

小学语文课堂中积极心理暗示的应用价值与实践认识

刘小丽

林芝市第二小学，西藏 林芝 860000

DOI: 10.61369/RTED.2025280034

摘 要： 本文基于课题《小学语文课堂中积极心理暗示对学生学习动机影响的实践研究》的实践探索，系统阐述了积极心理暗示在小学语文教学中的应用价值与实施策略。本研究认为，积极心理暗示是落实“以学生为中心”教育理念的有效途径，能够显著提升学生的语文学习动机，改善课堂参与质量。本文结合具体教学实践，提出了积极心理暗示的实施原则和操作策略，为一线语文教师提供了可借鉴的实践经验。

关键词： 小学语文；积极心理暗示；学习动机；教学策略；教师发展

The Application Value and Practical Insights of Positive Psychological Suggestion in Primary School Chinese Classrooms

Liu Xiaoli

No.2 Primary School of Linzhi City, Linzhi, Tibet 860000

Abstract： Based on the practical exploration of the research project The Influence of Positive Psychological Suggestion on Primary School Students' Learning Motivation in Chinese Classrooms: A Practical Study, this paper systematically elaborates on the application value and implementation strategies of positive psychological suggestion in primary school Chinese teaching. This study posits that positive psychological suggestion serves as an effective approach to implementing the "student-centered" educational philosophy, significantly enhancing students' motivation in Chinese language learning and improving the quality of classroom engagement. Drawing from specific teaching practices, this paper proposes implementation principles and operational strategies for positive psychological suggestion, offering practical insights for frontline Chinese language teachers.

Keywords： primary school Chinese; positive psychological suggestion; learning motivation; teaching strategy; teacher development

一、认识：从课堂语言到教育理念的转变

积极心理暗示并非简单的“好听话”，而是基于教育心理学原理的系统性教学策略^[1]。它源于积极心理学的基本理念，强调通过有意识的语言设计、行为引导和环境创设，向学生传递积极的信号，从而激发其内在学习动力。在小学语文课堂这个特殊场所中，积极心理暗示具有独特的教育价值。

语文作为一门兼具工具性和人文性的学科，其学习过程不仅涉及知识的掌握，更关乎情感的体验、价值观的形成和人格的塑造^[2]。小学生心理正处于发展关键期，他们对自我认知、学习的态度、能力的判断，很大程度上受到教师评价的影响。一句不经意的“这个都学不会”，可能会让学生形成“我不行”的消极定义；而一句真诚的“你在不断进步”，则可能点燃学生的学习信心。

在课题研究过程中，笔者对积极心理暗示的认识经历了三个阶段的深化。从“怎么说”的技巧，到“怎么看”学生的理念，最终走向对“教育是什么”的哲学叩问。当我们真正理解每个学生都有无限发展的可能时，我们的课堂语言自然就会充满积极的力量。

二、价值：积极心理暗示在语文教学中的多维意义

1. 激发内在学习动机，破解“虚假学习”困境

当前小学语文课堂中，存在着一定程度的“虚假学习”现象^[3]。部分学生看似在认真听讲、按时完成作业，但缺乏深度学习和思维参与。这种现象的根源往往在于学习动机的外在化——学生学习是为了获得好成绩、老师表扬或家长认可，而不是出于对语文本身的热爱。

积极心理暗示通过重塑学生的自我认知和学习信念，能够有效促进动机的内化^[4]。在《白鹭》一课的教学中，笔者尝试改变传统的分析讲解模式，而是通过积极的暗示引导学生自主发现文本之美。当学生提出“白鹭的颜色搭配很和谐”时，笔者没有简单评价“说得对”，而是回应：“你注意到了颜色的和谐，这是一个审美的重要标准。能说说为什么这种和谐给人美感吗？”这样的反馈不仅肯定了学生的发现，还暗示他有能力进行更深层次的思考。

长时间的实践显示，实施积极心理暗示后，班级学生的内在学习动机水平显著提升。在“我喜欢语文课是因为能学到有趣的

知识”这一项上，选择“完全符合”的学生比例从32%提升至68%。更重要的是，学生在课堂上的深度学习行为明显增加，提出探究性问题、进行创造性表达的比例都有显著提高。

