

班主任工作中对中小学生的心理健康教育应用研究

汤爱芳

(河北省魏县教师进修学校 河北 邯郸 056800)

[摘要]随着教育的不断改革,心理健康教育也在中小学课程中得到重视。正确地指导中小学生的心理健康教育,为的是学生以后的良好发展。班主任是与学生接触最多的老师,班主任在日常工作中,不断引进关于心理健康的活动,以及潜移默化的教育方式,提升中小学生的综合素质。这样才会把心理健康教育与班主任的工作有效地进行融合与渗透运用,以此来促进中小学生的身心健康发展。

[关键词]班主任; 工作; 心理健康教育

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.893

一、中小学班主任的工作中加强心理健康教育的重要性

(一) 利于中小学生以后的个人发展

目前教育中的教育理念、教育任务、教育目标都发生了变化,教师的主要工作不再只是简单的知识教学,学生的全面发展教育也是教师的教学任务与目标。作为班级中的班主任,是与学生交流沟通最多的教师,一定要贯彻心理健康教育,关注学生的心理健康。学生有一个良好的心理状态,才会对学习和生活有着美好的期许,对各种事情的承受能力也会随之提高。心理健康教育在中小学教育中是极为重要的,班主任应当重视学生不同时期的心理状态。班主任做好了对学生的心理健康教育以后,会促进学生健康的心理成长,学生也会因此感受到更多的快乐。

(二) 符合素质教育的教学理念

心理健康教育属于素质教育的内容之一,中小学教师应该一直通过不同的形式加强对学生的心理健康教育。素质教育旨在对学生的全面发展,保证中小学学生的身心健康发展。生活中与学习中都有能够激起学生消极情绪的事情,如果班主任可以将积极的心理学运用到对学生的心理健康教育中,也符合当前素质教育的目的和任务,培养学生的积极心态,促进其个人的全面发展。

二、在中小学班主任的教学工作中的心理健康教育应用措施

(一) 提升班主任的心理健康素养

中小学阶段的学习任务繁复,班主任平时会处理很多的事情,自己学科的教学任务,进行班级的团队活动,班级管理事物等。而班主任长期处于这种琐碎的工作中,自己也会感到很疲惫,也会有各种不良情绪涌现出来。这就要求班主任必须自己私下通过学习不同的专业心理健康知识,以此提高自己的心理健康专业素养,从知识理论中先自行实践,得出一些较为有用的方式,这样才能在学生的心理健康教育中进行较为专业的疏导。班主任与学生每天都在打交道,渐渐地班主任在学生心目中的地位高于其他教师,或者更加特殊,所以班主任需要不时地根据当下的心理健康理论,更新以及优化自己的心理素质,做好心理调节。一个优秀的班主任是可以做到一个示范作用的,并且通过其自身的影响,可以感染学生。班主任的专业心理素质可以启迪学生进行自我调节,或者根据外部条件进行塑造。倘若班主任的心理健康素养不高,学生很难信服,想要让学生完全靠其自身的力量去调节消极情绪,并自己做好心理健全,这一切都是很困难的,这样心理健康教育也没有办法达到很好的效果。提升班主任自身的心理健康教育专业素养刻不容缓。

(二) 通过班主任的心理健康教育,启发学生的求知欲望

中小学阶段的学生对于所有事物的求知欲是很高的,对所有未知的一切都是很感兴趣的,这是他们与生俱来的潜能。积极向上的心理状态其实也可以在通过学习其他学科知识的过程中形成,也会有更好的利用以及提高,并且学习也可以培养学生的各种能力。只有学生自己主动认识并且接受,才能促进其自身的意识发展,在学习中也可以提高心理健康的水平。心理健康是一个漫长的过程,也像知识一样需要不断学习,不断在实际中实践。中小学阶段的学生,已经

不再是孩童,所以在思想上,也是可以独立思考的人了,比孩童时期的思想更加具体和符合实际,此时的他们对于未知事物有着探索的欲望,所以教师应当抓住学生的好奇心理,进行心理健康教育,让学生不把学习当作是任务来完成,而是应该告知学生把学习转化为一种较为轻松的活动。

(三) 彼此之间尊重,增强学生的自信心

班主任作为一个班级中的管理者,就应当承担起领导以及团结学生的组织任务,是学校落实心理健康教育的主要力量。学校中实施的心理健康教育一定要在尊重学生、理解学生以及信任学生的基础上,不要直接判断以及当面说出学生出现的不好思想以及不好的行为问题,班主任应该隐晦地利用其他事情与学生沟通,或者引导学生自己去发掘自己的问题,并且指导学生如何解决当前出现的问题,一同帮助学生克服困难,减少迷失状态并且对生活和学习充满希望。采取较为积极的心理学对学生进行疏导,如果班主任可以做到与学生以朋友的方式来相处,平时无论是在生活中还是学习中,多鼓励学生,多夸赞学生,以此增加学生的自信心,并且与学生之间的信任桥梁也会很稳固。这会在极大程度上减少了班主任对学生疏导沟通的阻力,可以促使学生主动理解并且接受老师的心理健康辅导教育。

(四) 设计丰富的教学活动

中小学阶段的学生对一切事物都还存在很多的好奇心,如果在学校的教学活动中,设计一些形式多样的活动,并且将心理健康教育引进其中,学生可以有身临其境的感受,并且接受起来也会很容易。在不同的活动中,学生的品质也会随之形成。关注学生学习的同时,也要多重视学生的创造性与好奇心,这样会更加利于学生的个性发展,从而促使学生的身心健康发展。班主任通过平时的观察,收集学生的兴趣爱好,根据学生的喜好制定一些有趣的活动。比如可以举办一些主题班会,让会才艺的学生自行报名表演,这样学生的自信心会得到提升,也会在活动中得到满足感。根据实际教学内容,可以以时事热点为主题,举办一个辩论赛,让学生组成正反两方。在学生准备阶段中,班主任可以进行指导,如何进行观点的提炼,如何在辩论赛中抓住重点对对方的观点进行反驳等。在这样一个活动中,学生的创造力得到了激发,并且也会体验到成功和失败的感受,这样可以更好地树立学生之间的信心,活动结束后,班主任一定要让学生正确看待输赢。

三、结语

重视中小学阶段的心理健康教育,会提高人才的竞争力,是培养社会人才的重要环节,一定要将心理健康教育落实到班主任日常工作去,学校与教师共同努力,促进学生的全面发展,帮助学生树立积极乐观的心理状态。

参考文献

- [1] 袁阿潭. 班主任做好学生心育工作的几点建议[J]. 中小学心理健康教育, 2020(31): 75-76.
- [2] 满国霞. 心理健康教育在中小学班主任工作中的应用简析[J]. 中国校外教育, 2020(16): 30-31.
- [3] 王家伦. 积极心理学在中小学班主任心理健康教育中的应用[J]. 家长, 2019(33): 38-39.