

班主任在学生心理健康教育与危机干预中的作用

徐雁飞

摘要:心理健康教育是学校德育工作重要的组成部分,班主任作为班级组织的直接管理者,在学生心理健康教育与心理危机干预中扮演着重要角色。本文探讨了班主任在学生心理健康与危机干预中的作用。

关键词:班主任;心理健康;心理危机

班主任是班级工作的组织者、班集体建设的指导者、学生健康成长的引导者,肩负着班级日常管理和德育工作的重要职责,是学校德育和学生管理工作的重要组成部分。笔者认为,班主任在学生心理健康教育与心理危机干预中扮演着重要角色,对学生的健康成长起到重要的作用。

一、提高认识,重视学生心理健康教育与学生心理危机的干预

随着职业教育大众化进程的不断推进,中考分数很低或零分数的学生进了职业学校就读,他们成为现阶段中等职业学校学生生源构成的主要组成部分。调查发现,目前中职生心理健康状况不容乐观,部分学生不同程度地存在着嫉妒、自卑、焦虑、逆反心理和早恋等不良心理状态;面对在学习上、品德上和行为上的“问题生”,作为职业教育工作者,应进一步提高自己的认识,重视学生心理健康教育与学生心理危机的干预。

《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》中指出:“要通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导,帮助学生提高心理素质,健全人格,增强承受挫折、适应环境的能力。”班主任要提高“关注学生心理,德育从‘心’开始”的共识。结合学生的实际,根据学生不同年龄阶段身心发展的特点和职业发展的需要,按年级、分阶段、有针对性地开展心理健康教育,从而帮助学生树立心理健康意识,培养学生乐观向上的心理品质,增强心理调适能力,促进学生人格的健全发展;帮助学生正确认识自我,增强自信心,学会合作与竞争,培养学生的职业兴趣和敬业乐群的心理品质,提高应对挫折、匹配职业、适应社会的能力;帮助学生解决在成长、学习和生活中遇到的心理困惑和心理行为问题,并给予科学有效的心理辅导与咨询,提供必要的援助,提高学生的心理健康水平。

二、加强心理健康教育理论的学习,了解学生心理健康问题的表现及其诱因

为了进一步做好学生心理健康教育,加强对学生的心理危机的干预,班主任首先要积极接受心理健康课程的培训,加强对学生心理健康教育理论的学习,不断调整

自己的知识结构,才能把握新时期中产生心理健康问题的诱因,及时化解危机。

据调查了解,中职生大部分都来自于乡镇和农村贫困家庭、单亲家庭、父母一方或双方长期在外工作的家庭,学习基础比较差。在他们生理、心理发展而又未成熟的时期,过早地经历了中考失利的挫折以及学习、生活、情感和舆论等方面的压力,这给他们的心理健康发展蒙上了阴影。进入中等职业学校之后,他们又往往会感到现实的校园学习、生活与其理想有一定的相距,面对完全陌生的环境而失落,彷徨,抑郁,偏执,无所适从,一系列心理健康问题也随之产生或加剧,并且时常困扰影响着他们。主要表现在:

(1)学习方面:他们认为,升学考试失利,未能上高中而被迫就读中职,进入中职学校学习是他们人生无奈的选择,有很强的学业挫败感。表现为文化基础较差,目标不够明确,学习能力不强,学习方法不当,学习信心严重不足,学习焦虑,上课注意力不集中,有时还旷课等。

(2)性格情绪方面:由于父母双方长期在外工作,缺乏关爱,自卑感强,性格孤僻易感情用事,遇事缺乏冷静思考。情绪波动大,逆反心理强烈。冷酷、对人易产生敌对情绪,戒备心强,常常处理不好与同学、老师之间的关系。

(3)恋爱问题:由于受书刊、电影、电视、VCD、网络等影响,加上我国目前仍缺乏正规的性教育,导致了中职学生早恋心理。同时,青年学生情绪具有不稳定性及单纯性,在恋爱问题的认识上容易产生偏差。有的学生认为中专只要混个及格就可以参加工作,迟早都要谈恋爱,现在谈是体验生活,成功与否无所谓;有的认为恋爱可以促进学习,因为只有努力学习且成绩优异,才能博得异性的好感与追求;有的认为周围的同学在谈恋爱,自己不谈就会落伍,必须尽快搭上“恋爱快车”等。恋爱对学生的冲击,两性感情的发展都给中职学生带来一系列的心理问题。

(4)行为习惯方面:由于生活在单亲家庭或者父母一方或双方长期在外工作在初中阶段缺少双亲的协同教育,得不到家庭的温暖,养成了一些不良的行为习惯。