

基于家校合力的小学心理健康教育探究

裔小燕

句容市华阳中心小学，江苏 溧江 212400

DOI:10.61369/EDTR.2026070036

摘 要： 在小学阶段，心理健康教育是促进学生全面发展的重要因素，但是仅靠学校的心理健康教育难以实现对学生s的全方面心理健康教育，这就要求家校之间要进行有效合作，共同促进学生的发展。研究表明，家校合力共同教育学生的方式能够为学生提供更全面的心理支持，为学生的身心健康发展奠定良好的基础。本文基于家校合力的小学心理健康教育的意义与策略进行探究，旨在为小学心理健康教育工作者提供有利的教学参考。

关 键 词： 家校合力；小学心理健康；教育探究

Research on Primary School Mental Health Education Based on Home-School Synergy

Yi Xiaoyan

Jurong Huayang Central Primary School, Zhanjiang, Jiangsu 212400

Abstract： In primary school, mental health education is an important factor to promote students' all-round development, but it is difficult to achieve all-round mental health education for students only by school mental health education, which requires effective cooperation between home and school to jointly promote students' development. The research shows that the way of home-school joint education of students can provide students with more comprehensive psychological support and lay a good foundation for students' physical and mental health development. This article explores the significance and strategies of primary school mental health education based on home-school synergy, aiming to provide a favorable teaching reference for primary school mental health educators.

Keywords： home school force ; primary school mental health ; educational inquiry

引言

小学生正处于身心发展的关键时期，其心理健康的发展状况直接影响到未来的成长与发展。随着社会竞争压力的逐渐增大，小学生面临的心理问题也逐渐变得复杂多样。家庭作为小学生第一所学校，而父母作为小学生的第一任教师，家庭教育方式直接影响到小学生的心理健康发展，而学校作为小学生正式接受集体教育的场所，是让小学生形成良好品格的重要场所，家庭与学校作为小学生的两个重要的成长环境，共同影响着小学生的心理健康发展。因此，家校合力的方法能够从多方面促进小学生的心理健康发展，促进其健康快乐地成长。

一、基于家校合力的小学心理健康教育探究的意义

（一）有利于学生良好心理品质的塑造

在小学阶段，学生正处于身心发展的关键时期，其人生观、价值观等方面也在逐渐形成，而家校合力的教育方式能够为学生提供更全面的心理健康教育环境，学校有专业的教师能够为学生传授系统的心理知识，引导学生能够清晰地认识自我、理解自身的情绪，学会如何与他人交往等方面，而家庭作为学生性格形成的第一课堂，家庭的环境以及家长的教育方式都在共同影响着学生的性格发展，当学校和家庭共同合力教育学生的过程中，学校教育能够得到更好的延伸，家庭教育也能够借助学校教师的专业

教育逐渐变得更为科学合理，两者之间有机地结合，能够共同促进学生的成长与发展^[1]。

（二）有利于学生学业成绩的提升

学生的心理健康发展情况与其学业成绩密切相关，而家校合力共同教育学生的方式能够有效地促进学生的成绩提升，帮助学生应对学校的各类学习和生活的挑战，在学生在校学习的过程中，教师能够及时发现学生在学习过程中出现的问题，通过对学生进行个别化的辅导，帮助学生解决问题，促进学生的发展。学校可以为学生开展学习方法指导，时间管理培训等心理辅导活动进而帮助学生更好地掌握学习方法，提升自身的学习效率，在家庭中，家长可以为学生营造一种舒适的学习环境，及时关注学生

的学习状态,对于学生可能出现的不良情绪进行及时的调整,当家校双方共同合力对学生的心理健康进行教育时,学生能够更加积极地面对学习和生活中的各类挑战,不断提升自身的学习能力,最终达到提高学习成绩的效果。

（三）有利于学生社会适应能力的增强

社会适应能力是学生未来在社会中生存和发展的重要能力,通过家校合力的方式对学生的心理健康进行教育能够为学生提供丰富多样的社会适应训练的机会,学校可以为学生组织各类的社团活动、社会实践等活动,帮助学生在参与活动的过程中学习与他人进行合作,提升学生的人际交往能力,对于家庭教育,家长可以带领学生参与社会实践、家庭聚会等社交活动以此培养学生的社交能力,家校合力共同教育学生的方式能够从多角度培养学生的社交能力,共同促进学生的健康成长。

（四）有利于学生健康人格的形成

人格的发展和形成是一个长期发展的过程,而小学阶段作为学生人格发展的关键时期,家校合力的教育方式能够为学生提供一个健康的学习生活环境,学校可以通过心理健康教育课堂的建设,向学生传递正确的人生观和价值观,而家庭作为学生人格形成的第一场所,家长的教育方式对于学生的人格塑造起着重要的作用,家校协作育人的方式有利于学生健康人格的形成,共同促进学生的身心健康全面发展。

