

# 海岛小学心理健康教育现状及对策研究

王明辉

(西南交通大学心理研究与咨询中心 成都 611756)

**摘 要:** 中小学生的心理健康问题日益引发社会各界关注,心理健康教育已经成为中小学教育的重要内容。学校在提高学生心理健康素质方面起主导作用,虽然国家和学校已经认识到学校在这方面肩负着重要责任,但目前学校心理健康教育工作仍存在许多问题。而我国海岛地区经济发展相对落后,心理健康教育问题更为突出。本研究使用小学心理健康教育调查问卷,对舟山市学校进行问卷调查,考察学校心理健康教育开展情况,为海岛小学开展心理健康教育提供相关建议。

**关键词:** 海岛地区; 小学; 心理健康教育

**中图分类号:** G441

**文献标识码:** A

**文章编号:** 2832-9317 (2022) 02-0115-04

**本文链接:** <https://www.oc-press.com/HA-02-115.html>

1999年8月教育部下发《中小学心理健康教育指导纲要》,该文件首次明确规定了中小学心理健康教育目标、原则、方法等内容。此后,教育部根据心理健康教育开展的实际情况又多次修订《纲要》。虽然政策性文件层出不穷,但事实上我国中小学心理健康教育工作依然进展缓慢。

## 一、海岛小学心理健康教育现状研究方法

本研究采用《小学心理健康教育调查问卷》,该问卷共采用28个条目,调查内容主要包含以下三个方面:海岛小学心理健康教育课程开设情况、心理健康教育师资情况、学校在心理健康教育的工作情况。海岛小学心理健康教育课程开设情况主要了解心理健康课程开展途径、内容制定方式、教材存在的不足之处。心理健康教育师资情况主要了解专职心理健康教师数量、心理学专业知识培训时长。学校在心理健康教育的工作情况从家校合作、目前面临困境等方面进行了了解。通过网络形式对舟山市小学教师进行问卷调查,共回收有效问卷84份。

## 二、海岛小学心理健康教育现状研究结果

### (一) 心理健康教育课程开设情况

#### 1. 心理健康教育开展途径

表1 心理健康教育开展途径

	人数	百分比
心理健康课	76	19.8%
心理辅导讲座	76	19.8%
心理咨询室	84	21.9%
团体辅导	46	12.0%
校外专家讲座	52	13.5%
影视心理赏析	26	6.8%
心理剧	14	3.6%
其他方式	10	2.6%
总计	384	100%

由表1所示,心理健康教育开展途径的频数从高至低依次为心理咨询室、心理健康课、心理辅导讲座、校外专家讲座、团体辅导、影视心理赏析、心理剧、其他方式(校园心理文化节等心育活动)。这说明还是传统的心理咨询室、心理健康课、心理辅导讲座三维体系占主要部分,其他了解和辅导学生心理状况的途径较少。根据意见反馈得知部分学校的心理咨询室场地和其他职能部门共用,很多时候无法正常发挥作用。学校对心理健康教育工作还不够重视,支持力度有待加强。

2. 课程内容制定方式

表 2 课程内容制定方式

	人数	百分比
根据上级文件的指导与要求制定	68	81.0%
由学校心理健康教育老师制定	10	11.9%
其他方式	6	7.1%
总计	84	100%

由表 2 所示, 心理健康教育课程内容制定方式根据上级文件指导与要求制定占比 81%, 由学校心理健康教育老师制定 11.9%, 其他方式占 7.1%。上级文件的指导与要求一般都是经过权威专家研讨得出的, 理论体系完善能迅速指导学校开展相关工作。但文件制定是参照区域学校的整体水平, 具有纲要性但不可能对每所学校都适用。如果学校的心理健康教育课程不是根据实际情况和现实需要制定的, 就有可能造成实践脱离理论的情况。

3. 老师认为教材存在的不足之处

表 3 教材不足之处

	人数	百分比
针对性不强	12	14.3%
缺乏直观感	18	21.4%
缺乏操作性	28	33.3%
理论与现实脱节	12	14.3%
可读性不强	7	8.3%
无不足	7	8.3%
总计	84	100%

由表 3 所示, 在有关教材的不足之处中, 缺乏操作性占比 33.3%, 缺乏直观感占比 21.4%, 针对性不强占比 14.3%, 理论与现实脱节和可读性不强各占 14.3%。可读性不强占比 8.3%, 无不足占比 8.3%。说明现阶段海岛小学所使用的心理健康教育教材存在许多不足, 主重集中在缺乏操作性和直观感方面。

