

# 高中班主任的情感教育实践与思考

黄斯媛

深圳市盐港中学

**摘要：**高中班主任在情感教育中应秉持尊重、沟通和反馈原则，建立起与学生之间良好关系。此外，通过学生成长档案的建立、集体活动与团队合作、情感导师制度的实施、情感课程的开设以及学生心理健康辅导的开展等实践策略，班主任能够深入学生内心，促使情感教育在实践中取得更为显著的效果。

**关键词：**高中；班主任；情感教育；实践

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-627X.2023.06.168

## 引言

高中时期是学生成长过程中情感发展的关键时期，班主任作为学生成长路上的引导者和陪伴者，承担着重要的情感教育责任。在面对学生多样的情感需求时，班主任需要根据尊重、沟通和反馈原则制定相应的实践策略，更好地引导学生健康成长。

### 一、高中班主任情感教育原则

#### （一）尊重原则

在高中班主任的情感教育中，遵循尊重原则自然至关重要，在日常教育环节之中，班主任与学生之间需要保持相互尊重，班主任不仅需要尊重学生的人格，还需要尊重学生的独立性和个体性。这也就意味着，班主任应当尊重每个学生的个性差异，理解学生的需求和情感状态。通过尊重学生，班主任能够建立起信任和亲近的关系，为更深层次的情感教育奠定基础。

#### （二）沟通原则

沟通是情感教育中的桥梁，高中班主任需要保持与学生之间的良好沟通。通过积极倾听、及时回应学生的需求和疑虑，班主任能够更好地了解学生的情感状态，为其提供有针对性的支持和指导<sup>[1]</sup>。

#### （三）反馈原则

及时而有效的反馈是情感教育中的关键。班主任应当通过定期的反馈机制，向学生传达关于其情感表达和行为的正面信息，同时提供建设性的意见和帮助。这有助于学生形成正确的情感认知和应对方式<sup>[2]</sup>。

### 二、高中班主任情感教育的实践策略

#### （一）学生成长档案的建立与更新

学生成长档案的建立与更新是高中班主任情感教育的重要实践策略。通过系统性地记录学生的成长历程、情感表达以及关键事件，班主任能够更全面地了解每个

学生的个性和情感需求。这一档案既包括学术方面的发展，也涵盖了学生在情感层面的表现，为班主任提供了宝贵的信息源<sup>[3]</sup>。建立学生成长档案的过程需要精心设计，班主任可以通过定期的个人谈话、心理测试等方式，搜集学生的性格特点、兴趣爱好、情感体验等信息。同时，班主任还可以鼓励学生自主记录一些成长心得、情感体验，使档案更为丰富和真实。这个过程不仅让班主任更深入地了解学生，也为学生提供了一个自我认知和表达的机会。在此过程中，班主任需要注意一个重要的问题，学生的成长是一个动态的过程，因此档案的定期更新至关重要。班主任可以设立固定的更新时间，例如每学期结束时进行一次档案更新。在更新时，不仅要关注学生在学业上的进步，还要重点记录学生在情感方面的变化。通过及时更新档案，班主任可以把握学生的发展动态，更好地制定个性化的情感教育计划。此外，建立学生成长档案也为班主任提供了调整情感教育策略的依据，高中班主任需要分析档案中的信息，还需要更准确地了解学生的优势和困扰，进而有针对性地进行情感引导和支持。例如，如果某个学生在人际关系方面存在挑战，班主任可以通过档案中的记录找到合适的方法来协助其发展社交技能。

#### （二）集体活动与团队合作

通过组织集体活动和鼓励团队合作，高中班主任在情感教育实践中扮演着重要的角色。这一策略的核心在于通过集体活动促进学生之间的情感交流，同时通过团队合作培养学生的团队精神，使其更好地理解 and 尊重他人的情感。班主任可以定期组织各类集体活动，如班级联谊、文艺晚会等，此类集体活动为学生提供了共同体验的机会，引导学生在轻松愉快的氛围中建立更为深厚

的友谊。通过参与集体活动，学生能够感受到班级是一个大家庭，增强集体凝聚力，从而促进彼此之间更为积极的情感交流<sup>[4]</sup>。团队合作成为班主任情感教育中的重要手段，班主任需要在学科教学或校际比赛中鼓励学生进行团队合作，班主任可以培养学生的协作精神和团队意识。团队合作的过程中，学生需要相互沟通、协调合作，这有助于学生更好地理解他人的情感体验，培养对团队成员的尊重和理解。此外，班主任还可以借助集体活动和团队合作的机会，关注学生个体差异，促进班级内更为平等的情感互动。通过在集体活动中引导学生分享个人经历、表达个人情感，班主任可以更全面地了解每个学生，为学生提供更为贴心的情感支持。

