

关注学生心理健康教育，提高学生心理健康水平

刘世琴

(甘肃省白银市白银区第五小学 730900)

摘要：提高学生心理健康水平，是促进学生成长发展的重要基础，因此学生心理健康教育应当成为学校教育工作的重点之一。本次论述中，对当前学生心理健康问题的主要表现进行了分析，然后针对提高学生心理健康水平的策略进行了分析探讨

关键词：学生心理健康；教育引导；成长发展

一、引言

关注学生心理健康教育，提高学生心理健康水平，是帮助学生健康成长发展并发挥学校教育功能的重要举措。学生心理健康问题的出现，会对学生学习成长造成一定的负面干扰，还会对学校教育工作的推进形成一定的阻碍。对此学校教师要认识到学生心理健康教育的重要性，构建起相对完善的心理健康教育体系，并对每一教学环节的工作进行严格把控，为学生心理健康水平的提高提供良好的保障。

二、学生心理健康问题的主要表现

2.1 厌学心理

在当前的学生群体中，厌学心理普遍存在，在一些学生的心理认知中，学习是一种巨大的负担，在学习中需要受到家长及教师的处处限制，还要被迫完成各类学习任务，相对于其它娱乐活动，学习会使其负面情绪明显增加。受厌学心理的影响，学生并不能积极配合学校教师的各项教学安排，比如在课上学习中心猿意马，课下学习主动性非常差，对于教师安排的课后作业则会表现出应付了事。在厌学心理的影响下，学生的学习成绩会表现出持续下滑的趋势，学生的厌学心理还会不断增强，因此在整个学习中会形成恶性循环。

2.2 盲从心理

由于涉世未深且年龄有限，学生的认知仍然处于相对较低的水平，因此学生很容易受到外界各类事物的干扰，很多小学生则会会出现盲从心理。该不健康心理的出现，会使学生的理性思维受到限制，判断力受到干扰，严重情况下还会使学生误入歧途。比如，在当前的网络环境下很多学生很容易受到电子游戏的干扰，很多学生将游戏竞技能力的提升当作自我素养的一种体现，总希望在游戏世界中与他人较出高低，希望在游戏世界中展现自我，一些学生在游戏世界中已经表现出一种痴迷的状态，在日常生活中会利用各种机会参与游戏。上述情况的出现，会使学生的学生成长受到较大的威胁，部分学生还会在性格上出现畸形。另外，学生的盲从心理还表现为对娱乐明星的盲目崇拜，在很多学生心中娱乐明星有着至高无上的地位，因此将成为娱乐明星作为自己的理想。在这一盲从心理的影响下，学生认为成为娱乐明星的关键在于会装点自我以及会唱会跳，而与文化课程的学习并无较大的关系，因此在日常学习生活中会将主要精力放在模仿明星唱跳、穿着打扮方面，此类情况的出现，并

不利于学生的学习成长。

2.3 思想道德问题

思想道德水平是学生心理认知的重要体现，然而在当下的校园环境中，经常会出现学生的不道德行为表现，比如很多学生满口脏话，经常出现各种不文明行为，在与他人相处中不懂得相互尊重，一些学生甚至还会出现欺凌他人的行为。在当下的社会环境中，学生的成长及生活环境相对优越，再加上家庭教育的缺失，很多学生往往以自我为中心，在任何情况下都会强调以我为主，从而暴露出思想道德层面的缺失。

三、学生心理健康教育策略的运用

3.1 厌学心理的应对

从学校教师层面来看，可以通过课程教学方法的改进与优化，使学生感受到学习的乐趣及学习上的成就感，以此有效缓解其厌学心理。因为学生厌学心理的产生，一定程度上是感受不到学习的乐趣，意识不到学习的益处，将学习看作一种巨大的负担，学校教师则需要通过教学方法上的调整逐步改变学生的心理认识，使学生认识到学习的乐趣，减轻学生的心理负担，并在教师的正确指引下积极主动参与到学习中来。

以小学英语教育为例，在传统的课程教育中，教师对灌输式教学法表现出较强的依赖，然而整个教学过程中更多地表现出枯燥乏味等特点，为了缓解学生的厌学心理，教师可以将游戏化教学模式引入到课堂之上，结合课程内容设计相关联的游戏活动，借助游戏完成英语课程知识的传递，比如，在词汇教学中可以采用你来比划我来猜的游戏，要求某一名同学形象比划词汇的意思另一名同学进行猜词，此方法的运用可以使学生既获得学习的乐趣，又可以根据同学的形象比划对所学词汇留下深刻的印，还可以对所学词汇有一个准确的理解，以此提升英语词汇学习上的实际成效。教师还可以结合课程内容为学安排相关联的游戏活动，比如在《How much?》一课教学中，教师可以将诸多小型玩具带入课堂，然后借助其他简单道具为学生安排购买玩具的游戏活动，在这一活动中要求学生频繁使用“How much is it?”“Can I help you?”“Let, s go shopping”“We have so much money.”等短语。通过上述教学安排，使学生在课程学习中产生不一样的学习感受，将学习中的乐趣逐步转化动力，以此有效缓解学生的厌学心理。

另外,教师还可以在教学中构建微课堂,具体指的是以短视频为课程知识传递的载体进行教学,通常教师为学生提供的微视频时间不宜过长,微视频中的知识点讲解的总体时间应该控制在20分钟以内,在微视频的制作中要尽可能将各类趣味性元素融入其,如将音乐、动画、网络流行语,以此激发小学生的学习兴趣。将微课应用到学校教育中,能够以新颖独特的方式将课程知识予以呈现,微课是教育信息化的重要体现,借助微课模式能够极大地提升课程知识的传递效率。以微视频的方式呈现课程内容,符合学生的心理认知特点及心理需求,这能够带动学生的学习兴趣,降低小学生对知识理解的难度,减少传统课堂上学习的枯燥性,而通过微课的方式进行知识呈现,能够帮助学生进行更加高效地学习,因此在上述各类因素的综合影响下,小学生的学习状态会得到明显的优化,学生的厌学程度也会得到极大程度的环节。

