

# 小学高年级心理健康教育效果提高的策略研究

兰春梅

(江西省新余市暨阳学校 江西 新余 338000)

**[摘要]** 本文首先分析了小学高年级学生心理健康教育的现状,明确了提高心理健康教育效果的必要性,随后探究了提高小学高年级心理健康教育效果的具体策略,最后提出了教师在开展小学高年级心理健康教育过程中应注意的几点问题,希望能够对大家提供一些帮助和建议。

**[关键词]** 小学高年级; 心理健康; 教育策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.04.1291

对小学教育来说,心理健康教育不仅能够保证小学生的心理健康,避免让学生产生各种心理问题,同时还能为学生的心理健康发展奠定坚实基础。因此,小学生的心理健康教育已经成为当前小学教育教学中的重中之重。

## 一、小学高年级心理健康教育现状分析

### (一) 心理健康教育呈现多样化

小学低年级学生心理健康教育由于受学生接受能力的影响,系统性不强,心理健康教育通常是渗透在学科教育中。然而,小学高年级学生已经能够很好地认识心理健康,因此,教育活动就更加专业和多样。除了开展心理健康教育课程,学校还给学生提供了心理咨询室,定期举办心理健康宣传活动,以此作为小学高年级学生心理健康教育的重要形式。

### (二) 心理健康教育效果有待进一步提高

心理健康教育效果主要体现在提高学生的心理健康水平和心理发展等方面。当前,小学高年级心理健康教育虽然已经系统化,然而学生心理健康水平的提高还是有限的,一大部分学生仍然存在厌学心理。学生由于早熟,青春期心理对学生学习发展和性格发展的影响并没有减弱,因此小学高年级学生心理健康的教育效果还有待进一步的提高。

## 二、提高小学高年级心理健康教育效果的具体策略

### (一) 运用团体心理辅导的教育方法

小学高年级学生能够理解集体和个人之间的关系,然而普通心理健康课程没有充分展现心理健康教育中关于集体和个人之间的关系,因此,教师可以运用团体心理辅导的教育方法来提高心理健康的教育效果。例如,教师在以“增强自信”为目的的团体心理辅导活动中,可以将“自我认识与发展”作为活动主题,设置“成长三步曲”“读箴言,诉心声”“红色轰炸”以及“做一幅成功的形象图”等心理游戏和心理情景内容,让学生从生理、心理以及社会等不同角度来认识自己,进一步了解自身的个性特点,更加客观地认识和评价自我,准确定位自己,从而对自己的信心更加坚定。此外,学生也能够从同学之间的赞赏中体验到彼此的支持,从而达到共情以此增强信心的目的。

### (二) 在班级管理中融入心理健康教育

通过几次集体性的心理健康教育活动来提高小学高年级学生的心理健康教育水平,其效果是不太明显的。因此,要想全面提高学生的心理健康教育效果,班主任在班级管理中可以融入心理健康教育。例如,对后进生进行心理健康教育需要班主任付出更多的努力,班主任可以在心理健康教育中运用心理效应。对于经常和同学打打闹闹的后进生,班主任如果对其进行

多次教育后仍没效果的话,可以对其运用瓦拉赫效应,即发现后进生的闪光点并转化他们的优势,这样很多后进生内心就会产生自豪感,他们的问题行为也就会大量减少。因此,班主任在班级管理中融入心理健康教育能有效提高小学高年级心理健康教育效果。

### (三) 立学校和家庭一体化的心理健康教育系统

要全面提高小学高年级学生的心理健康水平,仅仅依靠学校和教师的努力是远远不够的,家庭对学生的心理健康发展有着更加重要的影响。因此,学校和教师应加强与学生家长的联系,向家长传达学校心理健康教育的基本原则和内容,让心理健康教育在家庭教育中进一步巩固。由此可见,建立学校和家庭一体化的心理健康教育系统对于提高小学高年级心理健康教育效果来说有着根本性的作用。

## 三、提高小学高年级心理健康教育效果应注意的几个问题

(一) 心理健康教育的内容一定要和学生心理发展实际相符

小学高年级心理健康的教育方法和内容有着众多选择,然而并不是所有心理健康教育内容都完全符合学生的心理发展实际,很多有关道德发展和人格发展的内容对学生来说是很难理解的,不适合作为学校心理健康教育的内容。由此可见,提高心理健康教育效果的首要条件是保证学生能够理解和接受心理健康的教育内容。

### (二) 心理健康教育方法应与学校实际相符

开展心理健康教育不仅需要各种教学辅助器材如多媒体和体育器材等,同时也需要合适的教学场地。教师应根据学校的资源来选择恰当的教育方法,在符合学校实际的同时让学校资源的利用率尽可能地达到最大化,这样才能够真正发挥心理健康教育方法的作用。

总而言之,小学高年级心理健康教育的体系基本形成,然而其效果还有待进一步加强。要想让心理健康教育成为学生成长中的护航者,教师可以运用团体辅导的形式来增强心理健康教育的有效性,同时在班级管理中也应融入心理健康教育,建立学校和家庭一体化的心理健康教育系统。此外,心理健康教育效果的达成还有赖于教师对教育内容的选择以及教学资源的运用。

## 参考文献

- [1] 张燕. 小学高年级心理健康教育策略浅析[J]. 小学教学参考. 2014(01): 220-222.
- [2] 夏庆. 心理健康教育改善小学生学习倦怠的实验研究[J]. 河北联合大学学报. 2014(03): 200-202.