

# 家校合作视域下中小学生学习心理健康教育的优化策略

任立元

(茂名市第一职业技术学校, 广东 茂名 525400)

摘要: 教育部印发的《中小学心理健康教育指导纲要》中指出, “良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高中小学生心理素质的教育, 是实施素质教育的重要内容。”小学生年龄尚小, 对外界环境缺乏判断, 思想不成熟, 容易受外界环境因素的影响产生错误的价值观。对此, 学校要改变以往的心理健康教育模式, 联动学生家长, 借家校共育之力构建心理健康教育防护网, 促进学生心理健康全面发展。本文就家校共育模式在小学心理健康教育中的应用展开论述, 分析家校合作的必要性, 提出具体举措。

关键词: 家校共育; 中小学; 心理健康教育

新时期中小学心理健康问题备受各界关注, 特别是素质教育背景下, 立德树人成为教育的重要指标。在此背景下, 如何践行立德树人, 帮助学生塑造健康的心理已经成为心理健康教育教师亟待解决的问题。对此, 学校以及教师应该正视家校合作的优势和意义, 积极与家长取得合作, 通过相互沟通和合作, 积极构建家校共育模式, 通过多种方式, 培养学生的心理素养, 为他们未来全面发展奠定坚实的基础。

## 一、心理健康教育对中小学生学习成长的意义分析

首先, 在素质教育过程中, 开展心理健康教育, 需要教师对他们进行引导和启迪。中小学生学习自身有着显著的特点。由于学生的年纪较小, 他们身心尚未发展, 缺少学习的自主性和积极性。因此, 在学生学习和成长中渗透心理健康教育时, 教师可以立足时代发展的趋势, 围绕教学内容以及具体学情, 将生活经验、生活认知融入其中, 以此促进学生的身心健康发展。通过多种方式, 潜移默化地对他们进行心理健康教育, 帮助他们形成团结友爱、正直勇敢的品质。

其次, 在心理健康教育过程中, 教师应结合学生实际, 尊重学生的个性。学生正处于成长发展的重要阶段, 在这个阶段, 他们会呈现出不同的性格特征。例如, 有一部分学生喜欢独来独往, 有一部分学生则喜欢与他人相处。对于性格孤僻的学生, 教师应多加鼓励和引导。在此基础上, 可以多组织一些团体活动, 促进学生之间的交流和互动。从而让他们逐步克服自身的缺点, 增强其自信心和团队合作意识。与此同时, 在开展心理健康教育时, 教师还应关注到个别学生的不同情况。

再其次, 开展中小学心理健康教育, 可以为中小学生学习身心健康发展提供保障。在素质教育过程中, 心理健康教育是重要的部分。开展心理健康教育不仅可以帮助他们形成良好的人格品质, 提升他们的道德素养, 同时还能促进他们身心健康成长。开展心理健康教育能够对他们今后的学习和未来发展提供强大的助力。因此, 教师有必要在教学实践过程中渗透心理健康教育, 以此规范学生的思想意识和行为, 为他们日后发展提供保障。

最后, 开展心理健康教育能够促进学校的和谐发展。作为素质教育的重要组成部分, 不仅能促使学生心理健康成长, 促进他们全面发展, 同时, 这样做也有利于学校教学和管理工作的开展。学校应该根据实际情况, 开展多元化的心理健康活动, 有计划、有目的地培养中小学生的心理健康素养。

## 二、家校合作对中小学开展心理健康教育的重要价值

### (一) 家校合作, 提升心理健康教育实效

素质教育背景下, 提高教学质量的关键不仅在于落实基础教育工作, 而且更要注重学生德智体美劳全面发展。在此过程中,

心理健康教育登上教育舞台, 其注重学生与学生、学生与教师、学生与家长、教师与家长、学生与环境之间的互动, 仅依靠学校一方的努力是远远不够的, 在此基础上, 可借家校共育之力打造立体化育人空间, 潜移默化地影响学生的心理, 助力学生身心健康全面发展。这就要求学校与学生家长联动起来, 从学生在校与在家表现两个角度入手, 全面分析学生的心理问题, 秉持“早发现早解决”的教育理念, 有效减轻学生的心理负担, 避免发展成为心理疾病。此外, 借助家校共育也能把握学生的心理动态, 也能提升心理健康教育工作的针对性, 为相关工作的开展保驾护航。

