

小学生常见心理与行为问题及教育措施分析

王学鹏

广西玉林市陆川县沙坡镇高庆小学

摘要:小学生处于身心发展的关键时期,此阶段的教育会对学生一生带来影响。心理素质作为学生综合素质形成的基础,良好的心理教育能够帮助学生塑造健全人格,获得综合素质的发展。对小学生来说,独立性没有很强,过于依赖父母,缺乏知识与经验,进而导致很难明辨是非,容易存在心理与行为问题。而做好学生的心理健康教育工作,对促进学生心理素质、智力素质以及健康素质,提高自信心以及上进心,具有重要作用。基于此,本文主要对小学生心理健康的意义进行简要叙述,分析小学生的常见心理与行为问题,并深层次探究小学生常见心理与行为问题的教育措施,旨在通过采取多元化措施,使得学生在更加良好的氛围中成长,获得身心健康发展。

关键词:小学生;心理素质;心理与行为问题;教育措施

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2024.09.005

引言

在当前素质教育不断推进的背景下,学生的心理与行为问题已日益引起教师的关注。然而,针对小学生的心理健康问题,所给予的关注度尚显不足。事实上,很多小学生在学习、人际交往以及家庭环境等方面,都会面临独特的问题。若未能得到及时而恰当地处理,便会对学生的健康成长产生影响。为此,家长和教师需要加强对相关知识的学习与掌握,以更好地适应并应对小学生可能遇到的各种心理与行为问题。通过掌握针对小学生心理问题的科学方法和手段,做好有效的教育引导和心理调节,进而预防与缓解学生的心理与行为问题,避免问题进一步恶化,为学生的健康成长保驾护航。

一、小学生心理健康的意义

(一) 心理健康是全面健康的基础

全面健康是综合性概念,涵盖身体健康和心理健康两个方面。身体健康是生命活动的基础,而心理健康则是支撑身体健康的保障。小学生处于身心发展的关键时期,其心理状况直接影响着身体健康的发展。心理健康的小学生,通常能够保持积极向上的生活态度,养成良好的生活习惯,从而更容易实现身心健康发展^[1]。并且,心理健康与身体健康是相互促进、相互制约的关系。当小学生的心理处于健康状态时,其身体通常也会处于良好的状态;反之,身体的不适也会影响小学生的心理状态。因此,关注小学生的心理健康,就是关注学生的全面健康。

(二) 心理健康才能顺利适应社会

当今社会,我们生活在复杂的社会环境中。小学生

作为社会的未来和希望,必须具备适应社会环境的能力。而心理健康则是学生顺利适应社会的关键。心理健康的小学生,能够正确看待社会现象,积极应对生活中的挑战,具备更强的自我调节能力,能够在面对压力时保持冷静,不会被外界环境所左右,这样的品质将使学生更好地适应社会的发展。而如果小学生心理不健康,可能会在面对复杂的社会环境时感到无所适从,甚至产生恐惧和逃避心理。这样的心理状态将严重影响学生的学习和生活,甚至可能导致学生无法融入社会。

(三) 心理健康利于激发学生潜能

小学生正处于知识积累和潜能开发的黄金时期,其学习能力、创造力以及想象力等潜能有待挖掘。而心理健康则是激发学生潜能的重要前提。心理健康的小学生,通常会对学习充满热情,愿意主动探索新知识。在学习过程中,能够充分发挥自己的想象力和创造力,提出独特的见解。这样的学习状态将使学生更容易取得优异的成绩,获得其满足感和成就感。而且,心理健康的小学生还具备更强的自我调节能力,能够在遇到困难时及时调整心态,积极寻找解决问题的办法^[2]。这种积极的心态将有助于学生在未来的学习和生活中不断突破自我,进而获得全面发展。

二、小学生的常见心理与行为问题

(一) 学习困难

学习困难也有学习障碍之称,主要是指学生在对某项知识与技能进行学习时,存在相应的困难,进而导致很难完成同龄人所能够完成的任务。经研究表明,小学二、三年级属于学生存在学习困难问题的高发期。对学生来

说,学习是其主要任务,同时也是学生实现自身发展的主要途径。但是,很多小学生都会存在学习困难的问题,其主要表现为:对学习不感兴趣,认为学习是一件枯燥无味的事情,上课很难集中注意力听讲,出现作业拖拉、无法按时完成的情况。长此以往,学生的学习成绩很难得到提升,甚至会存在学习成绩下降的情况。此外,还有些学生会出现读写困难、计算困难、注意力缺陷等情况,进而导致学生的学习受到影响。而学生存在学习困难的情况,不仅会影响学生的学习成绩,还会导致自信心受到影响,认为自己什么事情都做不好,进而出现自卑心理。

