

小学生心理健康教育现状及其对策研究

聂明雪

丰城市泉港中心小学

摘要：当前随着社会的快速发展，小学生所接触到的事物越来越多，并且其学习了解新鲜事物的渠道越来越广，在这种现实社会背景下小学生的心理健康教育就越来越受到全社会范围内的广泛关注与重视。当前我国小学阶段教育中心理健康教育的开展情况却不太尽如人意，因此本文研究中重点对小学生心理健康教育开展现状进行研究，深入挖掘当前产生心理健康教育问题的原因，并有针对性的提出促进心理健康教育发展的对策和建议。

关键词：小学；心理健康；对策

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.04.218

一、研究意义

（一）理论意义

随着社会的快速发展，小学生接触到的信息日益增多，他们获取知识的渠道也更为广泛，这种现实背景下，心理健康教育的作用被全社会广泛关注和重视。该论文分析了小学阶段心理健康教育的现状，挖掘了心理健康教育中存在的问题，并对这些问题的原因进行了剖析，从而为心理健康教育的改进提供了理论依据和框架。它不仅指出了现行教育中的不足，如忽视个性化教育、方法的随意性以及观念能力的不均等现象，而且从多个角度提出了解决策略，这对于理论研究领域的深化有着不可忽视的贡献。

（二）实践意义

本研究认为心理健康教育是小学教育中不可或缺的一部分，它对于优化班级管理、提升学生心理健康水平具有显著影响。然而，尽管国家对心理健康教育投入了大量的关注和资源，实际教育过程中仍然存在着诸多障碍，这些问题严重阻碍了学生心理健康的发展。因此，本研究的实践探索具有指导性，它不仅仅是针对丰城市泉港中心小学的调查研究，更具有普遍性，提出的对策和建议能够推动心理健康教育在全国范围内的实施和改进。

二、对丰城市泉港中心小学心理健康教育的现状

（一）基本情况

研究过程中为了更加深入地了解和分析当前小学阶段心理健康教育开展的情况，选择了问卷调查的方法。为了更有针对性的了解到其中存在的主要问题，本文制定了两套不同的调查问卷，分别针对老师和学生两个不同的群体，从而能够从不同的群体中了解到有关心理健康教育开展现状的实际情况。

（二）小学生心理健康教育现状分析

调查选择江西省丰城市泉港中心小学学生和教师作为调研对象。

在调查开始之前，首先通过在知网、维普及万方等学术性网站以“小学”、“心理健康”、“心理健康教

育”等为关键词进行检索，学习已有研究成果的成熟研究方法和经验，借鉴其在调查中所用到的调查问卷，初步制定了本文调查研究中的调查问卷，在与论文指导老师沟通交流后进行了问卷预发放工作，在丰城市泉港中心小学中共发放问卷100份，其中回收100份。通过对回收预发放调查问卷进行统计分析，进一步完善调查问卷，对调查问卷做出修改，最终在老师的指导下确定本文调查的正式调查问卷，并通过了信效度检验。

下面对问卷调查结果进行分析，了解到超过20%的教师对心理健康教育的开展持有满意的态度，而同时也有21%的教师表示对心理健康教育的开展并不满意，其他的教师对于该课程的开展保持中立的态度。然而在展开深入分析时，可以了解到该问题主要是由于大多数教师并不具备专业的心理健康教育技能。同时，在该课程的学习中，对于学习成果的检验仍然以书面考试为主，并不会充分考虑学生的具体学习情况。

通过对问卷调查结果进行分析，可以了解到教师对于心理健康教育的开展引起了高度重视，因此教师具有较高积极性，充分促进了小学心理健康教育的开展。尽管如此，但在实际的心理健康教育开展中却出现形式主义的问题，严重影响着心理健康教育的开展效果。

而学生在参与心理健康教育的过程中并没有充分适应新类型教育的有关内容，更多地停留在基础知识科目的学习中，并不能积极主动地加入到教学工作中。在实际的教学过程中，大多数学生之间交往是比较正常的，但是也有的学生受到多种客观因素的影响而产生自卑的心理。

三、丰城市泉港中心小学心理健康教育存在的主要问题

（一）重视心理教育的社会化功能，忽视个性化功能

通过对问卷调查结果进行梳理，了解到当前小学教育阶段在开展心理健康教育的过程中存在重视心理教育的社会化功能，忽视个性化功能的问题。当前不论是农村地区还是城镇地区小学在教学工作开展中都设置了心

理健康教育课程，但是其开展效果并不好，本文研究中认为造成该问题的重要原因是当前大多数小学开展心理健康教育课程更多的是为了应付教育部对各级学校的要求，而不是真正从自身角度出发，从促进小学生心理健康水平提升的目的上做起的^[7]。

因此当前我国小学在开展心理健康教育课程的过程中更多的是为了促进社会的进步与发展，希望能够实现对小学生的全面培养。在这种教育目标下，学校开展心理健康教育更多的在内容上也是有所侧重的，更多针对社会影响方面的内容制定课程内容，因此就不能保证心理健康教育课程的多样化和个性化。也就及其容易导致学生创新能力发展受到较大的限制^[8]。

