

# 浅谈家校合作对孩子心理健康的积极影响

冯荣华

四川省绵阳市盐亭县岐伯实验小学, 四川 绵阳 621600

**摘要 :** 本文旨在探讨家校合作在促进孩子心理健康方面的积极作用, 通过分析当前孩子心理健康现状, 包括: 学业压力、家庭环境、人际交往、外界信息的影响和家校合作的基本模式, 以家长培训案例教学、家庭教育心理沙龙、主题式团体辅导活动, 家长驻校活动等, 家校合作的具体策略、包括对家长的心理健康教育培训, 良好家庭氛围的营造以及社会的帮助和支持等, 阐明了家校合作在心理健康教育中的重要性, 详细介绍了家校合作给孩子带来的积极心理影响, 包括家庭教育指导、家校信息资源的共享、共同应对心理问题的好处等方面。

**关键词 :** 家校合作; 心理健康; 现状分析; 教育策

## On the Positive Influence of Home-School Cooperation on Children's Mental Health

Feng Ronghua

Qibo Experimental Primary School, Yanting County, Mianyang City, Sichuan Province, Mianyang, Sichuan 621600

**Abstract :** This paper aims to explore the positive role of home-school cooperation in promoting children's mental health, by analyzing the current situation of children's mental health, including: Academic pressure, family environment, interpersonal communication, the influence of external information, and the basic model of home-school cooperation, including parent training case teaching, family education psychological salon, theme-based group counseling activities, parent residence activities, etc., the specific strategies of home-school cooperation, including mental health education and training for parents, the creation of a good family atmosphere, and social help and support, etc. This paper expounds the importance of home-school cooperation in mental health education, and introduces in detail the positive psychological effects of home-school cooperation on children, including family education guidance, sharing of home-school information resources, and the benefits of coping with psychological problems together.

**Keywords :** home-school cooperation; mental health; analysis of current situation; educational policy

背景: 在儿童发展的过程中, 心理健康是不可或缺的一部分, 它关系到孩子能否健康成长, 适应社会。随着社会的发展, 孩子面临的心理压力与日俱增, 如何维护其心理健康成为了家长和学校关注的焦点。

目的和意义: 分析家校合作在促进孩子心理健康方面的作用, 提出加强双方合作的策略, 以及可能面临的各种挑战, 以期为孩子全面健康发展提供支持和帮助。

理论基础: 介绍家校合作的定义、模式及其在教育领域的应用, 为后续分析奠定理论基础。

家校合作的概念: 家校合作指的是家庭与学校之间建立的互动关系, 旨在共同促进学生的全面发展。

## 引言

在当前社会背景下, 儿童心理健康的重要性不容忽视。随着社会的发展和科技的进步, 儿童生活和成长的环境发生了显著变化, 这些变化对儿童的心理健康产生了直接影响。

(1) 经济社会快速发展导致儿童心理行为问题发生率上升。儿童、青少年心理健康问题成为重要的公共卫生问题。然而, 家庭是儿童心理健康发展的关键一环, 家长的行为和教育方式直接影响儿童心理健康。

(2) 家庭教育促进法要求畅通学校家庭沟通渠道, 推进学校教育和家庭教育相互配合。

(3) 国家出台《健康中国行动——儿童青少年心理健康行动方案(2019—2022年)》等政策文件, 强调儿童心理健康的重要性。提出到2022年底实现儿童青少年心理健康相关指标的阶段性目标。

(4) 教育部门要求学校建立心理服务平台, 开展学生心理健康服务。教育部门定期开展学生心理健康状况调查, 督促学校完善心理健康教育机制。

(5) 社会各界十分关注儿童青少年心理健康, 儿童心理健康对于个人的全面发展和社会的和谐稳定具有重要意义。

作者简介: 冯荣华(1982.04-)男, 汉族, 四川盐亭人, 大学本科, 中级职称, 研究方向为: 语文教学, 小学生心理健康教育。

## 一、孩子心理健康现状分析

(1) 学业压力：学生随着年级的升高，从低年级的轻松氛围逐渐过渡到需要更多自主学习和思考的阶段。这种转变导致部分学生出现学习压力，表现为对学习任务的焦虑、紧张或逃避情绪。

