

# Research on the Construction and Strategy of Mental Health Support System for Rural Boarding Students in Primary Schools

Lianjuan Liu Xiaohong Liu

Jiaoshi Town Central Primary School, Fuling District, Chongqing, 408134, China

## Abstract

As urban-rural education integration deepens, rural boarding primary schools have expanded significantly as effective platforms for promoting balanced educational development and ensuring equity in rural areas. This study examines the practical challenges in mental health support for boarding students, including insufficient collaboration among stakeholders, lack of targeted interventions, and inadequate safeguard mechanisms. By analyzing the developmental characteristics of boarding students and addressing actual needs in rural education, the research proposes a three-dimensional mental health support model encompassing service providers, intervention content, and support systems. The findings provide actionable strategies for enhancing mental health education and promoting holistic well-being among boarding students, offering both practical guidance and theoretical insights for rural boarding schools.

## Keywords

rural boarding primary school; boarding students; mental health; support system; construction strategies

# 农村寄宿制小学住校生心理健康支持体系构建与策略研究

刘联娟 刘小红

重庆市涪陵区焦石镇中心小学校, 中国·重庆 408134

## 摘要

城乡一体化教育发展持续深化,农村寄宿制小学作为推动农村教育均衡发展、保障农村教育公平的有效载体,发展规模不断扩大。笔者结合农村教育发展实际需求与住校生身心发展的阶段性特征,揭示农村寄宿制小学心理健康支持工作中主体协同性不足、内容针对性缺失、保障机制不健全等现实问题,从心理支持主体、心理支持内容、心理支持保障系统三个维度构建农村寄宿制小学心理健康支持模型,探索具有针对性与可行性的农村寄宿制小学心理健康支持策略,为农村寄宿制小学开展心理健康教育、促进住校生身心健康发展提供重要的现实依据与理论参考。

## 关键词

农村寄宿制小学;住校生;心理健康;支持体系;构建策略

## 1 引言

乡村振兴背景下,《“十四五”县域普通高中发展提升行动计划》《中小学心理健康教育指导纲要》等系列政策明确要求加大对农村学校学生心理健康教育的支持力度,确保学生身心健康发展。农村寄宿制小学是农村基础教育体系中的重要组成部分,农村寄宿生正处于人生发展的关键时

期,长期远离父母陪伴,在生活自理、学业适应、情感沟通等方面存在困惑。如何构建科学有效的保障制度、探索切实可行的实施路径,为农村学校发展与农村学生成长保驾护航,成为当前亟待解决的重要问题。

## 2 农村寄宿制小学住校生心理健康支持面临的现实挑战

### 2.1 支持主体协同不足,责任落实缺位

农村寄宿制小学心理健康教育由于涉及到学校、家庭、社会等多方面的因素,但目前协调联动机制尚未成熟。从学校方面来说,个别领导不够重视心理教育,归属于德育,缺乏计划,班主任和任课教师未进行专门的心理学习,不能正确发现心理问题,且平时学校工作多,缺乏时间和精力投入心理工作中<sup>[1]</sup>。从家庭方面来说,由于农村学生家长多以外

【基金项目】重庆市涪陵区焦石镇中心小学校 2023 年度教育科学规划课题“农村小学住校生心理健康教育策略研究”(项目编号:2023-G-24)。

【作者简介】刘联娟(1984-),女,中国重庆人,本科,初级,从事心理健康教育研究。

出务工为主,对孩子的沟通较少,且沟通方式简单,无法及时掌握学生的心理动向;甚至对心理健康教育认为属于学校的事情,主动参与意识差。

## 2.2 内容供给缺乏针对性, 适配性不足

现在的农村寄宿制小学的心理健康教育大多沿用城市教材,忽略了校生的差异性。校生的主要心理问题是父母离异、生活自理、宿舍人际关系紧张、学业焦虑等问题,而大部分的内容都是理论性的内容,缺少对现实问题的回应,形式上以讲解式为主,缺少体验、互动,难以激发学生对心理教育的兴趣。心理健康教育内容不考虑不同年级、不同个性的学生,缺少针对性。低年级学生需要的是如何生活、如何适应,高年级学生需要的是如何面对青春期心理困惑等。

## 2.3 保障机制不完善, 支撑力度薄弱

农村寄宿制小学学生心理卫生工作的制度保障不足。在心理卫生工作的制度保障上,心理卫生工作所需的筛查制度、预警制度、干预制度等尚未完善,导致学生心理问题存在发现不及时、干预不到位的情况;甚至个别学校未建立学生心理卫生档案,无法对学生心理卫生状况进行有效动态监测<sup>[2]</sup>。农村学校教育经费相对短缺,用于心理健康教育的专项经费有限,难以保障心理健康教师培训、心理咨询场所建设、心理健康教育活动开展等工作的有效落实。

