

Exploration on the Importance of Diligent Quality in Mental Health Education

Xiaoxi Ma

Dongguan Primary School, Baota District, Yan'an City, Shaanxi Province. Yan'an, Shaanxi, 716000, China

Abstract

Primary school teaching link, because the students formally into the compulsory education stage, for a long time to leave the family, into the new environment, so the students will have some psychological problems. In this context, it is very necessary for the mental health teaching for primary school students, which requires the educational personnel to pay more attention to it and to introduce it into the primary school teaching reasonably. As the traditional ideological quality of the Chinese nation, diligence quality can set up the spirit of students' hard struggle and cultivate their positive spiritual attitude, so the quality of diligence has become an important part of the mental health education of primary school students, which needs to be designed according to the teaching needs.

Keywords

mental health education; diligent quality; thought shaping; all-round development

小学生心理健康教育中勤奋品质的重要性与培养途径探索

马小溪

陕西省延安市宝塔区东关小学, 中国·陕西 延安 716000

摘要

小学教学环节, 由于学生正式步入义务教育阶段, 会长时间离开家庭, 进入到新环境中, 所以学生就会出现一些心理方面的问题。此背景下, 针对小学生的心理健康教学就十分必要, 需要教育人员加强对其的重视, 合理将其引进到小学教学中。勤奋品质作为中华民族传统思想品质, 能够树立起学生艰苦奋斗的精神, 培养其积极向上的精神态度, 所以勤奋品质就成为小学生心理健康教育的重要一环, 需要教育根据教学需要进行设计。

关键词

心理健康教育; 勤奋品质; 思想塑造; 全面发展

1 引言

小学生心理健康教育作为对学生心理问题进行治疗的作业, 随着教育理念的更新逐渐成为教学的关键, 需要教育人员在教学过程中加强对小学生心理健康问题的重视, 结合学生日常表现分析学生可能存在的心理问题, 制定针对性的解决策略。而勤奋品质作为重要思想品质, 关系到学生的成长, 也就成为心理健康教育的关键一环。所以现阶段小学心理健康教育中, 就需要教育人员结合小学生教学需要, 分析勤奋品质对小学生的必要性, 并且分析勤奋品质培养存在的难点, 在此基础上制定针对性的解决策略。论文就从小学生心理健康教育入手, 对勤奋品质的培养途径进行探索, 实现教学水平的提升。

2 小学生心理健康教育概述

心理健康是指一个人具有良好的心理品质和健全人格, 即心理发展比较完善, 人格健全, 能适应客观环境。尤其小学阶段的学生, 正是身心健康发展的关键时期, 在这一阶段的学生伴随着年纪的不断增长, 学生的思维方式, 以及自身的观念都在不断地进行着变化, 就会导致很多的学生出现一些心理问题。近些年以来, 患抑郁症的人数逐年增加, 学生的心理健康问题, 更是越来越多。这一现象给学生, 以及学校带来了极为严重的影响^[1]。作为教师一定要意识到这一现象的严重性, 从而能够采取更加积极有效的方式, 对学生开展相关的心理健康教育工作。心理健康的标准如图1所示。

【作者简介】马小溪(1979-), 男, 中国陕西延安人, 本科, 一级教师, 从事小学教育研究。



图1 心理健康的标准

3 小学心理健康教育中勤奋品质概述

小学生心理健康教育中的勤奋品质概念非常重要，它涉及学生如何培养和维持良好的学习态度和行为习惯。勤奋可以理解为持之以恒地努力和专注于完成任务。对小生来说，勤奋包括及时完成作业、积极参与课堂活动、坚持学习新知识和技能等。教育者可以教导孩子们设定可量化和具体的学习目标，帮助他们学会制定计划和管理时间，以达成这些目标。同时，教育他们如何自我监控学习进度，及时调整学习策略。通过教学中的勤奋品质培养，能够激发学生积极向上的精神态度，为未来学生的发展养成良好习惯，以实现学生的全面发展。

