

评价在促进小学生心理健康发展中的现状和策略研究

卢 曦

江苏大学教师教育学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2024年11月4日; 录用日期: 2024年12月12日; 发布日期: 2024年12月25日

摘 要

本文关注小学生心理健康发展, 以评价的角度切入, 寻找促进小学生心理健康发展的对策。在分析评价促进小学生心理健康发展的必要性基础上, 分析目前评价的现状其原因, 最后提出相关对策。理论层面上, 教师可以关注心理学强化理论和需求层次理论两个理论, 指导实际评价; 实践层面上, 从提升教师的心理专业化和评价专业化程度、评价从需求层次入手, 促进智育心育融合、注重过程性评价, 优化评价结果的反馈、鼓励自我评价和同伴评价几个方面给出建议, 以此推动小学生心理健康发展, 为提高小学阶段评价的科学性和有效性提供参考。

关键词

小学生, 心理健康发展, 评价, 对策

Research on the Current Situation and Countermeasures of Evaluation in Promoting the Mental Health Development of Primary School Students

Xi Lu

School of Teacher Education, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Nov. 4th, 2024; accepted: Dec. 12th, 2024; published: Dec. 25th, 2024

Abstract

This article focuses on the mental health development of primary school students. It starts from the

perspective of evaluation to seek countermeasures for promoting the mental health development of primary school students. Based on the analysis of the necessity of evaluation in promoting the mental health development of primary school students, it analyzes the current situation and the reasons of evaluation. Finally, relevant suggestions are put forward. At the theoretical level, teachers can pay attention to two theories, reinforcement theory in psychology and hierarchy of needs theory, to guide evaluation. At the practical level, suggestions are given from several aspects, such as improving teachers' psychological specialization and evaluation specialization degree, starting evaluation from the hierarchy of needs to promote the integration of intellectual education and mental education, focusing on process evaluation, optimizing the feedback of evaluation results, and encouraging self-evaluation and peer evaluation, so as to promote the mental health development of primary school students and provide references for improving the scientificity and effectiveness of primary school teaching evaluation.

Keywords

Primary School Students, Mental Health Development, Evaluation, Countermeasures

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

小学阶段是学生身心发展的关键时期，对小学生心理健康的重视不仅体现在专门的心理健康辅导中，更是体现在学校教学与日常工作的方方面面。评价作为学校在智育与德育中较为重要的交流手段之一，其对于小学生的心理影响也就应当被重视。因此，本文从评价入手，试图分析现状及学生在评价下的心理特征，探究形成该心理特征的原因，并寻找促进学生心理健康发展的科学评价方式。

2. 研究以评价促进小学生心理健康发展的必要性

《义务教育课程标准(2022 年版)》中强调，要发挥评价在学习过程中的重要作用，以评促学。因而在教学过程中，评价的地位愈加重要，也成为教师引导学生、学生发展进步的重要方式。同时，评价作为衡量学生在某一方面水平的方式，不仅仅被应用在教学当中，更是体现在学生的生活当中，如一学年结尾的综合性评价、日常校园生活中同学的一般性评价等。与此同时，近年来，各类小学生的心理案件频发，其中，因他人的评价长期累积产生心理障碍导致事故发生的案例不在少数，因此以评价促进小学生的心理健康发展十分重要，接下来从个人层面、社会层面及现状层面分析二者结合的必要性。

2.1. 个人层面

2.1.1. 适应心理成长关键期的需求

小学生正处于心理快速发展的时期，他们的自我意识逐渐形成，对周围人的评价十分敏感。在这个阶段，积极健康的评价能够帮助他们建立积极的自我概念。例如，在这个时期他们会开始思考自己是一个什么样的人，是聪明的还是笨的，是受欢迎的还是被孤立的。如果他们得到的评价大多是正面的，像“你是一个很善良的孩子，总是愿意帮助别人”，会让他们更倾向于认为自己是有价值的、被接纳的，这对其心理健康发展非常重要。

2.1.2. 预防心理问题产生的有效手段

通过评价能够及时发现小学生潜在的心理问题。小学生可能因为家庭环境、学习压力等因素产生心

理问题，但他们往往不善于主动表达。教师和家长可以通过观察评价他们的行为表现、情绪变化等来发现问题。比如，一个学生原本对学习充满热情，但突然出现厌学情绪，并且在课堂上容易发脾气。通过对这些行为的评价分析，可能是家庭出现变故或者遭受校园欺凌等原因导致的，这样就可以尽早采取措施进行干预，预防心理问题的进一步恶化。

