

从实际案例分析如何开展“问题学生”的心理健康教育

谭均豪

(东莞市塘厦中学 广东 东莞 523000)

【摘要】班主任是在学生时期的与学生相处最久的人,是老师和学生之间最重要的联系者。高中生的心理仍然不成熟,他们没有社交经验,会出现各种问题。因此,班主任的一项重要任务是及时了解学生的心理状态并提供建议和教育。本文分析了现实生活中的案例并提出了相关的解决方案。

【关键词】高中生; 心理健康教育; 对策

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.06.683

班主任在高校思想政治教育中占有非常重要的地位,是高中生教育的基础。近年来,由于经济的快速发展和信息的迅速传播,学生的心理健康出现了各种问题。班主任应成为学生成长的良好指南,实时了解每个学生的心理健康,并进行干预措施和指导以帮助解决问题。以下是如何向高中学生提供心理健康教育的示例。

一、案例概述

3月初,班主任收到了王同学的微信消息:“老师,我好累。没有人关心我,没有人知道我想要什么。我真的很想跳楼来结束痛苦。”紧接着又发了一条:“老师,不用担心我,我就是冒出了这个念头,我不会跳的。只是感到有点沮丧,不知道该和谁说话。”在这个阶段,学生的情感是微妙而脆弱的。所以班主任与王同学经过长时间的交谈,在平息了情绪之后,班主任决定继续了解这位同学的处境。

后来,根据从入学之日起学生的表现以及周围学生的反馈,班主任了解了以下内容:该学生13岁时,他的父母离异了,他和母亲住在一起,从那以后再也没有见过他的父亲。他妈妈在镇上的高中教书,工作很忙。王同学意识到母亲的困难,在完成学业的同时还必须帮助母亲做家务。他的母亲也把所有的希望寄托在他身上。在高中时,他去了县里并离开了家。他的母亲忙于工作,并逐渐与他很少联系。他还学会了隐藏自己的情绪,他认为他的母亲似乎只在乎自己的成绩。如果成绩不好,他的母亲会严厉惩罚他。随着时间的推移,他变得孤僻和阴郁,无法感到被爱、关心或理解。他的家庭是一个低收入家庭,因为当他的父亲沉迷于赌博时,家庭失去了一切,剩下的就是很多的债务。尽管王的成绩不是很好,但他还是一个认真的学生。

此外,王同学喜欢表演,因为他觉得自己现实里无法实现自己想要的生活,只能在表演中扮演真实的自己。但是没有人喜欢看他的表演,也没有人知道是对还是错,只有孤独陪着他。上述因素是相互联系的,这些使他绝望,认为只有结束生命,他才能安宁。

二、案例分析及处理措施

通过以上案例过程可看出,该生问题突出,如不及时发现干预,并做好相应的心理疏导,很可能出现严重后果,甚至产生轻生的念头。俗话说,父母是孩子的第一位老师,一个人从小生活的家庭对其心理发展至关重要。家庭的经济地位、文化教育、人际关系乃至家庭气氛等,对孩子都有着微妙的长期影响。而且,高中时期是从儿童到成人的过渡时期,这意味着放弃父母和家庭的监护,摆脱对成年人的依赖,成为一个独立的人,这是解决心理问题的关键时期。在这个时候,他们的情绪更加敏感、冲动。而王同学正是缺乏和母亲的沟通,从而容易胡思乱想,从而导致心理更加抑郁。

结合原因班主任采取了以下措施:

首先,从学生的兴趣出发。该学生喜欢广播和表扬等爱好,因此建议他加入学校校园的广播播音员的工作。同时帮助他创建一个表演社团,利用他的空闲时间参与剧本编写、审查和广播。增强他的自信心,并为他逐渐积极和自信的交流创造平台。

其次,让学生积极参加各种课堂和学校活动,以丰富他们的学校生活。与心理健康咨询中心的教员联系,并尝试与该学生约定每周进行一次心理访谈,以帮助该生摆脱问题并释放情绪。

第三,给学生更多的关注。邀请学生到家里做客,可以送他们一些小礼物等,并尝试使他感受别人的温暖。

三、案例思考与工作建议

第一,缺乏家庭教育,来自特殊家庭(单亲、重组家庭等)的学生应受到更多关注。班主任在学生管理工作中发现,大多数有问题的学生来自有问题的家庭。由于家庭的不完整,孩子们无法在一个健康和平衡的环境中成长,他们的心理逐渐变得异常。特殊家庭的学生容易抑郁,他们的性格更加孤僻、自卑。他们的智力发展落后于一个完整家庭中儿童的发展;他们固执、容易失望、性格多变等等^[1]。在上述情况下,王同学就是典型的案例。由于家庭的创伤和缺乏感情,这些学生需要老师的关爱。

