

学校编码: 10384

分类号 _____ 密级 _____

学号: 33420131150577

UDC _____

厦门大学

硕士学位论文

同安区农村小学生心理健康教育策略初探

——基于厦门市同安区瑶头小学教育实践试点研究

Tentative study on the strategies of rural pupils'
psychological health education in Tong'an Distric: Based on
the study of educational practice in the Yaotou Primary
School of Tong'an Distric in Xiamen City

林慧琼

指导教师姓名: 严金海 副教授

专业名称: 教育管理

论文提交日期: 2017年10月

论文答辩日期: 2017年12月

学位授予日期: 2017年 月

答辩委员会主席: _____

评阅人: _____

2017年10月

厦门大学学位论文原创性声明

本人呈交的学位论文是本人在导师指导下,独立完成的研究成果。本人在论文写作中参考其他个人或集体已经发表的研究成果,均在文中以适当方式明确标明,并符合法律规范和《厦门大学研究生学术活动规范(试行)》。

另外,该学位论文为()课题(组)的研究成果,获得()课题(组)经费或实验室的资助,在()实验室完成。(请在以上括号内填写课题或课题组负责人或实验室名称,未有此项声明内容的,可以不作特别声明。)

本人声明该学位论文不存在剽窃、抄袭等学术不端行为,并愿意承担因学术不端行为所带来的一切后果和法律责任。

声明人 (签名):

指导教师 (签名):

年 月 日

厦门大学学位论文著作权使用声明

本人同意厦门大学根据《中华人民共和国学位条例暂行实施办法》等规定保留和使用此学位论文，并向主管部门或其指定机构送交学位论文（包括纸质版和电子版），允许学位论文进入厦门大学图书馆及其数据库被查阅、借阅。本人同意厦门大学将学位论文加入全国博士、硕士学位论文共建单位数据库进行检索，将学位论文的标题和摘要汇编出版，采用影印、缩印或者其它方式合理复制学位论文。

本学位论文属于：

1. 经厦门大学保密委员会审查核定的保密学位论文，
于 年 月 日解密，解密后适用上述授权。

2. 不保密，适用上述授权。

（请在以上相应括号内打“√”或填上相应内容。保密学位论文应是已经厦门大学保密委员会审定过的学位论文，未经厦门大学保密委员会审定的学位论文均为公开学位论文。此声明栏不填写的，默认为公开学位论文，均适用上述授权。）

声明人（签名）：

年 月 日

摘要

小学阶段，儿童处于社会自我意识尚未成熟的发展阶段，学校、家庭和社会环境因素，都会影响孩子的心理健康发展。农村小学心理健康教育师资力量的薄弱、家长的错误教育以及社会传媒不良信息的传播都可能引起学生心理危机。

本次研究，从小学生的情绪控制、学习动机、人际关系、自控力、乐观性、目标性、意志力和受挫力八个方面调查学生心理健康情况。面向瑶头小学生随机抽样、做问卷调查并提取数据、进行统计与分析，找到心理问题成因，开展对比性实验，设计实验组和对照组，对干预前后的瑶头小学生心理健康情况进行前测与后测，找准心理健康教育的方向，制定符合同安区农村小学生发展需求的有效可行的心理健康教育对策。该实验成果能够促进学生心理健康发展，体现干预学生心理问题的实效性，也为家长在实施家庭教育方面，指明了正确方向，提供科学的教育方法，更为教育者开展心理教育研究提供具有一定价值的理论依据。

完善的心理健康教育对策应该具有可操作性，符合学生主客观需求，并非空谈，也不是理想主义，而是具备解决问题的作用。本次研究的心理健康教育对策具有系统性，是比较完整的一套心理教育策略，同时也具有创新性。心理健康教育不应该仅停留在专业的心理课上，应该由传统的单一化向多样化趋势发展。教育者可以从方方面面落实：升级学校软硬件设施，加强心理咨询和心理辅导，提高教师心理健康教育能力，班主任在班队课中加强心理教育，各学科教师加强课堂主阵地的心理渗透，将心理游戏应用到各学科教学，发展学生与学生之间的心理辅导，开展心理健康专题讲座，少先队和德育活动中加强心理教育力度，发挥家校合作教育作用。通过有效的农村小学生心理健康的教育策略，帮助孩子及时疏解不良的情绪，提高自信，走出心理障碍区。

研究得出的心理健康干预对策成果是具有强大理论为依据的，是在科学的调查与分析基础上，结合长期累积的经验，提炼出的有效方法，对于学生心理健康问题能够起到实质性的干预作用，有效促进学生心理发展，提高心理健康水平。

关键词： 问卷调查；成因分析；实验研究；问题干预；教育对策

Abstract

In primary school, children are in the immature stage of social self-consciousness, school, family and social environment factors will affect the children's psychological health development. The weakness of teachers' psychological health education in rural primary schools, the wrong education of parents and the dissemination of unhealthy information in social media may cause students' psychological crisis.