(二) 厌学逃学

厌学是因个人因素所导致学生存在情绪失调的状况。一般情况下,小学生的厌学情况,主要表现为对学习有很大的苦闷感,进而导致存在逃学的情况。经调查表明,拥有厌学情绪的小学生对学习存在厌恶心理,主要是由于学生没有树立正确的学习观念,对学习缺乏兴趣,认为学习是一件枯燥无味的事情,进而导致很难将注意力集中在学习上。而且,小学生的好奇心比较强,很难长时间集中注意力。若教师的教学方法过于单一,很容易导致学生失去学习兴趣,出现厌学心理^[3]。而学生存在厌学心理,会使其对学习产生逃避心理,甚至出现逃学的情况。长此以往,学生的学习成绩会受到严重影响,同时也会影响学生今后的成长与发展。

(三) 依赖网络

随着科技的不断发展,网络已成为小学生生活中不可或缺的一部分。然而,网络的便利性也带来了依赖网络的问题。许多小学生沉迷于网络游戏、社交媒体等虚拟世界,导致他们对现实生活失去兴趣,学习成绩下降,甚至出现社交障碍。这种依赖网络的行为不仅影响了学生的身心健康,还可能导致学生忽视现实世界中的责任和义务,对未来发展产生负面影响。而之所以会产生这样的行为,与学生的家庭教育方式不正确、学校教育存在问题、不良社会网络文化环境等,具有较为紧密的联系。由于小学生的年龄比较小,其自制能力相对较差,很容易受到外界因素的影响。因此,若家长忽视对学生的引导与教育,或是学校没有做好相应的管理,都很容易导致学生出现沉迷网络的情况。

三、小学生常见心理与行为问题的教育措施

(一) 强化校园文化建设

实际上,学校内部心理环境建设属于开展小学心理

与行为问题教育的基础。要想获得更加良好的教育效果,就需要强化校园文化建设。通常情况下,校园文化建设主要体现在三个方面,分别为物质文化、精神文化以及制度文化。学校作为对学生进行心理健康教育的主要场所,应着重展现出整洁、美丽且新颖的风貌,以便学生在优美的校园环境中学习,从而陶冶其情操,塑造其美好的心灵。学校应重视校园绿化与美化工作,为学生营造优质的学习环境。在绿化环境的映衬下,各类建筑物与草坪、池塘等自然景观和谐共生,成为学生修身养性的理想场所,使学生能在轻松愉快的氛围中学习,深切感受到学校生活的美好。学校还应加强校园宣传栏、班级板报等文化阵地的建设。通过张贴名言警句、励志故事等多种形式,传递积极向上的价值观念,引导学生树立正确的价值观,形成良好的校园风气。同时,学校还应积极组织丰富多样的校园文化活动,如运动会、艺术节、科技节等。这些活动不仅有助于学生丰富课余生活,更能让学生在参与中感受到集体的温暖与力量,从而增强自信心和归属感^[4]。这样,也就能够强化对学生心理与行为问题的教育,改善学生的心理环境,使得学生获得身心健康发展。

(二) 开设专题知识讲座

要想更有效地应对小学生常见心理与行为问题,学校应定期开设心理健康专题知识讲座,旨在提高学生心理健康重要性的认识,帮助学生了解并掌握基本的心理调适方法。讲座内容可以包括如何正确面对学习压力、如何与同学友好相处、如何培养积极的情绪态度等。学校可以选择邀请专业的心理咨询师或心理教育专家,通过生动的案例和互动的方式,使学生在讲座活动中,更加深入地了解心理健康知识,学会如何在日常生活中运用正确方法来解决问题。在此过程当中,可以选择向学生传授疏导心理的各种方法,包括运动、听音乐、写日记等,以此帮助学生掌握更多心理调节的方法^[5]。同时,学校还可以通过举办心理健康周、心理健康月等活动,将心理健康教育融入学生的日常生活中,让学生轻松学习心理健康知识,提高自我认知。除此以外,学校还应加强心理干预工作。针对存在心理与行为问题的学生,学校应建立有效的心理干预机制,通过心理咨询、心理辅导等方式,帮助学生解决心理问题,缓解情绪困扰。同时,学校还应建立完善心理档案,对学生的心理状