不仅如此，当前心理健康教育课程过度重视社会化功能，甚至会影响学生全面成长与进步，不利于开拓学生的思维，容易导致其思维能力固化。

因此，在本文的研究中认为尽管心理健康教育的发展是为了更好的促进社会的进步与发展，也是推动心理健康教育开展的最终的和最重要的目的。但是在推动心理健康教育的发展工程中也不能忽视学生个体间的差异，应当充分尊重学生差异化的发展，还需要注重塑造学生们自己的特点与个性^[9]。

（二）心理教育随意性现象大量存在

通过对问卷调查结果进行分析，还了解到在当前心理健康教育开展过程中存在极其严重的心理教育随意性现象大量存在问题。该问题能够从诸多方面予以展现，比如对课程以及活动的不重视、教育不能够形成完整的体系的体系和系统等问题。

首先表现在农村地区，农村地区相较于城镇地区而言，经济方面较为落后，家长由于自身条件的孩子在孩子的成长过程中更多的重视孩子的学习能力，而对于孩子的心理健康状况却并不关心。

其次，心理教育的随意性不仅仅体现在学校层面，同时学生自身对于心理健康教育的开展也有较大的随意性，并没有充分认识到心理健康教育的重要性，甚至对老师和学校教学行为的开展产生反作用^[10]。

（三）心理教育观念和能力参差不齐

在调查中还了解到，当前小学阶段心理健康教育过程中还存在非常严重心理教育观念和能力参差不齐的问题，这是由于在不同的区域有不同的风土人情所导致的。正是受到了风土人情的影响，不同区域学校在开展心理健康教育的重视程度上也存在很大的差别。从学校层面上来说，有的学校对于心理健康教育的认识程度就远远不够，因此在心理教育开展中就会投入较少的精力和财力^[11]。虽然其在工作开展中能够响应教育部剔除的心理健康教育课程开设要求，但是该门课程却不能提升孩子的其他学科学习成绩，因而就更减少了学校开设该门课程的热情^[12]。

四、小学生心理健康教育存在问题的原因分析

（一）自身原因

小学阶段的学生正处在身体和心智成长的关键时期，在该时期正是孩子们树立正确的人生观、价值观的关键时期。他们并不能明辨是非，因此在成长过程中需要家长和老师对其加以引导。小学阶段的孩子由于年龄、成长发育情况等因素的影响，在面对学业加重、老师批评等方面的压力时就会给孩子心理方面带来较大的负担，如果不能及时为孩子进行疏导，将对加重其心理健康方面的问题，不利于孩子心理健康发展。这种问题的出现在农村地区更为明显，这也是与农村地区有更多的留守儿童原因所致，在这种情况下就应当对这部分学生进行重点关注，及时解决他们在学习与生活中的困难，给予他们心理上的更多关爱，避免形成心理上的问题。

并且在调查中了解到，有些学生并没有充分认识到心理健康教育的重要性，在学习生活过程中更加关注自己平时的娱乐休闲，没有形成参与心理健康教育的良好意识，因此其在空闲时间宁可打游戏、看电视，也不愿意进行心理健康教育方面的学习。

（二）家庭原因

家长是孩子的第一任老师，在对孩子心理健康教育的过程中同样发挥着非常重要的作用，而通过本文的调查了解到在当前我国家庭教育的开展过程中却是存在着很大的问题的。通过对当前存在的主要问题总结和梳理，可以将其具体分为两个方面。

第一方面，当前农村地区在家庭教育的开展效果上存在非常明显的问题，这是由于农村地区经济发展情况导致的。农村地区家长有很多外出打工的情况，因此他们很少回家，也就存在了大量的留守儿童，他们平时对于孩子的成长情况却并不能及时的掌握和了解，有些只是简单了解孩子的学习情况，甚至有些家长对于孩子的情况不闻不问，甚至不知道自己的孩子上几年级。

大部分的留守儿童交给家里的爷爷奶奶照顾，这也对于孩子的成长带来了非常严重的阻碍。爷爷奶奶在孩子的成长过程中只会关心到吃穿冷暖问题，而对于促进孩子的全面成长方面却并不了解，更不了解心理健康情况。这种隔代教育严重阻碍了孩子的全面成长，甚至纵容孩子错误行为的发展。

当然，大多数家长对于孩子的成长是非常关心的，但是尤其农村地区家长在教育孩子方面却并没有成熟的经验及完善的理论基础，因此其在教育孩子方面也是存在很大的问题的。比如，有不少的父母过分的告诉学生自己的一切都是为了孩子，自己吃了多少苦受了多少罪，因此孩子们应该努力学习。

