

Research on the Influence of Mathematics Learning Difficulties on the Mental Health of Primary School Students and Its Intervention Strategies

He Zhou

Bazhou District No.9 Primary School, Bazhong, Sichuan, 636600, China

Abstract

Mathematics learning difficulties is a major problem in primary school, which not only seriously affects the academic development of primary school students, but also hurts their mental health to a certain extent. In order to fully understand this problem and seek effective intervention strategies, we used questionnaires and interviews to explore it in depth. The study found that primary school students with math learning difficulties are more likely to suffer from anxiety, low self-esteem and frustration, and these three psychological problems may gradually spread to daily life, thus reducing the quality of life. To solve this problem, we proposed a variety of educational intervention measures, including the adjustment of teaching methods, personalized guidance, and further improve the psychological counseling mechanism of primary school students. At the same time, families and schools should actively cooperate to create a good learning atmosphere, and help primary school students to establish good math learning habits and self-confidence.

Keywords

math learning difficulties; mental health; intervention strategies; primary school students' education; learning atmosphere

数学学习困难对小学生心理健康的影响及干预策略研究

周和

巴州区第九小学, 中国·四川巴中 636600

摘要

数学学习困难是小学阶段的一大难题,这不仅严重影响了小学生的学业发展,也在一定程度上伤害了他们的心理健康,为了全面了解这一问题并寻求有效的干预策略,我们采用了问卷调查和访谈的手段对其进行深入探究。研究发现,存在数学学习困难的小学生更容易遭受焦虑、自卑和挫败感,这三个心理问题有可能会逐渐蔓延到日常生活中,进而降低个体的生活质量。为了解决这一问题,我们提出了多元化的教育干预措施,包括调整教学方式,个性化指导以及进一步完善小学生心理辅导机制等方面。同时,家庭和学校应积极配合,营造良好的学习氛围,帮助小学生建立良好的数学学习习惯和自信心。

关键词

数学学习困难; 心理健康; 干预策略; 小学生教育; 学习氛围

1 引言

在小学教育中,数学学习困难一直是一个反复出现的话题。根据相关研究数据显示,存在数学学习困难的小学生数量较大,且这一问题并不仅仅局限于学术领域,它的影响已经逐步蔓延到了小学生的心理健康领域。例如,存在数学学习困难的小学生常常会感到焦虑和自卑,他们的自尊心和自信心也因此受到相当大的挫折。这样的影响,如果不及时采取有效的对策,可能会对小学生的个体心理发展和生活质量形成更深远的负面影响。鉴于此,本研究基于问卷调查和访谈的数据,全面考察了数学学习困难对小学生心理健康的

影响,进一步通过分析小学生的学习情况,提出一套有效的教育干预措施。我们希望通过改革教学方式,提供个性化的教学指导,结合学校和家庭的配合,以全面解决这一问题的状况,从而缓解数学学习困难对小学生心理健康的负面影响。

2 数学学习困难对小学生心理健康的影响

2.1 数学学习困难的概念和现状

数学学习困难通常指的是学生在理解、解决和应用数学概念和方法方面遇到的显著障碍,这种现象广泛存在于小学生群体中^[1]。数学学习困难可能源于认知、情感以及环境等多方面的因素。其中,认知因素包括空间感知、数概念理解不足等问题;情感因素则涉及对数学的畏惧和焦虑;环境因素则关涉家庭教育和学校教学资源的不足。研究数据显

【作者简介】周和(1970-),男,中国四川巴中人,小学一级教师,从事数学研究。

示,在小学阶段,有相当比例的学生在数学学习中表现出明显困难,且这一现象呈现出日益严峻的趋势。相关调查发现,这类学生往往数学成绩低迷,且持续存在学业压力,他们在数学课程中的挫败感和无力感明显高于其他学科^[1]。这种困难不仅影响学业成绩,还会对心理产生不利影响,包括自信心缺乏、情绪波动以及社交障碍。现行教学模式和评价机制在应对数学学习困难方面存在不足,亟须改进和优化。综合考虑这些因素,探讨有效的干预策略显得尤为迫切。

2.2 数学学习困难对小学生心理健康的影响

数学学习困难对小学生心理健康有显著负面影响。遭受数学学习困难的小学生常常面临焦虑、自卑和挫败感。焦虑主要表现为上课时紧张不安,对数学测试和家庭作业产生强烈的畏惧心理,无法集中注意力,甚至常常失眠。自卑感则源于长时间的成绩不理想,与同伴比较后产生的自我否定,这种自卑感可能会逐渐扩展到其他学科和社交领域,影响整体自信心。挫败感主要来自学习过程中反复遭遇困难和失败,导致情绪低落和动力减弱,进而影响学习兴趣。这些心理问题不仅妨碍正常的学业发展,而且有可能对小学生的身心健康造成长远的负面影响。