二、基于家校合力的小学心理健康教育原则

（一）有效性原则

小学生身心发育尚未成熟,只能将客观的一面呈现于教师面前,按照既定的规则完成一些日常学习行为,只有在家长面前才能真正主观表达自我,展现出自己真实的一面。一方面,有效性原则可以在不影响原有校园心理健康教育的前提下,确保家庭心理健康教育的有效开展,形成家校心理教育合力。另一方面,该原则能够保证家校联动有效性的同时,促进教师与家长之间的信息交流,教师可根据学生在家的实际表现合理选择教育内容,将学生的主观表现作为校园心理健康教育开展的支撑点,家长也可根据教师的反馈信息,将学生的客观表现作为参照物,按照教师指导完成家庭心理健康教育环境的塑造,推动基于家校合力的小学心理健康教育高效化。

（二）融合性原则

从学校角度来讲,学校每天会为学生安排充实的教育教学任务,教师只能利用碎片时间对学生进行心理辅导^[9]。从家庭角度来讲,大多数学生家长对心理健康教育认知片面,认为小学生不可能有心理问题,将孩子异常行为归咎于逃避学习与叛逆。以上两种问题严重影响了家校心理健康教育合力的形成。对此,在实际教育过程中,教师应遵循融合性原则,整合学校与家庭之间的心理教育内容,开发符合学生实际需求心理健康教育体系,实现家庭与学校教育目标的协调统一,促进家校教育合力的生成。同时,在融合性原则的干预下,教师还可将心理健康教育融入日常授课与课后任务当中,进一步提高整体教育教学的全面性,实

现心理健康教育由学校到生活、由课堂到家庭的拓展延伸。

（三）创新性原则

从宏观角度来看,家校合力并非传统松散、偶发的家校联系,而是制度化协同育人的核心组成部分,能够有效打破学校、家庭、社会三大教育场景之间的功能壁垒,实现学校专业教育能力和家庭丰富情感场景的优势互补。因此,对于基于家校合力的小学心理健康教育而言,创新性原则是满足新时代小学生心理健康发展需求,提高小学心理健康教育质量的核心原则之一。首先,创新性原则能够从根本上促进传统小学心理健康教育的优化转型,依托现代技术、前沿教育理念、高效教育方法等赋能心理健康教育开展过程,开辟符合学生心理发展需求的全新教育体系;其次,创新性原则能够实现家校双方在教育实践过程中的协同进步,在原有的基础上拓宽心理健康教育开展途径,聚焦“以生为本”的核心教育理念为其提供多元育人支撑,进而推动学生身心健康发展;最后,创新性原则可通过微信、QQ、腾讯会议等线上通信工具,增强家长与学校之间的互动交流,实时掌握学生的心理发展情况,精准定位学生心理问题,让教育更加高效,全面推动家校教育合力的形成。

三、基于家校合力的小学心理健康教育探究的策略

（一）建立家校心理健康教育沟通机制

良好的沟通是开展家校合力开展对学生的心理健康进行教育的基石。在实际教学过程中,学校可以为学生构建多渠道、常态化的沟通桥梁。让家长与学校能够建立良好的沟通机制,及时了解学生的学习和生活情况,学校可以定期组织家长会,帮助学生家长进行学生学习生活情况的阶段性了解,从而帮助教师和家长及时调整教育策略,在家长会开展过程中,除了常态化的学习成绩的反馈,教师要及时与家长沟通学生的心理健康情况,帮助家长及时了解学生是否产生厌学情绪,通过这样的持续的、双向的沟通交流的方式,家长和学生能够对学生的心理健康情况进行深入了解,为后续的学生成长发展奠定良好的基础^[9]。

例如,学校在开设家长会的过程中,教师除了为家长讲述学生常规的学习以外,还特别关注了学生小明的心理健康情况,因为小明近期成绩下滑明显,在课堂上时常表现得无精打采,甚至出现了一些厌学情绪,针对小明的这一情况,班主任在家长会上与小明的家长进行了详细沟通,共同探讨小明出现此情况的原因,随后,学校心理健康教师与小明家长共同为小明制定了个性化的心理辅导计划,经过一段时间的多方共同努力,小明的情绪得到了明显改善,学习态度也变得更加积极,成绩也逐渐回升这种家校合力配合对学生的心理健康进行教育的方式,能够有效减轻学生的情绪问题,促进学生的健康发展。

（二）开展家校心理健康教育协同培训

家长和教师作为学生成长道路上重要的引路人,对于学生的身心健康发展起到了重要的作用,在实际进行教育过程中,学校可以积极组织家长和教师进行协同培训,教授家长和教师学习正确的教育方法,共同促进学生的身心健康全面发展,学校可以邀

