

小学班主任实施渗透式心理健康教育的思考

王斌

(甘肃省张掖市甘州区甘泉街小学 甘肃张掖 734000)

摘要:小学生目前会面对多方面因素和环境的影响,无论是日常学习,还是人际交往,这些都很容易给小学生带来心理健康方面的影响,如果负面影响持续存在,往往就会导致小学生出现心理健康问题,因此应当给予足够的重视。心理健康问题会给小学生的成长带来较为严重的负面影响,甚至导致其中断学习,又或者健康和心理出现严重问题,不利于小学生的成长,并且会导致其承担较为严重的心理压力,情况较为严重的可能会出现难以挽回的恶劣后果。小学生每日在学校时间较长,与班主任接触较多,因此班主任可以发现小学生心理健康出现的变化,并依据学生的实际情况,有针对性地给予必要的心理疏导。基于此,小学班主任需要认识到小学生心理健康教育的重要性,并从不同角度入手实施渗透式心理健康教育,帮助小学生顺利成长、进步。本文对小学班主任实施渗透式心理健康教育的问题进行了深入的分析与总结。

关键词:小学;心理健康;班主任;教育

从个体发展的角度来讲,小学阶段培养的心理状态是否健康直接影响着一个人日后面对挫折的态度、处理问题的能力,进而影响个人的成长,因此,在小学阶段应当特别重视学生的心理健康,为其后续的成长发展奠定良好的心理基础^[1]。每一个人在每一个阶段都有可能出现心理问题,所以对于学生心理状态的关注应当是时刻进行的,学生在每一个阶段的心理情况都应得到重视。因此,如何正确认识,保持健康和谐的心理对个人的发展至关重要。小学班主任作为小学生成长过程中的关键人物之一,应该注重心理健康理论与教育实践的结合,给予小学生积极正确的心理体验与训练,尤其应当注重培育理性平和的阳光心态和健全人格,促进学生的健康成长^[2]。有相关的调查研究结果显示,有的学生在小学阶段就会存在这样或那样的心理问题,究其原因是多方面的,有学生家庭的影响,也有学校自身的影响,同时社会上的风气等也会对学生造成不良影响,总之负面影响是多方面的,所以更应对此多加注意。因此,向小学生渗透心理健康教育是非常有必要的,这也是小学阶段需要引起重视的。而在教育教学活动中,班主任是与学生接触最多的,也就使得心理健康教育渗透工作落在了班主任的身上。作为班主任也应承担起这一重任,在开展教学活动的过程中采取多种手段将心理健康教育贯穿其中。以下就小学生出现心理问题的原因进行了详细的分析,并总结出了具体的渗透方法。

一、小学生出现心理问题的原因

受到多方面因素的影响,小学生通常会呈现出一定的心理问题,若能控制因素的影响则会大大降低学生心理问题的发生率,更好地改善学生的心理状况,促使其健康成长^[3]。而这些因素中最为主要的可以概括为家庭因素、学校因素、社会因素,以下分别从以上三个方面对发生的原因进行了详细的分析。

1.家庭的影响

父母是孩子的第一个老师,父母的理念、语言及行为对会孩子产生巨大的影响,且这种影响更加直接。在竞争激烈的时代,大部分父母都会安排好孩子的学习与生活,甚至直接干涉了孩子的生活,对他们提出了过度的要求,而这也极容易增加学生的心理压力和负担。孩子们在学校要完成学习,课外班同时也是紧紧相连,而这些都是源自于父母对孩子的高期盼。但是父母们也是第一次做家长,他们并没有过多的经验,有些家长对孩子过于溺爱,有些家长又过于严厉,都没有找到一个相对平衡的状态,这对于孩子的成长是极为不利的。对于孩子的智力发展和身心发展的关注度不能维持

平衡,不当的行为都会使孩子们形成各种各样的心理问题,影响孩子的成长和发展^[4]。孩子一旦出现心理问题后将会影响到其生活与学习,尤其是年龄稍大的孩子会出现与父母关系不和谐的情况,同时也会影响到亲子关系。

