# 浅谈心理健康教育与班主任工作

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-07-17

*第一篇：浅谈心理健康教育与班主任工作浅谈心理健康教育与班主任工作“教师应当是心理医生”是新时期教育对教师的新要求。新时期教育的发展要求教师：“不仅仅是文化知识的传递者，还是学生心理健康的维护者，更是学生灵魂的工程师”。参加工作十五年，我一...*

**第一篇：浅谈心理健康教育与班主任工作**

浅谈心理健康教育与班主任工作

“教师应当是心理医生”是新时期教育对教师的新要求。新时期教育的发展要求教师：“不仅仅是文化知识的传递者，还是学生心理健康的维护者，更是学生灵魂的工程师”。

参加工作十五年，我一直担任班主任，对一些“问题学生”在刚当班主任的那几年，我始终认他们是“坏学生”，是品质的问题，对他们的一些问题的处理方式常常是简单粗暴，但随着工作上渐渐的成熟，我从中体会到大多数学生的异常行为表现，其实不单纯是品行问题，总是由心理问题得不到解决造成的。因此，特别是在农村中学，班主任必须肩负着心理健康教育的重担，科学地把握学生的心理特征、心理动机，并做到及时的调整，做一个真正的“心理专家”，这才能更好地促进学生的健康成长，才是教育成功的关键所在。

那么，要在班主任工作中从事好心理健康教育，该如何入手呢？下面就谈谈我自己的几点看法。

首先，班主任除要有过硬的专业知识外，还必须是心理健康的。

众所周知，教师的职责是教书育人。作为班主任，在管理的过程中，除平时的教学工作外，更主要的工作是“育人”。我们面对的是纯洁、活泼的学生，如果教师本身心理就不是健康的，怎么能培养出心理健康的学生呢？如果教师本身性格暴躁乖戾，情绪喜怒无常，对待学生冷漠无情、尖酸刻薄，这如何能使学生的情绪趋于正常，保持良好的心态投入到学习中去呢？

可以这样说，心理不健康的教师对学生身心健康造成的危害，决不次于其教学能力低下对学生学业所产生的影响，不允许老师体罚学生，有些老师却骂，甚至侮辱学生，其实这就是老师心理不健康的表现，请老师们记住：“侮辱学生比体罚学生所造成的伤害更大”。因此，这就要求班主任除要有过硬的专业知识外，还必须是心理健康的。只有这样，才能真正谈得上教书育人。

其次，要做到充分了解学生存在的心理问题

总的来看，对初中生而言，普遍存在的心理问题主要表现为几个方面：

一、情绪波动大，变化无常。由于中学生情绪还处于极不稳定的年龄阶段，当情绪处在喜悦时，其表现在：学习积极性高涨，显得较为活跃，和别人相处和睦；可当情绪处于忧郁时，其表现在学习积极性低落，显得心事重重，很难和别人难以友好相处，甚至出现逃学、打架斗殴等现象。

二、意志薄弱。多表现为优柔寡断、虎头蛇尾、自制力差、害怕困难，易受外界“新鲜”事物的影响。往往在情感冲动时，不能正确对待自己和控制自己，从而就会出现一些异常的举动。

三、不良的性格特点。性格方面的因素是中学生心理问题中的一种典型，其表现为：

1、自私狭隘型。常为一点鸡毛蒜皮的小事跟别人闹意见，常斤斤计较，对一些事总是耿耿于怀，从而引起心理充突，并且在很长一段时间内不能从中解脱出来。

2、自高自大型。常常以自我为中心，自以为是，不顾及别人的感受，也不善于接受别人的建议和批评；其受挫能力较差，在挫折面前常感到手足无措。

3、自卑怯懦型。缺乏自信，进取心差。对自己评价过低，觉得自己总是低人一等，做事情怕这怕那，在同学之间常常是寡言少语，常会逆来顺受、屈从于他人。

4．嫉妒孤僻型。常常感到心理不平衡，为了满足自己的虚荣心，不愿与他人接触。其表里不一，经常处于孤独、寂寞、抑郁中。

四、青春期的影响。初中学生已经进入了青春期，其心理随着生理特征的变化而变化，一部分学生情感极不稳定，情绪上变得焦虑不安，有时感到孤独、忧虑和苦闷，有时便失去学习的兴趣和意志，打不起精神听课。

根据初中生心理的可变性与可塑性、过渡性与动荡性，尽管以上这些主要心理问题产生的原因十分复杂，但只要班主任能有的放矢地加以正确引导、扶持、帮助和教育，同样可以得到相应的纠正和调整。

再次，开展良好的集体活动是学生进行心理健康教育的有效途径之一

因为轻松愉快的活动不仅可以培养学生良好的心理品质，而且是通过集体发展学生个性的重要途径，也是学生进行自我教育的有效形式。同时，良好的集体活动是富有感染力的课堂，它能使学生在活动中消除其心理障碍，相互沟通，它能使师生在活动中产生潜移默化的积极影响，还有利于教师在活动中发现问题，从而帮助其解决问题。主要从以下几个方面入手：

一、针对一部分学生缺乏恒心、毅力、对学习存在惰性，从而使他们的智力因素受到极大束缚的特点。可以采用开展一些主题班会的方式，让学生们充分讨论，帮助其制定好“学习计划表”、“不良行为登记表”、再制定监督机制，这样做，会使学生的自信心和积极性得以提高。另外，在活动中，非智力的因素对智力因素起到动力、定向、引导、维持、调节、控制和强化的作用，在一定程度上抑制了学生在学习上出现两极分化的局面。

二、针对一部分学生以自我为中心，对人冷漠、自私的心理特点。我们又可 以从开展具体的活动，让每个学生寻找、发现班集体中的很多故事，如在本班开展朗读比赛，和兄弟班开展篮球赛等。多开展这样的活动，学生慢慢地变得主动热情、团结活泼、同学之间也开始变得互相关心、互相帮助，这样既转变了学生不良的心理特点，又增强了班集体的凝聚力。

三、开启学生心理的一把钥匙——笔谈。针对部分学生害羞、腼腆的心理特点，要了解他们的内心世界，要想进行有效的心理疏导，笔谈比面谈更能行之有效。通过师生一段时间的笔谈后，学生就能大胆与教师说悄悄话、知心话了，这样的交流实属一种心与心的对话，只要长期坚持，还愁不了解学生吗？

四、家访——促进学校教育与家庭教育的相互沟通，促进教师对学生的全面了解。在家访中，我们发现大多数农村家庭中，其摆设零乱、无序，父母的文化水平有限，加之时间不足，对孩子的教育甚少，或是教育方法不当，这无疑会使孩子产生懒惰、散漫的习惯，以及不健康的心理。

为此，充分做好学生家长的思想工作，使其转变观念，为孩子营造一个有利于学生心理健康发展的家庭环境，让家长们以健康的心态对待孩子、教育孩子。明确培养孩子健康的心理素质是每个家长的基本职责，能积极配合学校教育，努力使孩子达到德、智、体全面发展。

