

# 小学生心理健康教育校本形式的实践探索

◆应斯斯

(苏州工业园区新城花园小学)

## 一、小学生心理健康教育的现状分析

当前小学的心理健康教育形式存在的主要问题,一是简单的走形式化课程教育的道路。有些学校有一定的师资力量,试图在日常教学课程中设置心理健康教育课,但是在目前专职心理教师匮乏,没有科学系统的心理健康教育教材的情况下,最终必然的结果是形式大于效果。二是片面的以心理咨询和辅导为主。有些学校花了大量的财力建设了完备的心理辅导室,但是,往往效果不尽如人意,光顾的学生很少,即使有了成效,那也是一种被动的个体的心理咨询辅导,这不是小学心理健康教育的主要目标。

造成这些现象的原因其实是多方面的,一是对心理健康教育的认识方面存在一定问题,心理健康教育不是学校里的一项具体工作,而是一种教育理念。学校一切教学活动、管理活动和后勤服务活动都应遵循心理健康教育的规律,把促进学生心理健康发展作为一切工作的出发点。二是心理健康教育人才和知识的匮乏是制约学校心理健康教育开展的一个重要因素。目前教育主管部门都很重视心理健康教育,但是多数学校只是一些学科老师在兼职做一些心理工作,他们一小部分精力做辅导,大部分精力是身兼数职,因此,存在以上这些问题也在所难免。

可喜的是在这种环境下,很多学校对心理健康教育形式进行了一些有效的探索,也取得了一定的成绩,为其他学校心理健康教育的校本形式研究提供了可借鉴的经验。

## 二、小学生心理健康教育校本研究的原则

### 1.坚持差异性原则和普及性原则。

差异性原则是指学校心理健康教育工作要关注和重视学生的个别差异,根据不同学生的不同需要,开展形式多样、针对性强的心理健康教育活动。每个学生具有自己的个性特点和不同的社会、家庭、文化、经验等背景,因此,心理健康教育同日常教育教学工作一样,需要因材施教,有的放矢,不同的情况要不同对待。我们在实践中就是重点关注通过科学的测试获得的可能存在心理问题的学生和班主任要求重点关注的学生,对他们进行个别的、跟踪的辅导。同时,学校心理健康教育的主要目标应该是全体学生,要贯彻普遍性原则,就是要促进全体学生的身心的正常、健康的发展。基于这一点,我们在实践中就是以心理档案系统软件为依托,给学校的所有学生建立一套心理档案,同时开展普及性的心理健康教育。

2.坚持科学性和实效性原则。心理健康教育的科学性,就是学校教育要以先进的心理学理论为依托,教学内容要规范而系统,同时要善于借助心理学界研究的一些优秀成果。学校建立的心理咨询室,更是要科学而规范。心理健康教育既然是面向全体学生,强调个别辅导,就要特别注重提高实效性,我们要突出心

理健康教育活动的,但又不是纯粹的活动,而是通过活动让学生获得心理体验,决不能停留在说教,或灌输理论知识上搞形式主义。

3.坚持预防性和发展性原则。心理健康教育是主要关注学生的个性发展、人格完善等问题,预防学生在日常学习、生活中可能出现的心理不适应或心理困扰。要面向少数有心理困扰和心理障碍的学生,开展补救性和矫治性的心理咨询与辅导,努力提高他们的心理素质和心理健康水平。发展性原则一方面是我们以发展变化的观点来看待同学存在的一些心理问题,做好其心理疏导工作;另一方面是我们重视对绝大多数同学进行心理健康知识的宣传和教育工作,以提高学生的心理健康意识,促进其个性和人格的健康发展,不断提高学生心理素质和整体素质。

## 三、心理健康教育校本形式的实践探索

1.加强日常教育中心理健康教育的渗透,使之成为主渠道。教师对心理健康知识的拥有程度、教师心理健康教育的能力都直接影响到学生的心理健康。因此,我们认为学校通过任课教师在学校整个教育教学过程中全面渗透心理健康教育,是最有实效也最具普遍性的教育手段。基于这些认识,我们邀请心理专家一方面加强对教师的心理健康教育理论知识的培训,同时也关注教师的自身的心理健康教育和疏导,成立健康教育专家小组。但是,专家只能解决一时问题而不能解决学校长期问题,全校教师依然是心理健康教育的主力军。

2.构建立体平台,拓展心理咨询和辅导的途径。心理咨询与辅导工作在学校的心理健康教育活动中承担着重要的角色和任务,是达到学校心理健康教育整体目标的重要途径。我们首先对有心理专业基础的老师进行心理课程培训,培养出一批心理咨询师。建立了学生心理咨询室,确定心理老师值班,负责接待学生的来访。总之,校本心理健康教育扩大了心理教育、丰富了心理辅导内涵,使学校教育更有针对性和实效性。我们就是从学校实际出发,通过集中人力资源和物力资源,沟通学校和家庭,全方位、多通道的开拓心理健康教育形式,从而有效的营造了一个积极而充满人性化的学校育人环境,达到了对学生进行心理健康教育的普及性,预防性和实效性的目的。

当然心理健康教育校本形式的研究是个动态过程,还需要在实践中不断探索和借鉴,从而使学校心理健康教育走上良性发展的轨道。

### 参考文献:

- [1]小学生心理健康教育的必要性[J].王新.江西教育.2019(06)
- [2]心理健康教育应体现素质教育的要求[J].张淑华.辽宁教育学院学报.1998(02)

