

# 小学班级管理中的积极心理学的渗透

范薇

辽宁省抚顺市东洲区东洲第二小学 辽宁抚顺 113000

**摘要:**小学教育是学生生涯的初始阶段,为后续的教学奠定了坚实的基础,对于学生的思维发散、智力发展等都产生着非常深远的积极影响,所以教师应高度重视对这一阶段学生的教育。作为小学班主任,应该探索出有效的班级管理策略,来帮助学生积极学习与健康成长。只有班主任在班级管理工作中紧跟时代发展的步伐与潮流,及时进行创新与改革,积极了解学生的想法与需求,关心学生的变化与发展,才能提高工作效率与质量。

**关键词:**积极心理学;小学班主任;班级管理

积极心理学理念对小学班主任班级管理的多个层面有所促进。文章通过对当前小学班主任班级管理的分析,借鉴积极心理学的理念,以期在理论和实践层面提升小学班主任班级管理水平。

## 一、积极心理学和班级管理二者结合的意义

### (一) 积极心理学

积极心理学是美国心理学界兴起的一个新的研究取向,它是利用目前心理学已经比较完善和有效的实验方法与测量手段,来研究人类力量和美德等积极方面的一种心理学思潮<sup>[1]</sup>。首先提出积极心理学这一概念的是心理学家马丁·塞利格曼(Martin E.P.Seligman,1997)。马丁·塞利格曼于1997年就任APA(American Psychiatric Association)主席一职时提出“积极心理学”这一概念,使心理学的研究与实践方向开始转变。积极心理学有三大研究支柱:积极情绪、积极的个性特征或特质、积极的机构和社区。

(二) 将积极心理学的理念结合小学班主任班级管理的研究意义

积极心理学视域下的班级管理是指将积极心理学的理念与班级管理有机结合起来,并运用到班级管理中。对提升班主任积极情绪,培养小学生积极个性特征或特质,构建积极机构起到推动作用。首先,对班主任积极情绪的提升。班主任工作繁杂而辛苦,教育环境复杂易变,这些都成为班主任易产生消极情绪的原因。积极心理学理念有助于提升班主任的积极情绪。其次,积极心理学视域下的班级管理注重学生积极个性特征或特质的培养。一定程度而言,班级管理方式对小学生积极特质的形成有所影响。班主任要善于运用学生的潜在力量培养学生积极特质。最后,积极心理学视域下的班级管理促进积极机构的构建。积极机构系统中积极人际关系模式可以促进小学生积极特征品质的发展和表现,从而进一步促进积极的主观体验。

## 二、以积极心理学为指导开展小学班级管理工作的策略

### (一) 促进小学班主任的积极情绪

小学班级管理的具体实施者是班主任,由于小学生存在注意力、情绪不稳定、意志力较弱等发展性特征,所以无形中增加了班主任班级管理的难度。在管理过程中产生的消极情绪,无论班主任是否意识到,都会从言语、行为、举止上流露,对学生造成消极的影响,从而使班级管理变得更加困难。所以促进班主任的积极情绪尤为重要。班主任的消极情绪主要来自自身生活压力事件和班级管理过程中遇到的困难。面对消极情绪,一方面,班主任要客观的认识到,消极情绪是生活的一部分,应学会正视个体的消极情绪,积极追寻情绪问题的根源。班主任应该培养适时适度表达自己情绪的能力,积极的寻求外界的帮助,在必要的时候寻求专业人士的帮助。另一方面除了正视自身消极情绪以外,美国大学心理

学教授弗瑞德克森(B.L.Fredrickson)认为:积极的情绪可以得到拓展,我们还可以将积极情绪进行延伸,从而形成个体独特的思想和行为,这就是情感体验的过程。我们的情绪体验是一个动态的过程,在我们情绪情感时刻变化的过程当中,留意用积极的情绪情感来“填充”这一过程,那么我们就会有更多积极的情感体验,心情也是更加愉悦的。

### (二) 拓宽师生互动途径

由于传统的师生交流存在着很多的局限性,导致班级管理的效率与质量低下。还会受到时空的限制,无法帮助教师及时、全面了解学生的实际情况。因此就要转变这种师生交流方式,促使班主任与学生展开随时随地的沟通交流。首先,加强师生之间的沟通交流。作为班主任,只有第一时间了解到学生的想法与观点,才能采用相应的管理措施。班主任可以利用班会、课余时间等机会,与学生积极开展线下沟通交流,鼓励学生勇于发表言论。说出自己内心的想法与观点。还可以借助网络与学生进行线上沟通交流,并做好总结记录,针对学生的实际情况,给予不同的答复。其次,搭建班级平台。随着新时期的全面到来,班主任在班级管理中也需要紧跟时代发展的步伐与潮流,然后带领学生共同前进,为学生搭建展现自我的平台。班主任可以加强与其他教师的互动交流,然后合力创建一个班级管理网络主页,鼓励每一位学生都积极留言、展现才能、发挥特长,加强班级成员之间的合作与交流。增进学生之间的凝聚力与团队精神。这样不仅加强了学生之间的交流互动,还实现了班级管理,调动学生的主动性。最后,利用信息平台。作为小学班主任,还要通过教学平台的搭建,定期为学生布置一些相应的课后作业。让学生以小组为单位,展开合作探究,解决问题,获得全面发展。学生也可以将自身在解决问题中遇到的疑惑与困难留言到平台上。教师给予相应的点拨与提升。帮助学生获得更加完善与系统的知识。

## 三、结束语

小学班主任是班级管理的建设者、引导者,因此班主任自身情绪控制能力以及管理方式对小学生产生深远的影响。积极心理学视域下的小学班主任班级管理是以积极情绪为起点,通过班级管理营造积极组织,塑造积极人格。班主任通过积极的班级管理不仅为学生的和谐幸福奠定基础,也向自己的幸福人生挥手迈进。

## 参考文献:

- [1] 何君霞.新时代小学班主任班级管理德育教育的思考[J].文学教育(下),2020(08):128-129.
- [2] 任百荷.个体差异化前提下小学班级管理措施[J].花炮科技与市场,2020(03):231.
- [3] 田仲良.小学班主任与学生和谐关系的构建对策研究[J].科学咨询(教育科研),2020(08):132.