

家校共育视角下小学留守儿童心理健康教育的途径研究

叶平¹ 喻小江²

1.铜梁区侣俸小学; 2.白鹤小学

摘要: 由于父母长期在外工作, 留守儿童缺失一定的情感关怀, 因此面临着多种心理挑战。本文聚焦于家校共育视角下的心理健康教育路径, 首先阐述了家校共育在小学留守儿童心理健康教育中的重要性, 其次详细讨论了家校联动关爱、优化沟通机制和丰富心理健康活动等多元化的教育策略, 旨在为留守儿童创造充满关怀的成长环境, 促进其心理健康发展。

关键词: 家校共育; 小学留守儿童; 心理健康教育

引言:

小学阶段是儿童心理发展的关键时期, 留守儿童由于家庭结构的特殊性, 其心理健康状况容易受到多种外部因素的影响。家庭教育的缺位使得学校成为心理健康教育的主要场所, 但其单一的干预模式往往难以满足儿童全面发展的需求。因此, 学校需探索家校共育视角下, 小学留守儿童心理健康教育的有效策略, 与家庭教育形成有效合力, 共同关注儿童的情感需求, 为其健康成长奠定坚实基础。

一、家校共育视角下开展小学留守儿童心理健康教育的重要性

1. 汇聚协同力量, 共筑心理健康屏障

家庭和学校作为教育的两大支柱, 彼此间的有效合作, 能够为留守儿童营造稳定的成长环境。家庭的理解与支持为学校的教育工作提供了坚实的后盾, 而学校在心理健康教育方面的专业引导则补足了家庭在此领域的不足。首先, 家庭和学校紧密合作, 能够准确把握留守儿童的心理健康状态, 其中, 学校通过定期观察, 可以了解其心理变化, 再将这些信息反馈给家长, 使得家长在家庭环境中做出相应的调整。同时, 家长的反馈也能帮助学校教师更好地了解儿童可能的心理压力源, 从而提升教育的针对性。其次, 教师在专业指导方面的能力, 可以通过家庭作业或家庭活动等形式延伸到家庭中, 让家长成为儿童心理发展的直接促进者。此外, 学校在提供心理健康教育时, 注重培养学生的自我管理能力和有效表达情感, 建立积极的人际关系。这种教育模式不仅在

学校内部形成了一个具有支持性的学习环境, 也依托家长会、家庭访问等形式, 将积极的影响扩展到学校之外, 全方位覆盖心理健康教育。

2. 优化成长环境, 促进儿童全面发展

家校共育视角下, 小学留守儿童能够感受到来自多方的关怀, 在全方位的关照下获得充满安全感的成长氛围。一方面, 家庭在提供情感依托时, 依靠学校发挥的专业优势, 能够提高儿童的心理素质, 使其在心理和情感上健康发展。借助家校互助模式, 留守儿童可以在学校得到个性化关注, 克服因缺乏父母日常陪伴而可能出现的心理障碍。家长与教师之间的定期交流还能保证教育的一致性, 使得教育干预精准有效。另一方面, 学校开展针对性的心理健康活动, 能够引导留守儿童正确识别自己的情感, 学习如何建立积极的人际关系, 以及如何有效地解决遇到的各种问题。这些教育实践既能丰富留守儿童的学习生活, 还助力其建立自我价值感, 使其在未来能够更好地适应社会, 实现自我成长。

二、家校共育视角下开展小学留守儿童心理健康教育的策略

1. 家校联动关爱, 强化心理支持体系

小学留守儿童的成长环境相对特殊, 其情感支持系统较为脆弱, 心理安全感较低, 情绪调控能力容易受外部因素影响。“家校联动关爱”要求学校和家庭构建紧密的协作体系, 提升心理健康教育的系统性。其中, 学校可建立心理健康支持平台, 依托班级管理、德育课程、校园文化创造良好的心

理教育环境,常态化开展心理普查,早期发现留守儿童的心理问题并进行精准干预。家庭在心理关爱中应发挥基础性作用,加强情感陪伴,优化亲子沟通方式,运用远程互动技术拓展陪伴形式,增强心理支持的有效性。

