

论心理健康教育在初中班主任工作中的渗透

刘 华

(深圳市宝安中学(集团)初中部 广东 深圳 518000)

【摘要】 教育教学中初中阶段,是学生发展的重要阶段,这个时期的初中生正处于青春期的萌芽阶段,身心发展在期间会发生巨大的变化,情绪思想不稳定,容易发生波动和偏激,如果没有正确的开导和化解,学生的发展可能会步入歧途。因此,初中班主任任重而道远,在讲授好学科知识的同时,还要注重初中生的心理健康教育,帮助他们解决学习和青春遇到的问题,在班级管理中重视心理健康教育,帮助初中生能够健康成长。

【关键词】 心理健康教育; 初中班主任; 工作研究

前言

初中班主任作为初中生在学校生活中接触时间最长、最亲近的人,应时常观察学生日常生活、学习状态,初中生正处于叛逆期、迷茫期的心理成长阶段,进行正确的心理教育会树立他们今后生活的行为准则,因此,初中班主任应该充分发挥班级管理者的身份,关心爱护每个学生,并制定合适的管理方法,渗透心理健康教育,让班级学生都能在班主任营造的温暖和諧的氛围下成长,培养初中生阳光、积极、向上的心态,从而更好地进行学习。

一、班主任要掌握良好的语言沟通艺术

初中阶段的学生处于青春期的萌芽阶段,身心发展逐渐形成叛逆心理,在此期间,初中生往往有自己的内心想法,对于家长和教师管制和教育不管不顾,更有甚者态度强硬、顶嘴,软硬不吃,班主任如果平时在与学生交流和教育时不能掌握合理的语言沟通艺术,那么这不会将有效的心理健康教育渗透到学生的内心中,反而学生可能会出现情绪和心理上的波动,在日后班主任的班级管理工作将更难尽心。因此,班主任要想有效渗透心理健康教育,就要有优秀的口语表达能力,掌握语言沟通艺术。首先,教师要对班级学生的性格特点有全面的了解,在进行心理教育时有针对性的采取沟通对策,例如,班级中上课不爱回答问题、胆小沉默、性格内向的学生,如果不进行正确的引导,他们有可能会成为后进生,这时班主任就应该与这些学生进行及时的沟通,与学生单独面对面,平等地进行交流,认真倾听学生在学习中遇到的困难,在沟通中班主任要放下教师的架子,尽量避免指导性的语言,要像学生的朋友一样提供给他们学习上的建议,并给予适当的激励,如此,学生会产生信任,并在今后的学习中充满自信和动力^[1]。另外,处于叛逆期心理的初中生经常会惹是生非,以往班主任的教育方法常常会进行严厉的训斥并加以体罚的惩罚方法,这不仅使学生的叛逆心理得到充分的体现,并且还伤害了他们的自尊心,让他们记恨教师,在今后更加不听管教,对此,现阶段班主任想要对这类学生渗透心理健康教育,就要改变教育方法,避免强硬的教育管理方式,要通过运用语言艺术,晓之以情,动之以理,在分析事情的过程、道理中感化学生,让学生自觉认识错误、承认错误。在班级管理中班主任要注重交流的语言、态度、方式,可以有效的对学生进行心理健康教育,帮助班主任更好的管理学生。

二、班主任要在班级管理中渗透心理健康教育

班主任在管理班级日常生活时,也要潜移默化地对学生进行心理健康教育。例如在每周进行的班级大扫除工作中,通过观察每个学生对待清扫工作的态度,工作时的状态,分析学生之间的性格、品质上的差异,对表现好的学生进行表扬鼓励,并对态度差劲的学生进行指点和教导^[2]。比如,在清扫工作中有些学生总是偷懒、不认真,班主任在这时就可以及时指导学生,告诉学生在进行类似清扫这种集体协作的活动中,如果偷懒不认真的行为

被教师或同学发现了,教师会讨厌这名学生,因为他没有团队精神,同学也会排斥他,以后也没人和他玩。这样学生就会意识到问题的严重性,从而积极主动的参与到班级扫除活动中。

三、写日记法了解学生的状态

班主任在平时的管理工作中,虽然通过细致的观察可以对学生状态变化有大致了解,从而询问学生了解学生遇到的问题,但是观察毕竟是表面的,难以对学生内心世界有具体的了解,所以,班主任要对学生的内心世界有充分的认识。比如,写日记就是一种行之有效的方式,学生通过写日记的方式,将平常不敢说、不想说的话统统写在日记里,班主任通过阅读学生的日记了解学生的内心世界,他们可能在学习中遇到了瓶颈,可能在朋友的相处中出现了裂痕,可能在家庭中出现遇到了问题,或是对看到、遇到事情的吐槽、评价,都可以向班主任倾诉不满和寻求帮助,班主任在这时要化身情感的导师,仔细阅读每个学生的日记,并对问题写出自己的看法和解决建议^[3]。学生通过写日记的方式,将自身无处发泄的情绪得到了淋漓畅快的释放,获得了身心的愉悦。在此过程中,班主任也打开了学生的内心世界,了解了学生的内心想法,发现学生深藏已久的问题,对学生的整体状态有全面的了解,可以更好的制定心理教育计划,从而提高心理健康教育的效率。

四、通过心理健康课渗透心理健康教育

为了使心理健康教育更好的渗透学生的内心之中,班主任教师可以利用班课开展心理健康课让学生接受系统的心理健康知识的学习,在心理健康课上,教师可以通过多种方式开展心理健康知识的学习,例如,利用多媒体设备观看心理健康的相关视频、模拟心理健康情景剧、帮助学生促进心理健康的游戏等,让学生在开展心理健康课的过程中发现自己的不足,从而主动改正自身的问题,实现自身心理的健康。心理健康课是学生心理知识的主要途径,因此,班主任要积极完善和健全心理健康课的体系结构,帮助学生形成健康的心理,促进学生的全面发展。

结论

综上所述,初中时期对学生心理健康教育是十分必要的,班主任要充分发挥班级管理的组织者和指导者身份,重视对学生心理健康教育的培养。班主任可以掌握良好的语言沟通艺术、在班级管理中渗透心理健康教育、写日记法了解学生的状态、通过心理健康课渗透心理健康教育。通过以上教育方法的实施,让学生以积极向上、阳光健康的心态来面对今后的学习生活。

参考文献

- [1]胡强.心理健康教育在初中班主任工作中的渗透[J].西部素质教育.2016(15)
- [2]贾顺姬.初中班主任工作中渗透心理健康教育的意义和策略[J].西部素质教育.2016(09)
- [3]黄立君.论心理健康教育在初中班主任工作中的渗透[J].世纪桥.2016(03)