

小学语文教育具有丰富内涵,是综合性育人过程。基于语文学科的人文性与工具性,教师要借助人类思维和情感的重要载体,与学生解读经典、赏析语言,培养学生的审美情趣与人文精神。在语文教学中渗透心理健康教育,能助力学生正确认识自我、管理情绪、应对挫折,形成积极心态,提升学习效果。

### 一、深挖教材心育资源,巧融心育于课堂教学

小学语文教材是教学的重要载体,蕴含着丰富的心理健康教育资源。从教材中选入的课文来看,每一篇经典作品都是作者情感与智慧的结晶,从不同的角度、以不同的方式展现着人性的美好、生活的哲理。因此,教师在讲解课文时要巧妙地将心育内容融入教学,引导学生分析课文中的典型人物,探讨故事情节,使学生在学习的同时领悟课文蕴含的人生道理、歌颂的人物品质等。

以三年级的一篇童话故事《陶罐和铁罐》为例,教师引导学生关注陶罐和铁罐的语气、用词与态度,如铁罐的傲慢、轻蔑,陶罐的谦虚友善。在此基础上,教师带领学生分析这两个角色,并提问“铁罐为何傲慢”,学生在阅读过后,能发现铁罐只看到自身长处,忽视短处。课堂讨论时,教师强化价值引导,问“生活中应像谁与人相处,为什么”,促使学生将道理内化为行为准则,升华心育主题。

### 二、营造课堂积极氛围,给予学生肯定与鼓励

在教学过程中,教师要热情饱满地对待每一堂课,用真诚的笑容迎接学生,让学生感受到学习的活力。在

学生成长过程中,尤其是低年级的小学生,渴望得到他人的认可,教师要善于捕捉学生的闪光点,如精彩的课堂回答、认真完成的作业、小小的进步,都应及时给予肯定。“亲其师,信其道”,当学生感受到教师的尊重与信任时,他们会充满自信,不仅利于语文学习,更能形成乐观心态,助力健全人格培养。

在《开满鲜花的小路》的教学前,教师精心布置教室,在教室的角落摆放鲜花,张贴色彩鲜艳的花朵图片,营造出与课文主题相符的美好环境。在导入环节,教师带着真诚的笑容提问:“同学们,今天老师要带你们去一条特别神奇的小路,这条小路上开满了各种各样美丽的鲜花。你们想不想去看看?”通过热情互动迅速抓住学生的注意力,激发他们的学习兴趣。在教学生字时,教师引导学生运用联系生活实际等识字方法。引导学生理解课文内容,体会“五颜六色”“绚丽多彩”等词语的意思,以及小动物们对开满鲜花的小路的喜爱之情。教师通过提问启发学生思考,让学生在充满爱与支持的环境中快乐学习。

### 三、借助合作学习方法,培育学生交往能力

在小学语文教学中,借助合作学习方法,打破了学生单一的个体学习模式,将学生分成小组,让他们共同

完成学习任务。在合作过程中,学生需要明确分工,各司其职,并且适时表达自己的观点。这使得学生在与同学的交往中学会理解、包容与合作,能欣赏他人的优点,正视自己的不足。这种在合作关系中培养出来的交往能力,将伴随学生一生,使学生能更好地与人相处,更好地适应社会发展的需求。

在《海上日出》的教学中,教师围绕教学目标,设计合作学习任务。比如,分组梳理不同天气日出段落、概括特点;或者要求小组合作,根据课文内容绘制日出过程的思维导图等。在分析描写日出的语句时,学生围绕作者用词的精妙之处展开讨论,分享自己对“太阳像负着什么重担似的,慢慢儿,一纵一纵地,使劲儿向上升”这一段描述中“负着”“一纵一纵”“使劲儿”等词语的理解。在合作学习结束后,教师组织开展多元评价活动。最后,颁发“最佳合作小组”“最佳沟通奖”“最具包容心奖”等荣誉证书,激励学生继续保持积极的交往态度。

### 四、引导学生挑选读物,凭借阅读舒缓压力

小学阶段的学生正处于身心快速发展时期,在学习和生活中都会遇到各种压力,而阅读是一种独特的心灵滋养方式。作为学生阅读的引路人,教师要根据学生的年龄特点、认知水平、心理困扰为他们推荐合适的

读物。同时,开展阅读推荐会、图书分享活动,让学生相互交流阅读心得,体验不同的人生经历,汲取人生智慧。

小学高年级的学生自主意识得到快速发展,有的学生做好了步入初中的规划,却对学习倍感压力;有的学生对后续学习缺乏目标,感到迷茫、困惑;还有的学生因自我意识过强与父母、朋友之间产生了沟通问题。教师向学生推荐了《鲁滨孙漂流记》,书中的主人公鲁滨孙,在荒岛上克服了难以想象的困难,包括建造房屋、种植粮食、饲养牲畜等。在这种恶劣的环境下,他顽强地生存了下来,并最终回到家乡。在推荐学生阅读之后,教师围绕“鲁滨孙的生存智慧”组织分享会,让学生分享自己在阅读过程中印象最深刻的鲁滨孙克服困难的情节。借鲁滨孙坚韧不拔的精神,激励学生面对挫折,克服困难。