This study, the psychological health status of students was investigated from eight aspects: emotional control, learning motivation, interpersonal relationship, self-control, optimism, goal, willpower and frustration. The rural pupils were randomly sampled and investigated through questionnaires in the Yaotou Primary School. The data were extracted, statistics and analysis were made to find the causes of psychological problems, comparative experiments were conducted to design a control group and an experimental group, pretest and posttest were conducted on the psychological health status of students before and after intervention in the Yaotou Primary School, to find out the direction of psychological health education and formulate effective and feasible psychological health education countermeasures in line with the actual needs of rural pupils in Tong'an District. The results of this experiment can promote the development of students' psychological health and reflect the effectiveness of intervention in students' psychological problems. It also points out the correct direction for family education and provides a scientific approach to education, more for the majority of educators to carry out research to provide a valuable theoretical basis.

Perfect psychological health education countermeasures should be operational, accord with students' subjective and objective needs, not empty talk, nor idealism, but have the function of solving problems. The psychological health education strategy in this study is systematic, and it is a relatively complete set of psychological education strategies, and in the meanwhile, it is also innovative. The psychological health education should not only stay in the professional psychology course, but should develop from the traditional simplification to the diversification. Educators can

implement it in every way: upgrading school hardware and software facilities, strengthening psychological consultation and psychological counseling, improving teachers' psychological health education ability, the head teacher strengthens the psychological education in class and team course, teachers of various disciplines strengthen the psychological infiltration of the main position in the classroom, applying psychological games to the teaching of various subjects, developing psychological counseling between students and students, carrying out special lectures on psychological health, strengthening psychological education in young pioneers and moral education activities, and playing the role of the cooperative education of family and school. Helping children relieve bad emotions in time, improve self-confidence, and get out of psychological barrier by the rural pupils' effective psychological health education strategy.

The results of psychological health intervention in this study are based on strong theory, and are based on scientific investigation and analysis, combined with long-term accumulated experience, extracted effective methods. The results can play a substantial intervention role in students' psychological health problems, effectively promote the psychological development of students, improve the level of psychological health.

Keywords: questionnaire investigation; cause analysis; experimental study; problem intervention; educational countermeasures

目 录

一、绪论.....	1
(一) 研究背景、目的和意义	1
(二) 文献综述	2
(三) 研究思路和内容	13
(四) 研究技术和方法	14
(五) 相关概念界定	16
二、摇头小学的学生心理健康现状调查	18
(一) 心理健康内涵与标准	18
(二) 调查对象、指标测量与抽样方法	22
(三) 摇头小学的学生心理现状调查分析	24
(四) 摇头小学的学生心理问题成因分析	26
三、心理健康教育对心理问题的干预实验	32
(一) 研究对象心理健康教育概况	32
(二) 实验研究设计	33
(三) 实验结果与分析	35
四、同安区农村小学生心理健康教育干预的方向与对策.....	43
(一) 心理问题干预的策略方向	43
(二) 心理健康教育可行的有效对策	47
结束语.....	59
参考文献.....	60
附录一 农村小学生心理健康现状调查问卷	62
致谢.....	65

Contents

I.Introduction	1
i.Research background, purpose and significance	1
ii.review article	2
iii.Research ideas and contents	13
iv.Research techniques and methods.....	14
v.Definition of related concepts.....	16
II.Investigation on psychological health status of rural pupils in the Yaotou Primary School.....	18
i.Connotation and standard of psychological health	18
ii.Survey object, index measurement and sampling method.....	22
iii.Investigation and analysis of rural pupils' psychological status in the Yaotou Primary School.....	24
iv.Analysis of the causes of rural pupils' psychological problems in the Yaotou Primary School.....	26
III.Intervention experiment of psychological health education on psychological problems.....	32
i.Profile on psychological health education of study object	32
ii.Experimental research design.....	33
iii.Experimental results and analysis.....	35
IV.Direction and countermeasure of rural pupils' psychological health educational intervention in Tong'an Distric	43
i.The strategy direction of psychological problem intervention	43
ii.Feasible and effective countermeasures of psychological health education	47
Conclusions.....	59
References	60
Appendix I: Questionnaire survey on rural pupils'psychological health status	62
Acknowledgement.....	65

