

关心理健康论文(通用9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

关心理健康论文篇一

摘要：

在素质教育思想的指导下，学科教学不仅要完成基本的知识传授任务，还要发挥其更多的功能，以达到培养学生多方面素质的目的。在高中数学教学中，教师要深入挖掘学科中所包含的心理健康教育元素，在传授数学知识的同时，适时进行心理健康教育的熏陶，培养学生的心理素质。

关键词：高中数学；心理健康教育；数学教学

当前，高中生受社会不良因素的消极影响，他们的心理极易受到冲击，面临着很多的挫折情境。因此，在教学中，教师要利用一切机会，对他们实施心理健康教育，增强他们的抗挫折能力。接下来，我将从以下几个方面谈谈，如何利用高中数学教学培养学生的心理健康素质。

一、借助数学中的文化因素陶冶学生性情

数学是一门古老的学科，数学的发展伴随着源远流长的数学文化，这些都是非常好的对学生开展心理健康教育的素材。因此，教师在备课中可以有意地收集一些有关数学的历史故事，一些重大发现的典故，或者一些数学家的故事等。在这些资料中，教师可以引导学生体会努力的重要价值，启发学生相信自己，只要努力，没有过不去的阻碍，没有解决不了的问题。很多的数学家，他们身残志坚，在极其恶劣的条件

下，钻研数学知识，百折不挠，这本身就给了学生努力奋进的精神力量。比如，教师可以向学生介绍数学家欧拉，他在失明之后，凭着对数学的强烈兴趣和顽强的意志，在数学上做出大量重要的研究突破，还陆续出版了400多篇论文和多部专著。这是一种伟大的精神，来自于兴趣，来自于使命感，来自于对实现人生价值的强烈愿望。

二、挖掘学科中的德育因子，开展德育教育

心理学研究发现，很多心理和异常行为问题的出现跟一个人的道德修养有着很大的关系。一个学生对祖国、对政府、对家人失去信心，就容易表现出极度的自私自利、虚无和冷漠的态度。我们知道，人是社会性的动物，只有在集体中，在与他人建立亲密关系的过程中，才不会感到孤单，才会感到归属感，其它的社会需要才能得到真正的满足。因此，我们可以从对学生开展德育教育开始，促进学生心理健康的发展。首先，教师要做好自身的工作，把自己良好的心态展现给学生。在数学课堂教学上，教师要精于专业，把自己丰富的专业知识传授给学生，这样才能让学生信服，也才能让学生以教师为榜样，把兢兢业业的精神运用到学习上。相反，如果教师对于一些数学知识没有做到非常精通，在学生请教的时候，教师对知识缺乏清晰的思路和独到的见解，便会影响到学生对教师和对学业的态度。其次，虽然数学这门学科抽象性强，但其中有很多等待挖掘的教育因素。例如，爱国主义的教育资源，能够对学生进行人生观、价值观的教育。数学课中很多的知识点都可以通过这种方式展开，让学生受到德育的熏陶，且这种熏陶是潜移默化的，教学效果自然更好。尤其在当前这个数学知识被广泛应用于各行各业的大背景下，国家的繁荣富强，离不开数学，实现自己内心的抱负，造福于社会和人民，也离不开数学。作为教师，要在教学中引导学生，让学生树立远大理想，为了美好的未来孜孜以求，奋发图强。

三、纠正学生异常心理行为有

些高中生会有一些异常的心理行为表现，如学习态度不端正，上课时注意力不集中，看课外书，甚至睡觉，还有的学生考试时候作弊，对自己的学习缺乏负责任的态度。面对这些问题，教师应仔细观察，及时发现学生身上所出现的种种问题。必要的时候，教师还可以单独与个别学生进行沟通，了解其行为背后的原因所在，帮助他们主动去解决问题。对于很多学生来说，如果之前的基础没打好，很可能会在之后的学习中遇到问题就退缩，认为是自己的智力不行，便放弃努力，消极懈怠。对于这样的情况，教师要帮助其识别原因，把以前落下的课程补回来，逐渐增强他们的自信心，慢慢地，他们的成绩就会提高上来。

四、通过和谐的课堂气氛促进学生的心理健康

课堂的学习气氛是心理健康发展的重要因素。不同的课堂气氛，将直接影响学生的学习积极性、学习的情感和注意力。我们要营造一种良好的课堂气氛，使学生大脑皮层处于兴奋状态，让学生在一种开心的氛围下学习新知识，同时培养良好的心态。在这一过程中，最重要的还是教师。只要教师的心态积极，对各位学生平等相待，营造出一种鼓励、互帮互助的局面，学生自然会受到这种正能量的影响，提高突破困难的勇气。有的教师不注意良好课堂氛围的构建，使得课堂死气沉沉，很多学生也因为讨厌这种气氛，而对数学提不起兴趣。更可怕的是，这种消极气氛会较长时间地影响学生的心情，甚至波及到旁人。从现实情况看来，课堂气氛差的原因，主要是教师有时教学过于严厉，出现过讥讽学生的错误，而学生本性是积极的，追求进步的，一次受挫的心理因素很可能导致他们怕出差错，而不敢于回答问题，久而久之，便形成了不积极思维的习惯。所以，教师一定要多内省，注意调整自己的说话方式，为学生营造和谐的课堂氛围，促进学生的心理健康。

五、及时发现并消除学生在学习方面表现出的忧虑情绪

在应试教育重压之下，很多学校的课业任务繁重，这使得学生的心理承受压力越来越大，特别是高三学生，其产生焦虑异常的可能性越来越大。有些学生更是把所有时间都花在学习上，不注意休息，导致身心疲惫不堪，情绪波动大，记忆力衰退，注意力不集中。这种过度焦虑会让学生产生不自信，由此带来考试怯场，从而影响考试的正常发挥。所以，教师要关心学生，帮助他们消除忧虑情绪。总之，我们可以利用好数学课堂教学，在传授学生数学知识的同时，从学生的心理发展特点出发，设计安排好课堂教学活动，对学生进行情感教育、自信心教育、挫折教育等心理健康教育，为学生取得学习的成功提供保障。

参考文献：

[1]何元庆,冯娟.论学校心理健康教育的渗透途径[j].中国卫生事业管理,20xx(10):773~774.

[2]李瑞久.高中数学课堂渗透心理健康教育的探索[j].才智,20xx(27):136.

关心理健康论文篇二

本人一直担任班主任工作，在此期间接触了很多境遇各异的留守儿童。这些儿童普遍存在着程度各异的心理问题，且日趋严重。我深感这些问题亟待老师、家长及社会各界的高度关注解决，且刻不容缓。本文拟从留守儿童家庭教育模式变化的角度，阐述留守儿童普遍存在的心理问题，以期摸索出学校教育的应对策略。

留守儿童心理健康家庭教育模式

一、留守儿童家庭教育模式及其缺陷

1. 单亲家庭教育模式。这里指父母离异或者由于疾病、自然

灾害、车祸等原因导致父母一方独自抚养、教育孩子的家庭教育模式。这一模式大多是“严”“慈”失衡的，从而失却了成功家庭教育中严慈相济、相契的特质。“严”、“慈”失衡必然导致家庭教育的失败，更大的危害是造成孩子心理的阴影和伤害，最终成为心理上的问题。

2. 单方家庭教育模式。这里指父母一方(大多数为父亲)外出，由一方(母亲)教育孩子的家庭教育模式。这是一种“严”“慈”失衡状况更为严重的现象。

3. 隔代家庭教育模式。这里指父母双方外出，儿童由祖父母或外祖父母照顾、教育的家庭教育模式(这种模式目前有逐渐增多趋势)。隔代间巨大的思想差异，严重的代沟问题，祖辈对孩子的溺爱以及教育思想的缺失，使其教育力度与效度极其有限。所谓的教育也只是放纵或看管，更多的仅止于抚养的层面，缺乏对孩子正确的人生观、价值观的引导与培养。

4. 抚帮家庭教育模式。这里指除父母双方外，孩子寄养在亲戚、朋友家，由亲戚、朋友代为教育孩子的一种家庭教育模式。这种模式存在着跟单亲家庭教育相类似的问题。一方面他们要教育自己的孩子，另一方面又要照看被抚帮的孩子，所以这种家庭教育模式，一般只能采用“看守”的方式。他们大多数是只求无过，不求有功，孩子一旦出现教育问题，家长之间产生矛盾，孩子之间产生矛盾，会给孩子造成人际关系处理的心理影响。这是一种得不偿失的家庭教育模式。

5. 合伙家庭教育模式。这里指父母双方外出，多个孩子合伙租房，多名家长委托一名家长教育的一种新型家庭教育模式。由于家庭经济条件的差别，孩子之间容易形成攀比的心理。如果受委托的家长，能把这种攀比的心理引入学习能力的竞争、良好习惯养成的竞争，那可以使孩子教育形成良性循环，反之将给孩子心理造成严重影响。