综上所述,心理健康教育与小学语文教学的有机结合,不仅是对教育本质的深刻践行,更是顺应时代发展对人才培养的必然需求。在教学实践中,语文教师应认识开展心理健康教育的重要性,并探索和创新心理健康教育在语文课堂中的渗透方式,做到以语文教学为载体,以心理健康教育为羽翼,助力每位学生拥有健康的心理和健全的人格,能从容应对生活和学习中的各种挑战。

## 农村留守儿童心理健康问题的成因与对策研究

澧县梦溪镇中学 庞维 澧县澧浦完全小学 陈兵

随着中国经济社会的快速发展,农村劳动力大量涌向城市务工,留守儿童群体持续扩大。据国家统计局《中国统计年鉴2023》数据显示,2022年中国农村义务教育阶段留守儿童约为1086.6万人。梦溪镇中学留守儿童近三年来占比在53%左右。此类儿童在成长关键期面临亲情缺位、教育资源匮乏、社会支持薄弱等多重困境,心理健康问题尤为突出。因此,深入探讨农村留守儿童的心理健康问题成因及对策,对促进其健康成长具有重要意义。

### 一、农村留守儿童心理健康现状

我校于2022年成功立项湖南省常德市教育研究课题“农村初中学生心理健康教育实践研究”,课题组通过对全校近600名留守儿童的调研发现,农村留守儿童普遍存在以下心理健康问题:

#### 1. 情感缺失与孤独感

父母长期在外务工导致留守儿童情感需求难以满足。我校近76%的留守儿童表示“很少与父母交流”,经常感到孤独,45%的留守儿童认为“父母不了解自己的烦恼”。一名13岁男孩在日记中写道:“每次开家长会,我只能假装生病请假,因为没人

能来”。此类现象折射出留守儿童普遍存在的感情荒漠化问题。

#### 2. 自卑敏感与社交回避

调研发现,近48%的留守儿童因家庭经济条件差异产生自卑心理,留守儿童的课堂发言频率仅为非留守儿童的三分之一,且近65%的学生因“害怕被嘲笑”回避集体活动。

#### 3. 焦虑抑郁倾向

心理测评结果显示,留守学生抑郁筛查阳性率达38%,显著高于非留守群体(12%)。女生多因学业竞争焦虑失眠,男生则在心理上倾向于通过打架等攻击行为宣泄情绪。

#### 二、成因分析

##### 1. 家庭因素

亲情缺位:父母年均返乡次数不足3次,超半数家庭仅通过简短电话沟通,亲子沟通多局限于物质需求,情感支持严重匮乏。

隔代教育局限:调查显示我校有78%的留守儿童由祖辈抚养,他们文化水平普遍偏低,教育方式以放任或溺爱为主,只管吃饱穿暖,心理健康干预能力不足。

##### 2. 学校因素

专业资源匮乏:农村学校心理教师师生比达1:1500,远低于城市

1:300的标准。

教师负担过重:农村教师大多身兼数职,教学任务繁重,还要兼顾班主任、行政等管理工作,关注学生心理状态的时间和精力有限。

家校协作低效:学校与家庭之间缺乏有效沟通机制,沟通渠道单一化问题显著,无法形成教育合力。

#### 3. 社会因素

社区支持缺位:90%的农村社区未设立心理咨询站,儿童活动中心覆盖率不足20%。

公众认知偏差:社会对留守儿童问题的关注多集中于物质援助,心理健康需求常被忽视。

#### 三、解决策略与路径优化

##### 1. 家庭层面,构建情感支持闭环

强化亲子互动:推广“家庭联络日记”与定期视频通话制度,每周至少2次及以上电话沟通联系。

提升监护人能力:依托“家长学校”开展心理健康培训,重点指导祖辈监护人掌握情绪疏导技巧。

2. 学校层面,完善心理健康教育体系

课程与机制创新:将心理健康课纳入必修课程,建立“心灵信箱+危机干预”双轨机制。

师资专业化:实施“乡村心理教师专项培养计划”,三年内实现师生比1:800的目标。

#### 3. 社会层面,构建多元支持网络

政府主导:加大财政倾斜,落实“农村学校心理辅导室全覆盖”工程。

社会组织协同:引入高校志愿者开展“一对一结对帮扶”,定期组织心理夏令营。

社区联动:建立留守儿童动态档案,联合社区开展月度家访与心理筛查。

#### 4. 政策保障,推动制度完善

立法建议:制定《农村留守儿童心理健康促进条例》,明确家庭、学校、政府的权责。

城乡均衡:通过“教师轮岗制”与“远程教育平台”缩小资源差距。

农村留守儿童的心理健康问题是一个复杂的系统性问题,需要学校、家庭和社会的持续协同发力才能得到逐步解决。我校通过三年多的学生心理健康教育实践发现,加强家庭情感支持、完善学校心理健康教育体系,以及构建社会支持网络,可以有效改善农村留守儿童的心理健康状况,有力促进每一个留守儿童生命的敞开和绽放。

(本文系2022年湖南省常德市教育研究立项课题“农村初中学生心理健康教育实践研究”的阶段性成果,项目编号:CDJYKY202219.)