2.学校的影响

学校是学生们日常生活与学习的一大场所,所进行活动的时间与在家庭中的活动时间不相上下。学校的存在不仅能够提供学生们玩耍娱乐与学习的场地,有时也会给学生们带来一定的烦恼。学校的教育要求孩子们遵守规则,整齐划一,虽然便于管理,但一定程度上束缚了孩子们个性的发展,将孩子们的思维固定在一个框中,对于孩子而言有较大的局限性^[5],不利于孩子思维和想象力等的发展。除此之外,孩子们的个性被束缚后会影响到他们对学习的看法,久而久之就会对学习失去兴趣,对于学生自身的学习成长也是极为不利的。由此可见,学校对于学生产生的影响不可小觑。

3.社会的影响

除此之外,社会方面对学生造成的影响也是不容忽视的。学生们在学校所接受的教育与社会上向孩子们传达的有很大的不同,这一方面也是导致小学生出现心理问题的一方面原因。家庭、学校、社会不能够形成统一,三者存在一定不协调的地方,严重阻碍学生的身心健康发展,同时也严重妨碍了学生的成长^[6]。

二、进行渗透式心理教育时班主任应当如何做

作为小学班主任应将心理健康教育作为一项重要的内容来引起重视。在开展教育教学活动时,应当将心理健康教育渗透其中,进一步丰富教育活动形式,同时加强对学生的心理引导,并创建出心理健康教育环境,更好地帮助学生调整心理状态。除此之外,还需要与家长积极合作,争取到他们的支持与配合,形成教育合力做好对学生的心理引导^[7]。具体的方法包括以下几点。

1.通过举办故事会的方式,加强学生的心理引导

以往班主任在工作中对学生进行心理健康教育时,主要是以口述的形式为主,在口述的过程中,通常是面向班级全体学生讲述相同的理论,让他们用可以接受的方式进行学习。这样的教学方式没有将学生作为心理健康教育的主体,导致部分学生不能积极接受班主任的口述内容,降低了心理健康教育的质量。同时,枯燥的讲解使学生也难免会产生抵触情绪,对于教师所讲内容并不能很好的吸收,无法达到开展心理健康教育的初始目的。针对这样的情况,教师可以通过开展故事会的方式,让学生讲解熟知的名人故事,要求他们在讲解的过程中,将名人的优秀事迹以及精神品格用自己的语

言进行阐述,这样可以帮学生在讲解中潜移默化地学习名人的处世风格,加强对学生的心理引导,让学生更好地体会他们的优秀品格^[8]。在学生讲解结束时,班主任可以根据他们分享的故事内容进行心理健康教育,提高学生的接受程度,进一步深化心理教育。在讲故事的过程中,学生会融入到情节中,感受其中的内容,潜移默化地会受到教育。这样的方式对于引导学生形成正确的心理有积极作用,从而促使学生健康成长。

2.做好班级管理工作,创设良好的心理环境

心理健康教育课前的情境创设能将学生引入一定的情境中,能使学生对自身心理理解得更加透彻。基于此,教师在授课的过程中可以引入现代信息化教学,采用PPT动画或多媒体的形式将传统美德故事展现在学生面前,让学生在听课的过程中进一步加深对心理健康的理解和领悟,从而使其审视自身,并进一步端正自己的言行举止和生活、学习态度^[9]。除此之外,学生在多媒体教学方式的辅助下会对教育内容更加感兴趣,有助于提升其积极性和投入度,同时也能使学生直观地看到并体会其中的道理,更好地达成教育的意义。在教学的过程中,教师应把握住社会时事与班级日常生活中发生的小事,从细节入手挖掘事件其中蕴含的道理,从而对学生进行心理沟通和心理建设。比如,在考试过后的成绩分析班会当中,教师应当不局限于学生的成绩表面,而是从学生的学习习惯和学习努力程度入手,深挖学生成绩高低的具体原因,在这个教育过程也让学生更加清晰地了解了自身,从而使自身可以凭此对自身进一步完善和提升。在深入分析后,学生会从自身总结出本次考试的经验,也能为后续的学习制定出更加详细的目标与计划,而不是学生自己悲观失望,对学习失去信心,反而可以保持一种较为积极的态度继续努力向前。

