

立德树人下高中班主任开展心理健康教育工作新思考

柴容

四川音乐学院附属中等艺术学校

摘要:对于高中班主任来说,立德树人是最其重要的工作内容之一。通过有效落实立德树人理念,不仅有利于培养学生形成良好的核心素养,还有利于新课程改革有效实施。因此,为让高中生健康学习和成长,班主任可以充分利落立德树人理念,积极开展心理健康教育,解决学生心理问题,促进学生形成良好的行为品德。鉴于此,本文主要对高中班主任开展心理健康教育的重要性和存在的问题进行分析,只为找到立德树人下高中班主任开展心理健康教育工作新对策。

关键词:立德树人;高中;班主任;心理健康教育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2024.05.213

引言

随着社会经济的飞速发展,人们生活水平的提高,对高中生的期望也越来越高。并且随着高考的临近,学生压力逐渐增大,可能使学生产生心理健康问题。而班主任作为高中生接触最多的教师,更加了解学生的实际情况和需求,有利于和学生有效沟通交流。基于此,在立德树人理念下,高中班主任在班级管理和教学过程中,需要积极对学生进行心理健康教育,掌握学生心理最新情况,解决学生生活和学习的压力问题,促使学生健康成长,快乐学习。

一、高中班主任开展心理健康教育的重要性

(一)班主任进行心理健康教育,有利于学生形成良好的行为品德

高中生的身心虽然没有完全发展成熟,但已经逐步形成独立思想和思维。并且高中生的心理具有易变性,很容易受周围环境和事物影响,产生心理健康问题。学生心理健康的情况下,很容易接受和学习其他人的行为习惯,形成乐于助人、尊老爱幼和团结同学的良好习惯。但是如果学生心理健康出现问题,很容易因为不顺心的小事,产生心理压力,学生长期处于压力下可能出现逆反心理,形成不好的行为习惯。基于此,班主任需要重视对学生的心理健康教育,通过合理地引导和鼓励,促使学生处于健康的心理状态^[1]。另外,在实际班级管理过程中,班主任需要重视观察学生的行为和习惯,对学生不良的行为和心理,进行及时的沟通和纠正,从而使学生形成良好的行为品德,为其今后学习和工作奠定良好的素质基础。

(二)班主任进行心理健康教育,有利于学生更好地学习文化知识

相比于中小学生来说,高中生的身心较为成熟,但是在高考压力和生活压力下,学生很容易产生困惑和心

理健康问题。班主任作为高中生在校期间接触最多的人,不仅可以充分了解学生的实际情况,还能与学生家长进行沟通交流,更利于及时解决学生的心理健康问题。因此,在高中高压环境下,班主任需要对学生开展心理健康教育,通过潜移默化地引导和渗透,促使学生心理健康成长。另外,在实际班级管理和课堂中,班主任如果可以及时对学生进行科学的心理疏导,可以使学生积极面对学习压力,调节自己的情绪,从而使学生以积极的心态解决生活和学习中的问题,进一步促进高中生身心健康成长和发展,促使高中生更好地学习文化知识,提高自己的高考成绩。

(三)班主任进行心理健康教育,可以保障学生在校正常学习生活

由于学生之间的成长环境不同,致使学生的学习能力和心理素质存在差异。而高中阶段的学习压力比较大,学生很容易因为一时冲动做错事。并且学生的身心趋于成熟,更加重视其他人的看法和评价,容易由于其他人的评价产生自卑的心理。因此,班主任需要积极对学生进行心理健康教育,缓解学生的心理压力和心理问题,不但有利于学生自我调节,还能使学生长期积压的心理问题得到有效解决,促进学生心理素质和思想品质正向发展^[2]。基于此,班主任在实际班级管理和开展心理教育的过程中,需要注重观察学生实际表现和情绪,给予学生及时的鼓励和关怀,让学生感受到生活充满爱。并与学生多沟通和交流,构建和谐的师生关系,促使学生可以主动说出存在的问题和困难,更利于教师对学生正确的心理健康培养,促使学生可以在校正常的学习和生活,促进学生健康成长和发展。

二、高中班主任开展心理健康教育存在的问题

(一)教学方式和方法缺乏创新

班主任在对学生进行心理教育过程中,教学方式和

方法缺乏创新,不仅难以实现应有的教育效果,还难调整学生的心理状态。并且,一些班主任出现过于“尽职”的情况,对学生除了学习和生活管理之外,还限制学生的政策交友和娱乐,不仅无法激发学生的学习兴趣,还容易使学生出现逆反心理,促使师生关系过于紧张,学生不愿意与班主任沟通和交流^[3]。另外,部分班主任对学生身心发展情况和实际需求不够了解,不知道学生的实际想法,心理教育主要利用惩罚、说教和联系家长等,不仅难以解决学生存在的心理问题,还容易学生和班主任之间的关系紧张。并且,还有一部分班主任没有尊重学生的主体地位,学生没有表达自己想法和意见的机会,导致学生没有自我调整的空间。以上这些情况,都严重影响心理健康教育的质量和效果。

