

浅析在小学开展心理健康教育的积极意义

◆乐朝晖

(十堰市东风44小学 湖北十堰 442000)

摘要:在小学开展心理健康教育对培养高素质人才有着积极的意义。1、对学生健康成长的积极意义,帮助学生形成健康心理。2、对教师教学的积极意义。对老师心理素质和教学方式提出更高要求。3、对教学改革的积极意义,转变教育理念,是小学课程更加丰富、合理。

关键词:心理健康教育;学生;教师;积极意义

正文:

随着我国经济飞速发展,生活节奏加快,社会上人们的思想观念不断更新,社会环境也日趋复杂。学校的学生大多是独生子女,因备受家庭的宠爱、社会的宠爱等种种原因,造成学生心理问题日渐增多,其中存在心理异常甚至心理疾病的学生已占了不小比例。现在经常听到家长说孩子不听话,管不了;老师说学生不好好学,不好教。这些,都是只看表面,而没有关注到更深层次的心理问题。

2016年,我在竹溪支教时,周边学校就发生了令人痛心的事。一所学校在开运动会时,一个班主任发现班上有一个小男孩乱花钱,经过询问,了解到是从家里偷偷拿的钱。本着对学生负责的态度,班主任与家长进行了交流、沟通。没想到家长回家后把孩子打了一顿,孩子当晚就从家里五楼跳了下去。惨剧的发生,让人始料未及。如果老师、家长都早一点关注孩子的心理健康,尽早给予排解、疏导,惨剧是可以避免的。

除此之外,如果我们用心观察,会发现我们的周围有许多这样心理不太健康的学生:他们有的性格懦弱、孤僻,缺乏进取心,意志薄弱,没有自制力,胆小怕事,沉默寡言,做事没有信心,心理欠缺,总怀疑同学看不起他。别人在一起说笑,他怀疑在讥讽他,议论他;可又有的专门找别人的缺点、挑别人的毛病,从不思考自己的短处;有的凡事都以“自我”为中心,对他人他事漠不关心或蛮不讲理,从不考虑他人,平时不会意识到自己的问题,反而遇事迁怒于别人,归咎于社会,产生一种反社会性的人格,颇具攻击性,一旦受到外界的激发,便会爆发出来,做出正常人认为不可理喻的事。有的学生孤僻离群,沉默寡言,自我封闭。又有的则异常活跃,常常不分场合过分地表现自己;有的学生对学习失去兴趣,自暴自弃,学习遇到一点困难就在网上找答案、照抄。在学校和家庭中,在评价学生的健康状况时,教师和家长往往只注意一些生理指标,如身高、体重是否达标、眼睛是否近视,而忽略了学生一些习以为常的并对他们的学习和生活适应带来不良影响的心理健康问题。

第一、心理健康教育对学生健康成长的积极意义。

小学阶段是人生发育初期,这一时期生理发育很快,而心理则几乎从零开始。尽管孩子入学前受到家庭的一些影响,但是这与学校教育阶段相比,则显得微乎其微,小学阶段的心理健康教育必将奠定孩子的心理健康基础,一个人的性格、情绪、意志品质、人格、兴趣爱好及各种技能等都将在这一阶段初步形成,人的潜能(想象力、创造力、记忆力、思维力、注意力等)也将初步得到开发。我们只有从小抓起,加强学生心理健康教育,使他们初步形成健康的心理,使学生明白、知道自己的缺点和优点,也应当看到别人的优点和特长,知道称赞别人,懂得尊重别人,从而使他们的情感交流及社会适应能力得到锻炼。从而掌握了良好的心理品质、道德修养、学习方法和学习生活习惯,提高分辨是非的能力,提高遇到挫折时的心理承受能力,遇到困难时积极向上、努力解决的能力。才能为孩子的未来打下坚实的基础。

班上有个叫小豪的学生,因为家庭缘故,自己孤身一人生活,冬天里也独自吃凉水泡面。我担心他得不到家庭的温暖,心理会产生波动,就主动询问他生活情况,孩子生病的时候,我第一时

间带他到社区医院就诊,垫付医药费,让他觉得,他没有被社会抛弃,他身边总有关心爱护他的人。所以,他现在情绪稳定,学习积极性也很高。做好小学生的心理疏导,是多么重要!