### (二) 能够增强心理健康教育效果

“双减”政策背景下, 心理健康教育要突出提质与增效两个要点, 在实际教学过程中, 教师也要以这两个目标为导向, 切实落实心理健康教育工作, 促进学生个性发展。事实上, 仅通过学校教育或家庭教育难以保障心理健康教育实效, 而且也容易激化一些潜在的矛盾, 对于学生心理问题的解决也有不利影响。相比于传统的心理健康教育模式, 家校共育模式的应用拓展了教育空间, 研究发现, 在此基础上引入社会教育, 形成家校社一体化教育能够切实增强心理健康教育实效, 这种情况下也能改变学生以往的认知模式, 使其拥有健康的心理, 以积极健康的心态迎接每一次挑战, 最大限度地减少学生的心理问题。“双减”政策背景下, 心理健康教育要突出提质与增效两个要点, 在此过程中, 教师也要以学生为中心, 以提升学生心理素质为出发点和落脚点, 进一步探索新形势下心理健康教育的有效路径。“双减”政策背景下, 教师要强化课堂教学的有效性, 全面落实新课改理念要求。针对部分学生学习能力较弱、成绩较差的问题, 教师在实际教学中要转变传统教学观念, 不断优化课堂教学模式, 进一步提升学生的自主学习能力和课堂参与度; 可以通过开展小游戏或小竞赛等方式来激发学生的学习兴趣。

## 三、中小学生学习心理问题成因分析

### (一) 不良信息渗透对于中小学生学习心理的影响

不管是在学校教学, 家庭教学, 还是社会教学, 在学生的心理健康教学上都是一个整体, 现今, 信息技术飞速发展, 对于他们的影响也是日益增大, 虽然他们的大部分时间都是在家里和学校中度过, 但是网络信息的无孔不入地渗透, 也对他们的心理产生影响。社会中的很多人, 为了想自己红起来, 对相关的道德标准和法律法视而不见, 通过互联网传播大量的、不利于学生健康成长的短视频、信息, 中小学生学习的好奇心比较重, 非常地喜欢模仿和比较, 导致他们极易受到不良信息、视频的影响, 甚至让他们酿成大错。

## （二）教师和家庭对中小学学生的心理健康的影响

可以说,教师和家长就是小学生在成长道路上接触最多的人,他们对于小学生的心理成长和道德品质建设方面有着极为重要的作用。在传统的课堂教学中,教师向学生们灌输相应的知识,学生们则被动地接受,班主任在班级管理过程中享有一票否决权和最终的决策权,学生只是需要服从就好了,即便无法理解教师这样做的含义,也必须无条件执行。这种单方面的交流,虽然看起来效果显著,但是存在巨大的隐患,随着他们逐渐地成长,他们的自我意识和主体意识的成长,会对教师的命令和决策产生巨大的质疑和不信任,会采取激烈的方式表达自身的不满和愤怒。家长是学生的监护人,家长的一言一行、与家庭成员的互动有无都会对孩子的心理健康产生重要的影响。从这个意义上来说,教师和家长之间的交流互动是一个非常重要的影响因素。

当然,学生与教师之间的关系不仅是一种单向沟通,也可能因为学生对教师的不信任而出现一定程度上的误解,但是这并不意味着教师在教学过程中不能向学生敞开心扉,向他们介绍一些自己在工作生活中遇到的困难、自己对于某些问题的看法和见解,或者是与家长之间的交流和沟通。

## 四、家校共育模式在小学心理健康教育中的应用

### （一）建立家校合作联合机制,优化育人环境

首先,学校要重视家校合作的重要性,在此基础上建立家校合作机制。同时,教师还要实时关注学生的心理动态,并与学生家长展开有效沟通,共同探讨学生潜在的心理问题,并提出相应的解决策略。其次,家长要了解学校心理健康教育方针,同时还要不断学习心理健康教育方法,结合学生阶段性的心理特征解决学生的心理问题,使心理健康教育更具针对性。此外,学校也要建立在线家校沟通机制,鼓励教师与学生家长在线交流学生的心理问题,在学校与家庭双方的努力下开拓立体化的心理健康教育空间,为学生创设健康的成长环境。

### （二）加强校园环境建设,净化学生心灵

校园是孩子们学习与生活的重要场所,构建良好的校园环境能够滋润学生的心灵,同时也能启迪学生的心智。当今时代背景下,中西方文化碰撞愈发深入,在这一复杂的信息环境下,中小学生学习接收信息的模式发生了变化,且信息良莠不齐,对于一些辨别是非能力比较差的学生来说,影响是非常大的。如何在复杂的文化环境中引导学生培养正确的“三观”是每个教师需要重点考虑的问题。对此,教师可从校园环境入手,通过优化物质与人文环境为学生营造良好的学习氛围,促进学生身心健康全面发展。从物质环境这一层面来看,学校可适当增加各类建筑小品的资金投入,如引入孔子雕像,传播孔子的教育思想,如因材施教,促进不同层次学生均衡发展。从人文环境这一层面来看,可从走廊的布置入手,引导学生与家长共同绘制书法、美术作品,并将其分门别类,张贴到走廊中,为学生建设文艺长廊;学生也可制作与父母相处有关的亲情小故事卡片,传播爱与正能量。

