# 高校导师班主任对学生心理健康教育思考

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2025-05-08

*高校导师班主任对学生心理健康教育思考关键词：理想信念教育；心理健康；榜样；引导者构建和谐校园，必须以构建和谐班级为基础。导师班主任作为所任班级工作的全面责任人，自然成为所任班级学生期盼的良师益友和学业生涯的引导者，影响着学生的成长和发展。青...*

高校导师班主任对学生心理健康教育思考

关键词：理想信念教育；心理健康；榜样；引导者

构建和谐校园，必须以构建和谐班级为基础。导师班主任作为所任班级工作的全面责任人，自然成为所任班级学生期盼的良师益友和学业生涯的引导者，影响着学生的成长和发展。青年大学生处于成人化、社会化的重要阶段和价值观、世界观、心理素质、人格形成的关键时期，[1]导师班主任职责重在“导”，如何正确引导学生是导师班主任工作的重心，1加强大学生理想信念教育

习近平总书记在党的十九大报告中明确提出，要坚定道路自信、理论自信、制度自信、文化自信。自信是人们内心自然涌动的情感，是引领人们奋力前行的信念。“四个自信”体现了科学社会主义的理论逻辑与中国社会发展的历史逻辑之间的辩证统一，反映了当代的中国发展进步的根本方向。中国共产党的领导，是“四个自信”的前提，也是“四个自信”的结果。坚定“四个自信”，本质是坚定政党自信。高校要做到四个服务，培养青年做到四个自信，这是高校服务的使命。教育学生传承民族文化、民族认同和民族情怀。引导他们努力延长社会生命，开阔他们的视野，提升他们的格局。[3]作为一名导师班主任，要和辅导员共同协作，培养大学生的荣誉感、责任感和使命感，鼓励广大青年加强思想道德修养，保持积极良好的人生态度、良好的道德品质和健康的生活情趣。[4]培养什么人，如何培养人，事关民族兴衰

和国家前途。学生本人、家人及社会往往关注的是他们技能的提升和学习以及择业的高低，而忽略了他们道德修养的培养和提高，缺失了他们对人生格局的思考。[5]如何加强对当代青年的价值观养成教育，加强大学生理想信念教育，是当前高校思想政治理论课面临的重要任务。面对在多元文化环境中成长的当代青年，尤需在思想政治教育方面采取新方法新思路加以引导。[6]因此，加强和改进大学生思想政治教育，是新时期一项重大而紧迫的战略任务。作为一名导师班主任，要引导学生树立正面积极的三观，培养学生良好的素质和职业素养，在思想上引领学生的成长，让学生把握好大学生活，确立起人生的价值追求。鼓励学生要振奋精神、磨炼意志，继续发扬吃苦耐劳、勤奋好学的精神，学好知识、学好本领，早日成为有用之才。去年笔者申请了《概率论与数理统计》课程思政试点教学项目且按时结题立项，并在工作中践行相关理念。笔者时常结合马列主义、毛泽东思想、邓小平理论对学生进行引导，融入爱国主义、集体主义、依法治国、职业精神等德育教育，在引领其学习的同时，让他们树立正确的世界观、人生观和价值观。

2关注当代大学生的心灵健康

当今社会科学技术发展迅猛，世界日新月异，相对应地，我们人类也驶入了情绪负重的时代。大学生这个特殊群体作为时代洪流的一分子，当然对心理这个时代“晴雨表”非常敏感。诚然，大学生作为刚刚成年不久的一个特殊群体，自身也有许多特殊的情况，他们正处于成长的关键时期，生理上的过早成熟与心理上的不健全形成鲜明对比。他们面临对全新的学习氛围与任务的适应度，对所学专业方向的选取与学习的适应状况，对未来的远大理想与自身所处社会现实的冲击，对周围的人缘关系的处理与学习、爱情中的冲突问题的解决及对将来就业的抉择问题等，各种各样的心理压力都积在一起，如果没有及时有效地疏解，时间久了，必然会造成心理上的障碍，进而引发生理上的疾病。大学生作为天之骄子，身心健康是学业优异、事业成功及生活幸福的基础。当然了身体健康，大家都很重视，那么在大学校园展开心理健康教育就迫在眉睫。心理健康教育可以预防大学生身体疾病和心理疾病的发生，能及时有效地为学生疏解压力，促进心灵健康发展。