五、把班级仿制成温馨的家庭。在保证教室卫生清洁，桌椅摆放整齐的基础上，和学生共同努力，布置美化教室，要充分支持孩子们的想法和心愿。在教室里挂上舒心的窗帘，贴上学生自己的书画作品、拼图、名人警句等。通过一系列的班级活动，使他们看到了自己的能力，找到了自信，学会了合作，懂得在同学之间要互相学习、互相帮助、互相关心，从而也建立了良好的人际关系。

但在这些过程中，作为班主任千万不能赚麻烦，应针对每个学生的特点对症下药，才能起到良好的效果。此外，在对学生进行心理疏导时，无论是面谈还是笔谈，都必须遵循几个原则：

1．平等性与民主性原则。在科学真理面前，师生无论在政治上、还是在人格上都是平等的。师生之间只要有了民主与平等，才可能产生依赖与信任的力量，才可能对学生的性格的形成产生积极的作用，才可能更好地使教与学相互促进。

2．共情原则。教师要学会倾听，设身处地地去理解学生的各种内心感受，并将其表达出来，与他们产生共鸣，这样，可以缩短空间上、情感上的距离，有助于学生易于接受教师的教育。

3．保密性原则。教师只有在给学生保密的前提下，学生才有可能毫无顾忌，畅所欲言。

总之，要了解和帮助学生矫正异常的心理，就得亲近他们，做孩子们的朋友，因为只有亲近才有了解，只有了解才会产生信任，只有信任，教育才可能产生实实在在的效果。

当然，心理健康教育不是班主任工作的全部内容。但作为班主任，结合心理健康教育来开展实际工作，又是非常必要和行之有效的方法之一，这样，才能更好起到“教书育人”的作用，才无愧于“教师是人类灵魂的工程师”的称号。

联片教研谢河组交流材料

浅谈心理健康教育与班主任工作

谢河中学：张庆德

二〇一二年三月二十一日

**第二篇：班主任工作与心理健康教育**

班主任工作与心理健康教育

现代教育对教师提出了一个新的要求——“教师应当是心理医生”。现代教育的发展要求教师“不仅仅是人类文化的传递者，也应当是学生心理的塑造者，是学生心理健康的维护者”。作为一名心理保健工作者，也许不是一个班主任的主要任务，然而作为一班之“主”的班主任，作为一个与学生接触最为密切的师长，学校德育工作最直接的承担者，应当将心理健康教育引入班级管理，利用班主任工作优势，用科学而有效的方法把握学生的心理，因势利导地促进各种类型学生的健康成长，将对教育工作成败有决定性的作用。我们在从事班主任期间也深刻体会到许多学生在行为表现中成表现的种种异常如：好动、多话、厌学、打架等并不是单纯的品行问题，而往往是由心理问题引起的，因此，将班主任工作与心理健康教育相结合，显得尤为重要。

一、班主任承担心理健教的意义

１.有利于学生良好品德的形成。心理处于健康正常状态，是学生形成良好品德的基础，这是因为：个体心理只有处于正常健康状态才易于顺应社会，倾向于与社会保持一致，接受社会的各种要求包括道德规范，形成良好的品德。从反面看，个体如果处于不平衡的心理状态往往倾向于接受主流的社会规范价值观相悖的观念，对不良规范失去抵抗力从而形成不良品德。班主任在进行道德灌输的时候，如果忽视了每个受教育个体的心理状态，尤其忽视了对不平衡心理状态的疏导，不能使之处于乐于顺应主流规范的常态。学生往往出现各种消极情绪如发呆、走神、沉默甚至抵触。及时地对学生进行心理疏导甚至有意识的心理训练，才易培养良好的品德。

２.有利于建立有凝聚力的班集体。造成现今学生心理不健康的因素主要来自家庭和学校，从家庭方面看，独生子生的现象使家长对子女的管理模式往往是：在物质享受上百般迁就；在学习上百般苛求。前者使他们缺少心理承受力的锻炼而后者又使他们面临压力，这样的管教模式会使青少年无休止陷入心理不平衡之中。同时，父母就业和再就业的压力又使家庭往往成为宣泄的场所，导致家庭气氛的下降，又加剧了其子女的心理不平衡。从学校方面看，在呼唤素质教育同时，毋庸置疑，相当多的学校还是抱着考分这个饭碗不放。学生的“能力”都量化到分数上，分数竞争激烈，学生对自我价值认识不足，自信心缺乏，难以发挥内在潜力，常处于焦虑、担忧、挫折等不平衡心理状态下。在班级管理中，成功的班主任懂得像经营家庭，关心子女一样体察学生细微的心理变化，动用心育的原则和方法对学生进行德、智、体、美、劳五育的培养；运用心理输导的方法对学生进行消费、交际、择业、危机等方面的指导，既能弥补家庭教育的不足，又能缓解学校教育的压力。在这样的班集体中，学生可以感受到家庭般的温暖，有做主人的感觉，容易形成上进的，有凝聚力的班集体。在学校，一个好的班集体对人的一生有重要影响，原因就在于此。

二、班主任实施心理健康教育的途径

（一）以良好心理素质来影响

班主任对学生全面健康地成长起着重要的作用，只有心理素质高的班主任才能培养出心理健康的学生。建立良好的心理素质系统，保持健康的心理状态，才能成功地扮演班主任心理辅导的角色。

优秀的心理辅导班主任应具备：

敏锐的观察力、良好的思维品质、良好的情操品质、稳定的情绪、坚强的意志和良好的自我意识品质等。

班主任与学生之间要有良好的感情交流，建立良好的感情关系，彼此才能产生亲近感、认同感，相互间的吸引力也就越大，学生也就愿意与班主任交朋友，班主任对学生的影响力也就越大。“亲其师，乐其友，而信其道”讲的就是这个道理。

心理健康教育，关键在班主任，班主任的心理健康水平对学生健康心理的形成，往往具有不容忽视的作用，这不仅仅是因为班主任首当其冲地承担着教书育人的责任，更是因为班主任在青少年学生心目中的形象和师生关系的好坏，对于青少年自我概念的形成、生活目标的确定、身心健康的状况都具有深远影响。如果班主任自己心理不健康，学生的心理健康就没有保证，为此，班主任必须努力提高自身的心理素质。

19世纪俄国教育家乌申斯基更强调：“教师的人格力量就是教育工作中的一切。” “没有教师对学生的直接的人格方面的影响，就不可能有深入性格的真正教育工作，只有人格能够影响人格的发展和形成。”

“只有从教师人格的活的源泉中才能涌现出教育的力量。”

