

全员育人维护学生心理健康

王 雪

(青岛上海路小学, 山东 青岛 266000)

摘要: 全员育人“导师制”是用一种“全人”的教育概念教育培养学生, 在促进学生学业发展的过程中, 倡导教师注重对学生的品质、道德、心理健康等的培养, 使其逐步成长为一个自尊、宽容、自信的人, 培养学生学会如何生存、学会如何学习、学会如何生活。家庭的意外破裂和家庭教育的缺失, 可能会让孩子滋生出自卑的心理, 做事缺乏自信, 变得胆怯, 或者把自己封闭起来, 不想与外界交流, 借助一些其他的奇特行为去发泄自己。教师可以采用激励的教育教学方式, 从细节入手让孩子从点滴小事中感受到教师的关注和爱护, 抚平孩子在心灵上的创伤, 尽力补偿孩子失去的关怀与爱, 帮助他健康身心, 真诚的鼓励可以成为他在人生道路上克服困难, 继续前进的动力。

关键词: 全员育人 爱抚 激励 心理健康

中图分类号: G441 **文献标识码:** A **文章编号:** 1003-9082 (2022) 01-0180-03

2017年青岛市教育局下发了《青岛市推进中小学全面实施全员育人导师制工作的意见》, 在全市中小学中开始全面实施推广全员育人导师制度。要求学校所有教职员工参与德育和全面关心学生心理健康成长的一种协同育人的机制, 就是全员育人导师制。学校通过学生和教师双向选择等方式, 为每位学生确定对应的导师, 对学生的心理健康、学习生活、生涯规划等各个方面予以关注和指导。全员育人导师制的全面实施, 有利于有效落实“一岗双责”的教师教书和育人, 为优质发展教育注入动力; 有利于促使学生的潜能得到充分释放和发挥, 提高学生综合素质; 有利于建立健全学校教育、家庭教育和社会教育, 联合育人的“多位一体”协作的机制, 拓宽全员育人的渠道。

一、学校引领, 逐步开展全员育人导师辅导

我们青岛上海路小学的全体教师和学生都参与了进来。各年级团队集中组织导师每月对个案进行跟进分析, 不定时组织召开导师专题会议, 集体会诊重点案例, 针对存在情况, 研究对策, 提出解决办法。

为了及时了解学生学习生活思想状况, 导师每周坚持至少一次与学生进行单独约谈, 在学习方法、技巧和时间等方面协助学生制订切实可行的计划。导师记录师生活动的全过程, 记录在“导师工作手册”里, 并要求学生也能每周记录成长周记, 向导师汇报平日的学习、生活的情况。

要充分发挥家长学校的宣传阵地的主导作用。对家长的来访导师要主动接待, 并采用电话、信息或信件等多种形式定期和不定期的与学生家长联络, 与学生家长每月至少沟通交流一次, 每学期开一次一对一家长会, 及时与学生家长沟通, 反馈学生的在校表现, 争取得到家长的支持和配合, 并指导和帮助家长改进提升家庭教育。对学生本人

及其家庭, 导师必须要有较为深入的了解, 并且对指导学生的家庭结构等进行简要分析, 保持密切与家长的联系, 整合学校和家庭的力量共同教育学生, 建立“导师家访记录表”并把有关过程记录在案, 做到有据可查。

被辅导的学生需要建立成长的记录档案夹, 由导师跟踪学生的成长足迹。包括学生的家庭及其社会关系的详细情况; 学生的行为习惯、道德修养、个性特征、兴趣爱好等的状况; 学生生理、心理和身体的健康状况等方面。导师根据指导学生的基本情况的不同, 从品德行为缺陷及原因、学业成绩高低及原因、发展潜力和爱好兴趣等方面进行跟踪分析、制订计划和措施。对学生每月的发展表现等内容进行登记和对照分析。

