

积极心理学理念在高中历史教学中的应用

刘楚平

湖北省天门实验高级中学

摘要：积极心理学理念与近些年来提倡的素质教育和新课程改革思潮相符合，本文根据历史这门学科的特性，有目的、有意识的运用积极心理学的理论、方法等，在高中历史教学中渗透积极心理学理念，从积极情绪、积极人格、积极环境三方面探讨了教学策略，优化高中历史课堂教学效果。旨在让学生在掌握历史的知识和技能的同时激发积极情感，塑造积极人格特质，树立正确的价值观，促进学生的全面发展。

关键词：高中历史；课堂教学；积极心理学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2024.01.226

一、积极心理学理念应用于高中历史教学的意义

历史课作为人文社会科学的基础课程，除讲授历史文化知识外，还肩负着培养学生历史道德情感的使命。特别是高中历史课作为我国基础性教育的最高阶段，在学生的基础文化知识教育中起到重要作用，有利于培养学生健康完整的人格，帮助学生树立正确的历史价值观念，乃至对未来的未来人生发展起到了指导定向的作用。高中历史课程主要具有以下特点：思想性、基础性、人文性、综合性^[1]。

高中历史的课程要求指出，在解释历史的发展变化规律时，要坚持使用唯物史观，使学生认同中华民族的优秀文化传统，培养爱国情怀，坚定社会主义信念，发展国际化视野，学会去树立正确的世界观、人生观、价值观。^[2]但是，教师在宣扬爱国主义时，如果只是直截了当地阅读有关历史事件，那么，这些历史事件中所隐藏的情感学生是无法感受到的，更无法在心理上产生共鸣。有时候，学生在学习历史的过程中，因为个人观念或是不当信息影响可能会对本该属于正面的历史事件或人物产生负面印象。还有些学生抱着批判性的眼光去看历史事件，这便会导致历史中的正面因素很容易被负面因素掩盖，削弱了历史的正面影响，最后被学生放大、记忆的是负面影响和缺陷。

积极心理学可以帮助学生以一种积极的心态去看历史的发展和更迭，从积极的角度去解释历史问题，发现历史事件里对当下生活有积极促进作用的元素，进而产生积极的主观情绪体验，最终培养学生的自信、自尊、自强，提高学生的历史人文素养^[3]。积极的心理可以使学生在上课过程中感受到喜悦、兴奋等情绪，有利于营造轻松愉悦的课堂教学氛围，促进良好师生关系与和睦同学关系的建立，使学生在上课时具备更高的学习积极性和主动性。高中历史教师以积极的情绪进行授

课，使学生在在学习历史知识的同时，也能对背后隐藏的历史情感产生共鸣，有助于学生发展爱国情怀等积极情感。当学生从积极的角度看待历史时，他们在学习历史的过程中便也会尊重历史，尤其是在学习我国伟大的历史发展进程中认同中华民族传统文化，增强民族自豪感和国家认同感。同时，借助积极心理学理念，学生也可以以史为鉴，参照历史人物发掘自身优势和长处，做到扬长避短、取长补短，最终实现自由而全面的发展。

二、积极心理学理念应用于高中历史教学的策略

(一) 给予学生积极的情绪体验，激发学生学习历史的兴趣

教师除了讲授基本的历史知识外，还要注意学生在学习过程中一些正面的情感流露和情绪表达。正如教育心理学所倡导的那样，学习的本质是内心心理的变化。真正的教育目标不在于去改变学生的某些具体行为，而在于让学生的内在能力得到发展，个人情感得到完善。教师应引导学生在教学过程中感受历史中的情绪，从而引发学生内在的情绪变化和外在的行为变化，最终帮助学生形成正确的价值观，这是历史教育的最终目标^[4]。高中历史课本上有着大量的历史故事和典故，这些历史事件中又蕴含了不少积极正面的情绪，学生可以借助这些历史正面情绪形成坚定的信念，还能在潜移默化中逐步树立正确的价值观、人生观、世界观，最终实现历史学科情感价值观上的教育目标。然而，这些历史教科书中的积极情绪可分为显性的积极情绪、隐性的积极情绪还有中性的积极情绪^[7]。显性的积极情感可以简单地包括理性的爱国的人本主义的情感，以及强烈的生活态度。教师可以利用情绪的信号功能和在教学过程中的感染功能，将情绪通过语言描述或多媒体课件展示的方式传达给学生。例如，在讲述中日战争时，学生可以很容易地捕捉到教科书中包含的积极情绪，因为教科书中