3.充分发挥教师的示范作用

小学生的模仿性很强,比较容易模仿周围成年人的行为,并且高度依赖班主任。在他们的日常学习和生活中,班主任的言行对学生的成长起着重要的作用。教师要注意自己对学生的影响^[10],观察学生的日常学习,培养自己的思维品质,稳定自己的情绪,为学生树立良好的榜样,发挥榜样精神的积极作用,同时,在学习过程中,班主任还要注重自我完善和学习,充分了解学生,并不断提高自己的文化精神教育水平,对促进学生接受心理健康教育和人格塑造起到积极的示范作用。同时,班主任也可以在平时向学生介绍身边言行举止妥当的同学作为参考,让他们作为示范来与自身进行对比,从而逐渐提升自己,实现进步和成长^[11]。

4.与家长密切合作

家长是除了班主任以外与学生接触最多的人,而家长的言行也会对学生产生影响,因此家长应当注意自己的言行,不要对学生产生不好的负面作用。在对孩子进行心理健康教育的过程中,仅仅依靠班主任的力量是不够的,因此,班主任需要加强与家长的联系,赢得家长的支持^[12],使其能够参与到心理健康教育活动中。但很多小学生的家长工作任务较为繁重,平时对孩子疏于关心,再加上大多数学生家长观念存在问题,认为将学生送到学校后,就应当由班主任负责,而家长则无需承担更多的责任。其实这种想法是完全错误的,当前推崇家校联合教育,需要教师与家长合作对学生进行各方面的教育。因此,小学班主任在工作中可以多加强与学生家长的沟通,定期召开主题班会,让学生与家长共同参加,在班会当中可以安排一些亲子项目让学生与家长共同参加,通过活动不断拉近学

生与家长的距离,密切亲子关系,进而感受到家长对学生的关心与爱护^[13],让学生更清楚地感受到父母对自身的爱意。学生只要深刻感受到家长对自己的爱,就会转变自己的心态,心理健康问题也自然而然会得到较好改善。班主任还可以多给家长专业指导和帮助,比如正确教育观念、小学生心理健康相关知识的讲解,同时让家长配合自己工作,实现家校共育,共同助力孩子的健康成长^[14]。

结束语

总而言之,在小学教育中实施渗透式心理健康教育是一项非常重要的工作,每一位教育工作者都应引起重视。而班主任要想顺利管理班级,进行健康教育是必要的,从而使学生们都能够拥有一个健康的心理,帮助他们成长,这对于班级管理只有益处而无害处。班主任教师所做的工作本身就要比科任老师繁琐很多,因此在教育孩子的过程中不仅要与科任教师共同合作还要与家长合作,一起肩负起培养新时代学生的重任^[15],用最真诚的心去对待每一位学生,只有这样才能帮助学生形成良好的世界观、人生观、价值观。

参考文献:

- [1]唐彩霞.浅谈语文课堂教学中如何对弱势群体渗透心理健康教育[J].学周刊,2020(07):125-126.
 - [2]魏永萍.心理健康教育在小学班主任工作中的渗透[J].西部素质教育,2019,5(18):92-93.
 - [3]李开元.小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].语文课内外,2021(16):337.
 - [4]陈示统.小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].基础教育论坛,2021(7):108-108,110.
 - [5]赵丹丹.银丝映日月,丹心沃新花—小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].新课程(小学版),2019(004):226.
 - [6]伍碧碧.心育与德育的整合—漫谈渗透式心理健康教育在小学班主任工作中的实施[J].真情,2021(8):0272-0272.
 - [7]格桑旺姆.小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].传奇故事:百家讲堂,2020(10):195-195.
 - [8]赵永霞.浅析小学班主任实施渗透式心理健康教育[J].新课程(中),2019(12):240-241.
 - [9]董梦娜.小学班主任实施渗透式心理健康教育的思考[J].新课程(上),2017(05):287.
 - [10]刘琳.小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].新课程,2021(03):224.
 - [11]黄海春.小学班主任实施渗透式心理健康教育研究[J].散文百家(新语生活页),2019(05):107-108.
 - [12]王琛.小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].散文百家(新语生活页),2019(07):140.
 - [13]安凯.小学班主任实施渗透式心理健康教育的探讨[J].中华少年,2019(28):202.
 - [14]党万堂.小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].教书育人,2019(19):32.
 - [15]孔庆振.小学班主任实施渗透式心理健康教育初探[J].新课程(综合版),2018(09):227.
- 注:此论文是为甘肃省教育科学“十四五”规划2021年度一般课题课题名称:《小学班主任实施渗透式心理健康教育的策略研究》,课题立项号:GS[2021]GHB1649而发的专题论文。