家长这种不正确的教育方式不仅不能够促进孩子的健康全面成长，甚至会孩子的成长与学习带来巨大的

压力。

（三）教师原因

在本文的调查中还了解到当前教师年龄结构上存在较大的欠缺，尤其在丰城市农村地区教师年龄结构偏大，50%以上的老师为45岁以上教师。并且在教师编制分布情况进行统计，了解到大多数教师编制在农村地区学校，占到了总编制数的68%。而农村编制中又有很大比例的年轻教师，年轻教师在教学工作中却并没有充分发挥好年轻人的优势，通过对这一问题进行深度研究了解到大多数年轻教师不愿意一直待在农村，这就导致了其在工作中并不会对孩子的心理健康过度重视。而实际的教学过程中却存在一部分问题学生，对于这部分学生应当给予充分的重视，如果不能进行正确的心理健康教育则会严重影响其正常全面的成长。

五、加强丰城市泉港中心小学小学心理健康教育的对策建议

（一）大力推动素质教育高质量发展

为了更好的促进小学心理健康教育的发展，首先应当从制度层面上加以约束。通过对历史发展的经验进行总结，在制度层面做出努力必须从上到下一同努力，但是该过程见效却比较慢。

当前我国虽然已经大力推行素质教育，但是受到传统应试教育观念的影响，我国教育的改革仍然存在较大的难度。人们心中始终有学习是唯一的出路这种错误的观念想法。而想要改变这种思想的方法，那就是扩展学生和家长的视野，努力发展素质教育。为了更好的促进该政策落地见效，教师应当多与家长进行沟通和交流，告诉学生和家长，每一个孩子都是与众不同的，有各自不同的闪光点。

与此同时，学校在开展工作的过程中应当完全按照上级教育管理部门的要求，大力推动素质教育高质量发展，注重孩子的全面发展，同时也应当将孩子的身心健康发展放在重要的位置。

（二）树立健康的价值观和世界观

为了更好的促进小学生心理健康教育的发展，也应当从小学生个人层面下功夫。在调查中了解到存在一部分学生认为上学压力是非常大的，并且在学习过程中想要取得优异的成绩，但是无论怎样努力，却并不能取得满意的成绩，因此这种问题的存在往往导致孩子对自身的不信任。

在这一个时候，父母和老师都应该给予孩子多一点关心，除了在吃穿住行上的关心之外，对于学生的想法、志向以及所做的行为都要进行充分的关注。给予学生鼓励，并且提出一些实用的方法来帮助孩子。

还了解到有一些孩子并没有充分认识到心理健康教育的重要意义，片面的认为这种教育的开展是没有任何作用的，因此在听课时也并不会认真听，从而你并不能

保证心理健康教育课程的开展效果。这个时候，对于老师就提出了更高的要求，在上课过程中要能够尽可能地关注到更多的学生。特别是对于孩子的逆反心理，一定要帮助他们树立更健康的价值观和世界观，才能够帮助学生走出自己的心理阴影。

（三）发挥家庭层面的重要作用

在促进小学生心理健康教育发展的过程中应当充分发挥家庭层面的重要作用，家长作为孩子的第一任老师，在促进小学生心理健康教育发展的过程中发挥着不可忽视的作用。

首先，家长在促进孩子心理健康教育效果提升的过程中，应当首先引导孩子们树立起正确的价值观念，让孩子充分认识到学习心理健康教育只是的重要性。并且家长也要加强在心理健康教育方面的学习，掌握教育孩子心理健康知识的方式和方法，从而才能够教育开展的过程中更好地实现和老师的密切配合。

其次，在小学生心理健康教育的开展过程中也应当重视孩子独立性的培养。当前存在学生过度依赖家长的问题，因此要彻底改变这种状态，要充分发挥孩子的主观能动性，促进孩子个性的发挥，只有这样才能够更好地促进孩子自理独立能力的提升，才能够有更强大的内心。

结语

心理健康教育在小学阶段教育的开展过程中成了重要的教学内容，对于促进小学生班级管理以及提升小学生心理健康水平发挥了非常重要的作用。尽管当前我国大力推动心理健康教育的发展，但是在该门课程的开展过程中仍然存在很大的问题，对于小学生心理健康水平的提升产生了极其严重的副作用，阻碍了其心理健康发展。因此，在小学生的实际成长与学习过程中，应当更加重视他们的心理健康教育情况。为了更好的提升小学生心理健康水平，应当首先从解决小学心理健康教育中的问题出发，有针对性地提出促进心理健康教育水平提升的对策和建议。

参考文献

- [1] 曲坤. 心理健康教育在小学班级管理中的应用[J]. 中国校外教育旬刊, 2021(11): 69-69.
- [2] 茆长瑞. 目前班主任优化小学班级管理的措施分析[J]. 启迪与智慧: 教育, 2021(12).
- [3] 李春华. 简述心理健康教育在小学班级管理中的运用[J]. 现代妇女: 理论版, 2021(4).
- [4] 李强. 新课程背景下小学班级管理的创新研究[J]. 吉林教育, 2022(1): 384-384.
- [5] 王万顺. 新课程理念下的小学班级管理[J]. 赤子: 上中旬, 2021(10): 151-151.
- [6] 徐元祥. 当前小学班级管理实践中存在的主要问题及对策[J]. 教育教学论坛, 2020(21): 161-161.