

农村六年级小学生心理健康问题研究

杨 影

吉林工程技术师范学院, 中国·吉林 长春 130052

【摘要】农村六年级小学生存在厌学、心理障碍、过度懂事而压抑内心等心理健康问题。这些问题的产生与他们的家庭结构、教养方式和氛围有关,同时也受学校教育、社会风气以及个体自身发展变化影响。积极关注其情绪和成长需要、建立健全学校心理健康教育机制、塑造良好社会风气、培养其良好品格和行为习惯有利于解决农村六年级小学生的心理健康问题。

【关键词】农村; 六年级; 小学生心理健康; 解决策略

Study on Mental Health Problems of Rural Sixth Grade Pupils

Yang Ying

Jilin Normal University of Engineering Technology, Jilin, China, Changchun 130052

[Abstract] Rural sixth grade pupils have mental health problems such as school weariness, psychological disorder, over sensible and depressing their hearts. These problems are influenced by family, school, society and their own factors. Paying attention to their emotions and growth needs, establishing and improving the school mental health education mechanism, shaping a good social atmosphere and cultivating good character and behavior habits are helpful to solve mental health problems.

[Key words] rural area; sixth grade; mental health of pupils; strategy

【基金项目】吉林工程技术师范学院2021年度大学生创新创业训练项目:“爱心运输家”——关注农村留守儿童家庭 助力地区经济发展; 吉林省教育厅职成教改课题: 职技高师院校教育学公共课课程思政改革研究; 吉林省教育厅科学研究项目: 新文科建设背景下职技高师院校教育学专业人才培养模式创新研究。

1 农村六年级小学生心理健康问题

进入少年期,农村六年级小学生自我意识逐渐发展。然而受家庭、学校、社会和个体因素的制约,存在如下影响身心发展的心理健康问题。

1.1 厌学问题凸显

厌学心理是对学习厌倦甚至厌恶,从而产生逃避的一种心态。农村六年级小学生面临小升初,学习压力大,不少学生厌学。在学习生活中常表现为学习态度不积极,学习的自主性和自觉性逐渐下降。长此以往,成绩下滑,自身的学习进程无法与班级的学习进度并进,便会产生自我放弃的想法。同时,被父母用来与同辈群体作比较的现象层出不穷,不少学生内心萌发出“为了家长而学”的心态,导致学习兴趣降低。虽然自我意识逐渐发展,但仍缺乏自我约束力。比如,在好奇心驱使下,不能很好地应对网络的诱惑,在“上网”的愉悦与学习的苦累对比下,厌学情绪递增,若不予以重视,博弈中的叛逆与压抑将侵害其身心健康。

1.2 心理障碍问题

大多数农村六年级小学生缺少父母的关爱和陪伴,常常表现为喜欢独处、个性内向。由于缺乏成年人的疏导,渐渐变得沉默寡言、怯懦自卑。值得注意的是,即使面临小升初的学业压力和心理困境,能从家庭获得的学业帮助也极其有限——他们多由祖父母代养,而祖孙之间存在着明显的心理代沟,多数隔代管理仅局限在生活上,疏于对其心理健康和正常人格的培养^[1]。长年累月的自我认知偏差使他们不能够形成对客观事物的正确认识,多种问题叠加的心理障碍由此而生,一旦遇到困难便容易自我否定。若这些问题长期得不到解决,便会对他们的心理发展产生不良影响。

1.3 过于懂事而压抑内心

一般来说,农村六年级小学生对家庭生活方面的事情了解甚多,理解父母的辛苦与不易,心理发育由幼稚趋向成熟。他们

常表现为乖巧听话,帮助父母做家务,减轻父母的负担。受“穷人的孩子早当家”观念的影响,不少父母认为“长大了”的六年级小学生理所当然的是懂事的,要么忽视心中郁结,要么予以责备。此外,家庭条件和家庭氛围也会影响其过度懂事,从而压抑内心,忽视自我感受,遇到任何事情都先看重父母和他人的想法,缺乏自主性。家庭条件差者身上会充满矛盾性——渴望自由成长的同时,又不得不快速成长,帮助父母分担家庭的责任,长此以往便会影响其心理健康的发展。