例如，为了进一步丰富高中班主任情感教育的相关内容和形式，班主任可以根据高中生情感教育的基本原则和要求，组织学生参与一项名为“心灵接力”的活动。班主任可以邀请学生提前组队，每个小组由不同兴趣爱好的学生组成，促进多元交流。在活动开始前，班主任向学生介绍活动目的，强调团队协作和共同目标的重要性。在此之后，班主任需要积极鼓励学生之间相互合作，形成紧密的合作关系，并设置相关的学习小组，为不同的小组成员安排不同的学习任务或者是教育任务，每个小组轮流进行一系列心理挑战任务，如情感分享、合作解决问题等。此类任务不仅锻炼了学生的团队协作能力，也提升了学生对他人情感体验的理解。在活动的尾声，班主任可以组织全班同学共同反思活动过程，分享各小组的收获和感悟。通过“心灵接力”活动，班主任在促进学生情感交流的同时，培养了团队协作精神，创造了一个积极向上的班级氛围。

### （三）情感导师制度的落实

情感导师制度的落实是高中班主任在情感教育实践中的一项重要举措。这一制度的目的在于通过指定专业的情感导师，为学生提供更有针对性、更个性化的情感成长指导和支持。情感导师制度的建立需要充分考虑学生的个体差异和情感需求，班主任可以根据学生的性格、家庭背景等因素，合理安排情感导师，保障学生能够得到更贴心、更具体的情感辅导<sup>[5]</sup>。例如，对于某些学生可能存在的家庭问题或心理困扰，情感导师可以提供更为细致入微的关怀和帮助。情感导师需要与学生建立起亲近而信任的关系，在此过程中，高中班主任需要

定期的个别谈话和交流，情感导师可以更深入地了解学生的情感状态，关注其成长过程中可能遇到的困扰和挑战。这有助于情感导师更好地为学生提供有针对性的情感支持。情感导师制度的落实还应注重专业培训，与此同时，情感导师需要具备一定的心理辅导和沟通技巧，更好地引导学生面对情感问题。定期的培训和交流会议可以帮助情感导师不断提升自身的专业水平，更好地履行其职责。在实施情感导师制度的过程中，班主任需要充分发挥团队协作的作用。与其他相关专业人员的合作，如心理辅导师、学业导师等，可以为学生提供全方位的支持，形成多元化的情感辅导网络。

### （四）情感课程的开设与实施

开设情感课程是高中班主任在情感教育实践中的一项关键举措。这一策略旨在通过设计多样化的情感课程，引导学生主动参与、认知情感需求，培养其全面发展所需的情感表达和处理能力。情感课程的开设需要考虑学生的年龄特点和心理发展阶段，这也就意味着，班主任可以根据学生的认知水平和兴趣爱好，选择合适的课程内容，保障情感课程既贴近学生的实际生活，又具有一定的挑战性。比如，通过情感故事、情感演绎等方式，引导学生在参与中更好地理解情感表达的多样性。情感课程的实施需要注重互动与参与，在此前提之下，班主任可以采用小组讨论、角色扮演、情感分享等形式，引导学生在课堂中积极参与，分享自己的情感体验。这有助于学生更好地理解彼此之间的情感差异，促进情感交流，培养团队协作精神。与此同时，高中班主任也需要注意，情感课程的设计还应当强调实际运用与实践。通过组织实地考察、参观社会机构、与专业人士交流等方式，班主任可以帮助学生将情感理论知识与实际生活联系起来，使之更具实用性<sup>[6]</sup>。例如，引导学生走进社区参与公益活动，体验情感分享与支持的重要性。在情感课程中，班主任还可以结合文学作品、电影等艺术形式，通过文学赏析、影片欣赏等方式，引导学生从艺术作品中感悟情感的多样性，培养审美情感。

例如，为了实施情感教育，高中班主任可以组织一项名为“情感表达艺术展”的活动。在这个活动中，班主任可以邀请专业的艺术老师或艺术家，指导学生运用绘画、雕塑等艺术形式表达情感。班主任可以在课前引导学生学习一些基本的艺术表达技巧，例如色彩运用、