# 3 农村寄宿制小学住校生心理健康支持体系的构建维度

## 3.1 主体协同维度: 构建“学校-家庭-社会”三位一体联动体系

以学校为核心主导,强化家庭参与度并联动社会资源,形成多方协同、权责明确的联动模式。学校负主体责任,成立学校学生心理健康教育工作领导小组,统筹安排各项工作,落实学校各相关教师具体职责;定期组织领导小组与教师、家长开展协商交流,确保心理健康教育工作有序推进。家庭发挥协同主力作用,积极参与学校搭建的家校交流平台,配合学校加强家长培训,增强家长参与意识,提升家长心理教育能力,促进家长主动关注子女心理状况,形成家校齐抓共管的良好局面。

## 3.2 内容供给层面: 打造“基础保障+问题解决+发展赋能”三层架构内容体系

基于住校生内在心理发展规律与实际需求,设置层次分明、侧重点各异的心理健康教育内容。基础保障部分主要涉及住校生生活适应、基本心理防护,如生活自理能力培养、情绪调节基础教学、人际沟通技能训练、安全心理教育等,以帮助学生适应住校生活,形成基本的心理防范能力。问题解决层面针对住校生普遍存在的集中性心理问题,如思念亲人情绪、宿舍人际关系矛盾、学习压力疏导、青春期心理困惑等,通过案例分析、小组讨论等形式帮助学生解决实际困扰。发展赋能层面聚焦住校生内在心理成长需求,以提升自

信心、锻炼意志力、启迪思维智慧为目标,开展自信心培养、抗挫折能力训练、生涯规划教育等活动,助力学生全面成长;同时分年级进行分层设计,避免教育内容“一刀切”。

## 3.3 保障机制维度: 构建“资源-制度-评价”三维保障体系

坚持以制度建设为根本、评价保障为方向,构建全方位心理健康支持保障机制。以制度建设为根本,建立学生心理健康排查及档案管理制度,定期对学生开展心理测评,并对重点学生进行跟踪督导;建立“发现-预警-干预-转介”全流程管理制度,明确各主体分工职责;建立常态化家校沟通制度,保持家校信息沟通畅通<sup>[3]</sup>。以评价保障为方向,建立多方评价制度,将心理健康教育工作成效纳入学校办学质量评估和教师绩效考核体系;结合学生心理状态改善程度、家长满意度等指标对工作成效进行评价总结,并及时调整优化支持策略。

# 4 农村寄宿制小学住校生心理健康支持的实施策略

## 4.1 强化主体协同, 凝聚多方育人合力

### 4.1.1 提升学校主导能力

学校应将心理健康教育纳入办学计划,设定目标和实施方案,每学期都要有详细的心理健康教育计划安排。建立心理任课老师、班主任与心理老师、班主任的共同工作制度;心理老师负责教育方案的制定,教育辅导和培训;班主任和任课老师负责日常观察,及时掌握学生情况,形成“专业指导+全员覆盖”。教师定期进行心理健康培训,邀请大学心理学专家、心理咨询师讲授,内容涉及心理问题、心理沟通、危机干预等实用内容,每学年至少培训学时达16学时以上,提高教师素质<sup>[4]</sup>。

### 4.1.2 激活家庭参与活力

搭建家校交流平台,依托公众号、班级群等,每周向家长们推送1次心理健康教育知识、亲子教育方法等;每月开展一次家长会,每期举办一次家长活动,让家长们了解孩子们在校情况、心理状况。针对农村家长的特点,开展“接地气”的家长教育,借助案例、经验交流等方式,让家长们树立正确的心理健康观,学习基本的心理疏导常识。建立“家长心理联络员”机制,每个班级推荐1-2名责任心强、沟通能力强的家长,为学校传递心理健康教育信息,反映家长学生的诉求,搭建家校交流平台。

## 4.2 优化内容供给, 提升教育适配性

### 4.2.1 精准对接核心需求, 优化内容设计

通过问卷调查、日常观察、师生谈话等形式,定期了解住校生的心理困惑和需求,建立需要数据库,根据需求数据库调整心理健康教育的具体内容,如针对学生思念亲人,设计“表达亲情、调节思念”的活动,使学生通过写信、视频等方式表达自己的情感,学会自我调节;针对人际关系,

设计“沟通、包容理解”的活动,使学生学会与人和谐相处,学会自我调节;针对学习压力,设计“学习、减压”的活动,促使学生学会合理安排自己的学习进度,树立正确积极的学习态度;内容的设计力求做到实用、实用,尽量以个案研究、角色扮演、小组讨论等形式进行,尽量少用理论化、虚无缥缈的表述。