二、个案分析跟进, 深入育人导师研究

佳佳(笔名)就是笔者负责引导的一名学生。她本来是一个活泼开朗的小女孩, 自从四年级妈妈由于生病去世, 突然像变了个人一样。不听爸爸的话, 喝牛奶让爸爸一箱一箱的买, 自己一箱一箱的喝。晚上不睡觉, 早晨不起床, 每天迟到不说, 还经常不来上学。到了学校也总是一个人闷闷不乐, 根本没有心思学习。

在面临家庭破裂的情况时, 孩子比大人敏感、脆弱, 她会觉得如同是“天降横祸”, 可能会一时难以面对家庭受损的严酷现实, 由于她调整自身心理的能力还不完善, 会感到无助和不知所措。孩子在遇到冲击时, 也会懂得比较。她会发现自己的现在和过去不同了, 感受到自己的处境可能也大不如从前, 把自己和健全家庭的孩子比较, 感到情况不如别人家的孩子。孩子可能会滋生出自卑心理, 变得小心胆怯, 缺乏向上积极的精神, 做事缺乏了自信, 或者把自己封闭起来, 不想与外界交流, 借助一些其他的奇特

行为去发泄自己。

这个学期，笔者采用了激励的教育教学方式，努力让孩子感受到对她的爱护和关注。并与其他任课教师沟通，细心观察找到她在学校的一丝一毫闪光点，想办法多表扬鼓励她。笔者发现孩子具备一定的写作能力，于是协同语文老师她在班里对她写的作文给予大力肯定和赞许，让她读自己的优秀习作，鼓励她参加征文比赛，让她逐步获得了成就感，激发了她写作兴趣爱好的发展。在孩子的爸爸住院期间，笔者又热心的关心帮助孩子，帮她扎头发，给她提供早饭，在学校合唱比赛时主动提出帮她承担租服装的费用……功夫不负有心人，在孩子身上渐渐看到了变化。最近孩子学习成绩直线上升，期中检测取得了优异的成绩，教师怀揣着给孩子爸爸报喜的心情，走进了她的家。

孩子家住在高层，一进家门爸爸就说家小就一间屋，的确，除了厕所和厨房就一间屋子，里面放着孩子和爸爸的两张床。学生的爸爸前一阵住院是因为心脏不好，本来是要做搭桥手术，可是还不够手术标准，所以就住院打了一个星期的吊瓶。在这期间孩子自己回家住，放学有时去医院看爸爸，吃饭全靠自己买着吃，有事来不及就不吃早饭了。现在孩子在家能帮助爸爸做一些力所能及的事情了，能主动学习，还让爸爸给她买了习题的书做，爸爸很高兴，教师们也为孩子的成长感到高兴。

家庭有缺失的儿童，往往心情压抑，不喜欢社交，性格内向，或者叛逆冲动。所以，教师不仅要关心孩子们的学习成绩，还要更多地走进他们的内心，帮助他们逐步形成健全的人格和良好的性格。为胆小的孩子提供更多展示的平台，让他锻炼自信；为易于激动的孩子教授情绪管理的方式，让他控制情绪；帮过于宠溺的孩子制定规则，告诉他们规则的重要性；激励懒惰的孩子，点燃他们奋斗的热情；帮容易受别人影响的孩子分析问题，告诉他们坚定立场的重要性。需要特别注意培养其积极情绪和优良性格，鼓励他们积极参加学校、社会的集体性活动。家庭缺失的少年儿童，心灵受到了不同程度的创伤，心情往往会出现抑郁不安，我们教师、家长可以创造条件转移他们消极抵触的情绪。可以培养他们的某种特长或各种兴趣爱好，如学画画、学唱歌、学跳舞或者写作等，在活动中激励他们不断努力进取，取得一定的成绩。这些孩子在自己擅长的方面有了追求的目标，生活中有了爱好兴趣，情绪也会逐步乐观开朗起来，性格也可以在活动中得到磨炼，自然会从消极、悲观的情绪中渐渐摆脱出来，身心得到滋养，真正健康成长起来。