况进行持续跟踪和评估,以便及时发现并解决问题。如此,便能够为学生创造更加健康、和谐的成长环境,帮助学生解决心理与行为问题,实现全面发展。

(三) 做好德育教育工作

德育教育是小学生心理与行为问题教育的重要内容,教师应把德育教育工作放在突出位置,通过组织多元化教育活动,引导学生树立正确的价值观和道德观,培养良好的行为习惯。在德育教育中,要注重培养学生的自律意识和责任感,使学生能够自觉遵守校规校纪,积极参与集体活动,为班级的和谐氛围做出贡献。针对学生在学习方面遇到的困难,可以选择在强化对学生引导的同时,实现对德育教育的渗透,进而使得学生在增强学习自信心的同时,拥有健康的心理,提升道德素质。例如,教师可以定期组织班级内的学习交流,鼓励学生分享自己的学习方法和心得,从而帮助学生找到适合自己的学习方式,提高学习效率。在交流过程中,教师可以引导学生关注同学之间的互帮互助,培养学生的团队精神和合作意识。此外,教师还可以利用课余时间开展丰富多彩的德育活动,通过社会实践活动,让学生在实践中体验奉献与付出的快乐,增强学生的社会责任感和公民意识^[6]。通过开展这样的活动,学生不仅能够培养健康的心理品质,还能够形成积极向上的道德品质,以此形成积极的心理素质。

(四) 家庭学校合力共育

对于小学生心理与行为问题的教育,家庭和学校的合作至关重要。究其原因,家庭是孩子成长的第一课堂,家长的教育方式和态度直接影响着孩子的心理和行为。因此,家长应加强与学校的沟通与合作,共同关注孩子的成长状况,及时发现并解决问题。家长应树立正确的教育观念,关注孩子的心理需求,给予孩子足够的关爱和支持,也应学会科学的教育方法,避免过度溺爱或过度严厉,以免给孩子带来心理压力。而要想实现合力共育,学校也就需要注重与家长的沟通和交流,及时向家长反馈学生在校情况,引导家长正确理解和应对孩子的心理与行为问题。学校可以组织家长会、家长学校等活动,为家长提供心理健康教育的培训,提高家长的心理健康意识和教育能力。学校还可以建立家校互动平台,利用网络平台加强学校与家长之间的联系,方便家长随时了解孩子的在校情况,针对孩子在学校中遇到的心理与行为问题,家长应积极配合学校进行干预,共同制定针对

性教育方案,以此促进孩子的健康成长^[7]。此外,教师应关注每个学生的家庭情况,了解家庭环境对学生的影响,针对家庭因素造成的心理与行为问题,制定个性化教育方案。例如,针对家庭关系紧张的学生,教师可以通过家访、电话沟通等方式,与家长共同寻找解决问题的方法,为学生创造一个和谐的家庭环境。通过家庭和学校的合力共育,可以更加全面地了解学生心理与行为特点,为学生提供更加科学、有效的教育措施。这样不仅能够促进学生的全面发展,还能够为学生未来的健康成长奠定坚实基础。

结语

综上所述,小学生的心理健康对其成长与发展具有至关重要的影响。面对小学生常见的心理与行为问题,需要采取一系列有效的教育措施来加以应对。以学校层面来分析,需要强化校园文化建设,营造积极向上、和谐友善的校园环境,并且开展专题知识讲座,帮助学生了解心理健康的重要性以及应对心理问题的方法。以教师层面来分析,教师应做好德育教育工作,培养学生的道德品质和价值观,使学生在面对问题时能够做出正确的判断和选择。以家庭层面来分析,需要与学校形成合力,共同关注学生的心理健康,提供必要的支持和帮助。如此,便能够帮助小学生解决心理与行为问题,促进学生的健康成长和全面发展。

参考文献

- [1] 高芳婷. 家校融合呵护小学生心理健康 [J]. 青春健康, 2023, 21 (24): 58-59.
- [2] 王爱芬, 魏楠. 中小学生学习心理健康状况调查研究 [J]. 教育理论与实践, 2023, 43 (34): 51-57.
- [3] 余智华. 希望理论视域下小学生心理困惑的分析和解决策略——以一则行为问题的个案为例 [J]. 现代教学, 2023, (22): 66-69.
- [4] 郝文莉. 小学生心理健康教育的开展路径 [J]. 第二课堂 (D), 2023, (10): 92.
- [5] 寇艳. 浅析班主任视角下的小学生心理健康教育 [J]. 试题与研究, 2023, (30): 142-144.
- [6] 袁景颖. 中小学生学习心理危机的内涵、影响因素与干预策略 [J]. 辽宁教育, 2023, (20): 26-28.
- [7] 黄仁华. 矫正小学生不良行为的心理健康教育探讨 [J]. 华夏教师, 2023, (09): 30-31.