2.1.3. 助力良好心理品质的培养

合适的评价能够激励小学生培养良好的心理品质。如在面对困难和挫折时，教师和家长通过评价给予鼓励和引导，能够让学生学会坚持和勇敢。比如，孩子在参加体育比赛失利后，家长评价说“你在比赛中已经很努力了，虽然没有取得名次，但你克服了自己的紧张情绪，这已经是很大的进步”，这种评价可以培养孩子的挫折承受能力，帮助他们形成积极乐观的心态，有利于良好心理品质的塑造。

2.2. 社会层面

2.2.1. 提升社会整体素质

小学生是社会未来的建设者，心理健康的小学生在成长过程中更有可能形成积极向上的价值观和人生观。通过评价促进其心理健康发展，引导其正确地看待评价，合理地反思评价，适当地给出评价，如此能够培养出具有良好心理素质的个体。从长远来看，当这些个体步入社会后，他们更善于应对各种压力和挑战，具有较强的情绪管理能力和人际交往能力，从而有助于提升整个社会人群的心理素养和综合素质。

2.2.2. 降低社会问题发生率

心理健康问题如果在小学阶段没有得到重视，可能会导致一些社会问题的产生。例如，部分心理不健康的学生在成年后可能会出现犯罪行为或者难以融入社会的情况。通过评价机制对小学生心理健康进行早期干预，可以及时发现并纠正他们的心理偏差，减少反社会行为的潜在风险，降低社会犯罪率和社会冲突的发生频率。

2.2.3. 构建和谐社会环境

一个社会的和谐稳定离不开每个成员的心理健康。小学生在和谐的心理状态下成长，能够更好地理解他人、尊重差异。在学校和家庭中，通过积极评价营造的良好心理氛围会延伸到社会层面。当他们进入社会后，会带着这种积极的心态去对待他人，有助于减少社会偏见、歧视等不和谐因素，构建一个更加包容、友善的社会环境。

2.3. 现状层面

2.3.1. 发展性评价缺失

此处的评价者指教师。教师对学生评价的目的在于对学生事务进展进行好或坏的描述，以这样的描述促进学生的发展。在传统的评价模式中，评价的角色通常为“一闪而过”，流于形式，学生并未真正从评价中学到有用的知识。以劳动课为例，学生虽然参与了劳动，但是因缺乏对劳动总结性的评价，学生会对劳动的价值等方面一无所知，未能培养出优秀的劳动品质，仅仅是进行了劳动这件事(乔慧鸣, 2024)；此外，受大环境影响，很多学校片面追求升学率，导致在对学生的作业进行评价时，教师以学生的分数提升为目的，缺乏对作业评价育人育心理功能的认识(裴晓鸽, 2024)，仍无法摆脱大多以课业成绩和各项奖项对学生“下结论”的评价方式(冯欣彤, 2022)。片面追求以评价育知识而忽略以评价育心理，会造成学生心理压力过大，压力情绪无法排解，造成心理问题。以上评价问题的出现归因于评价者的认识不足，不能够切实地落实国家教育评价改革所提出的相关要求，缺乏对发展性评价的认识。

2.3.2. 评价者和被评价者需求不一致

目前在小学评价中还存在着评价方和被评价方需求不一致的情况。例如某学生认为自己有进步或有不一致之处,期待教师的鼓励性评价,但是对于教师来说,认为学生抵达的程度还不足以予以鼓励性评价,此时就会出现学生期待被评价,教师缺乏评价的冲突。个人需求无法得到满足,在这种情况下,学生更容易产生学习倦怠,出现情绪低落、成就感低以及其他的相关感受,从而对学习产生抵触心理,不利于学生的心理健康发展(许舒怡, 2024)。

2.3.3. 评价引导的失衡

在小学乃至到初高中,学生被教导的更多是如何接受评价,但是对于如何正确地对待评价、如何正确地评价他人,却没有系统的引导。很多时候,作为评价的客体,学生只有被动地接受,不会主动地思考“我接受到的评价是否正确?”、“我是否需要依据这样的评价改变自己?”。一项研究显示,45.2%的学生存在“比不上别人”、“一事无成”等心理想法,反映出学生对评价的负面倾向,这也是因为中小学阶段,学生自我概念不稳定,容易受到外界评价的影响(杨颖, 2024),浅层次上反映为无法对外界的评价作出正确接受或拒绝的反应,深层次上为教师没有对学生进行正确的评价观教育,导致评价引导的失衡。