2 农村六年级小学生心理健康问题产生的原因

农村六年级小学生处于青春早期,是少年向成年过渡的阶段,自主意识逐渐强烈。面对信息有独立的思考,在成长过程中会受到多方面因素影响,其中主要的因素有家庭因素、学校因素、社会因素和个体因素。

2.1 家庭因素

农村六年级小学生正处于形式运算阶段,认知发展逐渐成熟,家庭中所包含的家庭结构、经济条件、家庭氛围及家庭教养方式都会对其心理健康产生一定的影响。家庭是个体发展最原始最基本的单元,同时也是一个由父母、子女形成的一个动力系统,这个动力关系形成的一个简单而又复杂的家庭氛围或显而易见地或潜移默化地对个体产生影响^[2]。家庭氛围良好会铸造积极乐观、思想活跃、抗压能力强的品格;相反,家庭氛围严肃会导致懦弱、独立性差、孤僻等性格,不利于其身心健康发展。此外,充足的安全感对其是至关重要的,家庭的重要作用不言而喻。但父母缺少陪伴或强势甚至暴躁,不能给予其足够的安全感,会使其变得懂事,忽视自我感受,无法拥有一个健康的心理状态成长。

2.2 学校因素

学校是学生长时间生活的场所,对农村六年级小学生心理健康的发展起着重要作用。其中,教师是引导者和帮助者,一言

一行影响着他们的身心健康。教师的一句鼓励会激励处于转折时期的学生奋发图强,使其受用一生;相反,教师的批评可能会对内心脆弱的农村六年级小学生造成严重的伤害,需要用一生去治愈。受地区发展的影响,农村小学的心理教师师资匮乏,学校关于心理健康的相关课程建设也相对较少,不能及时发现和解决处于特殊心理状态的农村六年级小学生存在的心理问题。此外,校园欺凌也会对他们的心理造成伤害。受害者身心尤其是精神遭受痛苦,长此以往可能会焦虑、抑郁,出现学习障碍、精神疾病^[3],且校园欺凌造成的心理伤害是终身的。

2.3 社会因素

健康的社会信息有利于农村六年级小学生的心理发展,不健康的社会信息会对其心理造成伤害。受农村环境的影响,良好的道德规范和法律知识难以在农村范围普及,他们便容易受到不良社会信息的侵蚀。而当他们受到不良社会信息干扰后所表现出的行为,如校园霸凌或被校园霸凌,农村父母无法给予及时的干预和引导,其心理状态会发生改变甚至扭曲。随着科学技术的快速发展,智能手机迅速普及,各种社交媒体软件层出不穷,逐渐影响着他们的学习观和心理状态。在网络的诱惑下,他们发现通过发布视频等方式可以获得流量或利益,便会萌生“学习无用”的想法,学习动机逐渐丧失。

2.4 个体因素

个体因素是农村六年级小学生出现心理健康问题的内在因素,也是最关键的因素之一。一般来说,个体因素包含了遗传因素、生理因素和心理因素等^[4]。遗传因素与心理健康问题的形成有着直接的联系。一般情况下,如果父母的心理健康存在问题,那么受遗传的概率便比较大。同时,身体发育急剧变化,他们的知识经验和理解能力还不足以适应这一变化,便会出现生理发育与心理发展的不平衡,使其产生困惑和不安,从而引发心理问题。此外,由于农村六年级小学生身心发展还未成熟,缺乏自我保护的意识和自我管控的能力,容易陷入网络的“漩涡”不能自拔,长时间得不到引导会有损其身心健康发展。

3 农村六年级小学生心理健康问题的应对策略

面对农村六年级小学生存在的厌学、心理障碍和压抑内心等心理问题,要针对其产生的原因给予正确的策略。在家庭方面,家长要积极关注其情绪和成长需要;在学校方面,学校要建立健全心理健康教育机制;在社会方面,营造良好社会风气;在自我方面,要培养良好的品格和行为习惯。