(二) 调查心理健康教育课程师资情况

1. 专职心理健康教师数量调查

学校有专职心理健康教师占比 40.5%; 无心理健康教师占比 59.5%。可以得知专职的海岛小学心理健康教育教师还存在很大缺口, 学校的心理健康教育师

资上需要重视。

2. 心理健康教育教师培训情况

每学期安排专兼职心理教师、班主任参加心理学专业学习与培训, 超过 12 小时, 且每学期组织全体教师参加心理培训 1 次及以上占比 42.9%; 每学期安排专兼职心理教师、班主任参加心理学专业学习与培训, 超过 12 小时占比 9.5%; 每学期安排专兼职心理教师、班主任参加心理专业学习与培训, 但不足 12 小时 40.5%; 没有开展这方面的工作 7.1%。有近 50% 心理教师、班主任没有受到足够时长的心理培训, 学校对于这块工作还是不够重视。

(三) 学校在心理健康教育的工作情况

1. 教师与家长在学生心理健康教育方面的探讨情况

表 4 教师与家长交流原因

项目	人数	百分比
家长主动求助	6	7.1%
定期与家长共同探讨	46	54.8%
学生主动求助	6	7.1%
教师察觉、发起	26	31.0%
总计	84	100%

由表 4 所示, 过半的教师与家长都会定期交流学生心理健康情况, 这对于维护学生心理健康是有益的, 希望其他教师也能学习加强学校、家庭间的联系。

2. 学校开展心理健康教育课程面临的困境

根据教师反馈, 学校开展心理健康教育面临的难题有这些方面: 教师工作繁忙与学生沟通交流时间不够; 希望校领导更重视心理健康教育工作; 学校的心理专用室、设备设施形同虚设, 利用率低; 缺乏专业的心理健康教师; 对教师的心理健康关注更多些。

三、海岛小学心理健康教育存在的问题

(一) 心理健康教育课程开展途径单一

虽然舟山市小学几乎都开设了心理健康教育课程, 但多数以心理健康课、心理辅导讲座、心理咨询室的方式进行, 开展的形式相对单一, 学校心理健康教育重点以理论学习和思想教育为主。在高速发展的今天, 学生身处错综复杂的生活环境, 单一模式的心理健康

教育课程已经无法满足他们期望的心理需求。

#### （二）心理健康教育教材存在不足

大多数学校教材都是根据上级文件的指导与要求制定，但实施的效果并不理想。缺乏操作性与缺乏直观感的问题尤为突出，说明学校在编制时未对学生实际情况展开摸排，没有结合实际情况针对性地制定。课程内容多是心理健康知识的纲要，在儿童成长所面临的具体心理问题方面有缺失。教材编制还要考虑学生的心理特点，如果教师总是围绕宏观的心理知识进行讲授，学生听起来无趣，长此以往会导致课堂氛围僵化，心理健康教育课反而起了反作用。

#### （三）海岛小学师资力量短缺

舟山市小学专职心理健康教师缺口还比较大，在问卷结果中近60%的学校没有专职心理健康教师，而同时学校在教师心理专业素养培养方面也不容乐观，许多班主任和兼职心理健康教师得不到充分的心理健康教育培训，教师的心理学专业素质不够应对学生们多元的心理需求。而任课教师虽然都非常支持学校开展心理健康教育，但他们自身对心理健康教育知识和学校心理健康教育体系都一知半解，提供的帮助有限。

#### （四）教师工作压力大，心理处于亚健康状态

有不少教师希望能够少做档案工作，把时间留给学生。心理健康课程开展要基于教师的心理健康之上进行，每个学校都应该有专职的心理健康教师。在没有专职心理健康教师时，兼职的任务通常落在班主任和一些主课老师身上，他们与学生接触时间最长，对学生心理状况更敏感。但他们不仅有日常教学工作需要完成，还要兼顾班级管理，如果再增加心理健康辅导工作，在这样的压力下他们自身的心理状况也难以保证。

### 四、加强海岛小学心理教育的对策建议

#### （一）完善学校心理健康教育教材

心理健康课程是学生学习和生活的辅助性工具，它不是科学知识的垂直传播也不是家长式的教唆，而是一种引导与指航。所以不需要规则公式与死板的背诵，而应该以学生为主体，在尊重学生个性的前提下找到共同的出发点，让学生各自完成对自我的探索。

编写内容上要找准对象，应该是全体或大部分学

生共同面对的问题，对于个别的个性化问题因为其特殊性可以作为补充内容呈现。编写形式上需要的是灵活和多元而不是规范统一、死板僵硬，避免单纯的说教或直接给出解决问题的方法，更多的是引导、启发学生，让他们体验和感受这个过程。许多学校对于上级文件的指导和要求，往往采用拿来主义直接进行照搬，我们的立意应切实解决学生关注与面临的问题，虽然这些下达文件值得借鉴，但还需要去搜集相关文献资料，学习那些优秀案例以提升教材的科学性和有效性。

