

# 积极心理学视域下农村小学家校社协同心理健康教育的现实困境与优化路径

刘琴

重庆市石柱土家族自治县教育委员会

DOI:10.32629/mef.v9i7.21409

**[摘要]** 在学生心理健康工作由“问题应对”转向“发展促进”的背景下,农村小学如何突破“学校单向发力”的传统模式,构建家校社协同的心理健康教育机制,已成为基础教育高质量发展的重要课题。基于积极心理学“关注优势、激发潜能、优化环境”的理念,结合农村小学学生、教师 and 家长的现实情况,本文分析当前家校社协同心理健康教育面临的主要困境,并提出优化路径。研究认为,农村小学生并非普遍存在严重心理问题,现实难点主要集中在情绪调节、主动求助、家庭支持和协同机制不足等方面。为此,应以积极心理品质培养为核心,以学校为枢纽、家庭为基础、社会为支撑,推动课程建设、家庭赋能、资源整合和评价反馈协同发力,促进农村小学心理健康教育由零散活动走向系统育人。

**[关键词]** 积极心理学; 农村小学; 家校社协同; 心理健康教育

中图分类号: B84 文献标识码: A

## The Practical Challenges and Optimization Paths of Collaborative Mental Health Education Among Schools, Families, and Communities in Rural Primary Schools from the Perspective of Positive Psychology

Qin Liu

Education Committee of Shizhu Tujia Autonomous County

**[Abstract]** Against the backdrop of student mental health work shifting from 'problem-solving' to 'development promotion,' how rural primary schools can break through the traditional 'school-only effort' model and build a collaborative mental health education system among schools, families, and communities has become an important topic for high-quality basic education development. Based on the positive psychology concept of 'focusing on strengths, stimulating potential, and optimizing the environment,' and considering the real situation of students, teachers, and parents in rural primary schools, this paper analyzes the main challenges faced by current school-family-community collaborative mental health education and proposes optimization paths. The study finds that rural primary school students do not generally have serious psychological problems. The main practical difficulties are concentrated in areas such as emotion regulation, active help-seeking, family support, and insufficient collaborative mechanisms. Therefore, the focus should be on cultivating positive psychological qualities, with schools as the hub, families as the foundation, and communities as support, promoting coordinated efforts in curriculum development, family empowerment, resource integration, and evaluation feedback, so that rural primary school mental health education can move from scattered activities to a systematic approach to nurturing students.

**[Key words]** Positive Psychology; Rural Primary Schools; School-Family-Community Collaboration; Mental Health Education

### 引言

《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》强调,要发

挥学校、家庭和社会在心理健康教育中的协同作用<sup>[1]</sup>。《关于加强学生心理健康管理工作的通知》要求将心理健康教育纳入校

本课程体系,帮助学生树立自助、互助、求助意识<sup>[2]</sup>。《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》进一步从制度层面强调了家校社协同育人与学生心理健康工作的一体化建设<sup>[3]</sup>。这表明,小学心理健康教育不能停留于“有问题再干预”的应急逻辑,而应转向面向全体学生、贯穿日常生活、突出发展促进的育人逻辑。积极心理学强调关注积极情绪、积极人格和支持性环境,主张从“修补问题”走向“发展优势”。国内研究也指出积极心理学在学校教育中的实践,应将积极品质培养融入课堂、活动和校园文化建设全过程。对农村小学而言,这一转向尤为重要。

### 1 农村小学家校社协同心理健康教育的现实困境

1.1 学生整体状态总体向好,但情绪调节与主动求助能力不足

调查表明,不少农村小学生在快乐体验、自我价值感、同伴归属和成长信念方面具有较好基础,但在“会表达、会调节、会求助”方面仍存在短板。部分学生面对情绪波动、关系冲突和学业受挫时,缺乏稳定支持与有效方法。尤其在农村学校日常教育中,学生的心理困扰往往不是以极端行为表现出来,而是以课堂沉默、作业回避、受挫退缩、交往被动、情绪压抑等方式隐性呈现。这种隐蔽性也使得心理健康教育更需要从发展性和预防性角度提前介入,而不是等到问题外显后再被动处理。

