

# 积极心理学视域下小学班级管理创新性研究

路丹 陈甦甦

(柳州城市职业学院 广西柳州 545036)

**【摘要】** 小学班级管理是一个全面性的动态教育过程,需要教师按照教学要求采用一定的教育手段和措施,带领班级学生对班级中的各项资源予以组织、计划、协调等,从而实现教书育人的一项活动过程。班级管理的好坏直接影响教学成效,对班级整体的学习氛围营造起到关键性作用。积极心理学致力于研究人类心理品质,提倡心理积极取向,主张挖掘人类原本潜在的精神力量,以此来促进人与社会和谐发展。本文试图对积极心理学理论进行分析,就当前小学班级管理方面存在的不足,以积极心理学理论为指导,为优化小学班级管理提出创新性思路,希望以此能够提高小学班级管理工作水平。

**【关键词】** 积极心理学;小学班级管理;研究

DOI: 10.18686/jyfyzy.v2i10.30772

积极心理学研究最早起源于二十世纪初,由西方心理学研究者马丁·塞里格曼、谢尔顿·劳拉·金共同提出,它是心理学领域的一场新革命,同时也是人类社会精神文明发展的一个里程碑。积极情绪是积极心理学研究的一个重要方向,促进心理学的研究和实践发生了转变,打破了以往消极心理学在心理学发展中的主导地位<sup>[1]</sup>。积极心理学从自身实践、自我认知及改变、自身评价等角度探究人的内在潜力和积极因素,促进个人始终保持积极、乐观、向上的心态。积极心理学这一理论依据的提出被有效应用于人们生活、学习以及工作的各个领域,对发展健康向上的人格产生了重要影响力。

## 1 积极心理学的理论观点

### 1.1 使人达到理想的幸福状态

积极心理学将发展和提升人的积极潜在能力,助人获得幸福感作为目标。该理论的提出是以积极的视角去发现并解决问题,培养人的积极品质和思想,并从过程中获得积极的情感体验,希望通过积极的态度来塑造乐观向上的人生。换言之,积极心理学旨在帮助人们尽可能达到最趋于完美化的积极发展状态。

### 1.2 重视个人的积极体验

积极心理学尤其注重个人的积极体验感,通过积极体验充分挖掘人的内在潜力,使其获得最优心理状态。积极体验是个人对过去表示满意、对现在从容幸福、对未来希冀憧憬的一种心理状态,具体来说就是对过往、现在以及将来具备主观上的满足和幸福、快乐和充实、希望和向往,核心旨在促进人的主观幸福感增强<sup>[2]</sup>。

### 1.3 重视培养人的积极心理品质

积极心理学重视培养人的积极心理品质,积极心理品质强才能预防并克服心理疾病。积极心理品质具备以下三个条件性心理特征:第一,积极心理品质有助于提升个人的学习和工作;第二,积极心理品质能够有效提升个人主观幸福感;第三,积极心理品质有利于预防心理障碍、心理疾病,起到心理保健作用<sup>[3]</sup>。

### 1.4 注重积极社会环境的建设

积极心理学主观认为环境是影响人类心理的重大因

素,良好的环境是帮助人们获取更多积极情绪体验的关键,它有助于培养人的积极心理品质、塑造健全、健康的人格,因此构建积极的社会环境尤为重要。

## 2 小学班级管理现状

当前,小学班级管理情况不够理想,主要存在的问题如下:第一,对小学生采取权威性管理措施,进而忽视了学生的心理情感发展需求。这种教师长期处于核心地位的管理思想,限制了学生独立性、创造性、发散性思维的发展,更有可能使教育反其道而行。第二,教师在班级管理过程中过于注重结果也就是成绩,从而严重忽视小学生的思想品德和道德建设发展。第三,有些教师在班级管理过程中自然而然地形成一种对优等生的偏爱以及对差等生的偏见,无法公平公正的去对待每一个学生。长此以往,过分的偏爱以及偏见则会造成学生内心的严重不平衡状态,影响班级整体发展。第四,当前小学班级管理模式较为单一化,不利于小学生开放创新思维的培养,同时有碍于学生个人能力的提升<sup>[4]</sup>。

## 3 积极心理学视域下创新小学班级管理工作的作用

### 3.1 有利于提升教师职业素养以及教学境界

将积极心理学理论融入小学班级管理工作中,能够帮助教师提高自我情绪管理能力,让教师逐渐淡化传统尊师重道的权威感,建立起教师足够重视学生个人心理健康成长的新教学理念,使其在传授知识和技能的同时更为注重培养学生个人对生命价值的理解和感悟,以此也提升了教师个人职业素养以及教学境界。

### 3.2 有利于创建特色班级管理模式

在积极心理学视域下开展班级管理,能够为小学生建立一种良好的心理及行为模式,从而有助于学生形成不良情绪的调节免疫系统,让学生通过积极、乐观的优秀心理品质努力去应对各种困难,以此促进小学班级的管理模式多元化,让班级管理起来更为顺畅高效。

### 3.3 有利于小学生塑造健全的人格

教师在进行班级管理工作中,始终以积极心理学为导向去深入开发小学生的发展潜力,积极引导小学生建

立起良好的思想道德观、懂得奉献友爱、宽容自信,让其能够以向上发展的健康状态去追求学习和生活,从而促进小学生个人人格的健全塑造,也有利于班级整体的发展以及校园自信文化的建设。