学生正处于最具有可塑性的人生阶段，可谓“染于苍则苍，染于黄则黄”，学生身上体现着教师的教育影响。教师的一举一动，一言一行，无不使学生耳濡目染，对学生起着潜移默化的熏陶作用。要使其对学生形成良好的个性产生积极的影响，教师本人要具有良好的个性品质

（二）营造宽松快乐的心理环境，重视良好心理品质的培养。

健康的心理来自健康的心理环境。学生的心理健康发展，除受制于先天生理因素外，主要决定于后天环境因素的影响。一名教师，尤其是班主任，要营造一种师生之间、学生之间的轻松愉快、和谐友爱的班级氛围。让学生在“尊重、关爱、民主”的师生关系中，每天都用乐观向上的积极情感，学会生活，热爱生活，即使生活在困境中，也能挖掘生活的乐趣，并欣赏生活。

在课室里悬挂名言书画，办好班报，以启迪心智； 设置竞赛栏、展示栏等评比台，激起学生的竞争意识； 开设“心之声”信箱，进行心声交流和析疑解难；

设立“流动图书箱”，向学生推荐有益读物，和好书交朋友等活动，使学生开阔视野，学会做人。

（三）、班级管理、班集体作为一个有着一定规章制度的严密群体，班主任可以利用这一群体有效地开展心理健康教育。

1、班主任工作要面向班级的每一个学生。

在班集体中，通常比较容易引起班主任关注的是少数表现优异及表现较差的学生，作为大多数的普通学生往往因为不需要特别“操心”而被班主任所忽视。从心理健康的要求考虑，这种忽视是不能允许的。所有的学生都需要班主任的注意和关怀。事实上，国内外都有研究表明：表面平静老实的普通学生在心理健康上更容易产生问题。

有利于学生成长的班集体，是面向所有学生的。要使每一个学生感受到班级生活的愉快、和谐，使每一个学生体会到师生关系的民主平等，使每一个学生体验到学习生活的宽松、积极。

2、建立良好的师生关系（以诚相待，做学生的知心朋友。）

一项调查显示：在回答“我碰到问题首先找谁商量”时，寻找同伴的占70%,寻找父母的占10%,寻找老师的占8%,其他占12%。这表明学生碰到麻烦，首先想到的是伙伴。因为家长、老师往往以教育者的身份，学生的心灵很难畅开，也就很难沟通、理解。在这种情况下，学生产生的心理问题得不到及时、正确地疏导，往往会对孩子的身心健康产生不良的影响，有损于他们的健康成长。

作为教师，怎样让学生消除他对师长的畏惧、隔阂呢？

苏霍姆林斯基说过：“要成为孩子的真正教育者，就要把自己的心奉献给他们。”可见，教师平时不能高高在上，不能摆架子，只有把学生当做朋友，虚心听取他们的意见，对他们充分信任，通过谈心活动，打开学生心灵的窗户，使学生无所顾忌，愿意向老师倾诉真情，再根据个体的差异，因材施教。

3、排除自卑心理，发扬闪光点。

后进生常常受到老师的批评，同学的埋怨，家长的训斥，感到在班级里抬不起头来，老是觉得自己不如别人。进取向上的心理失去了平衡，消极地对待学习，信心不足，自甘落后，形成自卑心理。其实每个学生都有其长，亦有其短，后进生也不例外。因此，教师要善于发扬其闪光点，促使他上进。

例如有一位同学，纪律差，学习成绩差，经常受到冷遇，产生“生来不如人，学好不可能”的自卑心理。一次文体课上发现他讲故事讲得有声有色，声情并茂。家访中了解到他还经常给邻居的孩子讲故事。另一次，班上组织了讲故事比赛，他在比赛中获得了第一名。得到同学们和老师的称赞，使他大受鼓舞。从此，他做事情少了一些自卑，多了几分自信，他相信只要努力，成功是有可能的，他经常做完作业后还主动拿给老师看，请老师指导。因此学习成绩有了明显的进步。

4、树立榜样，提供模仿的正面典型。

榜样的力量是无穷的。学生认识肤浅，评判能力低，有时不会掌握正确的行为方向，且自控力差，因此常有“屡教不改”之嫌，令许多老师大光其火。其实碰到这种情况，最好先想一想，你做给他看了吗？、美国教育心理学家布鲁纳说过：教师对学生而言，是最具直接的象征意义的人物。众多教师的经验表明，在学生面前，“喊破嗓子不如做出一遍好样子”。走进教室，一把扫把横在门口，如果班主任俯身拾起来，学生就会从这一动作中领悟到自己应当怎么做。教师的这种以身作则的行为相信一定会在学生的心中造成很大的影响，也有利于学生形成正确的人生观，这样对学生的心理就起到了健康的教育作用。

同样道理，历史人物、民族英雄、革命导师、科学家、思想家等人类精英，都应成为少年学生学习的典范，教师要为学生树立正面的典型，让英雄不平凡的生平、伟大的业绩、崇高的人格、光辉的形象成为学生的榜样。让他们从英雄身上学到自强自立，学到做人的道理。

5、在班级管理中开展：

（１）建立自主合作的管理模式：

班级常规管理是一项整体性的育人工程，把学生的积极因素调动起来，制定班级管理的目标，才能够形成合力，培养学生的主人翁意识和责任感，共同构筑学生的自主合作的管理机制。

这样，班主任老师必须想方设法构建学生自我管理体制，为学生设置多种岗位，让每个学生有机会上岗“施政”，有服务同学、锻炼自己、表现自己、提高自己的机会。

如：建立各管理小组，明确各小组成员的岗位责任制；

设立小班主任、小老师岗位，实行“一日班长轮值制”--每天由一位同学担任“值日班长”，在小班主任的指导监督下，处理班里的日常事务，发现问题及时向小班主任汇报。

这种形式多样、人人参与、各司其职的自主合作管理机制，使学生逐步学会自己管理自己，自己教育自己，自主意识明显提高。

班主任要在班中倡导合作竞争的精神，开展“争创优胜小组”活动，引导学生在学习、纪律、专长、卫生等方面展开个人与个人、小组与小组的竞赛活动，以“赛”促团结，以“争”显才干。在学习上互帮互助，在竞赛中协调合作，同学们在各种活动中学会处理个人与集体的关系，学会交往，学会欣赏，使自我约束和自我调控能力得到提高。

（２）在处理学生间的矛盾时，着重学生深层心理的分析。

因为心理健康教育注重的是人的发展性的问题，在处理学生的矛盾时，就不能简单地告诉学生对与错就行了，还要多问一个为什么？你当时是怎么想？为学生提供多种选择，让学生在自悟中慢慢使学生的心理得到发展。

（四）创设积极向上的舆论氛围，重视学生耐挫折能力的培养。

正如轮船在茫茫大海中需要航灯，良好心理素质的培养同样离不开催人奋进的班级舆论。

班主任要充分利用班会、晨会、课前十分钟等渠道举行心理健康知识讲座，结合班里的突发事件引导学生对事件中出现的不良的心理意识进行分析，向具有良好心理素质的同学学习，增进学生们对新世纪人才必备的健康心理的认识。

