

初中班主任德育心理健康教育的重要性与实践

曾正祥

广南县莲城镇北宁中心学校

摘要：初中阶段是学生身心发展的关键时期，班主任在德育和心理健康教育中扮演着重要角色。本文探讨了班主任在初中德育和心理健康教育中的重要性，并提供了一些实际的教育策略和方法。通过德育教育，班主任可以帮助学生树立正确的价值观，培养良好的行为习惯；通过心理健康教育，班主任可以帮助学生处理学习压力、人际关系等问题，促进学生的全面发展。本文旨在为初中班主任提供有益的指导和参考，以更好地开展德育和心理健康教育工作。

关键词：初中；班主任；德育心理健康教育

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2024.09.226

引言

初中阶段是学生身心发展的重要时期，在这一阶段，学生的道德观念和心理健康状况会对其未来发展产生深远影响。班主任作为班级管理的核心人物，不仅负责学生的学业成绩，更肩负着重要的德育和心理健康教育任务。德育教育旨在培养学生的道德品质和社会责任感，而心理健康教育则关注学生的情绪管理和心理发展。有效的德育和心理健康教育，不仅能帮助学生树立正确的价值观，还可以提高他们的自我管理能力和抗压能力，为学生的全面发展奠定坚实基础。班主任需要深入了解和掌握德育和心理健康教育的理论与实践方法，以便更好地指导和帮助学生。

一、初中班主任德育心理健康教育的意义

（一）预防心理问题

初中阶段是学生身心发展的关键期，学生在这一阶段常常面临学习压力、青春期生理变化以及人际关系等多重挑战，容易引发心理问题。班主任作为最贴近学生的教育者，在班级管理和德育工作中扮演着关键角色。通过德育心理健康教育，班主任可以及时了解学生的情绪和心理状态，及时发现心理异常的苗头，并采取相应的措施予以干预和指导。如通过心理健康教育课程，班主任可以帮助学生正确认识自我和他人，学会情绪管理和压力应对的技巧，从而减少负面情绪带来的心理困扰。预防心理问题不仅依赖于班主任的指导，还需要全班同学的共同努力。班主任可以通过组织集体活动和班级讨论，营造一种积极、互助的班级氛围，使学生在集体中感受到关爱和支持，减少孤独感和心理负担。通过这样的教育方式，班主任可以在学生走向心理问题的边缘时，及时拉他们一把，帮助他们走出心理困境。

（二）改善人际关系

初中阶段的学生在与同学、老师、家长互动过程中，往往会因沟通不畅、误解和冲突等原因产生人际困惑。良好的人际关系是学生心理健康的重要保障，班主任在

其中扮演着重要的引导角色。通过德育心理健康教育，班主任可以帮助学生理解人际交往的基本原则和技巧，从而更有效地与他人交往。例如，班主任可以组织团队合作活动，培养学生的团队精神和合作意识，让他们在实践中学会倾听、尊重和宽容，增强与他人合作的能力。对于在班级中产生矛盾的同学，班主任可以通过一对一谈话、集体讨论等方式，了解矛盾的根源，并给双方提供解决方案，帮助他们化解矛盾。通过这样的教育，学生不仅能够改善与同学的关系，还可以提升与家长、老师的沟通能力，从而在人际交往中获得更多自信和满足感。

（三）增强心理素质

初中生在成长过程中，面临着学业、家庭、友谊等多方面的压力，心理抵抗力相对较弱。班主任可以通过德育心理健康教育，帮助学生增强心理素质，提高他们面对压力和挫折的应对能力。在教学过程中，班主任可以通过案例分析、角色扮演等方式，引导学生认识并接纳自己的情绪，学习控制情绪的技巧，增强面对困境时的心理弹性。此外，班主任还可以通过积极心理学的方法，引导学生发现和培养自己的兴趣爱好，寻找生活中的积极因素，建立积极的心理状态。通过一系列的活动和指导，学生可以学会以积极的心态面对学习和生活中的挑战，用更健康的方式处理负面情绪。在这种支持与引导下，学生的心理素质会逐渐增强，为未来的成长打下坚实的基础。

（四）树立正确价值观

初中阶段是学生形成价值观和道德观的关键时期，班主任在德育和心理健康教育中担负着引导学生树立正确价值观的重要任务。通过德育教育，班主任可以帮助学生认识社会的基本道德准则和行为规范，引导他们做一个有道德、有责任感的人。例如，班主任可以在班级中开设道德教育课程，通过真实案例和情景模拟，让学生了解诚实守信、尊重他人、爱护环境等价值观在实际

生活中的应用。班主任还应通过日常行为举止、言行举止,成为学生的榜样,潜移默化地影响学生的价值观念。通过树立正确的价值观,学生不仅可以在学习和生活中做出正确的选择,还能在未来的道路上坚持自己的信仰和原则,不被外界的诱惑所迷惑。

