

低年级智障学生心理健康教育课程资源的开发研究

李玉兰

桂林市培智学校

摘要：低年级智障学生在成长中极易出现心理问题，心理健康教育可以向学生提供心理健康方面的知识，帮助学生消除成长中的困惑，对学生健康成长的促进意义显著。心理健康教育在低年级智障学生身心健康成长中发挥着重要作用，特殊教育学校需要重视该项教育活动，在国家提出的要求下，开发心理健康教育课程资源，借此提高心理健康教育的有效性。本文聚焦低年级智障学生的心理，基于其特点以及心理健康教育要求，提供建设心理健康教育课程、采用个性化教育方法、营造积极的学习氛围、建立资源共享平台等心理健康教育课程资源开发策略。

关键词：低年级；智障学生；心理健康教育；课程资源

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.11.241

引言

2023年5月，教育部等十七部委联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》中指出，中小学校要结合相关课程开展心理健康教育。智障儿童在儿童群体中是相对特殊的存在，由于智力方面的缺陷，与正常儿童相比，更需要得到社会层面的关注以及支持。在国家提出心理健康教育在中小学建立课程体系后，需要针对智障学生成长中出现的心理问题，提供对应的课程建设方案。本文针对特殊教育学校低年级（1年级～3年级）学生，发起心理健康教育资源开发的活动，旨在提高心理健康教育的实效性，解决智障学生成长中出现的心理问题。

一、特殊教育学校心理健康教育的现状

（一）学校资源有限

心理健康教育对资源的需求较大，特殊教育学校在心理健康课程建设以及教育活动组织等方面，常因教师资源不足，无法按照规划方案开展活动。我国不同地区特殊学校的资源差异较大，部分学校容易获得地方拨款以及社会组织的资助，拥有雄厚的资金，可以满足自身运行的需求。部分特殊教育学校所在区域，受限于地方经济发展水平，并不能获得足够的经费聘请教师，壮大自身的教育队伍。教师是教育活动较为重要的资源，在教师资源紧张甚至不足的情况下，将会影响到心理健康教育的开展^[1]。

在心理健康教育中，物质资源同样对教育活动开展有不小的影响。教育设施也是影响心理健康教育开展进程以及效果的重要成因，当教育设施完善度不足时，将会在课程建设以及教育活动组织等方面遭到限制，最终影响到心理健康教育在智障学生心理状况改善中的效果^[2]。

（二）内容匹配度低

国家已经通过文件的形式说明心理健康教育的重要性，但是其落实需要一定的时间。我国部分地区接到文件后，由于缺乏对文件精神的理解，即便开展心理健康课程，但在缺乏重视以及经验的情况下，没有提供一份系统化的教育方案。在缺乏规划以及设计不足的情况下，并不能根据特殊教育学校学生智力的特殊性，提供一份针对性强的教育内容^[3]。

多数特殊教育学校参照一般学校心理健康课程的建设计划，照抄对方的教材内容，导致教材内容与特殊教育学校学生的匹配度低。在该教材下开展教育活动，对学生学习人际关系，掌握情绪管理方法的意义甚微。此外，特殊教育学校在心理健康教育的建设中，缺乏对资源的整合。巧妇难为无米之炊，教师在教学资源不足的情况下，会在实际教学中受到限制，难以满足低年级智障学生在心理健康方面的需求。

（三）教育方法滞后

低年级智障学生的智力水平不高，与普通学校学生的差异明显。因此，向智障学生进行心理健康教育，所用的方法需要具有针对性，可以满足基于学生的学习能力，提供对应的学习方法，由此发挥指导的作用，在学生学习心理调节技巧的过程中，帮助学生掌握相关技巧。然而，特殊教育学校教师在心理健康教育中，对心理健康教育的认识水平不高，同时没有从学生的层面思考，仍以单向传输的方式进行教育教学^[4]。

低年级智障学生在心理健康知识学习中的需求没有得到满足，会在一定程度上打击学生参与学习活动的积极性，影响学生对教育内容的理解。比如，智障学生在教师生硬的方法下，对其传授的人际关系维持、

消极情绪调节等内容产生排斥情绪,不愿意学习相关的内容。

二、低年级智障学生的心理特点

特殊学校低年级学生的年龄较小,同时在智力发育受到限制的情况下,思维能力、认知能力、记忆力以及理解能力均受到影响。相关能力与学生学习知识以及技能相关,当相关能力的发展受到限制,自然会影响到低年级智障学生对新事物的学习速度以及读取能力^[5]。智力发育不仅影响到学生对事物的理解以及新事物学习,还会影响到学生的心理状态。低年级智障学生普遍存在社交以及情感方面的问题,在社会交际方面的理解以及认识能力迟缓,在与人维持社交关系上存在困难。

