

# 初中班主任实施心理健康教育的策略研究

何江周瑜

重庆市云阳县养鹿初级中学 重庆 404512

**【摘要】**：班主任即是学生学习阶段的引导者同时还是学生生活中的帮助者，班主任不仅仅要保证学生的学习状态同时还要关怀学生的心理健康，正因为如此班主任应适时适地对学生开展有效的心理健康教育，班主任应当以积极、民主、公平、公正、阳光的心态去关心学生和了解学生的心理状态，以促进学生的心理健康状态，从而引导学生健康科学全面的发展。

**【关键词】**：初中班主任；心理健康；教育策略

## 引言

根据学生的实际心理需求和年龄阶段特点，从而有效的开展具有针对性的心理健康教育，从而促使学生的身心健康发展，满足学生未来发展、适应社会竞争时势是教育的根本要求。教师需要随时地对学生进行观察，对学生的心理情况进行了解，将积极心理学应用在心理健康教育中，对学生的心理以及健康心态进行良好的培养，将学生的发光点进行发光发热，使得学生的学习兴趣得到提高，真正意义上地增加学生的学习效果。

## 1 心理健康教育的背景和意义

初中班主任对学生进行心理健康教育的主要目的就是让同学们树立正确的人生观、世界观、价值观。让学生通过班主任的教育和引导，让他们意识到只有三观正做事才能正。初中班主任在平时教育和管理的过程中，当加强对学生的心理健康教育工作。初中大多都是寄宿制教育，学生的大部分时间都是在学校中度过的，班主任在日常的管理和教学工作中，对学生的正确引导对学生会产生非常重要的影响。通过最近几年青少年发生犯罪的案例，我们可以看出许多青少年学生走上犯罪的道路都是因为产生了一些心理问题，并且没有及时得到教师和家长的正确引导，因为大多数家长也不重视学生的心理问题，当学生出现心理问题时一直放任不管，使小小的问题进一步发展，最终酿成大祸。所以，在教育中融入心理健康的教育是很有必要的。

## 2 初中班主任在班级管理中心理健康教育策略

### 2.1 营造心理健康教育环境

班主任想要帮助学生形成良好的心理状态，那么首先应当为学生营造心理健康的教育环境，良好环境的隐性教育作用对于学生来进是很明显也很重要性，同时，班主任还可以将隐性教育与日常的情感渲染、思想政治教育等教育相结合，从而对于学生的心理健康教育效果更明显。在为学生营造心理健康教育环境时，当然还离不开学校的支持，例如在班级内积极打造学校科学有序的管理制度，营造和谐优美的校园环境、涵养纯正的校风校纪、构建和谐和谐的班级人际关系等，都是良好的隐性教育，同时对于学生的心理健康发展有重要的导向作用。班主任在进行心理健康教育时一定要立足学生为本的态度下，积极的营造团结友爱、和谐互助、活跃向上的班级氛围，并且有效的组织一些增强学生团队意识的校园

活动，从而优化班级文化也陶冶学生的情操。

### 2.2 制定因材施教教育方案

关于心理健康的教育首先需要对学生的心理进行深入的挖掘，再利用积极心理学的理论，来进行心理健康教育。班主任在教育的过程中可以对学生进行分类，可以使针对班级中每位学生的心理状况进行分类，也可以使每位学生的品德差异进行分类，使得每一类学生来说都有相应适宜的教学方法。不论是什么方法，在教学的过程中首先需要鼓励学生将内心的真实想法进行表述，与学生进行轻松的交流，需要变换交流的语气与方式，与学生成为朋友，以朋友的角度出发，使得学生勇敢地将自己的内心进行表达。对于学生进行一定的了解后，将相似心理观念的学生组织在一起，开展交流会，一般情况下分两次为一个环节，一次为学生发表教师聆听，在交流会中班主任对学生进行有效的组织，并且积极的鼓励学生对会议主题进行发言，教师主要处于聆听中，仔细的记录每位学生不同的发言内容，将学生的想法进行分析。一次为教师发言，学生聆听与补充，教师在第一次交流会议中所记录的内容进行表达，依据不同学生的发表内容进行表述，对于持不同意见的学生进行相应的补充。每一环节的交流会议结束后，班主任可以根据会议记录对学生的心理观念变化情况进行图形绘制，轻松直观的了解学生的改变。在一定阶段之后，还需要进行新的话题交流，由量变形成质变，再转入新一轮变换中，不断地将学生的心理想法进行输出，使得班主任及时地掌握学生的心理发展，将积极心理学有效地应用在学生的心理教育中。