(2) 家庭环境：家庭环境对学生的心理健康具有深远的影响。家庭氛围的和谐与否、父母的教养方式以及亲子关系的亲密度都会影响到学生的心理状态。例如，家庭关系紧张、父母期望过高或缺乏关爱都可能导致学生出现情绪问题或行为问题。

(3) 人际交往：随着年龄的增长，学生开始关注自己在同伴群体中的地位 and 关系，人际交往成为他们生活中的重要组成部分。然而，由于他们的社交技能尚未完全成熟，可能会在处理人际关系时遇到困难，如与同学之间的冲突、被孤立或排斥等，这些问题都可能对学生的心理健康造成负面影响。

(4) 外界信息的影响：一些孩子网络成瘾、过度依赖社交媒体、社会竞争压力的增大都可能让学生感到焦虑和不安。表现为对考试、学习或社交活动的过度担忧和紧张，情绪低落、兴趣减退、自我否定，自尊心低下、自卑等。

(5) 行为问题：如攻击性行为、逃学、撒谎等，而家校合作是促进孩子心理健康发展，有效避免孩子出现心理健康问题的途径。

## 二、家校合作的基本模式

研究发现，现有的家校合作模式中常常忽略了学生的主体地位，未能充分考虑学生的个性需求和意愿。家庭与学校的相互了解也不够充分，学校和合作过程中往往缺乏对家庭环境和家长需求的深入了解，这限制了合作的深度和广度。因此，学校加强对学生家庭背景的了解，提供针对性的指导和支持，帮助家长有效参与孩子的教育过程至关重要。目前，家校合作促进学生心理健康教育的基本模式包括：学校与家庭的协同、家庭与学校的协同以及社区的参与。这种合作模式不仅有助于整合资源，形成教育合力，还能为学生提供全面、有效的心理健康服务。

### (一) 学校与家庭的协同

(1) 家长培训案例教学：通过定期举办家长会，以实际案例为基础进行家长培训，提升家长对心理健康的认知和问题处理能力。

(2) 家庭教育心理沙龙：组织家长参与由专业心理教师主持的主题讨论，增进家长间的交流，共同探讨孩子的心理教育问题。

(3) 主题式团体辅导活动：开展针对性强、专业性高的亲子团体活动，帮助家长和孩子共同解决问题，提升解决问题的技能。

### (二) 家庭与学校的协同

(1) 家长驻校活动：邀请家长作为“心理志愿者”直接参与学校的心理健康教育工作，加深家校之间的理解和信任。

(2) 心理家委会：构建以学生心理健康发展为核心的家委会，使家长更有序地参与到学校心理健康教育中。

### (三) 社区的参与

(1) 社区资源的整合：通过社区为学校和家庭提供心理健康教育资源，如专业人员的讲座、咨询服务等，丰富教育内容和形式。

(2) 社区活动的开展：利用社区平台举办各类心理健康教育活动，扩大家校合作的影响力和覆盖面。

总的来说，家校合作在促进学生心理健康教育方面发挥着不可替代的作用。通过学校与家庭、家庭与学校以及社区三方的有效协同，可以更好地满足学生的心理健康需求，帮助他们健康成长。因此，建立和完善家校合作机制，对于提高学生心理健康水平具有重要意义。