#### （二）加快心理健康教师队伍建设

舟山市小学心理健康教育的顺利开展需要专职心理健康教师的参与，这需要相关部门政策引导，加大对师资队伍的培养力度，让院校提供更多心理学专业毕业生。对师范类学生也可以开设心理健康教育课程，让他们在大学掌握一些基础的知识和技能。对于舟山市兼职心理教师，要为他们提供必要的培训，提升心理学理论素养和相关技能，争取岗位教师人人都持双证。

社会招聘和补充对于学校的发展很重要，但另一方面学校自己也应想办法克服现有条件下心理教师师资短缺带来的难题。如果按照心理学专业水平和教师开展心理工作的作用进行划分可以把学校老师分为三个层级：第一级是各科任课教师，虽然不了解专业的心理健康知识，但可以在课堂对学生辅以德教育，这也与教学目标中的情感、态度、价值观目标相适应的；第二级是学校兼职心理教师，主要任务是教授心理防护知识维护学生心理健康；第三级是学校专职心理老师，主要是教授学生心理健康知识，为学生咨询、诊断心理问题，维护他们的心理健康。如果学生出现严重心理问题应立刻告知家长，并建议家长陪同去医院问诊，由医生做诊断、治疗。

#### （三）整合家校合作模式，架构双边沟通桥梁

学校和家庭之间的沟通合作对于构建完善的心理健康教育体系来说是不可或缺的。正确的家庭教育能促进学生心理健康成长，而家长自身的素质水平和思想观念都千差万别，要想发挥家庭教育的作用就需要教师和家长对话，介绍先进的教育理念和科学的教养

方式。双方对心理健康教育的内容和目的都要明确,即一切都是为儿童的心理健康所服务,所以彼此要协调合作、互相配合。教师普及教育、心理知识,指导家长建立和谐的亲子关系和良好的家庭氛围。同时学习要把家校合作纳入学校心理健康教育评估指标中的一项,推进心理健康教育的开展。

(四) 树立“示范学校”, 推动区域心理健康教育合作体系建设

舟山市城区与偏远海岛的经济发展差异较大, 心理健康教育发展程度也不同。为保证不同区域开展的心理健康教育更科学规范, 要结合当地实际探索合适的心理健康教育模式。舟山市教育局可以组织心理健康教育专家对舟山市小学进行评估, 挑选出心理健康教育开展较好的示范学校。借助现代网络平台介绍心理健康教育的成功经验, 起到以点带面的示范作用, 学校之间也要加强沟通交流, 互学互鉴优秀经验, 构建全面、开放的心理健康教育体系。

## 五、结语

埃里克森是美国的发展心理学家和精神分析学家, 他提出了著名的心理发展八阶段理论。他始终认为人的本性既不是善的, 也不是恶劣的, 他对形成和发展良好的个性品质抱着较为乐观的态度。而心理健康教

育正是起着积极引导的作用, 让学生朝着健康积极的方向发展。虽然现在海岛小学的心理健康教育还存在许多问题, 但只要学校、教师、社会、家庭各方面团结在一起发挥作用, 都愿意为心理健康教育事业添柴加薪, 那么海岛小学心理健康教育工作一定会顺利完善的开展。

## 参考文献

- [1] 崔景贵. 国外学校心理健康教育的发展及其启示[J]. 中小学心理健康教育, 2003(06): 4-7.
- [2] 李思. 美国中学心理健康教育的当代发展及启示[D]. 江西师范大学, 2011.
- [3] 林崇德. 积极而科学地开展心理健康教育[J]. 中小学心理健康教育, 2002(01): 4-7.
- [4] 林荣宝. 全员参与 全科渗透 全面展开——福建省泉州市泉港区第六中学开展心理健康教育的有益探索[J]. 中小学心理健康教育, 2005(05): 44.
- [5] 睢春艳. 石家庄小学心理健康教育存在的问题及解决对策研究[D]. 河北师范大学, 2017.
- [6] 孙永明. 论中小学心理健康教育的几个问题[J]. 教育探索, 2003(11): 91-93.
- [7] 张巽璐子. 昆明市主城区小学生心理健康、小学心理健康教育与体系构建的研究[D]. 云南师范大学, 2018.
- [8] 赵绍友. 中小学教师心理素质的现状与对策[J]. 中小学心理健康教育, 2007(17): 56.

# Analysis and Optimization Strategies of Island Primary Schools' Psychological Health Education

Wang Minghui

**Abstract:** The mental health problems of primary and secondary school students have attracted increasing attention from all walks of life. Mental health education has become an important part of primary and secondary education. Schools play a leading role in improving students' mental health quality. Although the state and schools have realized that schools shoulder important responsibilities in this respect, there are still many problems in the work of mental health education in schools. But our island area is relatively backward in economic development, mental health education problem is more prominent. This study used the mental health education questionnaire for primary school students to investigate the development of mental health education in schools in Zhoushan city, so as to provide relevant suggestions for the development of mental health education in island primary schools.

**Key words:** island area; primary school; mental health education