

小学生心理健康的影响因素及对策分析

◆房雪瑜

(曲阳桥乡东汉小学 河北省石家庄市 050800)

摘要:身心健康成长对小学生未来发展具有重要的意义,然而,由于家庭、学校、个体方面因素,使小学生存在心理健康问题,这种心理健康问题不利于小学生全面发展。学校学校孕育人才的摇篮,有必要肩负教育引导小学生重则,要带来小学生去认知,提升小学生道德素养,进而实现小学教育的有效性。对此,本文着重分析小学生心理看就的影响因素,提出提升小学生心理健康的策略。

关键词:对策;心理健康教育;影响因素

一、小学生心理健康的影响因素

(一)家庭方面

据相关调查而知,85%存在心理健康问题的小学生,其家庭对小学生影响较大。小学生在成长过程中,由于缺乏母爱、关心,形成较为偏见的思想意识,对事物怀有仇视、怀疑、冷漠态度,长此以往,不利于小学生全面发展。而父母过分溺爱孩子,会形成小学生孤傲、自私、任性心理,使小学生在团体合作中无法生存。同时,一些家长在教育子女中不尊重情感、素质教育,采取暴力教育,使小学生在父母的棍棒下,形成自卑、胆怯的心理。此外,在家庭中,父母不能够为小学生营造一个和谐的家庭氛围,一些小事父母之间就会发生冲突,甚至打架,使小学生沦为牺牲品,无形之中给予小学生不健康的引导,导致小学生形成不健康心理。

(二)学校方面

虽然素质教育理念已经落实到教育领域很长时间了,但在当前小学教育中,还是能够看出应试教育的影子,教育以分数之上,无形之中增加小学生学习压力,使小学生形成学习挫败感、焦虑的情绪。同时,在学校在管理小学生方面,还是存在体罚、语言羞辱,使小学生自尊心严重受到伤害,导致师生关系不融洽,无形之中使小学生形成不健康心理。

(三)个体方面

个体方面即是小学生自身原因,由于一些遗传因素、心理因素、生理因素,小学生与同龄存在差异性,使小学生形成自卑心理,导致小学生出现心理健康问题。例如:一些父母因为近亲结婚,使孩子相貌不佳、先天不足,甚至残疾,这些小学生本身就较为孤僻、自卑,加之在学校团体中,一些小学生“不懂事”,利用他人这些缺陷,嘲笑同学,会对小学生身心发展形成一定的影响,甚至一些小学生因为得不到及时引导,容易“钻牛角尖”,出现轻生现象。

二、提升小学生心理健康的对策

(一)发挥德育教育功能

针对上述问题,学校是孕育人才的摇篮,有必要肩负教育引导小学生重则,要带来小学生去认知,了解生活,规范小学生不良行为,提升小学生道德素养,让小学生知晓什么事情是该做的,什么事情是不该做的,如果做了这些事情会为他人带来的影响,教师要让学生懂一些道理,使小学生懂得排解烦恼,进而促进小学生身心健康发展。

例如:在德育教学中,教师要加强学生心理教育,运用案例教学模式,为小学生展示生活中的案例,该案例内容大致为:“小学生由于不爱洗澡,受到全班小学生的嘲笑”以此案例为小学生提出问题:“不洗澡小学生做的对吗?”“全班小学生嘲笑这位小学生对吗?如何在不影响到这位小学生自尊心的前提下,让小学生讲究卫生呢?”教师将小学生分成小组合作模式,让小学生在合作学习中去探讨、分析案例,找寻解决办法的方法,以此案例,能够让小学生结合到自身,改变小学生自身不良习惯,使小学生在面对存在缺失的同学,不加以嘲笑,思考办法帮助同学化解危

机,提升小学生道德素养,进而促进小学生身心健康发展。

(二)全面了解小学生

教师要全面了解小学生,积极融入到小学生群体中,针对一些特殊小学生,加强与小学生沟通模式,了解他们生活与学习中的困惑,帮助小学生改变这些问题,以正能量知识教育小学生,进而构建师生良好关系。同时,教师可以为小学生推荐相关的书籍,让小学生借助课余时间阅读,增强小学生知识储备,让小学生在阅读中获取知识,事实上,小学生86%的知识都是通过阅读获得的,教师引导小学生进行阅读,较为符合小学生发展需要,因小学生年龄下,需要通过阅读拓展自身视野与认知面,进而能够更好的缓解紧张情绪。

此外,教师要与家长形成家校共育关系,向父母了解小学生在家庭中的情况,向家长普及心理健康教育对小学生未来发展的重要性,良好心理对小学生的危害性,让父母调整自己,改变以往存在的缺失,为小学生营造一个和谐、快乐的家庭氛围,同时,父母要有所作为,改变“教育是教师义务”思想理念,要发挥自身引导性作用,观察小学生,从小事教育小学生,引导小学生,规范小学生,并且一些事中,要对给予小学生认可,让小学生知晓父母是爱他的,增强小学生情感教育,进而促进小学生身心健康发展。

(三)为小学生营造健康教育环境

在小学教育中,教师要立足于小学生实际,根据小学生兴趣爱好,为小学生开展形式多样的兴趣活动,让小学生融入到活动中,发展小学生思维能力,完善小学生心智,使小学生在活动中享受欢乐,弥补小学生心理上的缺失,进而使小学生形成健康的心理。兴趣活动是根据小学生兴趣爱好,立足于小学生发展需要开展的活动内容,需要教师对小学生有所了解,根据小学生实际,结合教学内容,为小学生开展针对性的教学活动,使小学生在活动中发挥主观能动性,跟随教师的指引参与到活动中,使小学生在活动中发挥自身所长,树立小学生自信心,进而实现兴趣活动开展的有效性。

例如:教师可以根据小学生心理健康问题,开展爱教师、孩子爱妈妈、三八妇女节活动,增强亲子与师生之间情感,丰盈小学生内心世界,让小学生能够在活动中感受到爱,进而促进小学生全面发展。同时,学校要转变传统教学模式,以素质教育为导向,重视学生能力的培养,全面改变应试教育模式,进而促进小学生全面发展。

结语

综上所述,每一个小学生都存在差异性,教师不能够采取一视同仁教学模式教育小学生,要全面了解小学生,根据小学生实际,为小学生开展针对性的教育,帮助小学生解决困惑,进而提升小学生自我管理与教育能力。因此,在小学教育中,要发挥德育教育功能,全面了解小学生,根据小学生心理健康问题与小学生实际,为小学生开展针对性的教育工作,加强对小学生心理教育,进而促进小学生全面发展。

参考文献:

- [1]郑莉君,米豆豆,郑颖.小学课堂教学中影响小学生心理健康的主要因素探讨[J].健康研究,2010,30(03):198-201.
- [2]余欣欣,郑雪.离异家庭初中生应激生活事件、社会支持、应对方式与心理健康的结构模型研究[J].中国特殊教育,2007(09):69-74.

作者简介:房雪瑜,1986年12月,女,汉族,河北省石家庄市正定县,本科,河北师范大学教育学,曲阳桥乡东汉小学。