## 三、家校合作的具体策略

家校合作的具体策略，包括对家长的心理健康教育培训，良好家庭氛围的营造以及社会的帮助和支持等，阐明了家校合作在心理健康教育中的重要性。

(1) 加强心理健康教育：学校应开设心理健康教育课程，帮助学生了解心理健康知识，掌握自我调节情绪的方法。

(2) 营造良好的家庭氛围：家长应关注孩子的心理健康需求，与孩子建立良好的沟通关系，提供必要的支持和关爱。

(3) 促进人际交往：鼓励学生参与学校的集体活动和社会实践，培养他们的社交技能和合作精神。

(4) 加强社会支持：建立学校、家庭和社会共同参与的心理健康支持体系，为学生提供全方位的帮助和支持。

## 四、家校合作对孩子心理健康的积极影响

家校合作作为提升教育质量和学生心理健康福祉的有效途径，其重要性不容忽视。家校合作给孩子带来的积极心理影响，包括家庭教育指导、家校信息资源的共享、共同应对心理问题的好处等方面。

(1) 可以为家长提供科学的家庭教育指导视频，帮助家长更好地关注孩子的心理健康。老师可以根据孩子在学校的表现，为家长提供针对性的家庭教育建议，帮助家长解决在教育孩子过程中遇到的困惑和问题。

(2) 家长和教师的支持为儿童提供了必要的安全感和信心。通过家校合作，儿童在家庭和学校之间获得一致的社交行为指导，有助于其建立良好的人际关系和社会适应能力。

(3) 通过提供一致的学习期望和支持，帮助儿童在学习上取得更好的成绩，从而增强其自我效能感和学习动机。通过家校合作，家长和教师可以共同制定一套一致的行为规范和学习期望。这种一致性使儿童能够在不同的环境中感受到相同的期望和规则，从而减少其感受到的不确定性和压力。例如，如果家庭和学校都强调诚实和尊重，孩子就更有可能内化这些价值观，形成稳定的自我认同和安全感，提供情感上的连续支持。

(4) 家庭和学校可以共同关注孩子的心理健康问题，预防心理问题及时发现和解决孩子在成长过程中遇到的心理困扰。家长和老师可以通过定期沟通，了解孩子在学校和家庭中的表现，共同制定针对性的教育措施。家校合作有助于预防孩子出现心理问题。通过家校合作，家长和老师可以及时发现孩子的心理问题，采取措施进行干预，防止问题进一步恶化。同时，家校合作还可

以帮助孩子建立良好的心理素质，增强心理承受能力，降低心理问题的发生概率。

(5) 家校合作可以实现信息的共享，让家长和老师更加了解孩子的心理状况。家长可以向老师了解孩子在学校的表现，老师也可以向家长了解孩子在家庭中的情况。这样，双方可以更加全面地了解孩子，为孩子提供更好的心理支持。

(6) 教育资源整合，家校合作可以整合家庭和学校的教育资源，为孩子提供更丰富的心理健康教育。家长和老师可以共同参加心理健康教育培训，提高自己的心理素质，为孩子树立良好的心理榜样。同时，家庭和学校可以共同开展心理健康教育活动，让孩子在轻松愉快的氛围中学习心理健康知识。定期且开放的沟通是家校合作的核心。家长和教师之间的有效沟通可以确保双方都能及时了解孩子的进展和遇到的困难。当孩子知道家长和教师在关注同一事务并协同工作以解决问题时，会感到更加安全和支持。

(7) 共同参与决策，当家长在学校的决策过程中发挥作用时，孩子看到自己的家庭是学校社区的一部分，这增加了他们对学校的归属感。这种归属感是建立安全感的基础，有助孩子在面对挑战时感到更有能力和受到支持，增强信任关系。

(8) 家校合作能够增进家长与教师之间的信任，这种信任关系对孩子来说是一个重要的安全感来源。当家长信任教师并在遇到问题时寻求其建议，孩子会感觉到成人之间的合作关系，从而在遇到问题时更愿意寻求帮助。

(9) 应对困难和危机，在困难或危机情况下，如家庭变故或学业挫折，家校合作尤其重要。家长和教师可以共同制定应对策略，为孩子提供一致的支持和引导，帮助他们恢复和维持心理健康。

因此，家校合作在促进孩子心理健康教育中的重要性不言而喻。家庭和学校是孩子成长过程中最重要的两个环境，它们对孩子的心理健康有着深远的影响。家庭和学校应该加强合作，共同为孩子的心理健康发展创造良好的环境。