小翔（化名）在学校上次组织的拓展活动中，因为有同学对他说了不好听的话，当场大哭大闹。当时随活动团队来的还有一位心理专家，他通过和孩子的交谈后，找到了笔者。说孩子存在一定的心理问题。笔者很惊讶，平日老师对孩子们都是经常鼓励，呵护备至，找到他们做得好的地方就表扬，尽力帮助孩子们建立自信心。这个孩子电脑知识掌握得好，笔者还给他安了一个班级工程师的头衔，他怎么会心理出问题呢？心理专家说，这个孩子不需要更多的鼓励，而是需要挫折。他的受挫能力很低，经不起别人的批评和失败。笔者想起来的确这个孩子在上个学期，因为语文老师批评了他，中午饭都不吃，竟然还要打电话报警，一副崩溃的样子。心理专家说，需要让他最亲近的人，给他一些挫折，小小的，一点一点的开始。

带着这样的目的，教师来到了孩子家，他的妈妈看上去性格开朗，但对孩子的语文学习不是很满意，因为孩子做题出错经常不会改错。但是这些题老师在课堂上都讲过，也许是孩子听讲不认真或是没跟上吧。教师建议孩子不会就问，多问老师和同学，及时改错争取学习取得进步。在离开时，教师借口不认路，让孩子的妈妈出来送送我们，在楼外，我们进行了一次深入的交谈。我们向她说了心理专家对孩子的评价，他的妈妈有些紧张，她问孩子是否需要去看心理医生。她说自己就是情绪比较激动的人，也许这在潜移默化中影响了孩子。孩子犯错她也会批评他，甚至会打他。怎样的挫折教育才更适合他的孩子呢？

查阅资料后发现个体在从事有目的的活动时，由于受到干扰或遭遇阻碍，设定的目标不能实现，需求欲望不能得到满足时产生了消极的心理状态，被定义为挫折；挫折教育就是进行克服个体需求不能满足时产生的消极心理的教育。培养学生正确适应环境、控制情绪、改善自我、调节行为的过程中，逐步培养的适应和调节环境的能力，以及对思想挫折的控制能力，被定义为抗挫折能力。

在我国，挫折教育的思想自古有之，可谓源远流长。在我国古代文学和哲学的著作中，也都包含着非常丰富的关于挫折教育、挫折磨炼的相关论述。孟子曰：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”这也许是我国较早的挫折教育思想了吧。表达的一个人要想实现远大的目标，要想成就一番事业，必须先经历挫折的砥砺和磨练，培养坚强的意志品格和坚忍的毅力，挫折的承受力需要提高。

“正向强化引导式”的教育方法是我国的学校教育、家

庭教育、社会教育一贯施行的，但是这种教育方式会存在着单一性和片面性的缺点。比如，忽视了形成良好个性和培养意志力，过分重视智力学习能力的发展；把“成才”教育看得太重，反而忽视了“做人”的教育。挫折教育可以在一定程度上纠正传统的教育方式带来的弊端，矫治学生意志、心理、情感脆弱等问题。

让孩子在平日的生活中能够独立面对困难挫折，具有独立生存的相关能力，较好地解决出现的问题是进行挫折教育的目的。耐挫折能力的培养不仅包含生存教育、吃苦教育、心理教育和社会教育，还有勇气、独立、心理承受力以及意志等方面的培养教育。

在家访和辅导学生中了解到，还有相当一部分家长忙于生计，较少照看、督促孩子，这使得我们老师肩上的责任更重了，这些孩子也更需要我们老师的关心和指导。

小震（化名）家长父母两人每天早出晚归在市场做买卖，很少有时间看管孩子。孩子与他人沟通能力较弱，遇到事情不能主动承认错误，经常出现赌气和流泪现象，在家父母批评时常沉默对待。