低年级智障学生的情绪控制能力较差,容易出现暴怒的情况。在与人交流中,可能因某些敏感词汇,突然与对方发生口角。控制不良情绪的能力,会进一步影响到低年级智障学生的社交。长此以往,智障学生还容易出现冷漠的心理问题。在和人接触中,难以与对方共情^[6]。

三、低年级智障学生心理健康教育课程资源的开发策略

心理健康教育课程建设以及教育活动开展,需要针对低年级智障学生的心理特点,充分整合课程资源,成为教育效果的有力保障。下面基于课程良好进行并获得良好效果的角度,紧扣低年级智障学生的心理特点以及心理健康教育要求,提供具有操作性的课程资源开发策略。

(一) 建设心理健康教育课程

在国家文件导向下,特殊教育学校在心理健康教育课程建设中有了明确的指向。心理健康教育课程中囊括与学生成长阶段相关的大量案例以及心理方面的知识,可以为学生提供一定的参考,对学生处理成长中的困惑有利。特殊教育学校需要认识到心理健康教育课程对低年级智障学生健康成长的重要作用,积极推进课程的建设。学校在心理健康教育课程资源的开发中,需要收集低年级智障学生的信息,定位其心理问题,寻找对应的教育内容,由此可以提高心理健康教育的针对性,可以促进学生健康茁壮的成长。

在心理健康教育课程建设的过程中,课程内容的设计应聚焦低年级智障学生成长中常出现的问题,如将情绪的认知、表达、简单管理等方法整理到教材中,供学生学习。心理健康教育环节,传授学生情绪的认知、表达等内容,其在课程中占据重要的地位,关系到心理健康教育在学生情绪的正确认识。教师在学生通过教材接

触相关知识的过程中,还会使用由浅入深的方法,帮助学生解读相关方法,掌握认识情绪以及表达的方式。比如,教师在学生学习表达情绪的技巧中,将会组织学生参与到角色扮演活动。学生在扮演不同角色的过程中,会根据对应角色的背景信息,体会对方的感受,感受对方在某场景以及事件中情绪的变化。教师向学生传授情绪的调节方法,使用角色扮演活动让学生体会不同的情绪。学生在教师提供的信息导向下,结合自己在活动中的体会,由此可以在了解不同情绪的基础上,学习调节情绪的方法。

(二) 营造积极的学习氛围

心理健康教育需要关注教育氛围的营造。教育环境、教育氛围是课程教育的重要内容,影响到教育活动的推进。不少学生在学习环节,因教室环境过于沉闷,失去接触课程内容的兴趣,即便教材内容对学生处理成长问题有一定的导向,仍不能引起学生对课程内容的关注。因此,特殊教育学校在心理健康课程的建设中,需要将学习氛围构建作为重要任务。教师在学习氛围的构建中,可以在班级中放置装饰物,改变教室的环境,营造积极向上的学习氛围,由此感染学生,促使学生高效地学习。

在学生积极建设心理健康教育课程的过程中,学校需要向教师提出明确的要求,让其参与到心理健康教育中,利用整合的课程资源,落实心理健康教育任务。教师在心理健康教育任务的承接中,还需要根据课程教学的要求以及学生拥有良好心态的角度,为学生打造积极的学习氛围。教师与学生的接触密切,可以向学生提出倡议,鼓励学生参与到各类活动。心理健康教育的目的是培养学生形成健康的心理状态,通过课堂以及教材向学生提供理论性的知识,其并不能对学生积极心态形成起到直接作用。但是鼓励学生参与到各类活动,在其中获得真实的体验,对学生心理状态的改变影响直接。教师鼓励学生参与相关活动,同时设置具有积极向上氛围的活动氛围,促使学生形成良好的心态。

(三) 提供个性化的教育方法

每名学生的个性不同,教师在心理健康教育环节,所用的方法需要立足学生的个性特点,以对应的方法进行,由此提高学生对教学方法的接受度。因此,教师在心理健康教育环节,需要改变单一的教学形式,同时教学方法需要基于学生个性特点提供,可以满足学生的学习需求。教师需要为学生制定个性化的学习目标,研究

学生成长状态以及个性特点, 对学生进行分层处理, 基于不同层次学生的特点, 以对方更易接受且对学生学习心理健康知识有益的方法进行引导, 借此提高教学的有效性。比如, 教师遇到自卑、敏感的学生, 在学生认知能力低, 不易快速掌握心理健康课程知识的情况下, 以鼓励为主, 增强学生对活动的参与欲。