2.3 数学学习困难对小学生日常生活的影响

数学学习困难不仅影响小学生的学业成绩,也对其日常生活产生负面影响。由于数学成绩低下,小学生在课堂上常常感到挫败,容易导致自我评价下降,缺乏自信心。在日常生活中,这部分学生可能会因为成绩不佳被同伴排斥,使他们的社交圈子变得狭窄,形成孤独感。由于长期在数学学习上遭受困难,小学生可能会养成回避挑战的态度,缺乏应对问题的毅力和耐心。这些心理上的障碍不仅影响了他们的社交行为,还可能导致他们对学习产生整体上的畏惧感,进一步恶化其学业表现和生活质量。

3 对数学学习困难干预策略的研究

3.1 调整教学方式

有效的教学方式调整是应对小学数学学习困难的关键。教师在课堂上应注重运用多样化的教学方法,以激发学生的学习兴趣。通过引入互动式教学,如小组讨论、角色扮演等形式,使学生在轻松愉快的氛围中掌握数学知识。教师应该灵活运用现代信息技术,借助多媒体教学工具增强教学的直观性与生动性,帮助学生更好地理解抽象的数学概念。

为了最大限度地满足不同学生的学习需求,应采取差异化教学策略,针对不同程度的数学学习困难制定个性化辅导方案。例如,针对基础较为薄弱的学生,可提供补课或单独指导,以弥补其知识空白。对于进度较快的学生,教师应提供更多的挑战性任务,激发其潜能。鼓励学生参与合作学习,利用同伴的互助力量,共同克服学习中的困难。

在教学过程中,及时给予学生正向反馈,强化其取得的成绩,增进其自信心。教师应注重培养学生的数学思维能

力和问题解决能力,通过实际问题的情境设置,引导学生将数学知识应用于生活。这样,不仅可以提升学生的数学成绩,还能改善其心理健康状况。

3.2 个性化指导

个性化指导是应对数学学习困难的重要策略,强调根据小学生的具体需求和特点进行针对性地教学安排。通过精确评估学生的学习能力和心理状态,可以制定个性化的学习计划,提供适应其认知水平的教学内容和训练方式。教师可运用差异化教学法,将复杂的数学概念分解为易于理解的小步骤,逐步增强学生的数学技能和信心。个性化指导还应关注学生的情感需求,及时给予鼓励和正向反馈,帮助他们克服对数学学习的恐惧和抵触心理,从而逐步提升其学习兴趣和效果。

3.3 完善小学生心理辅导机制

完善小学生心理辅导机制对缓解数学学习困难所导致的心理问题至关重要。心理辅导机制应包括定期心理健康筛查,及时发现并干预心理问题,确保心理辅导的个性化和针对性。心理辅导员应具备专业知识,能够有效识别和处理数学学习困难引发的焦虑、自卑等问题。学校应提供培训和支持,提高辅导员的专业能力。还需建立家校联动机制,通过家长教育和家庭辅导,营造支持型家庭环境,共同促进小学生心理健康,提升其应对数学学习困难的能力。

4 家庭和学校的角色以及学习氛围的创建

4.1 家庭和学校的配合作用

家庭和学校在小学生数学学习困难的干预中扮演着关键角色。家庭作为孩子成长的第一环境,其影响力不容忽视。家长应重视孩子在数学学习中的困难,通过日常观察和交流,及时发现并回应孩子的情感和学习需求。家长积极参与孩子的学习过程,提供鼓励和支持,有助于缓解孩子的焦虑和自卑情结,提升其自信心和学习兴趣。

学校则是孩子进行系统化学习和社交的重要场所^[1]。教师应根据学生的个体差异,灵活调整教学策略,以适应不同学生的学习需求。学校应完善心理辅导机制,提供针对数学学习困难学生的专项心理支持服务,帮助其应对学习压力和情绪问题。

家庭和学校的共同努力能够形成有效的合作机制。通过定期的家校沟通,双方可以互相交流学生的学习和心理状况,制定个性化的干预措施。积极的家校互动不仅可以及时解决学生在数学学习中遇到的问题,也能为孩子创造一个和谐的学习环境,从而促进他们身心的全面发展。

4.2 营造良好的学习环境

营造良好的学习环境在小学生数学学习困难干预中具有重要作用。学习环境不仅包括物理空间,还包括心理环境。物理空间应宽敞明亮,布置合理,具备良好的照明和通风条件,减少外界干扰,为学生提供安静、专注的学习氛围。心