小涛（化名）家长父母一起每天起早贪黑在商店做买卖，还有一个妹妹年龄较小，开学到现在放学后都在店里学习，不能保证安静的学习环境。孩子在家经常玩手机、看视频玩游戏，导致上课有时会愣神，在家写作业时也会愣神。

小宋（化名）到校经常迟到，其实托管班就在学校门口，但他总是很晚才走，到校后再去上个厕所，在操场上散步，走进教室就迟到了。妈妈工作忙，没有时间管他，就把他送去了托管班，孩子写作业很慢，经常在托管班都写不完作业。

小君（化名）家中有一个小妹妹，总是影响姐姐写作业，家长把姐姐送到了托管班，但是家长很少过问孩子的学习，家长怀疑孩子有没有多动或其他行为问题，其实孩子一切正常，只是疏于管理。

家访得知小天（化名）家中有两个孩子，还有一个一岁多的小弟弟，经常会打扰他的学习。建议放学后抓紧时间写作业，争取在学校抓紧时间写完作业，不懂就问，回家后就可以和弟弟玩了，也减少弟弟对他学习的影响，家长也需要多关注孩子的学习。

小田（化名）在学校乖巧，学习成绩一般。父母工作较忙，爸爸是现役军人，经常不在家，妈妈只有周三、周五回家，平日是家里老人看管。老人只能管孩子的衣、食、

住、行，对学习方面的事情管不了，孩子的学习习惯还较差，建议家长多抽时间与孩子相处，耐心对孩子的学习进行指导，帮助孩子逐步养成较好的学习习惯。

小曲（化名）学习优秀，但经常调皮犯错。每天在爷爷奶奶家写作业，晚上回自己家。除了学校布置的作业，家长又给孩子布置了很多家庭作业。建议根据学校的作业量，学校作业多时少写一些家庭作业，学校作业少时再多写一些家庭作业，减轻孩子的课业负担。有时间多让孩子参加社会实践活动，提高孩子的交际能力。

小宇（化名）热心，善于交流，但调皮好动，上课听讲不认真。交流后得知，妈妈工作忙，孩子基本上由父亲看管，可是父亲在孩子管理上要求较松，没给孩子养成良好的学习习惯。在家学习也是经常注意力不集中，经常写作业时分神，造成作业完成效率低质量不高。教给家长一些训练注意力的方法，希望经过训练，能够提高孩子注意力的持久性。

小吕（化名）是一名活泼好动的小姑娘，多才多艺，但学习注意力不集中，作业经常不完成。妈妈自己开了一间按摩店，工作很忙，没有时间管理孩子的学习。孩子晚上学习在店里，经常东张西望，作业写到很晚却效果不好。建议家长尽量为孩子营造良好的学习环境，最好能有人看着孩子学习，帮她养成良好的学习习惯。

小雨（化名）学习积极性不稳定，较易受到外界环境的影响。父母离异，平日和妈妈生活，比较宠溺，在家极少做家务。但妈妈身体不舒服时，能够主动照顾妈妈。建议孩子在家多做家务，体谅妈妈生活的辛苦。希望在家长监督下，认真完成作业，养成良好的学习习惯，锻炼抗挫能力，逐步形成健全的性格。

三、家校合作用爱抚慰，呵护学生心理健康

不管是老师还是家长，只有用爱去关心孩子，教导孩子，才会达到更好的育人效果。当我们放下自己的挑剔，去真诚赞美孩子；真正放下自己的偏见，去倾听孩子；放下自己的固执，去完全接纳孩子，我们与孩子之间的稳固纽带就会建立起来。孩子的心中，就渐渐有了价值感、归属感和幸福感。

作为教师我们要给家庭教育不完善的孩子充分的爱抚，让孩子从点滴小事中感受到教师的关爱，抚平孩子在心灵上的创伤，帮助他们健康身心，真诚的鼓励可以成为他们在人生道路上克服困难，继续前进的动力。