对于心理观念较为消极的学生，班主任在其心理教育中则需要进行重点教育，利用适宜学生的方式进行心理咨询及指导，例如沉迷与网络中的学生来说，班主任可以在网络中对学生进行匿名的交流，使得学生的戒备心理降低，和班主任进行交流及沟通，来影响学生的积极心理观念。在心理健康教育中，班主任对班级的学生采取因材施教的方式，可以在心理健康教育中运用积极心理学的理念对学生进行积极观念的培育，对学生的心理健康水平进行有效的提升。

### 2.3 强调教师作用，提高心理健康教育效果

目前在初中心理健康教育体系建设中，专业教师的缺乏是一个十分严峻且现实的问题。初中学生接受心理健康教育的主要场所就是学校，因此就必须强调教师在

学生心理健康教育中的重要作用,并且学校也要及时地转变教育理念,为学生们提供一个更好的学习和成长的空间。基于此,班主任在日常工作中应重视教师的作用,并加强心理学知识的学习,积极参与学校组织的培训活动,提升自身的专业能力,为学生提供更加及时、有效的心理辅导;此外,班主任还应积极挖掘网络教育资源,基于在心理健康教育中的主导作用,为学生构建更具现实意义的心理辅导课程。例如,利用视频短片引导学生认识青春期的心理变化,让学生在教师的引导下提升心理素质。最后,班主任还应密切观察学生的行为,与学生进行平等的沟通交流,同时定期组织班级活动,增进学生的互动交流,让学生逐渐对新的集体产生归属感,从而逐渐缓解心理冲突,走出心理困境。

#### 2.4 开展主题班会

在平时的班会上,班主任会总结上周的班级情况,要求学生反思其中的不足,提升自身的学习效率。针对这种情况可以进行主题班会的教育,例如,在心理健康班会上,教师可以为学生播放尼克·胡哲的演讲视频,使学生直面自己的挫折,敢于面对命运的不公。尼克·胡哲是一个天生没有四肢的人,能学会刷牙、吃饭、打球、游泳、跳水、登山等,那么我们这些四肢健全、生活无忧的人又有何抱怨的呢。教师可以让学生先发表自己的看法,自己要总结。开展这种主题班会不仅可以增强学生的坚强意志,还能提升学生的心理素质。再如,教师可以围绕“我有一个梦想”开展主题班会,让学生积极发言。班主任可以根据学生的发言情况具体分析学

生的心理状况,重点关注存在不良心理的学生,鼓励学生积极追求梦想。

#### 2.5 和生活实际紧密联系

出于更好进行心理健康教育,初中班主任应积极和生活实际相联系,充分开展心理教育的形式,在学生日常生活中无形融入心理健康教育,引导学生能清楚心理健康在自身发展方面起到的重要作用,从而完善价值观念。对此,班主任应以现实教学条件为基础,积极组织参加丰富的心理教育实践活动,以提升敬老意识的威力,强化有关“孝”的教育,班主任可以在班级组织以“身边的孝顺事”班会,引导学生在班会期间踊跃发言,说一说自己的故事、叙述有关真实事例等,学生在面对面的故事交流中,会进一步强化对于“孝”的理解,提升学生的孝顺意识。有条件的话可以带领学生参加一日敬老院义工的活动,通过学生付出的实际行动,明白孝顺、敬老、意识需切实落实到行动,由此提升其道德品质助力心理健康教育任务更好地完成。

#### 3 结语

在素质教育理念的影响下,不仅要抓好学生的学习,也要注重学生的心理健康状况,因为心理健康对于学生的整个未来发展都发挥着不可忽视的作用。班主任也要清醒地认识到学生心理健康教育的重要性,并且根据学生的实际情况而采取不同心理健康教育的手段,利用有针对性、实效性的教育活动与教育园地,从而促进学生心理素质的整体增强。

#### 参考文献:

- [1] 袁亚玲. 新形势下初中班主任工作与学生心理健康教育 [J]. 新课程, 2020(32): 229.
- [2] 韦华. 新形势下初中班主任工作与学生心理健康教育 [J]. 新课程, 2020(32): 235.
- [3] 周芹. 论心理健康教育在初中班主任工作中的渗透 [J]. 读与写(教育教学刊), 2019, 16(10): 106.
- [4] 魏惠玲. 浅议初中班主任如何做学生的心理健康教育 [J]. 中国校外教育, 2019(02): 40+42.