理环境的营造尤为关键，教师和家长需要建立积极、宽松的学习氛围，避免过度的心理压力和负面情绪。鼓励孩子勇于提问，培养其对数学的兴趣和好奇心，提供适度的挑战，使其在解决问题中获得成就感。与同学之间的合作与交流亦能提升学习的乐趣和动力。心理辅导和情感支持应贯穿于整个教育过程中，帮助学生建立自信心，学会情绪管理，从而更好地应对学习中的困难。综合构建和谐的学习环境，不仅有助于提升学生的数学成绩，更有利于其心理健康发展。

4.3 建立良好的数学学习习惯和自信心的重要性

建立良好的数学学习习惯和自信心对小学生的成长至关重要。良好的数学学习习惯使学生能够系统地掌握知识点，提高学习效率，减少困惑和焦虑。自信心的培养有助于孩子在面对困难时保持积极的态度，增强挑战问题的勇气。通过适当的指导和鼓励，学生能够在数学学习中找到成就感，从而形成良性循环，促进全面发展。这不仅对学业成绩有显著的促进作用，对学生的心理健康也有积极影响。

5 干预策略的实施效果和今后的研究方向

5.1 干预策略的实施效果

研究发现，调整教学方式和个性化指导显著改善了小学生的数学学习困难状况。通过采用多样化的教学方法，学生的数学兴趣和积极性得到提升，学习效果有所提高。个性化指导使得教师更能关注每个学生的具体问题，提供有针对性地帮助，从而提高学习效率。

心理辅导机制的完善在减轻学生焦虑、自卑和挫败感方面发挥了重要作用。学生在心理辅导过程中学会了管理情绪和克服学习困难的方法，心理健康状况得到显著改进。家庭和学校共同营造的良好学习氛围也促使学生建立了更好的学习习惯和自信心，进一步提升了数学学习成绩。

综合来看，这些干预策略在实际应用中已取得了较为显著的成效，不仅改善了小学生的数学学习能力，也显著提升了他们的心理健康和整体生活质量。这些成效为今后的相关研究和实践提供了宝贵经验和参考价值。

5.2 干预策略的改进方向

改进现有干预策略需要在几个关键方面进行深入探索。针对教学方式的调整，应更加注重数学学习的趣味性和实际应用，采用多媒体和游戏化教学手段，让学生在轻松愉快的氛围中掌握数学知识。个性化指导部分，需进一步细化个体差异分析，制定更加精准的学习计划，与此辅导员和教师应定期开展交流，及时调整指导方案。完善心理辅导机制不可

忽视，建议引入专业心理辅导人员，定期对学生进行心理健康评估，提供持续的心理支持。家庭和学校之间的合作应更加紧密，家长培训和教师研讨会可以成为常规化实践，以便双方在学生的数学学习过程中发挥更大作用。研究中也应加入对长期效果的评估，探索不同干预策略在不同年龄段、不同数学难度下的具体效果，为后续优化提供科学依据。综合这些改进方向，可以持续提升干预策略的有效性，从根本上改善数学学习困难对小学生心理健康的负面影响。

5.3 对今后的研究提供参考和建议

未来的研究应关注数学学习困难与其他学科困难的交互影响机理，并加大对不同年龄段学生的细化研究。可考虑引入更多心理学量表和生理指标，深入探讨干预策略的长久效果及其在多元文化背景下的适用性，以期进一步优化和完善干预措施。

6 结语

本研究深入探讨了数学学习困难对小学生心理健康的影响及采取的干预策略，研究发现存在数学学习困难的小学生更容易遭受焦虑、自卑和挫败感等心理问题，这不仅影响他们的生活质量，还会影响他们的学习成效。因此，我们提出了一系列有针对性的教育干预措施，如调整教学方式，个性化指导，完善心理辅导机制等，这在一定程度上改善了小学生的学习困难和心理健康问题。然而，我们认识到，存在的问题可能比我们看到的复杂得多，并且需要更长时间地观察和研究。直观地看，学习困难背后可能还潜伏着其他诸如社区环境，家庭背景，学校环境等复杂影响因素。而这些因素的影响力可能远远超过我们现在所掌握的干预手段的效力。迫切需要更多细致入微地研究来解答这些问题。尽管我们已经取得了一些积极的进展，但这里也很明显，还有许多工作需要做。未来的研究需要在当前的基础上，深入研究数学学习困难背后的源头问题，以及这些源头问题对小学生心理健康的影响，以期提出更具针对性的教育干预策略。同时，我们也要全面考虑实际应用的效果和影响，为后续的研究和实践提供宝贵的参考。

参考文献

- [1] 洪素溶.关注心理健康助力小学生数学学习[J].国家通用语言文字教学与研究,2021(11).
- [2] 詹超.小学生数学学习困难的矫治策略[J].数学大世界:下旬,2020(2).
- [3] 李飞.小学生学习困难心理干预纵向研究[J].家长,2021(36).