(二)难以有效地平衡角色定位

在对学生进行教育的时候,班主任不仅是班级的管理者,还是学生的心理健康的教育者和引导者。如果教师不能将两种角色有效平衡,不仅影响班级管理的效果,还影响心理健康教育的实施情况,严重抑制学生健康学习和成长^[4]。从以往的班主任实际工作来看,大部分班主任容易忽略心理健康教育的角色,过于重视学生学习成绩的提高以及是否遵守班级纪律,忽视对学生的心理健康的关注,不仅影响高中阶段落实心理健康教育,更影响学生形成健康良好的心理品格。

(三)教学理念和思想比较落后

受传统教育的长期影响,部分班主任的教育理念和思想比较落后。虽然部分高中班主任接受能力和学习能力比较强,但也没有认识到新课改的重要性。对于学生来说,高中是学生学习和成长阶段重要的转折点,对学生今后发展有着深远影响。在高考竞争的压力下,部分班主任和教师仍然采用传统的教学理念和思想,不重视对学生开展心理健康引导,致使学生的心理健康问题得不到及时有效地解决。与此同时,在应试教育的长期影响,学校和家长更加重视学生考试成绩,所以学校和家长给班主任增加压力,导致班主任将心理健康教育的时间让学生的学习文化知识,有效的时间难以解决所有学生的心理问题^[5]。另外,部分教师对学生进行的心理健康教育教育过于流程化和形式化,不仅无法调动学生的学习兴趣 and 积极性,还难以发挥心理健康教育对学生应有的作用。

三、立德树人下高中班主任开展心理健康教育工作新对策

(一)创新教育互动,丰富教学方法

随着信息技术的飞速发展,学生获取知识的资源和

方法也逐渐增多,不仅给学生学习和生活带来便利,更使学生的观念和想法发生改变。因此,在实际对学生进行教育的过程中,教师利用以往的惩罚、说教和找家长的方式,不仅难以解决实际问题,还容易使学生出现逆反心理。所以班主任需要跟随时代发展的脚步,增强自身的管理水平和教学水平,并结合学生的实际情况和需求,创建适合学生心理健康教育方式和方法,激发学生学习的主动性,为学生营造轻松、愉快的学习氛围和交流环境,促进学生和班主任的沟通效果提高,从而使班主任更加了解学生的内心世界,提高心理健康教育的教学效果和教学水平。

例如,在实际开展心理健康教育的过程中,班主任可以让学生成为课堂的“小老师”,不仅可以激发学生的学习兴趣,还能使学生和学生之间实现有效沟通,促使学生可以主动说出自身存在的问题和困惑。班主任可以观察学生课堂的实际情况和表现,然后进行及时地帮助和总结,并鼓励学生说出存在的心理问题和自我调节心理问题的办法,促使学生正确认识心理健康问题,形成积极的心理状态。比如,在实际开展班会的过程中,班主任可以结合学生可能出现的“早恋”创建爱你班会的主题,鼓励和引导学生相互沟通和交流。让学生辩证“早恋是否美好?”然后班主任将班级学生分成小组,然后小组之间针对班会主题进行辩论,班主任观察学生的表现,并对其进行补充和说明,促使学生正确理解“早恋”,通过班主任的引导促进学生正确树立恋爱观念^[6]。另外,结合学生心理状态,班主任可以创建丰富多彩的心理教育活动,不仅可以激发心理健康教育课堂的学习的兴趣和积极性,还能使解决学生的心理问题,促使学生健康成长。总的来说,高中心理健康教育不是传统的批评教育,更不是简单地说教,而是通过班主任科学地引导和鼓励,促使学生自我调节能力增强,让学生健康学习成长,为学生更好地学习和生活打下坚实基础。

(二)加强关爱之心,发现心理问题

在高中阶段,学生与班主任接触最为频繁和密切,虽然部分班主任在班级管理中秉持严厉的原则,但是学生在遇到问题时,也多会与班主任沟通和交流,所以班主任对学生健康成长和学习都有着积极的促进作用。因此,在实际班级管理和心理健康教育过程中,教师需要观察学生的表现和心理状态,结合学生的日常表现,分析学生的心理状态,从而真正了解和掌握学生实际心理情况。班主任根据学生实际的心理问题,进行合理地引导和帮助,及时解决学生存在的心理问题,从而使学

