

积极心理学视域下小学生积极心理品质的培养

赵春江

北京卫生职业学院 北京 1001101

[摘要] 在新课改的背景下,培养小学生积极心理品质是小学教育教学改革中的重要内容。小学积极心理学旨在引导学生发挥自身潜能,促进个体幸福和社会幸福。小学阶段是儿童成长发展的重要时期,教师应该培养小学生成为健康、乐观、自信的人。积极心理学的理论为小学教育教学改革提供了一种新视角,通过培养学生良好的心理品质、提高学生学习能力等达到提高教育教学效果。

[关键词] 小学生;积极心理品质;培养;探索

[中图分类号] G641 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1647-9324(2023)-0044-07 **[收稿日期]** 2022-05-15

对于小学生而言,其心理健康状况直接影响着其成长发展和人生方向。从某种程度上讲,拥有一颗积极乐观的心灵才能更好地适应社会发展带来的变化。新课改强调学生学习方式发生转变,在新理念引导下学生学习方式改变是小学教育教学改革中重要内容之一。在小学阶段培养学生良好的生活习惯和学习习惯有利于促进良好心理品质形成,有助于其健康成长和全面发展。

一、引言

小学生作为一个特殊群体,其成长离不开教师的教育。自2000年以来,随着我国教育的不断深入,小学教学逐渐受到了社会各界的广泛关注。在新课改政策下,小学教育者也在不断进行教学方式的变革,在传统教育理念下逐渐向积极心理学学习。积极心理学倡导对个体充满爱与关怀、对社会环境保持包容与欣赏、对自身拥有健康积极的心理品质充满自信的教育理念。因此为了促进小学生形成积极心理品质,教师可以从以下几个方面入手:一是引导学生正确看待

自我;二是帮助学生认识到他人;三是培养学生自信心、独立性及社会适应能力等。在上述过程中,需要教师与学生形成良好沟通关系,通过共同努力促进小学生积极心理品质形成。随着教育教学改革发展进程不断深入,我国对于小学教育教学改革提出了一系列具体要求。作为一线教师除了要对自身专业知识不断学习提高外,还应该了解和掌握小学生心理方面健康发展需求与教育教学改革内容。从积极心理学视角出发的教育教学改革主要包括:一是让学生能够拥有积极的心理品质和自信,从而更好地适应社会环境变化;二是帮助学生学会发现自我、接纳自己,从而在学习过程中保持良好心态;三是提高学生社会适应能力;四是培养小学生独立思考能力、合作精神和创新意识等素质。

二、积极心理品质在小学教育中的作用

[2]小学阶段是学生心理品质培养的重要时期,教师要在小学教育中培养学生积极心理品质,帮助其养成良好的生活习惯和学习习惯,并引导其发挥自身潜能,促进其健

康成长。[1]例如，笔者在一次课堂上了解到有位同学在班上成绩很差，上课不认真听讲、下课也不爱写作业。为了帮助其尽快适应小学阶段学习生活和班级氛围，我鼓励同学们主动和他交朋友、开展小组讨论和展示学习成果等等，让他逐渐适应并喜欢校园生活。[2]另外一位同学上课也很不认真听讲、经常溜号、考试成绩总是倒数等。[3]在得知这些情况后，我就将班上学习优秀的学生组织起来进行了一个学习经验分享会。在这个过程中我发现这些同学在分享时特别认真和投入；另外一位学生也被邀请参加了这个活动（其实只是个“托”）；最后一位同学在分享时还说出了“我知道我们班的人很厉害”这样的话。[4]由此可见，小学生学习能力非常强也有一定的自卑心理，而让他们主动参与到这个活动中则能很好地帮助他们克服自卑心理、培养自信心等。[5]另外，教师还可以利用积极心理学理论指导小学生进行行为训练和实践活动，让他们体会到自己的价值以及获得成功快乐感的同时增强自信心。[6]例如在一次课堂上，我给学生们分享了自己小时候考试失利后被老师批评的故事：老师拿出三张白纸让我们写答案、自己错题、再做错题等。[7]当学生们都写完后让我再仔细看一遍时发现有一位同学错了两道题目而老师却没有批评他，还夸奖他很聪明、很努力。[8]通过这件事使学生们认识到了不能因此而产生自卑心理或产生不良情绪。

