

小学生心理健康教育实施途径与实践研究

罗爱萍

(增城区宁西街镇泰学校 广东 广州 511358)

[摘要]小学阶段是促进学生心理健康发展的关键时期,我国开展小学心理健康教育研究工作已经有了十几年的时间,对小学生信息健康的关注程度也在与日俱增。目前在小学教育阶段暴露出来的学生健康问题仍不在少数,如何在教学活动中通过科学引导、知识教育等方式呵护学生的心理健康是一线小学教师必须面对的问题。本文从小学阶段学生的特点出发,结合当前小学教育的具体实践,探究了小学生心理健康教育的实施途径。

[关键词]小学生;心理健康教育;实施途径

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.616

小学阶段往往被认为是学生学习生涯的起跑阶段,同时也是关注学生心理健康,进行心理健康教育的关键时期。当前的小学阶段教育实践中,心理健康教育往往处于被忽视的地位,但小学生心理问题出现后会在短时间内验证影响学生自身甚至其他同学的身心健康,因此,学校和一线教师需要重视对学生的心理健康教育,及时关注学生的心理变化,从根源上发现学生的心理健康问题,并做出针对性的辅导和教育,保证学生能够拥有健康的心理状态。

一、小学生心理健康教育的内容与意义

(一)小学生心理健康教育的内容

小学生心理健康教育包含的内容并不仅仅是心理疏导,还涉及对学生的情感教育、认知教育、价值观教育等内容。面向小学生的情感教育目的在于让学生学会控制自己的情绪,能够通过自我调节的方式保持良好的心态,同时引导学生通过科学有效的途径发泄自身的负面情绪。面向小学生的认知教育目的是达到提高学生记忆力、观察能力、专注力等,认知教育一般与智力教育相结合,主要是对学生智力的训练和提升。通过认知与智力教育,小学生可以比高自己的智力,掌握更多的知识,同时可以通过掌握更多知识的方式增强学生的判断力,培养学生对事情的独立判断能力。价值观教育是心理健康教育的重要内容。正确的价值观教育能够在学生心中形成一种正确的价值导向,让学生知道对错善恶之分,同时也能让学生学会用正确的价值观呵护自己的心理。

(二)小学生心理健康教育的意义

小学生心理健康教育能够促进小学生的身心健康成长。如果学生的心理健康得不到呵护,情感需求无法满足,那么这样的学生不能称之为健康的学生,也就很难成长为一个优秀的人才。小学阶段的学生缺乏对社会的接触,没有足够的社会经历来锻炼心智,学校的心理健康教育是他们能接触到的最有效且最安全的心理健康教育。通过小学心理健康教育,学生的心理健康能够得到很好的呵护,同时学生也能形成正确的心理趋向以及正确的价值观,能够为学生在今后接触到挫折或者外界影响时始终保持健康的心理状态。加强小学心理健康教育也是素质教育的要求^[1]。素质教育理念下更加关注学生的综合素质培养,这种脱离传统的唯分数主义的教育理念要求学校和老师在授课时要注意培养心理健康、有理想、有道德的学生,小学心理健康教育正是素质教育理念下的产物。

二、小学生心理健康教育的实施途径

(一)转变小学生心理健康教育理念

现有的心理健康教育理念以强调对学生的心理疏导为主,往往只能在学生拥有心理问题且已经表现出来的时候才进行心理教育,是一种事后疏导为主的教育理念。这种教育理念对于解决学生已经存在的心理问题是有效的,但却无法做到从根源上避免学生心理问题的产生,最关键的问题是,这种教育理念只能在学生心理问题发生后尽量修复和治愈学生的心理创伤,并不能完全消除心理问题对学生的不良影响。因此,小学生心理健康教育的理念应当以预防性教育为主,注重渲染良好的心理健康教育氛围,能够积极培养学生的心理防御意识,让学生主动发现并寻找老师解决心理问题,避免因为心理问题而产生的心理阴影。

学校可以加强“正能量”教育,引导学生树立正确的价值观,并以正确的价值观作为防护,防止心理问题对学生心灵的侵袭。例如,一线教师可以利用多媒体设备在课堂上播放关于社会主义核心价值观的动画视频,让学生接受社会主义核心价值观的熏陶;同时,播放一些关于学生发生心理问题后该怎么解决的视频也是一个不错的选择。在播放有关解决心理问题的视频时,老师也可以通过设置问题(比如“同学们觉得我们应该怎么帮助视频里的同学呀?”)来引导学生们主动关心自己以及身边同学的心理健康,在学校内营造关注心理健康的氛围。

(二)完善小学生的心理健康管理制度

在现有的小学生心理健康教育实践中,学校和一线教师往往是发现一个问题,解决一个问题,缺乏对学生心理问题的总结,同时也难以实现对有问题同学的跟踪疏导。另外,当前小学阶段担任心理教师的老师一般不具备较强的心理学专业背景^[2],往往是简单学习过学生心理教育,但是这种学习是比较浅显的,无法支撑老师根据学生心理问题的发展实践做出科学且适当的应对举措。

学校应当建立学生心理调研档案,对每个在校学生的心理状况进行定期调研,以座谈会的形式了解每位同学的心理状态并记录在档,这样可以给一线教师准确把握每位同学的心理状态动向。同时,学校应当组织一线心理教师建立学生心理问题集中处理小组,对已经有一定程度心理问题的同学进行针对性教育与疏导。最后,学校需要对一线心理教师进行定期的再培训,能够让老师们始终掌握最科学的实践知识。

(三)建立心理健康教育家校合作体系

家校合作是指学生家长参与到学校教育中的直接或间接对孩子产生影响的教育活动^[3],家校合作的形式能够很好的关注学生的身心健康问题。家校合作的心理健康教育体系需要以学校教育为主体,家长做好配合。具体来说就是学校通过设立心理教育的课程以及活动对学生的心理健康进行直接的教育与培养,同时学校建立与家长的联络网,将每位同学的心理状况定期的单独与学生家长进行交流,对有心理问题的学生,学校可以通过联合家长一起的形式开展心理辅导。最后,学校还可以定期开展心理健康教育讲座,邀请学生家长自愿参加,通过这种形式达到家校心理健康教育知识的同步。

三、总结

小学生心理健康教育是小学阶段素质教育的重要内容,对学生的学习以及身心健康成长都极为重要。现阶段的小学生心理健康教育实践表明,为了保证小学阶段的心理健康教育达到预期效果,学校和一线教师还需要做出转变教育理念、完善心理教育管理体系、开展家校合作的努力。通过以上途径,小学生心理健康教育的成效将会更加显著,有利于学生的长期健康成长。

参考文献

- [1]成芳.小学生心理健康教育的有效实施途径[J].智力,2020(03):167-168.
- [2]唐正花.小学生心理健康教育实施途径与实践研究[J].家长,2021(14):4-5.
- [3]全晓峰.在教学实践中如何对小学生实施心理健康教育[J].才智,2017(15):115.