(五) 促进学生全面发展

德育和心理健康教育不仅关乎学生的心理健康,更是促进学生全面发展的重要手段。班主任通过德育心理健康教育,可以帮助学生在智力、情感、道德和社会性等方面均衡发展。智力方面,班主任可以通过指导学生制定学习计划、提高学习方法等方式,促进学生的学业发展;情感方面,班主任可以通过心理辅导帮助学生调适情绪,提升学生的情绪管理能力;道德方面,班主任可以通过道德教育,引导学生树立良好的道德品质,培养学生的社会责任感;社会性方面,班主任可以通过组织集体活动,培养学生的团队意识和合作精神。在这样的教育引导下,学生可以在学习、生活、人际交往等方面全面发展,成长为符合社会期待的综合型人才。

二、初中班主任德育心理健康教育存在的问题

(一) 教学方法单一

在德育和心理健康教育中,教学方法的单一性是一个普遍存在的问题。许多班主任由于受传统教育观念的影响,主要依赖讲授式的教学方法。这种单向的信息传递方式,往往难以引起学生的兴趣和共鸣,导致教育效果不佳。德育和心理健康教育涉及到学生的情感、态度和行为,仅靠讲授很难让学生真正内化和实践。单一的教学方法也限制了学生的参与度和互动性,不利于培养他们的批判性思维和解决问题的能力。

(二) 关注度不足

德育和心理健康教育在初中阶段往往得不到应有的重视。由于学业压力大,许多学校和家长更加关注学生的学科成绩,忽视了学生的心理健康和道德教育。甚至在一些学校,德育和心理健康教育被视为“可有可无”的辅助性课程,实际开展的频次和深度都远远不足。班主任在日常工作中,也常常面临繁重的行政事务和教学任务,无暇顾及学生的心理和道德发展。这种关注度的不足,导致学生在面对心理问题和道德困境时,缺乏有效的指导和支持,影响了他们的全面发展。

(三) 专业知识欠缺

德育和心理健康教育需要专业知识和技能的支持。然而,许多初中班主任在这方面的培训和学习相对不足。大多数班主任主要接受的是学科教学的培训,对心理学和德育理论的掌握相对薄弱。在实际教育过程中,班主任往往难以有效识别和处理学生的心理问题,也难以系统地进行德育教育。例如面对学生的情绪波动和行为问题,班主任可能缺乏科学的干预方法,只

能采取简单的劝导或惩罚措施,忽略了问题的根源和长期影响。

(四) 评估体系不完善

当前的德育和心理健康教育评估体系相对单一,缺乏科学性和全面性。大多数学校主要依赖学业成绩作为评估学生表现的主要指标,对学生的德育和心理健康发展缺乏有效的评估工具和方法。这种评估体系的不足,导致学校和家长难以全面了解学生在道德品质、心理健康等方面的发展状况,进而影响相关教育工作的针对性和有效性。现有的评估方法也缺乏学生自评和他评的环节,无法充分反映学生的自我认知和同伴反馈。

(五) 家庭与学校脱节

德育和心理健康教育的有效开展,需要家庭和学校的密切合作。然而实际情况中家庭和学校在这方面的沟通和合作常常存在脱节现象。许多家长由于工作繁忙,对孩子的德育和心理健康关注不够,或者缺乏相关知识和方法,只能依赖学校的教育。而学校方面,班主任在与家长的日常沟通中,往往更多关注学生的学业表现,忽视了对学生心理和道德发展的交流和指导。这种脱节现象,导致家庭和学校在德育和心理健康教育上的信息不对称和教育方式的不一致,影响了教育效果。

三、初中班主任德育心理健康教育的策略

(一) 多样化教学方法

德育和心理健康教育的有效性在很大程度上取决于教学方法的多样化和创新性。在传统的讲授式教学中,学生往往处于被动接收信息状态,缺乏主动参与和互动的机会。初中班主任应采用多样化的教学方法,增强德育和心理健康教育的吸引力和实效性。班主任可以利用案例分析法。通过真实案例的讨论和分析,学生可以在具体情境中理解道德和心理健康的相关概念。这种方法不仅能激发学生的兴趣,还能帮助他们在实际生活中应用所学知识。例如,班主任可以选择一些关于友谊、家庭关系、学习压力等方面的案例,引导学生进行小组讨论,分享各自的看法和解决方案。情景模拟和角色扮演也是有效的方法。班主任可以设计一些情境,让学生扮演不同角色,体验和理解他人的情感和心理健康状态。这种方法可以帮助学生培养同理心和解决问题的能力。例如在模拟一个校园欺凌的情境中,学生可以扮演受害者、施暴者和旁观者,深入了解各自的心理感受,从而更好地理解和处理实际生活中的类似问题。班主任还可以结合现代科技手段,如多媒体教学和网络资源,丰富德育和心理健康教育的形式。比如,通过观看相关的影视作品、纪录片或专家讲座,学生可以获得更多的知识和启示。班主任可以鼓励学生利用网络资源,参与在线心理测试和互动游戏,增强他们的心理健康意识和自我管理能力。多样化的教学方法不仅可以增强德育和心理健康教育的

