

小学班主任教育工作中如何进行心理健康教育

陈建婷

(广东省湛江市坡头区第一小学 广东 湛江 524057)

【摘要】在竞争的年代,学生不仅需要好好学习更需要健康成长。可现在随着社会飞速的发展,很多家长也更加注重学生的心理健康状态。特别是对于小学生来说,传播心理健康有关的知识显得尤其重要。而对于小学生心理健康来说,班主任无论是在时间上还是情感上都起到了很大的优势,同时班主任管理整个班的学生,心理健康也不容忽视。

【关键词】小学班主任;教育工作;心理健康

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.03.786

引言

现在学生接触到各种来自外界的信息,身心仍然不够成熟,也不能很好辨别信息的好坏,当遇到不管是好的还是坏的信息都是照单全收,所以很容易被一些信息所影响。为了让学生能够健康成长,作为班主任在日常生活中要更加注重学生的心理健康,传播有关心理健康的知识,引导学生健康发展。

一、班主任要制造一个良好的学习环境

很多小学生可能刚进入校园,还会有点害怕与人交流,特别是一些性格本身就内向的学生。这时候如果班主任不耐心疏导学生的心理问题,可能小学生会造成厌学或者害怕学习的现象。而学校为了小学生能够好好学习,同样会提出一系列的规章制度来约束学生的行为,导致学生不自由,更可能会造成学生过分的依赖思想和绝对服从规章制度,从而影响学生的心理健康。这时候,班主任管理班级学生工作起到十分重要的作用,班主任需要透彻理解如今的教育理念,建立师生平等关系的局面,同时尽可能的关注小学生的心理健康状况,用平和的心态对待学生的每一次错误,鼓励学生去尝试新的事物,用赞扬的语气对待每一个学生,从而使学生有一个积极良好的心理素质。例如班主任可以与其他老师沟通在上课时,尽量关注到每个学生的情绪,对待那些成绩不好的学生,要耐心等待,用柔和的态度改正学生的坏习惯。班主任也需要给自己的学生加油鼓劲,用真诚待人,尽可能照顾到每一个学生^[1]。

二、班主任鼓励学生交流,促进友谊增长

和谐良好的人际关系更有利于班级的互动。因此班主任需要真诚的爱护每一位学生,体谅每一位学生。很多小学生天性内向,在家里就不愿放开自己,也不敢与其他人主动交流,容易产生自卑现象,从而出现死循环。所以这时候老师就应该格外注意这些学生,做法并不是主动地直接在班上宣扬大家要与他做朋友,而应该先私下与这位同学交流,了解到同学最真实的心理状态,鼓励学生有想要开口和大家说话的欲望。形成良好的人际关系不仅给班级营造了良好的学习氛围,同时促进同学的情感关系,进而师生的关系也会得到缓和。而班主任不仅仅只是关注学生的心理状态,他还需要用正确的价值观去引导学生如何处理好人际关系,指导学习沟通和交流的方法,促进学生的身心健康,让学生都能接纳自己、欣赏自己。例如班主任可以组织一些集体活动,有利于学生情商的发展,在活动培育他们的团队意识。合作意识,同时在不知不觉中促进了情感升温,形成良好的人际关系。班主任也可以开展互帮互助小组,例如让一个擅长数学的却不擅长语文的学生和一个数学不那么优异但擅长语文的学生形成一个小队,两人互帮互助,各取所长,这样相处的机会也会逐渐变得多起来,有利于建立稳固的友谊^[2]。班主任也可以向学生传授有关维持人际关系的方法,例如可以在一个空闲的下午和学生讲寓言故事,从而向学生传播有关心理健康的知识,让学生在不仅学到知识,而且利于身心发展^[3]。例如告诉学生首先应该以诚相待,而且需要有大事化小,小事化了的心态,通过这些学生也能在建立友谊的同时保持心理健康。最重要的一点是要学会微笑,营造友

好的局面。

三、建立学校和家庭心理健康教育的桥梁

对于学生的心理健康教育来说,仅仅只靠班主任一己之力是不可能的,所以必须先和学校沟通开展一些心理教育的活动,同时主动争取家长的配合,并经常和家长交流。随着科技的快速发展,生活也变得更加便捷,交流也更加方便。所以班主任可以与本班学生的家长建立一个群聊,每天可以在群里发布孩子的状况,及时了解最新的情报^[4]。而班主任开展家长会也是非常重要的一点,它可以面对面的和家长交流,表达各自内心最真实的想法,同时也可以分享经验。每个家长对待孩子的看法以及每个学生的性格不同,往往这样分享的经验会给家长带来共鸣,这样的效果有时反而会超过班主任的管理全班带来的效果。

四、班主任建立心理咨询室和开展心理活动

和以往的教育不同,心理咨询室容易让学生打开心扉,而不是传统的开座谈会一样,那样反而对于帮助学生拥有积极健康的心态作用不大。所以为了给积极健康的生活环境,班主任就可以联合其他老师可以开展心理咨询室,学生可以向老师讲述自己的秘密,或者只是单纯的找老师聊天。这样有了先辈的指导也容易走出困境,炼成强大的心理防御能力。有些学生喜欢单独的和他人倾诉心事,而这样的一个心理咨询室就提供了这样的平台。心理咨询中心的建立,可以为学校树立良好的校风和学风。同时班主任也可以开展心理健康课程,专门和学生传授心理知识,也可以开展一些心理健康讲座,在讲座的同时为了检测学生的了解心理有关的情况也可以采用有奖竞答的方式,这样不仅能收获知识,还能从中获得益处。班主任也可以加强心理疏导,实施分类干预,这样有针对性的对某个问题提出解决方案会使问题更加容易。

五、结束语

小学是刚进入校园,对于学生以后的发展起着重要作用,学生在这期间不仅仅是学到知识,还需要有积极的心态,在面对困难时也就不会那么害怕了。因此,班主任,应该积极发挥在心理健康教育方面的作用。学生只有在心理健康的基础上,才不会以后出社会后成为一个遭人唾弃的公民。所以不论是营造民主的氛围还是鼓励学生交流,还是以开家长会的方式来监督学生的心理状况,或者说开展相关心理活动知识都可以帮助学生的心理健康的成长。所以班主任也应承担起责任,在帮助小学生快乐学习的同时,也为社会做出一份贡献。

参考文献

- [1]胡靖.心理健康教育在小学班主任工作中的渗透对策[J].求知导刊,2020,000(011):91-92.
- [2]李登秀.小学班主任工作中开展心理健康教育的方法[J].学周刊A版,2020,009(009):163-164.
- [3]王宽兰.心理健康教育在小学班主任工作中的渗透[J].散文百家·国学教育,2020,000(001):195.
- [4]肖婷.小学班主任工作中的心理健康教育探讨[J].课堂内外:教师版(初等教育),2020(2):149-149.