

浅谈小学生常见心理问题疏导策略

田琳琳

(庄河市红崖学校 116400)

[摘要]由于小学生的心理承受能力相对较差,受到的干扰因素较多。所以,一旦出现心理问题就会对其成长造成较大的不良影响。因此,教育工作者以及学生家长要端正态度,充分认识到心理健康教育的重要性,切实解决小学生的心理健康问题。

[关键词]小学生;心理问题;疏导策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.05.908

一、探讨小学生心理健康问题

(一) 父母和老师往往就事论事,造成小学生的行为反复持续存在,导致教育效果差

面对小学生心理问题,比较多的家长从学生和学校或者其他一些家庭外部因素出发,寻找原因和解决问题的办法,但结果往往事与愿违。在教育实践中,我们常常发现,一些具有共同行为问题的小学生,其背后的家庭环境惊人地相似。比如隔代抚养的家庭,小学生的自律和规则意识比较容易出问题;父母喜欢用暴力解决问题的家庭,小学生在与同龄人相处的过程中容易发生激烈冲突并使用暴力行为等。在处理这些问题的时候,父母和老师往往就事论事,较少去关注和改善背后家庭环境的因素,就会造成小学生的行为反复持续存在,教育效果甚微。

(二) 小学生心理素质低下,影响到学生以后的成长

小学生没有太多的生活经历,而且在家里往往受到家长的百般呵护,没有经受过太多挫折,这就导致一些学生在学校生活或者和其他同学的沟通交际过程中心理较脆弱,如同学开玩笑会让他觉得无法接受,教师的批评可能让他备受打击,一次考试不及格就可能让他产生厌烦、逆反心理。这体现出小学生的心理素质欠佳,对其未来的成长会产生诸多不利影响。

(三) 手机游戏的不良诱导,导致学生对学习的厌烦

例如,目前流行的抖音、快手、火山等小视频平台,以智能手机为载体的手机游戏,很容易吸引小学生的注意力。但是,在这些小视频平台上不乏各种低俗、粗俗的内容,会让小学生受到不良的诱导,同时各种手机游戏也容易使学生沉迷,个别学生甚至可能因此荒废学业,对其他事物失去兴趣,在价值观念等方面也可能扭曲。

(四) 家校不重视对小学生的心理健康问题的关注,导致小学生心理健康问题无法得到及时缓解的原因之一

小学生的成长过程中不会接触太复杂的人际关系,家庭和学 校是学生活动的主要区域。因此,在小学生的心理健康方面,家庭和学 校负有不可推卸的责任。一些家庭、学校对小学生的心理健康状况不够关注,在心理问题的疏导方面工作做得不多,这是造成小学生心理健康问题无法得到及时缓解的原因之一。

二、关于疏导小学生心理健康问题的策略分析

(一) 优化班级氛围,提高学生的团队意识、集体荣誉感

学校除了要及时地疏导学生存在的心理问题,还要多做正面的引导,营造良好的班风、学风,改善班级氛围,从而让班级内所有小学生健康成长。

例如,在各个科目的教学中融入趣味性元素,实现寓教于乐;通过班会活动和才艺表演等方式培养学生的团队意识、集体荣誉感,同时给学生提供展示自己才能及特长的机会;肯定、鼓励学生的表现,多对残疾学生、单亲家庭学生、留守儿童等给予体贴、关怀。学校通过多样化的举措感化学生,带动学生心态的转变,才能更好地改善学生的心理健康状况。

(二) 选择心理健康教育素材,采用小学生容易接受的方式进行教育

目前,越来越多的小学设立了心理健康课程,由专业教

师、专业教材配合疏导学生心理健康问题。不过和普通文化课不同,心理健康课不需要安排太长的课时,而要侧重心理健康教育教材的筛选,并以小学生容易接受的方式进行教育。

例如,选择插图较多的心理健康教育素材,或者通过互联网搜集一些心理健康教育方面的短视频等,并通过多媒体播放。在心理健康教育的内容上,也应以小学生普遍面临的一些心理问题为主。教师要帮助小学生形成良好的情绪控制力,并使其学会从好的方面看待问题、解决问题。教师要让学生具备良好的心理承受能力,懂得及时与家长、教师沟通,这样才能将更多心理健康问题消灭在萌芽阶段。

(三) 采用家校联合的方式,促使学生的心理心态发生良好的改变

家庭和学 校在小学生的心理健康疏导方面负有同样的责任。学 校应该做好和广大学生家长的沟通协调,与家长在心理健康教育方面达成共识。鉴于大部分家长并不具备专业的心理教育、心理健康疏导知识和资质,学 校应该负责主导这方面的工作,并通过班级群等渠道为学生家长发放心理健康教育方面的资料,或者针对一些学生的心理问题制订具体的协作方案。学 校教师要为学生家长提供具体可行的指导,与家长共同跟踪学生的心理健康状态,并通过心理学技巧和手法调整小学生的心理状态,消除小学生的负面情绪,引导学生的心理心态发生良好的转变。

结束语

综上所述,在小学生的成长过程中,进行心理干预很有必要。因为一般小学生的生活经验阅历非常少,他们对一些现象、行为或者情绪的承受力、自控力也相对较差。如果没有接受妥善的心理健康教育引导,学生就可能出现心理健康问题,如怯懦、自卑、缺乏安全感等。部分小学生的心理健康状况不容乐观,根据一些调研以及教师的亲身体验,小学生群体中有部分存在心理健康问题。例如,一些学生会以自我为中心,在学习和生活中较多地考虑自己而不顾其他同学的感受;再如,一些学生自卑感较强,难以融入群体中,给班级管理带来了一定的难度。诸如此类的现象,都需要教育工作者多做引导,以助力小学生的健康成长。

参考文献

- [1] 李帅. 复学后中小 学 生心理疏导课教学实录[J]. 新校园. 2021. (01): 74-77.
- [2] 周丹丹. 做好小学生心理健康教育的途径与方法研究[J]. 华夏教师. 2020. (17): 92-93.
- [3] 吴科. 如何做好小学生的心理疏导[A]. 中国智慧工程研究会智能学习与创新研究工作委员会. 2020年教育信息化与教育技术创新学术论坛(南昌会场)论文集(三)[C]. 中国智慧工程研究会智能学习与创新研究工作委员会: 重庆市鼎耘文化传播有限公司. 2020: 3.
- [4] 吕丽芳. 例谈小学生心理疏导策略[J]. 甘肃教育. 2019. (21): 56.
- [5] 李诚. 浅析小学生的心理健康教育[J]. 家长. 2021. (19): 49-50.