教师在心理健康教育方法的提供中, 所用的方法应能激发学生学习兴趣。教师需要在课程准备环节, 基于课程中提及的内容, 寻找相关的资源。在课上, 使用视频、音频等不同类型的资源, 吸引学生的关注。教师在学生关注影视化资源的同时, 将学生的关注点, 引导到其中的心理健康内容中, 加快学生对相关内容理解与吸收的速度。教师使用个性化的教育手段, 在学生接受程度较高的方法下, 可以提高学生对教学方法的接受度, 由此获得良好的教育效果。

(四) 建立资源共享平台

特殊教育学校建设心理健康教育课程, 需要根据心理健康教育获得的效果, 加强对课程相关资源的收集以及规划, 由此借助资源为教育活动提供助力, 进一步发挥课程教育在学生心理以及思想观念中的作用。学校需要建立数字化社交平台, 学校中的教师可以在数字化平台中交流, 更可以对家长交互, 方便家长了解学生在校的情况。教师、家长在社交平台中可无阻碍的交流, 分享学生在不同场所的状态, 更可以围绕心理健康教育需求, 在学生心理指导以及心理健康教育中达成合作关系。教师与家长在互动探究中, 可以说出彼此在学生教育方面的想法, 从学生年龄、成长经历以及教育目标等多维度, 分析相应方法是否可行, 还可以对成型的方法进行适当调整, 由此增加教育手段。

特殊教育学校在心理健康教育中, 由于自身资源不占优势, 在低年级智障学生心理状况研究以及教育策略的提供中, 容易遭遇障碍。因此, 学校需要与心理健康教育机构合作, 对方在心理健康教育方面持有大量的资源以及经验, 可以弥补学生在智障学生心理健康教育中经验不足的短板。心理健康教育机构与特殊教育学校领导围绕低年级智障学生情绪情感方面的障碍, 需要寻找贴合学生智力情况以及年龄特点的心理健康教育方法。特殊教育学校寻找心理健康教育机构, 针对自身缺乏心理健康教育经验的实际情况, 可以要求对方提供具有专业背景以及丰富心理健康教育经验的工作人员, 到特殊

教育学校成为教师的助手。在专业人员协助学校教师的条件下, 可以向其提供心理健康教育的经验, 给出适合低年级智力障碍学生的教育计划。学校教师和教育机构工作人员在合作中, 可以虚心向对方请教, 获得心理健康教育方面的成熟经验, 其对教师完成教育任务有较大的帮助。

结语

综上所述, 我国特殊教育学校在心理健康教育方面仍有较多的不足, 在国家强调心理健康教育课程在中小学校开展的背景下, 特殊教育学校需要严格按照国家对心理健康教育方面的指示, 意识到当下心理健康教育存在的不足。特殊教育学校在心理健康教育课程资源开发中, 需要充分考虑到学生社会交际能力差以及情绪起伏大的心理特点, 采用建设心理健康教育课程、提供个性化的教育方法、营造积极的学习氛围、建立资源共享平台等方法。在相关方法的运用下, 可以充分利用多方资源, 为低年级智障学生提供良好的学习氛围, 促进学生身心健康发展。

参考文献

- [1] 黄悠恋, 罗璇. 团体绘画心理辅导对智障儿童心理健康的干预研究 [J]. 佳木斯职业学院学报, 2023, 39(8): 79-81.
 - [2] 黄敏. 智障学生卫生与健康课堂教学策略 [J]. 教师教育论坛, 2022, 35(4): 94-94.
 - [3] 谢安梅. 运用情绪绘本, 疏导智障学生的“生气情绪” [J]. 中小学心理健康教育, 2022(8): 4.
 - [4] 邝瑞仪, 吴秀琴. 句式支持下提高智障学生语言表达能力的实践探索 [J]. 现代特殊教育, 2024(9): 46-47.
 - [5] 任毓孜. 特殊教育学校智障儿童心理健康教育现状及对策探究 [J]. 成才之路, 2024(18): 141-144.
 - [6] 黄政璨. 轻度智障儿童的心理健康教育问题探析 [J]. 数据, 2023(3): 250-251.
- 作者简介: 李玉兰, 1992年5月, 女, 汉族, 广西桂林, 学历: 大学本科, 职务: 心理教师, 职称: 中小学一级, 研究方向: 特殊儿童心理教育。
- 基金项目: 本文系广西教育科学“十四五”规划2024年度专项课题《低年级智障学生心理健康教育课程资源的开发研究》的阶段性研究成果, (课题批准号: 2024ZJY631)。