3.1 家长应积极关注其情绪和成长需要

一是应提高家长对心理健康问题重要性的认识。受固有观念影响,多数农村家长认为其年纪小,不会存在心理问题。但实际上时代在发展,成长环境发生改变,其心理年龄常常与生理年龄不符,因此家长要意识到心理健康问题的重要性;二是家长要注意与其沟通的方式。农村六年级小学生的思维具有独立性,他们的内心会产生自己的想法,家长应经常与其沟通,了解他们内心真正的需要,引导其向正确方向发展;三是家长要知晓家庭矛盾对其心理影响的严重性,规避家庭矛盾的发生,减少其心理负担,营造良好的家庭氛围,使其在良好的家庭环境下健康成长;四是不要有不合理的期待,在教育的过程中要尊重他们的成长规律和个人状态,使其内心满足感得到提升。

3.2 学校应建立健全心理健康教育机制

积极的心理健康教育对农村六年级小学生的发展起着重要的作用,学校应大力开展积极心理健康教育,真正发挥心理健康教

育的主动性、积极性、发展性和预防性功能^[5]。一是要在农村小学设立心理咨询室,使处于特殊心理状态的农村六年级小学生能够倾诉自己的心声,并及时给予相应的帮助;二是招聘具有专业心理知识的教师担任心理教师,举办相关心理健康的活动,分析其心理健康情况,及时做出应对策略;三是教师可以通过组织演情景剧的方式,来对其进行心理健康教育,从情感陶冶的角度帮助其缓解焦虑等心理问题;四是学校要关注和改善农村未成年人生活的社会环境,利用中小学的现有条件,在节假日为学生提供“夏令营”之类学习活动机会^[6],促进他们健康成长。

3.3 营造良好社会风气

农村六年级小学生思维具有独立性,好奇心和模仿性比较强,农村良好的社会风气能够更好地熏陶和塑造他们的人格。第一,国家应出台相关政策破除农村一些落后思想,适当开展针对农村家庭教育的相关工作,为农村家长普及当前教育的新观念,以及有关心理教育的知识,指导他们如何更好地教导与管理。第二,坚决管制打架斗殴的人员,为农村六年级小学生提供良好的成长和教育环境。第三,为避免网络诱惑影响其心智发展,应设置相应限制,严格禁止其进行网络直播等。最重要的是,要杜绝部分家长利用他们以网络直播方式获取收入,耽误其学习的情况发生。

3.4 培养良好品格和行为习惯

农村六年级小学生处于心理特征不稳定、易冲动的阶段,需要成人的及时引导。如今,双减政策在国内中小学全面推行,家庭作业和课外班的减少为锻炼其良好品格提供了时间和机会。家长或教师可利用闲暇时间带领他们参加社会实践活动。如“植树劳动”“动手小发明”“生命安全演讲会”等社会实践活动等。杰出的教育家马卡连柯曾说过“游戏在儿童生活中具有极其重要的意义。儿童在游戏中怎么样,当儿童长大的时候,他在许多方面的工作也会怎么样”。社会实践活动与游戏具有相同的教育作用,都是锻炼品格发展的媒介。成人应创造有利的条件,帮助和指导其在活动中锻炼个人的品格,使其具备强大的心理素质;同时,在日常生活中,家长和教师要为其树立良好的榜样,潜移默化地影响其良好品格和行为习惯的形成,运用榜样示范法或情感陶冶法促使农村六年级小学生养成良好的行为习惯。

参考文献:

- [1] 李宝峰.农村“留守子女”的心理健康问题及其干预[J].教育探索,2005(05):82-83.
- [2] 杨钺,刘建平.家庭氛围对农村留守儿童心理健康的影响:“养”“育”割裂?[J].心理学探新,2017,37(04):364-368.
- [3] 陈银银.中小学校园欺凌的法律阐释及干预研究[D].陕西师范大学,2017.
- [4] 陈华.浅议影响农村小学生心理健康的主要因素及解决对策[J].中国校外教育:上旬,2014(4):8-8.
- [5] 卫萍,许成武,刘燕,郭纛.中小学生心理健康状况的调查分析与教育策略[J].教育研究与实验,2017(02):91-96.
- [6] 周宗奎,孙晓军,刘亚,周东明.农村留守儿童心理发展与教育问题[J].北京师范大学学报(社会科学版),2005(01):71-79.

作者简介:

杨影(2001—),女,吉林长春人,吉林工程技术师范学院教育科学学院教育专业学生,主要从事教育基本理论研究;指导教师:李孝更。