6. “真空”家庭教育模式。这里是指父母双方外出，只留下

孩子长时间在家里自己生活、学习的家庭教育模式。这种模式下的孩子放任自流，无人管教，极易形成孩子懒惰、责任心缺失的人格品质。他们遇事不知所从，甚至走上违法犯罪的道路，因此这种“真空”家庭教育模式更应引起家长、社会的高度关注。

二、留守儿童的心理问题

1. 烦躁焦虑。每个人都希望生活在稳定、温暖、安全的家庭氛围中。由于父母长期外出，孩子缺少这种家庭氛围，特别是抚帮家庭，孩子感觉寄人篱下，被父母遗忘或不重视，有了问题也无法解决，整天惶惶不安，忧心忡忡，无心学习，极易烦躁，自暴自弃，做事缺乏条理。这些孩子感情脆弱，经不起挫折打击，遇事不冷静，为人处世缩手缩脚，缺乏自信。

2. 自私自卑。自私就是以自我为中心，以满足自己的利益为主的心理状态；自卑则是自感处处不如人的心理状态。这两者交织在一起形成一种自我期望得不到满足同时感觉不如人的心理状态。在他们自己看来，则只能满足自己的利益，别人不能占有其利益，当别人占有他们的利益时，会感到自己无能、渺小，因此，自闭、孤僻，难与他人沟通，更没有勇气挑战失败。本应健康向上、乐观主动的少年儿童却因父母的长期缺位，儿童应有的家庭温暖、教育监管缺失，致使其自私自卑的心理逐渐形成。成天无精打采，情绪低落，不思进取，孤僻自我，自信缺失，自私自卑渐成这一类儿童常见的心理特征，致使他们不能与人和谐相处，人际关系紧张而导致更严重的心理问题的出现。

3. 缩手缩脚。很多孩子原本聪明、机灵、活泼，却因为学习、生活环境的不确定性，难以适应快速变化的外部环境，而变得茫然无措、冷漠无情、悲观无望，遇事无所适从，内心压抑痛苦，再加上诉说无望，人际关系紧张，久而久之出现抑郁、自闭的心理问题。

4. 过分任性。和谐健康的家庭对孩子的教育一般都有一定的原则性，通常刚柔相济，严慈相辅。但是在隔代家庭教育模式中，祖辈对孙儿往往有一种与生俱来的溺爱，希望从孙子身上找回未曾得到过的温馨，故而对孙辈无原则地娇纵，导致孩子常常以自我为中心，表现为叛逆孤行，甚至出现攻击的倾向性。

5. 难以满足。父母长期外出，孩子长时间失去了父爱母爱，缺少家庭的温暖，不能享有精神和物质上的快乐，内心空虚无聊，企求常常得不到满足，则逃学、泡网吧，有的失学与社会闲散人员勾结，干偷鸡摸狗之事；有的在学校无心向学，课堂上玩手机游戏；有的拿父母寄回的血汗钱请哥们大吃大喝等。这多是孩子在精神、物质上得不到适度的关注关爱而导致的一种异常表现。

6. 提前进入青春期。这是指儿童超越了实际年龄及生理界限，在心理上表现出近似成人的倾向和特征。父母长期外出，辛苦创业，拼命挣钱，要求孩子在家省吃俭用，多做事，认真学习，在校表现好。一个天真可爱、活泼伶俐的孩子在自己成长的关键时期，学习任务已够繁重，又要承担家务劳动，弄得孩子不堪重负。现在社会是信息时代，很多孩子通过电视、网络等媒体，接触到一些不健康的东西，使孩子超越生理阶段，提前进入青春期。

总之，随着我国改革开放的深入，形态各异的家庭模式导致留守儿童的各类心理问题日趋严重。因此，如何解决留守儿童家庭教育中存在的问题，如何消除留守儿童家庭教育的失衡对青少年心理健康的不良影响，促进其心理健康发展，已成为中小学教育刻不容缓的重大课题。

留守儿童心理论文范文二：山区农村小学留守儿童心理健康问题探讨

随着市场经济的不断发展，西部偏远山区农村的富余劳动力

逐年增加，农村小学中大批留守儿童随之产生。本文在分析了农村留守儿童心理健康教育存在问题的基础上，从合理布置培养学习动机、建立爱心桥梁和更新教育理念等方面提出了解决对策。

农村小学;留守儿童;对策分析

近年来，我国市场经济迅猛发展，城市化步伐加快，我国农民工就业规模持续扩大。据统计[]20xx年我国农民工总量达2.63亿人，比上年增加983万人，其中外出农民工1.63亿人，比上年增加473万人。特别是西部偏远山区，由于地理位置和经济条件等方面比较差，造成当地大部分农民外出打工。有关资料显示，贵州农民工总量已有800多万人。由于户籍、高昂的借读费用和父母工作不稳定无法照顾孩子等原因，打工农民的孩子们只能留在农村，由长辈或其他人照看，最终形成了父母双方或一方与孩子两地分隔的局面，产生了大量留守儿童。以遵义市余庆县为例，全县共有30万人口，其中农业人口22.68万人，外出务工人员每年大概有6.3万人，外出务工人员占农业人口的27.8%，留守儿童大约有13000多名。

一、问题和原因分析

农村留守儿童是我国社会转型期出现的特殊弱势群体，他们由于缺少亲情关爱，因此在思想上、行为上和心理的成长中易偏离正常轨道，最终造成孤僻的性格和消沉的意志。

1. 学习注意力不集中，动机不科学，成绩差

大部分农村留守儿童的学习动机不科学，不是因为喜欢学习而学习，而是为了父母来学习，导致其学习兴趣不高，学习注意力不集中。还有一部分留守儿童听了父母及亲人对外面精彩世界的描述，想通过认真学习“跳龙门”考上大学，以实现跨入城市的愿望，是为走出家乡而学习。因此，不同的学习动机直接影响着留守儿童的学习效果和未来的发展后劲。

2. 个性心理特征发育异常，性格孤僻、冷漠

由于父母长期不在身边，孩子无法享受到正常的亲情关爱，常常会感到孤独无助，久而久之就会对心理和身体成长造成一些后遗症。当前，大多数山区农村留守儿童都是由爷爷奶奶外公外婆来抚养，彼此之间有代沟，孩子同祖辈不能有效沟通，慢慢就会形成孤僻、敏感、暴躁的性格。他们生活在狭小的自我空间里，对外界发生的一切都漠不关心，对他人和集体的情感冷漠。也有一些留守儿童为了吸引老师和别人注意自己，故意做出一些特别和怪异的举动。另外，不少留守儿童还出现过早与异性交朋友，以及同性之间结拜姐妹、兄弟的现象。

3. 焦虑心理突出，精神压力大

农村留守儿童耳濡目染许多残酷的现实，知道农村的艰辛和父母在外打工的困难，种种原因无形中给自己增加了生活和学习的压力。他们认为自己肩负的责任很重，认为自己不读好书就对不起在外辛苦打工的父母和亲人。因此，很容易引起他们内心的焦虑，导致心理和精神压力大，进而影响到学习成绩。

4. 依赖心理较强，生活自理能力差

留守儿童多由祖辈抚养，祖辈们由于思想观念陈旧、教育观念落后等因素影响，常对孩子过分地照顾与保护。他们都将其监护责任理解为让孩子吃饱穿暖，不发生安全事故。个别老人对孩子可以说是百依百顺，百事包办，除了学习，不让孩子做任何事情。另外，父母由于常年在外，总觉得对孩子照顾不周，因此经常给孩子钱以补偿，尽量满足孩子的所有要求。祖辈和父母对孩子过分溺爱，导致孩子形成较强的依赖心理，生活自理能力差。

5. 逆反心理强，违法现象严重

农村留守儿童家庭环境的不完整和情感教育的弱化，对其心理和精神状况都会产生负面影响，这些影响在外在环境条件的影 响下，有时会产生一些极端的后果。一些孩子喜欢逃学、旷课，甚至参与社会不良青年团体，沾染上抽烟、打架、和酗酒等不良习气；还有的孩子因得不到家庭温暖而离家出走，四处流浪。调查资料显示，父母均在外的留守家庭青少年犯罪率比一般家庭高70%。由于祖辈本身种种原因无力对孩子进行行为的控制和心理的教育，加上孩子的逆反心理较强，因此一些留守儿童极可能被社会上违法人员勾引，走上病态社会化的道路。

二、对策分析

农村留守儿童的种种不正常表现已经成为学校教育、教学工作和社会安全稳定工作的一大难题，引起教育工作者和政府部门的高度重视。如何解决好留守儿童的学习和心理等问题，使其身心健康成长，促进学校工作和谐发展，促进社会稳定进步，是值得高度重视的教育新课题。

1. 建立留守儿童学生动态档案

政府和教育主管部门应配合各学校对山区留守学生进行综合调查，走访留守学生，及时了解留守儿童的学习和生活情况，分析存在的问题。给每一个留守学生建立个人档案，详细记录留守学生的思想、品行、学习和生活情况，进行分类教育管理，增强工作的针对性和实效性。班主任根据具体情况及时补充档案内容，为留守学生的动态管理提供了依据。班主任定期与留守学生监护人或委托监护人进行联系，并做好联系记录，为留守学生的教育管理提供了第一手材料。

