

浅谈小学教师进行心理健康教育策略

◆张冠衡

(广东省吴川市吴阳镇那界小学)

摘要:根据教育改革的要求,学校教育除了必要的文化教育外,还必须加强对学生的心理健康教育。由于小学生的心理年龄较小,心理抗压能力较弱,日常生活中,一件很简单的小事就有可能对他们的心理造成极大的伤害。作为教育改革的重点,心理健康教育必须摆正学校教学工作的突出位置。

关键词:小学教育;心理素质提高;应对方案

新课标改革要求培养全方位,多层次发展的学生。小学生正处于人生发展的关键时期,面临着很多的选择和困难,有的时候可能一个重大变故和转折,就可能会改变他们人生的走向。小学生是天真烂漫的代表,这份天真需要我们来守护。提高小学生心理素质水平是小学教师义不容辞的责任,是学校各部门必须关注的重点。帮助小学生走出心灵的阴霾,重新感受生活的光明,是每个教师应尽的义务和责任。接下来,我想和大家探讨一下有关于小学教师加强对小学生心理健康教育的几点建议和看法。

一、正确认识,理性分析心理健康问题的产生

想要对小学生进行心理健康教育,就必须认识到心理健康问题产生的原因。我觉得可以从家庭因素,学校因素,学生个人因素三个方面来看待这个问题。原生家庭对孩子的影响是巨大的,家长的文化素质,心理素质,经济水平都在不知不觉中影响着孩子。由于生活节奏加快,父母很容易忽略孩子的感受,父母关爱的缺失,很容易导致孩子心理受到伤害。学校是孩子除了家庭外生活的最多地方,一些学校缺乏监管,部分问题学生思想态度不端正,很容易伤害同学们幼小的心灵。有些教师过度强调文化成绩的提高,忽视学生心理健康素质,这样非常不利于学生的综合发展。小学生的文化水平和心理素质水平较低,抗压能力较差,容易受到影响。

二、提高教师综合素质水平

作为一名数学教师,我觉得要想提高学生的心理素质水平,就必须要加强教师的心理知识的学习,这样才能正确地引导学生走出黑暗。教师应该和学生建立起平等的,互相尊重的沟通模式,将学生当做自己的孩子,爱护学生。教师应该端正教学态度,认识到心理健康教育与文化素质教育都是我们日常教学中十分重要的教学内容,一个都不能忽视。教师要摆正自己的心态,平等的对待每一位同学,不能仅仅通过学习成绩来判断同学的好坏,也不能随意地诋毁,污蔑同学,这样很容易打击同学的自尊心和自信心。

我在日常的教学中,除了学习数学知识外,还会学习很多的心理知识,用以辅导同学解决心理障碍。平时的教学工作中,我一直都很关心学生的心理健康水平,关注学生心理的变化。由于数学课程的独特性,在日常的学习中,学生很容易产生厌恶心理,这对于他们的心理健康很不利。当我发现这些问题时,总是要找他们聊聊天,开导一下,让他们重燃对数学的信心。

三、发展校园绿化等基础设施建设

校园是同学们生活的主要场地,要想加强对小学生的心理健

康教育就要营造良好的校园氛围,让整个校园充满书香文化,陶冶学生的性情,磨炼学生的脾性。学校应该注重精神文明建设,培育社会主义先进文化,为建设中国特色社会主义文化强国而努力。学校还应该要发展校园绿化,使学生处于一个文静和谐绿色环境中。通过开展文化活动,建设绿化环境可以在很大程度上陶冶学生的性情,从而提高学生的心理健康水平。营造良好的教学氛围,可以提高全校同学和教师以及工作人员对于心理健康素质水平的重视。

四、做学生人际关系的维护者和和平调解员

如今的校园环境中,师生关系非常不利于教师和学生理性的沟通和交流。小学生对于老师还是处于一种尊敬和害怕的状态,这样就很难向老师袒露自己内心的想法,老师不理解情况,哪怕对于心理健康教育有着再丰富的知识也是难以改变现状,起不到作用。人际关系是小学生产生心理健康问题的主要原因之一,不管是师生关系还是学生与学生之间的关系都会对学生产生重要的影响。教师要放下包袱,主动与学生沟通,建立起良性的相处模式,在生生关系中起一定的调和作用,才能缓解学生之间的矛盾。同时,教师要从自己的人际交往经验出发,教导学生如何正确处理人际关系,从源头出发解决引起学生心理健康问题的原因。

例如,我们班级有一位同学,平时生活中比较内向,很少和同学们交流,是个比较孤独的孩子。有一次他找到我,说觉得大家都不是很待见他,他有点害怕和大家相处了,我这才意识到这位同学的心理健康出现了一些问题。我先是安慰他,向他说明了他这种思想是极其错误的,并告诉他要如何和同学们沟通交流。当天我还找来了班长,让班长平时多注意一下这位同学,不要冷落他,要积极引导他参与班级的日常活动。虽然我只是数学老师,但是对于我来说,同学们的心理健康也是我的日常工作之一,既然同学找到了我,我就要对其负责。在这之后,我也一直密切关注着这位同学,发现在班长的引导下,他已经能够很好的投入到班级生活中去了。

随着时代的发展,很多老师都开始越来越重视学生的综合素质能力,心理健康教育的重要性也得到了更多人的肯定。我觉得心理健康教育不仅仅是一位心理课老师就能够解决的,每一位任课教师,每一位家长都有着不可推卸的责任。我从不因为自己是一位数学教师而觉得自己与心理健康教育无关。希望今后每一位老师都能将心理健康教育摆在一个突出发展的地位,努力培养身体健康素质,文化素质,心理健康素质全面发展的学生。

参考文献:

- [1]关剑辉.探析小学生心理健康教育的有效途径.成才之路.2010
- [2]李合英.学生考试焦虑的身心机制及调适研究.华中师范大学.2004
- [3]关丽霞.谈小学生心理健康教育.延边教育学院学报.2009
- [4]刘伟.如何开展心理健康教育.成才之路.2008

