

小学生心理健康支持对学业成绩的影响

陈琼英

(广东省湛江市第十四小学 广东 湛江 524000)

[摘要] 学生需要从小拥有健康心理素质, 如果他们没有健康的心理素质的话, 在以后的学习和生活当中, 他们可能会拥有一些消极的心态或者行为。研究表明, 心理健康与学业成绩具有正相关关系, 往往心理健康的学生成绩比较好, 这就需要教师关注学生的心理健康问题。本文, 笔者就小学生心理健康支持对学业成绩的影响展开了深刻的讨论。

[关键词] 小学教育; 心理健康; 学业成绩

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.3018

小学是学生们成长的初级阶段, 也是最重要的时期, 有些学生由于家庭或者其他方面的原因会导致一些心理疾病, 出现一些心理健康问题, 而心理健康与学业成绩具有一定的关系, 这就会直接影响他们的学习成绩, 教师和学校要对此做出反应。

一、小学生心理不健康现象的表现形式

1. 厌恶学习

有些学生由于心理不健康, 会产生厌学的现象, 不喜欢学习, 在教师讲课的过程中, 他们可能会出现走思的情况, 对课堂内容提不起兴趣。更严重的可能会影响教师的正常授课, 影响到周围学生的学习, 与任课教师产生争执, 由于教师的批评, 他们的心理会越来越不健康, 进而影响学业成绩。

2. 脾气暴躁

由于诸多方面的影响, 心理不健康的学生不擅长和他人交流, 并且不喜欢和他人交流, 他们会厌烦教师的教育, 厌烦家长的教育, 和其他同学产生冲突。只要他人不顺从自己的意愿, 这些心理不健康的学生就会与其发生冲突, 顶撞教师甚至殴打其他同学, 他们不能够受到一点刺激, 他们会觉得其他人做法不可理喻。

3. 抑郁寡欢

心理不健康的学生往往会产生抑郁寡欢、不喜欢和他人交流的情况, 他们不喜欢和同学以及教师相处, 在学习中遇到问题也不会向其他同学或者教师请教, 这就会导致他们的学业成绩一落千丈。他们不喜欢和其他同学交流, 慢慢的, 他们会因为缺少交流而产生抑郁等状况, 常常会因为一些事情而抑郁寡欢, 这不仅会影响到他们的学业成绩, 还会严重的影响他们的身心健康。

二、加强小学生心理健康教育的策略

1. 开设心理健康教育课堂

如果想要达到培养小学生形成健康的心理素质的目的, 就必须开设心理健康教育课堂, 在心理健康教育课堂上, 对学生进行教学。在学校方面, 要注重学生的心理健康素质, 给学生配备专业的教师, 这样学生能够在心理健康教育课堂上学习到更多的知识。专业的教师, 肯定比那些业余的教师在心理健康教育方面, 拥有更多的知识储备量, 教学质量也会比较高, 比较好。

例如, 如果一个学校没有开展心理健康教育课堂的话, 那么心理健康教育从何而来? 那肯定就没有心理健康教育。教师们可能隔三差五会给学生讲一些心理健康方面的话题, 但是他们这个年纪的孩子们记忆力有限, 一次两次的话, 他们可能记不住。所以一定要开设心理健康教育课堂, 在心理健康教育课堂上对学生进行心理健康方面的教育, 他们也可以记住。

因此, 开展心理健康教育课堂是很必要的, 在课堂上, 教师对学生讲一些心理健康方面的知识, 学生可以听进去, 并且牢牢的记住。教师在课堂上可以多对学生讲一些现实生活中的事情, 他们也比较喜欢听故事, 在听故事的过程中, 可以增加他们的生活常识, 教师也可以借助这些故事, 对他们进行心理健康教育。教师在对他们进行心理健康教育之前, 可以有针对性的讲一些故事或者例子之类的, 方便学生理解。

2. 开展心理健康教育活动

学校要完善课堂里的教学设备, 让教师们有设备可用, 还要开展相应的活动, 让学生在活动中形成正确的心理素质。学

校为学生创造良好的学习环境, 让他们在良好的环境中进行学习, 可以培养他们形成良好的心理素质, 放松心情, 增加他们学习的动力。做一些活动的话, 也可以放松他们的眼部疲劳, 校园里的各种娱乐设施, 可以供同学们在课间进行游戏娱乐。

例如, 让学生在心理健康课堂上进行“角色扮演”, 教师可以为他们分配角色, 也可以让学生自己选择角色。在进行角色扮演的过程中, 教师们可以观察学生的行为, 如果发现有哪些学生没有融入到活动中的话, 教师也要帮助他们, 这个年纪的学生大多都喜欢做活动, 开展活动可以使喜欢心理健康教育课堂。

上述例子中, 心理健康教育不能只是说说而已, 不能只是开展心理健康教育课堂, 还要在课上或者课下开展一系列相关的活动。学生都喜欢这些活动, 开展活动的过程中, 既能让他们收获快乐, 教师又可以对他们进行心理健康教育。而且以做活动的方式进行教育的话, 学生也能够记住, 记忆起来会非常的容易, 他们也能够参与到这些活动中, 获得活动的参与感, 反正到自己是班级的一份子。

3. 重视学生的心理问题

班级里的每名学生的性格、能力和其他方面都存在着一定的差距, 教师要根据不同的学生, 进行不同的心理健康教育。教师在对学生进行教育之前, 要先了解学生的性格, 了解到他们是内向的还是外向的, 不同的性格, 适用不同的教育方式。教师可以和学生多进行一些沟通交流, 加深和他们之间的情感, 让学生能够和教师袒露心扉。

例如, 教师在课上以及课下, 都要和学生进行一定的沟通, 在沟通的过程中, 了解他们的性格以及心理状态, 方便有针对性的对他们进行心理健康教育。如果一个学生比较内向的话, 他可能不善于表达自己的想法, 教师可以帮助他们, 可以让他们在课堂上回答问题, 锻炼他们表现自己的能力。

所以, 教师对学生因材施教是很重要的, 教师要重视学生们的心理问题, 在对学生进行了一定的了解之后, 有针对性的对他们进行教育。如果对班级里的所有学生都采用一样的教育方式, 这样可能达不到预期的效果, 只有有了针对性之后, 才能够达到想要的效果, 不同的学生, 适用不同的教育方式。

三、结语

在这个信息爆炸的时代里, 小学生的心理健康问题是当代教育的重点, 心理教育是基础, 法制教育是底线, 这个时候心理健康教育也就应运而生。要让他们形成良好的心理素质, 因为这比知识更为重要, 并且心理健康教育与学业成绩具有一定的相关性, 学校也要加强对小学生的心理健康教育, 帮助他们形成健康的心态以及积极的态度。

参考文献

- [1] 李南. 小学生心理健康支持对学业成绩的影响: 成就目标和教师支持链式中介作用 [C]. 聊城大学, 2019.
- [2] 彭敏. 小学生自我概念、心理健康和学业成绩的关系——以兰州市安宁区某城区小学为例 [J]. 中小学心理健康教育, 2018, (07): 33-36.
- [3] 李培培. 3-6年级小学生自我概念发展及其与心理健康的关系研究——以北京市一所民办小学为例 [C]. 内蒙古师范大学, 2014.