2. 培养留守儿童科学的学习动机

学习动机是推动学生进行学习活动的内在原因，是激励、指引学生学习的强大动力。活动是儿童的天性，活动能最大限

度地激发儿童的兴趣与动机。美国教育家彼得克莱恩提到：“学习的三大要素是接触，综合分析，实际参与。”他把实际参与看成学习的最高水平。在活动中，培养留守儿童的学习兴趣，端正他们的学习动机。学校、班主任及科任教师营造良好的学习氛围，让孩子自觉去学习。留守儿童在正确回答老师的提问后，老师要及时的表扬和肯定，增强其自信心，让他们产生的积极向上的学习心态，进而不断规范自己的学习行为，提高学习成绩。

3. 建立家校爱心桥梁

班主任定期与留守儿童父母和监护人联系和沟通，及时通报留守学生的学习生活情况，提出相应建议，督促家长更多关注孩子的全面成长，指导家长或监护人关心爱护孩子。另外，可以利用各种节假日时家长返乡时机，召开留守儿童家长会，与家长充分交流沟通，形成合力效应，共同关爱孩子的成长。

4. 更新教育理念，培养留守儿童全面发展能力

学校应该承担家庭教育与学校教育的双重责任，班主任应该既当教师又当家长。全体教职员工树立“留守儿童不等同问题儿童”教育理念，从单纯追求教与学转向学生的全面、健康发展上来，提高教学内涵质量，培养孩子的全面发展能力。营造尊重、关心留守学生的氛围，让留守儿童更多参与校园活动中来，多举办一些能增加孩子动手能力的活动，鼓励留守儿童积极参与其中，全面提高他们的能力。同时，让学生在获取知识的过程中既要学会学习，也要学会做人和做事，实现学生认知和个性的和谐发展，使每个留守儿童都能在原有基础上得到最大可能的全面发展。

5. 开展心理健康教育，预防犯罪

心理健康问题不是病，但是如果不重视可能造成比生病更严重的后果。对待留守儿童的心理健康问题，不能一蹴而就，

不能粗暴急躁，不能讽刺打击，要像朋友式地谈心，针对性地梳理，耐心启发、正确引导。学校应该成立心理咨询室，配备受过专业培训和指导的心理老师，定期对留守儿童进行心理健康辅导，帮助他们坦然面对成长的烦恼。大力开展青少年预防犯罪教育活动，组织留守儿童参观劳教所，安排失足少年报告会，让他们对犯罪的后果有一个直观的认识，让他们珍惜生活，珍惜现在，预防犯罪。

随着我国经济社会发展需要，农村劳动力会继续流向城市，留守儿童的队伍必将进一步扩大。农村留守儿童的教育和成长问题不只是教育部门的问题，也是当前中国农村社会转型期一个独特的社会问题，不仅需要教育部门和教师的积极参与，更需要全社会的关注和参与。随着信息时代的到来，农村留守儿童的学习方式、生活方式也将发生较大变化。我们要紧跟时代步伐，与时俱进，不断创新，不断更新专业知识掌握新兴的与教育教学密切相关的科技知识，来适应留守学生更具挑战性的学校教育。

【参考文献】

[1]张帆，刘琴，赵勇等.我国留守儿童心理健康问题研究的系统评价[j].中国循证医学杂志[20xx]11(8).

[2]纪中霞，陈水平.“留守儿童”心理问题的成因及对策分析[j].基础教育[20xx](10).

[3]梁建华.农村留守儿童心理问题及对策研究[j].江西青年职业学院学报[20xx]20(1).

关心理健康论文篇三

2、性别视角下的高校女大学生心理健康教育

3、高校院系二级心理辅导站的建设与发展

- 4、铁路机车乘务员心理健康状况及其影响因素分析
- 5、基于医患关系浅谈对当前医学生心理健康的工作研究
- 6、自媒体时代大学生积极心理健康教育方式探析
- 7、论高职心理健康教育课程的诊断与改进
- 8、高校思想政治教育与心理健康教育融合问题探讨
- 9、高校心理健康教育在辅导员工作中应用的创新模式研究
- 10、地方高校大学生积极人格的培养策略研究
- 11、探究辅导员在大学生心理健康教育工作中的重要性
- 12、幼师学生心理健康问题研究
- 13、在高校心理健康教育课程中应用人本主义理论和方法研究
- 14、中学心理健康教育的问题与应对策略
- 15、大学生心理资本的特点及提升策略探究
- 16、关于大学生心理健康与自我和谐的关系分析
- 17、高校贫困生积极心理健康教育的传统文化融入
- 18、高职新生学校归属感与心理健康探析
- 19、高校学生心理健康档案的建立与管理
- 20、护理本科生专业认同与心理健康程度的相关性研究

- 21、高校音乐表演与大学生心理健康发展的关系研究
- 22、思想政治教育应注重学生心理健康教育
- 23、积极心理学视角下高校心理健康课程改革的研究
- 24、高校计算机心理健康教育体系的构建
- 25、系统论在高校心理健康档案工作中的运用
- 26、新媒体时代高职高专院校积极心理健康教育路径探析
- 27、有效开展健康教育的内容和途径
- 28、军校新生人际关系与心理健康相关性分析
- 29、长治市中学生抑郁情绪与学校教育相关因素分析
- 30、大学生应对方式、疏离感与心理健康三者机制
- 31、高职生消极学业情绪形成原因及教育对策的探析
- 32、高校朋辈心理辅导时代转向的理论条件探析
- 33、近三年某军校研究生新生心理健康水平比较
- 34、医学院校三本学生心理资本与自尊、心理健康的相关研究——以包头医学院为例
- 35、新媒体背景下高校心理健康教育与咨询教师角色定位研究
- 36、学校心理健康教育模式的反思与积极心理学取向
- 37、微电影在中职心理健康教育中的实践与意义

- 38、高职院校大学生思想政治教育与健康教育的融合
- 39、校园网络文化与大学生心理健康教育
- 40、积极心理学对大学生心理健康自我教育能力培养的启示
- 41、当代大学生网瘾对心理健康的影响及其引导策略
- 42、大学生体验式心理健康教育模式的构建与实施
- 43、职业中专学生社团中的心理健康问题分析
- 44、基于积极心理学的心理健康教育创新研究
- 45、职业院校学生心理与学习能力特点分析及对策
- 46、高校心理健康课程对大学生心理素质影响的实证研究
- 47、职业院校学生心理现状剖析与引导教育方式研究
- 48、浅析中国传统文化对大学生心理健康教育的积极作用
- 49、分析少数民族大学生对心理咨询的错解
- 50、浅谈新形势下对农村留守儿童的教育
- 51、护理本科生边缘型人格障碍与自杀意念的相关性分析
- 52、医学生实习阶段心理素质培养的探讨
- 53、音乐教育对大学生心理健康影响的研究
- 54、基于结构方程模型的中医药院校医学生心理健康研究

- 55、留守经历大学新生自我效能感社会支持及心理健康的相关性
- 56、高校心理咨询辅导工作运行机制的多学科对策辨析
- 57、中小學生师源性心理伤害及其应对策略探析
- 58、成都某高校大学生心理危机干预案例分析
- 59、大学生心理亚健康状况对比研究与应对策略
- 60、心理弹性视域下的大学生心理健康教育
- 61、中华茶道思维对高校心理健康教育的影响
- 63、中美高校心理健康教育比较研究
- 64、积极心理学视角下构建心理健康教育新模式
- 65、高校大学生心理危机防范体系构建
- 66、抗逆力理论视阈下高校贫困生心理健康教育研究
- 67、基于积极心理学的团体辅导对提升高职生心理健康水平的干预研究
- 68、学校心理健康教育的系统管理与实施
- 70、高校思想政治教育与心理健康教育的有效契合探讨
- 71、浅论高校心理健康教育的五结合原则
- 72、家庭因素、母亲角色与大学生心理健康
- 73、大学生心理健康教育三元论

- 74、借助心理健康教育提高大学生思政效果的研究
- 75、科学强化农村留守儿童教育的对策研究
- 76、新媒体环境下优化大学生心理健康教育路径探析
- 77、中国中医科学院研究生新生心理健康状况调查及影响因素分析
- 78、心理健康教育系统和道德教育系统的协同建构策略和方法
- 79、网络媒体视阈下大学生心理健康的影响及策略
- 80、心理疏导在大学生思想政治教育中的意义研究
- 81、中职学生积极心理品质现状调查与对策
- 82、浅论大学生思想政治教育和心理健康教育的有机结合
- 83、单亲家庭子女心理健康现状分析与教育对策
- 84、口腔医学专业学生就业前的心理状况分析
- 85、军校学员消费心理及教育引导的基本原则浅析
- 86、幸福教育视野下家庭经济困难学生的心理健康教育
- 87、构建心理健康教育心理学的必要性与价值
- 88、公共艺术教育与大学生心理健康关系探析
- 89、农村寄宿制小学学生心理健康问题分析
- 90、某高校医学生自卑情绪的影响因素调查

