

积极心理学视域下的班级文化建设

颜倩

湖塘桥初级中学，江苏 常州 213161

DOI: 10.61369/ETR.2025310045

摘要：积极心理学更重视的是个体的积极品质与潜能开发，并将其理念融入班级文化建设当中。基于此，本文深入探究了积极心理学视域下的班级文化建设的现状和积极心理学视域下的班级文化建设的策略，旨在更好地推动班级管理从传统模式向积极方向进行转变，为学生的全面发展创造有利条件。

关键词：积极心理学；班级文化建设；初中学校

Class Culture Construction from the Perspective of Positive Psychology

Yan Qian

Hutangqiao Junior High School, Changzhou, Jiangsu 213161

Abstract : Positive psychology attaches more importance to the development of individuals' positive qualities and potentials, and integrates its concepts into class culture construction. Based on this, this paper conducts an in-depth exploration of the current situation and strategies of class culture construction from the perspective of positive psychology, aiming to better promote the transformation of class management from the traditional model to a positive direction and create favorable conditions for students' all-round development.

Keywords : positive psychology; class culture construction; junior high schools

引言

关于进一步加强新时代中小学“高品质班集体”建设的实施意见明确指出全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，把立德树人融入班集体建设和管理各领域、各方面、各环节。班集体是学校教育的“组织细胞”，是学生心智成长的重要环境，做好班集体建设工作，对促进学生良好思想品德和健全人格培养、形成良好行为习惯、提高教育质量、培养学生素质、发展学校文化具有不可替代的作用。进一步加强新时代中小学班集体建设对推动教育高品质发展、促进学生高质量成长意义重大。以“打造新时代高品质班集体，构建共享共生成长共同体”为主题，深入研究新时代以班集体建设为立德树人重要载体的工作机制，坚持“五育并举”，全面落实社会主义核心价值观教育、理想信念教育、中华优秀传统文化教育、生态文明教育、心理健康教育，不断丰富新时代高品质班集体建设的新内涵，真正做到在带班育人理念、育人目标、育人实践、育人特色、育人实效上下功夫，推进班集体特色建设及增进班级场域的育人质效，渐趋形成富有个性与价值的优秀班集体^[1-3]。学校应该根据政策性文件走符合其发展的道路，这样才能够更好地进行人才的培养。

一、积极心理学视域下的班级文化建设的现状

(一) 班级文化建设关注深度不足

班主任与任课教师对于班级文化建设都应有充足认识，从实际来看，大部分教师都承认班级文化建设的重要性，但深度方面还有待提升。班级文化建设并非朝夕之间即可完成的，而是一项系统性工作，其中的很多内容都需要深入探索和挖掘^[4]。因为个别教师的经验不足，且精力有限，所以活动开展也不够深入。另外，因传统教育理念对此有所影响，有的教师过于刻板，在应用相关理论时有所误解，片面认为只需要给予学生积极提示，并对

其严格要求，就可提升学习效果。其实，这种行为会加剧学生的压力，让班级氛围变得更为紧张。

(二) 学生个性化需求未有所体现

班级文化建设期间，个别教师过于依赖自身的教学和管理经验，就此开展管理工作，比如安排班干部与学生办板报、打扫卫生等，这些活动缺乏深入了解学生的内在需求，并未尊重学生的意见，不利于给学生创建良好的学习氛围。除此之外，有的班级文化建设内容、方式雷同，出现了同质化现象，这些和班级学生的实际情况有所出入，学生特点、班级特色以及文化主题等均未能彰显。还有的教师为应对检查与评比，被迫进行班级文化建

课题信息：本文系常州市武进区“十四五”规划2023年度德育和心理健康教育专项课题，课题名称：积极心理学视角下初中学生心理健康管理策略研究，课题编号：wjk2023-dy013研究成果。