4 小学心理健康教育中勤奋品质的重要性

在小学生心理健康教育中，勤奋品质的重要性不可忽视，主要体现在以下方面，需要相关人员进行深入分析。

4.1 有利于养成学习态度与成就

勤奋是学习的基础，它意味着学生不仅努力工作，而且专注于完成任务。这种态度直接影响他们在学业上的表现和成就水平。勤奋的学生倾向于更加专注于学习，更有可能克服困难和挑战。

4.2 有利于提升学生自我管理能力

勤奋品质培养了学生的自我管理能力和时间管理、任务分配和优先级设定。这些技能不仅在学校里有用，还在日常生活和将来的职业中都至关重要。

4.3 可以培养学生克服挫折与坚韧精神

学习过程中，学生会遇到挫折和失败。勤奋的品质能帮助他们从失败中学习，保持积极的心态并持续努力。这种坚韧精神是解决问题和克服障碍的关键。

4.4 有利于学生长期成就和职业发展

勤奋不仅影响学生的学术成就，还对他们的长期职业发展有着深远的影响。具备勤奋品质的学生通常更有可能在工作中表现优秀，因为他们习惯于努力工作和追求目标。



图2 塔形心理健康教育课程

5 小学生思想健康教育中勤奋品质培养的难点

小学生思想健康教育中，勤奋品质虽然能够显著提升学生的未来发展，但是实际作业环节，由于小学生年龄较小，再加上勤奋品质涉及面较广，勤奋品质的培养就存在一些难点，需要相关人员进行分析并解决。首先，小学生的认知和发展水平存在较大差异，有些学生可能还未能完全理解长期目标和延迟满足的重要性。因此，教育者需要根据学生的年龄和个体差异，设计适合他们理解和接受的勤奋品质培养内容。其次，勤奋的培养过程中，学生可能会遇到挫折和失败。教育者需要教导他们如何正确处理这些负面经历，以避免挫折导致消极情绪和学习动力下降的问题。再次，家庭环境对勤奋品质的培养有重要影响。一些学生可能来自不同的家庭背景，家庭对学习的期望和支持程度可能不同。这可能导致学生在勤奋品质上的差异，教育者需要在家庭和学校之间建立有效的沟通和合作^[1]。最后，勤奋品质的培养需要综合考虑多个方面，包括认知、情感、社会和行为层面。这需要持续性的教育和支持，不仅限于课堂上的教学，还包括家庭、同伴和社会的影响。

6 小学生心理健康教育中勤奋品质的培养途径

6.1 合理设计培养目标

在小学生心理健康教育中，设立勤奋品质培养的目标可以为勤奋思想设计合理目标，方便相关人员进行作业。实际作业环节，需要相关人员通过以下手段进行设计，保证目标的合理性。首先，教师应帮助学生理解并设立长远的学习和个人发展目标。这些目标可以是学术方面的，如学习成绩的提高或特定学科的深入学习；也可以是个人发展方面的，如兴趣爱好的培养或特定技能的习得。其次，教师可以通过积极的激励和正向反馈，促使学生内在地愿意努力学习和克服困难。教育者可以通过鼓励学生挑战自我、认可他们的进步和努力来增强他们的学习动机。再次，教师还需要帮助学生学会并应用有效的学习方法和策略，如良好的时间管理、任务规划、集中注意力和克服学习障碍的能力。这些技能可以帮助学生更有效地学习，增强他们的勤奋品质。最后，

还需要帮助学生养成良好的学习习惯和日常生活习惯,如定期复习、按时完成作业、积极参与课堂活动等。这些习惯有助于增强他们的学习动力和坚持力^[3]。通过以上目标设立,可以全面而系统地促进小学生勤奋品质的培养,帮助他们在学习和生活中取得积极地成长和发展。