#### 1.2 教师心理育人意识增强,但专业支撑依然薄弱

教师是农村小学心理健康教育最直接、最稳定的实施者,也是连接学生、家庭与学校资源的重要桥梁。当前不少农村教师已经逐步突破“心理健康教育只是心理老师的事”的狭隘认识,开始在日常教学和班级管理中主动承担心理育人责任。多数教师已能在教学中融入积极心理学理念,关注学生韧性、同理心等正向品质,并通过谈话、转介等方式帮助学生成长。但专职心理教师不足、培训机会较少、课程资源匮乏等问题仍然突出,导致教师常陷入“发现了问题,却不知道如何持续帮助”的困境。

#### 1.3 家庭参与意愿较高,但情感支持质量存在差异

多数农村家长并不排斥心理健康教育,但愿意参与并不等于能够有效支持。受务工流动、隔代照料、教育水平有限和家庭教育方式传统等多重因素影响,不少农村家庭在亲子沟通、情绪回应和稳定陪伴方面仍存在不足<sup>[4]</sup>。一些家长虽然关心孩子,但更多关注成绩、纪律和行为表现,沟通内容往往集中于“作业完成了没有”“考试考得怎么样”,而较少关注孩子“今天不开心”“遇到困难时怎么想”“和同学相处得好不好”等心理层面问题。家庭互动长期停留在监督和要求层面,缺少理解、倾听与接纳,孩子就容易形成压抑表达、回避沟通和独自承受的应对方式,进而削弱家校社协同中的家庭支持基础。

#### 1.4 社会资源有所介入,但常态化协同机制尚未形成

当前,社区、妇联、未成年人心理辅导站、医疗机构和社会工作组织等都是学校心理健康教育的重要补充力量。但更多停留在讲座、宣传、短期活动等层面,缺乏与学校日常教育的稳定

衔接。研究指出,协同育人之所以容易流于形式,一个重要原因就在于主体责任认知不清和合作意识不足<sup>[5]</sup>;而其有效运行又离不开稳定的资源连接、职责分工和制度支撑<sup>[6]</sup>。

### 2 农村小学家校社协同心理健康教育困境的成因分析

#### 2.1 价值导向仍偏向问题处置,发展性目标不够突出

长期以来,部分学校仍将心理健康教育理解为危机干预、个别辅导和问题矫治,忽视小学阶段心理健康教育的发展性功能。实际上,农村小学生当前最需要的,不是复杂的诊断和专业术语,而是在日常教育中学会识别情绪、表达感受、与人相处、承受挫折和主动求助。如果教育工作始终围绕“谁出了问题”展开,心理健康教育就容易被边缘化和应急化,难以真正融入立德树人的全过程。

#### 2.2 主体责任认识不够清晰,协同意识仍显薄弱

在现实中,学校承担了更多组织责任,形成“学校包办”的惯性;部分家长将心理健康教育简单理解为学校的事,或者认为只要孩子成绩不差、行为不闹,就无需额外关注其心理状态;社会力量多以临时协助者身份出现,缺少与学校、家庭之间的稳定联结。有研究指出,协同育人之所以容易流于形式,一个重要原因就在于主体责任认知不清和合作意识不足<sup>[6]</sup>。责任认知错位,使家校社协同容易停留于“有事再联系、活动时再合作”的浅层状态,难以形成真正的育人共同体。

#### 2.3 农村学校专业资源不足,支持条件相对有限

一是专职心理教师不足,许多学校依靠班主任或德育教师兼任相关工作;二是教师培训机会较少,心理育人知识更新不及时,难以有效应对复杂多样的学生心理问题;三是课程资源开发不足,缺少贴近农村儿童生活经验的内容;四是社会专业资源接入渠道不够稳定,学校在需要时常常“临时找人、临时应对”。学校家庭社会协同育人的有效运行,必须建立稳定的资源连接、职责分工和制度支撑<sup>[6]</sup>。这些现实约束限制了心理健康教育的深度,也影响家校社协同机制的落地。

### 3 积极心理学视域下农村小学家校社协同心理健康教育的优化路径

#### 3.1 以积极心理品质发展为核心,重塑心理健康教育目标

农村小学心理健康教育应从“问题修补”转向“优势发展”,把积极情绪体验、自我价值感、成长信念、同伴合作能力、挫折承受能力和主动求助意识作为重要目标。对小学生而言,他们未必能清楚说出心理学概念,但能够在一次次被理解、被接纳、被鼓励的教育经历中,逐步学会认识自己、调节情绪、面对困难和寻求帮助。只有把积极品质培养放到前台,心理健康教育才不会成为少数学生的“特殊事务”,而能成为面向全体儿童的日常育人工作。