3. 小学生接受评价时的心理特点

3.1. 敏感性

小学生的心理较为敏感,他们很在意老师、家长和同伴对自己的评价。哪怕是老师上课时的简单的一句夸奖和批评,都能够让他们开心/失望一整天。正面评价会让他们感到开心和满足,而负面评价可能会使他们情绪低落,甚至产生自卑心理。例如,在教学评价中,当老师在全班同学面前表扬某个学生的作业正确率高时,这个学生会非常开心,在之后的作业中可能会更加认真,希望再次得到表扬,并且放学后迫不及待地与家人分享;相反,如果被老师批评作业正确率较低,可能会变得沮丧,对写作业产生抵触情绪,有的孩子还会偷偷藏起试卷,害怕被家长发现。这种敏感性除了表现在教学评价中,还表现于教师或同伴对学生品德行为、身心健康、自主管理等方面的评价中。在访谈中,A 学生坦言,自己很在意他人对其穿着、行为举止等方面的评价,某次 A 学生借书被同学议论不应该一次借两本书,这样有些自私,该学生闷闷不乐了一整天,并且反复思考为何同学会这么说。

3.2. 依赖权威性

小学生通常比较依赖于老师和家长的评价。小学生往往认为教师是知识和经验的权威来源,因此在学习过程中,他们会认为教师们对其的评价可信度很高,会基于教师的评价调整自己的学习方式、学习习惯等。在访谈中,B 学生说自己看书做读书笔记的习惯被老师表扬了,此后该生在每次阅读时都会想到老师对她的夸奖,因此她喜欢上了读书做笔记这样一件事,语文作文水平也得到了很大的提升。

3.3. 渴望即时反馈

小学生急于知道自己的表现结果,渴望得到即时的评价反馈。他们很难等待较长时间才知道自己做得好不好。比如在课堂提问后,他们会立刻看着老师,希望老师马上给出评价;如果是完成了一幅绘画作品,也希望能马上得到老师的夸赞或者建议。

3.4. 以自我为中心的评价倾向

小学生在评价过程中往往会以自我为中心,有时会过高地估计自己的表现,很难客观地看待自己与他人的差距。例如,在小组合作完成一个项目后,每个学生可能都觉得自己是小组中贡献最大的人。

3.5. 易受情绪影响

小学生的情绪容易波动，在接受评价时也不例外。如果他们的情绪状态良好，可能会更容易接受负面评价，并将其视为改进的动力；但如果情绪不好，可能会对负面评价产生强烈的抵触情绪。比如，学生在被表扬后心情愉悦，此时即使老师指出一点小错误，他们也能欣然接受；但如果刚和同学发生矛盾，心情很差，听到负面评价可能就会大哭大闹。

3.6. 关注评价的公平性

小学生开始逐渐有了公平意识，他们会关注评价是否公平。如果他们觉得评价不公平，就会产生不满情绪。例如，在评选优秀学生时，如果他们发现评选标准不明确或者老师有偏袒行为，就会感到委屈或者生气。

4. 产生这种现状及心理特点的原因分析

4.1. 学生层面

4.1.1. 认知发展水平有限

小学生处于具体运算阶段，他们的思维还比较直观，这使得他们很难从多个角度去看待评价，往往只能从自己的角度出发，产生以自我为中心的评价倾向。例如，在理解成绩评价时，他们可能只看到自己的分数，而不太能理解分数所反映的知识掌握程度以及与他人的差距。他们对抽象概念的理解能力较弱，对于评价中的复杂标准和长远目标理解起来有困难。所以会更关注当下、具体的评价，比如老师对一次课堂回答的表扬或批评，渴望即时反馈来满足自己对评价结果的好奇。