- 91、团队心理辅导对医学院大学生心理韧性的干预
- 92、积极心理学视角下新疆地区高中生习惯养成教育状况分析
- 93、心理健康教育实施的价值中立策略探析
- 94、新型城镇化背景下农村中小学心理健康教育发展路径探究
- 95、农村留守儿童学校疏离感研究
- 96、当前大学生人格障碍状况分析及对策探讨
- 97、高校心理健康教育与大学生健全人格创新培养研究
- 98、高职学生顶岗实习期心理危机与干预措施分析
- 99、论大学生心理健康教育保障机制的建设
- 100、用音乐创新大学生心理健康教育方式
- 101、石油类高校研究生心理健康问题及预防体系的构建
- 102、离异家庭儿童青少年家庭教养方式与心理韧性相关性
- 103、大学生手机使用和学业倦怠关系研究
- 104、体验式心理咨询教学对大学生自我效能和自我接纳影响的研究
- 105、基于积极心理学视角的初中生心理健康教育理念与实施
- 106、从存在主义谈免费师范生积极健康人生的构建

- 107、心理健康教育系统在大学生教育管理中的角色定位——以宿迁学院为例
- 108、封闭寄宿制学校学生心理健康问题及对策
- 109、大学生心理健康教育与思想政治教育协同构建分析
- 110、浅论心理预警视角下高职新生心理约谈模式的构建
- 111、积极心理资本下的研究生心理健康教育探索
- 112、大学生无聊倾向干预机制研究
- 113、时间管理团体辅导对中等职业院校学生心理健康水平的影响
- 114、校园欺凌与暴力是社会之殇
- 115、西部某高校单亲大学生的心理健康问题及对策研究
- 116、大学生隐性自杀行为的概念辨析、识别工具及方法
- 117、民族地区新建本科院校贫困大学生心理脱贫的途径
- 118、积极心理团体辅导促进高职院校新生心理健康水平的效果研究
- 119、基于集成学习算法的高职生心理健康预测方法
- 120、大学生心理危机防控与干预系统的构建
- 121、文化的多元与少数民族大学生的心理适应
- 122、音乐教育对引导重构大学生健康心理的作用

- 123、自我效能感在视障学生心理健康教育中的应用
- 124、大学生心理危机预防与干预体系浅析
- 125、团体辅导对大学生心理韧性培养的研究
- 126、浅谈书院制模式下如何开展大学生的心理健康教育——以肇庆学院为例
- 127、大学生网络心理健康教育的现实困局与多重突围
- 128、聚类分析算法在大学生心理健康分析中的应用研究
- 129、浅析小学生心理健康需求
- 130、互联网环境下的高职生心理健康
- 131、航海类大学生心理健康教育工作评价体系框架研究
- 132、浅析积极心理学视角下的高职大学生心理健康教育
- 133、高职院校心理健康教育的资本投入及其效益探讨
- 134、团体辅导对大学生生命意义感的干预研究
- 135、潍坊市中学生心理健康状况及其影响因素分析
- 136、社会阶层背景对大学生抑郁、焦虑的影响分析
- 137、在职专升本教育护士的自我效能感与心理健康状况现况及相关性研究
- 138、高职院校女大学生心理危机特征及扶助策略研究
- 139、论大学生心理适应性引导与校园暴力策略——以民族高校

为例

140、高职生职业生涯规划与心理健康的研究

141、大学生积极心理品质培养回顾与展望

142、学校社会工作介入的模式与方法——以中学生心理健康教育为视角

143、新媒体下高校朋辈心理互助体系的构建及功能

关心理健康论文篇四

文章从家庭教育差、行为偏差明显，社会原因影响、心理起伏较大，适应情况不良、产生心理问题等方面研究留守青少年心理健康教育问题。要促进留守青少年心理健康发展，需要家庭、学校、社会和政府共同努力。

随着城市化和工业化进程的加快，大批农村人口进入城市，导致留守青少年增多。由于家庭教育不足、部分人的歧视等原因，部分留守青少年具有不同程度的心理问题。要充分重视这一问题，增强工作的针对性和实效性，逐步解决留守青少年心理问题，促进他们健康成长，促进社会和谐发展。

父母是孩子的第一任老师，家庭对孩子的关爱和教导，对孩子的心理健康和行为习惯影响是巨大的。从小父母就不在身边的留守青少年，缺乏的正是来自父母的爱。犹如在一张白纸上写字，如果在白纸上执笔写字的人没有认真练习写字，这张白纸上怎么会出现令人赏心悦目的书法？调查显示，家庭良好教育的缺失，容易让留守青少年行为存在着明显偏差。研究表明，由于留守青少年缺乏亲人的关注，容易出现退缩或冲动、焦虑、内向孤僻、自我评价不高、性情古怪等行为障碍。根据实际情况来看，留守青少年的父母一般受教育程度较低，从事的工作大多为高强度、低收入，工作时间较长，

很大程度上影响对孩子的道德教育。因此，已经为人父母的农民工，要将子女的心理健康放在第一位，将对子女的教育放在第一位。要通过电话、微信等方式，经常与孩子交流，建立维系亲情的纽带，了解孩子的思想动态，将孩子不健康的想法扼杀在萌芽阶段，帮助孩子树立一个健康、正确的人生观。这种良好的亲子关系，会使孩子有一种强烈的安全感，滋润孩子渴望爱的心灵。

来到城市工作的农民工多数从事一些较脏较累的工作，他们的子女有时可能受到一些歧视，这是一种不正常的社会现象。“被人看不起”给部分留守青少年造成一定的心理创伤，让部分留守青少年产生不健康的心理，比如自卑、抑郁、敌对、孤僻。调查显示，留守青少年在敌对、心理不平衡方面的得分，显著高于非留守青少年。要解决这一类社会问题，首先需要教师自身具有良好的思想政治素质，不要歧视留守青少年，要引导和教育城市青少年正确对待留守青少年，共同关心爱护留守青少年。同时，社会应在法律、政策上关心留守青少年，营造良好的文化环境，推动和谐校园的建设。要努力消除留守青少年与城市青少年的差别，让城市青少年和留守青少年从心底互相认同。可以开展“一帮一”活动，在生活上关心留守青少年，温暖他们的内心，在学习上帮助留守青少年，提高他们的学习积极性。教师还要与留守青少年家长经常沟通，建议他们从心理上多多关心自己的孩子，指导与帮扶留守青少年纠正不良的心理倾向。学校要不断完善教育管理制度，改革教学方法，营造温馨的学习氛围，使留守青少年的心理问题得到解决。

研究发现，部分留守青少年的社会适应能力较弱，存在着一定的问题。部分留守青少年不愿与城市青少年交朋友，不合群，而且留守青少年更倾向于将失败的责任归于自我，缺乏自信，容易自暴自弃，缺少同龄孩子的乐趣。在学习方面，留守青少年的焦虑程度明显比城市孩子要高。这需要教师用真诚的关爱来缓解留守青少年的不适应问题，一视同仁地关心所有学生，并在学习上多多鼓励留守青少年。比如，在班

级里展示留守青少年的优秀作业，让留守青少年有一种被重视的感觉。抑郁、孤独感较强也是适应情况不良的一种表现，许多留守青少年表示自己没有什么真心朋友，在集体活动中不敢与人交流，对人际关系敏感、紧张。多数留守青少年感到“与新朋友在一起时不好意思接近”，课堂讨论时怕自己语言不当不敢发言，课外活动时也不能很好地和伙伴们交流。因此，作为父母，应该尽量让子女的生活具有稳定性，有一个良好的成长环境。作为学校，对于留守青少年的适应问题也要付出相应的努力，要倡导素质教育，加强专题心理健康辅导，在各学科教学中渗透心理健康教育。同时，政府制定的相应政策也是很重要的，要落实国家的相关政策，让留守青少年和城市子女有相同的待遇。这对增强留守青少年的归属感，让他们拥有健康的心理非常重要。

总之，解决留守青少年的心理健康教育问题刻不容缓，这需要各方共同努力，坚持以人为本，避免出现管教失序状态。城市的家长要对留守青少年平等相待，学校要充分关注留守青少年的心理健康，政府应制定一些政策，从根本上解决留守青少年心理健康方面存在的问题。要营造关爱留守青少年的氛围，组织丰富多彩的关爱活动，形成关爱留守青少年的工作合力，并教育留守青少年自立、自强、自律，形成健全的人格，促使留守青少年健康成长。

[1]赵景欣,刘霞,申继亮.留守青少年的社会支持网络与其抑郁、孤独之间的关系[j].心理发展与教育,20xx(01).

[2]卢飞.农村留守青少年心理健康教育现状及建议[j].华中师范大学研究生学报,20xx(01).

13软件司加兴心理健康当代大学生的心理素质不仅影响到他们自身的发展，而且也关系到全民族素质的提高，更关系到跨世纪人才的培养，大量调查表明，目前我国大学生发病.....

