

# 心理关怀在小学班级管理中的应用分析

李梦奇<sup>1</sup> 高秋凤<sup>2</sup> 杨金花<sup>2</sup> 高蕊<sup>2</sup>

1. 山东省梁山县寿张集镇育英小学; 2. 山东省梁山县杨营镇京九小学

**摘要:** 本文探讨了心理关怀在小学班级管理中的内涵、基本原则和应用策略。研究指出心理关怀源于诺丁斯的关怀理论, 强调生命体的自主发展和精神成长。在小学班级管理中, 心理关怀应遵循以人为本、积极预防、持续跟踪与个性化关怀等原则。并通过增强师生沟通互动、家校联合共育、培养学生情感控制力、重视个性教育、促进班级内的同伴支持等策略。共同促进师生互动优化、学生的全面成长和教学质量的提升。

**关键词:** 心理关怀; 小学; 班级管理; 应用

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.10.179

## 引言

教育不仅关乎知识传授, 更涵盖了学生的情感与行为发展。尤其在小学教育阶段, 心理关怀成为帮助学生适应成长过程中变化的关键因素。源自诺丁斯关怀理论的心理关怀, 不仅着眼于教育的表层内容, 更深入到促进学生的自主进化和精神壮大中。在小学班级管理的背景下, 此种关怀理念的实践与深化对于满足学生在情感、认知和社会领域的多样化需求尤为重要。本文旨在阐释心理关怀在小学班级管理中的核心价值 and 现实意义, 指出关怀在这一领域的有效性, 并提出一套具体的执行原则与策略, 以旨在推动更加积极和健康的师生互动环境, 进而不断提升教育过程的品质和效果。

## 一、心理关怀的内涵

心理关怀起源于诺丁斯关怀理论。本质上是生命关怀, 追寻的是生命体的自主发展、精神成长和健康成长。现代心理健康教育是发展性的、积极的心理健康教育, 超越了传统以心理问题为指向的过于形式化、浅表化、封闭性、约束性、保守性的教育路径, 此理论在我国的发展, 主要运用于临床医学。然而, 随着时间的推移, 教育领域的研究者开始将心理关怀的概念运用于儿童教育, 并从中取得了一系列的积极成果。例如, 李晓玲<sup>[1]</sup>博士在对心理关怀理论进行系统性研究后认为, 关爱在行为上的体现可以被划分为四种互动意向: 行为关注、需求协商、关切回应以及关系维持。基于这一理论框架, 李博士倡导教育工作者需在具体教育情境中, 对学生进行恰当的关怀行为, 包括尊重学生作为独立个体的地位、尊重学生的个体差异性以及关注他们的个性化心理需求。孙炳海<sup>[2]</sup>教授则从教学职业的特性出发, 审视教师日常教学过程中应负起的心理疏导职责。他强

调, 教师的道德义务应从一个未分化的整体要求逐步演变为更具体、反映教职特性的细分要求, 其中, 提供学生心理关怀是体现教师权责的一个核心部分。朱莉华<sup>[3]</sup>在对小学班主任管理的考察基础上强调, 班主任在进行班级管理时, 应站在学生的立场上, 以丰富的知识和经验满足学生的需求, 通过以学生为中心的心理关怀策略, 为其全面发展奠定基础。通过上述学者的深入研究和实践, 可以得出结论, 心理关怀理论的实施对于优化师生互动、促进学生全面成长, 以及提升教学质量具有深远的意义。

## 二、小学班级管理中开展心理关怀的基本原则

在小学班级管理中, 心理关怀是一项极为重要的工作, 不仅能够促进学生健康心理的发展, 还能提高学生的学习积极性, 进而提升整个班级的教学质量和学生的综合素质。心理关怀在小学教育中的实施需要遵循以下基本原则:

### (一) 以人为本, 关注学生多元化需求

在小学班级管理中实施心理关怀首先要坚持以人为本的原则, 这一过程中心理关怀应当以学生的需求为导向, 全面关注学生的情感、认知、社会性等多个层面的需求。在教育心理学中, 马斯洛的需求层次理论明确指出, 人类的需求从低到高依次为生理需要、安全需要、归属与爱的需要、尊重需要和自我实现需要。小学生作为特殊的成长群体, 他们的需求具有明显的阶段性和多样性。例如, 对低年级学生而言, 他们更多的是对安全与归属感的需求, 而高年级学生则可能更加重视尊重和自我实现的需要。因此, 班级管理中的心理关怀应以精准有效地满足学生多元化需求为出发点, 通过建立良好的师生关系, 创造和谐的班级氛围, 以及提供个体化的

