

新课程实施以来,各所学校慢慢重视起对学生的素质教育,并不断地探索前进方向。在小学校园里,加强心理健康教学活动的开展,帮助小学生培养健康的心理状态和优秀的思想品质,是小学老师目前的重要任务。在实际教学中,老师要全面了解心理健康教育的实际意义,将其作为小学教育中重要的一环,在各种活动中科学引导学生,增强学生的心理承受力,帮助学生健全自身人格。

1 小学生心理健康教育的实际意义

小学生的思想较为单纯,更易受到外界环境的影响,从而形成不同的行为方式,大部分学生的学习与生活习惯都是在小学阶段形成的。因此在小学阶段进行心理教育是对小学生的支持和帮助,让小学生能选择正确的学习生活习惯,有一个强大的内心,每天都能精神饱满的面对生活,从而对自己的人生产生有利的影响。同时,小学生因为成长环境各异,家庭教育也各不相同,因此,他们在校园中表现出的性格与学习精神有很大的差距,为了对全体学生进行良好的教学工作,老师有必要在尊重学生个性化发展的基础上,对其展开心理健康教育,让学生能认识到学习的重要性,并形成自身正确的道德观念,丰富小学生的心灵世界,让小学生慢慢拥有辨别是非的能力,从而在遇到挫折时能选择正确的道路走下去。最后,小学生在学习过程中偶尔会出现焦虑、厌学等心理,及时的进行心理健康教育,能有效避免学生厌学情绪的发生,老师通过引导学生释放学习压力,解除焦虑情绪,来培养学生强大的内心。

2 小学生心理健康教育策略的有效性实施

2.1 家校合作,建设文明氛围

外界环境作为影响孩子性格特点的主要因素之一,对小学生的心理健康教育,首先就要改善他们所接触的社会环境,学校与家庭首当其冲,对孩子的身心健康有重要意义。首先,校园环境的影响。作为小学生学习阶段的主要场所,学生要在学校里学习、玩闹、与他们接触交流,繁杂事物的发生,都会在小学生的心理留下深刻的印象,从而影响小学生性格与观念的形成。所以,从小学校园整体出发,建造出文明和谐的校园环境,一方面能让学生在优美的校园景观中形成开朗的性格,另一方面也能在潜移默化中带动学生的文明风气,都说什么学校出什么样的人才就是这个道理。其次,家庭环境的影响。家庭作为孩子最初受到教育的场所,家长对孩子的思想品质塑造有很大的责任,因此在开展心理健康教育时,老师要与学生家长积极沟通,让家长严格自身行为,给孩子展现出积极健康的一面,从而让孩子在家长的关心和爱护下形成正面善良的人格。家庭和校大环境下文明氛围的建立,能有效提高对小学生心理健康教育的效果。

2.2 开展多样的心理健康活动

对于小学生的心理健康教育,不能像对待高年级学生一样,通过授课、看视频等方式自发性吸收优良道德传统,老师要根据小学生好动好玩的特点,开展多样化以学生参与为主要方式的心理健康活动,让学生在欢乐有趣的活动中,通过自身参与来体会正确的思想品质,从而帮助学生建立科学的价值观念,让学生能正确对待学习生活,身心健康的发展。在实际的教学开展中,游戏、教学实践活动或者辩论交流活动等都能引起小学生的好奇心理,有效展开心理教育。老师可以带领学生多参加一些交流活动,交流是学生最好的老师,能让学生获得他人的思想,并表达自身感受,丰富学生自己的思想内涵。例如,老师带领学生参加“文明校园从我做起”的校园活动,让学生了解文明校园的基本概念,并让学生各自发言,与他人讨论怎么做才能建设优秀的校园环境等,帮助学生在聆听与交流中明确正确的学习方式,从而指引学生在正确的生活理念下健康的成长。

2.3 从感恩教育出发,帮助学生形成优秀品质

感恩是人们生活中必须具备的素质,也是对小学生开展心理健康教育中的首要教育目标,作为中华传统美德,感恩对学生精神面貌的良好展现有重要意义,只有让学生认识并具备感恩之心,学生建立完善的人格才算进入起步阶段,也更容易使学生接受老师的引导,从而具备更多的优秀品质,从而帮助老师更好的开展心理健康教育工作。在小学教学中,老师要利用教学活动锻炼学生间的配合与共赢关系,让学生能认可同学,与同学共同努力;同时,老师要以关心的心态与学生进行交流,通过沟通理解学生,建立师生间融洽的和谐氛围;最后,老师也要对学生布置些与家长互动的活动,让学生为父母做点事,在实际体验中获得劳动的快乐。例如,老师可以让学生在回家后,通过扫地或收拾房间的方式做一件家务,并与家长做好沟通,让家长对学生的劳动给予肯定和鼓励,使学生感受到劳动的乐趣。老师在对学生的心理健康教育中,培养学生对老师、同学、家长的感恩之心,能让学生更加自信,在于他人交往中获得优秀的思想品质。

3 结束语

总而言之,随着社会经济的高速发展,各种新事物的出现都对小学生造成了不同程度的诱惑,因此,学校积极开展小学生的心理健康教育,能帮助小学生坚守本心,形成正确的思想品质与完善的个性人格,从而帮助小学生在以后的学习生活中健康的成长。

参考文献

- [1] 邵立杰. 小学心理健康教育教师自我发展的内在因素探究[D]. 渤海大学, 2017
- [2] 林颖菁. 小学生心理健康教育的有效策略分析[J]. 中华少年, 2017: 4.