

# 多民族杂居地高中寄宿生心理健康教育现状与对策

梁 建

(广西大化瑶族自治县高级中学, 广西 河池 530800)

**摘要:** 随着现代社会的高速发展, 社会不断进行改革, 当前教育事业具有更加宽广的发展空间。然而, 不可否认的是, 我国贫富差距仍然比较大, 部分少数民族地区教学质量存在一些问题尚待完善。当前少数民族地区教学工作更加注重学校的布局调整, 出现了寄宿制的学校。这种现代化的办学理念能够整合教学资源, 从而培养学生形成良好的自主能力。但是随着多民族地区寄宿生数量的不断增加, 学校面临的压力也不断增大。基于此, 文章对多民族杂居地高中寄宿生心理健康教育现状展开分析和研究, 以供参考。

**关键词:** 多民族杂居地; 高中寄宿生; 心理健康教育

良好的心理素质是人全面发展的基础, 心理健康教育有助于提高学生的心理素质。然而, 随着教育改革的深入推进, 在高考的背景下, 学生面临着较大的压力, 这也使寄宿生的心理健康教育仍需得到广泛的关注, 并且有更多人投入到这项工作之中。然而, 由于认识上的不足, 绝大多数寄宿生家长会将学生的监督教育全部推给学校, 这就导致了学校承担了更多的责任。实际上, 只有家庭和学校共同参与, 才能提升学生的心理健康教育工作成效。

## 一、我县城地理位置

大化瑶族自治县隶属于广西壮族自治区河池市, 位于广西偏西北的红水河中游, 总面积为 2716 平方公里, 大化地处于云贵高原余脉, 都阳山脉自北向南跨越全境, 地势北高南低。全县地貌成因分类有喀斯特地貌、剥蚀侵蚀低山丘陵地貌以及河谷地貌这三个类型。但因地理位置的原因, 我县属于老少偏远穷地区, 特别如雅龙乡和七百弄乡等乡村在二一年前水电路都不通, 属于十分贫穷落后的地方, 近这二一年来, 在国家政策扶持下, 乡村面貌得到了很大的改变, 但和全国整体平均水平应该还有很大的差距。大化县目前居民人数 36.5 万人, 常住人口中, 汉族人口为 24647 人, 占 6.75%; 各少数民族人口为 340354 人, 占 93.25%, 其中瑶族人口为 101401 人, 占 27.78%; 壮族人口为 238192 人, 占 65.26%; 其他藏族回族苗族等 18 个民族不超过 1000 人, 主要是以壮瑶为主杂居多民族。大化县境内阶梯级建设两座国家大型发电水利站, 总体的容量在 177.6 万千瓦, 它是广西第一座超过百万千瓦的大型水电站, 因此小有名气。

## 二、我县高中寄宿生的特点

首先, 学生的民族意识较强。我县高中寄宿生绝大多数来自偏远的山区、牧区, 他们处于多民族杂居地, 受到不同民族文化的影响和熏陶。部分少数民族学生在本民族的文化习俗影响下, 形成较强的民族意识, 这种民族意识使他们更加关注家乡的发展和变化。

其次, 贫困生人数较多, 经济压力较大。他们中绝大多数家庭的经济情况相对困难, 很多学生会感受到经济负担的繁重。虽然学校能够提供贷款, 虽然不需要在此时偿还, 但在几年后的还款压力仍然比较大。

最后, 他们的心理脆弱, 容易出现自卑心理。少数民族学生在多民族地区, 会接受不同文化的影响。在高中学习过程中, 很多学生因为自身的文化基础差, 学习能力不强, 在学习上感到吃力, 加上自身的文化基础不强, 学习能力不强, 加上汉语水平不好, 担心自己在人际交往的过程中出现普通话不标准而被嘲笑的问题, 久而久之会陷入孤独、苦闷和封闭之中。在他们的思想认知中, 存在着不同程度的保守、封闭问题, 学生的自卑心理较强。

## 三、寄宿学生在学校的表现特征

大化瑶族自治县高级中学的地理环境差、教学设施落后, 学

生家庭条件有限。其中, 很多家长会选择外出打工, 并且无暇顾及学生的生活, 并且考虑到高中阶段的学生学习任务繁重, 就让学生在寄宿制学校就读。寄宿学生在学校的表现特征如下:

生活习惯的表现如下: 第一, 很多学生的生活习惯较差。很多学生不讲卫生甚至乱丢垃圾、随地吐痰, 不常换洗衣服, 并且留长发和指甲, 没有养成良好的卫生习惯; 第二, 有个别学生不按时就寝, 集体意识差, 影响其他人的休息; 第三, 不诚实, 撒谎成性, 经常在学校欺骗学生, 并且在家欺骗家长; 第四, 在公共场所不遵守公共道德, 不讲究公共秩序, 不懂得文明礼貌, 在遇到教师和熟人之后不懂得如何与人打招呼, 责任心和责任感不强。