例如,学校可设立心理健康中心,将儿童分为“基础关注”“重点关注”“深度干预”三个等级,建立个性化心理成长档案。对于情绪较为稳定的留守儿童(基础关注),学校以预防性心理教育为主,要求教师将心理健康课程渗透至学科教学,引导其调节情绪。家长需设定固定的时间(每周不少于三次,每次不少于二十分钟)与儿童视频通话或语音交流,采用开放式提问方式“今天在学校有什么有趣的事情”“最近有没有遇到让你开心的事”,鼓励其表达情绪。针对存在轻度情绪波动的留守儿童(重点关注),学校实施针对性心理干预。班主任与心理教师每周会面讨论个案情况,分析情绪变化趋势,制定短期干预计划。家长则要建立更为紧密的情感陪伴模式,每周与儿童开展一次深度交流,在得知其因人际交往受挫后,用类似的自身经历作为引导“我小时候也遇到过类似的情况,后来我是怎么解决的呢?”,避免过度安慰或直接给出解决方案,帮助其梳理情绪,提高自我调节能力。当留守儿童出现剧烈的情绪波动时,学校组建专项心理支持小组进行深度干预,由心理教师实施“一对一”心理辅导,持续记录儿童反应。家长应每日在固定时间与儿童进行交流,追踪其情绪变化,具体采用“镜像倾听”技巧,即复述表达内容,增强其被理解的感受。

2. 家校携手沟通,增强情感联结纽带

“家校携手沟通”是指在家庭与学校之间建立高效且稳定的交流机制,保证双方有效传递各种信息,包括学业指导、心理疏导、情绪调适等,形成双向支撑的育人体系。有效的沟通能够增强家校的信任关系,优化教育合力,促使小学留守儿童健康成长。小学留守儿童因缺失亲子陪伴,其情感依赖对象相对单一,学校需主动承担桥梁作用,强化信息反馈,精准匹配其个体需求。具体而言,学校可借助微信或视频通话等信息化手段,与小学留守儿童家庭实现远程互动,增强亲子陪伴感,让家长在外务工期间仍能参与儿童成长。同时,学校还要求教师主动走进小学留守儿童的生活环境,深入了

解其家庭状况和心理需求,为其提供个性化支持,增强家校合作的针对性。

例如,家校建立“亲密桥梁”计划,依托信息化平台,搭建家校互动系统。开学第一周,由学校组织家校沟通需求调查,收集每个留守儿童的家庭情况、监护人联系方式、居住环境、家长在外务工的时间安排;根据数据分析,确定重点关注对象,制定个性化沟通方案。同时,学校在信息化平台上开设专属沟通账号,以便家长随时查看儿童的心理状态,确保信息透明。学校每周设置一次固定视频沟通时间,由班主任组织,心理教师参与,全程围绕学业情况、心理状态、生活感受展开交流。通话内容由心理教师引导,以非学业话题为主,增强互动性。教师在视频过程中观察儿童的心理需求,并在通话结束后记录关键信息。学校还每月组织一次“家庭云课堂”,邀请心理教师围绕亲子沟通技巧开展讲座,提供具体操作方法。家长在学习后需结合自身情况制定陪伴方案,并在信息平台上提交计划,由教师审核并提供调整建议。除此之外,学校每两个月开展一次线下家访活动,心理教师前往留守儿童的监护人家中,采用“成长故事分享”模式,让儿童讲述最近发生的有趣经历,增强情感表达能力,并在家访后组织班级内的“家庭故事会”,鼓励其分享家庭生活,增强同伴交流。

3. 家校融合实践,丰富心理健康活动

在小学心理健康教育中,家校融合实践是在家庭与学校深度协作的基础上,组织丰富的心理健康活动。心理关爱小组能够在教师和家长的指导下,形成长期稳定的支持网络,提高留守儿童的安全感。心理素养提升课程包括情绪调节、压力管理等技巧,帮助留守儿童掌握心理调适方法,提高其应对能力。除此之外,家校联合开展戏剧疗法、绘画表达、户外体验等心理拓展活动,还能引导留守儿童释放情绪,增强其社交技能,促进心理健康实践的多元化发展。

例如,学校让五名留守儿童为一组,要求心理健康教师统筹管理,并让家长通过视频远程参与,了解儿童的成长经历,从而使儿童感受到家庭的关注。教师每周五下午组织一次团体心理辅导,第一阶段让学生分享“情绪日记”,在一周内记录自己的三次情绪变化,写下事件在当时的感受,及