一、绪论

(一) 研究背景、目的和意义

1、研究背景

近年来,我国政府越来越重视中小学心理健康教育,教育部于2001年6月颁发《基础教育课程改革纲要(试行)》,明确表明,应该重视中小學生身心发展,强调中小學生应该锻炼出健壮的体魄,培养出良好的心理素质,养成健康的审美情趣和生活方式^①。为落实我国教育改革和发展规划要求,教育部于2012年进一步指导和规范中小学心理健康教育工作,促进该工作深入发展和全面普及,要求各地中小学心理教育务必结合地方实际情况有效开展^②。2014年至今,同安区祥平学区邵永红校长对本学区分管的中心校及各农村小学的心理健康情况十分重视,积极鼓励骨干教师带动其他教师投身心理教育实验活动。目前,同安区一些农村小学也开设了心理课程,选用邵校长主编的福建省地方校本课程系列小学生心理健康教材《心舟》及《课前一分钟心理训练》读本进行心理教学,经实践,取得显著的效果。2016年10月本人申报了学区的相关省课题《小学课堂教学中应用心理游戏突破重难点的研究》的子课题和校级课题,根据农村小学生心理特点和发展规律,把心理游戏与各学科课堂教学有机融合,突破教学重难点的同时,提高小学生心理健康水平,获得双赢的效果。目前,同安区农村小学的心理健康教育还不成熟,开设的心理课程形同虚设。由于外界某些不良因素的干扰及个体自身因素的限制,同安区农村小学生心理问题不断出现,问题行为也是层出不穷,为解决这些情况,针对实际,进行心理健康教育策略研究迫在眉睫。

2、研究的目的和意义

随着社会的进步、科技的发展,大量的外界信息冲击着儿童的大脑,不良信息容易导致小学生产生错误、扭曲的心理,而农村家长由于生活压力大、文化程

① 国家教育部. 基础教育课程改革纲要(试行)[EB/OL].

http://old.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/moe_309/200412/4672.html, 2001-06-08.

② 国家教育部. 教育部关于印发《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》的通知

[EB/OL].http://www.gov.cn/jw/gk/2012-12/18/content_2292504.htm, 2012-12-07/2012-12-18.

度低及错误教育方式导致对孩子缺乏关心，孩子的身心发展受到一定的阻碍。农村小学教师应该积极主动承担起调整学生不良心理和情绪的责任，引导家长重视孩子的身心发展，并倡导家长参与到心理健康教育行列。我国大部分农村小学的心理教育力量相对城镇学校薄弱，心理教育的相关师资、教育设备及教材教具比较缺乏，虽然有些农村小学已经开设了心理课程，但课程的实施却与学科教育教学完全脱离，甚至有的完全搞形式主义。农村教师普遍对心理教育不重视，缺乏专业心理知识和技能，教育策略不切实际，实践经验不足，没有按照学生的心理特点、发展规律和个体差异，采取有效的策略对问题学生进行科学合理地进行干预和帮助。农村小学心理健康教育情况堪忧，针对此现象，本人根据厦门市同安区教育比较薄弱的农村小学的实际状况，对学生进行随机问卷调查与访谈、统计与分析、实验研究，寻找有效的、切实可行的适合同安区农村小学生的心理健康教育对策。

本次论文主要采用问卷形式调查瑶头小学的学生心理健康情况，随机抽样并统计数据，分析心理问题成因，根据成因找准干预方向，制定符合同安区农村小学生实际情况和需求的心理健康教育对策。首先，为家长参与教育指明了方向。其次，促进农村一线教师有效干预学生心理危机，提高学生心理健康水平。再者，为教育工作者及管理人员进行心理健康研究提供科学的理论依据。

（二）文献综述

1、学校心理测验分析

陈福国归纳了八种心理测验的种类，不管是哪一种类，都强调教育者必须尊重被调查者的权利和尊严。他认为心理健康评估可以从智力测验和人格测验两方面进行，但这些方法有一定的局限性和不足之处。心理测验中的文字测验主张被调查者应该用文字作答，而文化程度会影响测验的准确性；非文字测验不使用语言文字，使用的是图形、模型、实物和非文字符号，使用范围更为广泛，特别适用于幼儿^①。心理测验还可以根据性质不同，划分为构造性测验和投射性测验。构造性测验有清楚的结构和内容，测量标准严格；而投射性测验则没有明确的测

^① 陈福国. 学校心理咨询专业理论与技术[M]. 上海人民出版社, 2008. 12.