4.1.2. 自我意识的发展阶段

小学生正处于自我意识的萌芽和发展时期。他们开始对自己有了初步的认识，但这种认识还不够稳定和客观。他们依赖权威评价来构建和确认自己的形象，因为老师和家长在他们眼中是知识渊博、值得信赖的人。例如，当老师夸赞一个学生画画有天赋时，这个学生就会将“我是有绘画天赋的人”纳入自己的自我概念中，他的自尊心也在逐渐增强，对评价的敏感性正是自尊心的一种体现。由于自我意识还在发展，负面评价可能会让他们感到自己的形象受到损害，所以情绪反应比较强烈。

4.1.3. 情绪调节能力较弱

小学生的大脑神经系统尚未完全发育成熟，情绪调节中枢还不完善。这导致他们在接受评价时，情绪容易受到影响。他们很难像成年人一样控制自己的情绪，将评价中的有用信息和情绪反应分开。例如，当受到批评时，他们可能会直接陷入难过或者愤怒的情绪中，而不是冷静思考自己的问题。

4.1.4. 社会比较意识的出现

随着年龄的增长和学校环境的影响，小学生开始有了社会比较的意识。他们会将自己和同伴进行比较，并且关注评价是否公平，主要体现在班级集体生活中，他们希望在评价中得到公正的对待，和同伴处于平等的地位。

4.2. 教师层面

4.2.1. 教师心理学知识不足，专业心理师资薄弱

对于非心理学科老师来说，尽管有相应的教育心理学基础，但他们对于心理学的了解主要体现在横向的覆盖上，忽视了纵向的深入，即只掌握了浅层次的心理学基本知识和技能，而对于在评价方面如何

科学评价、健康评价、促进学生心理健康发展的评价，知之甚少。

同时，专职心理健康教师资源薄弱，根据《中小学心理健康教育指导纲要(2012 修订)》的要求，应当按照学校的大小及学生的数量配备相应比例的心理教师进行心理健康教育，以满足学生的心理需求。但是实际上当前学校心理健康教育的专职老师不足以面向所有学生，也就没有更多的机会可以辅导其他学科的教师以评价促进学生的心理健康发展。

4.2.2. 评价结果的反馈与应用的时机性

教师对于小学生的评价通常以口头或书面的方式进行，涉及教学评价、思想品德评价、作风评价等多个方面。而无论是口头评价或者是书面评价，都存在着时机性的问题(张妍, 2023)。时机性体现在有没有在合适的时机对学生当下的表现进行评价，及时评价使学生了解自己当下的行为是正确的，能够对自己之后的行为防线产生判断。而不及时评价可能会导致学生怀疑自己，不利于学生的心理健康发展。例如 C 学生表示，他觉得自己表现很好的时候，老师没有对他进行表扬，但是一旦自己表现不好的时候，老师就会对其进行批评，认为老师总是看不到自己表现好的一方面，所以他认为老师不喜欢自己，不太想面对老师。

5. 促进学生心理健康发展的评价建议

评价是一种手段，想要依据评价达到好的效果，主要是指适时适当的评价下能够对学生的心理、行为产生一定的推动作用，要让教师了解到评价不仅仅停留在评价输出的瞬间，评价更长远的价值在于学生通过这样的评价，其对于某件事、某个人的心理和态度发生了怎样的变化，是否可以指引学生前往正确的发展方向。因此，除了在评价行为上给出一些实践的经验，还需要注意的是融入心理学的相关理论，根据规律特点深化理论，指导实践，故在促进学生心理健康发展的评价建议方面，试从理论层面和实践层面分别给出建议。

5.1. 评价理论

教师在对学生进行评价时，要关注学生的心理状况，则需要科学的心理学理论支撑，可结合和深化以下两个理论。

5.1.1. 行为主义心理学强化理论

行为主义心理学强化理论主要关注行为与结果之间的关系，通过刺激和强化某种行为发生的频率。该理论分为正强化、负强化和惩罚。正强化是指给出一个愉快刺激，从而增加某种行为发生的频率；负强化是指移除一个厌恶刺激，以此来增加行为发生的概率；惩罚是指呈现一个厌恶刺激或者移除一个愉快刺激，以减少该行为发生的概率。在实际的教学和生活中，我们可以将其看成是评价。要清楚的是，评价是一个中性词，其可以是对学生的夸奖奖励，也可以是对学生进行批评处罚，还可以是对学生的肯定或者否定等。但需要注意的是，并不是所有对学生的批评都属于行为主义心理学中的惩罚，根据批评给予和移除的方式选择，批评可能属于惩罚，也可能属于负强化，这就需要教师注意判断和甄别在什么样的评价环境下给学生什么类型的评价。