生的压力降低。如果班主任和学生沟通之后,学生仍然存在严重的心理问题,这时候班主任可以带领学生进行专业的心理治疗,并和学生家长沟通,通过家长和学校共同努力,及时帮助学生解决心理问题,防止相关问题累积,导致学生心理压力过大,从而使学生出现不良行为,影响学生身心健康成长。班主任在实际开展心理健康教育的过程中,需要公平、工作对待所学生,了解学生的真实想法,进行有针对性的关心和关爱,从而使学生的心理问题得到及时有效地解决。除此之外,在实际班级管理过程中,班主任需要放宽心态,为学生创建轻松、愉快的班级氛围,不仅有利于学生学习和生活,还能有效拉近和学生之间的距离,形成良好的师生关系,获得学生的信任和尊重^[7]。另外,在实际进行心理教育过程中,班主任需要尊重学生的隐私和个性化差异,并综合考虑学生的心理特点,尽量不要在公开场合对学生进行心理辅导,更不能辱骂和打击学生。班主任还需要坚持换位思考的原则,以为学生的角度思考,深入了解学生出现错误的原因,然后和学生进行沟通家里,并引导和鼓励学生改正错误、认识错误,不仅可以让学生学会反思,规范自己的行为,还能促进学生健康学习和成长。

(三)更新教育理念,平衡角色定位

对于班主任来说,不仅需要进行班级管理,还需要对学生进行心理健康教育。因此,在实际落实工作过程中,班主任应明确自身的角色定位,发挥引导者的作用,促使班级心理健康教育和管理效果得到进一步提高。并且,在新课程改革背景下,班主任需要积极改变以往的教学理念,以学生的学习和发展需求为依据,实施适合学生的班级管理方法和班级管理制度,开展多样化的心理健康教育活动,促使学生形成良好的行为习惯的基础上,还能形成良好的心理素质,促进学生健康成长。基于此,班主任需要不断学习心理健康教育和班级管理相关的理论知识,通过学校组织的培训活动和外出学习机会,促使自身心理健康教育方面的专业知识和专业素养不断提高,以有效落实高中心理健康教育,促进心理健康教育的水平和教育质量提高。与此同时,班主任需要改变传统的教育理念和思想,充分认识心理健康教育的重要性。高中院校也需要重视心理健康教育的宣传工作,让班主任重视心理健康教育,从而使班主任的教育理念真正改变,了解心理健康教育对高中健康发展和学习成绩提高的重要性^[8]。另外,在实际心理健康教育过程中,班主任需要平衡好心理辅导者和班级管理者的角色,对于高中生而言,班主任是接触和沟通最多的

教师,所以班主任有更多时间和机会观察学生的实际心理状态,所以班主任可以定期对学生进行心理健康调动,以了解学生的最新情况。班主任也可以与学生家长密切沟通合作,让学生家长重视学生的心理健康教育,及时和家长沟通学生的情况,让家长了解学生在校情况,对学生进行合理地引导和关心。同时,班主任也可以多与班干部进行沟通和交流,听取班干部的反馈,了解班级学生的真实情况,然后结合学生的需求,给予对应的学生重点关注,并开展适合的心理健康教育,通过这种教育方式,促进班级所有学生都可以健康、快乐地学习和成长。

结语

综上所述,随着新课程改革的深入,班主任需要结合学生实际情况,进行科学化、合理化的班级管理,以促进学生形成良好的行为习惯。并且,班主任需要观察学生实际表现,给予学生适当的关怀,促使学生可以健康学习和生活。同时,对于高中生来说,有效的心理健康教育非常重要,在实际对学生进行心理健康教育的过程中,班主任可以通过增加和学生沟通,改变传统的教学方式和教学理念等方式,突出学生的主体地位,改变以往心理健康教育过程中存在的问题,从而使高中生可以利用积极的心态解决生活和学习中的问题,促进学生心理健康发展。

参考文献

- [1] 晋海青.加强学生心理健康教育,促进高中班主任德育工作开展[J].学周刊,2020(04):175.
 - [2] 袁怀进,彭玉安.学生心理健康教育在高中班级管理中的作用[J].高考,2021(27):121-122.
 - [3] 吴朝霞.高中班主任开展学生心理健康教育的现状调查与对策研究[J].生活教育,2019(05):52-55.
 - [4] 李亨.心理健康教育在高中班主任管理中的运用[J].中学课程辅导(教师通讯),2021(17):93-94.
 - [5] 赵才,王美玲.新课改背景下高中班主任开展学生心理健康教育策略研究[J].教书育人,2021(19):42-43.
 - [6] 魏毅道.加强学生心理健康教育,促进高中班主任德育工作开展[J].高考,2020(13):131.
 - [7] 周云霞.浅谈高中班主任心理健康教育的有效策略[J].新课程导学,2020(32):63-64.
 - [8] 王发春.高中班主任工作中心理健康教育的有效融入[J].新课程,2020(42):226.
- 作者简介:柴容(1985年5月-),本科,讲师,高中英语教学及班主任管理。