题目：大学生心理健康班级：13软件姓名：赵立坤大学生心理健康健康是人生的第一财富。对作为天子娇子的大学生来说，心理健康更是学业成就、事业成功、生活快乐的基础.....

心理健康教育是提高公民健康和健康生活水平的有效措施，为帮助居民群众增强健康意识、技能，养成良好的卫生习惯和生活方式，改善环境，降低危险因素，促进人们的健康.....

关心理健康论文篇五

当代大学生心理问题的现状：

当代大学生的心理素质不仅影响到他们自身的发展，而且也关系到全民族素质的提高，更关系到跨世纪人才的培养，大量调查表明，目前我国大学生发病率高的主要原因是心理障碍，精神疾病已成为大学生的主要疾病。具体表现为恐怖、焦虑、强迫、抑郁和情感危机、神经衰弱等。当代大学生心理问题不容忽视。

对当代大学生心理问题的原因分析：

大学生心理素质方面存在的种种问题一方面是与他们自身所处的心理发展阶段有关，同时也与他们所处的社会环境分不开。大学生由于心理发展不成熟，情绪不稳定，面临一系列生理、心理、社会适应的课题时，心理冲突矛盾时有发生，这些冲突和矛盾若得不到有效疏导、合理解决，久而久之会形成心理障碍，特别是当代大学生，为了在激烈的高考竞争中取胜，几乎是全身心投入学习，家长的过度保护、学校的应试教育、生活经历的缺乏使这些学生心理脆弱、意志薄弱、缺乏挫折承受力，在学习、生活、交友、恋爱、择业等方面小小的挫折足以使他们中的一些人难以承受，以致出现心理疾病，甚至离校出走、自杀等。对变化的环境适应不良而出

现的各种困惑、迷惘、不安、紧张在明显增加，社会的变革给正在成长着的大学生带来的心理冲击比以往任何一个时代更强烈、更复杂。各种生理因素、心理因素、社会因素交织在一起，极易造成大学生心理发展中的失衡状态。心理素质低劣的人自然不能适应高速度、高科技、高竞争的环境，心理负荷沉重便容易导致各种心理疾病。

1、客观方面：与中学比，大学时期的学习、生活、人际关系都发生了很大变化。

1)学习的任务、内容、方法发生了变化。中学学的是基础知识，大学学的是专业知识，中学有老师天天辅导，日日相随；大学要有较强的自学能力，独立地思考和解决问题。新大学生往往不适应这种变化了的学习生活，不知道如何适应和支配时间。

2)生活环境发生了变化。部分新生在中学有寄读经历，但多数新生仍然是上学到学校，放学同家人居住在一起。进入大学后，班集体成为主要生活环境，宿舍成了主要的生活区，日常生活全要自理，这对那些平时习惯于依靠父母、家庭的人来说，确实是个难题。这种变化给他们带来了一定的精神压力。

3)人际关系较中学时代要复杂。大部分新生在中学时期居住的比较集中，从小学到中学，都有一些从小在一块儿的伙伴；班主任一任数年，天天相见。熟悉的面孔、相似的语言、习俗，构成自己熟悉的生活环境。跨进大学，周围的人来自不同地区，素昧平生，语言、习俗各不相同；同学间由原来的热热闹闹、亲密无间变得陌生，有想法也难以启齿。因此，每逢节假日就会想家、想同学，会产生孤独感。

2、主观方面 新生物质生活的依赖性与精神生活的独立意识发生着矛盾；日益增强的自主自立意识以及主观愿望上的自主自立与客观条件上的可能性及能力之间发生着矛盾。这两方

面的原因使那些适应新环境能力不强的新大学生很容易产生如下心理问题：一是盲目自满与自我陶醉。因为考取了大学，老师表扬，同学羡慕，亲友夸奖，父母庆贺，部分学生在这种自我陶醉中渐渐松懈了斗志，终日悠哉游哉，认为自己是中学的尖子，大学里成绩也不会差，从而放松了对自己的要求，盲目自满。二是失望与失宠感。有的学生入学前把大学生活过于理想化、神秘化，入学后感到理想与现实差距太大，因而产生失望感，有的学生曾是中学的尖子，是家庭与学校的重点保护对象，进入大学一下子不受重视了，就会产生失宠感。三是松气情绪与歇脚心理。有的同学认为考上大学就是端上了铁饭碗，长期拼搏的目标已经达到，心理上得到了满足，生理上希望得到休整。加上进入大学后奋斗目标不明，适应能力不强，竞争的气势也有所减弱，便产生了“松口气，歇歇脚”的心理，再也鼓不起前进的勇气了。四是畏首畏尾。因为环境变化而瞻前顾后畏缩不前，社会活动不参加，运动场不光顾。整日除了学习之外，无所事事，生活单一，有碍个性发展。

对大学生心理问题的教育措施：

人的心理素质不是天赋的，而是取决于后天的教育与训练，教育对心理素质的提高起着决定性的作用。

1、充分发挥学校心理咨询作用。学校心理咨询是增进学生心理健康、优化心理素质的重要途径，也是心理素质教育的重要组成部分。心理咨询可以指导学生减轻内心矛盾和冲突，排解心中忧难，开发身心潜能。还能帮助学生正确认识自己、把握自己，有效地适应外界环境。近年来，心理咨询机构不断完善，增设了多种形式的服务，已成为大学生心理素质教育最有效的途径。

2、开展大一新生心理健康调查，做到心理问题早期发现与预防。开展心理素质教育的前提是了解掌握学生心理素质的状态，从而有针对性地提出教育措施与方案。采用“心理健康

问卷”从中筛选出有心理症状的学生，主动约请他们到心理咨询中心进一步通过面谈分析诊断，区别不同的问题类型与程度，采取不同的应对措施，防患于未然，做到了心理问题早期发现、及时干预，使学生在入学之初就能得到具体的心理健康指导。

3、开设心理教育必修课，增强自我教育能力。心理素质的提高离不开相应知识的掌握，系统学习心理、卫生、健康等方面的知识，有助于学生了解心理发展规律，掌握心理调节方法，增强自我教育的能力。心理素质教育就是要注重培养学生自我教育的能力。

4、加强校园文化建设，为大学生健康成长创造良好的心理社会环境。大学生的健康成长离不开健康的心理社会环境，大学生心理素质的培养离不开良好的校园文化氛围。校风是校园文化建设的重要内容，也是影响学生心理发展的重要条件。良好的校风会潜移默化地优化学生的心理品质，丰富多彩的校园文化活动有助于培养学生乐观向上的生活态度和健康愉悦的情绪特征。因此，学校应该花力量抓校园文化建设，开展形式多样的文体活动和学术活动，形成健康向上的氛围、宽松理解的环境，有助于学生深化自我认识，充分发展个性，改善适应能力。优良的心理素质在青年学生全面素质的提高中起着举足轻重的作用，二十一世纪是一个思想文化激荡、价值观念多元、新闻舆论冲击、社会瞬息万变、的世纪，面对如此纷繁复杂的世界，二十一世纪人才的心理承受能力将经受更为严峻的考验。

为此，要不断加强对青年大学生的适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的教育与培养，使他们真正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而引导他们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，搏击长空，翱翔自如，走向成熟，参与国际人才竞争，迎接新世纪的挑战！

关心理健康论文篇六

赏识教育就是以适当的语言巧妙的夸大学生的优点长处,以赞赏的语言表情及动作来欣赏赞美学生,以唤起学生在人格上的自尊心得到保护,唤起他们学习的动力以促进学生心理的健康发展。本文就何为赏识教育,赏识教育的作用以及如何进行赏识教育等提出个人的见解。

赏识教育, 尊重, 需求, 教育方法

赏识, 让学生在生活中唤醒。赏识, 让学生在学习中满足内心深处的需求。虽然我们的教育还做不到真正意义上的因人施教、因材施教,但我们能从生活中来就能到生活中去,就地取材,因时而教,激发学生学习的情趣,潜移学习的方法;能做到在课堂上不流露鄙夷的眼神,不说尖酸刻薄的话语等,从而加强学生的心理健康水平。

赏识教育的核心内容就是赏识,就是学会发现他人的闪光点,学会用赏识的眼光看待身边的人和事物。赏识教育是根据儿童的社会性需要,在承认差异,尊重差异的基础上而产生的一种良好的教育方法,他符合孩子那种希望得到他人肯定和欣赏的心理。

赏识教育为何能激发出这么大的潜力?原因就在于它满足了孩子内心深处的需求。吃饭、穿衣、身体健康只是孩子有形生命的需要,而内心世界的满足和愉悦是所有孩子无形生命的需求,是一种高级需求,就孩子的无形生命而言,他们仿佛是为了得到赏识而到人世间的。

可是,我们有的家长忽视孩子的无形生命,不知道孩子心灵深处最强烈的需求是什么。他们认为,只要在物质上、生活上对孩子尽量满足,吃的、穿的、住的、玩的,都是最好的,对孩子来说,就足够了。这也正是他们苦思不得其解,为什么为孩子做了那么多,孩子却并不领情的原因。