设，缺乏充足的主动性，这些会致使学生的参与热情不足^[4,5]。

二、积极心理学视域下的班级文化建设的策略

（一）基于积极心理学制定班规

教师可以根据初中学生的身心发展规律和学生的心理变化来制定班规，这样不仅能够使学生少一些叛逆，还能够对学生更好地进行约束，从而使班级有一个良好的风气^[7]。例如：教师在制定班规之前先对整个班级的情况进行调查，这不仅能够了解学生对于班级规定的想法和期望，还能够了解学生有哪些介意的点。教师基于这个调查情况来制定班规，甚至组建几个监督班规执行的小组，让全班的学生可以参与到其中，这不仅可以更好地监督课堂的秩序，还能够保证班级的环境，给学生带来安全感和归属感，从而更好地激发学生的自主性。教师通过这样的方式不仅能够使学生在一个积极的氛围当中，还能够更好地营造出一个公平公正的氛围，从而促进学生的自我管理能力的发展。

（二）开展多样化班级活动，加强班级文化建设

教师不仅要给学生创建学习氛围，致力于提高他们的学习效率，还应该尝试应用积极心理学理论，对班级文化建设进行设计，并开展班级活动，此举能使班级文化建设内涵更加丰富，也能更具活力。活动文化也是班级文化中不可或缺的一部分，基于此，教师就可坚持相关原则，促使学生能够融入其中。例如，教师可根据学生人数，将其划分成不同小组，各小组共同按照活动主题开展活动。组长负责统筹小组进程，最终将活动过程和结果汇报给教师，还可将自己的讨论思路一起交给教师^[8]。教师则汇总各小组建议，梳理出清晰的脉络，然后组织召开专题讨论会，对每一个活动方案进行细致研讨以及投票。教师在这个过程中要遵循趣味、有益、创新与可行的原则来进行选择，以此来更好地激发学生的创造力，让学生从参与者的身份转变为活动的策划者与组织者，以更加主动和热情的心态投身于班级文化建设的各项活动，将多样化活动有机融入班级日常运转中，并让全体成员共同参与。在此过程中，教师要密切关注学生的心动态和参与热情，将积极心理学的理念要求与班级活动开展紧密结合，让学生在丰富多彩的活动中感受浓厚的文化氛围和温馨的班级情谊，从而提升班级管理的感染力与实效性。

（三）注重加强班风与学风建设，强化班级文化建设活动

班级文化建设不仅离不开优良的班风与浓厚的学风，同样也离不开一系列针对性的建设活动。学生在参与班风与学风建设活动的过程中既会面临挑战和压力，又会收获支持与鼓励，同时还能够提升学习能力和综合素质，产生深刻的自我认知。积极心理学同样也倡导通过一系列积极的引导，营造良好的学习与成长氛围来培养学生的各项核心素养的要求相契合。班主任教师是班风与学风建设活动的主要推动者和引领者，学生是主要的践行者和受益者。教师可通过这一系列活动深化班级的文化建设工作，凸显班级文化软实力。教师要从中学生的学习习惯和成长需求角度出发，并结合学校的教育资源和教学安排来制定具体的班风与学风建设活动方案，按计划有序地开展活动。在进行活动设计时，

教师要将品德教育、学习策略等内容融入其中。根据活动的性质，班风与学风建设活动可以分为学习互助活动、品德培养活动和习惯养成活动。学习互助活动可以学习小组结对帮扶、学习经验分享会、学科知识竞赛、学习成果展示会和学习方法交流会为主要形式。学生可以自主选择参与对象，也可以根据教师安排组成小组。例如：教师可以在班级内开展以“培养学生的道德品质，弘扬班级正能量，营造和谐友爱的班级氛围”为主题的品德讲座、道德模范评选、班级公益活动等品德培养活动，这不仅能够使学生更好地交流和沟通，还能够使学生以他人为榜样，有一定的前进方向和一定的前进方向；教师可按照学生的年级将学生分成不同的层次，从而让同一年级的不同班级更好地进行交流和学习，知道自己班级在班级管理方面的不足，从而更好地进行改正；教师可通过让学生制定系统学习计划并坚持打卡的方式来反思自己在今天的进步情况，并将其内容在演讲的过程当中更好地表述，从而培养学生自主意识^[9]，让学生认识到良好习惯对学习和成长的重要意义。教师通过这些活动，不仅能够帮助学生养成良好的学习习惯和行为规范，还能够提升班级文化的建设程度，增强整个班级的学习氛围和道德水平。