3.2 盲从心理的应对

为了减少学生的盲从心理,教师要注重正确价值理念的传递,帮助学生从小养成正确价值观,比如,为了减少学生对电子游戏的沉迷,使学生明确认识到在虚拟世界中人的价值并不能得到体现,为了能够真正展现自我,则需要现实社会中的努力,而对于其自身而言,最应当努力的方向要体现在各项功课的学习中。教师还要指导学生客观看待当下信息技术的发展,指导学生学会利用信息技术的优势而非被其所拖累。比如,在日常各项科目的学习中,可以利用网络搜索的功能进行相关联知识的学习,在输入关键词后则可以在网络上获取海量的学习信息,与其将大量的时间精力放在虚拟游戏中不如利用互联网辅助自己的学习。通过这一方面的正确指引,防范虚拟网络对学生的荼毒,减少学生的盲从心理。

另外,教师还要对学生进行正确的榜样激励,考虑到学生相对有限的认知,为了减少学生的盲从心理,教师要对校内学生进行思想认知层面的正确指引,帮助学生树立正确的榜样,减少学生对娱乐明星的盲目崇拜。比如,教师可以引导学生向感动中国人物进行学习,在课上分享感动中国人物事迹,使学生清楚地了解到此类人物对他人、社会及整个国家做出的贡献,鼓励学生以此类人物为榜样,对其行为进行学习和模仿。面对当前的疫情防控形势,教师还可以鼓励学生向不畏艰难、无私奉献的抗疫“民”星进行学习,使学生正确真正认识到何为明星,主动调整其不正确认知,以此减少学生的盲从心理。

3.3 思想道德问题的应对

加大对学生思想道德教育的重视程度并构建相对完善的德育体系是科学应对学生思想道德问题的关键举措,围绕学生思想道德教育工作的开展,学校教师要调整教育理念,减少传统德育中的形式化,通过教育方法的优化提升德育的实质性。

在具体的教育实践中,教师要以案例形式开展教学,教师可以将涉及学生思想道德的相关案例进行展示,以案例剖析的方式对学生思想层面进行指引。作为教师,需要对学生的行为表现进行观察,将各类不符合道德规范的行为以及符合道德规范的行为进

行记录,然后将其作为案例分析的主体,借助真实的案例,使学生认识到哪些行为表现不符合道德规范,比如,随意夺取他人物品、主动攻击他人,在认识到上述不道德的行为后,使学生产生警醒,并指导学生学会约束自己的行为,在学习生活中减少不道德行为的发生。针对案例中学生符合道德标准的行为,教师需要表示肯定,并鼓励学生在日常生活中积极效仿此类行为,如乐于奉献、关爱他人等行为。相对于传统的说教,案例剖析式教育方法的运用,更加能够触动学生的内心世界,更能够使学生在其中受教,以此不断提升学生的思想道德水平。为了充分发挥案例教学法的优势,教师要不断丰富案例的内容,在案例内容的选择中,从学生自身延伸到其周围的生活再逐步扩展到整个社会,通过各类案例的展示,使学生对违背道德的行为表现有一个全面的了解,对此类现象的诱导因素有一定程度的了解,还要使学生认识到违背道德的行为对自身及整个社会所带来的负面影响,使学生在案例学习中产生警醒,并自觉约束自己的行为,并不断提升自身的思想道德修养。

在学生思想道德教育中,还要注重家校联合,因为家长的放纵也是造成学生思想道德问题的原因之一。而在家校联合中,教师要注重加强与家长的沟通,使家长深刻认识到学生不健康心理对其后期成长所产生的严重危害,促使家长主动配合学校的工作并加强孩子的日常管教。在联合教育工作的具体实施中,教师和家长要各自发挥自身的优势,其中,教师的工作重点是向学生传递正确道德理念并提升学生思想认知,家长的工作重点是对孩子的日常行为进行约束,帮助孩子朝着正确的方向发展。通过相互联合,帮助学生逐步提升其思想道德水平,为学生心理健康提供良好的保障。

四、总结

综上所述,学生心理健康教育影响深远,因此心理健康教育应当引起学校的足够重视,积极查找当前学生群体中存在的心理健康问题,教师需要结合学生的心理认知特点,从不同的层面对学生进行健康指导,修正学生错误心理认知,不断提升学生心理健康水平。

参考文献:

- [1]关于小学生心理健康教育的优化策略分析[J]. 胡继凯. 新课程. 2020(40)
 - [2]浅谈如何提高小学心理健康教育课的有效性[J]. 杜凤莲. 新课程. 2020(22)
 - [3]对一个“不受欢迎”儿童的心理分析及矫正策略研究[J]. 田峰. 全国优秀作文选(教师教育). 2021(04)
 - [4]学生自卑心理的识别与矫正策略(下)[J]. 郭海滨, 薛兰兰. 河北教育. 2000(01)
 - [5]新时代背景下小学高年级学生心理问题矫正策略研究[J]. 董世雅. 新课程. 2021(47)
- 注:本文系甘肃省教育科学“十三五”规划2019年度一般课题“社会主义核心价值观背景下的学生和谐人际交往关系的研究”的研究成果,课题立项号:GS[2019]GHB0527。