## 五、家校合作的成功案例

盐亭县云溪小学一直致力于与家长共同开展“心理健康月”活动，通过讲座加强教育培训，为家长和教师提供心理健康知识和沟通技巧的培训，提高他们的意识和能力。通过班级微信群向家长推送心理辅导相关视频，帮助家长更好地关注学生的心理健康，增强家长和学生对心理健康的认识，提高学生的心理素质。定期举办家长会，开办家长学校等，同时与家长委员会合作，建立资源共享平台，整合社区、学校和家庭的心理健康资源，提高资源利用效率，为学生提供心理咨询服务。定期组织家长和老师的心理培训和定向师生心理健康越野赛等，确保及时发现和干预学生的心理问题。同时，建立有效的家校沟通渠道和反馈机制，保证信息的及时性和准确性。促进文化融合，尊重多元文化背景，寻找共同点，促进不同文化背景下的家长和教师之间的理解和合作。该校家校合作做得非常成功，培养出了一大批德才兼备的善美少年，得到社会的一致好评。

## 六、家校合作面临的挑战

我们不可避免地会遇到一系列挑战。这些挑战既包括实际的操作障碍，也涉及深层次的理念和沟通问题。为了确保家校合作能够有效地促进学生的心理健康，我们必须识别并理解这些挑战，从而采取适当的措施来克服它们。随着社会对心理健康认识的加深，人们越来越意识到家庭、学校和社会三方合作的重要性。在家校合作促进学生心理健康的过程中，虽然理念上获得了广泛的认同，但实际操作中却面临着诸多挑战。

(1) 理解与认识的差异，家长和教师在心理健康方面的认知往往存在差异。一些家长可能忽视儿童心理健康的重要性，而教师可能对学生的心理问题感知不足。

(2) 心理健康知识的缺乏：即便家长和教师都认识到心理健康的重要性，但如何具体操作，如何有效沟通和协作，仍然缺乏足够的知识和技能。

(3) 资源与支持的不足：学校和家庭可利用的心理健康资源有限，且分布不均，质量参差不齐。合格的心理健康专业人员相对不足，无法满足学生多样化的心理健康需求。

(4) 沟通与合作的障碍：家长和教师之间沟通频率和质量不足，信息交流存在障碍，导致对学生问题的理解和处理不够及时和有效。缺乏有效的家校合作机制和平台，使得双方合作缺乏组织和系统性。

(5) 文化差异：不同家庭的文化背景差异，对教育和心理健康的理解及处理方式不同，增加了合作的难度。

(6) 社会压力：社会对学业成绩的重视往往超过了对学生心理健康的关注，这影响了家校合作的方向和效果。

总的来说，随着社会的发展，孩子面临的心理压力与日俱增，如何维护其心理健康成为了家长和学校关注的焦点。面对以上的挑战，我们必须通过分析当前孩子心理健康现状，积极开展家长培训案例教学、家庭教育心理沙龙、主题式团体辅导活动，家长驻校活动等，积极实施家校合作的具体策略，包括对家长的心理健康教育培训，良好家庭氛围的营造以及社会的帮助和支持等，阐明了家校合作在心理健康教育中的重要性，详细介绍了家校合作给孩子带来的积极心理影响，包括家庭教育指导、家校信息资源的共享、共同应对心理问题的益处等方面。通过共同努力，来逐步克服这些挑战，实现家校合作的有效实施，从而更好地促进学生的心理健康发展。

## 参考文献

- [1] 王颖颖. 小学心理健康教育中家校合作的现状及其对策[J]. 时代教育, 2023(12): 66-68.
- [2] 李建军. 基于家校合作的小学心理健康教育策略[J]. 素质教育, 2023(6): 112-114.
- [3] 东礼. 家校协同开展小学心理健康教育的模式探索[J]. 新课程研究, 2024(02): 236-238.
- [4] 王金明. 多媒体教学在小学心理健康教育的模式的有效运用[J]. 教学理论研究, 2024(06): 26-28.