

The Impact of Mental Health Education on Students' Multidimensional Thinking Skills in Primary School Mathematics Education

Lujun Ma

Yuancheng Primary School Hedong District, Tianjin, 300171, China

Abstract

Mental health education constitutes a core component of quality-oriented education in primary school mathematics, playing a vital role in fostering students' multidimensional thinking abilities. This study investigates the current application of mental health interventions in mathematics classrooms through a comprehensive analysis of existing literature, questionnaire surveys, and case studies. By systematically examining both theoretical frameworks and practical implementations, the research reveals the mechanisms, inherent requirements, and practical pathways through which mental health interventions enhance students' multidimensional thinking skills and positive psychological qualities.

Keywords

Primary school mathematics; Mental health education; Thinking ability; Education and teaching; Multidimensional

小学数学教学中的学生心理健康教育对多维度思维能力的

影响

马露君

天津市河东区缘诚小学, 中国·天津 300171

摘要

心理健康教育是小学数学中开展素质教育的核心部分,有助于促进学生多维度思维能力的发展。因此,本研究以小学数学课堂中的学生为研究对象,运用文献分析法、问卷调查法和案例研究法等多种研究方法,分析当前心理健康干预在小学数学教学中的应用现状。通过广泛挖掘并科学吸收已有的心理健康教育和数学教学理论资源,从微观与宏观、教育与心理、理论与实践相结合的视角,揭示心理健康干预对提升学生多维度思维能力和积极心理品质的机理、内在要求及实现途径。

关键词

小学数学; 心理健康教育; 思维能力; 教育教学; 多维度

1 引言

在小学数学课堂中实施心理健康干预,对培养学生多维度思维能力和积极心理品质具有显著的实际意义。通过心理健康干预,可以有效提升学生的逻辑思维能力、空间想象能力和问题解决能力等,使他们更好地掌握数学知识,提高学习效率^[1]。同时,这种干预还能帮助学生建立自信、培养

乐观的心态,增强他们的社会适应能力和人际交往能力,为学生的全面发展奠定坚实基础^[2]。因此,本研究通过分析心理健康干预如何影响学生的多维度思维能力及积极心理品质,丰富了心理教育领域的研究内容,加深了师生对心理健康教育在小学数学教学中作用的理解。此外,本研究充分探讨心理健康与学科知识的交叉,推动教育心理学与数学教育的融合发展,为后续研究奠定了理论基础。通过理论与实践相结合,推动教育改革的深化与创新。

【基金项目】天津市心理健康教育研究专项课题“小学数学课堂中心理健康干预对学生多维度思维能力及积极心理品质的双重促进作用研究”(项目编号:2024ZXX18)。

【作者简介】马露君(1991—),女,中国山西人,本科,从事小学数学课堂中心理健康干预对学生多维度思维能力及积极心理品质的双重促进作用研究。

2 小学数学课堂中学生心理健康困扰

2.1 学习效能感较弱

小学阶段的一些学生,由于数学学习方式不当、基础知识不牢固等因素,会自我形成刻板印象,认为自己根本学不好数学,从而回避数学学习中的困难任务,学习动力不足,

容易产生无力感和挫败感^[3]。同时,如果教师教学缺乏耐心,还可能导致学生不敢表达,产生课堂畏惧心理等,进一步削弱学生对数学学习的兴趣和动力。长此以往,将影响学生数学成绩,不利于其多维度思维能力的发展,阻碍教学效果的提升。

2.2 焦虑情绪显著

在日常学习中,当遇到复杂的数学题目、考试、课堂提问时,一些学习成绩较差的学生容易出现慌乱、紧张等情绪,这会影响到他们在数学课堂上的专注度,导致思维受阻。学生之所以会存在这种焦虑情绪,与传统教学中过度强调成绩排名、追求教学效率,以及学生自身体质特点、家长期望过高等因素有关。长此以往,焦虑情绪会形成恶性循环,随着焦虑逐渐加重,学生的抵触和恐惧心理更加强烈,这种恶性循环会对学生多维度思维能力的有效培养与提升产生影响^[4]。

2.3 缺乏团队合作精神

一些学生在日常生活中喜欢独来独往,独立学习能力较强,但在小组交流讨论、分享观点、倾听他人方面的意识较差,或者多以自我为中心,希望他人以自己的意见为主导,在团队协作时难以与他人达成有效共识。以至于在整个学习过程中缺乏合作意识,无法和他人正常交流,小组活动难以顺利推进,限制自身多维度思维能力的发展,也不利于心理健康发展。