构图等,增强学生的表达能力。然后,学生可以选择一个学生认为具有情感共鸣的主题,通过艺术作品传达内心感受。这个过程既是对情感的认知,也是对艺术的创造性体验。在展览活动中,学生有机会分享学生的作品并解释背后的情感故事,促进彼此之间的理解和共鸣。通过此类情感表达艺术展,班主任不仅提供了一个培养情感表达能力的平台,也促使学生在艺术创作中深度思考与沟通情感。此类活动不仅满足了学生的创造性需求,更在情感教育中发挥了积极作用。

### (五) 学生心理健康辅导的开展

在高中班主任的情感教育实践中,学生心理健康辅导起到了不可或缺的重要作用。心理健康辅导不仅仅是一项服务,更是班主任深入了解学生内心世界、关注其心理状况的重要途径。这一环节的开展是情感教育中的一项精细工作,需要班主任具备专业的心理知识和敏锐的洞察力。学生心理健康辅导的开展需要建立在班主任与学生之间的信任基础之上,只有在学生感到能够真实表达自己的情感,并且能够获得理解和支持的情况下,心理健康辅导才能真正发挥作用。班主任应当以平等、尊重的态度对待学生,使其感到在这个环境中可以安心分享内心的感受。在此过程中,高中班主任需要注意,心理健康辅导需要在班级整体氛围的支持下,进行,这就意味着,班主任可以通过组织班级活动、培养良好的同学关系,为心理健康辅导提供一个积极向上的群体环境。在此类氛围中,学生更容易敞开心扉,愿意接受和参与心理健康辅导<sup>[7]</sup>。另外,班主任在心理健康辅导中需要具备一定的心理咨询能力,这包括倾听技巧、情感沟通能力以及对常见心理问题的认知。班主任可以通过专业培训提升自己的心理辅导水平,更好地解决学生在情感方面的问题。心理健康辅导不仅仅是解决问题,更是帮助学生建立健康的心理状态和情感管理能力。班主任在开展心理健康辅导时,应当注重引导学生认识自己的情感,培养积极的情感态度,帮助其建立正确的人际关系。这既是对学生个体的关注,也是对整个班级的心理健康的促进。

例如,为了积极推进新型的高中班主任情感教育与心理健康教育模式,主任可以将心理健康教育的相关理念或者是教育元素融入情感教育环节之中,并以此为基石,组织学生参与“心情驿站”教学活动。在这个活动

中,班主任可以设立一个专门的角落,作为学生宣泄情感的空间。班主任可以邀请专业的心理辅导员,进行一些简单的心理健康知识普及,增加学生对心理辅导的了解。在班主任的指导和帮助之下,学生可以匿名写下或画出自己此刻的心情,并放入一个特制的“心情信箱”中。班主任可以定期整理此类心情,进行统计分析,了解学生整体的情感状况。在活动中,班主任还可以组织一些轻松的心理小游戏,帮助学生更好地认识自己的情感状态。此类活动不仅提供了一个表达情感的途径,也为学生提供了获取心理健康知识和建立情感管理意识的机会。通过“心情驿站”活动,班主任在细致关爱学生心理健康的同时,也为整个班级创造了一个积极向上的心理氛围。

### 三、结束语

总体而言,通过实践中的不断探索与思考,高中班主任在情感教育中汇聚了丰富的经验。尊重、沟通和反馈原则成为教育的基石,而实践策略如学生成长档案的建立、集体活动的组织、情感导师制度的贯彻、情感课程的精心设计以及学生心理健康辅导的深入开展,则为班主任在情感教育中取得成功提供了可行的途径。班主任的不懈努力不仅为学生的情感成长奠定了坚实基础,也为学校的综合素质教育贡献了积极力量。

### 参考文献

- [1] 胡亚洲. 浅议高中班主任如何实施情感教育[J]. 女报: 时尚版, 2020, 000(009): P. 1-1.
- [2] 徐颖超. 高中班主任管理工作之情感教育重要性的研究[J]. 2021.
- [3] 冯华森. 高中班主任管理工作之情感教育重要性的研究[J]. 2020.
- [4] 陈秀锦. 浅谈高中班主任班级管理中情感教育的渗透[J]. 2020.
- [5] 水永涛. 高中班主任班级管理的实践思考[J]. 课程教育研究, 2020(7): 2.
- [6] 胡亚洲. 浅议高中班主任如何实施情感教育[J]. 女报: 家庭素质教育, 2020(9): 1.
- [7] 步晶. 高中班主任心理健康教育的开展实践[J]. 世纪之星-高中版, 2021(28): 0009-0010.