孩子的潜能需要星星之火的点燃。赏识教育的奥秘就是让孩子觉醒,推掉压在无形生命上自卑的巨石,于是孩子的潜能像火山一样爆发了,排山倒海,势不可挡。所有的学习障碍在孩子巨大的潜能面前,都是微不足道的。

1. 学生自赏。

为了充分发挥学生自我积极评价的激励作用,可以召开“我就是我”、“我欣赏自己”、“我能行”等系列主题班会,开展特长展示,如“星光闪闪”等系列个性展示活动,让学生充分展示自我、欣赏自我、肯定自我,从而树立自信,达到自我教育的目的。

2. 学生互赏。

心理学家说过:人类本质中最殷切的需求是渴望被赏识。人性如果得不到这种需求就会像得不到太阳的庄稼一样枯萎,为此我们可以开展“我心中的榜样”、“我的偶像”、“我最欣赏的一个同学”等系列主题班会活动。让同学们自由发言,寻找身边同学的闪光点,涉及范围包括学习、纪律、卫生、体育、劳动、做人等诸方面。

3. 家长欣赏。

家长是孩子的第一任老师,家庭教育在受教育者社会化过程中具有特殊的价值。一个家庭只有一个孩子,自信心的培养与家长的态度有着至关重要的联系,只有学校和家庭形成教育合力才能达到最佳教育效果。因此教师有责任对家长进行教育方法的培训,使家长不再是孩子生活上的保姆,更重要的是使之成为有一定赏识教育理论的初级教育者。为此我多次召开家长会请家长观看周弘老师的赏识教育讲座录像,讨论交流教育孩子的成功经验,使人人学会寻找孩子身上的闪光点,学会与孩子沟通,懂得信任,尊重、了解、激励、宽容孩子,激发孩子的自信与自强。让家长每学期两次配合学校对学生进行家庭

情况考核,请家长给孩子分配固定的家务劳动,在劳动中发现孩子的优点,从而欣赏孩子、鼓励孩子,同时也使孩子在劳动中体验生活的艰辛,充分感受成功的愉悦,更坚定明天会更好的信念。

4. 教师欣赏。

有位心理学家这样比喻:孩子需要鼓励,如同植物需要水一样,而老师的鼓励则更为孩子所期待。因此教师的赏识更应该是一种深层次的赏识,即用心温暖学生,用情去激励学生,用爱去鞭策学生,用自己教育事业执着追求和对工作认真负责、精益求精的态度去感染学生。适时赏识每个学生的点滴之长,时时注意对每个学生赋予积极的期望。为此我坚持从学生的学习、日常生活和各种活动等方面观察了解学生,把握他们的思想脉络,掌握他们的心态变化,了解他们对不同事物各种现象的评价,注意他们的自我表现,及时归纳他们的成长点和激活点,为激励他们成长寻找客观依据。每天早读时,及时总结表扬好的方面及个人,并提出希望,让学生感悟到教师发自内心的关心、爱护、尊重、信任和希望,从而激发出积极向上的热情。

总之,沟通、平等、赏识是朋友;鼓励、帮助、启发是良师。让我们为了学生的美好明天创造出良好的育人环境,用我们的激励的语言,让学生充满自信,用赞美的语言让他心存感恩;用嘉许的语言,让他们爱人爱自己、让学生在教师的认同中掌握目标,公平中维护正义,友善中关怀世界,祥和与平和待人。为了学生的将来,为了将来的学生,让我们从“心”开始,用“心”对待,从而使学生健康快乐的成长!

[2]王安兰.适当的劣性刺激是“助长剂”.山东教育,20xx—33.

[3]石华恒.奖励幼儿要恰当.学前教育研究,20xx(1).

[4]林裕辉.不妨来点“惩罚教育”.班主任之友,20xx(11):22.

关心理健康论文篇七

如何提高中职学生的心理健康水平，促进中职学生身心健康发展是新时期中职教育工作者面临和探讨的一个重要课题。本文，笔者结合自己的中职教育工作实践，对目前中职学生中普遍存在的心理健康问题进行归纳总结，并提出相应的解决问题的措施，以期为同行提供一些借鉴。

中职；心理健康；问题；对策

在目前多元化的社会大环境下，对于文化知识基础薄弱、综合素质相对偏低的中职学生来说，大多数的中职学生普遍存在着或多或少的心理健康问题。深入了解中职学生存在的心理健康问题，并积极采取相应的措施，提高中职学生的心理健康水平，对中职学生的健康成长、全面发展具有重要的意义。

1、自卑心理，对前途没有信心

升入中职学校的大多数学生，都是因为初中阶段文化成绩不理想或中考失利，成绩不够理想的学生，还有一部分可能是因为家庭经济情况较困难而选择进入中职学校学一门技术来谋生。加上社会上存在的对中职学生的偏见和歧视，相当大的一部分中职学生不能正确的认识自我，对自己的评价很低，缺少自信心，甚至看不起自己，导致不少中职学生性格内向、消极被动、不敢或不愿意尝试去努力学习，对前途失去信心。

2、厌学心理严重，自控力差

升入中职学校的大部分学生的文化成绩都不够理想，很多学生文化知识基础薄弱，学习目标不明确，学习习惯比较差，

更没有掌握科学正确的学习方法。在平时的学校学习生活中，很多学生不能严格要求自己，自控力差，没有组织纪律观念和时间观念，行为放任自流，不少学生会迟到、早退、旷课、上课睡觉或玩手机等。加之，在进入中职学校后，不少学生因为学习能力较差、知识基础薄弱等原因，学生接触陌生的专业理论知识和专业技能培训时，会感到困难重重，难以下手，久而久之，便会产生严重的厌学心理。

3、不少学生逆反心理严重，情绪波动大

中职学生一般都在十六七岁，他们正处于青春期，这个时期的青少年情感丰富，敏感，自我意识在迅速发展，内心非常渴望独立自由，渴望挣脱成年人的约束。这些学生的情绪波动比较大，容易叛逆，对学校的规章制度有严重的抵触心理，对教师和家长的教育和提醒直接无视，甚至故意唱反调。不少学生容易感情用事，做事容易冲动，处理问题不够冷静，容易受到社会上种种不良社会现象的影响，从而出现打架、出走、自残、轻生等种种问题。

4、不少学生情感封闭，对外界环境的适应能力较差

目前的中职学生有独生子女占了很大比例，他们受到亲人的细心照顾和爱护，这些学生在家庭里容易以自我为中心。但当他们离开家庭，进入学校、社会时往往容易产生很大的心理反差。还有一部分学生他们的家长长年在外地打工，家庭里存在或多或少的问题，造成这些中职学生亲情缺失。另外，中职学生正处于心理发展的过渡阶段，他们的思想正在不断形成和逐步完善，当他们的个人目标、行为与社会的要求不相符合时，便会不知所措。或者当他们的生活、学习环境改变时，不能及时对自己的心理状态和行为进行调整，缺少战胜困难的信息，也缺少解决困难的能力。另外，还有不少学生封闭自己的情感，在平时的学习、生活中会选择隐藏自己的真实感情，不愿意与老师、亲人或朋友沟通，听取老师、亲人或朋友的建议或意见，这样使得学生容易产生焦虑、惶

恐不安、社交恐惧感和郁闷等情绪。

1、重视校园文化建设，营造和谐的心理健康教育氛围

环境对人的影响是潜移默化的，优美的学校环境、优良的校风，严谨的学风可以陶冶学生的情操，培养学生形成高尚的品德，促进中职学生人格的不断完善，可以促进中职学生心理素质的不断提高。因此，要重视校园文化建设，不断美好校园环境，努力改善学校的教育教学软硬件设施，让校园环境对学生的心理健康教育发挥积极的作用。可以利用学校的宣传栏、校园广播站、校园心理信箱、心理咨询室等向学生介绍心理健康教育知识，了解中职学生的真实的心理状况，准确把握这些学生的心理变化轨迹，为学生提供心理健康咨询服务，指导学生解决在平时学习生活中遇到的困惑或人际交往的困难或问题，帮助学生学会正确理智地对待学习生活中遇到的困难或挫折，指导学生尽量避免挫折或困难对学生可能造成的消极影响，让学生受到良好校园文化的影响，让学生在能够快乐地学习、健康地成长。

2、重视为学生开设心理健康教育课，让学生了解心理健康方面知识

学校要根据《中职学校心理健康教育指导纲要》的要求，安排具有较高心理健康教育专业知识和专业素养的教师为学生开设心理健康教育课。作为教师要深入了解所教的中职学生的兴趣爱好、个性特点、文化知识基础和学习习惯等实际学情，然后根据所教的中职学生身心发展的特点，并结合职业发展的具体需要，分成不同阶段、有针对性地对学生进行

《心理健康教育》课程教学，精心选择心理健康教育的内容，灵活运用多种教育方法和方式，让学生了解心理健康方面的知识，让学生认识到心理健康教育的重要性，指导学生掌握心理调适的一些基本方法，让学生了解个体在生理和情感方面的发展变化过程，树立心理健康的意识。帮助学生克服在学习生活、人际交往中遇到的困难，帮助学生消除不正常、