三、培养小学生良好的心理品质对小学教育教学的重要性

[3]良好心理品质是一种积极的心理状态，它是指个体在任何情况下都能保持积极乐观的心态，并不断朝着更好的方向发展。[4]小学阶段学生正处于身心成长发育期，其生理、心理上还没有完全成熟，需要教师加以正确引导与培养。[5]教育工作应将情感教育贯穿始终，注重培养学生积极健康的心理品质。[6]小学生由于年龄小、认知水平低，学习能力较弱，因此教师应加强对小学生情感教育的引导和培养。小学阶段是一个人生理发展和心理发展较为关键的阶段，教师应该结合小学生身心发展特点开展相关教育教学活动，为其建立良好的学习习惯和生活习惯奠定基础。[7]新课改背景下教师应该根据小学心理健康状况和特点实施针对性辅导。[8]随着社会主义现代化进程不断加快，教育教学改革对教师提出了更高要求，教师能够不断更新教育教学观念、创新教学方法、优化教学内容。[9]新课改背景下小学教师需要转变传统的课堂教学模式，利用多种新方法培养学生积极健康心态。

四、培养学生积极心理品质的具体方法

[研究背景][作者单位]江苏省盐城市响水县教师进修学校，研究方向：教师教育。
[研究方法]通过调查分析、文献查阅、专家访谈等形式，对小学积极心理学进行了初步的探讨。[主要结论]在我国的教育教学过程中，要注重学生综合素质的培养，同时在生活场景中也可以通过培养学生积极心理品质

达到提高教育教学效果。[研究意义]在新课改背景下,要注重学生综合素质的培养,注重生活场景中培养学生心理品质。[不足之处]目前我国对心理素质的重视程度不够。通过本文研究可以发现在小学生心理素质方面存在着一些不足之处:。首先是小学生面对困难和挫折时不够乐观,在学习和生活中容易产生自卑心理;此外,由于家庭因素会对他们造成一定影响[2]。。其次是小学教师对于小学生情感上的关注程度不够,很多教师都比较注重传授知识技巧而忽视了对儿童内心情感影响和教育问题。。再次是教师对于学生的期望值比较高,过于追求优秀学生,从而会忽略一些成绩不太好的学生。。最后是对小学生不良行为习惯缺少有效教

育和引导[3]。。总而言之,积极心理学视域下培育小学生积极心理品质对于小学教育教学改革具有重要意义,有利于促进小学生综合素质发展和良好心理品质形成。

综上所述,小学阶段是学生形成健全人格、健康心理的关键时期。学校教育作为个体成长和发展的基础,对学生一生的发展起着至关重要的作用。而在小学教育教学中积极心理学理论的应用能够有效地帮助小学生构建乐观和积极的心理品质。教师需要转变教育观念和教学方式,加强对学生学习能力和创新能力培养。在小学阶段开展积极心理学研究为培养小学生健康心理打下坚实基础,有助于其健康成长。

The cultivation of positive psychological quality under the perspective of positive psychology

Zhao Chunjiang

Beijing Vocational College of Health Beijing 1001101

[Abstract] Under the background of the new curriculum reform, cultivating the positive psychological quality of primary school students is an important content of primary school education and teaching reform. Primary school positive psychology aims to guide students to develop their own potential and promote individual happiness and social happiness. Primary school is an important period for children's growth and development. Teachers should train primary school students to become healthy, optimistic and confident people. The theory of positive psychology provides a new perspective for the teaching reform of primary school education, and improves the teaching effect by cultivating students 'good psychological quality and improving students' learning ability.

[Key words] Primary school students; positive psychological quality; training; exploration