（四）定期开展反思与总结，巩固班级文化建设成果

教师除了日常的教学任务之外，还应该定期组织学生开展班级总结班会，以此来更好地了解班级在文化建设当中的不足与优势。在这一过程中，学生不仅需要回忆班级活动的成果，还需要分析每一次的优点与不足，并共同讨论改进的方案，从而更好地进行班级文化的建设。首先，教师在主题班会上先让学生回顾班级文化的建设历程，并明确地说出其中每次的目标和重点，以此来更好地巩固班级文化建设成果，促进班级的持续性发展，明确每一个学生在其中的责任。其次，教师可邀请学生共同来制定班级的流程，保证能够更好地对班级进行管理。有的学生提出在日常的生活当中应该遵循客观、公正、全面的原则，更好地表达自己的感受；有的学生提出在遇到班级管理问题的时候，应该争取全班学生的意见和建议；有的学生提出有好的解决办法的时候，应该与不同的年级和班级进行分享。最后，教师在引导学生对班级环境布置、班级活动组织、班级人际关系等方面进行反思的时候可通过在班级的宣传栏、学习园地等位置展示班级文化建设的精彩瞬间、优秀成果以及反思总结的内容，来让学生汲取优秀的经验，明确发展的方向，从而更好地进行班级管理。教师在组织学生进行反思与总结的过程中，应该尊重学生发表的独特见解和实际体验，并让班级反思小组对其进行记录，方便下次提出班级建设的过程的时候更好地避免一些问题，这不仅能够更好地培养学生的批判性思维，还能够更好提高学生的团队协作能力，从而寄予一个良好的班级氛围。除此之外，教师也会对在这个过程当中提出有用建议的学生进行一定的嘉奖，这不仅能够提高学生对班级文化建设的参与度和积极性，还能够激发他们的创新意识和自我发展意识，从而更好地提高他们的班级认同感^[10]。

三、结束语

本研究不仅关注了不同学生的心需求，还更加注重每一个学生的发展情况，这样才能够更好地挖掘出学生的潜能，让学生

更好地融入这个环境当中，从而更好地进行发展。未来，教师应该进一步深化积极心理学在班级文化建设当中的作用，只有这样才能够更好地促进学生的成长，让每一个学生都能在积极的班级文化中实现自身的价值。

参考文献

- [1] 陈小莽.积极心理学视域下的班级文化建设 [J].华夏教师,2025,(04):36-38.
- [2] 周彦文.积极心理学理念在小学班级管理中的应用 [J].山西教育(管理),2025,(01):105-106.
- [3] 郭庆.积极心理学理念在班级文化建设中的应用 [J].天津教育,2025,(01):35-36.
- [4] 周怡.积极心理学视域下高校班级建设高质量发展路径研究 [J].科教导刊,2024,(22):15-17.
- [5] 荣长霞,刘志斌.积极心理学在班主任班级管理中的应用分析 [J].试题与研究,2024,(20):114-116.
- [6] 吕迅喜.全面创新班级文化建设,落实立德树人根本任务——学习习近平总书记在全国教育大会上的重要讲话(十) [J].中国德育,2019,(07):7-9.
- [7] 张艳春,邱蕾.以班级文化建设培育核心价值观——河北衡水中学班级文化建设实践 [J].华夏教师,2015,(03):93-94.
- [8] 党亚超,李一娜,陆正取.创设多样开放班级文化,助推初中生健康成长——生态理念视域下的初中班级文化建设 [J].环境教育,2025,(06):76-79.
- [9] 尹颖.长江大保护,环保小先生——将长江生态环境保护理念融入班级文化建设的实践与思考 [J].环境教育,2024,(12):96-98.
- [10] 许世芳.立德树人理念下初中班级文化建设中励志教育的具体策略与方法 [J].中国新通信,2024,26(09):83-85.