

用心交流 共寻幸福

李雨虹

(富锦市第一中学 黑龙江 富锦 156100)

[摘要]16岁的花季,17岁的雨季,同样的天空,也有不同的心情。高一同学正“恰同学少年”出于心理上的脱离,父母的心理断乳期。高一伊始,恰是师生关系、生生关系、亲子关系较为敏感的时期。要处理好各种关系,了解学生,就要做到从心理特征,身体特征多方面入手,才能构建和谐关系,共同寻找师生幸福。

[关键词]用心交流;共寻幸福

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.676

一、于观察中寻找典型案例

9月,新生报到的日子。我尽管从教十多年,但心情仍旧忐忑。看着一张张略显稚嫩的脸庞,我知道“战争”的序幕又一次拉来了。师生双方从军训开始就进入试探,过界,再试探,再过界的循环战斗之中。

在近一个月的观察中,大致发现以下几种典型学生:

案例一:同学冯某某,每次同学们集体活动都“溜边”,每次学生大笑,他总是偷偷撇嘴,微挑眼眉一副不屑的样子。休息时总是自己坐在不远不近的地方。偶尔会和离他较近的学生,小声嘀咕什么或自言自语。

案例二:同学林某在发新教材时是很兴奋,积极主动翻新书,做笔记,甚至买相应的练习册到班级提前做……但两天之后,就看他看着课本和练习册发呆,频频开关文具和工具书。在开学摸底考试时,身体前倾坐在椅子前缘,额头微微冒汗,看一眼试卷就叹口气……

二、从“心”开始,追根溯源

学生心理特征是行为的支配者。根据学生行为,判断此年龄段学生的心理特征,更有利于从“心”开始,做到有的放矢、事半功倍。

案例一中同学冯某某存在“不合群”现状。这种现状的原因有些复杂,经查大致有以下几种情况。

1、天生“高冷”,这样的孩子往往喜欢独处,也享受独处。在独处中觉得心里负担小,怡然自得。往往这样的孩子内心是孤傲的。

2、智商高,不屑与“短衣帮”为伍,曲高和寡。这类孩子思想成熟,想的做的与普通孩子不一样,一般人难以理解,也就难以进入他的社交范围,略显寂寞,正如“天才总是寂寞的”。

3、后天形成,有些自卑,不会与人交流。这类孩子由于小时引导不当或家庭环境造成与少与人交流或有些“社交困难症”,因此,在新环境中,不能很好的融入集体。

4、……

鉴于以上几种情况,我小心求证与家长和原来老师同学沟通后,判断同学冯某某主要属于第三种情况。

案例二中学生明显产生了新学期“心理焦虑”。产生的原因:

(1) 错误理解高中学习,学习中多次失败的体验;高中的学习与初中相比深度和难度都比初中跨度大、维度广,特别体现在数学、物理、历史学科需要更多地学习思维能力。很多学生都是上课“一听就会”课后作业“一做就蒙”,考试“全白费”,缺少对知识的深化理解和知识迁移。又增加了地理、生物等学科,学生无法把握所有学科,合理规划时间,无法获得学习的成功体验。

(2) 家长过高的期望,很多家长不能接受孩子是平常的孩子,过分攀比。认为自己的孩子可以更加优秀,不能接受高中孩子的学习成绩变化,致使强加在孩子身上的太多,致使孩子焦虑。

(3) 个人过分地争强好胜,不能忍受自己比别人差。能考到重点中学的学生,很多从小学开始就是班级的佼佼者,是老师眼里的“红人”,家长的骄傲。在初入高中突然发现,自己并不是最好的一个,“失宠”导致严重的心理落差。(4) 先天原因或家族影响,某些人具有容易诱发焦虑反应的人格基础。

三、联合多方面力量,共寻解决的途径

高一初升高后的第一衔接时期,是高中生活的开始。

“良好的开端是成功的一半”,高一学生的心理状态直接影响学生在高中三年的学习状态和效果,面对大多数同学在调整和过渡中可能出现的环境问题,作为教者应及时预防可能出现的心理问题,及时解决已出现的心理问题。为此我尝试了以下方法:

(一) 强化学习关于心理的理论知识,于实践中尝试应用

站在巨人的肩膀上可以看的更高。心理学研究由来已久,许多心理问题的案例都能从以往的研究中找到熟悉的身影。这位我们进行学生心理问题的方向提供了理论依据。作为常年与学生打交道的教者,我们更应该先从理论上武装自己,熟读、熟悉心理学相关知识。

(二) 从学校、家庭、学生多方面寻求解决途径。

1、学生层面:

(1) 从思想上引导学生提升适应环境的能力。

在新生入学阶段,要帮助学生树立正确的价值观,尽快消除对新环境的陌生感,主动适应新高中生活、学习环境,确立起一个现实的、符合自己的实际能力和已有水平的期望目标。

(2) 在生活方面,摆脱心理依赖,引导他们独立解决生活中碰到的各种实际问题,家长与教师从旁协助,进行具体的指导,帮助其养成良好的生活习惯,提高生活自理能力和环境的适应能力,克服对新环境的恐惧,避免因恐惧而产生的不良情绪。

(3) 引导学生认识自己个性的问题,主动参与班集体活动,提高人际交往中的成就感。要积累处理问题的方法,主动与人交往,参加集体活动,虚心学习与不同人交往的方式学会沟通与化解一般矛盾。

2、班级层面

(1) 加速班集体建设,营造和谐的班级氛围,增强学生的荣誉感和归属感。新生入学后,增加团队合作为主要内容的主题班会和各类文体活动等,使学生在活动中找到存在感和集体荣誉感,能促使学生尽快适应新环境,感受到集体生活的乐趣,快速融入环境。

(2) 加强学习方法的指导,减轻学生在学习上的压力。要注重加强对学生学习方法的指导,提高学生的学习适应能力。创设轻松愉快的教学情境,激发和培养学生的学习兴趣。要引导学生学会合理利用时间,提高学习效率,对高中学习与生活中可能遇到的困难有一定的心理准备打好“预防针”,减轻学生的焦虑情绪,增强战胜困难的信心。

3. 家庭层面

要建立和谐的家校联系途径并探索有效的联系模式。经常沟通是基础,了解学生在学习生活和心理表现,以便正确把握学生的个性心理特征,寻找分析学生成长中存在的问题及原因,共商对策,及时解决。正确引导焦虑家长正确看待、对待孩子成绩波动、合理处理早恋倾向等问题。

“冰冻三尺非一日之寒”。学生的心理问题不是一两天形成的,当然也不是一个月两个月能够解决的。我们只有在实践中多学习、多观察、多实践,联合一切可以联合的力量,实现师生幸福成长。

参考文献

[1] 吴小兵. 中学新生心理特点及应对策略[J]. 学园, 2011(1): 123.