5.1.2. 人本主义心理学的需求层次理论

人本主义心理学家马斯洛提出需求层次理论，他认为人的需求像阶梯一样从低到高按层次分为五种，分别是生理需求、安全需求、归属与爱的需求、尊重需求和自我实现需求。选择此理论的依据是小学生在接受评价时的心理需求多样，这些需求大部分都分布在五个层次中，教师可以以此判断学生处于哪个层次，评价方向在哪个层次，尤其是要依据小学生特殊的心理发展规律，不同的发展阶段，有针对性和

选择性地对学生进行评价，评价要尊重学生的个性差异，关注学生的情感体验，让学生在评价中感受到自己的价值和成长。

5.2. 评价实践

此处所指出的实践层面的评价建议主要针对于教师。

5.2.1. 提升教师的心理专业化和评价专业化程度

教师要想通过评价促进学生的心理健康发展，首先要了解心理学和评价的“运行机制”，只有深入了解两者，才能够将两者结合，促进学生的心理健康发展。学校可以组织教师参加心理学培训课程，将学生心理健康教育纳入各级各类的教师培训计划中去，提高教师对心理学知识的掌握和应用能力，鼓励教师在教学实践中不断探索和创新，总结反思多种评价方式和评价效果，将心理学与教学评价有机结合。同时，定期开展对于不同类别学生的评价前、中、后的心理情况追踪，及时研究解决突出问题。

5.2.2. 评价从需求层次入手，促进智育心育融合

每个学生都是独特的，教师应充分了解学生的个性、兴趣、学习风格和心理需求。在评价学生时，要避免一刀切的标准，关注学生的进步和成长，而不仅仅是与他人比较。教师可以根据学生的不同特点，制定个性化的评价标准和目标，让每个学生都能在自己的基础上取得进步。比如，对于擅长绘画的学生，可以在美术课上给予更多的创意和表现力方面的评价；对于喜欢阅读的学生，可以关注他们的阅读理解和感悟能力。例如在满足归属与爱的需求评价方面，教师在评价学生时可以注重团队合作和同学关系方面。例如，在小组项目完成后，教师可以评价学生在团队中的协作能力，像“你在小组中积极与同学沟通交流，让大家都感受到了合作的乐趣，这种团队精神值得表扬”。这样的评价可以让学生感受到自己是班级集体中有价值的一员，满足归属需求；再例如在尊重需求评价方面，教师的评价语言应该尊重学生的个性和努力。无论是表扬还是批评，都要以尊重学生为前提。比如，在表扬时可以说“你这次的作文写得非常有深度，这是你认真思考的结果，你的努力老师都看在眼里”。在批评时可以说“你这次考试成绩不太理想，但我知道你有能力做得更好，我们来一起分析一下原因吧”。这种评价方式既维护了学生的自尊，又给予了他们提升的动力，满足尊重需求；在自我实现需求评价方面，教师可以引导学生发现自己的潜力，帮助他们设定目标并鼓励他们去实现。例如，对于一个在数学方面有天赋的学生，教师可以评价说“你在数学领域展现出了很高的天赋，我相信你如果继续深入研究，将来一定能在数学竞赛或者相关领域取得优异的成绩”。这种评价能够激发学生追求自我实现的动力。

5.2.3. 注重过程性评价，优化评价结果的反馈

建立有效的评价反馈机制，及时向学生反馈评价结果，在反馈中，教师要具体指出学生的优点和不足，并提供建设性的建议。这样可以让学生清楚地知道自己的努力方向，同时也使他们感受到教师的关心和支持。比如，“你的作文内容很丰富，但是语句有些不通顺。下次写作时，可以多读几遍，检查一下语句是否通顺”。同时，要借助评价结果，观察被评价学生的反应和心理状况，不断反思评价的适切性，调整教学策略，为学生提供更有针对性的教学服务，如此才能科学评价，以评促心，不能让评价仅仅停留在评价，要让评价成为促进学生心理健康发展、拉近教师和学生心理距离的桥梁。结合相应的理论，例如 SOLO 分类评价理论(Burnett, 1999)，SOLO 分类理论具有通用性的框架结构，是用来描述并评价学习者学习成果的评价方法。该理论包含由低到高五个结构水平：前结构水平、单点结构水平、多点结构水平、关联结构水平和抽象扩展结构水平，依次对应从简单到抽象复杂的结构(见图 1)。

