

积极心理学在课堂教学中的应用

汤晓敏

(沈阳师范大学教育科学学院 辽宁 沈阳 110034)

【摘要】积极心理学作为心理学的一个分支,它更加注重如何培养每个人的积极态度,积极品质,以及他们当下所在的生活和群体。在课堂教学中运用积极心理学,能够帮助学生学会保持生活和学习的乐观心态,激起他们学习的兴趣。同时建立和谐的人际关系和积极的社会互动,进而找到幸福更深层次的意义。本文就如何让积极心理学走进课堂,进行有效教学给出了一些建议。

【关键词】积极心理学;课堂教学;学生情感

20世纪美国著名心理学家赛里格曼提出了积极心理学,^[1]积极心理学理论在教育教学中也扮演着重要的角色。心理学研究表明,在积极的情绪下学生会在学习这件事情更加感兴趣,在课堂上应用积极心理学的知识,有利于营造积极的课堂环境。那么我们就需要搞清楚什么是积极的课堂?以及如何更好的在课堂教学中运用心理学知识。我认为,积极的课堂是指老师能够专注于课堂教学活动,营造积极的课堂氛围。同时,教师还应具备积极的心理和饱满的情绪。这样学生可以处于一个积极的状态,并且没有压力,才能主动学习和思考。老师和学生之间在课堂上进行有效沟通和互动,以取得教学和学习最佳效果。本文通过分析积极心理学在课堂教学中应用的必要性,提出了积极心理学知识在课堂教学中的几点应用策略。^[2]

一、营造积极地课堂氛围

在教学过程中,营造积极的课堂环境是高效教学的前提,良好的环境在课堂教学中起着至关重要的作用,这对教师和心理上有一定的影响。良好的环境可以培养学生过硬的心理素质,也有助于学生个人良好品德的养成。营造这种课堂环境要注意,每个学生的接受能力以及上课的状态都各不相同,老师应该学会因材施教,给予那些缺乏信心,不积极的同学更多的机会以及支持和鼓励,强化学生学习的信心。积极心理学家们认为,一个人在他出生之后,就已经有了学习的欲望,所以让学生内心得到一种学习后的满足,才会使学生在学习过程之中获得积极的心理体验。为此,教师应善于在课堂上保持积极的情绪,并引导学生使之获得满足感,让学生处于一种快乐、充实的感受。这样才能在良好的课堂氛围下,为学生创造独立思考的空间,激发学生的学习欲望。

二、设置合理的教学目标

在课堂教学中,设定符合学生学习情况的课堂目标,有助于激起学生学习的欲望和积极性。首先,应该根据本节课学习内容的难易程度,对不同学习水平的学生,设置不同的目标。其次,课堂目标还要把握住教学对象的特点,包括他们所在学段的思维特点以及学习特点。教师要意识到维果斯基的“最近发展区理论”,了解“关键期”,让教学走在发展的前面进行发展,使学生更加努力并且敢于挑战自己,在教师的指导下完成更高层次的任务。^[3]同时,课堂目标的制定应该是可测的,要能够根据课堂目标对学生本堂课的学习效果、掌握程度,以及所领会的知识是否符合课堂目标的要求等进行及时的检测。最后,课堂目标一定要具体化。结合新课改下的三维目标,即知识目标、能力目标和情感态度价值观目标要有具体的计划,把握好三个维度目标之间的关系和各维度目标所占的比例。

三、选择符合学生心理的教学方法和形式

教师上课时所采用的教学方法,以及对学生的态度将直接影响学生的主动性。尤其是那些学习上习得性无助的学生,他们可能会经历很多抱怨和绝望,因为考试成绩总是不理想,或者他们得不到老师和家长的赞扬和鼓励,他们不自信,也不相

信自己能成功。心理上一直在遭受冷落,长期的负面情绪一直增长,容易产生消极的心理。老师应该采取适当的方法给予这些学生更多的帮助,温暖和支持,要肯定他们自身的闪光点,平等的对待每一个学生。教师应根据课程内容的不同特点采取不同的课堂形式。^[4]可以采用描述式、讨论式、影视收视式、辩论式、报道式等不同的,先进的教学形式。以学生为课堂主体,选择符合学生心理的课堂形式,使学生们在课堂上能够自由发挥,提高自身的创造能力和学习的主动性,以此来进一步提升学生的学习兴趣和学习积极性。

四、进行及时的激励性评价

虽然不同的学生之间存在着个体差异,但是每个学生都会有自身的长处所在,作为教师要有一双善于发现每个学生身上闪光点的眼,并及时给予积极的评价。在平时的课堂教学当中,教师要让每个学生感受到自己是真的很棒的。要不断地给学生进行暗示:只要你是真的努力了,你就是最优秀的。在这种环境下,学生会相信他们是有优点的,慢慢的走出自卑的阴影,也会树立自信心。教师还应注意课堂评价的时机,及时给学生适当的,合理的评价,使学生能掌握自己的学习节奏。同时,教师要正确且真诚地使用评价语言,这可以让学生相信自己的能力,并启发和指导学生,引导学生进一步思考,试图挖掘自己更多的优点。此外,教师还应该用正强化的方式激发学生的学习热情。

总之,积极心理学从积极的角度对课堂教学进行研究,对改进传统意义上的课堂教学、提高课堂教学质量有极大的帮助。积极心理学在课堂教学中的应用,不仅为教师创造了良好的教学环境,也为学生的学习创造了积极的课堂氛围。它能给学生带来积极的情感体验,从而提高课堂教学质量,提高学生的学习效果。^[5]作为一名教师,我们应该有意识地、经常地将积极心理学的相关理论知识运用到教学中,帮助学生获得更好的学习体验,培养学生积极乐观的心态,促进学生的全面发展。

参考文献:

- [1] 章世钦. 积极心理学:一种新的学校心理健康教育理念[J]. 中国商界(下半月), 2009(01): 337.
- [2] 李春燕. 积极心理学在高中思想政治课堂教学中的应用研究[D]. 河北师范大学, 2014.
- [3] 王振国. 高中物理支架式教学对学生参与度的影响研究[D]. 聊城大学, 2019.
- [4] 陈祖鹏. “理解”沉默:初中生课堂沉默现象的解释学研究[D]. 西北师范大学, 2017.
- [5] 刘玉君. 高中化学必修1随机进入教学的实践研究[D]. 广西师范大学, 2014.

作者简介:

汤晓敏(1997.03—),女,汉族,辽宁朝阳人,沈阳师范大学教育科学学院,在读硕士研究生,硕士学位,专业:课程与教学论,研究方向:教学论。