

# 论如何将心理健康教育渗透到小学班主任工作中

王浪

(重庆市南川区北固小学校 重庆 南川 408400)

**【摘要】**小学时期是学生成长发育的关键时期,这个时期学生不仅身体方面会快速成长,心智也会快速发展,因此在小学教育当中,教师不仅要注重学生的智力发展,还应该加强学生的心理健康教育,从而促使学生茁壮成长。文章当中便探索了心理健康教育的重要性,之后分析了将心理健康教育渗透进小学班主任工作中的策略,以助力小学班主任管理工作效率的提升,进而促进小学生健康成长。

**【关键词】**心理健康教育;小学班主任;渗透策略

## 引言

小学时期是学生成长发育的关键时期,对于学生来说,小学是学生接触各种知识最初的场所,学生许多行为习惯、言谈举止都是在小学的时候养成的。在这个时期,学生的心智尚未发展完全,对于外界的事物虽然具备了基础的善恶判断,但是由于判断能力不强,对于外界的认知缺乏,所以小学生很容易受到他人的误导与社会上不良风气的影响,轻则让小学生养成不良的习惯,重则会让小学生畸形成长,走向歧途。从当前我国的犯罪情况来看,青少年犯罪已经成为了司空见惯的事情,犯罪的年龄不断减小,犯罪人数也在不断上升。在这样的情况之下便要求社会与学校、家长要肩负起责任,加强对于学生心理健康方面的教育。而作为与学生接触最多的教师,班主任在学生成长过程中起着重要的作用。文章当中便对于小学班主任工作中渗透心理健康教育的策略进行了研究。

## 一、心理健康教育的重要性

据相关的调查研究显示,小学时期是塑造学生心理的关键时期。在这个阶段,学生的身心快速发展,并且是学生心智发展的关键时期,所以需要有长辈来进行引导,从而走向正确的道路。但是小学时期学生的心智不成熟,家长在教导的时候,对于一些自己难以解释或是解释不了的问题,常常是用“你还小,长大了就明白”这样的话来应付,经常致使学生在错误当中探索,从而影响了学生的正常发育。此时便需要教师来进行辅助,尤其是班主任教师的辅导,学生在学校接受心理健康教育,得到了教师的深切关怀,这对于学生的心理健康发展有着极大的助力。

这些年来,社会快速发展,科学技术深入到了人们生活的方方面面,学生生活的环境变得优越的同时,身心所受到的压力也在成倍增加,学习压力、家长的压力,教师给与的压力、同学之间所产生的压力等,在这些压力的影响之下,没有正确的舒缓方式,学生渐渐容易做出一些极端的行。近十年间,我国发生了多起学生校内重伤教师、自杀、恶意中伤他人等事件,这些事件都给教师们敲响了一个警钟,在教学当中应该重视起学生的心理健康教育,将心理健康教育融入到班主任日常工作当中,在潜移默化之间影响学生,引导学生将自身的压力释放出来,促进学生心理健康成长。

## 二、加强心理健康教育在班主任工作中渗透的方法

### (一)深入了解学生心理需要

想要在班主任工作中渗透心理健康教育,首先教师应该树立起正确的观念,秉承以生为本的教育理念,有针对性的开展心理健康教育,以达到“一针见血”的效果。班主任教师是日常当中与学生相处最多的教师,对于学生的了解较多,但这还不足以支撑教师开展心理健康教育,教师应该更加全面的了解学生的情况,在课下时经常与学生交流,并且定期与学生家长了解学生的校外情况,从而掌握第一手资料,以便自身根据学生的需要来制定相应的心理辅导,凸显心理健康教育在小学班主任工作中的价值。如在课堂教学中,班主任应观察学生,对于学生心理问题进行针对性的指导:以往积极主动回答问题的学生,忽然之间情绪低沉,这时班主任应捕捉信息,在教学中给予学生适当的指

导,在课下以朋友姿态了解学生实际情况。学生年龄小,遇到问题很容易“钻牛角尖”,班主任发现学生与往日不同,就需要借助心理教育知识帮助学生解决心中的疑惑,进而让学生快速走出阴霾。

### (二)在班级管理中渗透心理健康教育内容

素质教育理念背景下,提倡班主任为教学管理的引领者、主导者,尤其是班主任在日常工作中与学生接触时间最多。因此,有必要将心理健康教育融入班级管理工作,进而构建和谐班级。在班级管理工作中,班主任应以心理健康教育为导向,营造和谐、民主、健康的氛围,发挥学生主观能动性,让学生在班级活动中互敬互爱、相互合作,进而使学生形成良好的行为举止。在班级管理活动中,班主任以小组合作模式进行教学,促进学生与学生之间的合作,在合作中观察学生,一方面,关注学生具体表现;另一方面,掌握学生思想动态,根据学生思想动态渗透心理健康教育知识,给予学生全面的指导。例如,学生在合作中与他人形成冲突,班主任不应该随意批评学生,而是要了解事情生成的因素,以心理健康教育为导向,让学生在获取知识的同时,知晓自身问题,进而引领学生向积极、健康的方向发展。

### (三)开设心理教育室

学生是一个个独立的个体,成长过程中所接触的环境、人、事物都会有所不同,所以学生在成长当中难免会受到一些伤害,有些伤害是教师与家长能够知道,还有许多伤害是无形的,只有学生自己知道的。性格开朗的学生可以通过语言或是其他的方式来减缓自己内心的伤痛,但是还有许多学生会将这些伤害埋在心底,不断累积,长此以往,学生受到的负面影响越来越严重,严重便会造成学生精神上的上海。基于此,班主任在教学的过程中可以引导学生将这些埋藏在心底的伤痛释放出来,教师可以开设心理教育室,为学生发泄提供平台,可以是空房间,让学生自由发泄;可以是教师与家长的双重开导;可以是学生较为感兴趣的布置等,通过这样的方式来化解学生心中的阴暗处,进而促进学生心理健康发展。

## 结语

小学时期开展心理健康教育的重要性不言而喻,班主任应该肩负起引导学生心理健康发展的重任,在日常管理工作当中积极引导了解学生的心理诉求,向学生传播正能量,并班级内开设心理教育室,充分缓解学生的压力,降低学生内容的错误观念,培养学生乐观向上的学习态度与生活态度,将不良思想习惯扼杀在摇篮当中。

## 参考文献

- [1]唐辉艳.心理健康教育在小学班主任工作中的渗透[C].广西写作学会教学研究专业委员会.2019年广西写作学会教学研究专业委员会年会论文集汇编.广西写作学会教学研究专业委员会:广西写作学会教学研究专业委员会,2019:60-63.
- [2]蒯丽.探究心理健康教育在小学班主任工作中的渗透[J].课程教育研究,2018(30):195-196.
- [3]王莉,闫佩.心理健康教育在小学班主任工作中的渗透探讨[J].中国校外教育,2017(18):30.