量目标，主要用于测量情绪、态度等人格特点。总之，心理测验应该选择合适的量表、测验场所以及科学的方法，提高测验的信度和效度。

杨玲、赵国军认为学校心理测验主要可以采用能力测验、学业测验、人格测验，教师根据不同功能和具体需要进行分类测验，在教育中应该采用团体测验与个别测验相结合，以团体测验为主，个别测验为辅，发挥高效性，短时间内收集大量有用信息^①。他们的观点是学校的心理测验主要体现在智力测验上，智力测验从单一化到多元化。学校心理测验必须用正规的测量工具和方法对学生的心理状况开展测量，心理测验涉及学生心理发展各因素，采用各类规范化问卷和量表进行比较系统的测量，体现心理评估的科学性。他们强调教师在对学生进行心理测验时要选择权威性的测验工具，测量前教师应该经过专门的培训，掌握一定的相关心理教育技能后再开展心理测验，能够增加测验结果的信度和效度^①。

冯观富支持教师在学校教育中，采用心理测验来评估学生的心理特性，促进教育教学的质量和效率。他强调个别心理测验只适用于个人，时间不经济，但测量比较准确。相比之下，团体测验不能控制被试者的行为，相对没有个别测验来得准确，但时间经济。在教育中应用比较广泛的有智力测验、特殊能力测验、成就测验和人格测验。智力测验主要用来测量并掌握学生的智力水平和认知能力；特殊能力测验则评估学生的特殊才能；成就测验，教师通过测验并掌握学生的知识与技能程度；人格测验评估学生的兴趣、态度、兴趣、人格、道德品质等^②。总之，心理测验在心理健康教育中占有十分重要的地位。

学者们相同的观点在于都强调智力测验在学校心理教育中的重要性，也赞同团体测验相对个别测验而言，在学校教育中更适合。但是观点也存在不足，如果学校心理教育完全抛开个别测验，惟独采用团体测验来评估学生的心理情况，个别特殊的学生，比如思想和行为比较不稳定的学生、行为偏差或者有其他特殊情况的学生，如果也只采用团体测验，必将有失准确性。因此，若能把团体测验与个别测验相结合，充分发挥两者的优势，更能体现测量结果的准确度。吴增强提到比较常用的心理测验工具有我国的金瑜编制的“团体儿童智力测验^③”和美国心理学家韦克斯勒编制的“韦克斯勒儿童智力量表（第四版）”。两者相比，韦

① 杨玲,赵国军.学校心理学[M].甘肃教育出版社,2006.3.

② 冯观富.学生心理辅导技术指南[M].云南大学出版社,2012.5.

③ 吴增强.学校心理辅导实用规划[M].中国轻工业出版社,2012.7.

克斯勒儿童智力量表具有权威性，属于个别测验，应用范围广泛，但对专业要求高，耗时大，不适合面向全体学生；而“团体儿童智力测验”是金瑜仿造国内学校比较常用的，根据我国国情编制的团体测验，兼顾团体测验与个别测验的功能和作用，延续了“瑞文图形推理测验”的团体与个别测验兼顾并且测验操作方便的优点，排除了测量耗时长和获得学生信息量少的两大不足，短短三个小时内即可完成测验，并获得大量的学生发展信息，而且测量结果的信度和效率度都比较令人满意^①。

本次研究，主要采用团体测验，个别特殊情况采用团体与个别访谈相结合的形式。总体而言，既节省了测验时间，也能得到比较多的有效信息，为心理健康教育干预对策的提出起到推进作用。

2、农村小学生心理问题成因

(1) 个人自身因素的影响^②

个人自身因素也称为个体因素。心理健康问题的产生除了家庭、学校、社会要负一定的责任，与孩子自身控制能力的高低也有很大关系。蒋光清指出自身因素主要包括缺乏身体锻炼、自身疾病和残疾问题，这些容易引起小学生的自卑、焦虑、抑郁等不良情绪^③。雷雳认为心理问题常常产生各种问题行为，由于正强化的作用，自身内心需求对外界诱惑产生的美好愿望无法通过正确途径来实现，无法正确调整心理活动，做好科学的自我控制；负强化也能起到巨大作用，孩子在遇到挫折和失败时，痛苦、焦虑等负面情绪得不到正当排解，无法科学自我控制。自我控制因素主要源于父母的基因、道德品质和行为习惯，也与外界环境有关^④。易小文和陈杰提到影响心理健康的因素有生物因素，其中遗传影响最大^⑤。个体因素包含学生自身的主观因素，正确的人生观、价值观都能对学生的心理健康起到促进作用，而偏见、成见、偏激、顽固等容易造成心理不健康^⑥。

学者们的观点对本次研究具有很大帮助，在成因分析方面，本人也重点考察学生自身因素，其中“自控力”备受关注，对个体行为具有强大的驱动作用。

① 吴增强.学校心理辅导实用规划[M].中国轻工业出版社,2012.7.

② D.A.库伯(著),王灿明等(译).体验学习:让体验成为学习和发展的源泉[M].华东师范大学出版社,2008.2.

③ 蒋光清.青少年心理保健指导[M].人民军医出版社,2007.5.

④ 雷雳.中小学生学习行为问题干预[M].首都师范大学出版,2010.3.

⑤ 易小文,陈杰.教育心理学[M].北京工业大学出版社,2006.7.