明显的情绪表达。而日本侵华战争的严重影响又是大家所知晓的，教师可以通过深入浅出的语言描写，把爱国情感传达给学生。然而，隐性的积极情绪涵盖了一些情感态度和价值观，如道德意识、科学态度、远大志向、公民意识、世界史观和开放意识等，这些情感因素不具有明显的情感色彩，在第一次阅读时难以让学生有深刻的触动，因此，在教学过程中，学生可以通过结合他们过去的经验和个人理解来逐渐理解它们。例如，在学习世界历史时，古希腊、古罗马的民主政治制度就包括了公民意识这一隐性积极情绪，但学生在第一次接触时很难体会到公民意识觉醒对西方社会发展的重要影响，这就不利于学生意识到其中的积极情绪，这时候教师可以借助身边的社会事例，结合个人教学经验带领学生理解公民权利和民主意识，促进相关内隐积极情绪的激发。

同时，积极情感体验的产生，它需要学生去接触大量的史实材料，对历史事件和人物进行心理上的感知^[5]。教师在教学过程中，需要选择恰当的史料补充重要历史事件，完善背景框架，运用情境教学理论，创设与学生实际相结合的历史情境，让学生感受到历史学习氛围，从而达到促进学生积极情感体验的教学目的。比如，在给学生讲授英国维多利亚时代时，教师为了让学生深刻感受到这个黄金时代的重要意义，就需要通过介绍当时英国人民的生活案例，展示当时英国人民的日常画像，让学生了解当时英国女王维多利亚推举的一系列治理政策，寻找其中的积极道德观念和正面行为规范。教师还可以从学生的实际生活出发，引导学生观察和思考维多利亚时代的社会制度、文化风貌与当今的社会情况进行比较，这样可以帮助学生更好地理解当时的历史和现实的联系，使学生在情感上产生共鸣，对历史知识印象更加深刻，情感记忆更加深刻。或者，教师在教学的导入环节中可以尝试从某个历史人物切入，通过讲述他的一个历史典故带领学生进入相关的历史背景，让学生从中获取所学知识，从而对历史背景自然地接受。例如，在教授新文化运动和五四运动的相关内容时，可以引入李大钊、鲁迅等名人的作品或名言，将他们的个人经历与新文化运动的发展进程联系起来。让学生透过特定的人物来了解当时的时代背景以及在这之下的思想文化革新与文学革命运动。这样，在教学过程中，让学生跟着某个历史人物的脚步去学习历史，不仅可以切实感受到历史人物的内心活动，加深学生的情感记忆，引发积极的情感共鸣，而且可以促使学生去主动探究分析相关历史事件背后的成因与意义。

（二）塑造学生积极的人格特质，实现高中历史教学的目标

高中历史课本上记录着大量历史优秀人物，他们都可以作为学生生活学习的良好榜样、为人处世的正面楷模，学生一方面能学习这些优秀历史人物在面对困境时的良好应对方式，另一方面又能在学习历史事件的过程中经受到历史人物伟大精神思想的熏陶，从而促进学生自身积极健康人格的发展。积极心理学关于积极人格的研究旨在挖掘个体内心的高尚品德和潜在的成长优势。学生在积极心理学的影响下，可以选择向某个杰出的历史人物看齐，了解其事迹，体会其情绪，走进其内心，领略其思想，将历史人物的美好性格特质逐渐塑造为自己的积极人格特质^[6]。例如，西安事变对于抗日战争至关重要，而其中的张学良、杨虎城两位爱国将领则是解决内战危机的大功臣。教师在讲述这一课时，可借助舞台剧的形式，把西安事变的进程作为蓝本，挑选学生分别饰演张学良、杨虎城和蒋介石这三个人物。首先可让学生们了解学习这三位历史人物的性格特征，再进行剧本演出，引导学生在角色扮演过程中感受两位爱国将领身上表现出来的英勇顽强、忘我奉献的优良品质，认识到为国捐躯的伟大抱负，通过此类活动使学生们逐渐培养历史爱国情怀，最后用潜移默化的方式，完成人格对学生的熏陶。

其实，每个学生都有自己的优势，也都有自己的不足。教师的作用不在于强行灌输行为规范或是价值观念，而是通过教学的方式帮学生了解自身的优劣之处，再据此开展因材施教，有意识地引导学生去强化自己的长处，全身心投入自己擅长的事情中，产生“心流”体验并树立自信心。而对待缺点和不足之处，则是要帮助学生去正确看待不足，接纳不那么完美的自己，可以在发挥优势的同时去慢慢补齐短板。积极教育的意义在于以学生为本，让所有学生的潜能得以充分发挥，把注意力集中到每个学生身上的闪光点^[7]。所以教师在培养学生的过程中，要引导学生进行积极归因，形成乐观的诠释风格，以培养学生积极向上的个性，发挥个人所长。积极心理学的研究表明，如果学生把某一次的失败归结为自身能力的关系，这属于是稳定内归因的方式，那么他们往往会因此产生沮丧、焦虑等消极的情绪，进而可能产生自我怀疑和习得性无助，导致他们的学习动力减弱甚至放弃学习。反之，假如学生把某次的考试失利归结为自身努力程度的不足亦或是这次的试题难度较大，就会认为是平时不太用功或者考试太难等不稳定因