“我能行”“我不怕”“我能好”成为学生学习生活的主旋律。此外，还应适时引导他们自觉进行挫折体验，使他们明白人生道路上不可能一帆风顺，若缺乏坚强意志和承受挫折的心理素质，将来就难以适应激烈的市场竞争；还要引导学生正确对待荣誉和失败。不要把荣誉看得过重，不能因为一次没评上“三好学生”甚至没得到老师的表扬，就产生心理波动。失败后重要的是找原因，而不是看重失败的结果。班主任要引导学生在挫折面前鼓起勇气，树立继续前进的信心。

（五）运用思想预测的方法

思想预测指根据人们思想活动发展的规律和特点，事先估计和分析产生思想问题和不良品德行为的可能性，以求及早预防和早期纠正。中学生处于青春期，在社会生活环境、家庭影响下，生理、心理趋于成熟，思想活跃，经常产生思想矛盾，处于极不稳定的状态。表面看来，思想品德的种种问题是难以预测的，但是在中学生的思想变化和品德形成过程 中，必然性总是支配着偶然性，而偶然性则是必然性的反映。因此，学生的思想品德问题总是有征兆可寻，有端倪可察，有前因后果可供思索。

很多有经验的班主任，在他们新接的班级中，为了预测学生的心理健康情形，除了做那些必要的事先了解之外，往往有意特设一些情境，来预测学生心理健康的程度。

例如，有位班主任在开学头一次的劳动中，有意识地让学生自己选择所承担的任务：一是打扫厕所，二是擦玻璃，三是擦桌椅。老师在和大家一起劳动之中有意观察每个同学的劳动态度，劳动结束后，教师组织大家畅谈劳动的感想，并有意识地在全班面前表扬了打扫厕所的同学们，然后再观察每个同学的面目表情，结果发现了不同的心理状态。这种自觉经验预测法可以用于预测班级学生思想变化的倾向性问题，也可以预测出个别同学可能出现的思想品德问题。班主任对学生的思想预测，不是凭空的胡思乱想，而是要建立在调查研究和实事求是的分析之上的。

俗话说：“月晕而风，础润而雨”。班级集体思想面貌的变化或是个别学生的思想变化，不管顺向进步还是逆向的落后，预先总会有迹象。若是不好的苗头，要及时抑制和消除于萌芽状态，防患于未然。反之，发现好的苗头，就要大力扶植，积极引导，使之发扬光大。这种征候预测法需要班主任具有敏锐的观察力，从细微之处入手，要善于驾驭学生发展的方向。班主任在运用预测方法时，要确定预测目标，即确定是班级学生的哪种类型的思想，或是预测思想主流发展趋势，或是后进生可能产生的问题。

（六）注重情感教育，学会以情动人

白居易描写弹琴女子的琴声感人时，说：“转轴拨弦三两声，未成曲调先有情。”其实说话的道理与此相同，所谓“情深方能意切，感人全在真情。”班主任要想使自己的语言具有感人的魅力，一定要做到“四分含情，六分叙理。”有理而无情，谈不上生动的形象和感人的魅力。

近年来，情感教育越来越重要，所以，班主任首先要指导学生学会关注他人的情绪和情感体验，具体的从学会观察他人的外部表情即通常所谓察言观色做起；其次，学会理解他人，学会角色换位，站在他人的立场上，将心比心，设身处地从他人的角度去想，这样才能更好地理解他人的情绪；最后，还要学会调节控制自己的情绪，使自己保持良好的心境和情绪。这样，才有助于对学生能够进行健康的心理教育。比如：一个学生作业没交，他告诉你忘在家里了，对此，你怎样说才会不伤害学生的心理健康？

①“真的忘在家里了？那就回去拿来让我证实一下。”——不信任

②“怎么搞的？这已经是第三次了，明天补交。”——不耐烦、不满意

③“是啊，为了写好这篇作文，你一定花了不少心血，可惜，今天不能看到你的作业了。”——信任、体谅、遗憾、暗示

第一种说法透出教师对学生的不信任，所包含的情绪是幸灾乐祸的：你说没带，我就将你一军——去拿来证实一下。试想这样教出来的学生心理会健康吗？肯定是充满嘲笑意味的，而不能正确对待错误。

第二种说法传达出的信息是教师对学生的极不耐烦和不满意，学生听后的感受是遭疏远和排斥的。试想这样的学生心理会健康吗？肯定也是缺乏耐心，甚至会失去信心，产生自卑心理。

第三种说法，教师传达的信息是信任、体谅学生，同时又表示了遗憾，而且暗示学生老师非常希望看到学生“花了心血”的作业，相信学生听了这样的话语，如果真的忘了带来不会感到委屈，只会感到后悔，如果确实是没有完成作业，回去以后也会“花不少心血”补上。

可见，教师对学生注重以情动人，对一个班级，对一个学生的影响是很大的，它能使集体变成熔炉，也能使集体变成冰窟，它能使学生感到教师可亲可敬，也能使学生感到教师可恨可厌。这样，对学生的心理健康具有十分重要的作用。

（七）要协调所有的任课教师，充分发动学生搞好学生的心理健康教育

古语说，“知己知彼，才能百战不殆”，只有真正的了解学生的心理发展水平和心理状态，我们才能有的放矢，做到对症下药，制订切实可行的教育措施和方案，采取行之有效的教育方法。当然，要做到这些光靠班主任一个的力量是不够的，因此，作为班主任要联合好所有的任课老师，共同搞好学生的心理健康教育，从与老师的交流中捕捉学生的日常表现，通过这些表现揣测学生的心理发展方向；班主任老师也要注意与学生的交流，确 切地说，应该是朋友般的心与心的交流，让所有的学生都对你感到可亲、可敬、可信，有话可以放心的告诉你，这样，你才能很好的掌握学生心理发展的第一手资料，在对学生进行心理教育的时候做到有话可说，先发制人。

（八）班主任要做好建立学生心理档案的工作 加强中学生心理健康教育与辅导，是当前素质教育的必然要求，建立学生的心理档案，为学生进行个别的心理问题咨询和辅导，促进学生心理健康发展，提供了重要的依据和信息，有利于心理健康教育的诊断、分析、解释、评价，有助于心理健康教育实施的目标、内容、方法和形式。因此，班主任老师要在对学生的心理状态充分了解的基础上，建立好本班学生的心理档案。