趣味性和实效性,还能培养学生的综合素质和创新能力。班主任应不断探索和尝试新的教学方法,使德育和心理健康教育真正深入学生的心灵,帮助他们健康成长。

(二) 加强专业培训

德育和心理健康教育需要具备专业知识和技能的支持,而许多初中班主任在这方面的培训和学习相对不足。为了提升德育和心理健康教育的效果,学校应为班主任提供系统的专业培训,帮助他们掌握相关的理论和实践方法。学校应定期组织德育和心理健康教育的专业培训班。这些培训班可以邀请教育专家、心理学家等专业人士授课,内容涵盖心理学基础知识、常见心理问题的识别与干预、德育教育的理念与方法等。通过系统的学习,班主任可以提升自己在德育和心理健康教育方面的专业素养,更好地指导学生。学校可以建立教师心理健康教育的学习交流的平台。班主任可以通过这个平台分享自己的教育经验和案例,互相学习和借鉴。比如,学校可以组织德育和心理健康教育的专题研讨会,班主任们可以在会上分享自己在教育过程中遇到的问题和解决方案,共同探讨和交流教育方法。同时,通过在线论坛、微信群等形式,班主任可以随时随地进行交流和咨询,提升自己的教育水平。学校还可以提供外出学习和考察的机会。班主任可以参加国内外的教育交流和培训活动,学习先进的德育和心理健康教育理念和方法。通过与其他学校和教育机构的交流,班主任可以开阔视野,更新知识储备,不断提升自己的教育能力。学校应建立班主任培训的评估和激励机制。对参加培训并取得良好效果的班主任进行表彰和奖励,激励他们不断学习和提升自己。学校应将班主任的培训情况纳入绩效考核体系,督促班主任积极参加专业培训,提升德育和心理健康教育的专业水平。

(三) 建立科学评估体系

建立科学的评估体系是确保德育和心理健康教育有效实施的重要环节。当前的评价标准多侧重于学业成绩,忽视了学生的心理健康和道德品质发展。科学评估体系应涵盖学生的心理状态、行为表现和道德认知等多个方面。班主任可以引入多维度评估工具,如心理测评问卷、行为观察记录和学生自评、互评等方式,全面了解学生的心理和道德发展状况。应结合日常表现和阶段性评估,采用动态跟踪的方法,及时发现学生的问题并进行干预。班主任可以通过家长反馈和同伴评价,获得更全面和客观的评估信息。科学的评估体系不仅有助于班主任及时了解学生的心理和道德发展,还能为后续教育策略的调整提供依据,确保教育工作更加精准和有效。

(四) 家校合作共育

德育和心理健康教育的有效性离不开家庭和学校的密切合作。家长是孩子的第一任老师,其言行对学生的

心理和道德发展有着深远的影响。为了实现家校合作共育,班主任应主动加强与家长的沟通与交流。通过家长会、家访和电话联系等形式,班主任可以及时向家长反馈学生在校的表现,了解学生在家的情况,共同探讨教育方法和策略。可以组织家庭教育讲座和工作坊,提升家长的教育素养,帮助他们掌握科学的教育方法。班主任还可以建立家校沟通平台,如班级微信群、家长交流群等,方便家长随时了解学校的教育动态和参与学校组织的活动。通过家校合作,共同关注和支持学生的成长,形成教育合力,促进学生在心理和道德方面的全面发展。

(五) 心理辅导与支持

心理辅导与支持是德育和心理健康教育的重要组成部分。初中阶段是学生心理发展的关键期,面对学业压力、同伴关系和青春期变化,学生容易产生心理困扰和问题。班主任应积极开展心理辅导工作,为学生提供及时和有效的心理支持。班主任应具备基本的心理健康知识,能够识别学生的心理问题,并采取初步的干预措施。对于较为严重的心理问题,应及时联系学校的心理辅导老师或专业机构,进行进一步的专业辅导。班主任可以定期开展心理健康教育活动,如心理健康讲座、团体辅导和心理游戏等,帮助学生了解心理健康知识,学习情绪管理和压力应对技巧。班主任还应关注学生的心理需求,建立良好的师生关系,营造一个温暖和谐的班级氛围,让学生感受到关爱和支持。通过心理辅导与支持,帮助学生提高心理素质,促进心理健康发展。

结语

初中班主任在德育和心理健康教育中发挥着不可替代的作用,他们的教育理念和实践方法直接影响学生的成长和发展。通过科学的德育教育和心理健康辅导,班主任不仅可以帮助学生树立正确的价值观和良好的行为习惯,还可以提升学生的心理素质,增强他们面对挑战的能力。面对新时代的教育要求,班主任应不断学习和创新教育方法,加强与学生的沟通和互动,关注学生的个体差异和实际需求,为每一位学生的健康成长保驾护航。希望本文的探讨和建议,能够为初中班主任在德育和心理健康教育中提供有益的参考和支持。

参考文献

- [1] 王晗,廖明希.学校德育中的学生积极生活态度培养——基于心理健康教育视角[J].教学与管理(理论版).2018,(7).
- [2] 陈玲,刘生亮.中职生心理健康教育探索与实践——以重庆市九龙坡职业教育中心为例[J].中小学心理健康教育.2018,(33).
- [3] 谭富德.构建“大德育”体系,化育“大写的人”——新形势下加强学生德育工作的有益尝试[J].中国校外教育(中旬刊).2018,(2).15-16.