

# 农村学困生心理健康现状及对策

◆ 汤帆 徐国栋

(湖南省岳阳市君山区许市镇中心小学 414017)

**摘要:**农村学困生在学习和生活中往往显得拘谨、胆小,遇到挫折会使他们气馁,不相信自己的力量,对自己的前途丧失信心,逐渐产生了自卑感,进而产生更严重的心理问题。对这一部分学生需要给予更多的关注、耐心和一些必要的干预帮助措施。而绘画心理分析、音乐疗法、体育运动能帮助学困生树立自信,提升适应能力,促进其人格健康成长,获得充分而全面发展。

**关键词:**农村学困生;心理健康;对策及建议

在改革开放的进程中,我国社会呈现出发展不平衡的状况,其中农村和城市的发展状况显著不平衡。这种情况在教育发展上表现也较为突出,即城市特别是大中城市教育发展速度更快,水平越来越高,而农村教育发展的速度相对较慢,水平偏低。目前,农村教育存在许多亟待解决的问题,农村学困生的成长和发展问题,就是其中一个突出的问题。

农村学困生的心理健康状况如何?他们在自我意识发展中存在哪些问题?如何通过心理干预帮助他们解决这些问题以促进他们与其他学生一道获得充分的发展?笔者在此进行初步探讨。希望有助于更好地加强对学困生的心理健康教育和引导,促进学困生与其他学生一道健康成长。本文对农村学困生心理状况进行分析,把握学困生的实际情况,提高对学困生的关注和重视;通过心理干预措施提高学困生心理健康水平,提升学困生在生活和学习中的适应能力,促进其人格健康成长,获得充分而全面发展。

19世纪90年代,西方国家即已开始研究“学困生”问题,其最初研究主要是从医学角度进行的。到20世纪50年代,西方研究者的研究逐渐由阅读困难转向感知——运动障碍,研究角度由医学逐渐转向心理学和教育学。20世纪60年代以来,研究进入整合期,主要侧重于临床心理学和神经心理学,其代表人物有美国特殊教育家柯克和教育心理学家罗伯特和威廉特。20世纪70年代,“学困生”问题引起社会各界的广泛关注,许多学者提出了自己的理论观点,形成了学派林立的局面。1980年代,学术界对学困生的诊断与矫正研究更加深入,代表人物有美国特殊教育家柯克,日本教育学者北尾伦彦。1990年代以来,研究重点转向如何帮助学困生获得充分发展。国内关于农村学困生的研究起步较晚,关于农村学困生的含义,有学者认为,农村学困生是生活在农村,智力正常,但在学科学习中明显感觉到困难,在课程考试中成绩明显低于全校平均值,且低于教学大纲所规定基本要求的学生。

心理学家认为小学生自我意识发展还不完全,他们不仅是依靠自我观察,通过内省来认识自己,而且还在和别人的相互交往中,在生活、学习和劳动中,在别人对自己对人的评价中认识自己。小学生的自我评价在很大程度上仍依附于教师、父母和同辈伙伴的评价。所以,小学生中的学困生,面对教师、父母和同辈伙伴的不恰当评价时,会使他们气馁,不相信自己的力量,甚至感受到外界的反感和鄙视态度,对自己的前途更加丧失信心,在学习和生活中愈显拘谨、胆小。久而久之,也挫伤了小学生的自尊心和自信心,使他们逐渐产生了自卑感,进而产生更严重的心理问题。对这一部分学生需要给予更多的关注、耐心和一些必要的干预帮助措施。

对困境学生的心理干预措施,已有文献表示音乐疗法对困境儿童有很好的疗愈效果,能提高其自尊心水平;大量的实证研究证明音乐训练能促进人类广泛认知能力的发展。著名的莫扎特效应显示音乐训练能提高被试者时空推理成绩;一些研究还发现音乐训练能提高儿童的数学能力、言语阅读和记忆能力。同时音乐教育作为素质教育的重要组成部分也得到了社会、学校及家庭的重视。绘画治疗技术可以显著促进干预对象心理健康水平、提升自我概念、改善社交功能和情绪管理功能;近一百年来,众多学者从不同角度对儿童绘画进行了研究,特别是发展心理学家,把

儿童绘画看作儿童心理发展的一面镜子,通过绘画来了解和研究儿童的心理发展;凯威采用自发绘画创作的方法,对面临家庭和发展问题的儿童进行干预,发现绘画疗法可缓解来自家庭和社

的压力,表达焦虑,从而加强自我概念。体育运动有助于改变孤僻、克服胆怯心理、培养意志、调节情绪、提高人际交往能力;有研究表明体育能提高诸如最大输出和最大肌肉力量等生理功能,这能够减少疲劳,降低焦虑、抑郁;对长期性的轻中度到中度的焦虑症和抑郁症有治疗作用;同时体育活动对治疗神经衰弱具有特别显著的作用。这些研究大多在大中城市完成,一直以来农村缺少专业的心理教师和音体美教师,目前随着对农村教育的重视,农村师资队伍不断完善,具备了开展相关研究的师资力量和物质基础。

**对策及建议:**

绘画疗法是心理艺术治疗的方法之一,是让绘画者通过绘画的创作过程,利用非言语工具,将潜意识内压抑的情感与冲突呈现出来,并且在绘画的过程中获得缓解与满足,从而达到诊断与治疗的良好效果。绘画者可在方寸之间呈现完整的表现,又可以在“欣赏自己”的过程中满足心理需求。绘画心理分析师可以通过绘画解读其心灵密码,透析深度困扰人们的症结,进而提出有效的干预措施。

音乐疗法是一门新兴交叉性应用科学,音乐治疗过程是一个系统的干预过程,以心理治疗的理论和方法为基础,运用音乐特有的生理、心理效应,治疗师针对性的设计音乐行为,利用经历音乐体验的各种形式,以及在治疗过程中发展起来的,作为治疗动力的治疗关系来帮助被帮助者消除心理障碍、增进或恢复心理健康。

体育运动是一种积极的主动活动过程,可以有有效的塑造人的行为方式,进而促进个体的心理健康。根据身心交互作用理论,体育运动不仅能促进心血管系统、神经系统、运动系统产生良好效应,还能消除疲劳、减少焦虑、降低应激压力、提高精力和自尊、获得良好的心理效应。健康的心理寓于健全的身体,体育运动通过身心两方面的作用锻炼运动者的坚强意志、健全人格。

**参考文献:**

- [1]李辉, 蔺秀云, 施江玉等. 三维干预促进小学生心理健康的研究[J]. 心理发展与教育, 2005(2).
- [2]刘艳, 蒋索. 学校环境中的积极行为支持——一种可借鉴的心理健康教育模式[J]. 北京师范大学学报, 2016(4).
- [3]李智巧. 音乐疗法的国内外研究实践发展[J]. 北方音乐, 2017(15).
- [4]张亚玲. 儿童绘画与儿童的心理演变关系探析[D]. 西北师范大学, 2007.
- [5]彭蕾. 体育锻炼对中小学生学习心理健康的影响[J]. 教育与教育研究, 2010(1).

**基金项目:**湖南省教育科学规划课题研究成果(课题项目编号: XJK18BXL006)。