2.4 情绪管理能力欠缺

一些学生在解答数学题目遇到阻碍时,可能会随时想要放弃,并出现烦躁、沮丧等不良情绪。在面对学习压力或同伴间的竞争时,他们容易情绪低落,或者过于激动、易怒,无法快速调整心态再次尝试。同时,这些学生的学习动力不足,数学课堂参与度不高,阻碍多维度思维能力的全面发展。时间一长会形成缺乏韧性、逃避困难的心理模式,影响后续学习状态,加剧不安情绪。

2.5 表达与沟通欠缺

在数学课堂上,一些学生能够理解解题思路,但无法有条理、清晰地表述出来。同时,一些学生表现为无较高的专注度,或者无法提出建设性意见,难以让其他同学准确理解其意图。这种表达与沟通的欠缺,会阻碍学生自身思维的拓展和深化,以及数学知识的传递和交流,使学生容易错失深入学习的机会,从而处于焦虑状态。

3 借助心理健康理论构建小学数学课堂模式

在开展“小学数学教学中的学生心理健康教育对多维度思维能力的影响”研究过程中,依据心理健康干预理论,构建一种适合小学数学课堂的干预模式,将心理健康干预的理念和方法融入小学数学教学中。通过设计包含情感支持、认知训练、行为调整等要素的一系列有针对性的干预活动,以创新的方式推动和促进小学生多维度思维能力及积极心

理品质的发展。同时,注重资源的集中利用和创新活力的激发,以带动小学数学教学和心理健康教育的发展,增强竞争力。

3.1 创设情感支持类活动

在小学数学课堂教学中,教师可创设情感交流分享环节,让学生们充分分享自己在解决数学难题过程中的情绪体验,教师予以其积极地回应与引导,帮助学生正视并理解自身情绪,增强其应对数学中困难的信心^[5]。同时,教师可创设一些合作类的数学游戏或挑战任务,如在小组竞赛中完成数学谜题解答,培养学生互相支持、团队协作精神,强化学生情感联结,并在学会倾听他人意见、尊重差异的同时,在支持与鼓励中体验解决问题的成就感,在温馨、包容的学习环境中,激发学生数学思维活力和学习动力,感受到更多的动力和乐趣。

3.2 创设认知训练类活动

在小学数学课堂教学中,教师可创设包含数学逻辑推理游戏、谜题等在內的极具挑战性、创新性、趣味性的数学思维游戏,从而锻炼他们的空间想象、逻辑推理、归纳总结等能力,提升思维水平,并能够从学生实际和教学内容出发,为低年级学生设计数字排列、简单图形拼图等游戏,培养学生空间想象和逻辑推理能力;为高年级学生设计数学建模小项目、侦探游戏等复杂的数学问题解决游戏,以便学生能够结合所学知识深度思考,并从中找到解决问题的方法,提升其多维度思维能力,促进认知发展。

3.3 创设行为调整类活动

在小学数学课堂教学中,教师可鼓励和表扬那些主动帮助学生解决数学疑惑、积极进行课堂互动、认真思考问题的学生,并制定出课堂行为规范,如按时完成作业、认真听讲、积极发言等,通过表扬信、小贴纸等方式,对严格遵守课堂行为规范的小学生予以肯定和鼓励,强化班级中学生良好的行为习惯,并营造积极向上的课堂氛围。

3.4 注重资源的整合利用

在小学数学课堂教学中,教师可充分整合学校数学教具、心理健康咨询资源,如定期邀请心理健康教师到校开展心理健康小讲座,还可以利用网络上一些有趣的数学动画视频等优质数学教育资源与心理健康教育案例,在帮助学生理解数学知识的同时,融入心理健康小贴士,为学生提供丰富多样的学习素材。同时,教师要加强和学生家长的沟通交流,以便通过家校共育营造良好的数学学习与心理成长环境,培养学生的思维能力与健康心态,促进学生的多维度思维发展与心理健康,激发教学和心理健康教育创新活力。