不健康的心理状态，让每个中职学生都能够得到心理健康教育方面的训练，促进学生身心健康的不断成长。

3、在学科教学中注重渗透心理健康教育，提升学生的心理健康水平

在平时的各学科教学中，各门学科的任课教师也要重视把心理健康教育渗透到具体各学科教学中，找准各学科知识与心理健康教育的契合点，在具体的各学科教学中指导学生学会正确地认识自我，制定符合自身实际情况的积极向上的生活和学习目标。指导学生学会有效地学习，提高学习效率和实际效果，指导学生学会团结协作，正确地看待和处理合作与竞争的关系。在各学科的具体教学中，培养学生的职业兴趣，激发学生的创新意识，培养学生的责任感和实践能力、促进学生形成自强、自信、自律、敬业等良好的心理品质，促进学生应对挫折、求职就业、适应社会等能力的不断提高，全面提高学生的心理健康水平。

4、开展丰富多彩的各类活动，为学生提供展示自我的平台

相当一部分中职学生情感封闭，人际交往能力比较差，不知道如何与人更好地沟通与相处。而在平时的中职学校教育教学中，开展丰富多彩的各类活动，如组织足球、篮球、排球等球类比赛、举行歌唱舞蹈比赛、各种主题的演讲比赛和晚会等活动，这样可以扩大学生的人际交往范围，减少学生人际交往的恐惧心理，可以很好地培养中职学生的人际交往能力。开展各类活动，特别是要重视举办各类职业技能比赛，这样可以给学生提供展示自己特长的机会，让学生在参与各类活动中发现自我、让学生克服自卑感，学会战胜自我和正确地认识自己，这样有利于激发学生的创新精神，增强学生职业发展的信心，还有利于陶冶学生的情操，磨练学生的意志，培养学生良好的个性，促进学生综合能力的提升。

5、密切联系家庭，形成教育合力

学生所在家庭的父母关系好坏、父母对孩子的期望、家庭教育方式、家庭成员的榜样作用、家庭里发生的重大事情等等因素都会对学生的心理产生重大影响。因此，要想取得良好的心理健康教育效果，在平时的中职教育教学中，除了教育工作者要重视对学生进行心理健康教育，也要联系家长，请家长共同参与对孩子的心理健康教育。教师要密切联系家长，帮助家长加深对心理健康知识的了解，指导家长了解青少年心理发展的规律，提醒家长增加与子女的情感交流、沟通，促进家庭教育宽松的氛围的形成，让家校联动，形成心理健康教育的合力。总之，中职学生的心理健康教育是中职教育的一个重要组成部分，作为中职教育工作者在充分认识到心理健康教育的重要性，灵活采用多种方法和方式对学生进行心理健康教育，给予中职学生必要的关心和指导，促进中职学生人格的不断完善，促进中职学生心理健康水平的不断提高。

关心理健康论文篇八

随着社会、经济的发展，人们对幼儿教师的素质、能力水平提出了更高的要求。中国的家长自古以来对于子女成才的期望就高，社会上“不要让孩子输在起跑线上”等口号不绝于耳，家长与社会的高期望直接转嫁到了幼儿园教师身上。家长不仅要求孩子在幼儿园吃好、睡好、玩好、绝对安全，还要求幼儿园成为人才的摇篮，要求幼儿教师成为孩子成才的第一保证人。随着幼儿教育改革的深入，幼儿园课程的内容日益丰富、复杂，教学方法、手段、模式的快速变化令许多教师无所适从，力不从心。在与幼儿教师们的交谈中，我们经常听到：“每天太累了，回到家只想安静地休息一会，话都不想多说一句。”“莫名其妙地回到家就想发脾气。”这些话反映出许多教师真实的心理状态。据调查：有26.1%的教师需要接受心理指导，48.1%的幼儿教师需要接受心理咨询。工作中的困惑、竞争中的压力，同事间的矛盾等等，给幼儿教师心理造成了很大影响。关注幼儿教师心理健康问题，不仅丰富了健康心理学、心理卫生学等相关学科，而且对维护

教师自身的心理健康，科学的教育幼儿都有重大的现实意义。

一、幼儿教师心理素质的研究

幼儿教师心理素质主要包括职业心理特征、人格心理特征和适应性心理特征三部分。职业心理特征作为幼儿教师心理素质中对于教师职业的心理认知成分，是作为一名幼儿教师所应具备的基本心理素质，根据幼儿教师职业的特殊性，它可以分为灵敏性、创造力、非权势性、期望感、移情性、激励性、教学效能感七个方面；人格心理特征是从教师人格特征中提取出来的、体现幼儿教师职业特点的一些心理特征，该特征对幼儿习惯的养成及人格的形成具有潜移默化的影响，包括有恒心、自信、成就动机、责任感、客观公正性、自尊感六方面；适应性心理特征包括幼儿教师的人际适应和职业适应，是幼儿教师在工作 and 生活中获得更多的职业幸福感和成就感，顺利开展自己工作的保证，具体包括乐群性、心胸豁达、监控性、轻松兴奋、挫折耐受性五个因子。职业心理特征、人格心理特征和适应性心理特征围绕幼儿教师职业本身构成了幼儿教师心理素质的基本结构。

西南师范大学张大均提出：幼儿教师心理素质包括教师的情感特征、意志品质、职业兴趣、智力与教育能力、人格特征及教育信念。上海师大李伯黍、燕国材认为：教师心理素质的结构应包括教育机智、教育能力(组织教学的能力、言语表达的能力、了解学生的能力、独立创造的能力、实际操作的能力、适应新情景的能力)、人格特点(正确的动机、浓厚的兴趣、热烈的情感、坚强的意志、良好的性格)等。

在心理学上，人们普遍把心理素质分成认知、个性和适应性三个方面，幼儿教师心理素质中的认知能力应该渗透到教师的职业心理特征中，更多体现在教师对职业本身、对自身角色以及对幼儿教师与幼儿发展关系的认识上。这种认识应区别于传统意义上的观察力、想象力、智力等认知能力。个性方面则突出教师从业过程中对幼儿发展、对教师职业成长成

熟有重要影响的人格心理特征。适应性方面重点强调幼儿教师角色的转变和各种环境适应。

二、幼儿教师心理健康问题的现状分析

从现有的研究来看，幼儿教师的心理健康问题可以分为情绪问题和行为问题两类。其中，情绪问题主要表现为焦虑和抑郁。行为问题主要有强迫、偏执。

情绪问题主要表现为焦虑。焦虑是一种比较常见的情绪障碍，是指对即将面临或预期可能出现的问题或痛楚所产生的悲伤、忧虑及不安等交织而成的复杂情绪状态。教师的焦虑主要表现在对工作是否得到认可的担忧及对孩子安全、健康等异常关注，在工作中出现紧张、逃避、不耐烦、不愉快、恐惧、注意力不集中、健忘等症状。适度的焦虑对于提高工作效率、保证工作质量是必要的，但过度焦虑将直接导致教师工作质量下降，甚至产生心身疾病。抑郁也是常见的心理问题，是一种由情绪低落、冷漠、悲观等构成的复合性负情绪。主要特征是丧失，如丧失信心、丧失兴趣等。

行为问题的主要表现为强迫——心里总笼罩着一种不安全感，常处于莫名其妙的紧张和焦虑状态。教师常见的强迫表现是，要求孩子必须按照自己的方式来学习，否则觉得很别扭，以至严重影响自己的学习、工作和生活，对自己或身边的人要求尽善尽美，明知做不到还是希望自己努力去实现等等。有的还表现为偏执。有偏执心理问题的人往往容易广泛猜疑，过分警惕与防卫，常将别人无意的、非恶意的甚至友好的行为误解为敌意或歧视。教师存在的偏执主要表现在对同事是态度上，总觉得同事的工作、言行对自己是一种潜在的威胁。

三、幼儿教师心理健康问题的成因

1. 工作压力。面对新时期的社会变革及教育的改革，社会对教师职业的高期望，家长、学生对教师的高要求，岗位竞争

以及多种角色的担当等等，给教师造成了较大的职业压力，从而使他们心理焦虑、情绪不稳、缺乏安全感等，加上教师待遇菲薄、工作繁重，致使教师很难在教育工作中实现“抚育英才”的理想和抱负，而不易获得满足感与成就感。也有许多教师的教学方法与教学能力的欠缺使得教师压力更为严重。教师的工作是相当繁重的，不仅工作量多，学科复杂，而且工作时间长，很多教师的工作时间远远超过8小时，并且经常需要早出晚归，工作超负荷，这使的他们的精神负担加重，由此教师的身心健康，容易发生身心障碍或身心疾病。