#### 3.2 强化学校枢纽作用,构建全员参与的校内支持网络

应建立由校长统筹、班主任落实、任课教师参与、心理教师指导的校内支持网络,把心理健康教育融入课堂教学、班级管理、德育活动和课后服务中。班会课渗透情绪识别与求助意识,

语文阅读引导学生体会人物情感,综合实践和劳动教育培养合作、责任与韧性。同时,建立学生心理状态早发现、早沟通、早支持机制,明确个别谈话、家校沟通、重点关注和专业转介流程,使心理健康教育从辅导室走向校园日常。

### 3.3 加强家庭赋能,提升亲子沟通和情感支持质量

学校通过家长学校、专题讲座、案例分享、亲子课程等形式,帮助家长理解小学阶段儿童心理发展的基本特点,掌握倾听、鼓励、陪伴和回应的方法。引导家长减少命令式、否定式、功利式沟通,增加理解式、支持式、商量式交流。对留守儿童、隔代照料儿童等群体,通过家访、电话联络、成长档案、亲情连线等方式加强常态沟通,尽可能弥补陪伴不足带来的影响。

### 3.4 整合社会资源,推动协同支持常态化运行

学校主动加强与社区、妇联、共青团、卫健部门、未成年人心理辅导站和社会工作机构的合作,推动社会力量由“偶发性参与”转向“常态化协作”。把外部资源纳入制度化合作框架,家校社之间的支持链条才能保持稳定运行<sup>[6]</sup>。一方面,建立资源清单制度,明确可引入的专业服务内容、联系人和使用流程。另一方面,通过协议化合作方式,使讲座、团辅、家庭教育指导、重点个案会商和危机转介有章可循。把社会资源真正纳入学校日常支持体系,协同育人不至于停留在口号层面。

### 3.5 完善评价反馈机制,形成“识别—协同—支持—改进”闭环

要提升家校社协同心理健康教育实效,不能只看开展了多少活动,还应关注学生变化和机制运行。评价既要看学生是否更愿意表达情绪、更敢主动求助、更能应对挫折,也要看教师是否提升了观察、沟通和转介能力,家长是否改善了亲子互动方式,社会资源是否实现了稳定进入和有效使用。学校可逐步建立“识别—协同—支持—改进”的工作闭环,及时发现学生状态变化,

开展家校沟通和资源联动,实施分层支持,再通过回访、复盘和调整不断改进工作。

## 4 结语

农村小学心理健康教育的关键,不在于额外增加多少“心理活动”,而在于把积极品质培养真正嵌入课堂、班级、家庭和社区支持之中,让学生在每天的学习与交往中获得稳定、持续而温暖的成长支持。家校社协同也不是简单分派任务,而是围绕儿童发展形成目标一致、职责清晰、沟通顺畅、反馈及时的育人共同体。只有从“学校单打独斗”走向“多主体协同共育”,从“问题处置”走向“发展促进”,农村小学心理健康教育才能真正成为基础教育高质量发展中的重要支撑。

## [参考文献]

[1]教育部.教育部关于印发《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》的通知[EB/OL].(2012-12-11)[2026-06-23].

[2]教育部办公厅.教育部办公厅关于加强学生心理健康管理工作的通知[EB/OL].(2021-07-23)[2026-06-23].

[3]教育部等十七部门.关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》的通知[EB/OL].(2023-05-11)[2026-06-23].

[4]戴斌荣,陆芳,付淑英.立足健康中国关注农村留守儿童心理健康——农村留守儿童心理发展特点研究[J].中国特殊教育,2022(3):3-8.

[5]边玉芳,张馨宇.新时代我国学校家庭社会协同育人的问题与对策研究[J].中国电化教育,2023(2):40-46,54.

[6]高书国,康丽颖,阚璇.学校家庭社会协同育人的基本框架及其构建策略[J].中国远程教育,2024,44(2):3-11.

## 作者简介:

刘琴(1996—),女,土家族,重庆石柱人,大学本科,二级教师,研究方向:小学教育、心理健康教育、家校社协同育人。