3学高为师，身正为范

作为一名人民教师，既要教学生做人，也要教学生做事。教师爱岗敬业、严谨、积极进取的精神本身对学生也是一种很好的示范。对学生来说，身边师长身上的这种无形的力量更有说服力，也能感染并带动他们用认真严谨的态度对待学习和生活。应在实际工作生活中自觉践行社会主义核心价值观，以身作则，尽职尽责，兢兢业业，勇做学生的榜样，树立终生学习的理念，不断提高自身素质和教育教学科研水平，关键是需要具备较好的思想、品德、心理、能力和创新精神等素质，不断提高自己的科研水平和教育教学水平。只有自身学风正、治学态度好、专业水平高，才能赢得学生的敬仰并发挥导师班主任的作用。同时，教师要将教书育人和自我成长结合起来，时刻觉察自己，保持自重、自省、自励，自觉做以德立身、以德立学、以德立教、以德育德的楷模，维护自身职业形象，树立师道尊严。我们要用自己的实际行动诠释责任与担当，努力做一名有激情、有实力、有远见、有情怀的导师班主任，不断创新大学生思想政治教育的理论和方法，在平凡的岗位上尽职尽责。我们要在思想上引领学生的成长，让学生把握好大学生活，确立起人生的价值追求，鼓励学生要振奋精神、磨炼意志，继续发扬吃苦耐劳、勤奋好学的精神，学好知识、学好本领，早日成为有用之才，回报家庭、回报社会。

4与时俱进，创新管理模式

作为导师班主任，希望学生在大学期间不留有遗憾，全方位地将自身的智慧与才能发挥出来，成为适应新时代发展的新青年。这需要在实践中不断摸索找寻管理学生的最佳渠道，在班级管理中，倡导积极乐观的学习态度和正直诚信的品性素养，保护好学生的尊严，因材施教，采取针对性的教育管理方法。（1）真诚关心爱护学生。教师对学生的关心，学生对教师的尊重，是优良学风，教风形成的关键，也是社会发展的重要因素。在思想品质教育中，要严格、公平、公正、有原则地对待所有同学。所有同学务必言行举止文明礼貌，不得爆粗口、谩骂他人，严禁打架斗殴，诚实守信，言必行，行必果，养成良好的学习习惯，课堂上要尊重教师，不得做违反课堂纪律和影响其他学生学习的任何行为，与同学和谐共处，平等尊重他人。（2）引导同学们尽早做好职业规划。人生不会总是一成不变，上天只会青睐有准备的人。导师班主任在大一新生入校后就要让他们了解当前的社会发展形势，对自己的毕业走向有清晰的定位，对本专业有深入的了解，不局限于此，可以有更多的尝试，尽早规划。正所谓手中有粮，心中不慌。这样学生根据职业规划制定相应的目标，有四年时间着手准备和调整计划，一步步向着目标靠近，直到实现目标。对毕业生来说初入职场的第一份工作主要是体验职场环境和积累工作经验，认真工作的人运气都不会差。提醒想考研的同学提早准备，因为大二时期时间充裕，事情相对较少，可以慢慢从公共基础课开始复习巩固，压力较小，到大三下学期时基本上可以专注复习专业课程，同时巩固英语，这样到大四上学期确定了目标后，就可以专门做真题冲刺了。整个流程宽松有序,有助于实现目标。督促同学们脚踏实地，认真学习各种知识，及时扫清毕业路上的障碍，顺利拿到毕业证和学位证。如有同学有未及格的课程，每学期都督促他们积极备考，早做准备，争取每次进步一点，最终达到目标。比如英语学习中，建议学生多听英文音频、看原版英文电影、做历年真题等。（3）重视学生素质养成，品德教育。建立学生个人学业、道德素质、实践能力的网络信用档案，制定相应的奖惩措施，以此作为激励以及约束学生的方法。培养学生学会做人、学会求知、学会劳动、学会生活、学会发展。笔者认为一个人可以不成功，但不能不成长。每个人都要先做人，再做事。任何人做任何事前都要清楚自己的行为后果，能为自己的行为负责。在平时的交流中，导师班主任可以时常结合时事对同学们进行德育教育，发展他们的非智力因素，使他们潜移默化地接受爱国主义和安全教育，以提高自身素质。当今网络言论自由，让一些人误以为可以畅所欲言，殊不知网络也不是法外之地。经常警醒同学们时刻牢记自己的身份，永远不做跟身份不相符的事情，文明上网。当下网络购物和贷款便捷，提醒同学们文明购物、谨慎贷款、学会理财，永远在自己能力范围内购物。（4）与时俱进，及时了解新时代大学生的特点，在平时的学习和生活中增加与大学生的沟通机会，了解对学生影响最大的人———父母、家庭、朋友，知道他们最在意什么，努力成为大学生的倾听者与指导者。（5）经常邀请优秀的高年级学长代表参与班级会议，传授其学习生活经验。优秀的同龄学生往往比教师本身对大学生更具有影响力，以往的实践表明让优秀的学生与学弟学妹一起学习，会对大学生的学习和生活有很正向的积极作用。（6）班风是大学生思想和道德，及人际关系舆论力量等几个方面的精神思想的整体反映。因此，班主任导师要注意使所在班级形成一种良好的风气，倡导“以人为本”的先进教育理念，学会促使学生将之内化，创建和谐开明的管理方式，创造开明的“批评与自我批评”氛围，引导树立良好的班级形象，支持创立评价体系及引入竞争合作方式，鼓励培养大学生的创新能力和实践能力。

