

# 小学班主任开展心理健康教育的对策

牛梦凡

(舒兰市吉舒街中心小学 吉林 舒兰 132600)

**[摘要]** 学生能否以积极的心态面对学习与日常生活,学生的心理健康是重要前提。青少年正处于身心发展的重要时期,社会各界都集中关注青少年心理健康教育问题。班主任作为学生日常生活学习的主要负责人,所肩负的使命就是促进学生健康快乐成长。目前,小学班主任可以在完成自己基本教学任务的同时,要对学生心理方面出现的问题及时加以引导,帮助他们形成一个健康良好的心态以面对未来生活中可能出现的各种问题。

**[关键词]** 小学;班主任;心理健康教育

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.06.1122

班主任不仅肩负着督促学生认真学习任务,还在学生日常生活中扮演着重要角色,特别是对一些身心发育不够成熟的小学生来说,班主任的引导能够促进其身心健康发展,因此必须要重视对学生的心理健康教育,结合新课改提出的新任务与要求,推陈出新,尝试采用更科学的方法加强对心理健康的教育,发挥心理健康教育的重要作用。

## 一、小学班主任开展心理健康教育的有效对策

### (一) 增强责任意识

长时间以来,多数师生都认为培养责任意识主要体现在外在规范性,具体体现在责任制度、道德内涵,但众多实践表明,这种规范性并没有实质作用,只有落实到人的意识层面才能完全发挥其作用。基于此,班主任在开展心理健康教育活动时,要将责任分配到每个学生身上,给予学生充足的时间与空间。例如,在班级竞选班长职位时,班主任可以通过民主选举的方式选择,让学生自己投票选择班长人选,通过让学生自己选择,并积极引导学生配合选择结果,对选择行为负责,在日后班级管理活动中,要服从班长的管理,这同样也是对自己的行为负责。学生之间也难免会产生一些矛盾,教师对此也要积极引导,让学生认识到自己的行为与应承担的责任,注重选择自己的行为,确保自己选择的行为不会影响他人的合理需求,这样的行为选择才是正确的。此外,在平时的学习生活中,教师要积极引导学生在产生某个愿望时,要懂得针对愿望做出一系列计划,并能够坚持依照自己的计划去实现愿望,通过这种方法让学生懂得该如何合理控制自己的生活与言行。

### (二) 培养学生自信心

如果用传统理念来定义教育,其实就是为了获取丰富的知识,但经过一系列实践探索之后,发现这种定义已经过时了。如果能够以责任为基础来开展教学活动,除了可以让学生感受到学习的乐趣,还能对一些基础薄弱的学生创造成功的机会,激发学生的学习兴趣和提高学生的自信心,对此,教师应当凸显出学生的主体地位,让学生拥有自由选择的权利。例如,大多数老师都遇到过完不成作业的学生,对于这种情况,很多教师会采取批评教育的方式,想给学生一个警告,让学生下次不要犯这样的错误。但这种教育方法一般并没有很好的效果,甚至会让一些学生更排斥课外作业。对此,班主任应该突破传统教育方式理念,采用更加适合学生的教育方法,对没完成作业的学生,首先采取友好沟通的方式,了解未完成作业的原因,并适当减少作业量,告诉学生只要按时完成作业,就不会增加作业

量,这种方式有利于调动学生的积极性,也能够锻炼学生的自控力,提高学生的参与感与获得感。

### (三) 构建良好的师生关系

每个人在做出一些决定时,很容易受到外界因素的干扰,但这些因素并没有实质性的决定作用,能够影响的决定性因素在于人的内心。比如,在与外界交往的过程中,别人带来的信息不会影响人们的言行举止,如果给这些信息加工,加工出来的成品才会产生真正的作用。同理,在教育中道理也是一样,班主任在日常班级工作管理中,盲目采取措施,不但不会达到预期效果,还会让学生产生抵制心理,不仅不利于教师对班级的管理,还可能产生阻碍作用。正确的做法应当是善于采用鼓励、倾听和支持等内部控制方法让学生充分感受到老师的关怀,从而增进师生关系,优化心理健康教育成果,促进学生全面发展。

### (四) 优化家庭心理健康教育

只靠班主任开展心理健康教育活动是很难获得理想效果的,所以家长也要发挥自己的作用,班主任要积极与学生家长沟通交流,家长也要积极配合,努力为孩子营造和睦民主的家庭氛围,要充分尊重学生的意愿,积极鼓励孩子要与其他小伙伴交往互动,避免孩子因为家庭的束缚产生自卑心理。家长要特别注意不要随意打骂孩子,也不能过分宠爱孩子,要结合孩子自身的情况,用正确的方式方法引导孩子,提升孩子综合素养与自信心。

## 二、结语

综上所述,在日常心理健康教育培养活动中,班主任应正确认识到加强心理健康教育的重要性,有利于促进学生的身心健康发展,对学生以后的学习生活有着促进作用,因此,班主任要发挥自己的作用,针对不同学生不同阶段的发展特点进行分析,还要重视学生之间的差异性,坚持用以生为本的理念整合现有资源,优化心理健康教育方法,促进学生的身心健康发展。

## 参考文献

- [1] 王玉梅,冯雨春.浅谈小学班主任教育工作中的心理健康教育[J].课程教育研究,2015(4).
- [2] 张花.新形势下小学班主任教育工作中的心理健康教育研究[J].科普童话,2017(10):26.
- [3] 黄庆玲.新形势下小学班主任教育工作中的心理健康教育[J].教育观察(上旬),2019,8(4):117