

# 如何用心理学知识提高班级管理效率

姜平<sup>1</sup> 蒲永琴<sup>2</sup>

(1. 石棉县教育局 四川 雅安 625400;

2. 石棉县七一中学 四川 雅安 625400)

**【摘要】** 心理健康教育关注如何塑造学生健全人格,改善社会适应能力,充分发挥心理潜能和创造性,提高心理健康水平。所谓“学科教学渗透”,就是教师在教学中自觉地、有意识地运用心理学的理论与技术,帮助学生提高学习活动中的认知、情感和意志水平,促进学生态度及情感的和谐发展。

**【关键词】** 心理学; 知识提高; 管理效率

自从参加工作以来,基本上都在当班主任,按理说在班级管理方面应该是得心应手很轻松了,可是随着时间的推移,却越来越不知道该怎么当班主任了。初二的时候因为某老师调走了,学校领导让我接任她的班级当班主任并担任该班的语文教学工作。初中学生正处于青春期,心理健康教育更为重要。“心理健康教育”是指根据学生身心发展的特点和规律,运用心理科学的理论、技术和方法,有目的、有计划、有步骤地通过多种形式及途径,培养学生良好的心理品质和健全的人格,促进学生身心全面发展和素质全面提高的教育活动。这个时候该班同时换了很多个老师,他们心目中的男神也因为工作原因不能继续教他们了,他们对所有新来的老师都有一种抵触情绪;再加上可能因为我的性格和管理模式与之前的老师不太一样,没过多久他们压抑在内心深处的所有坏情绪坏毛病都暴露无遗。最初是不好好扫地,随地扔垃圾,有的同学耍滑头,该他扫地的时候不去扫,说了也不听,班级常规扣分严重。接着就是晚自习讲话,你讲我也讲,全班都在讲,你也找不出个典型来杀鸡儆猴,讲道理也不听,第二天又犯,请家长来配合教育效果甚微,也罚了几个学生请家长来值守也是过了又犯。到后来发展到打架斗殴等等,诸多现象让你防不胜防,班主任成了消防员,到处救火,人累、心累,搞得身心疲惫,整个人都不好了。

有一段时间,我很消极,觉得怎么管也管不好,干脆放了,随便他们怎样,我也省心。慢慢地,原来成绩好的那部分同学也受到影响,从年级前十名下降到十几,二十,甚至更远,差的更差,年级后十名的我班总有三、四个,中等生的成绩也在下滑。看到这样的情形,我着急了。找成绩好的来鼓动他们,没多久他们就有了起色,可后面的一大批同学却再也起不来,我内心焦困不安。

后来,我们学校请了“简快”的老师们来给我们做暑期培训。我想改变自身的状态,学得很认真,认识到了积极健康的心态有多重要。“简快”的每个老师都积极,阳光,幸福,快乐,我想为什么我的工作要如此的没有幸福感可言?后来我开始接触心理学,并去报考心理咨询师考试在学习的过程中,也试着在处理班级事情的时候运用一些心理学知识,取得了比较好的效果,后来,在更多的案例中运用心理学的知识都有了较好的结果。

1、心理教育与班级管理,学科渗透相结合法:班主任老师结合自己所任教的学科适时、适度渗透心理教育内容,使班级管理各项工作都能在培养学生良好的心理素质中发挥积极作用。2、经验总结法:就自己实际开展心理素质教育活动的经验进行总

结,得出规律性的认识,并经过系统整理、分析、归纳总结,上升到一定理论高度。3、个案调查法:对一些典型学生进行重点追踪研究,以确定心理教育渗透到班级管理中对这些学生的影响效果,并进一步探讨对他们实施有效心理素质教育的独特方法和策略。4、集体指导与个别疏导相结合法,目的是使全体学生班级管理中进而在各学科学习中形成良好的心理素质结构,为学生当前生活及将来发展奠定良好的心理素质基础。5、让学生成为班级建设的好帮手法:班干部选拔任用需要讲求艺术。班干部的选拔和任用是班集体管理的第一步,没有班干部,班主任成了光杆司令,班级是管理不好的。所以说班干部的选拔和任用是非常重要的,这项工作做得好,后来的工作会得心应手;这项工作做不好,后来的工作会磕磕绊绊,事倍功半。班主任必须注意班干部的选拔任用工作。现在的许多班级干部的选拔任用,是通过全班学生民主选举来实现的。这是一种好办法,尤其是对高年级学生,更是如此。但是,班干部的民主选举,并不是班主任老师完全放手不管,而是尽到班主任教师的责任,做好组织引导工作。班主任接手一个新班级更应该做好选举前的组织动员工作。班内干部配备是否恰当直接关系到班级目标能否实现。6、创造美好环境,培养良好性情提高管理效率法:整洁、美观的环境,能振奋精神。教室的净化是一个班级精神风貌的外在表现,同时学生每天打扫教室,培养学生爱护教室公物和主人翁精神,树立净化教室、保持教室卫生人人有责的思想。不仅能培养学生认真做事的习惯,还能营造团队合作的精神。同时把学生的优秀书画作品、摄影作品,挂在“学习园地”上。这样既美化了教室环境,又在很大程度上鼓舞了学生创作的热情,时时给学生以启迪。用环境,用学生创造的周围情景,用丰富的集体精神生活的一切东西进行教育,这是教育过程中最微妙的领域之一。“蓬生麻中,不扶而直”。幽雅的人文气息,厚重的教室环境对人潜移默化的教育影响是不言自明的。这学期以来班级的风气在改变,整个面貌在改观。

现在我把心理学知识运用到班级管理工作只是开始了一点点尝试,想要通过更深入的研究把心理学知识运用到班级管理工作中来达到提高班级管理效率。

## 参考文献

[1] 郑建凤. 提高班级管理效率之我见[N]. 发展导报, 2018-12-25 (017).

[2] 刘艳. 精细化管理在小学班级管理中的应用[J]. 文教资料, 2018 (24): 168-169.