

试析高中班主任工作中的心理健康教育

任虹宇

(沧州师范学院,河北 沧州 061000)

摘要:在我国高中教育教学中,班主任是学生学校学习生活中的主要管理者,为了保证学生可以愉快高效地完成教育教学中的各项学习任务,需要加强对学生的心理健康教育,培养学生形成良好的学习行为习惯,更好地与人和谐相处,促进学生的身心健康,以实现全面发展。教师通过分析高中学生比较常见的心理健康问题,提出合理有效的措施进一步完善高中班主任的心理健康教育工作。

关键词:高中;班主任工作;心理健康教育

中图分类号:G63 **文献标识码:**A

文章编号:1673-9132(2019)08-0160-01

DOI:10.16657/j.cnki.issn1673-9132.2019.08.138

一、高中生经常会出现的心理健康问题分析

高中生需要学习的课程内容较多,面临的高考压力较大,加之在课余时间报各种各样的学习辅导班,使学生容易产生学习疲劳心理,甚至出现厌学心理。另外,部分课业教师一味追求学生的学习成绩,缺少与学生的交流沟通,忽视学生的学习情绪,对于学习退步的学生,批评指责较多,安慰鼓励较少,使学生缺少学习的动力和信心,变得比较孤僻,暴躁。长此下去,使学生与家长、教师的关系较为紧张,不愿意向他人倾诉心声,容易自暴自弃。

二、加强高中班主任对学生心理健康教育工作的有效措施

(一)构建和谐师生关系,提高班主任专业能力

班主任要意识到自身工作的重要性,构建和谐融洽的师生关系,提高自身的专业能力和道德修养,成为学生学习的榜样和楷模。首先,班主任的一言一行都会潜移默化地影响学生的心灵成长和品格形成。优秀的高中班主任应该具备良好的职业道德,真正做到学高为师,身正为范。在实际教学工作中,要注重关心学生的学习情绪,加强与学生的课内外交流,切实了解学生的想法和需求,及时疏导学生的心理问题,帮助学生解决各种学习问题和心理问题,培养学生高尚的道德情操和良好的行为习惯。另外,班主任要用知识充实自己,不断提高自身的业务能力,让学生信服和钦佩,从而进一步激发学生学习科学文化知识的兴趣,促进学生心理健康发展。

(二)培养良好的班风班纪,加强班集体团队建设

高中班主任要培养良好的班风班纪,加强班集体团队建设,提高学生的集体荣誉感和责任心。班主任在平时的班会或者其他活动中,要坚持民主平等的原则,对学生一视同仁,让学生感受到自己就是班级团队中重要的一份子,积极主动为班级管理建言献策,培养学生对班集体的责任感和荣誉感,使学生树立良好的集体意识。另外,班主任要搞好班风班纪建设,制订明确的班级管理条例,严格约束学生的言论和行动,使学生的精神面貌呈现出积极阳光、健康向上的状态,形成正确的学习目标,提高学习动力,更加自觉地向优秀学生学习。

(三)定期组织班集体活动,提高学生的人际交往能力

高中班主任还要建立一套完善的集体活动机制,并在方

案制订的过程中注重学生集体意识的培养,通过设置多样化的集体活动加深学生之间的了解。这意味着对于教师而言,应该积极进行角色转变,从教学主导者向引导者过渡,与学生建立良好的沟通机制,科学处理学生与教师之间的关系。无论是在学习中还是在生活中,教师应该弱化岗位角色,以朋友视角拉近与学生的关系,这有利于培养良好的教学氛围。此外,丰富多彩的集体活动能够消除学习的紧张感,学生通过集体活动能够有效平衡学习与娱乐之间的关系,实现在娱乐中学习和在学习中玩的目标。对于教师而言,开展多样化的集体活动是与学生建立和谐师生关系的基础,通过活动能够更加了解每一位学生的优势和劣势,从而在实际教学中进行有意识的引导。值得注意的是,集体活动也是教师进行培优补差的有效途径,能够让学困生通过集体活动更好地融入集体,感受集体的活力,有助于激发学生学习兴趣,形成正确积极的学习态度。无论何种形式的集体活动都对学生能力具有一定的促进作用,在教师的引导下,学生能够加深对集体意识的认识,使其在学习和生活中,减少个人主义行为,维护集体利益。同时,集体活动也是推进人文素质培养的重要形式,为提高学生思想道德素质以及实践能力创造有利条件。

(四)培养优秀班干部队伍,带领学生更好地学习

班主任在选择班干部时要做好全面的分析工作,认真观察班级中每个学生的工作能力、学习成绩和性格特点等。在对学生的这些基本情况充分了解之后,进一步加深沟通交流,倾听学生的意见,并通过不记名投票等方式慎重选择班干部,保证班级领导班子的形成是民主公正的,是建立在全体学生共同认可的基础上的。让这样一些品学兼优,富有责任感和奉献精神的学生担任班集体的学生干部,使其在班级管理中发挥引领示范作用。

综上所述,高中生的学习压力较大,在学习过程中会出现学习疲劳,甚至产生厌学的心理问题,而且待人处世的方式方法不够成熟,人际关系较为紧张,容易产生孤僻等不良性格。因此,需要班主任对其进行及时的心理疏导和安慰,帮助学生养成良好的行为习惯和道德素养。高中班主任为了加强学生的心理健康教育工作,要不断完善自己,提高师德和专业知识技能,建设良好的班风班纪,同时注重提高班干部的带头作用,组织各种有利于增强学生人际关系的集体活动,使学生快乐地学习,度过一个美好的高中时期。

参考文献:

- [1]张君.高中班主任工作中的心理健康教育[J].新课程学习(中),2013(9).
- [2]方向赞.浅探高中班主任心理健康教育之有效策略[J].中国校外教育,2014(S1).
- [3]向前.论心理健康教育在班级管理中的渗透[J].教学与管理,2013(10).

[责任编辑 李爱莉]

作者简介:任虹宇(1997.4—),男,汉族,河北大城人,研究方向:中小学教师心理健康。