#### 4.2.2 兼顾分层与个性化,丰富呈现形式

针对低年级学生生活适应差,心理依赖性较强,进行生活适应、情绪认知等低阶生活的学习,如以儿歌、绘本、游戏等形式引发学生兴趣;针对中高年级学生出现的青春期心理、学业压力等敏感性问题,开展专题讲座、辩论赛、心理情景游戏等活动,引导学生直面问题;建立“学生心理需求数据库”,对学生进行心理疏导,针对性格孤僻的学生开展小班集体活动,鼓励学生建立自信;针对心理困惑的学生,开展一对一辅导活动,切实帮助学生解决问题。此外,以校园广播站、宣传栏、心理漫画等形式打造“心理”的校园,让“心理健康”随处可感。

#### 4.2.3 融入生活实践,强化体验感悟

将心理健康教育与住校生日常管理相结合,在宿舍、食堂、学生活动等环节体现心理健康理念。如在宿舍管理中通过开展“文明宿舍”创建活动,引导学生学会接纳和包容、协商解决;学生课外活动中组织开展体育竞赛、文艺表演、公益活动等比赛活动,培养学生积极进取、团结协作的精神;在生活技能培训中,融入自信心培育与责任意识塑造内容,借助整理内务、协作完成任务等实操场景,引导学生在动手实践中肯定自我价值、明晰责任担当。在此过程中,同步传授简单的情绪调节方法,帮助学生在生活难题中学会自我疏导,逐步提高心理承受能力。让学生在亲身参与中感知心理健康的重要性,掌握心理调整技巧,真正在实践中实现“言行一致”,将心理认知转化为实际行为<sup>[9]</sup>。

### 4.3 健全保障机制,强化支撑力度

#### 4.3.1 健全制度保障机制,规范工作流程

建立学生心理健康筛查档案,学生刚入校后1个月内即进行第一次心理普查,每年对学生进行2次心理普查;对于筛查出来的“特殊学生”建立心理健康档案,详细记录学生心理状态、辅导过程及辅导情况,对学生进行跟踪管理。健全心理预警和干预体系,明确班委、班主任、心理专任教师及校领导的心理预警职责:班委负责观察并及时反映问题,班主任对学生进行初步干预,心理专任教师对学生进行专业的心理辅导,对问题严重的学生及时联系家长,转送到专门的医疗机构进行诊治,形成“发现问题-预警-干预和

转介”的有效机制。建立心理健康教育工作考核制度。把心理健康教育、学生心理状态等作为校考核和教师考核的重要指标,明确考核项目和考核办法,建立考核制度和奖惩措施,督促责任到人。

#### 4.3.2 建立评价反馈机制,动态优化工作策略

建立多元评价机制,从学生、教师和家长三个方面开展评价。对学生,从心理测量、问卷和访谈等维度,了解学生的心理调节能力及心理健康知识水平;对教师,从教育活动方案制定,活动效果,辅导个案质量等方面予以评价;对家长,从学生满意度调查,参与情况等方面开展评价,家校配合效果。建立定期调整机制,每学期组织召开心理健康教育工作座谈会,总结评价结果,查找存在的问题;采取师生谈话、家长反映等形式,广开言路,根据家长反映的意见调整教育内容、改进工作方式、完善支持措施。建立健全心理健康教育工作成果监测机制,对心理健康教育工作运行效果进行长期的追踪监测,保障支持的成果始终与农村寄宿制小学的实际情况和农村寄宿制小学学生需要相结合。

## 5 结语

建立农村寄宿制小学住校生心理健康支持体系,开展农村寄宿制小学心理支持工作是一个系统工程,关系到农村青少年健康成长和农村教育科学发展。在农村寄宿制小学心理支持上存在主体协同度不高、内容适应度不足、保障机制不完善,需要从主体协同、内容供给、机制保障三个维度,建立起科学合理的支持体系,通过主体协同、内容供给、机制保障,解决农村寄宿制小学心理健康教育现实问题,为农村寄宿制小学住校生长期稳定开展专业的心理健康支持。未来要持续关注农村寄宿制小学的发展和农村寄宿制小学住校生心理健康发展的需要,及时对支持体系和具体措施进行调整,推动农村寄宿制小学心理支持工作普遍化、常态化,让农村寄宿制小学学生有一个良好心理环境。

### 参考文献

- [1] 帖玉玲.农村寄宿制小学学生的心理健康问题以及对策研究初探[J].学周刊,2020,(08):171-172.
- [2] 杨重清.探究农村寄宿制小学学生心理健康教育策略[J].华夏教师,2019,(33):24.
- [3] 刘建丽.农村寄宿制小学学生心理问题的识别与干预研究[J].学周刊,2022,(23):12-14.
- [4] 赵敏.浅谈农村寄宿制小学学生心理辅导策略[J].甘肃教育,2019,(18):54.
- [5] 贺成山.农村寄宿制小学留守儿童心理健康教育中学校心理剧的应用[J].课程教育研究,2019,(36):196.