

中学教师如何做好问题学生的心理健康教育

李国安

(湖北省老河口市薛集中学 湖北 老河口 441808)

[摘要]健康的心理塑造是确保中学生健康生活和学习的基础。由于中学生不仅要面临学业的压力,而且还要面对与家人、朋友、同学以及教师之间构建良好关系的压力。所以,学生不管是在生活还是学习过程中都可能出现一定的心理问题。作为中学教师来说,应该根据中学生学习和成长的实际情况,对学生进行具有针对性的心理健康教育,为学生营造健康快乐的学习和成长环境。

[关键词]心理健康教育;班级管理;有效应用

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2019.12.024

1、全面了解学生,帮助学生进行心理问题的辅导

教师在开展班级日常管理工作中,应该放下自己的姿态通过与学生平等的交流和沟通,了解和掌握每个学生的实际情况。由于导致学生产生心理问题的原因很多,既有来自家庭、朋友方面的原因,也有来自学校的原因,所以教师应该在全面了解的基础上,帮助和引导学生,才能将心理与教育的合力作用充分发挥出来。假如发现学生因为家庭原因影响学生在校的学习时,教师应该及时与其他教师就学生的心理问题进行交流沟通,然后通过家访的形式掌握学生的具体情况,并以此为基础制定具有针对性的方法,帮助学生缓解心理压力,以便于学生可以开心健康的投入到学习中。

2、心理健康教育营造校园氛围

教师在开展中学生心理健康教育工作时,应该突破班级的范围,在全校范围内宣传和推广心理健康教育。随着近年来校园暴力事件的频繁发生,未成年人犯罪事件已经引起了社会各界的高度关注,针对中学生心理健康教育更是刻不容缓。通过对中学生开展心理健康教育,不仅有助于帮助学生塑造个性化的健康人格,而且为我国教育事业的发展奠定了良好的基础。学校是除了学生家庭以往生活、学习时间最长的场所。中学生教师在开展班级管理工作时,应该根据中学生身心成长的特点,为学生营造积极健康的学习氛围,然后通过对学生群体的引导和鼓励,促进学生心理素质的有效提升,使学生在接触心理健康知识的过程中不断的成长和进步。比如,教师可以向学校领导请示,定期组织学生开展心理健康主题讲座或者在学校展示栏中设置心理健康科普知识栏目等方式,邀请学生共同参与心理健康教育活动内容的设计,激发学生参加心理健康教育的积极性和主动性。教师在开展校园心理健康教育知识讲座时,应该通过校园官网发布或收集与中学生心理健康教育主题活动相关的内容,呼吁和引导学生利用自己的课余时间查阅自己感兴趣的心理健康教育资料,并将其提交给教师,然后由教师从学生提交的资料中选出符合心理健康教育主题活动的资料和素材,为心理健康教育讲座的开展做好准备。此外,教师还可以安排学生作为心理健康教育知识的演讲者,向其他学生讲解心理健康的知识,要求学生在同龄人的宣讲和引导下,提高自己的心理健康知识,为校园心理健康教育工作的开展营造良好的环境。

3、树立班级示范榜样

如果仅仅依靠教师一个人的话,那么必然无法在班级管理工作中做到面面俱到,而班主任作为教师最得力的助手,可以帮助教师共同管理班级。因此,教师必须充分重视班干部的选拔和任用,优秀的班干部不但可以协助教师管理好班级的学生,而且起到了示范榜样的作用,为学生良好思想道德与综合素质的形成奠定了坚实的基础。教师在选拔班干部时,应该充分考虑中学生的个人品行、性格以及能力高等各方面因素,在班干部选拔任用后,教师应该通过定期开展班干部学习和指导的方式,要求班干部充分发挥自身在班级管理中的职责,同时密切关注学生日常学习和生活中存在的心理问题,帮助和鼓励学生走出心理障碍,使其可以更好的投入到学习中,健康快乐的成长和发展。

4、开展班级活动,创造活跃的班级氛围

教师在日常教学过程中除了需要保持教学的严谨性,还应通过开展内容丰富多彩的班级活动的方式,加强与学生之间的交流和沟通,才能为学生营造轻松愉悦的学习环境。中学教师在班级管理工作中,应该将心理健康的知识引入到班级管理工作中,确保学生始终保持健康的心理状态。通过开展集体性活动的方式,关注学生的成长和发展,在学生紧张时,适时的与学生进行交流帮助学生舒缓自己内心的压力和苦恼,使学生健康快乐的成长,才能保证班级管理 with 心理健康教育目标的顺利实现。

5、通过线上教育进行心理教育

科学技术的迅速发展为新媒体技术在学校教育中的推广和普及提供了新的契机。中心教师应该充分利用新媒体教学工具,与学生进行深度的交流和沟通。比如,QQ群、微信、微博等在中学班级管理中的应用。所以,中学教师在运用心理健康教育开展班级管理工作时,应该通过开展线上心理教育的方式,维护学生的心理健康。由于中学生大多喜欢在朋友圈发泄自己的情绪或表达自己的观点,针对这一情况教师应该合理运用新媒体技术关注学生学习、生活的动态,观察学生的心理变化,然后通过与学生之间进行交流沟通的方式,引导学生的心理发展,确保学生能够在保持热情的情况下,愉快的投入到学习中。

6、通过“家校”共育进行心理健康教育

父母是影响学生行为表现与心理表现最重要的群体。由于心理健康教育工作是一项漫长而间距的工作,如果仅仅依靠教师群体,这一工作显然无法顺利完成。家长作为学生家庭生活的教育者,也应该承担相应的教育责任。由于家庭环境、家长教育观念等因素对于学生心理健康有着决定性的影响。所以,教师在开展中学生心理健康教育工作时,必须与家长共同打造完整的中学生心理健康教育环境,为学生营造积极快乐的家庭和学校学习环境。比如,教师可以通过组织家长来学校参观的方式,参加学校组织的中学生心理健康教育活动,帮助家长树立重视孩子身心健康教育的意识,通过定期家访、实地考察等方式深入的了解和分析家长与学生相处的模式以及家长的教育理念。并以此为基础针对家长在学生心理健康教育方面存在的问题,进行相应的指导和帮助,改变家长落后的心理教育理念,确保学生始终在健康正确的道路上发展和成长。

结束语

总之,中学教师在开展中学生心理健康教育工作时,必须严格的按照以学生为本的理念和原则,从学生的心理需求出发,为学生营造良好的学校和家庭心理健康教育环境,鼓励学生正确的面对合格排解个人负面情绪,促进学生综合素质与能力的全面提升。

参考文献

- [1]陈凯,刘慧.初中生心理健康教育工作探索与实践[J].决策探索(下),2020,10:73-74.
- [2]夏林.中学生心理健康教育教学问题的对策研究[J].牡丹江教育学院学报,2020,08:58-61.
- [3]黄琛.教师心理素质与初中学生心理健康教育探讨[C].教育部基础教育课程改革研究中心,2020:112.