请专业的心理教育专家开展培训讲座让家长 and 教师积极地参与，深度解读学生的身心发展的阶段性特点^[4]。例如，低年级学生对于安全感和归属感需求强烈，家长和教师要给予学生温暖和爱护，高年级的学生开始关注自我认同与同伴关系等，这就要求教师和家长要注重与学生的沟通技巧，给予学生信任感，通过家校合力协同育人的教育方式，能够有效促进学生的身心健康发展。

学校在开展教育培训的过程中，可以为家长设立培训工坊，家长可以通过实际的体验，在心理教育专家的知识传授下，模拟亲子对话情境，感受学生的心理变化，家长能够在实践体会的过程中真切地感受到学生的情绪变化，在实际家庭生活中更好地调整教育策略，这种家校协同培训的教育方法，能够让学生的身心得到更好地发展，从而更好地适应未来的生活和学习。

（三）共同营造良好的心理健康教育环境

家庭和学校是学生生活和学校的主要场所，二者要进行有机的配合为学生营造积极健康的环境，学校在环境建设过程中，从硬件设施到校园环境都要为学生渗透积极的心理健康教育因素，为学生打造温馨舒适的心理辅导室，配备专业的心理测试软件和丰富的心理辅导资源，为学生提供私密、安全的心理辅导空间，在家庭环境的建设方面，家长要为学生建立一个和谐的家庭氛围，让学生能够感受到家庭的温暖，家校合力共同为学生创造良好的生活和学习的环境，能够更好地促进学生的身心健康全面发展。

例如，学校通过家校合作帮助了一名学生小华改善了消极的心理状态，小华在班级中经常表现出焦虑情绪，成绩也逐渐下滑，学校的心理辅导老师通过心理测试软件发现小华存在一定的社交焦虑问题，随后将这一情况反馈给家长，家长在了解情况后与学校心理健康教师共同制定了一个改善小华心理健康的计划，学校心理辅导老师定期与小华进行一对一辅导，帮助他建立自信，在家庭中，家长也调整了家庭教育方式，更加注重与小华的情感交流，在家庭建设中为小华营造了一个更加和谐的家庭氛围，经过一段时间的努力，小华的情绪得到了明显改善，学习成绩也有所提升，与同学的关系也变得更加融洽，这种家校合力的

教育方式能够共同为学生营造一种良好的心理健康教育环境，进一步促进学生身心的健康发展。

（四）实施个性化的家校心理健康教育干预

每个学生都是独立的个体，其身心发展特点以及出现的心理问题可能有所不同，在此基础上需要家校合力配合，为学生设计出个性化的心理健康教育方法，在学校的教育方面，学校的心理健康教师可以为学生进行定期的心理评测，日常与学生进行交流，及时了解学生的问题，积极帮助学生解决问题，在家庭的建设方面，家长可以与学校进行积极的交流，在实际生活中可以合理安排学生的业余时间，避免给学生过大的压力，放松学生的身心，在遇到有心理问题的学生的时候，家长与学校要积极地进行交流，共同探讨出适合学生个性化的心理问题解决方法，从而促进学生的身心健康全面发展^[5]。

对于不同的学生，出现的心理问题也可能有所不同，例如，学生因为家长离异而情绪低落，不愿与其他学生进行沟通交流，对待这一情况，学校可以积极寻求心理健康教师的帮助，及时帮助学生进行心理疏导，缓解学生的消极情绪，对于家庭层面，家长需要积极地与学校心理教师进行沟通，学习有效的心理辅导方法，注重与学生的情感交流，定期进行亲子活动，让学生感受到家庭的温暖，通过家校合力教育的方式，学生能够逐渐走出心理阴影，重新融入正常的学习生活。

四、结束语

家校合力开展小学心理健康教育是一项意义重大的工作，在小学阶段，学生的心理发展具有极强的塑造性，家庭和学校作为学生生活和学习的两大关键环境，二者的紧密协作对于学生的发展具有重要的作用，通过一系列的家校交流平台的搭建、家校协作培训等方式，能够为学生营造全方位、多元化的心理健康支持网络，助力学生养成积极健康的心理品质，为学生未来的人生道路奠定良好的基础。

参考文献

- [1]王蓉蓉. 家校合作视域下小学心理健康教育探究 [J]. 新智慧, 2022, (19): 55-57.
- [2]马丽. 小学心理健康教育需家校合作 [J]. 教育家, 2022, (24): 66.
- [3]陆云. 家校共育: 提升小学心理健康教育的策略与实践 [J]. 华夏教师, 2024, (36): 14-15.
- [4]郁晨. 基于家校合力的小学心理健康教育实践 [J]. 读写算, 2024, (35): 163-165.
- [5]刘继荣. 家校共育视角下小学生心理健康教育实施路径 [J]. 当代教研丛刊, 2023 (01): 59-62.