

小学心理健康教育存在的问题及方法途径研究

占小芳

江西省抚州市临川区第八小学

[摘要]当今社会的快速发展带来了各种各样的心理问题,比以前多得多。小学学生面临巨大的变化的世界里,自己的经验不足,身心发展不完善,面对各种各样的问题,他们不会处理,会面对各种各样的风险,所以需要老师家长的引导。在素质教育的影响下,小学教育逐渐开始注重学生综合素质的培养,并将学生心理健康置于教育的重要地位。而当今小学阶段的心理健康教育还存在各种各样的问题,需要进行加强或改进。

[关键词]小学; 心理健康; 健康教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.02.629

今天,越来越多的人重视心理健康教育,学校也不例外,尤其小学生还处于教育的初级阶段,世界观、人生观和价值观等才刚开始形成,为了进一步提高小学心理健康的质量,促进学生的多方面发展,需加强小学心理健康教育。小学逐渐开始注重培养学生全面质量,并将促进学生全面质量作为教学的首要目标。在素质教育的不断推行下,小学心理健康教育变得非常重要,但也存在很多的问题,需要更加完善。

一、小学生心理健康教育存在的问题

(一) 学校对小学生心理健康教育还不够重视

如今的小学学校存在这样一种问题,就是部分学校的心理健康教师长期不在职,是以兼职的形式进行教学。很多时候学生有心理健康问题基本是通过班主任去解决,而班主任并不是专业的心理健康教师,对于学生出现的心理问题,没有办法以专业的方式方法去进行解决、沟通。这样很容易使学生接收不了正确的心理宽慰和指导方法。很多小学生不愿意主动和家長、老师沟通心理问题,导致很多小学生的心理问题没有得到解决,甚至变得更加严重。还有些学校只重视主科学习课程的进度,并不在意学生的心理健康教育,致使小学生的心理健康问题得不到很好引导。

(二) 小学心理健康教育的教师不够专业

如果对孩子的心理健康教育是真正有用的,那么就应该建立一个专门的小组。我的国家有很多关于心理健康教育的信息。科学不仅仅是知识理论上,我们也要自己学习自己练习。各小学可以与当地高校展开积极合作,邀请一些心理健康方面的专家院士定期来学校开讲座等。在实践中,我们必须以不同的方式对待不同的学生,不可以以偏概全,只针对某些特例做研究。要学习更多更全面的方式方法才能更好地对小学学生进行心理健康教育。只有这样,才能培养学生的信任,只有获取了这种信任学生才能告诉老师内心最真实的想法,才能使我们去更好的教育学生。

(三) 家长重视度作低,缺乏家校合作

环境非常影响人心理健康,尤其小学生在进入学校之前,首先受家庭因素的影响,受父母的影响,影响他们的人生观、世界观和价值观的形成,所以家庭和学校共同合作来促进小学生心理健康的教育是至关重要的。现在尤其乡镇学生,很多家长都外出打工,家里靠年迈的爷爷奶奶,姥姥姥

爷之类的亲人照顾孩子,本身孩子没有经常在父母身边就容易出现心理问题,加上很多父母都不重视孩子心理健康的教育,导致乡镇的孩子更容易出现心理问题,这里的学校可以经常性地通过家访来了解孩子的家庭情况,这样更能深入了解到学生会出现的心理问题,以及已经出现的心理问题的原因。也可以召开有关于小学生心理健康教育的家长会,让家长也掌握关于心理健康教育的一些教育方法,教育理念,这样就可以更好地在家里去了解孩子,解决孩子的心理问题。如今国家非常重视学生心理健康教育,那么关于小学生的心理健康教育这样一个初级、基础阶段就更应该重视起来。有条件的情况下,学校可以建立专门的协调机构来协助家校合作,这样就有一个专业的机构更好的指导家长和学校对小学生进行心理健康教育。这样的情况下会有一些可靠的学者和专家去协助、引导家校合作,引导老师和家长更深入地了解到学生实际的心理健康情况,也可以更好地解决家校合作过程中出现的问题或者矛盾,以此来提升心理健康教育的家校合作效果。保障小学生心理健康,要充分调动家庭资源,建立学校、家庭、社会合作的一套心理健康教育体系,共同负责儿童心理健康。学校的心理健康教育发展离不开父母的重要力量,由于学生的教育程度和机关观念的影响,学校与学生家长应寻找协同效应。家长对学生的心理健康的认识不够深不够正确,家长更加关心孩子的心理健康有利于小学心理健康教育的提高。

(四) 心理健康课被其他课挤占

由于本身学校就更加重视主要课程的进度而忽视了心理健康教育。所以在各个学校中经常会有心理健康课被其他课挤占的情况发生。而大部分的学校都是两周上一次心理课,课时本来就少,但通过调查显示即使是这样为数不多的课时也经常会被其他主科挤占。

二、小学生心理健康教育的方法策略

(一) 加强家校合作,共同推进小学生心理健康教育

为了保护学生的心理健康,我们应该积极起来,积极调动家庭资源,建立起一个比较完善的心理健康教育体系,让学校、家庭和社会团结起来,共同合作,对小学生的心理健康负责。家长是学校心理健康教育中非常重要的力量。由于受教育程度的不同以及教育观念的差异,父母有不同的心理特征,父

