

# 心理“迷失”的孩子 如何为她找到方向?



谈到“高敏感”一词,很多人可能会下意识地认为这等同于“太脆弱”“想太多”,给这样的孩子贴上刻板标签。作为班主任,如何引导心理“迷失”的孩子走出困境,越来越自信、自强?本期,宁波外事学校的陈明老师分享了自己的心得体会。

## 我的介入

### 摘不掉的口罩

新生入学之初,班上有一位叫小A的同学引起了我的关注。开学一周以来,仿佛没有见过她摘下过口罩。最初,我只是单纯地觉得这个学生可能是自我保护意识较强,不管是在教室上课,还是在室外跑步,都不会摘掉口罩。但后来关注了一段时间,我发现她跟班里的同学不太有交流,中午从来不与同学们一起去食堂用餐,而是自己去学校小卖部买面包,回到教室后默默吃完面包并迅速戴好口罩。任课老师们也向我反映,课上与小A交流,她总是低着头一言不发,老师的耐心引导,都被她隔绝在视线之外。

一次,专业课老师给我打电话,说小A在随堂测验的时候,突然起身撕掉试卷,然后哭着跑出教室。老师找到她时,这个孩子只说找不到回教室的路了,其他什么都不愿说了。为此,我与家长联系,家长也无奈地表示,“陈老师,下次有机会再跟您谈谈……”我隐隐感觉到,这背后的原因可能并不简单。

### 家校融通,增加孩子的安全感

学校升级的门禁刷脸系统启用后,过去刷卡进校的方式不再被允许,小A开始不能按时上下学,总是要在校门口等到其他人都走了,她才肯进出。我把小A爸爸邀请到学校单独交流,才发现实际情况远超我的预想。

原来,小A在初中时因为和同学相处有摩擦,出现了敏感、情绪不稳定等心理症状,从那时起在人前她从未摘过口罩。升入高中后,因为她对新的环境、规定等不熟悉,导致适应困难,加重焦虑情绪。

对于新生来说,让其感受到学校、班级是一个安全的空间,是融入新环境的前提和基

础。而像小A这样敏感而特殊的孩子,更需要家校联合,为其正常上学创造条件。

与家长深入沟通后,从这天开始,上下学进校门不再是小A每日要面对的难关。学校为其保留下一台刷卡机,并将其特殊情况告知早晚班的保安师傅,为其开设刷卡进校“绿色通道”。

同时,我与班委和热心同学一起,轮流以“帮忙带饭回教室”“陪同去食堂”的方式,确保小A每天在校期间能正常吃饭。我还将小A的特殊情况告知班级的每一位任课老师,请老师们在课上给予更多关注,在沟通交流时注重适当的方式方法。

### 活动融情,增进人际交往

高一入学的第一个学期,我在班级中组织开展“感恩教师节”“班级BBQ”“冬至包饺子”等活动,让小A在其乐融融的活动中提升集体感,感受师生情、同学谊。

针对小A喜欢汉服、爱唱歌等特点,我还多次在班上开展“传统体验庆中秋”“班级元旦迎新演唱会”等活动,通过汉服秀、K歌表演、互换福袋,

让小A从旁观者变成参与者,从“配角”变成“主角”,收获同学的祝福和掌声。

在运动会期间,我与体育老师商量,安排运动能力并不突出的小A担任学校比赛志愿者,做好赛事准备、协助裁判老师。尽管没有奖牌和奖状,但小A依然能从中感受到自己被需要、被认可。

### 专业融合,实现自我价值

“优点即转折点”。作为中职生,提升专业能力、强化专业水平是职业发展、出彩成才的发展途径,也是培养学生终身学习意识和能力的重要基础。小A的优势在于,她非常热爱所学的专业。学习上专注认真,不需要老师费心叮嘱,作业总是能高质量完成。

我抓住她的这一闪光点,引导她将注意力更加集中在自己的专业发展上。我们定期开展“班级夸夸会”,将她的优秀作业和学习行为作为表率向班级同学展示。同时,

专业老师还经常安排小A参与专业展示和赛事交流等,让她以专业成就提升自信心、以专业目标指引自己稳步前行。

在“三融”并举下,小A逐渐适应新的学习环境,焦虑的情绪越来越少,身边的朋友越来越多,慢慢地融入班集体。虽然口罩还未摘下,但孩子的状态越来越好。期待三年后班级合影里留存的不仅是大家的美好回忆,也能记录下小A摘掉口罩后阳光自信的笑容。

## 班主任说

学生的改变并非一蹴而就。我知道,面对小A这样“高敏”的学生,需要老师、家长、同伴的多方合力和共同坚持。我相信,从“心”出发的教育,终究能打动学生的心灵深处。从班主任有意地助推,到学生无意地被触动,奇妙的化学反应总会在不经意间产生,这恰恰是教育的魅力所在。

### 栏目主持人

现代金报 | 甬派  
记者 樊莹 通讯员 桂盼

### 本期人物

陈明  
(9年教龄)  
宁波外事学校老师

## 孩子的故事