

探索班级心理健康教育途径 培养学生良好的心理素质

魏 静

(内蒙古包头市东河区康复路小学 内蒙古 包头 014000)

[摘要] 随着素质教育的全面推进,教育工作者需要关注学生心理健康问题以及培养学生良好心理素质的必然要求。本文首先对班级心理健康教育工作开展的重要性进行了详细的探讨,同时结合我国目前教育工作开展的实际情况,提出了多种班级心理健康教育的有效途径,从而使教师能够明确培养学生心理素质的有效方法,推动我国教育事业的全面发展。

[关键词] 心理健康教育; 途径; 心理素质

1 班级心理健康教育工作的重要性

从当前情况来看,健康不仅是指学生没有身体方面的问题,同时还包括学生没有心理方面的问题,从而使学生能够积极向上的面对生活之中的多种困难,使其拥有更强的适应能力来面对社会带来的挑战。而根据科学研究表明,我国目前学生心理综合素养的及格率仅仅为17%,在学生群体之中,存在着盲目攀比,心胸狭隘,自卑孤僻以及焦躁易怒等多种心理障碍。随着时代的不断发展,学生因为心理健康问题存在着过激行为也越来越多,这也为班级管理人员敲响了警钟,要求能够重视班级心理健康教育工作,找到科学合理的心理健康教育途径,从而使学生拥有健康的心理和健全的人格,能够满足当前我国教育行业素质全面发展的根本要求。

培养学生良好的心理素质是当前培养创新型人才的切实需要,在目前新课程改革的教学要求之下,学校应该以培养学生创新能力和实践能力为主,而良好的心理素质则是确保学生创新能力和实践能力得到有效培养的重要基础。随着时代的发展,科技的进步,社会对人才的要求也在逐渐发生改变,不仅要求人才有着与行业相匹配的专业知识和技术,同时也要有着远大的抱负,正确的人生观和价值观以及坚韧不拔的意志和开拓进取的精神。我国目前已经来到了知识经济的时代,这也就要求了人才能够具备良好的心理素质从而面对时代发展赋予的挑战。

2 班级心理健康教育开展的有效途径

从当前的教学实践情况来看,青少年心理承受能力较差,心理素质不高的问题仅仅是个别案例,然而从有教无类的思想上来说,教师不能忽略任何一个在教学过程之中存在的问题,要能够切实消除心理素质不高对青少年造成的负面影响,因此探索班级心理健康教育的有效途径,切实的提升学生心理素质也就成为当前阶段下教师较为核心的工作内容,而从教学时间的角度来看,培养学生的心理素质并非一朝一夕就能够达到的教学目标,需要教师在课上和课下加大投入力度,探索更多渠道与途径才能够使学生得到健康的成长。

2.1 在日常教学之中贯彻心理健康教育

在平时教学活动的开展之中,教师应该能够根据教学的形式与内容,不断开展心理素质教学活动,教师应该能够结合当前学习的内容,让学生了解到更加积极健康的内容,使教学内容能够符合学生心理发展的特点与规律,从而提升教学内容的针对性和有效性。教师要能够在日常教学活动之中,对每个学生的心理状态和学习状态加以调查和研究,并针对问题较为严重的学生开展有针对性的心理辅导和健康教育,尊重学生与学生之间存在的个

体差异,从而使心理健康教育的途径更加灵活化和多元化,进而为培养学生良好心理素质奠定更加坚实的基础。

2.2 优化班级的文化环境

教师应该结合当前教学的实际情况以及学生心理的普遍特点,对班级文化环境加以优化,使学生拥有一定的独立思考能力和健康的价值导向,为学生人生观和价值管的有效树立提供有效的引导。在健康乐观积极的班级氛围之中,能够使班级文化建设转变成为学生心理健康发展的不竭动力,这也就要求了教师能够从多方面挖掘班级文化建设的有效途径,打造和谐稳定且上进的班级氛围,为学生营造一个健康舒适的学习环境^[2]。

2.3 对学生开展激励教育

所谓的激励教育,也就是通过鼓励、表扬等多种方式,让学生能够对自身的学习产生正面的认识,使学生的心理情绪始终保持在稳定的状态,让学生能够更好的管理自身情绪。激励教育的要点在于通过鼓励的手段,让学生的心理压力得到疏导,从而使学生消极低落时得到鼓舞,不会受到这些负面情绪的不良影响。教师要能够在这个过程中及时的观察每一个学生的情绪变化情况,并对其加以有针对性的激励,从而使学生能够在友好交流的前提之下感受学习生活的快乐。教师也要对学生的进步情况加以关注,要能够对学生的进步情况给予相应的激励,使学生能够获得认同感和尊重感,进而使学生能够不断的进步。教师也要注意在激励教育应用时结合必要的惩罚措施,惩罚措施必须保证公平公正,以疏导的角度让学生认识到自己的错误,防止出现学生消极和抵触的心理。

3 结束语

综上所述,在当前的教学要求之下,教师不仅能够关注学生的学习成绩,同时还要关注学生良好心理素质的培养。教师要能够在教学实践活动开展之中,不断探索班级心理健康教育的有效途径,使学生具备坚韧不拔的品格和勇于进取的精神,使班级精神面貌更符合新时代新形势的具体要求。这也就要求教师能够不断的了解学生的切实需求,帮助学生解决生活之中实际困难,从而使学生能够拥有更强的自信,进而改良班级的精神风貌,使每一个学生都拥有良好的心理素质,全面推动我国素质教育的开展进程。

参考文献

- [1] 尹冬平. 心理健康教育在小学班级管理中的应用探究[J]. 求知导刊, 2017, 0(2).
- [2] 朱继培. 班级管理中如何进行心理健康教育的思考[J]. 课程教育研究, 2016, (20): 194-195.