

中学生心理问题疏导策略

郑康源

(汕头市聿怀中学 广东 汕头 515000)

[摘要]中学生心理健康问题是当代社会关注的热点,中学生心理在成长,但心智不成熟。或是因为某个小问题钻牛角尖,或是因为舆论的压力,让自己变得抑郁寡欢,封闭自己。更有甚者,被周围人认定为思想怪异,遭受校园欺凌。本文主要讲述班主任和班干部如何形成合力,对中学生心理问题进行疏导。

[关键词]校园欺凌;舆论压力;沟通信任;智慧引导

中学时期是心理成长的关键阶段,良好的心理素质对学生日后的发展具有重要的影响。而此阶段的中学生自我意识在增强,他们不想被长辈的思想束缚,一些父母忙于工作无暇关注自己的子女,独生子女多等诸多因素,慢慢地学生养成自己独特的个性和思维模式,一部分学生性格内向,思想变得极端,听不进长辈的话,我行我素。此时老师若不加以引导,学生将会在错误的道路上越走越远,后果不堪设想。

在学校,班主任通过学生初中的档案资料,与家长的联系对话,与学生的交谈,上课和巡堂的观察,以及考试成绩来对学生进行了解。而这些了解更多的体现在表面层次,在老师家长面前学生规规矩矩的表现。但在内心深处的秘密,也许藏得很深,可能为此感到困惑和压抑。这些困惑大多数学生是不愿跟家长提及,所以中学生心理方面的疏导,需要老师和班干部发挥合力,主要体现在以下两方面:

一. 班干部更多地能反映同学们平时的性格特点,人际交往,便于老师对症下药

在平时的人际交往方面老师对学生了解,更多地需要从班干部得到反馈信息,因为没有长辈在旁,学生更容易显现自己最真实的一面,老师借助班干部对同学们平日学习和生活的观察,便于老师找到一些性格内向同学问题所在,对症下药。

我班有位男生,姓纪,性格内向,思想单纯,思维怪异,说话有时没经过大脑,常常让人哭笑不得。他是住宿生,从宿舍到教室的距离不远,按理来说他上课是不会迟到的,但他却有好几次迟到。他给我解释原因,一次是早上在宿舍拉屎拉不出来,便秘。还有一次在饭堂,豆浆太热,他吹了很久,没法立刻喝下去。这位纪同学上课喜欢小声唱歌,影响周围人,还跑去找一位女生,希望一起去跟班主任说,让班主任安排他俩坐在一起,这样上课歌就可以唱给这位女生听,吓坏这位女生了。因为上课唱歌,被我们班的女班长吼,训斥。纪同学愤愤不平地过来跟我说:“我一个大人居然给个小女生吼,很愤怒。”我耐心跟他解释班长为何这样做,同时批评他上课唱歌的行为。像他这样思维怪异的学生,我问过班干部,纪同学是受到班里排斥的,同学们不愿意和他做朋友,我也问了内宿的班干,得到的答案是不仅受到排斥,更可怕的是因为纪同学喜欢在宿舍唱歌吹口哨影响他们休息,他们宿舍的人很生气,趁纪同学不在时,洗好的脚湿湿的,经常拿他的棉被擦干。我曾问纪同学以后想从事什么职业?他说他想当法医,他喜欢解剖尸体的感觉。我把上述事件结合起来,脑海中浮现了一个人:马加爵,一个因为校园欺凌,同学不和谐,思想怪异且内向的人,最后杀死同宿舍4人的全国大案。我顿时心中一冷,感觉到事态的严重,如果任由其发展,后果将不堪设想。我立刻找来了同宿舍的几个人,严厉训斥他们这种行径。他们认识到错误后,我引导他们多关心和帮助纪同学,并答应他们让纪同学改掉不良的习惯。我找到纪同学,首先表扬他唱歌可以放松身心,但是要选好地点和时间。选错了方式,也许就会让人讨厌,我耐心地引导,他渐渐地听懂我的意思,开始朝着正确的方向去努力。我又找来了几位班干部,要求他们多关心和帮助纪同学,并取得纪同学的信任。如果他做错了,班干部不应该大声训斥,应该耐心引导,讲明道理,让其纠正。所做的这些,就是让纪同学感受到班集体的温暖。由于我和班干部共同的努力,纪同学的错误得到纠正,人也开朗了很多。

学生心理的疏导不能靠老师固有的经验生搬硬套,在他面前讲一堆大道理,做错事就狠狠批评,这样学生容易产生逆反心理,不愿意和你倾诉,这样工作便无法进行下去。我们需要班干部做好平日的调查工作,帮助同学解决困难,耐心疏导,形成良好的班风,这样班主任的工作才能做到的放矢,事半功倍。

二. 当学生出现逆反心理时,班干部更能搜集到学生的心理话,协调老师和学生之间的关系,创造良好的舆论氛围,便于班主任开展工作

良好的班风是积极向上的,但偶尔也会有不良舆论存在,稍微不注意就会持续发酵,老师此时介入其中,可能“好心做坏事”,越想说明却越说不清,此时发挥班主部的桥梁作用就体现出来。

今年高一下学期,我分配到历史班任教,班里有37人,仅有3位男生。女生比较细腻敏感,遇到某件事或者某句话,她们在思想上会反复推敲,同学之间小声嘀咕,一件小事有可能传来传去就传成了大事,给我这个班主制造不少难题。