（九）动员家庭和社会，共同搞好学生的心理健康教育

学生的心理卫生工作不仅仅是学校教育部门的事情，也需要家庭和社会共同关心的一件事。学校可通过一系列措施向家长普及心理卫生知识，如：以家长学校的名义聘请心理卫生专家向家长讲授心理卫生常识；利用家长会的时机适当进行心理卫生宣传，督促家长协助学校共同解决子女的心理卫生问题。学校从主动沟通，争取支持的立足点出发，还要积极加强同校外有关机构的联系合作。如：卫生保健站，妇女儿童活动中心及其他社区服务机构等。共同努力于学生身心发展的社会心理环境，坚决抵制不良社会诱因对学生的侵蚀、毒害，确保广大学生养成积极向上的生活方式，沿着“四有”新人的道路健康成长。

今天的学校已不再是单纯的知识传递机构，它需要承担更多社会其他机构承担的职能，今天的学校被期望成为社会儿童、青年的保健和文娱中心。学校也要提供医疗、保健、社会福利、营养、心理学和精神病学的服务。在诸多的内容里，心理健康教育已日益显现出举足轻重的地位，因此，我们的班主任老师要首当其冲，切实做好对学生的心理健康教育。

随着社会的进步，对人才素质的要求已经从单一的文化素质转向了包括具备良好心理素质在内的综合型高素质人才的竞争，而作为心理素质的锻炼和心理健康教育的责任也就无可推卸的摆在了学校教育者的面前，班主任是班级的组织者、管理者，是学生全面发展的引路人，在学生的心理健康教育中是一股特殊而关键的教育力量。班主任重视并关注学生的发展性心理教育工作是促进学生健康全面地发展，提高学校实施素质教育实效的必由之路。

三、班主任承担心理健教育实施的必要性及自身要求 1.班主任要将自己定位成一个心理导师

青少年时期是人的一生中最容易偏离心理正常状态从而导致不适应行为或心理健康问题的时期，如上所述，青少年学习生活中的许多问题都离开心理问题。不成功的班主任往往是警察式的或保姆式的，对学生的问题缺乏预见和对症下药的方法；而成功的班主任把自己看成一个引导者而非学生的对立面，对于暴露出的问题不是忙着呵斥和禁止，而是能透过看本质，懂得遵循学生的心理发展规律，用科学的方法加以心理输导。把自己当作学生的心理导师，是班主任承担心理健教的必要条件，也是班主任师德提高的必经途径，因为要做到这种角色转换，就要求班主任站在一个比学生高的位置。只有悦纳学生，才能教会学生悦纳自己，只有不断锻炼自己的人格，才能做到悦纳学生，才能从根本上解决体罚和变相体罚的问题，才能从根本上实现培育人和塑造人的目标。

2.班主任的自我心理健康

首先班主任要有健康的心理。要树人，必先正己，己不正，又怎能树人呢？自己的心理不健康，又怎能以健康的心态对待学生和学生心理上发生的问题呢？ 据调查，有相当一部分教师存在心理障碍或疾病，这不仅影响了整个教师队伍的素质，更为重要的是会严重学生的健康成长。比如，强迫班上的其他同学轮流打犯错误的学生，动辄用抄写百余边遍课文的方式惩罚学生，对学生恶言恶语、冷嘲热讽等行为，都清晰映射出某些教师心理的阴暗面，因此，必须要重视教师的心理健康。特别是要重视班主任老师的心理健康。可以说，班主任不健康的心态可能直接导致学生的心理障碍，尤其是班主任喜怒无常的情绪和暴躁乖戾的性格常常是造成学生心理障碍的直接动因；教师不健康的心态也会影响正常的师生关系，师生关系也是影响学生心理状态的一个重要因素。因此，作为一个班主任老师首要的条件是要保持一个良好的心态，要深刻了解良好、健康的心理素质在教师整体素质中地位和意义，从而增强自我完善的主动性和自觉性，真正的搞好学生的心理健康教育。除了具备良好的修养外，班主任还应具备一定的心理健教知识,教师在日常工作中也要不断自我教育，自我完善。

总的来说，心理健康教育不是班主任工作的全部内容，但是作为一名班主任重视对学生消极心理状态的改良和不良行为的矫正，结合心理健康教育来开展工作，又是必要和有效的。教育的目的在于使人类进步。人们不断探索如何发挥教育的功效。分数教育曾耽误了一批有潜力的人才，在呼吁素质教育的今天，人们认识到知识比考分重要，智慧比知识重要。而人格、个性是最具决定性的东西。青少年是人格个性形成的关键时期，班主任肩负重任。从对学生负责的态度上，从要真正发展学生的素质上讲，心理健康教育不仅要搞，而且要切切实实搞好！特别是我们这些班主任老师，更要首当其冲，配合学校做好学生的心理健康教育工作。

四、班主任心理健康教育认识上的几个误区

1、“好”学生不需要心育。

实际上，那些学习优秀、在教师看来是“好”孩子的学生，也同样需要心理健康教育。许多研究与实践证明，有时这些“好”学生反而更需要心理健康教育。因为，往往由于学习成绩好，这些“好”学生心理发展中不健康的侧面就常常被忽视，得不到教师的重视和及时的帮助教育。

如，一些“好”学生由于长期被宠、被捧，心理承受能力已变得极脆弱，稍不如意就发脾气，有的还采取极端措施进行打击、报复，甚至走上犯罪道路，有的就此迈上了自杀、轻生的道路来面对失败和挫折的压力。

可见，心理健康教育并非只是个别学生教育的需要，心理健康教育是面向全体学生的重要课题，心理健康教育应成为我们学校教育的重要任务。

2、心育会增加学生和老师的负担。

产生这种想法是可以理解的，因为老师的负担，特别是班主任的负担已经非常重了，再要求班主任对学生进行心理健康教育，那不是太重了吗？表面上这是符合逻辑的。

但实际上却并非如此，因为，我们的老师是否反思过，为什么我们会做得这么辛苦？ 难道仅仅是因为任务多吗？

为什么有的人可以做得轻松，有的人却做得很辛苦呢？

我们是否检讨过我们的教育方法，或者说是管理方法存在问题呢？

我在BBS上认识一个网友，他的一句话对我启发挺大的。他说“能在忙中显闲，能在闲中忙活，才是高人！”一个人如果能够将繁忙的工作悠闲地完成，将看似无足轻重、闲适的工作中寻找到可以忙活的，他肯定有他的过人之处。

很多时候，我们之所以忙，是因为我们的方法不对。而心理健康教育，会让老师改进自己的管理方法，让你的工作轻松起来。这不是我个人的看法，这是我在参加心理学交流会的时候，其他的老师总结的经验。

很多时候，我们之所以很忙，是因为我们始终想着要控制住环境、控制住学生，不让他们犯错误，而实际上这是不可能的，你谁也不能控制，包括你自己。

每个孩子心中都有一个美好的愿望，那就是“要求进步”。有些孩子的进步明显，但大多数孩子在前进道路上不免磕磕碰碰，不能如愿地享受成功。于是我在班主任工作中融入了心理健康的辅导，旨在激发学生的主动性，充分挖掘他们的潜能，使他们能更快更好地进步。