借助类似的评价，让教师在评价时愈加地有针对性，针对性的评价更加有利于学生的学业和心理状态的发展。

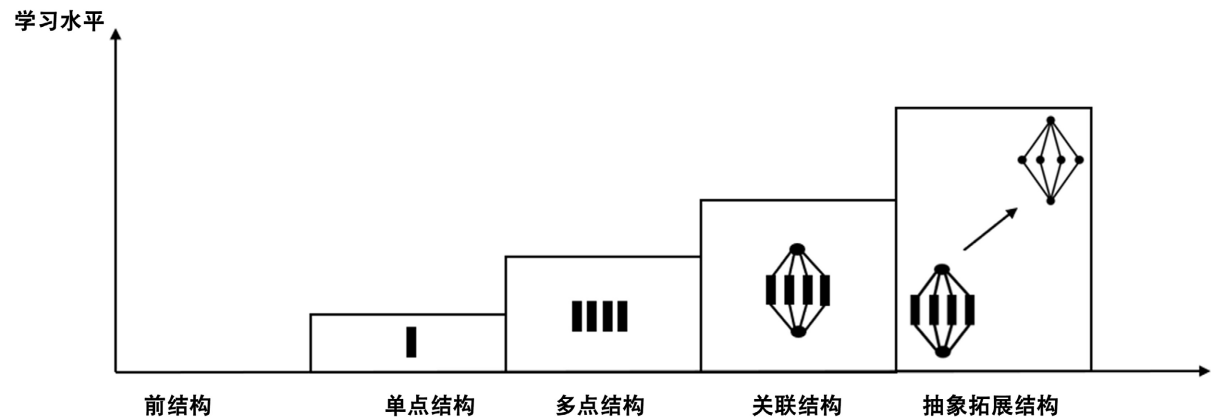


Figure 1. Schematic diagram of the SOLO taxonomy theory
图 1. SOLO 分类理论示意图

5.2.4. 鼓励自我评价和同伴评价

引导学生进行自我评价，可以帮助他们更好地了解自己的学习情况和心理状态，提高自我认知和自我管理能力，拉近自己与教师、同学的关系。教师可以让学生在完成一项任务后，反思自己的表现，如“我做得怎么样？还有一些地方需要改进”。此外，还有同伴评价，同伴评价可以让学生从不同的角度了解自己，同时也培养了他们的合作精神和沟通能力。教师可以组织学生进行小组讨论或互评活动，让他们互相学习、互相促进。例如，在小组项目中，让学生互相评价对方的贡献和表现。

同时，教师也要引导学生及时表达其对于评价的感受，学生在学校中接收到的大部分评价来自于教师，但是也有部分评价来自于同学，评价的质量难以确定，教师要让学生辨析正确的评价和错误的评价，学会正确看待来自于他人的评价，分辨好坏，而不仅仅是被动地接受评价。

6. 总结

心理学在小学评价中有着重要的作用，洞悉学生心理规律，探究学生被评价时的心理特点，让评价不仅仅成为促进学生学业进步的手段，更要成为学生心理健康发展的助推器。

参考文献

- 冯欣彤(2022). 新时期小学生发展性评价实践优化研究. 硕士学位论文, 通辽: 内蒙古民族大学.
- 裴晓鸽(2024). “双减”背景下小学生作业评价管理研究. 硕士学位论文, 太原: 太原师范学院.
- 乔慧鸣(2024-09-26). 小学生劳动教育评价的改进路径. *河南经济报*.
- 许舒怡(2024). 小学高年级学生孤独感、心理韧性 with 学习倦怠的关系及干预. 硕士学位论文, 昆明: 云南师范大学.
- 杨颖(2024). 档案视角下的中小学生学习心理健康问题研究. *山西档案*, (9), 129-131.
- 张妍(2023). 积极心理学视角下小学心理健康教育优化路径研究. 硕士学位论文, 扬州: 扬州大学.
- Burnett, P. (1999). Assessing the Structure of Learning Outcomes from Counselling Using the SOLO Taxonomy: An Exploratory Study. *British Journal of Guidance & Counselling*, 27, 567-580. <https://doi.org/10.1080/03069889900760471>