4 设计极具创新性的小学数学课堂心理健康实践干预方式

通过结合小学生的心理特点和实际需求,研究并探索适合本地区或领域特点的具体实施形式和策略。通过理论研

究、实践探索和政策支持等方面的论证,形成一套完整的,注重实践基础的验证和调整的干预方案,达到最佳效果,提升小学生的多维度思维能力和积极心理品质。

4.1 通过情境教学激发学生内驱力

在小学数学教学中,教师以更具趣味性的教学方式,从链接生活的视角出发,促使学生从身边的生活中体验教学。例如,在学习“比例尺”后,教师鼓励学生自我选择,绘制出平面图,并在图上标明真实尺寸,在校园或教室中体会数学的实用价值。又如,可开设“数学游戏场”游戏,通过融入“数独”“数学谜语”“24点游戏”等极具趣味性的活动,以便学生做到在“玩中学”,同时结合陈景润攻克哥德巴赫猜想等数学家的故事,激发学生内驱力,在探索数学中感受其蕴藏的智慧。

4.2 通过结构化学习提升学生协作能力

小学数学教师通过创设出一些极具合作性的学习任务,帮助学生在明确自身职责的基础上,提升协作能力^[6]。例如,在教学“统计与概率”时,教师组织学生开展“拼图式”合作,组长组织和协调,分析员整理和分析数据。通过这种方式,学生不仅能学习统计与概率的知识,还能认识到自身在团队中承担责任,记录员负责记录,让学生学习到统计与概率知识,并认识到其在团队中的重要性。又如,教师组织学生进行“共解难题”活动,在“用多种方法验证长方形周长公式”的基础上,共同讨论后让学生分述自我观点,培养他们的倾听和尊重他人的能力。

4.3 通过沟通训练强化学生思维条理性

教师教授学生表达技巧,鼓励其积极提问并认真倾听。由此,通过创设“说题小专家”活动,安排1-2名学生在每天课前、课后分别讲解一道题,同时让学生分步解答,最后教师提问:“谁能解释一下他为什么这样想?”等,让学生参与其中。教师在整个过程中要尊重不同的观点,提升学生沟通技巧

4.4 通过情绪调节,锻炼学生抗挫能力

教师可教授学生实现自我情绪管理的技巧,并营造出安静思考的氛围,由此,在课堂中开展“冷静三部曲”策略

训练,从遇到难题时引导学生,静一静、深呼吸→理解题目中的重点→通过列表或画图等形式,解决鸡兔同笼等数学问题。其次,开展专注力训练,为学生提供15min的独立思考的时间,教师不干扰,让学生有更多精力解决数学问题,锻炼他们独立面对难题的能力。同时,教师创设一些数学错题让学生通过挫折情境模拟活动分析错误原因,运用积极的自我暗示、换个角度思考问题等调整心态,增强抗挫能力。最后,“解题复盘会”,引导学生对出现的情绪波动点进行回顾分析,分享有效的情绪调节方法,增强学生的心理韧性。

5 结语

该研究在完成小学数学课堂中学生心理健康困扰分析,借助心理健康理论构建小学数学课堂模式,设计极具创新性的小学数学课堂心理健康实践干预方式的基础上,还需建立科学的评价体系和方法,对小学数学课堂心理健康干预过程进行全面评价。同时从相关指标和标准出发,注重综合评估方法的运用,并定期进行监测和评估。通过充分调动各方面的积极性和创造力,形成持续改进的机制,及时优化干预策略和实施效果,从根本上提升小学数学课堂心理健康干预的质量和效益。由此,该研究能够为提升小学生的多维度思维能力和积极心理品质提供重要支持,并为小学数学教学和心理健康教育的发展带来新的机遇和挑战。

参考文献

- [1] 王玉磊.为心理成长提供“导航”——小学数学与心理健康教育的融合[J].风采童装,2025,12(4):0019-0021.
- [2] 牛步靖.心理健康教育在小学数学教学中的多点渗透[J].智慧少年,2023,24(28):0205-0207.
- [3] 张本伟.基于数学阅读的小学数学思维能力培养策略[J].当代教研论丛,2024,10(6):49-52.
- [4] 杨金龙.在思辨中自主感悟——浅谈小学数学教学中学生思维能力培养策略[J].学周刊,2020,11(32):77-78.
- [5] 吴宗安.浅谈在小学数学教学中渗透心理健康教育[J].中国农村教育,2022,25(3):58-59.
- [6] 杨芳.刍议小学高段数学教学中学生数学思维能力的培养[J].传奇故事(百家讲堂),2021,20(3):299-299.