**第三篇：班主任工作与心理健康教育**

班主任工作与心理健康教育

“教师应当是心理医生”是现代教育对教师的新要求。现代教育的发展要求教师“不仅仅是人类文化的的传递者，也应当是学生心理的塑造者，是学生心理健康的维护者”。作为一名心理保健工作者，也许不是一个班主任的主要任务，然而作为一班之“主”的班主任，能否以科学而有效的方法把握学生的心理，因势利导地促进各种类型学生的健康成长，将对教育工作成败有决定性的作用。

一、了解当前中学生普遍存在的心理问题是教育成功的前提

经过长期观察，笔者认为当前中学生中普遍存在的心理问题表现为以下几个方面：

1、情绪方面的极不稳定，喜怒无常。当其情绪喜悦时，学习积极性高涨，与别人相处和谐；当其情绪烦躁忧郁时，学习积极性低落，与别人难以友好相处，甚至出现逃学、打架、斗殴等现象。

2、意志方面一般为忧柔寡断、虎头蛇尾，自制力差，易受暗示。当其情感冲动时，自制力较差，不能正确对待自己和控制自己，当外界诱因强烈时，容易动摇。当学习中碰到困难，生活中遇到不顺心的事时，就表现为悲观、失望，甚至退缩，意志崩溃，破罐子破摔。

这些主要的心理问题产生的原因尽管十分复杂，但由于中学生心理的可变性与可塑性、过渡性与动荡性等特点，因此只要班主任有的放矢地加以正确地引导、扶持、帮助和教育，这些学生所谓心理问题是能够得以纠正与调整的。

二、对症下药，开展良好的集体活动是对学生进行心理健康教育的有效途径之一

良好的集体活动是富有教育力和感染力的课堂，它能使学生在活动中消除心理障碍，相互沟通，它能使师生在互动中产生潜伏的积极影响，同时它还有利于教师在活动中教学论文发现问题，解决问题。

其一，针对一部分学生缺乏恒心、毅力、对学习存在惰性，从而使他们智力因素受到极大束缚的特点，我开展了“学习为了什么”、“磨砺坚强的意志”等主题班会，（班主任）帮助学生制定了不良学习习惯治疗卡，制定了系列监督机制，并配合“学习竞争伙伴”、“进步之星”，经验交流会等活动，使学生的自信心和积极性得到极大提高，在活动中，非智力因素对智力因素起到动力、定向、引导、维持、调节、控制和强化的作用，一定程度上抑制了学习两极分化的局面。

其二、针对一部分学生以自我为中心，冷漠、自私的心理特点，我又先后开展了“九班的故事”，让每个学生寻找、发现本班的故事，让每个学生共同创作班歌，唱班歌，共同参与班级公约的撰写与讨论，让学生与兄弟班开展辩论赛、拔河比赛、篮球赛等，在活动中，学生开始变得热情，开始团结，开始互相关心帮助，整个班集体开始形式较强的凝聚力。

其三、笔谈——开启学生心理的一把钥匙。我发现，要想了解学生的内心世界，要想进行有效的心理疏导，笔谈比个面谈更加行之有效（特别对于一部分特殊生而言）。

笔者在开学伊始就让每个学生制作一本“交心本”，要求字数、内容不限，一周与我交流一次，刚开始学生并不习惯，东搬西凑或词不达意，渐渐地，学生敢说悄悄话，知心话了，每次与他们的交流都是一种心灵的对话。

笔者曾经有这么一个女学生，成绩优异，能力强，却过于要强，要斤斤计较，一次在“交心本”中她谈到自己竞选班长落选后颇多微辞的看法，我随即也在交心本中写了一封诚恳的回信，其中信的末尾我是这么写的“一个人衡量能力的大小不在于职位的高低，只有输得起的人才可能赢得真正的人生，虽然每个人都有自己的利益得失，然而与年龄不相称的衡量得失实在是最大的悲哀。”此后这个女学生有了很大程度的改变，爱计较的毛病也收剑了不少。

再有一个男生曾经为自己迷恋某个女生而陷入矛盾和痛苦中，我也给他回了一段话：“欣赏别人人的同时，不是要你忘了自我。与其匆匆涉入爱河，不如静静等待成长，干任何事都要有一个高的起点，爱情也一样。我始终相信，当你事业成功的时侯，幸福就会来临。”事后我又反复与该生进行了交流，最后该生终于平稳地渡过那个悸动的阶段。

总的来说，心理健康教育不是班主任工作的全部内容，若想对学生进行心理健康教育，严格意义上，必须配合一定的心理健康课程与学校专门的心理咨询措施，但是作为一名班主任，结合心理健康教育来开展工作，又是必要和有效的。当然以上仅是笔者的一些粗浅探讨，那么如何在二者间寻找更加有效和完美的切入点，需要我们德育工作全体同仁继续探讨和实践。

**第四篇：浅谈心理健康教育与班主任工作**

浅谈心理健康教育与班主任工作

提 要：处于身心发展变化特殊阶段的初中生，容易引发心理问题，解决这些心理问题就成了班主任工作中的重要内容。班主任要以与学生平等、亲密的态度来了解与协助学生解决心理问题，寓心理健康教育于耐心细致、诚挚深入的具体辅导之中，辅助学生自主地调节自身的心理状态、促进学生心理健康发展。

关键词：班主任中小学生心理健康教育

现代教育的发展要求教师：“不仅仅是人类文化的传递者，还应是学生心理健康的维护者。”通过多年来的班主任工作，我体会到大多数学生的异常行为表现，不单纯是品行问题，而多是由于心理问题得不到解决造成的。作为一班之“主”的班主任，能否以科学有效的方法把握学生的心理，因势利导地促进各类学生的健康成长，将对教育工作的成败又决定性的作用。因此，班主任必须肩负心理健康教育的重担，科学地把握学生的心理特征、心理动机，并做到及时的调整，做一个真正的“心理专家”，这才能更好地促进学生的健康成长，才是教育成功的关键所在。

那么，要在班主任工作中从事好心理健康教育，该如何入手呢？下面就谈谈我自己的一些看法。

首先，了解分析学生普遍存在的心理健康问题是教育成功的前提。

有关调查表明，许多学生在行为表现中的种种异常，如：好动、多话、厌学、打架等并不是单纯的品行问题，而往往是由心理问题引起的。学生正处于身心发展的重要时期，也是培养他们具有良好心理素质的关键时期。但随着当今社会竞争压力的增大及他们自身社会经验的扩展与思维方式的变化，他们在学习、生活、人际交往和自我意识等方面，难免会遇到各种心理问题，如不及时疏导、消除，将影响其心理素质健全发展和适应社会生活能力的提高。总的来看，对初中生而言，普遍存在的心理问题主要表现为几个方面：

