

农村学生心理健康教育实效性的策略

文/广州市花都狮岭镇狮峰中学 江志健

心理健康是指人的基本心理活动的过程内容完整、协调一致,即认识、情感、意志、行为、人格完整和协调,能适应社会与社会保持同步。

一、让学生更多了解自己和他人

对学生开展心理健康教育,就要将心理健康教育贯穿于教育教学活动之中,发挥教师在教育教学中人格魅力和为人师表的作用,建立起民主、平等、相互尊重的新型师生关系。班级、团队活动和班主任工作都要渗透心理健康教育。如我们可以以集体活动为主,营造乐学、合群的良好氛围,使他们不断认识自己 and 了解他人,增强他们的调控自我、适应环境的能力。

根据设想,我会通过小组诗集和角色扮演的方式帮助学生更多地了解自己和他人。例如:如果你的成绩较差,有一天,有位同学在嘲笑你,你会怎样做?如果你的父母吵架,你如何保持镇静?如果你已经迷上了游戏机,但父母、老师都反对你去玩,你将如何克制?……此外,我还特意为学生们准备了一本笔记本,在本子上,学生们可以“想说就说”,学生书面就会写一些他想说但又不敢说的话,反映他们的真实心理活动,提出各种不同的问题,针对不同的情况,我会作出解释或个别辅导,帮助学生提高心理健康水平。同时我还会定期利用黑板报进行心理健康教育宣传,从而达到心理健康教育的目的。

二、要爱护学生对你的信任

爱是关心,爱是尊重,爱是理解,爱是责任。“爱学生”是教师人格的灵魂,也是师德的核心。切忌浮躁心态,大声呵斥,千万不能

让学生对老师、对自己失去信心而自暴自弃。只有得到学生的信任,你才能更好地进入他们的世界,才能“对症下药”。我班有一位男生邱某,他的地理成绩较差,刚开始接触他时,他不太爱说话,课外问他一些问题,他不一定回答我,偶尔也只是摇头或点头。后来,我通过与他身边的朋友的谈话及他的平时表现,发现了他的一个特点就是自卑,没有自信心。我觉得他对自己的学习成绩是持有漠不关心、毫不在乎的态度,且做人没有自信心,针对他这一情况,在每次和他的交谈中,我都是试着走进他的情感世界,把自己当作他的朋友,去感受他的喜怒哀乐。爱,唯独从心里发出来,才能进到心灵深处。当我主动接近他时,一次次待以真情实意时,感情的河流就朝着一个方向流动了,在孩子受到感动、感染时,就自然而然缩小了我们的感情距离,从而产生了对我的亲近感。我已经成为了他可以信赖的人,愿意向我吐露真情,自觉地接受教育和劝告。后来,这名学生学习目标明确了,成绩也得到较大的提高,还成了班里地理科尖子生。得到孩子的信任是件好事,但作为教育者要懂得爱护,否则会对学生的挫折更严重,不利于心理健康教育。师生之间情感心理交往是师生心理交往的动力和支柱。教师对学生采取积极热情的态度,可以促进学生的学习热情,采取消极冷漠的态度,则会抑制学生的学习兴趣。著名教育者霍姆林斯基说过:“请你任何时候都不要忘记:你面对的儿童是极易受到伤害的,极其脆弱的心灵,学校里的学习不是毫无热情地把知识从一个头脑装进另一个头脑里,而是师生之间每时每刻都在进行的心灵的接触。”

三、培养有幸福感的学生

培养有幸福感的学生有着重要的作用。青少年儿童的心理健康问题产生原因不外乎家庭、学校、社会和自身。现在青少年儿童的成长离不开这些环境,所以青少年儿童的心理健康与否,与这些环境有着直接或间接的关系。我教的学生罗某,他的父母都赌地下六合彩,赌输了不但夫妻俩大打出手,还在孩子身上发泄。长期得不到父母关爱的他变得越来越孤僻,慢慢地,同学也开始排斥他、歧视他。在家得不到父母的爱,在校得不到同学的理解,原本“三好学生”的他变成一个上课不留心甚至连作业也不做的“坏学生”。针对他这种情况,我首先跟他的父母沟通好,并教他们科学的亲子互动方法。然后发掘他过去的优点,且带着一份特有的包容与等待,去扶助他那颗孱弱受伤的心灵。让他感受到每时每刻都有老师支持他,使他重拾信心。渐渐地,他的性格变得开朗了,同学也开始接受他。他感觉到集体的温暖,心灵也感觉幸福、快乐。每个学生都有其“生命的亮点”,老师应尽量发现其“亮点”,并借此鼓励他,赞美他,给他表现的机会,让他的生命亮点“更加明亮”。在生活中,每个人都希望被看重、接纳、肯定。学生也不例外,我们要给予孩子爱的教育,并不在于让孩子得到彻头彻尾的改变,而是投入关心、耐心与信心,让孩子看到自己的“亮”与“能”,从而点燃对未来的希望之灯。

责任编辑 邱丽