

# 单亲家庭子女心理健康教育的途径

崔素铨

福建省东山第一中学 363400

摘要:据专业数据统计,我国离婚率呈现逐年上升的趋势,由此引发的单亲家庭子女教育问题和心理健康问题也引起社会的普遍关注。父母离异为子女带来情感的缺失和家庭教育的不完整,导致子女自卑敏感、被动消极、认知偏差等负面心理状态的产生,更有甚者受社会不良风气的影响而走上犯罪的道路。本文以提升单亲家庭子女心理健康为出发点,探讨相关教育策略的实施路径。

关键词:单亲家庭;子女教育;路径探索

随着社会的开放和人们价值观念的改变,离婚已是稀松平常的存在,子女虽然不能阻挡父母离异、重寻幸福的脚步,但家庭破裂为子女带来的心理创伤却不能不被重视。单亲家庭的子女在思维方式、行为处事等方面,与完整家庭的子女有着截然不同的表现,凸显了单亲家庭教育的不完整为单亲家庭子女带来的负面影响。教师有必要从促进单亲家庭子女的心理健康发展着手,为单亲家庭子女提供人文关怀和心理引导,帮助他们重拾信心,以积极的心态面对生活的陡然变化和父母一方情感的缺失。本文以此为出发点,探讨单亲家庭子女心理健康教育的实施路径。

## 一、注重鼓励引导,帮助单亲家庭子女重拾信心

由于突然遭受家庭变故,单亲家庭子女的自信心普遍低于圆满家庭的同龄子女,尤其是备受父母冷落或者遭到父母双方嫌弃的单亲家庭子女,更是有着强烈的挫败感和自卑感。每个孩子都有被认可、被关爱的心理需求,教师有必要为单亲家庭子女多些关爱和关注,弥补他们在家庭教育中情感的缺失。教师可以在授课之余,搜寻专业的心理学著作进行学习,聆听心理学专家的专业讲座,用专业的知识为单亲家庭子女设计专业而系统的心理健康辅导方案,以此为据实施专业的心理疏导,帮助他们重拾自信心,重回阳光少年积极进取的状态。

部分单亲家庭子女在遭受心理创伤后,对其他人会有强烈的不信任感和排斥心理,但内心深处同时也渴望被人爱护和关心。此时,教师要保持足够的爱心与耐心,从单亲家庭子女的兴趣点入手,用单亲家庭子女较易接受的方式拉近与他们之间的距离,逐步得到他们的信任,在此基础上再以鼓励和引导的方式实施心理健康教育会有较好的效果。

## 二、化教育于无形,维护单亲家庭子女的尊严

单亲家庭子女通常会感到孤独不合群,敏感且偏激,他们往往不会向同学和教师诉说自己的无助和困惑,而将自己伪装成同其他学生一样的坚强和快乐。教师要懂得透过表面现象洞察到他们真实的内心世界,用自然温和的方式与他们进行相处和交流,将心理健康教育以毫不刻意的方式融入日常的学习和生活当中,保护单亲家庭子女脆弱的心理,维护他们的人格尊严,逐步弱化他们心理的差别感和不正确的自我认知。

在班级建设方面,教师要引导班级学生不能用有色眼镜看待单亲家庭子女,要给予他们与其他学生同等的关爱与帮助。教师可以经常在班级开展和谐友爱、精彩纷呈的活动,加强班级的精神文明建设,培养学生之间互助友爱的关系。教师要鼓励单亲家庭子女踊跃参加班级活动,在活动中奋勇当先,寻找并实现自身的价值,不断提升对自我的正确认知,体会班集体的温暖和凝聚力,从而改善因家庭变故带来的不良情绪和心理问题。

## 三、父母是子女教育的第一责任人,改善单亲家庭父母的教育观

仅靠教师的力量对单亲家庭子女实施心理健康教育,是远远不够的,也不能达到良好的教育效果。父母是子女教育的第一责任人,理应承担起子女教育的重任,但因为婚姻的不幸、家庭的破裂,导致父母暂时建立了错误的教育理念或者疏于对子女的管教。此时,教师应

该先从侧面了解学生的家庭状况,再与父母一方进行联系,讲述孩子目前的心理状况和行为表现,灌输正确的教育观念和家庭教育的重要性。父母的负面情绪会直接影响孩子的心理状态,教师务必请父母端正心态面对现实,肩负起家庭教育的责任,为孩子撑起一片晴朗的天空。

大部分父母在离异前都会经历无休止的争吵,离异后也会进行新家庭的重组,这两阶段或多或少都会对孩子的心理造成不良的影响。孩子的成长需要温馨融洽的家庭氛围,教师在与家长交流时,需要提醒家长注意家庭氛围的营造,使他们认识到良好的家庭氛围对孩子成长的重要影响,也认识到孩子的心理健康对完整人格形成的影响,真正地使家长与教师形成教育合力,共同促进孩子身心健康的成长。

## 四、发挥学校的教育主体作用,为心理健康教育的实施保驾护航

学校是教育的主体,拥有广阔的教育资源和影响力,理应配合教师为单亲家庭子女实施更完善的心理健康教育。学校可以聘请专业的心理学专家为教师进行专业心理教育知识的宣导,为学生开展心理健康方面的讲座。学校可以外聘校外心理教育专家在校内设置工作室,也可以借助他们的资源组建专业的心理咨询教师团队,供教师和学生就心理问题实现即时咨询,为教师提供学习的渠道,为单亲家庭子女提供倾诉的渠道。

单亲家庭的子女常常愿意封闭自己,不主动将心理话轻易说出。学校要教导参与单亲家庭子女教育的教师,要保持足够的爱心、诚心与耐心,采用艺术和智慧的沟通方式请他们打开心扉,从而实施针对性的教学方案,达到更优的教育效果。学校可以用丰富多彩的活动,营造阳光健康、和谐友爱的校园环境和学习氛围,杜绝不良因素对学生的侵蚀和影响,为师生间的良好沟通打好基础。

## 结束语:

离婚率的高居不下势必导致单亲家庭越来越多,孩子是祖国的未来和希望,单亲子女的心理问题必须得到全社会的广泛重视。作为与孩子密切接触的教师,有必要对单亲家庭的子女多些关爱与关注,用润物细无声的方式为孩子进行鼓励和引导,帮助孩子走出情绪的低谷,重拾自信心,建立正确的认知理念,发现自我价值。教师个人的力量十分有限,必须与家长和学校形成教育合力,发挥家庭教育和学校教育的作用,为学生实施更完善更系统的心理健康教育举措,帮助孩子尽快走出阴霾,步入正确、正常的生活和学习轨道。

## 参考文献:

[1]高步刚,解萍,吴惠珍.高职院校护理专业单亲家庭学生人格问题分析及健康人格的培养[J].齐齐哈尔医学院学报,2018,39(22):2697-2698.

[2]李聪聪.思想政治教育视域下关爱单亲家庭大学生对策探析[J].中国石油大学胜利学院学报,2018,32(01):73-75.

课题标注:本文系第七期漳州市中小学德育研究课题《东山一中单亲家庭子女教育的途径实践研究》(立项编号:zdy21023)的阶段研究成果