学习习惯的表现如下: 第一, 学习用具摆放杂乱。学生宿舍物品摆放位置不整齐, 书桌上乱七八糟, 很多学生经常找不到作业和教材。第二, 上课经常心不在焉, 上课效率较差, 直接影响了他们的学习成效。第三, 一部分学生出现抄袭作业的问题, 会抄袭同学的作业, 形成惰性心态。

## 四、寄宿生有心理问题的具体表现

### (一) 孤独心理问题

学生进入封闭的寄宿制学校后, 经常会与父母相隔数十天, 尽管学校集体也十分温暖, 但始终无法代替家庭的温暖。这导致学生容易出现孤独的心态, 容易感受到孤独和痛苦, 如果长期无法及时疏导和排解, 则会形成孤僻的性格, 或是出现更多的心理问题, 不利于学生的成长和发展。

### (二) 压抑心理问题

为了保障学生的安全, 寄宿制学校会推行全封闭式的管理, 所有学生都需要严格按照学校的规定和要求展开学习活动。然而, 目前有许多学校推行的是军事化的管理模式, 这样虽然能够确保学生的学习安全, 但是严格的规定和严厉的惩罚方式会导致学生出现恐惧的心态, 从而对学校以外世界具有较强的兴趣。久而久之, 学生会出现严重的压抑心态。

### (三) 逆反心理问题

虽然高中生的心理和生理发展比较成熟, 但是他们并没有形成正确的价值观念, 缺乏对学校严格管理的正确认识和了解。实际上, 很多学生会片面地认为学校禁锢了个人的自由, 从而出现叛逆的情绪, 他们在长期繁重的学习环境下, 会逐渐形成逆反的心态, 这不利于学生形成良好的心理健康品质, 不利于学生形成健全的人格, 甚至会产生不正确的价值观念。

### (四) 倦怠心理问题

一般情况下, 学生选择在校寄宿的原因主要有两个方面: 第一, 家与学校之间的距离相对较远, 学生上下学不方便; 第二, 父母难以抽出更多的时间照顾孩子。以大化瑶族自治县高级中学为例, 学生一般是每周回一次家, 在当地其他学校还存在一个月回一次

家的情况。并且学生在校内也基本保持着三点一线的生活状态,就是宿舍、食堂、课堂这三个场所。长期的重复性生活会导致学生出现倦怠的学习情绪。

### 五、学校各个层面对心理问题学生采取的措施

#### (一) 学校层面

为了给学生提供更加轻松愉悦的成长环境,学校应营造浓郁的校园文化氛围,凸显出积极进取的价值取向。作为校园文化建设的一部分,学校应构建相应的班级文化园地橱窗,分给各年级组作为年级文化园地。各班应每周进行更换。园地橱窗应包括心理健康、师生作品、年级动态等相关内容,丰富橱窗的内容形式。各教学楼和学生宿舍楼应在广泛征求师生意见的基础上,选择负负农村寄宿制初中学校特色的经典格言,引人深思的古今优美诗歌,做好统一的规划和布局,这样有助于构建良好的校园学习环境,避免了带班和沉闷,为学校的教师和学生呈现出良好的文化氛围,有助于学生的健康成长和发展。

#### (二) 班主任层面

作为高中班主任,应加强对学生的心理健康教育重视程度,充分调动现有的教育资源和教育力量,从多个方面推进心理健康教育。除此之外,班主任还应加强自身的学习,积极普及心理健康知识。第一,班主任应开展相关的主题班会,及时做好心理健康教育信息的宣传。第二,注重家校联动,班主任应加强与家长的沟通,帮助家长学习更多与学生的交流沟通技巧。促进学生形成健康的心理状态。其中,班主任应组织开展家长会和家访活动,全面了解学生的行为表现。家长应加强对学生的监督工作,从而促使学生实现健康成长和发展。第三,构建丰富多彩的课余活动,对学生的心理问题展开疏导。农村寄宿学生每周在校时间不会超过五天,每天都在学校内,除了必要的学习和上课时间,不注意调整的话,他们的校园生活也会更加枯燥和单调。为了丰富学生的课余生活,班主任应组织开展各类活动,吸引寄宿生的注意力,让他们积极参与到书法作品比赛、大合唱、诗朗诵、演讲比赛之中,吸引他们的注意力,使他们投入到学习活动之中。第四,教师可以将团体游戏辅导应用于班级管理之中,充分利用班会课对所带的班级开展团体和个别辅导,帮助学生正确对待生活中面临的困难与挫折,增强他们应对技巧的指导,采用积极有效的应对方法,避免出现幻想、自责等消极应对方式,提高学生的耐挫折力,培养学生形成自信的心态,使他们能够更好地处理人际关系,并以更加平和、愉快的状态进行生活,促进他们人格的健康发展。心理健康教育工作还可以通过共青团、学生会的形式呈现出来。