2. 自身成长。作为教师，一要学习专业知识，精通本专业的基本知识，这是搞好教学工作的基础和前提；二要学习教育理论，掌握教育规律和技巧，这是教育活动成败的关键；三要学习相关知识，具有广博的相关学科知识和广泛的兴趣爱好，这是增强教学效果、适应科学发展的需要。这些来自专业发展方面的问题常常困扰教师，越是责任心强的教师，心理冲突越突出，时间越长，心理越不平衡，压力越大。教师是教人的专业工作者，常与人接触，需投入大量的心力和情感，但其成就如无法获得立即的反馈，易导致教师对职业的不满意。缺乏职业满意感最易产生职业厌倦，教师对工作厌倦与教师离职、旷职及退缩行为有关，对学生品质亦有消极影响。

3. 环境因素。幼儿教师在与学生、同事、家长、领导交往中，关系是否融洽，能否相互支持和配合。因为不能很好在处理各种关系，而产生矛盾冲突，使自己激动、不安、烦恼和痛苦，如果这种矛盾不能得到很好地解决，不仅影响工作，而且极大地损害了幼儿教师的身心健康。创造良好的人际关系才是教师拥有良好心态的关键。

四、幼儿教师心理健康的培育

解决幼儿教师心理问题的对策是多方面的，最主要的是幼儿教师要有心理健康的意识，同时要有意识的进行呵护，努力

培养。教师心理健康的具体策略有以下几方面：

1. 注重幼儿教师在校期间心理素质的养成。随着我国教育事业的发展，教师的素质在不断提高。大批师范生陆续走上了工作岗位。要使他们尽快适应幼教工作，并成为幼儿园教师队伍的主力军，就应该抓好在校期间的心理教育与养成，重点培养学生良好的认知、情感、意志、性格等方面的品质。在教育学、心理学等学科知识的教学和其他学科有关心理教育知识的教学中，注重提高师范生的自我教育水平，引导师范生主动参与到活动情境中感知、体验，解决他们的一些心理问题，影响他们的行为改进，而且，要通过丰富多彩的课外活动和定期深入实际的教学实践，促使师范生个性的健康发展，使他们能自觉地去学习、思考和创造，逐渐了解幼儿园的工作、生活环境以及人际关系。同时，要通过开展学习、生活、交往、情绪等方面的专题心理辅导和个别心理咨询，使他们的情绪得到调节，建构良好的心理结构，从而增强适应学习和生活的能力。

2. 注重健全人格和品质的养成。古人训：“人贵有自知之明”、“天生我材必有用”，相信具有某些优势的自己只要努力，完全能和别人一样获得成功。同时也要悦纳自己，即能看到自己的优点，也要认识自己的不足，只有以积极、乐观心态面对一切，待人、处事、接物都要懂得随缘，才会自在；强求攀缘，那将痛苦无边。教师在多元多变的环境中，要先培养自己正确的认知，只有对自己的角色先予以接受与肯定，才可以化消极的态度与作为，不畏外来的冲击与挑战，于工作岗位上，愉快而有效地执行教育的任务。

3. 注意良好的人际关系的养成。幼儿园是女人的世界，作为女人，幼儿教师大多都爱面子，不服输。有无意间的一句话、一个眼神，园中的一次小小的评比都会使人际间的关系变得紧张、微妙，甚至在有的幼儿园中还存在教师和园长之间的“敌对”关系。所以，要努力建立融洽的人际关系。在工作中，只有对同事善良友好、以诚相待，别人才会对你敞开

心扉，形成一种和谐融洽的人际关系，努力培养正确的人际交往认知；掌握基本的人际交往技能；广泛地与人交往，真诚对待交往对象；掌握与学生交往的分寸；把握交往中的教育目标；研究交往与沟通的艺术。同时，还要具备爱心和同情心，宽容、豁达，乐于接纳幼儿，不仅接受孩子们的长处和优点，还要能容忍、接受他们的不足和缺陷。良好的课堂氛围，融洽的师生关系，是教师最佳心理状态形成的基础。师生关系不融洽，教师走进教室就会有一种无形的心理压力，也就势必影响教师的授课情绪和心理状态。《华记》云：“亲其师，乐其友，而信其道。”幼儿只有信任老师，愿意与老师交朋友，才容易相信老师所传之“道”。教师所面对的群体除了幼儿之外还有领导、同事和幼儿家长等，如何协调好与这三者的关系，也是保持良好工作氛围的关键。在工作中教师之间难免会有磨擦和分歧，要有种宽容之心，善于和领导、同事进行沟通、协调，积极化解矛盾，消除误会。

5. 注重创设解决幼儿教师心理健康问题的模式。心理健康问题在不同时期的不同阶段，人人都会存在，幼儿教师也不例外。幼儿教师在得知自己存在一些心理健康问题时，大可不必惊慌失措，也是应当寻求解决这一问题的途径和方法。这就需要幼儿园多为幼儿教师多创设一些解决幼儿教师心理健康问题的模式，解开教师心中的困惑，缓解各种压力引起的心理健康问题。可以通过举办心理健康讲座，邀请心理专家为幼儿教师作心理健康讲座，向教师宣传有关心理健康的一些常识，指导教师掌握心理健康的理论知识。

也可以开设心理健康，当教师感到心理有困惑，遇到什么解不开的心结时，可以通过热线向心理专家咨询，使教师正确认识自我、接受自我，扬长避短地发展自我、完善自我，提高心理成熟度，引导教师排除心中的忧郁。还可以定期对幼儿教师进行心理健康检查。定期邀请专家或引用量表对教师进行心理健康检测，让教师了解、选择、调整自己的心理状态。

总之，要解决幼儿教师心理健康问题，不仅要靠师范学校、幼儿园的支持，也需要包括学生家长在内的全社会来关注和研究，特别是幼儿教师自身要养成良好的道德品质，磨练坚强的意志、养成乐观向人的人生观，善于自我调节心理状态，努力成为一个合格的幼儿教师。

参考文献：

[5]郑晓边. 现代幼儿教师的心理压力与应对策略[j]. 学前教育研究 20xx 3 5-7.

关心理健康论文篇九

（一）缺乏多种类的、有效的形式

现阶段开设心理健康课程和建立心理健康问题研究咨询机构是高职院校开展学生心理健康教育工作的两种主要存在形式。高职院校的心理咨询机构一般仅仅依靠几个心理咨询教师开展咨询和疏导工作，难以实现提高全体学生心理素质的目标。而开设的心理健康课程注重心理学知识的传授，缺乏针对性和实用性。这两种单一形式的教育方式未能实现应有的成效。因此，需要更加多样化的心理教育活动形式融入到心理健康教育工作中，从而提升心理健康教育的成效。

（二）师资队伍薄弱

由于重视程度不足和资金投入缺失，高职院校的心理健康教育师资力量薄弱，现有的师资队伍已无法适应当代学生日益增长的心理教育需求。现阶段大多数高职院校缺乏专业的心理健康教育教师，常常由德育教师兼职开展心理健康教育工作。同时，这些教师多是非科班出身，相当一部分教师是经过短暂进修或考取心理咨询师资格证后就接受工作任务，导致这些教师在开展工作中存在诸多不足。因此，心理学教师的缺乏成为高职院校心理健康教育研究的制约因素之一。

（一）提升对心理健康教育重要性的认识

“态度决定一切”，而态度发挥作用的前提是认识到位。改善高职院校学生心理健康教育工作，首先要全面提高对心理健康教育工作重要性和必要性的认识。院校领导要提高认识，从源头上把握心理健康教育的本质内涵，树立“心理育人”的正确理念，要把心理健康教育工作摆在学生工作的核心位置并贯穿于学校全局工作之中。心理健康教育相关教师要转变思想，与时俱进，不断更新自身知识储备，提高心理健康教育意识，积极推进教学改革，使高职院校学生心理健康教育工作从根本上得到改变。

（二）丰富心理健康教育工作的形式和途径

高职院校在开展学生心理健康教育工作过程中，要改变单纯依靠课程教育和心理咨询的单一形式，要通过进一步丰富心理健康教育的活动形式，在全校范围内创造良好的育人氛围，让学生意识到心理健康的重要意义，自觉参与各种心理健康教育活动，培养健全的人格品质。例如，相关部门可以不定期开展以“学生心理健康教育”为主题的活动，宣传教育工作，如专家讲座、主题班会、案例分析等，使心理健康知识在全校学生中传播和普及，引导学生心理正确发展，培养健康的心理及优秀的品质。

（三）加强教师队伍建设和师资力量培养

在新的时期，高职院校要重视和加强心理健康教育教师师资队伍的建设，只有良好的师资力量，才能促进学生健康全面的发展。首先，要加强心理健康教育的师资培训和管理。各院校要建立一套科学规范的师资选拔制度，获得国家职业资格的人员或者获得国家级专业认可的心理学教师能更好地胜任心理健康教育的岗位，引导促进高职院校大学生心理健康教育教学研究。此外，高职院校还应加强兼职人员的培训作，使整个高职院校在心理学教育教学研究方面有足够的重

视并取得相应成果，为科学化开展心理健康教育工作奠定坚实的基础。总之，在新形势下我们必须坚持从实际出发，从学生需要出发，深入研究，积极探索，把握心理健康教育的特点和规律，不断改进和完善新时期学生心理健康教育工作，促进学生健康、全面发展，为社会培养出更多有用人才。