关怀与支持，来实现学生全面和谐发展的关键目标。

### （二）积极预防，构建健康心理防线

实施心理关怀的第二大原则是积极预防，即通过早期介入和预防措施，避免心理问题的发生和发展。心理弹性理论强调，个体面对挑战和压力时所展现出来的恢复力和应对能力是可以通过后天培养的。因此，在小学班级管理中的教师应采用积极的心理关怀策略，如心理健康教育、情绪调节训练、社会技能训练等，旨在提高学生的心理弹性和应对挑战的能力。通过开展这些针对性的活动，可以有效地预防学生心理健康问题的发生，如焦虑、抑郁、同伴关系困扰等，进而为学生构建一道健康心理防线。此外，教师还需要具备一定的心理健康知识和心理危机干预技能，以便在学生出现心理困扰时能够及时发现并给予恰当的帮助和引导。

### （三）持续跟踪，实施个体化关怀

第三个原则是持续跟踪与个体化关怀，这意味着心理关怀不应是一次性的行为，而是一个持续跟踪和动态调整的过程。差异化教学原则强调，教育过程中应充分考虑到学生个体之间的差异，采用灵活多样的教学策略和方法，来满足不同学生的学习和发展需要。同样，在心理关怀中，教师应根据每个学生的具体情况，制定个性化的关怀计划，如通过一对一谈话、心理咨询、家庭访问等方式，了解和关注学生的成长背景、学习状态、心理状态等，从而实施更为精准和有效的心理支持。同时，持续跟踪学生的心理变化，根据其发展变化情况及时调整关怀策略，确保每位学生都能在关爱和支持中健康成长。

## 三、心理关怀在小学班级管理中的应用策略

### （一）加强师生之间的沟通互动

在小学班级管理中，强化师生关系的密切程度是至关重要的。心理层面的互动和沟通可以显著提升班级的整体教育效果。有效沟通的前提是建立在理解和信任的基础之上，这要求教师具备良好的情感认知能力和交流技巧。班级管理可以定期开展“情感角色扮演”活动，通过设身处地理解学生的内心世界，来确定他们的需求和感受，进而引导他们表达真实的情感以及解决问题的欲望。例如，通过“移情图”策略，教师可以更深入地探索学生的思考、感觉、听闻以及言行模式，并据此调整教学策略，以促进学生的个体发展和班级凝聚力

的增强。同样，利用“积极倾听”技巧，教师可以更有效地解读学生的非语言信号，如身体语言、面部表情等，这将增强师生间的情感联结，提升学生的安全感与归属感。另外，教师可以通过建立“感情日记”的方式，鼓励学生记录自己的情感变化和日常经历，教师定期检阅并给予反馈，以此培养学生的自我反思能力和自我调节能力。这种策略不仅有助于学生自我认知的提升，也促进了师生之间情感的深入沟通。

### （二）加强家校联合共育

心理关怀的理念需要通过家校共育得到延展和强化，构建一个全方位支持学生发展的生态系统。将家庭作为班级管理与学生发展的合作伙伴，可以更有效地对学生的情感与行为问题。为了实现家校联合共育的目标，学校可以借助“家庭参与模式”与家长保持持续的沟通与交流，以确保教育信息的透明和一致性。一方面，学校需开展定期的“家校沟通工作坊”，提供心理教育资源，增强家长在孩子心理发展过程中的引导能力。通过分享最新的发展心理学知识，教师可以帮助家长理解孩子在不同发展阶段可能面临的挑战和需要。另一方面，学校可以引入“家长志愿者计划”，鼓励家长积极参与学校活动，增进家长对学校教育文化和班级环境的理解。如在开展文学节、科学周或心理健康月等活动中，家长能够作为支持者参与进来，为孩子提供心理情感支撑，拓宽学生的社交网络<sup>[4]</sup>。例如，通过“亲子阅读时光”活动，不仅能够促进学生的阅读能力和认知发展，还加深了亲子关系、丰富了家校联合育人的内涵。通过这样的方式，家校共育变得更加生动而有效，真正实现了心理关怀在小学班级管理中的应用。

### （三）培养学生的情感控制力

培养学生的情感控制力是一个涉及认知、情感以及行为方面的教育过程，旨在指导学生学会履行自身的责任，规范其言谈举止并合理引导思考模式。作为班级管理者，班主任需承担起培育学生自我控制能力的责任，此过程涉及对学生多种心理状态的理解与支持。班主任应当耐心提供心理引导，协助学生明确识别个人情绪响应，并通过特定的教育活动，教授有关情感管理的有效技巧。例如，可以引入“STA法”<sup>[5]</sup>：引导学生在遇到事情后，首先要让身体、肢体停下来，深呼吸来缓和自己的情绪。随后，引导学生进行深度反思，对其潜在的