### （三）开展课外实践活动,提升家校共育效果

课外实践活动能够拉近家校之间的距离,这种情况下也有利于构建和谐的家校关系。同时,课外实践活动实践性比较强,对于学生动手能力、团队合作能力的培养均有重要意义。对此,中小学心理健康教育可从课外实践活动入手,通过课外实践活动的开展提升家校共育效果,促使学生形成积极健康的心理。例如,有一位学生总是闷闷不乐,与其他同学交流频率也比较低,与其谈心过程中,发现他对音乐比较感兴趣,教师可以针对此开展鉴

赏流行音乐活动,选择自己喜欢的音乐,向所有学生进行推荐,并说出自己推荐的理由。通过这样的方式,了解他的心理想法和思想活动,提升心理健康教育的效果。在此基础上,还要鼓励这位同学交流自己的音乐感受,逐步走进班集体,拉近其与班级其他孩子之间的距离。学生家长也要为其创造实践机会,如与孩子一起做家务,使用自己的双手创造劳动产品,树立为家庭服务的意识,真正做到劳逸结合,减少其心理问题。教师和家长要密切合作,营造良好的家校关系

学校是开展心理健康教育的主阵地,而学校则是家庭与社会之间的桥梁,所以家校共育对于学生的心理健康发展至关重要。在家校共育过程中,教师和家长要加强沟通与合作,要充分利用家长会、家访、家长学校等方式与家长交流沟通,从而共同营造良好的家校共育氛围。首先,教师要积极向家长宣传心理健康教育的重要性,让家长认识到心理健康教育是学校开展教育工作的重要内容。同时,教师还可以将学生在校期间发生的心理问题反馈给家长,让家长掌握学生在校期间可能出现的心理问题。

### （四）开展家校共读活动,建立学习型家庭

阅读对于学生的心理有重要的启迪作用,中小学心理健康教育工作可从阅读这一角度入手,开展家校共读活动,达到励志与启智的作用。在阅读活动开展过程中,教师也可为学生推荐读物,如《安徒生童话》《淘气包马小跳》《木偶奇遇记》等,学生将书带回家后与家长共读,并撰写读书报告,与家长共同交流读后感。家长也可建立“阅读存折”,记录与孩子们共同度过的阅读内容,并简单概括孩子们阅读收获。通过家校共读活动的开展,使学生感受书香气息,在书香中茁壮成长。“家校共育”是中小学心理健康教育工作中的一项重要内容,也是促进学生全面发展的重要途径。“家校共育”能够将学校教育、家庭教育与社会教育紧密结合在一起,有效地对学生的心理健康进行指导,使学生全面发展。通过家校共育的模式,使学校心理健康教育与家庭教育能够有效地融合起来,从而实现学校与家庭、教师与学生之间的优势互补,提升心理健康教育工作水平。

## 五、结束语

总体来看,心理健康教育是一项长期的工作,仅靠学校或家庭单方的努力是远远不够的,需要协同双方的共同努力,才能实现优势互补,提升教育合力。同时,教师与家长也要及时沟通学生的心理问题,积极交流解决策略,从心理健康教育机制的建立、课外实践活动的开展、校园环境的建设等多个角度入手,使心理健康教育更上一层楼。

## 参考文献:

- [1] 寇艳. 小学心理健康教育存在的问题及解决方法 [J]. 小学生(中旬刊), 2021(10): 18.
- [2] 李艳子. 小学心理健康教育融入班会课的实践探究 [J]. 新课程, 2021(38): 32.
- [3] 姚文连. 在探索家庭心理健康教育的道路上邂逅幸福——《中小学心理健康教育》伴我成长 [J]. 中小学心理健康教育, 2021(27): 78-80.
- [4] 虞杰. 助人自助,共同成长——我和《中小学心理健康教育》的故事 [J]. 中小学心理健康教育, 2021(24): 73-74.
- [5] 高国娟. 家校合作理念下小学心理健康教育初探 [J]. 教育界, 2021(17): 89-90.