一、情绪波动大，变化无常。由于中学生情绪还处于极不稳定的年龄阶段，当情绪处在喜悦时，其表现在：学习积极性高涨，显得较为活跃，和别人相处和睦；可当情绪处于忧郁时，其表现在学习积极性低落，显得心事重重，很难和别人难以友好相处，甚至出现逃学、打架斗殴等现象。

二、意志薄弱。多表现为优柔寡断、虎头蛇尾、自制力差、害怕困难，易受外界“新鲜”事物的影响。往往在情感冲动时，不能正确对待自己和控制自己，从而就会出现一些异常的举动。

三、不良的性格特点。性格方面的因素是中学生心理问题中的一种典型，其表现为：

1、自私狭隘型。常为一点鸡毛蒜皮的小事跟别人闹意见，常斤斤计较，对一些事总是耿耿于怀，从而引起心理充突，并且在很长一段时间内不能从中解脱出来。

2、自高自大型。常常以自我为中心，自以为是，不顾及别人的感受，也不善于接受别人的建议和批评；其受挫能力较差，在挫折面前常感到手足无措。

3、自卑怯懦型。缺乏自信，进取心差。对自己评价过低，觉得自己总是低人一等，做事情怕这怕那，在同学之间常常是寡言少语，常会逆来顺受、屈从于他人。

4、嫉妒孤僻型。常常感到心理不平衡，为了满足自己的虚荣心，不愿与他人接触。其表里不一，经常处于孤独、寂寞、抑郁中。

四、青春期的影响。初中学生已经进入了青春期，其心理随着生理特征的变化而变化，一部分学生情感极不稳定，情绪上变得焦虑不安，有时感到孤独、忧虑和苦闷，有时便失去学习的兴趣和意志，打不起精神听课。

根据初中生心理的可变性与可塑性、过渡性与动荡性，尽管以上这些主要心理问题产生的原因十分复杂，但只要班主任能有的放矢地加以正确引导、扶持、帮助和教育，同样可以得到相应的纠正和调整。

其次，有效的途径是对学生进行心理健康教育的基础。

班主任开展心理健康教育的主要途径具体包括:结合班队活动和校内外各项活动开展心理健康教育,通过宣传栏、心理咨询信箱等媒体介绍心理健康知识等等。有效的班队活动，它能使学生在集体活动中消除心理障碍，相互沟通，它能使师生在互动中产生潜在的积极影响，同时它还有利于教师在活动中发现问题，解决问题，激发学生主动参与心理辅导活动的积极性，引导学生学会主动倾诉心理烦恼，主动接受心理辅导，主动调节心理情绪，从而促进心理素质主动健康发展。班主任组织实施心理健康教育活动时主要从以下几个方面入手：

一、针对一部分学生缺乏恒心、毅力、对学习存在惰性，从而使他们的智力因素受到极大束缚的特点。可以采用开展一些主题班会的方式，让学生们充分讨论，帮助其制定好“学习计划表”、“不良行为登记表”、再制定监督机制，这样做，会使学生的自信心

和积极性得以提高。另外，在活动中，非智力的因素对智力因素起到动力、定向、引导、维持、调节、控制和强化的作用，在一定程度上抑制了学生在学习上出现两极分化的局面。

二、针对一部分学生以自我为中心，对人冷漠、自私的心理特点。我们又可以从开展具体的活动，让每个学生寻找、发现班集体中的很多故事，如在本班开展朗读比赛，和兄弟班开展篮球赛等。多开展这样的活动，学生慢慢地变得主动热情、团结活泼、同学之间也开始变得互相关心、互相帮助，这样既转变了学生不良的心理特点，又增强了班集体的凝聚力。

三、开启学生心理的一把钥匙——笔谈。班主任可以让学生在每周进行自我评价的周记里开设“悄悄话”小栏目，作为班主任与学生交流思想感情的一个小窗口。学生在“悄悄话”里所谈的内容可以要求老师不加评价，不下结论，只希望将心中事一吐为快。也可以请求老师给予解答、理解和帮助。针对学生反映的种种情况，班主任可以采取不同的解决办法：一是对于简单明了比较集中的问题在班会课上逐一答复。二是对于那些小篇幅可以解决的问题采取书面形式在周记里做认真地回答。三是对于问题较多较复杂的学生采取谈心的方式，在短期内给予解决。

四、家访——促进学校教育与家庭教育的相互沟通，促进教师对学生的全面了解。在家访中，我们发现大多数外来子女的家庭中，其摆设零乱、无序，父母的文化水平有限，对孩子的教育甚少，或是教育方法不当，这无疑会使孩子产生懒惰、散漫的习惯，以及不健康的心理。为此，充分做好学生家长的思想工作，使其转变观念，为孩子营造一个有利于学生心理健康发展的家庭环境，让家长们以健康的心态对待孩子、教育孩子。明确培养孩子健康的心理素质是每个家长的基本职责，能积极配合学校教育，努力使孩子达到德、智、体全面发展。

五、把班级布置成温馨的家庭。班主任有计划地从日常、相互交往、学习负担及各种活动等方面创设良好的班级心理环境氛围，使学生感受到班集体的愉快、友爱、亲密、温馨，使学生消除各方面的心理压力。班主任还可以充分利用教室里的板报园地，激发学生的求知欲和创造性。如：每期的黑板报留下一个板块开辟一个栏目“奇思异想角”，学生在日常生活中遇到的难题可以用几句简短的话写下来，把它贴在“奇思异想角”里，然后鼓励同学通过各种途径去寻找答案，每周评出最佳解答员。这一过程，激发了学生的求知欲，学生智慧的火花可以经常在这一小小的板块闪现。

最后，正确的工作方法是班主任开展心理健康教育的关键。

班主任工作中的心理健康教育,应根据目标和任务灵活采用多种具体的方法和形式。可以单独采用一种方法也可以采用多种方法的有机组合。但在这些过程中，作为班主任千万不能赚麻烦，应针对每个学生的特点对症下药，才能起到良好的效果。此外，在对学生进行心理疏导时，无论是面谈还是笔谈，都必须遵循几个原则：

1、平等性与民主性原则。在科学真理面前，师生无论在政治上、还是在人格上都是平等的。师生之间只要有了民主与平等，才可能产生依赖与信任的力量，才可能对学生的性格的形成产生积极的作用，才可能更好地使教与学相互促进。

2、共情原则。教师要学会倾听，设身处地地去理解学生的各种内心感受，并将其表达出来，与他们产生共鸣，这样，可以缩短空间上、情感上的距离，有助于学生易于接受教师的教育。

3、保密性原则。教师只有在给学生保密的前提下，学生才有可能毫无顾忌，畅所欲言。

总之，要了解和帮助学生矫正异常的心理，就得亲近他们，做孩子们的朋友，因为只有亲近才有了解，只有了解才会产生信任，只有信任，教育才可能产生实实在在的效果。当然，心理健康教育不是班主任工作的全部内容。但作为班主任，结合心理健康教育来开展实际工作，又是非常必要和行之有效的方法之一，这样，才能更好起到“教书育人”的作用，才无愧于“教师是人类灵魂的工程师”的称号。