开学初,因为我对新同学不是很了解,所以仅凭身高排了座位。三个星期后我根据自己上课和巡堂观察,我重新编排了座位,我分成了三组,每组六行三列,其中我把小高,小邱和小林三位女生放在一起,小邱坐中间。当我把座位表粘贴出来后不久,小邱就来找我,要求换座位,她的解释是晚自习小林和小高太吵,怕平时上

课她们说话影响到她学习。班长曾跟我说过,晚自习大家很安静,而且我晚自习值班时也没见班里的人说话,再加之班主任的权威性摆在那,不能随便换位,我就一口否决掉了。这时出乎我的意料,她转身就走,回到班里就一直哭,眼泪湿湿一节课。下课后我叫她过来,问她为什么这样激动。她说很不想坐小高和小林两人之间,我同意了她的请求,答应她调开。另一方面她的哭全班人都看到了,为了不让同学们之间有隔阂,我让小林来找我。小林觉得自己没做错什么,小邱干嘛要哭着换座位,说着说着不由自主地掉眼泪,觉得全班有一部分人不喜欢她。她说有可能是追星的问题,大家是不同的粉丝,有矛盾。我找了小邱,还找了另一位有可能在追星方面和小林有矛盾的同学,让她们有什么问题当面说清楚,不要留有矛盾。她们当面都说没有矛盾(事实上碍于我的面子),我觉得事情已经解决,就放心的让她们离开。

第二天小林同学哭着对着我说,昨天那件事班里很多人对她很有意见,背地里说她坏话。出乎我意料的事,平时文静安静的小女生们,背后骂小林同学,说她在老师面前装得楚楚可怜,哭给老师看,并说了同学们追星等一大堆人的坏话,要阴谋,绿茶婊一个。”我觉得事态严重,班里的舆论对小林同学的伤害是很大,但此时班主任出面去解释,班里学生的逆反心理,又会把小林同学推到更加风口浪尖处。

思考再三,首先我安抚小林同学,主要从以下四方面入手:1.以自己以前读书的经历,一些曾受过的委屈现在看来都是小事,叫小林别把这事挂在心上。2.要求小林多参加体育锻炼,可以选择放学后慢跑,慢跑可以放松身心,减缓压力,感受自然。3.让她明白道理:好人受到委屈是暂时的,只要用心做事,用心帮助周围人,一切的谣言便会不攻自破。4.成长的过程是会受到挫折,这就是成长的代价,但有了挫折,人才会长得更快。小林在随后的交谈中,慢慢地放松了身心,逐步释怀,上课也开始有专心做记录。接着我发挥班干部的作用。我找到班长,并对她说:“班长的作用是要树立班级正气,让整个班集体有一种积极向上的氛围,你作为班长,应该去沟通,协调她们之间的关系,同时有些舆论是需要你去制止和辟谣,并且告知他们作为班主任谁没有偏帮,老师的做法目的是让大家有个和谐向上的学习氛围,不应计较某些细节。班长明白我的意思,接着她以一个同龄人的身份去开导她们,让她们敞开心扉,同时明确班主任工作目的,让她们不要纠结此事。过后班长给我反馈的真实信息是小邱不愿意夹在小林和小高中间,因为他俩初中时有矛盾,换座位并不是小邱对小林有意见,并且通过班长的沟通,当事人因为一些不良舆论的误解也逐步得到消除,小林随口说出来的追星问题因一些吃瓜群众随意放大,此刻也戛然而止。我看到班长的谈话卓有成效后,我开了一节心理疏导的班会课,以自己的生活经历告诫同学们不能过度纠结某件事,当你一纠结,其他人觉得你没事找事,跟着就有怨气,事情就会闹大,试着大家都让一步,放开心扉,把琐碎的小事放在一边,多年后回想起来,不过是小事一桩。经过我耐心地反复疏导,我们终于看到几个当事人慧心地笑了,从不和谐的氛围中走了出来。

心理问题疏导工作要讲究方法和策略,学生处在世界观,价值观的成型期,有自己独特的见解和想法,但有些想法却显得幼稚,而他们却不以为然,自以为是,当老师和家长对其进行指点时,学生容易产生逆反心理,这样的心理健康疏导反而起到负面效果。我们会发现,一些3岁小孩子,不管大人怎么教,在家还是说不上几个词,当他上幼儿园,一个学期下来,词汇量明显增多,这就是同龄的小孩子给他提供了语言的环境。同样的,发挥班干部的作用,班主任先指引班干部,然后让班干部用同龄人的语气晓之以理,动之以情地开导,关心和帮助心理有偏差的学生,这样更能让这部分学生从困境中走出来。

在师生间架构相互信任的桥梁,需要老师对学生有一颗慈母般的心,对学生思想关心,教育耐心,照顾细心。同时发挥班干部的作用,通过班干部了解学生的实际情况,让班主任工作做到有的放矢。班干部以同龄人的身份加以开导心理有压抑的学生,并给予帮助,就能消除学生的逆反心理。班主任也要听取他们合理化意见和满足其正当要求,充分发挥他们的积极作用,帮助他们辩证的认识自己,自觉接受老师的监督。我们老师要拥有智慧的爱,用教育智慧去呵护学生的心灵,才能焕发学生的生命活力,用教育智慧让你的思想慢慢渗透进孩子的心田里,这里需要班主任和班干部共同的努力,双管齐下,用爱去启迪,用行动和精神去感召,让心理有问题的学生走出困境,扬起风帆,到达梦想的彼岸。

参考文献

- [1] 杨连山. 班主任的100个怎么办. 江苏教育出版社. 2006. 1
- [2] 万玮. 班主任兵法 华东师范大学出版社. 2009. 6