2. 营造安全表达环境，促进语言能力发展

语言学习本质上是一个不断试错、不断调整的过程^[9]。然而，传统的课堂评价体系往往过度强调“正确”，导致学生因害怕出错而不敢表达。这种现象在小学高年级尤其明显，学生开始在意同伴的评价，担心说错会被嘲笑。

积极心理暗示通过创设安全的心理环境，为学生的语言实践提供了保护性空间^[9]。笔者所在班级建立了三不原则：不中断他人发言、不嘲笑同学错误、不简单比较优劣。同时，将课堂评价的重点从“对不对”转向“有没有思考”鼓励学生表达任何真实的想法。

在习作教学中，这一原则体现得尤为明显。以前，学生在写作时常常会问：“老师，这样写可以吗？”现在，他们会说：“老师，我想尝试这样写，您觉得效果怎么样？”从寻求标准到寻求建议，这一转变的背后是学生写作自主性的增强和表达勇气的提升^[7]。班级的作文水平不仅没有因为“容错”而降低，反而因为学生敢于尝试而整体提升。

3. 培养成长型思维，塑造积极学习品质

心理学研究表明，个体对能力的看法（固定型思维或成长型思维）会深刻影响其学习行为^[8]。具有成长型思维的学生更愿意接受挑战，更能从错误中学习。语文学习特别需要这种思维品质，因为语言能力的提升往往是一个渐进的过程，需要持续的练习和修正。

积极心理暗示是培养学生成长型思维的重要途径^[9]。在课堂语言上，我有意识地使用成长导向的表述。例如，将“你很聪明”改为“你很努力”“很细心”将“这个做错了”改为“这是一个学习的机会”。这些看似微小的语言调整，实际上在不断向学生传递一个信念：能力是可以通过努力培养的^[10]。

三、实践：积极心理暗示在语文课堂中的实施策略

1. 语言层面的精细化设计

描述性评价取代简单判断。传统课堂评价多为“好”“对”“真棒”等简单判断词，这些评价虽然积极但过于单一。笔者尝试使用描述性评价，具体指出学生的可取之处。例如，当学生朗读课文时，不说“读得好”，而是说：“你在读到‘悄悄地’这个词时放轻了声音，这种处理很好地表现了词语的意境。”这样的评价不仅给予肯定，还帮助学生明确自己的优势所在。

2. 行为层面的系统性支持

建立非言语肯定系统。除了语言暗示，教师的行为举止同样传递着重要信息。在教育教学实践中，笔者特别注重构建支持性的非言语互动环境：通过身体微倾、眼神交流传递倾听的专注，以微笑、点头及时强化学生的积极表现，并在学生遇到困难时主动走近提供支持。同时，针对学习信心不足的学生，系统设计梯度化成功体验——在任务设置上遵循从简到难的原则，如允许学

生自选诗歌段落重点背诵，或鼓励从最熟悉的话题开始习作，使其在力所能及的范围内持续积累成功体验，从而逐步建构稳固的学习自信。

3. 环境层面的整体性营造

在营造积极心理暗示环境方面，本研究通过三方面策略构建支持性学习生态：首先，创设“成长足迹墙”等可视化进步空间，通过展示书写、表达等多维度的进步轨迹，向学生传递“每一份努力皆可见”的肯定信号；其次，依托小组合作与结构化互评机制建立学习共同体文化，引导形成“价值发现-建设性反馈”的同伴支持氛围；最后，创新“进步分享会”“感谢时刻”等课堂仪式，将个体进步叙事与集体感恩文化制度化，使积极暗示融入班级文化肌理，系统塑造学生的成长型思维。

四、反思：教师专业成长的契机与挑战

1. 从技巧到理念：教师角色的深刻转型

实施积极心理暗示的过程，是推动教师从关注语言技巧转向更新教育理念的专业成长历程。这要求教师打破传统教学中“贴标签”式的静态学生观，转向相信每位学生都具有发展潜力的动态认知，并促使教学重心从“教师的教”与“最终结果”转向“学生的学”与“学习过程”，通过持续观察、理解思维、提供个性化支持，实现专业能力的提升与职业成就感的增强