6.2 应建立激励以及奖励机制

正反馈的设计可以给学生很大的激励,从而激发学生对勤奋品质的兴趣,方便培养学生勤奋品质。要求相关人员通过以下手段进行设计。首先,老师可以在课堂上或班级公告中表扬那些特别勤奋和努力的学生,让他们感受到被认可和鼓励。其次,设立奖励制度可以增强学生的积极性和竞争意识。奖励可以是物质性的,如小礼品、书籍或文具;也可以是非物质性的,如荣誉证书、表彰信或参加特别活动的机会。奖励的设置要具有激励性和公平性,确保每位学生都有获得奖励的机会。最后,教学人员可以定期组织班级或学校的团体竞赛,鼓励学生通过合作和竞争来激励彼此。对于获胜的团队或个人,可以颁发奖杯或举行庆祝活动,增强集体荣誉感和团队合作精神。综合利用这些激励和奖励机制,可以有效地促进小学生的勤奋品质培养,让他们在学习过程中感受到成就感和动力,从而更积极地参与学习和成长。

6.3 培养学生失败的处理能力

学生在勤奋品质养成中经常出现失败状况,所以如何处理失败后的心理就成为小学生心理健康教育的关键,需要相关人员通过以下手段进行设计。第一,学生要教导学生,失败是学习和成长的一部分,而不是终点。帮助他们理解,每个人都会遇到失败,重要的是如何从中学习并变得更强大。第二,当学生面对失败时,要及时提供情感上的支持和安慰。让他们知道,失败并不意味着他们不够好,而是一个机会来改进和提升。第三,应帮助学生分析失败的原因,让他们意识到可能存在的问题或挑战。这有助于他们更好地理解失败背后的因素,并在未来做出改进。第四,还需要引导学生寻找积极的解决方案和应对策略。这可以包括重新规划学习策略、寻求帮助或资源、制定更具体的目标等^[4]。通过以上方法,教育者可以帮助小学生在面对失败时,更积极地处理和从中学习,从而促进他们的勤奋品质和心理健康的发展。

6.4 重视学生的个性化

小学生个性存在差异,对其进行心理健康教育中的勤奋思想培训,就需要教师结合学生的性格特点开展针对性的

教学活动,提升水平。第一,每个学生的学习方式和动机都不同,教育者可以通过观察、交流和评估来了解每位学生的特点,包括他们在学习中的强项和需要改进的领域。第二,教师需要根据每位学生的能力和现状,设定具体、可行的个性化学习目标。目标应该既挑战学生,又能够在适当的时间内完成,以鼓励他们持续努力和进步。第三,就需要针对每个学生的需求,提供个性化的学习支持和指导。这可以包括定制化的学习资源、个别辅导、小组合作等方式,帮助学生在克服障碍和提升自信。第四,在学习过程中,学生可能会面临挫折和困难。提供情感支持和心理鼓励,让他们知道教育者关心他们的成长,并相信他们有能力克服困难。第五,家庭在小学生的学习和心理健康教育中扮演着重要角色。与家长密切合作,分享学生的学习进展和挑战,共同制定支持学生勤奋品质培养的策略和方法^[5]。通过以上方法,教育者可以在小学生心理健康教育中实现对勤奋品质的个性化重视,帮助每个学生在其学习旅程中实现自身潜力,并建立积极的学习态度和行为习惯。

7 结语

综上所述,良好心理素质是塑造高质量人才的必要条件,可提高学生的抗压能力,遇到问题时转换视角改变固有思维方式,使学生人格健全。心理健康教育工作应从教师课堂授课、日常交流沟通、丰富多彩的活动等方面入手,切实发挥学校心理健康教育主阵地的作用,家长与教师分工协作,引导学生直面挫折与困难,进而达到心理健康教育的效果,使学生健康快乐成长。

参考文献

- [1] 韩美芳,籍永凤.小学生心理健康教育中勤奋品质的培养策略分析[J].华夏教师,2022(17):21-23.
- [2] 陈慧华.聪明在于勤奋天才在于“积累”——培养小学中年级学生词汇积累能力的策略探究[J].新智慧,2020(36):77-78.
- [3] 自主勤奋善思乐学南京天正小学:“适合的教育”理念下的“三个小能人”培养[J].教育研究与评论(小学教育教学),2020(5):2+97.
- [4] 勤奋、谦逊、严谨、求实的农村小学校长——肖贵云[J].数学大世界(中旬),2018(1):2.
- [5] 勤奋争优守纪活泼南京浦口永宁小学:乐学笃行,彰显人文之美[J].教育研究与评论(小学教育教学),2017(8):2.