#### (三) 心理教师层面

心理教师应加强对学生的心理辅导工作,让学生利用课余时间召集个别学生进行谈话,了解他们的实际需求。教师应积极组织学生参与到趣味性的实践活动中,指导学生在实践活动中主动参与和体验,使学生在心理游戏之中形成良好的心理状态,减轻心理压力,充分展现自己的特长,发挥自己的能力。心理健康教育课程是一种以培养学生心理素质为目的的课程,其中包含了某些心理健康教育的成分,但是并不系统和全面,缺乏针对性。为此,心理健康指导教师应不断完善课程体系,开设系统性的心理健康教育课程,利用各类教育手段改进学生内心的心理缺陷,发挥学生的优势,帮助学生形成更加健全的人格品质。

### 六、现行高中存在的不足因素和困惑

现阶段,高中在教学管理中存在以下几个问题:第一,寄宿制学校在教学和管理过程中,应更加注重学生的学习成绩和安全问题。现阶段,教师对于学生的心理动态并没有足够的重视,这就导致学生长时间处于一个紧张的状态之中,这导致他们容易出

现压力状态。第二,在封闭的寄宿制学校教学中,一线教育工作者应加强对学生的重视,做好对学生心理上的引导和干预,使学生消除疲惫的心态。第三,寄宿学校容易受到应试教育的影响,对于文化课程的重视程度不足,这导致学生出现超负荷学习的问题,不利于学生形成创新思维意识,容易导致学生出现逆反的心理。

### 七、我校具体措施的案例分析

陈小立同学是寄宿生,他个人的学习习惯相对较差,他们的学习时间安排并不合理,作业经常无法按时完成,这也导致他们的成绩一落千丈。另外,他容易出现个人卫生习惯差的问题,往往几天不洗头不洗脚,衣服也比较脏,这导致很多学生不喜欢他。为此,教师私下与他的家长进行沟通,了解到陈小立同学的家长由于忙于工作,在外地难以回家,也导致疏忽了对他的辅导和教育。为此,教师在日常生活中加强了对他的关心和照顾,并经常与他进行交流,这也让小立同学感受到温暖,从而不断改变自己的不良习惯。

陈明是高一年级的女生,陈明的母亲早逝,父亲多病劳动能力有限,家庭的经济状况较为艰苦,属于农村建卡贫困户。父亲再婚后,陈明与后妈之间的关系较为疏远,与父亲之间缺乏沟通和交流,她的生活和上学费用全是依靠于哥哥,在这样的环境下成长起来的陈明比较内向,并且缺乏父母的关爱,内心的安全感缺失,从小不善于与人交流,并且在交流的过程中也不敢独立发表自己的意见和想法。由于父亲再婚,陈明与父母之间沟通和交流的机会不多,这也使陈明经常会感到落寞和郁郁寡欢,她经常会认为自己不如他人。对于青春期学生来讲,如果家庭教育出现问题,学生就会出现抑郁和困惑的情绪,如果情绪得不到消解,久而久之会影响学生后续的学习和生活。因此,教师在日常的教学生活中有意识地对陈明同学给予关爱,叮嘱她在天冷了多穿些,并且在她生病后抽空去陪一陪,给予她更多的关心。在平时的时间辅导她的功课,并多与她进行交流和谈心,这样使她在心灵中能够体会缺失的父母之爱。不仅如此,教师也十分重视对她的激励,结合她的实际情况开展激励活动,在课间时间有意识地找她聊天,并且在课间让她帮忙发作业,并且不公开批评她。当她发现自己有所进步后,会逐渐融入班集体之中。不仅如此,我在教学评价阶段,及时肯定和表扬她,让陈明发现自己身上的闪光点,从而调动她的学习自信心,并让她感觉到自己是认可的。

### 八、总结

综上所述,多民族杂居地高中寄宿生心理健康教育工作离不开学校、教师、家长、学生之间的共同努力。作为新时代的教育工作者,应始终秉持着科学育人的教育理念,采取科学有效的育人方法,利用合理的心理教学手段,加强对寄宿学生的关心,做好对学生的关爱,真正使学生实现个人的全面成长和发展。

#### 参考文献:

- [1] 田慧.寄宿制学校学生心理健康教育研究——以六安市裕安区某高中寄宿制学校为例[J].现代交际,2021(03):121-124.
- [2] 张昊.寄宿制高中班级管理中的心理健康教育策略分析[J].新课程,2020(42):227.
- [3] 杨春丽.探究积极心理学理念下高中寄宿学校学生心理健康教育模式的构建[J].高考,2020(33):102-103.
- [4] 李成祥.民族地区高中寄宿生的心理需求和教育策略研究[J].教学管理与教育研究,2019(04):22-23.

本文系:广西教育科学“十四五”规划2023年度课题《多民族杂居地高中寄宿生心理健康教育现状与对策研究》编号:2023C674的研究成果