第二、心理健康教育对教师教学的积极意义。

开展心理健康教育,不只是一两位教师的事,它需要全体教师的重视和参与。教师不仅是学生知识的传授者,更是学生学习的楷模,他们的一言一行对学生都有较大影响。在小学开展心理健康教育,不仅仅是心理健康教育老师的事情。更是在教学时要把心理健康教育渗透到各科教学及日常管理中。这就对教师的心理素质和教学方式提出了更高的要求,每一位教师都要掌握心理健康的基本知识,以利于正确对学生进行指导,并在教育教学过程中不出现失误。因为不同的教师所带的学生也存在不小差异,教师正是用自己的一切去教育学生、影响学生。首先教师自己要有能够面对现实、积极乐观,对前途有信心;具有能够胜任教学工作的认知能力。有独创性,能运用有效合理的方式解决工作生活中遇到的困难和挫折;有较强的心理适应能力和活动能力;有健全的人格,教师自己的心理承受能力要大大超过学生,豁达大度,心胸宽广,气量宏大,能容人之过。举止大方,态度端庄,不论何时都不忘记为人师表,严以律己,宽以待人。

“其身正,不令而行。其身不正,虽令不从。”小学生的模仿能力很强,一个好的心理健康的教师一定会对小学生的心理健康产生巨大的、深远的影响。所以要培养学生健康的心理,我们教师应首先拥有同样健康的心理。在教学时不仅自己注意保持良好的心理,也要帮助学生保持良好的情绪。对学生要和蔼可亲,以诱发其良好情绪;善于观察学生情绪变化,及时排除不良情绪的干扰;减轻学生过重的学习负担,在课堂上创造生动活泼的教育教学情境,使学生乐于学习。

“亲其师,信其道”,简单的几个字里面蕴含了很多哲理,要使学生“信其道”,首先要做的是“亲其师”。只有建立良好的师生关系,才能使学生在感情上以教师为中心,从而营造一个轻松的课堂氛围,减轻学生的学习负担,从而主动学习和全面发展。

第三、心理健康教育对教学改革的积极意义。

当前,我国教学改革的重心是建立合理的课程结构。传统教学中忽视最多的就是心理健康教育,片面的应试教育使学生、家长、学校社会都以成绩为衡量好坏的唯一标准。大量的语文、数学、外语课,其它的科目课程课时不仅少,而且不能保证教学时间。在学校开展心理健康教育,可以使家长、学生、学校把一部分关注度从语数外上转移到关注学生全面、健康成长上来。使课程结构更加丰富、合理。心理健康教育是德育的基础,很多学校非常重视德育教育,而忽视了心理健康才是德育的根本。只有具备了健康的心理品质,学生才能准确地理解、认同思想品德教育,使思想品德教育产生内化的功能。更有助于培养身体健康,心理健康,全面发展的学生。

学校的“心语小屋”也为学生开放,小屋里有沙发、沙盘、“发泄人偶”等设备,当学生心理情绪出现波动时,可以到小屋跟同学说说悄悄话,找“人偶”发泄心中的怨气和不满,从而进行心理疏导,形成健康的人格。

总之,在小学开展心理健康教育是势在必行。只有搞好小学生心理健康教育,才能促进小学生身心全面和谐地发展和整体素质全面提高的教育。让学生身心愉快地去学习、去生活,才能培养出家长满意、社会需要的人才。

作者简介:乐朝晖,1968年4月,男,汉族,江苏南京人,学历:本科,职称:一级教师,研究方向:小学数学教育。