

结合自身经验，谈谈对学生进行心理健康教育的重要性

爱的供养 自信成长

龙秀萍

(广东省江门市蓬江区棠下镇周郡小学 广东 江门 529085)

[摘要]随着我国社会经济的飞速发展，社会上的竞争也越来越激烈，社会中的价值取向也越来越多元化，每个年龄层的人都在承受着不同的心理压力，有关心理方面疾病的发病率整体也在呈一个上升的趋势。心理疾病其实离我们并不遥远，它普遍存在于我们的家庭成员中、单位同事中、学校同学中、甚至某些公共场合的陌生人中，其表现也是非常多样化的，从意志上的消沉、思想上的极端，到有意伤害他人、破坏公共物品，最后到自残甚至自杀等。作为一个小学教育工作者，我们要充分认识到学生心理健康方面的一系列问题，以及为学生开展心理健康教育的重要性。

[关键词]小学生；心理健康；重要性

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.703

近些年，由于学生心理的问题导致行为上的失误、甚至导致犯罪的事件屡见不鲜，不仅影响了学生身心健康的发展，也危害了学生的家庭和社会。基于此，为学生加强有关心理健康教育方面的教育，以提升学生心理素养，应该成为小学生素质教育的重要方向之一。据相关医学报道结果显示，有一个健康的心理状态，对一个人是有非常重要的意义的。小学阶段虽然不是精神类疾病的主要发病阶段，但却是不健康心理的萌芽时期。由于小学生的心理状态十分不稳定，对许多问题的认知也不够完整，许多学生在生理成熟程度上和心理成熟程度上不同步、对家庭和家过于依赖等等，都会使得他们会比成年人有更多的焦虑，也更容易产生心理方面的障碍和问题。

一、心理健康教育势在必行

心理健康不仅会影响一个人的心理状态，还与我们的生存密不可分^[1]。例如，有一个小学三年级的学生，在班级中学习成绩是十分优秀的，同时是班长和少先队的中队长，可以说是“别人家的孩子”。在被评为三好学生的当天中午，姐姐带回了四块糖果，给他留了两块，姐姐交代要给妈妈留两块，可是他不同意，觉得我是三好学生，都应该奖励给我，他顿时大发雷霆，与姐姐打了起来，并跑到楼上，将房门反锁，用自己的红领巾吊死在窗框上面。还有一个女大学生，从小到大学习成绩都是数一数二的，但是当她们考进了一所顶尖的大学之后，却发现自己很难再有上升空间了，没有办法面对这样的现实，整日非常痛苦。于是留下一封遗书，离开了爱她的家人和同学们。

生命对我们每个人来说都是非常宝贵的，更不要说正处在成长阶段的学生们了，他们还没有来得及充分展示自身的各项可能，就因为心理问题离开了这个世界，实在是非常非常遗憾的。这也恰巧说明了一个人的心理健康和心理状态真的是非常重要的，会影响到一个人的实际行动，而有关心理健康的教育就显得更加重要了^[2]。这里所列举的案例只是冰山一角，在许多小学心理健康教育中还有许多心理健康不到位、许多学生的心理问题没有得到重视的问题等，是教师们还没有发现的。所以，对小学生进行心理健康方面的教育是非常重要的，也是刻不容缓的。

二、多赞扬和鼓励学生，达到培养学生自信心理的目的

作为一名教师，当我们的教学受到赞美的时候，我们都会感到非常高兴，在接下来的工作中，就会更有干劲，进而将本职工作做得更加完美。对待学生，教师们也应该学会适当的运用赞美，以激励学生能够更加努力地学习。小学阶段的学生，由于其自身年龄段和认知的关系，是非常渴望得到表扬的，教师们对其一句关心的话、一句鼓励的话，都会让小学生们更加积极主动地投入到学习中。所以，作为一名教师，我

们一定不要吝啬自己的赞美和表扬，应该多用鼓励性的话语去激发学生的学习兴趣，会让我们的课堂教学产生意想不到的效果^[3]。

在实际的课堂教学中，如果学生回答对了教师的问题，教师一定要表扬学生爱动脑、不怕困难，让学生处于一种兴奋的心理状态中，以促进他在之后的学习中能够更加积极地思考和解决问题。如果学生没有回答对教师的问题，教师也要尽量找到学生身上的优点来表扬学生。简单的几句表扬的话，一下子拉近了学生和教师之间的距离，为良好的师生关系起到了重要的纽带作用。而对于学生在学习过程中出现的诸多心理问题，教师应该及时为学生采取必要的纠正措施^[4]。例如，在我所执教的班级中，有一个学生因为小时候的一次意外导致一只眼睛瞎了，他的与众不同经常受到别人异样的目光，只有一只眼睛运作，在学习或者生活上总会给他带来一些不方便。这位学生始终都因此而自卑且敏感，学习成绩也因此而停滞不前。我曾和他母亲说过孩子的心理问题，但是她的母亲也表示无能为力，但是如果不为他采取措施的话，这个本该非常优秀的学生会因此而自卑一生。于是，在以此运动会上，我悄悄的为他报名了长跑比赛，听到这个消息，他非常震惊，马上就因为没有对他区别看待而热泪盈眶。最终，这名学生以优异的成绩站在领奖台上，他对我挥舞奖牌的时候，脸上的自信和笑容是发自内心的，我也相信，这样的自信将会伴随他的一生。

结束语

综上所述，对小学生进行心理健康方面的教育，不论是从小学生的自身发展角度来说，还从社会、学校、家庭等多个方面来讲，都有着十分重要的促进作用。为了能够更好的实现素质教育，对学生进行有关心理健康方面的教育已经慢慢成了学校德育教育和素质教育的重要组成部分。我们既要看到对小学生进行心理健康教育的重要性，也要在实际教育教学过程中不断探索和解决学生心理健康问题的方法。所以说，加强对小学生进行心理健康教育是当前教育中一个重要的任务，也是培养合格人才的重要保障。

参考文献

- [1]叶永鹏. 试论对小学生进行心理健康教育的重要性[J]. 当代家庭教育, 2020(28): 46-47.
- [2]张雯婷. 浅谈小学生心理健康教育的重要性[J]. 天津教育, 2020(26): 6-7.
- [3]雒慧珍. 浅析小学生心理健康教育的重要性[J]. 读写算, 2020(17): 29.
- [4]包维续. 试论当前小学生心理健康现状和原因分析[J]. 新课程(中), 2019(08): 235.