应对策略和行动计划进行一系列的复合性评估。最后，引导学生选择和执行最合适的解决方案。班主任还应通过主题化活动的方式，进一步促进学生的自我认知深化，应以学生的个性化需求为教育之本，积极开掘并利用多元化的教育资源。运用在班会等课堂时间进行主题教育，如开展“我是好孩子”“对不起，没关系”“校园规则我遵守”等活动，不仅能够加强学生自我认知能力，也能在学生心中建立规则意识，并掌握行之有效的自我控制手段，教会学生如何更加有效地调节自我情绪和行为模式。

#### （四）重视个性教育

在进行班级管理的过程中，教师必须对学生的个性特点、学习动机、认知能力及学习习惯进行深入了解，从而针对性地设计教育干预措施，以促进学生自主学习能力的提升。为此，教师应采取多维度的心理干预策略，加强学生的心理健康指导，以实现情感层面的支持。首先，教师可通过积极强化的手段，即应用激励法，提高学生的学习动力。例如，针对比较聪明但缺乏有效学习习惯的学生，教师可以在一对一的交流过程中，运用成就导向的语言策略，激发学生的自我认知与自主调整潜力。当观察到学生行为的积极变化时，教师可以结合物质奖励机制进行辅助激励，运用内外激励因素促使学生保持积极的学习状态，并逐步实现学业进步。其次，心理分析法是一种在心理引导中频繁运用的策略。该方法主要是在传统心理辅导未能取得预期效果的情况下，教师通过细致观察学生的行为模式和语言表达，进行深层次的心理剖析，旨在探究问题的根源，并据此纠正学生的心理认知偏差。例如，对于学业表现良好但课堂纪律差及作业完成不佳的学生，教师在与其一一系列沟通后未获显著效果时，应主动与其家长建立联系并深入剖析情境背后的心理因素。如在某些情况下识别到其行为问题的根源在于学生的家庭背景（如留守儿童问题），那么教师应致力于构建更为周详的关怀计划。如每学期至少一次的家庭访视、监护人沟通和给学生的书信往来，确保学生能够感受到持续的社会关爱。在可能的条件下，可以组织关注留守儿童的活动，建立由家长和教师组成的志愿者服务队，担任“代理家长”角色，发起捐助行动来保障留守儿童的教育和基本生活需要，从而为学生提供类似父母间接的关爱和温暖氛围。

#### （五）促进班级内部的同伴支持

同伴之间的交流和互相支持在小学生的心理健康发展中起着非常关键的作用。为了在班级内部建立和谐的同伴关系，教师可以促进学生之间的正向互动，从而使心理关怀的理念在学生群体中得到应用。首先，可以组建“同伴辅导”项目，教师通过设置“大手拉小手”的伙伴结对活动，让性格外向的学生帮助那些内向或者羞涩的孩子，促进他们之间的相互理解和尊重。例如，安排学业表现优秀的学生作为辅导员，辅导成绩欠佳或学习习惯需要提升的同学。其次，通过团队建设活动如户外拓展、合作游戏、角色扮演等方式，强化学生合作能力和团队意识，同时锻炼他们解决冲突和沟通的能力。这些活动促进同学间建立信任，增强归属感。再次，鼓励“共情实践”活动，教师可以设计一些活动，激发学生之间的共情能力，如互相分享个人的经历和感受，教育学生在倾听同伴的同时能够站在别人的角度思考问题，从而形成班级内部的支持网络。最后，创建“赞美与感恩”的班级文化，定期开展一些赞美和感恩的活动，如感谢信的写作、感恩墙、赞美会等，鼓励学生之间相互认可和积极评价。不但能促进正向情绪的传播，还有助于学生情感的健康发展和人际关系的融洽。

#### 四、结语

心理关怀不仅是一个理论概念，也是小学班级管理实践中不可或缺的一部分。通过遵循心理关怀的基本原则，并运用有效的应用策略，小学班主任能够创造出积极的学习环境，促进学生情感智力和行为发展，实现学生的全面和谐成长。面向未来，班级管理者可进一步探索心理关怀实施的深度和广度，以持续提高教育的质量和效益。

#### 参考文献

- [1] 李晓玲. 基于诺丁斯关怀伦理的小学新手班主任关爱行为研究[D]. 杭州: 杭州师范大学, 2022: 04.
- [2] 孙炳海. 中小学教师职业道德行为的心理学研究[J]. 教育科学研究, 2018(03): 21-24.
- [3] 朱莉华. 基于心理关怀思想的小学班主任工作策略探析[J]. 基础教育研究, 2019(17): 31-33.
- [4] 朱华妹. 心怀学生, 施以德养——关怀教育在学生品德养成中的应用[J]. 吉林教育, 2022(25): 91-93.