对自己的影响,在小组内交流。教师引导儿童描述情绪来源,鼓励其提出调节方案,并在过程中观察其情绪表达能力。第二阶段为“同伴支持互动”,教师设定情境问题:“如果朋友心情不好,你会怎么安慰?”,让儿童讨论后模拟演练,练习情绪沟通技巧。对于心理素质课程,教师每月授课一次,可以提问“当考试前紧张时,身体会有哪些反应?”导入课程,要求儿童根据自身经历回答,引导其认识焦虑情绪的生理表现。随后,教师提供模拟社交场景:当朋友误会自己时,该如何回应?儿童两两一组练习对话,教师观察其眼神接触、肢体动作,给予个性化指导。对于心理拓展活动,学校利用戏剧疗法,让儿童根据指定情境编排短剧“如何在团队合作时表达自己的想法?”。排练过程中,心理教师观察儿童的情绪表达方式,在必要时进行引导。正式表演后,所有儿童围坐一圈,分享排练过程中的感受,教师则鼓励其表达内心想法,帮助其理解自己的情绪变化。

4. 家校同步评价,提升教育干预实效

“同步评价”是实现小学留守儿童心理健康教育闭环管理的重要策略,旨在借助多维度的评价机制,帮助家校精准调整心理干预措施。在此基础上,评价体系应包括情绪状态、社会适应、学习投入、行为表现等关键指标,以全面监测小学留守儿童的心理健康状况。信息共享平台能够推动家校双向互动,家长反馈成长变化,学校提供专业指导,形成科学合理的评价闭环。家校定期开展联席会议,围绕心理健康目标调整实施方案,结合个案分析研判教育干预实效。此外,学校设置家长成长指导计划,还能强化家长的心理健康教育意识,确保家庭支持体系的有效性,从而提升教育评价体系的科学性。

例如,学校建立“成长反馈系统”,将心理健康评估纳入日常教育管理,构建家校双向评价机制。学期初,心理教师组织心理测评,并在课堂中观察儿童的情绪反应,填写基础成长档案。测评结束后,家长在家校互动平台填写“家庭心理观察表”,记录儿童在家中的情绪波动,并与学校测评结果进行对比,筛查学校与家庭观察结果的差异点。心理教师对比两方数据,筛选需要重点关注的儿童,确定初步干预

方向,并将结果同步给家长,帮助其理解儿童在不同环境下的心理表现。每月一次的家校心理联席会议,心理教师和家长共同参与。会议前,教师将成长档案数据汇总,筛选需要深度讨论的个案。会议过程中,教师展示儿童在课堂的行为数据,包括同伴交往、课堂专注度、情绪起伏曲线,家长补充家庭环境下儿童的具体表现。教师指导家长观察关键心理信号,即是否在家中经常回避交流、是否对某些话题表现出极端情绪反应,并与学校课堂观察进行对比,确定儿童在哪些场景下容易产生焦虑或孤独感。每学期末,学校组织心理健康测评,要求家长同步填写“学期家庭成长评估表”,总结儿童的心理成长变化。学校与家长共同参与数据分析,梳理干预过程中的有效策略,调整下一阶段的心理支持方向,并在家校总结会议上调整具体方案,确保后续心理支持体系精准有效。

结束语:

综上所述,家校共育视角下的小学留守儿童心理健康教育,是一项系统性的育人工程,既需要学校的专业引导,也离不开家庭的深度参与。家校构建完善的心理支持体系、优化沟通机制、开展多元心理健康活动以及建立科学的同步评价体系,可以有效增强留守儿童的心理韧性,提升其情绪调控能力。在此基础上,心理健康教育的核心在于理解与关怀,唯有在家庭与学校的共同努力下,才能确保教育真正触及儿童内心,助力其健康自信地成长。未来,家校需进一步探索信息化手段赋能“家校协同”,提高心理干预的精准度,以科学的方式推动小学留守儿童心理健康教育的可持续发展。

参考文献:

- [1]孙健.家校共育下学生心理健康教育创新分析[J].华夏教师,2024,(31):41-43.
- [2]张雅璇,穆德佳.小学生心理健康家校共育建设路径研究[J].教育实践与研究(C),2024,(05):27-30.
- [3]贾利平.家校共育视角下心理健康教育研究[J].文理导航(下旬),2024,(03):4-6.
- [4]贾慧芳.留守儿童心理健康教育路径研究[J].文理导航(下旬),2024,(02):10-12.