母又会影响到孩子。所以要从提高家长心理健康认知的角度出发,学校应与家长寻找协调点,提高学生心理健康教育的质量。例如,学校可以组织家长活动,帮助家长建立和谐的亲子关系。可以组织一些亲子活动,增进家长和孩子的关系,使感情升温。孩子也可以学到东西。比如摘草莓活动、野餐活动、爬山比赛等,比赛形式的活动既可以使孩子活动起来也可以加强家长与孩子之间的沟通与合作。学校还应当努力营造良好的家庭心理环境。学校可以与社区委员会和其他基层社区组织合作作为家长提供关于心理健康的定期培训,也为家长们提供关于孩子身体和心理发展的常识。

(二) 开展小学心理健康教育活动课的有效途径

可以用童话或者是寓言来培养学生们良好的心理素质。童话和寓言简单易懂,故事里面的主角栩栩如生,充满了小学生所喜爱的情节,小学生对其兴趣浓烈。此外,童话和神话可以通过使用有代表性的图片传播儿童生活中真实的事件和主流社会的正确的人生观、世界观和价值观。所以,教师可以根据学生的属性不同年龄和价格,选择故事和传说,选择国内或者国外的故事来培养小学生的心理素质,培养毅力、乐观、诚实和独立。

(三) 利用有效的互动活动增强小学生的心理健康教育

1. 角色扮演。换句话说就是学生扮演不同的角色,学生根据自己的需要去分配角色,这样环境就会改变了,在不同的社会环境中学习社交技能。在角色扮演在这样的活动中学生既可能被调到起来积极性也能学到教育心得。比如模仿老师的角色或者父母的角色又或者是现实世界中其他的有教育意义的角色,在那样的情境中可以释放隐藏的情感,克服精神上的困难,展示最真实的自己,能让家长和老师了解到孩子内心的情绪想法,继而能有效预防或改善孩子的心理健康。

2. 认知方法。此方法以学生的认知、想象力、思维和其他认知活动为基础的,以达到活动的目的。由于小学生是活跃的、活泼的,认知思维丰富多彩,过于感性,缺乏理性。年龄特征决定了初级课程的灵性,小学心理健康应该是多变的、放松的、充满活力的。在这些活动中,让孩子更多的尝试整合音乐、艺术、舞蹈、表演和其他艺术来防止学生感到无聊。让孩子在活跃的过程中充分展示自己的内心。

(四) 营造良好的校园氛围

1. 学校精神和班级精神。好的校风不仅是对师生的一种无形的感召力,更是一种凝聚力。能增强小学生的集体意识,正确履行义务,行使权利。在这种氛围中,小学生的心理在潜移默化的影响下得到了健康的发展。班级集体是小学生在学校学习和生活的基本单位,也是小学生完成社会化过程的重要条件。如果课堂上存在一些不利于学生发展的因素,就会对学生产生深远而持久的负面影响。在学校,一些小学生在班级中的地位较低,长期被忽视或排斥,容易形成严重的自卑情结、敌意和回避倾向,可能导致学生之间的沟通障碍和紧张。个别班

级存在不健康的小团体和严重的欺凌行为。如果教师不能及时发现并解决这些问题,很可能导致学生产生紧张、恐惧等不良情绪,导致进一步的困惑。最后,无论是欺负别人的学生还是被欺负的学生都会形成一些不好的人格特征,如傲慢、欺凌、懦弱、虚伪等。

2. 物质环境。很多物质都影响学生的心理健康的发展,包括学校卫生、校园自然环境、教育和卫生设施是教育基础。良好的健康环境不仅能让学生感到幸福和安全,还能激励他们去爱和建造他们的学校、维护其公共设施、培养出良好的社会伦理,并为学校感到自豪。事实上,心理环境是学校精神的内在表现,包括人际关系、信息环境、组织环境、情感环境和公众意见环境。在学校中创造一个心理健康的环境,是心理健康教育的基础。

3. 校园主环境建设。优质教育应当有一个一流的环境建设,这是教育心理建设的主要任务。学校的主环境看起来应该像一个清新的外表,尽可能反映出“干净,明亮,漂亮”的风格。在一个绿色的环境中建造大量的建筑物,这样学校就可以有像花园般风格的教室,种植一些花朵和其他植物,茂密的树林、竹子、绿草地都成了学生的景观。

(五) 建立完善心理咨询室

学校建设心理咨询室是构建和谐校园的基本保障。学校是社会的一部分,它也需要和谐,而建立专业心理顾问空间是构建和谐校园的最基本保障之一。不管老师或学生都有多数的人在心理健康上存在一些问题,通过心理辅导,可以有效减轻心理压力,所以小学生也需要这样一个咨询室,能更好地化解心理危机。

三、结语

目前中国正在进行的心理健康教育面临着心理健康老师片面了解心理健康老师及缺乏心理健康老师的问题、心理健康教师队伍薄弱、缺乏专业知识及地区差异,城乡心理健康教育的发展极不均衡导致过大的心理健康教育问题,导致很多小学生在问题上逃避心理辅导。老师们应该的方向应为学生帮助加强和建立良好的人际关系。父母也应该与学校的教师积极合作,只有家庭和学校合作才可以帮助学生健康、快乐地成长。

参考文献:

- [1] 余容. 小学心理健康教育问题的研究与解决策略[J]. 华夏教师, 2019(34): 95-96
- [2] 李云梅, 黄霞. 小学心理健康教育中的家校合作[J]. 林区教学, 2016(08): 109-110.
- [3] 沈沛. 游戏辅导在小学心理健康教育中的应用[J]. 西部素质教育, 2017, 3(03): 187.
- [4] 田慧. 小学心理健康教育中的家校合作策略解析[J]. 科学大众, 2019(06): 75