**第五篇：班主任工作与心理健康教育-班主任论文**

班主任工作与心理健康教育

“教师应当是心理医生”是现代教育对教师的新要求。现代教育的发展要求教师“不仅仅是人类文化的的传递者，也应当是学生心理的塑造者，是学生心理健康的维护者”。作为一名心理保健工作者，也许不是一个班主任的主要任务，然而作为一班之“主”的班主任，能否以科学而有效的方法把握学生的心理，因势利导地促进各种类型学生的健康成长，将对教育工作成败有决定性的作用。

不久前，有人预言心理疾病将是21世纪之患，有关调查表明，当前中小学生中存在心理问题和心理障碍的比例也相当高。1998年天津师大教育学院对1782名中学生的调查表明，有心理问题的比例平均为35.31%，有明显问题的比例为16.72%。而笔者在从事班主任期间也深刻体会到许多学生在行为表现中成表现的种种异常如：好动、多话、厌学、打架等并不是单纯的品行问题，而往往是由心理问题引起的，因此，将班主任工作与心理健康教育相结合，显得尤为重要。

一、了解当前中学生普遍存在的心理问题是教育成功的前提

经过长期观察，笔者认为当前中学生中普遍存在的心理问题表现为以下几个方面：

1、情绪方面的极不稳定，喜怒无常。当其情绪喜悦时，学习积极性高涨，与别人相处和谐；当其情绪烦躁忧郁时，学习积极性低落，与别人难以友好相处，甚至出现逃学、打架、斗殴等现象。

2、意志方面一般为忧柔寡断、虎头蛇尾，自制力差，易受暗示。当其情感冲动时，自制力较差，不能正确对待自己和控制自己，当外界诱因强烈时，容易动摇。当学习中碰到困难，生活中遇到不顺心的事时，就表现为悲观、失望，甚至退缩，意志崩溃，破罐子破摔。

3、性格方面的因素是中学生心理问题中较为典型的一种，一般表现为：（1）自私狭隘型，常为一点小事而跟别人闹意见，斤斤计较，并且在很长时间内不能自解脱，甚至耿耿于怀；（2）自大自负型，自以为是，瞧不起人，缺少对别人的欣赏与尊重，且受挫能力差；（3）自卑怯懦型，这类人较为孤僻，不合群，做事忧柔寡断，唯唯诺诺。

4、青春期综合症。表现为：（1）中学生进入青春期后，随着生理的发育发展，心理上也发生变化。一些学生情感上有了纠葛，情绪变得不安和烦躁，有时感到孤独、忧虑和苦闷，抑称为青春烦恼；（2）从某个时候起很快失去学习的兴趣和意志，打不起精神听课，称为青春抑郁，还有青春期幻想与所谓的“早恋”的问题等。

这些主要的心理问题产生的原因尽管十分复杂，但由于中学生心理的可变性与可塑性、过渡性与动荡性等特点，因此只要班主任有的放矢地加以正确地引导、扶持、帮助和教育，这些学生所谓心理问题是能够得以纠正与调整的。

二、对症下药，开展良好的集体活动是对学生进行心理健康教育的有效途径之一

良好的集体活动是富有教育力和感染力的课堂，它能使学生在活动中消除心理障碍，相互沟通，它能使师生在互动中产生潜伏的积极影响，同时它还有利于教师在活动中教学论文发现问题，解决问题。

其一，针对一部分学生缺乏恒心、毅力、对学习存在惰性，从而使他们智力因素受到极大束缚的特点，我开展了“学习为了什么”、“磨砺坚强的意志”等主题班会，（班主任）帮助学生制定了不良学习习惯治疗卡，制定了系列监督机制，并配合“学习竞争伙伴”、“进步之星”，经验交流会等活动，使学生的自信心和积极性得到极大提高，在活动中，非智力因素对智力因素起到动力、定向、引导、维持、调节、控制和强化的作用，一定程度上抑制了学习两极分化的局面。

其二、针对一部分学生以自我为中心，冷漠、自私的心理特点，我又先后开展了“九班的故事”，让每个学生寻找、发现本班的故事，让每个学生共同创作班歌，唱班歌，共同参与班级公约的撰写与讨论，让学生与兄弟班开展辩论赛、拔河比赛、篮球赛等，在活动中，学生开始变得热情，开始团结，开始互相关心帮助，整个班集体开始形式较强的凝聚力。

其三、笔谈——开启学生心理的一把钥匙。我发现，要想了解学生的内心世界，要想进行有效的心理疏导，笔谈比个面谈更加行之有效（特别对于一部分特殊生而言）。

笔者在开学伊始就让每个学生制作一本“交心本”，要求字数、内容不限，一周与我交流一次，刚开始学生并不习惯，东搬西凑或词不达意，渐渐地，学生敢说悄悄话，知心话了，每次与他们的交流都是一种心灵的对话。

笔者曾经有这么一个女学生，成绩优异，能力强，却过于要强，要斤斤计较，一次在“交心本”中她谈到自己竞选班长落选后颇多微辞的看法，我随即也在交心本中写了一封诚恳的回信，其中信的末尾我是这么写的“一个人衡量能力的大小不在于职位的高低，只有输得起的人才可能赢得真正的人生，虽然每个人都有自己的利益得失，然而与年龄不相称的衡量得失实在是最大的悲哀。”此后这个女学生有了很大程度的改变，爱计较的毛病也收剑了不少。

再有一个男生曾经为自己迷恋某个女生而陷入矛盾和痛苦中，我也给他回了一段话：“欣赏别人人的同时，不是要你忘了自我。与其匆匆涉入爱河，不如静静等待成长，干任何事都要有一个高的起点，爱情也一样。我始终相信，当你事业成功的时侯，幸福就会来临。”事后我又反复与该生进行了交流，最后该生终于平稳地渡过那个悸动的阶段。

此外，这里在对学生进行心理疏导时，无论是个别面谈，还是笔谈都必须注意几个原则：

1、平等性与民主性原则：师生间的民主与平等，才可能产生依赖与信任的力量；

2、共情原则，注意倾听，设身处地的去理解学生的各种内心感受，并将其表达出来，与学生产生共鸣；

3、保密性原则，只有在这个前提下，学生才有可能毫无顾忌，畅所欲言。

总的来说，心理健康教育不是班主任工作的全部内容，若想对学生进行心理健康教育，严格意义上，必须配合一定的心理健康课程与学校专门的心理咨询措施，但是作为一名班主任，结合心理健康教育来开展工作，又是必要和有效的。当然以上仅是笔者的一些粗浅探讨，那么如何在二者间寻找更加有效和完美的切入点，需要我们德育工作全体同仁继续探讨和实践。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找