第二,重视和促进高中生的心理健康教育,同时发展学生的综合人格,将心理健康教育渗透到学生管理中;同时,加强班主任心理健康咨询知识的研究和应用。在高中,学生思想中会出现越来越多的负面情绪。在促进和探索心理健康的同时,还要将理论与实践和心理健康教育相结合,举办心理健康讲座、小组活动、知识竞赛和其他校园文化活动。结合思想教育,教会学生理解生命的意义,形成正确的人生观和价值观,掌握心理保健知识和方法^[2]。

第三,积极开展班级活动。教师可以通过开展教室会议和其他形式来增强教室中教室气氛的创造,使学生可以树立正确的价值观,创造良好的教室环境,互相帮助,热爱学习,并营造健康的教室氛围。除举行班级会议外,教师还可以为学生组织示范和其他形式的心理健康教育,并以小品表演的形式将学生日常生活中容易遇到的叛逆和比较行为可视化,从而在学生面前更加直观地展现出来。为了更客观地了解他们的行为缺陷,教师将提供心理健康教育,指出学生日常行为的缺陷,同时提供解决方案。这将使学生更容易接受并改善他们的行为。

第四,在做好学生思想工作的同时,提高学生的全员意识。鼓励同学们参加思想教育。通过自我教育,他们还可以帮助他人,发挥积极分子、党员和干部的作用,并在自己的思想工作中与班主任积极合作。在以上案例中,班主任在王同学的教育中发挥了非常重要的作用。因此,班主任应该对整个班级有所了解,以便更好地促进学生心理教育的顺利进行。

结论

高中生的心理健康状况很复杂,各种因素给他们的思想蒙上了阴影,他们无法从正确的角度看待周围的世界。这些心理障碍会影响他们的健康成长,如果这种情况持续下去,他们只会使自己的世界越来越黑暗,老师有责任确保每个孩子都有健康的心理。只有通过不断研究高中生的心理健康,才能解决他们学习中的根本问题和内在问题,才能激发他们对知识的强烈渴望,才能促进青少年学生的正常心理发展,使他们更好地成长。

参考文献

[1]金岩.浅谈中学生心理健康问题及对策[J].中国校外教育,2014(35):

15-16.

[2]林茂超.浅谈中学生心理健康问题的表现、成因及对策[J].南方论刊,2011

(1); 56-57.

小学生计算能力提高的方法和策略

王娟娟

(山东省德州市陵城区经济开发区将军寨小学 山东 德州 253000)

【摘要】拥有数学计算能力是学好数学知识的重要前提,因为只有拥有了强大的计算能力,才能更好地进行更加深入的数学知识的学习。因此,小学阶段的数学老师们一定要重视对学生计算能力的训练,让学生能够充分地掌握这一项基本的数学能力,提升他们的计算水平,为之后的数学学习打下坚实的知识基础。

【关键词】小学生; 计算能力; 具体方法; 教学措施

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.06.684

1 重视培养小学生计算能力的意义

注重培养学生的数学计算能力,有助于学生逻辑思维能力的显著提升。数学是一门逻辑性非常强的学科,而具备较强的逻辑推理能力则是学好数学的关键,因此,要想有效地提升学生的学习水平,老师们就一定要注重对学生计算能力的有效培养,不断促进他们数学思维的建立,让他们能够在学习当中能够不断提升自己的逻辑推理能力,从而有效地建立起数学思维。在小学阶段重视对学生计算能力的培养,还能够有效地促进学生数学素养的提升。在不断进行数学计算练习当中,不仅学生的运算能力能够得到不断的增强,其数学思维也能够得到有效的锻炼,学生

们在练习当中能够逐渐强化对数学知识的深入理解,从而有效地促进他们数学素养的全面提升。

2 提高小学生数学计算能力的具体措施

2.1 注重培养学生的计算兴趣

对小学生而言,兴趣就是学习的最大动力,只有在兴趣的引导之下,他们才能更加积极主动地投入到学习当中。因此,数学老师一定要注重对学生计算兴趣的培养,把枯燥的数学知识变得更加的生动有趣,促使学生们提升对数学知识的探索兴趣,从而有效地激发出学生参与数学计算学习的积极性。比如,老师可以引入小