#### 4 积极心理学视域下小学班级管理创新性工作策略

##### 4.1 在班级管理工作中积极关注学生的情绪体验

如前所述,积极心理学尤为重视个人的积极情绪体验。在日常小学的班级管理工作中,教师可以通过以下途径帮助小学生培养良好的积极情绪体验:第一,教师要公平公正的对待班级里的每一个学生,应该使其自身成为学生的良师益友。在班级管理过程中,教师要在生活以及学习上对学生进行细致关怀和帮助,让学生能够充分感受到教师、班级给予的幸福满足感,从而获得良好的积极情绪体验。第二,教师要善于倾听学生的诉说。要积极与学生建立良好的沟通关系,主动与差等生交流心声,尽可能让这些学生可以获得情感需求和慰藉,使他们能够在班级中找准个人定位,从而进一步融入班集体。第三,教师要积极引导学生正确进行情绪表达。良好的情绪表达有利于促进学生心理健康的成长,助其形成健全的人格。学生积极去表达个人情绪,增加积极情绪体验,从而形成积极情绪体验循环,有利于他们正向的面对问题,缓解心理压力,促进心理健康。第四,教师要多鼓励学生参与休闲活动。通过参与休闲活动来培养学生的积极情绪体验,这是一种重要途径。

##### 4.2 在班级管理工作中积极暗示学生努力完善自我

在日常班级管理工作中,教师要对学生开展积极心理暗示,这样将有利于提高班级整体的管理水平。通过对差等生进行积极心理暗示使其找回自信,发现自身存在的闪光点并将其发展下去。大部分差等生能够客观认识到自身不足之处,极度自卑的他们更期望寻求关注,所以教师应当更为关注这些学生,不应差别对待,帮助他们发现自我优秀之处,使其努力扬长避短、弥补不足,获取其他师生的充分认可,以此来更好地投入到班集体中积极开展学习。

##### 4.3 在班级管理工作中善于应用积极心理文化

如前所述,在积极心理学视域下,人格心理塑造主要是通过人与社会文化环境交互影响而形成的一个活动过程,个人内在因素、外在行为以及社会文化环境三大因素相互作用,个人所处家庭、学校以及社会等单位的建立必须要有利于个人积极品质的培养及发展<sup>[1]</sup>。因此,在小学班级管理工作中,要应用积极心理文化提升管理成效,应具体侧重以下三点:

第一,树立正确的班级舆情。所谓班级舆情就是在

一个班集体中占据上风的、能被大多数人赞许和拥护的言论及价值导向。它可分为正向和消极舆情两种,正向班级舆情有利于优良班风的建设,为学生营造一种积极向上的班级氛围;而消极班级舆情的产生则正好反之,将极大地损害班级整体的健康成长。所以,作为教师要时刻关注学生所讨论的热点,重视班级舆情建设以及正向引导。

第二,教师要善于应用模范带头作用。榜样的力量不可小觑,尤其是小学生更容易对向往的人或事形成崇拜,继而朝着榜样的标准去要求自我。因此,教师应当积极发挥出优等生的榜样作用,更有利于整个班级形成良好的积极心理文化。

第三,构建良好和谐的师生关系。每个人都希望被赞许和表扬,当有人给予另一个人正面评价的同时,被评价人对评价者的印象也相对是积极的,所谓的积极心理学的相互影响正是如此。那么,在现代教育中一再强调,师生之间的关系理应是相互尊重、民主、平等的,这样才能更好地促进教学相长、师生相融。教师需要换位思考,能够站在学生的角度去思考并理解学生所需,适当给予学生鼓励及认可,使其在学习之中充分感受到成功的荣誉感、喜悦感。与此同时,教师要增强对学生的期望值,只有教师对学生产生积极期望,学生才能更好地朝着积极方向发展,反之如教师听之任之不管不顾,学生则会有种强烈地挫败感,更为消极颓废、不思进取。因此,教师应当随时关注学生的学习以及心理进步发展并给予充分认可,以此激发学生形成自我教育的积极思想;充分尊重学生的个性化差异、主观能动性,为构建良好和谐的师生关系夯实基础。

#### 5 结语

总而言之,在积极心理学视域下创新小学班级管理工作,为教师实施班级管理建立了一种新的教学思维方式以及教育认知视角,不但改变了传统单一化班级管理模式,同时对提升班级管理水平和质量具有重要的推动作用,是目前小学班级管理不足的重要补充。未来随着积极心理学的不断深入研究,相信以积极心理学作为指导的教育管理工作将更为高效顺畅。

**作者简介:** 路丹(1990.9—),女,甘肃兰州人,硕士,讲师,研究方向:家庭教育、小学教育;陈甦甦(1981.2—),女,广西柳州人,讲师,研究生,研究方向:小学教育教学、数学教育教学。

**基金项目:** (2018年度广西高校中青年骨干教师基础能力提升项目“文化自信背景下广西民族特色儿童教育戏剧的创作研究”(2018KY1194)。

#### 【参考文献】

- [1] Alan Carr. 积极心理学:有关幸福和人类优势的科学[M].第2版.北京:中国轻工业出版社,2013.
- [2] 万正. 浅谈积极心理学理论在小学班主任管理中的作用[J]. 都市家教(上半月), 2016(12): 101.
- [3] 冯磊, 黄伟. 积极心理学视域下的小学班级管理优化[J]. 教学与管理(小学版), 2017(9): 7-8.
- [4] 许筱莉. 积极心理学理念在小学班级管理中的应用[J]. 新教育时代电子杂志(教师版), 2020(9): 76.