5发挥好班干部的先锋模范作用

班干部是一个班级的灵魂，是联系学生和学校的重要纽带，要发挥好班干部的先锋模范作用。因此班级干部的选择非常重要：一是具有良好的思想品质，能在班上树立积极向上的标杆作用；二是具有强烈的责任感，这样的班干部才能带领班级形成强大的班级凝聚力；三是具有同理心、同情心。尊重并能平等对待班上所有学生，这样班级成员的身心才能得以健康成长；四是具有服务意识和良好的沟通能力。班干部在工作中要与每位学生进行良性沟通，拒绝简单粗暴，不能让学生感觉是在被压迫，被管理，而应该感到是在被关爱，被服务，让班级学生有幸福感和归属感。五是成绩优良，班干部更应该在学习方面起到带头作用。

6与辅导员相互协作，共同打造良好的班集体

辅导员与学生“同吃住、共学习”，是学生的直接联系人。导师班主任一般由专业老师担任，需要同辅导员紧密联系，互相配合协作，才能形成有效的合力，共同打造良好的集体，让学生成长为优秀的个体。导师班主任从教书育人的角度出发，不仅仅传授知识，授业解惑，也能把学生真正放在心上，关心他们的成长。看着他们一路从懵懂走向成熟，获取丰硕的学习成果，再到拥抱新生活。

7结语

大学生的成长，本质是成人与成才。成人是个系统工程，以良好的家庭教育为基础、以知识教育为保障、以使命和担当为内容、以做事和创造为内容。大学生的成长需要引路人，需要尊师重教的浓厚氛围，需要学校科学的考核评估机制。成才，需要科学的培养体系、高质量的教材、深度关联与跨学科教师等。教育是一颗心撼动另一颗心，是一棵树的吟诵唤醒另一棵树的歌唱。了解不同学生的内心世界，切实感化学生，让学生好学、善学、能学，这个工作永无止境，值得我们为之付出终生。作为一名高校导师班主任，必须以高度的敏感性和自觉性，及时发现、研究和解决学生教育和管理工作中的新情况、新问题，掌握其特点、发现其规律，尽职尽责地做好工作。从一点一滴细节之处爱护学生、关心学生和服务学生，遵循大学生的成长轨迹，润物细无声地引领大学生成为品学兼优、身心健康、各方面全面发展的具有中国特色的社会主义新青年。在以后担任班主任导师过程中，笔者会继续学习，与时俱进，不断完善自我，争做一名受学生欢迎的有思想、有情怀、有责任、有担当的导师班主任。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！