

# 单亲家庭小学生心理健康的研究与疏导

潘芳

(洪江市安江第二完全小学 湖南 洪江 418100)

**[摘要]**目前父母离异的单亲家庭越来越多,十分不利于小学生的心理健康。学生的各种心理问题层出不穷,对切实有效的健康教育工作的开展,是一项十分重要的任务。目前,人们对单亲家庭的小学生的心理健康问题越来越重视,对健康教育工作的开展,除了能够帮助其养成良好的健康素养之外,还能够使中小学生在日后的学习生活中得到更好的发展。本文从学校以及家庭这两个层面,对单亲家庭的学生心理健康进行了研究分析,并提出了相关策略,以供参考。

**[关键词]**单亲家庭;小学生;心理健康;研究疏导

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.12.555

随着家庭离婚率的不断上升,给学生的心理健康与成长带来了诸多教育问题,亟须对其进行关注与解决。学校教育本着“以人为本,健康第一”的育人理念以及素质教育目标,自然成为开展心理健康教育的最佳场所,是突破我国单亲家庭孩子心理健康教育不足问题的关键所在。站在学校教育的角度来说,离婚会给孩子带来许多伤害。因此,有必要对单亲家庭的孩子进行心理健康教育和疏导。

## 一、单亲家庭对孩子的伤害

1. 孩子在父母离异后,通常是由父亲或母亲单方面进行抚养,家庭所发生的来自离异的一系列变动,必然会对孩子的生活和学习造成影响,孩子会逐渐感到更加的孤独和自卑。此类孩子对与其他同学的接触较为排斥,并且很少说话,性格较为孤僻,当与同学产生矛盾时,不会在第一时间与教师进行沟通交流,情况严重的还会感到抑郁,烦躁等。

2. 原本的家庭十分幸福,然而现在却分崩离析,导致孩子在单亲家庭中,会逐渐丧失原本活泼开朗的性格,无法形成完整的心理,他们通常较为关注他人的眼光,会感到自卑,觉得自己比不上他人,心理较为阴暗,对学习产生排斥等,如果成绩出现了下降,便会出现自暴自弃的现象,更会认为这是父母所造成的,进而更加怨恨父母。

3. 由于缺乏完整的家庭,更加容易导致孩子心理偏差的出现。他们通常无法感受到父母的关爱,缺乏充分的关爱和照顾,其为了寻找慰藉,就会盲目的与社会不良青年进行接触,进而迷恋上打游戏,违反校纪校规,并且在学习生活中违背教师的安排,情况严重的还会对教育教学秩序造成影响,形成不思进取的思想,并且行为缺乏约束等<sup>[1]</sup>。

学生想要使身心能够获得和谐的发展,就需要对自身进行均衡的发展。由于小学生即将进入青春期,因此,心理教育对其有着十分重要的作用,本文从教师方面探讨了小学阶段,应该如何做好单亲离异家庭学生的思想疏导,尽可能的做到早接触,主动介入,以此来实现对更多失足少年的挽救<sup>[2]</sup>。

## 二、单亲家庭如何对小学生进行心理健康教育

### (一)与单亲家庭学生父母的良好沟通

在进行家访的过程中,教师需要重点对单亲离异家庭进行家访,与单亲父母进行频繁的沟通和交流。首先,需要根据相关状况做好对其家庭的了解,例如经济条件、离异原因等等,此外,还需要从物质和精神方面对其子女进行关怀。需要站在他们的角度,理解一个人带孩子的艰辛。其次,需要根据相关问题,真实的反映孩子在学校中的表现,并对原因进行分析。使其能够了解到单亲家庭对孩子的教育存在哪些缺陷,特别是孩子受到的来自家庭离异的伤害,由于,父母的言行会对孩子造成严重的影响,对其日后的成长和性格起到了决定性的作用。因此,通过与家长的良好沟通,能够使家长和教师在家庭和和学校中形成有机的整体,共同对孩子进行教育,而不仅仅只是在学校和课堂中对孩子进行正能量的教育。父母即使已经离异,也需要从健康成长方面对孩子予以充分的关爱和教育。

针对家长认为教育只是学校的工作的错误思想和认知,需要坚决进行指出,使其能够了解到家庭教育有着怎样的关键作用。最后,需要做好对合理化建议的提出,父母如果必须要离异的话,就需要将更多的关爱和关注予以孩子,对其进行正确的引导,使其能够与他人进行正常的相处和沟通交流,使家庭成员之间能够形成更加深刻的感情,坚决改善孩子的怯懦性格,切勿以工作忙为理由,而没有对孩子予以足够的关心。只有家庭通过对正确发展观的建立,才能够使孩子获得更加健康的成长<sup>[3]</sup>。

### (二)营造发展互助的班级氛围

教师不仅需要与单亲家庭学生的父母进行密切的沟通,还需要对有着积极向上心理,并且沟通能力较强的孩子进行发动,让其与单亲家庭的学生进行小组的组建,以此来进行“互助互爱”,需要加强与其的沟通频率,在适当的时机从精神上 and 物质上,对其予以鼓励和帮助,与其的相处需要选择合理的方式方法,切勿让其感到自卑或是自怜,需要通过正确方式的采用,以此来使其能够不再感到自卑和孤独。此外,还需要做好对传统节日的利用,通过对各种活动的开展,例如班队活动等,以此来使班级能够形成温馨的氛围,帮助其至于父母离异带来的心灵创伤,使其能够感受到他人的关爱和关心,使其能够感受到类似于亲人的关爱和温暖。

### (三)对良好师生关系的建立

教师需要从优点和特长方面对其进行主动的发掘,通过不断的沟通实现对师生情感的增进;当问题出现的时候,需要对沟通技巧予以特别的关注,切勿采用以往的工作方式,也不要当着全班学生的面对其进行批评,需要尽可能的抓住机会与其进行近距离的沟通,尽可能的采用温和的态度与其进行沟通。教师通过与此类学生的谈心,能够了解到他们的心声,使其能够真实的说出自身内心的想法,进而通过对其的合理引导,能够使其意识到自身存在的错误,然后对其进行帮助和指导,能够使其实现对错误的改正<sup>[4]</sup>。

## 结束语

受到目前教育形式所提出的要求,教师需要对单亲家庭孩子予以更多的教育、关爱和保护,想要实现对这项工作的良好完成,教师就需要对此类特殊的孩子予以更多的关爱,予以充分的耐心和真心,通过对此类孩子心理问题的合理疏导,能够促进其对健全人格的养成,使其能够得到健康的发展。

## 参考文献

- [1]尚芹.单亲家庭小学生心理健康的研究与疏导[J].小学教学参考,2019(33):92-94.
- [2]陈犀.离异家庭小学生心理健康现状及管理策略的个案研究[D].重庆师范大学,2015.
- [3]纪辉.关于小学阶段离异家庭学生心理健康状况的研究[D].山东师范大学,2009.
- [4]刘敦鹏,李学琼.单亲家庭子女的心理健康教育研究[J].魅力中国,2016,000(039):144-144.