

关注小学生心理健康做合格的班主任

段雅玲

内蒙古乌兰察布市集宁区民建路小学, 中国·内蒙古 乌兰察布 012000

【摘要】小学生是祖国的未来与希望,但是,他们的内心世界尚处在萌芽阶段,没有形成完整统一的价值体系,班主任作为班级活动、学习的组织和管理者,对班级的发展作用重大。当今社会,随着人们生活节奏的加快,其心理压力也随之增大,也波及了学生。很多学生在家中溺爱,心理问题日渐增多。因此,对学生进行心理健康教育辅导,使孩子们都拥有健康的心理,如此,他们才能有更多的精力投入于学习中。因此,加强心理辅导是班主任、也全社会的共同责任。

【关键词】小学班主任; 工作; 心理健康

“教师的教鞭下有瓦特,教师的冷眼里有牛顿,教师的讥笑中有爱迪生。”小学生的心理发展经历了由量变到质变的过程,这也决定了培养他们的健康心理不能追求立竿见影。班主任在教书育人的同时要有意识地培养引导其心理发展。如何预防并解决小学生出现的心理问题,使他们的身心都能得到健康发展,是我们作为班主任必须认真对待的重大课题之一。

1 班主任积极情绪能增强学生的积极意识

心理健康教育是小学班主任工作中的重要内容。传统思想意识中人们认为只要身体没有疾病就是健康的人,心理健康很容易被忽略。小学生思想和思维发育尚不成熟,但是不能抹杀小学生眼睛里丰富多彩的世界,为此,需要班主任用一颗积极乐观的心态为情感导向,消除学生内心里消极的想法,使其乐观面对生活,认真对待学习。每一位学生都具有发展的潜力和禀赋,因此,在积极的情绪指引下学生也能发现自身优点,发现其他人身上的闪光点。不但培养了在学习过程中健康向上的积极思想,还能建立的良好的人际关系。

2 班主任要尊重学生,给学生足够的个人空间

小学生尽管年纪不大,但已具备独立的思想意识,在某些方面有独特的见解和判断。班主任要重视其心理健康教育。在对他们进行心理健康教育时要尊重理解学生的心理需求,不要把自己的意愿强加于学生身上,这样只会让学生压力倍增。每一位孩子的个性都是独一无二的,他们都有自己的想法,在教育过程中要因材施教,尊重个性化差异,让学生都能在良好的环境中自由施展发挥自我才能。为心理健康教育打好基础,在教育中了解学生的心理需求与变化,帮助学生健康成长。

3 有童心,切忌呆板无乐趣

稚子之美,贵在纯真。小学阶段的生活是学生“金色童年”的重要组成部分,也是人生中最难忘的美好回忆。小学生最突出的性格特点——活泼好动,想象力丰富,对未知世界充满强烈的好奇心,趋向于形象思维。这个阶段的学生需要的不仅仅是知识,还需要快乐。就学习知识的方式上看,他们更乐于在“玩”中学、在“做”中学,他们的认知方式等具有较浓的游戏色彩。班主任一旦忽略这一点,以成人的思维方式去教育他们,开展活动,也就很难走进学生的心理世界,教育效果自然也不理想。因此,班主任需要根据实际情况科学引导,与时俱进地教导学生,如此才能符合学生的身心发展规律。

4 班主任与家长携手,共同促进德育教育

小学班主任是小学生学习成长过程中重要的引路人,因此,在开展心理教育工作中,也要注重德育教育渗透。班主任要把家庭、学校和社会教育结合起来,积极与社会沟通,开展各种德育活动。加强与家长的联系沟通,做好家访工作,实现“百家拜访千户教师”。班主任还应该充分利用学生成长手册,把家庭学校教育协同作用充分发挥出来。争取家长的配合,共同推荐小学生心理健康教育工作。

5 课程结束后要有反思

每一名班主任都应当通过不断学习和研究进行心理健康疏导与教育,其中,反思是所有教育活动开展的关键所在。及时的反思和总结不但能让学生明白教师想表达的道理,还能给教师一个体察活动中优点及不足的机会。作为班主任,要多听,做一名优秀的倾听者。加强与学生的交流。良好的倾听为学生提供了一个说心理话、宣泄情绪的场所。在感知、体验、明理后,班主任要引导学生对自己的行为和经历进行反思、检查、评价,不断调整自我,寻求新知。与此同时,班主任也要适当总结,为下一次的心理健康教育开展做好铺垫工作。

健康素养的问题是中小學生非常重要的一个问题。小学生的情感易外露,自制力较差,情绪很不稳定,容易激动和爆发,所以说,心理健康教育是班主任工作的一项重要内容。要了解班里的每一位学生,有的放矢地进行教育,不断提升心理健康辅导水平,促使学生的心理障碍、心理困扰等能及时得到消除,在班主任的引导下使学生都能够养成乐观、积极的精神态度,从而促进他们的健康成长。

参考文献:

- [1]朱耿秀.试论现实疗法在小学班主任心理健康教育中的应用[J].中国校外教育,2015,(04):30.
- [2]杨延茂,张重阳.关于中小學生心理健康教育现状及对策探究[J].科技信息,2012,(24):329.
- [3]刘春丽.中小学心理健康教育现状与思考——以淮北市48所中小学为例[J].高考,2017,10(3):15-16.

作者简介:

段雅玲(1986.2.13-),女,单位:内蒙古乌兰察布市集宁区民建路小学。