素,而这些是可以去改变的,此时教师再进行适当的鼓励和疏导,便能激发学生的学习动力。因此,高中历史教师要以杰出历史人物为范例,在教学过程中引导学生对问题作出积极归因,以积极思维多角度地看待问题,塑造积极向上的个性特征。

(三)营造积极的历史学习环境,培养历史学习的氛围

高中历史课堂作为学生学习历史的主要场所,对学生形成历史第一印象至关重要。首先,教师要注意引导学生在课堂上思考历史,不仅仅是教授历史知识,而是通过讨论、思考和互动,引导学生独立思考历史事件、历史人物和历史背景,激发学生的兴趣和好奇心,使学生意识到历史不仅仅存在于书本中,但也会对日常生活产生影响。其次,教师应创造多样化的学习模式,为历史学习创造有利的环境。教师可以组织实地考察,例如带领学生参观历史博物馆或著名历史景点。如果出行不方便,老师也可以选择播放多媒体资源,找一些历史纪录片、访谈录、回忆录等。老师会根据所学内容,将学生分组讨论、比试,让学生了解历史、体验历史、亲近历史,激发学生的学习热情。最后,作为课堂上的领导者,师生关系也影响着学生对历史学习的态度。学生对老师的好恶往往决定了学生对老师所教学科的好恶。因此,高中历史教师要主动去建立积极的师生关系,而基础便是良好有效的沟通和愉快和谐的互动^[8]。教师应在教学过程中关注学生的情感诉求,在课堂的交流互动环节对学生的表现进行评价时应尽量从积极的角度出发。当学生回答正确时,鼓励学生的丰富知识和勤奋努力,当学生回答错误时,鼓励他们继续努力,并赞扬学生积极的态度和不畏失败的勇气。课堂是老师和学生共同的,而不仅仅靠老师的一个人的舞台,在教学过程中,教师要让学生真正参与到历史课堂中,在学习历史的同时进行师生情感交流,营造出积极和谐的历史课堂氛围。

除了课堂和教材中的历史知识,在社会生活中也能找到许多与历史文化有关的事物。或许会有学生觉得,历史这一门学科同我们的生活,在生活中几乎没有什么地方能够用到,不如外语、数学等学科实际应用性强,导致学生对历史的学习产生消极态度。事实上,历史不仅仅是过去的写照,更与我们的当下息息相关,在生活中充满了历史因素,但高中生们往往因为经验的缺乏而忽视了它们。因此,教师应该基于教材内容拓展课外历史知识,为学生创造一个学习历史的良好氛围,将历史

学习融入现实生活。例如,教师可以在正常课堂教学之外向学生推荐一些历史读物,如《明朝那些事儿》《一看就停不下来的中国史》等书籍,以丰富学生的历史知识储备。教师还可以鼓励学生利用课余时间适当的观看历史节目,如《国家宝藏》《西南联大》《长城:中国的故事》等,从而提高学生学习历史的兴趣。即使是流行的古装剧,老师也可以结合剧情向学生介绍故事舞台的历史原型,还可以根据历史事实,引导学生去判断那些古装剧中的文化习俗是否符合史实,培养学生的观察和探索能力。此外,不仅仅是老师,家长更应该利用假期时间,带孩子到历史文化遗址、历史博物馆等地方参观,去领略我国悠远深厚的历史底蕴,认识历史人物,欣赏历史文物,聆听历史故事,为学生的历史学习打下坚实基础。

三、小结

历史学作为人文学科,本身就肩负着传授历史知识、培养学生历史情感情感的双重使命。以往的高中课程过分注重知识的传授,却忽视了技能的培养以及学生对科目的兴趣,历史学科也不例外。本文结合积极心理学理念,从积极情绪、积极人格、积极环境三个方面探索了高中历史教学的新方式,具有一定的教学实践价值。

参考文献

- [1]罗佳.积极教育的发生、发展与展望[J].教育导刊,2017,(11):23-26.
- [2]聂幼犁,王德民.关于全日制义务教育历史课程标准的思考——华东师范大学教育科学学院课程与教学系聂幼犁教授访谈录 聂幼犁 王德民[J].中学历史教学参考,2008,(Z1):4-9.
- [3][美]马丁·塞利格曼.认识自己,接纳自己[M].任俊,译.沈阳:万卷出版公司,2010.
- [4]宋巧燕.高中历史课堂提问的实施技巧[J].中学历史教学参考,2016,(12):71-72.
- [5]陶新华.教育中的积极心理学[M].上海:华东师范大学出版社,2017.
- [6]田伟.积极心理学视野下的历史课堂教学[J].中小学心理健康教育,2017,(10):66-68.
- [7]王丽芳.积极心理学在中学历史教学中的运用[D].浙江海洋大学,2021.
- [8]周雄.积极心理学背景下历史教学策略优化[J].中学历史教学参考,2020,(02):27-28.