

小学生心理健康状况分析及对策研究

张洪侠

(如皋市丁堰镇丁堰小学 江苏省 226500)

摘要: 学生健康包括身心健康。这意味着一个人具有良好的身体、心理和社交能力。但是长期以来,老师和父母对健康的理解一直是“健康不是残疾,疾病或痛苦”。随着素质教育的全面进步和教育体系的逐步深化,学生的心理健康也日益受到社会和教育界的关注。因此,分析小学心理障碍的原因,提出针对性的教育策略和对策,已成为小学思想教育与管理的重要课题。

关键词: 小学生; 心理健康; 策略

一、构成小学生心理障碍的因素分析

造成小学学生心理障碍的因素很多,这是来自不同方面和层次的综合因素综合作用的结果。这主要是社会,学校,家庭,自我等因素。

(1) 社会因素

毫无疑问,在这个迅速发展的媒体网络时代,媒体极大地促进了信息和思想的交流。但是,过度使用媒体会影响儿童的健康,例如“大量媒体,媒体社交网站以及带有不适当色情照片和暴力视频的在线游戏”。我在互联网上搜索了有关 NiLin 的研究生调查数据。大多数老师和家长都认为我们的媒体包含许多色情,暴力和恐怖内容。85%的教师和73.4%的父母对此表示担忧。在这种媒体的驱动下,儿童具有以下心理障碍:暴力,成瘾,沉迷于虚拟网络世界以及不愿接受现实生活。

(2) 学校因素

由于社会对智力人才的需求不断增长,学校和家庭将注意力放在孩子的学习成绩上,而忽略了对孩子的思想,道德和心理素质的发展和教育。让我们看一个教室的例子。调高音量时,一年级和二年级的孩子可能会撒尿。近年来,全国中小学生自杀的案件数量正在增加。挫败感导致了自杀的念头。这都与学生的心理素质和反击能力有关。这也是在学校中未充分传播心理健康教育的结果。

(3) 家庭因素

家庭情况更为复杂,因为我们的大多数学校都是从西吉,海原和固原迁移来的孩子。一些父母离婚,一些父母上班,孩子在祖父母的监督下,有一些家庭生活很困难,但是这些孩子的家庭教育和父母的关注程度仅限于孩子可以完成由父母安排的任务的事实。老师准时上学,放学后安全地回家。他们在不知不觉中感到,老师有责任去学校教书和教育,以及在哪里注意他们的心理健康。例子:爷爷带孙子上学,但是孩子却拒绝大力上学。当我的孩子注意到 W 学校举办的心理沙盘游戏时,他讨厌中国老师。他不想上学。示例:在我们班上,我们有一个单亲家庭的孩子。他已经退学,没有与其他学生交流。有时他们倾向于暴力。小女孩完全是“男孩子”。

(4) 独特因素

首先,缺乏信心。在自卑感的驱使下,他们可能担心同学会嘲笑他们,而他们的家庭状况,外貌或学业也会归咎于老师。第二,叛逆心理很强。如今,儿童的成长普遍较快,尤其是智力发展。同时,他们的好奇心是如此之强,以至于成年人经常禁止吸烟,饮酒,打架,打牌,赌博以及任何他们想触摸的东西。第三,自制力薄弱。例如,小学生的自律,自我意识和自我管理很低,对玩网络游戏没有任何限制,并且经常为违反学校纪律或学校规则的琐碎小事而战。第四,自私很重要。一切都是自私的,不考虑他人的感受。低年级的学生尤其引人注目,报告很少,并且背叛了同龄人。

二、解决小学生心理问题的有效措施

首先是优化教师,提高教师素质,并向学生提供良好的指导。提高教师的心理素质是发展心理健康教育的基础和保证。精神不健康的老师怎么教精神健康的学生?因此,学校需要对教师进行广泛的心理知识培训,以便他们获得基本的心理健康知识和一些心理专业技能。这有助于教育学生,提供正确的指导并最大程度地减少教育错误。并通过老师的言语和行为使学生保持良好的头脑。

二是加强家校合作。充分发挥父母的作用,为学生提供健康的成长。家庭是学生成长的发源地,是心灵可信赖的港口,也是第一所心理健康教室。学校可以通过电话,微信联系或对父母的家访,积极地向父母宣传其与精神健康相关的知识,以及进行精神健康教育的重要性。因此,从长远来看,学校教育与家长之间的有效合作将导致学生心理健康教育的共同努力。

第三,学校可以提供心理健康教育课程,并定期在学校提供有关心理健康知识的讲座,以传播心理健康知识。一方面,这些课堂活动在加强对学生心理健康知识的教育的同时,为学生提供心理训练和指导,以提高他们的心理素质和自我调节能力,从而防止障碍和其他心理问题的出现。降低心理能力。促进学生心理健康和人格完整的和谐发展。

第四,学校需要进行一定程度的心理咨询,采取灵活多变的方式为学生提供心理咨询,并提供适当的处方。学校定期训练和学习心理专业技能,为学生提供心理咨询,并通过积极的加强方法,放松训练方法,合理的情感疗法和沙土来施加学生的心理压力,您可以成立心理咨询团队来解放餐桌游戏和其他促进身心健康成长的方法。

第五,学校开展二流活动,以发展学生的智力,开阔视野,发散思维,发展才华,加强沟通,团队合作等。这些活动巧妙地养育了他们的健康和爱好,增加并改善了生活的乐趣和心理素质。

简而言之,对小学生的心理健康教育是学生健康成长的要求,是素质教育的必然要求,是对时代挑战的有力回应。小学生是家园的花朵。他们正处于身心发展的重要时期。随着心理学和生理学的发展,他们在学习,生活,同伴交流和自身内部遇到各种心理难题和困惑。问题,一些学生也有心理障碍和心理异常。只有重视心理健康教育,因为它极大地阻碍了身心的发展,才能提高知识,能力,意识形态,道德,身心健康,增强个性,学生学习,自我教育和自我,就可以学习教育。管理为成功的生活奠定了良好的基础。

参考文献:

- [1] 牛颖. 东川区小学教师心理健康现状调查及对策研究[D]. 云南师范大学, 2005.
- [2] 李小霞. 基于“家校联动”的农村小学生心理健康教育对策研究[J]. 科教文汇(下旬刊), 2015(05):158-159.
- [3] 张丽丽, 黄泓嘉. 当代中小学心理健康教育现状及其对策研究[J]. 群文天地, 2012(02):270-270.