2. 实践中的困难与应对

在实践积极心理暗示的过程中，主要面临双重挑战：一是打破长期形成的惯性语言模式，需通过课堂录音自我分析等持续性反思工具，实现对“口头禅”式消极表达的习惯性超越；二是把握积极反馈的“真实性”与“建设性”边界——暗示必须基于具体学习行为与真实观察，避免空洞表扬，同时以指向成长的建设性批评传递“你能更好”的成长期待，从而在真诚与标准之间达成教育平衡

3. 专业支持的获得与教师共同体建设

教师的专业成长依托于系统化支持网络：在课题研究中，教师共同体的课例研讨、课堂互观与实践分享不仅提供方法指导，更形成持续探索的精神动力；同时，学校通过领导重视营造宽松环境、专家指导深化理论认知、教研改革搭建交流平台，将教师个体探索转化为系统性集体行动，构建了专业发展的生态支持系统。

五、展望：积极心理暗示的深化与拓展

未来，积极心理暗示的实践可从三个维度深化拓展：在纵向层面，需将其从课堂教学延伸至语文课程的系统化设计，贯穿于教材解读、目标设定、活动实施与评价改革全流程，构建覆盖习作全过程支持、阅读多元解读及过程性评价的学科支持体系；在横向层面，应推动其跨学科迁移，通过提炼普适性策略、开展跨学科对话，在校级层面形塑统一且积极的教育语言文化；在协同层面，要着力构建家校共育机制，通过家长会、家庭教育指导

等渠道向家长传导积极教育理念与方法，促成学校教育与家长支持的连贯统一，使积极心理暗示的影响从课堂延伸至更广阔的生长环境。

六、结语

纵观课题研究与实践探索，我深深感受到教育的力量不仅在于我们教什么，更在于我们怎么教；不仅在于我们说什么，更在于我们怎么说。积极心理暗示看起来关注的是“语言”这一微观层面，实际上触及的是“关系”这一教育的本质层面。

在语文课堂这个特定的时空里，教师的话语如同细雨，无声地滋润着学生的心田；教师的期待如同阳光，悄悄地照亮学生的成长之路。当我们用积极的语言构建积极的课堂，我们不仅是在

教授语文知识，更是在培养学生积极的学习态度、健康的人格品质和终身学习的能力。

这项研究还有一个长期的过程，许多问题有待深入探索，许多经验需要不断提炼。但有一点是确定的：当我们选择用积极的目光看待每个学生，用积极的语言与他们交流，用积极的期待陪伴他们成长时，我们正在创造一种更加美好的教育可能。这种可能不仅关乎学生的今天，更关乎他们的明天；不仅关乎语文学科学习，更关乎生命成长。

作为语文教师，语言既是学科教学的核心工具，更是实现育人使命的关键载体。课堂语言应自觉承载温暖的情感导向、智慧的思想启迪与正向的精神力量，以此构建具有教育意蕴的话语生态，这或许是教师能够赋予学生最具深远价值的成长馈赠。

参考文献

- [1] 刘洋, 王丽娟. 积极心理学视域下的小学课堂教学改革研究 [J]. 教育理论与实践, 2020, 40(17): 45-49.
- [2] 赵晓辉, 李娜. 社会认知理论在语文教学中的应用研究综述 [J]. 语文建设, 2021, 42(8): 34-38.
- [3] 陈敏, 张华. 小学语文课堂沉默现象的心理成因与干预策略研究 [J]. 基础教育研究, 2021, 43(5): 56-61.
- [4] 郑浩然, 王雪梅. 教师期望效应的作用机制与优化策略 [J]. 课程·教材·教法, 2020, 40(6): 94-99.
- [5] 黄美玲, 陈志刚. 语言表达与小学生自我认同发展的关系研究 [J]. 心理科学, 2022, 45(2): 412-418.
- [6] 王晓芳, 李明. 课堂心理安全对学习投入的影响机制研究 [J]. 教育科学研究, 2020, 31(12): 78-83.
- [7] 周晓燕, 李建国. 教师情感智慧对课堂氛围影响的实证研究 [J]. 教育研究, 2021, 42(9): 123-129.
- [8] 孙伟, 周明. 成长型思维训练对小学生学业成就的影响研究 [J]. 心理发展与教育, 2022, 38(3): 345-351.
- [9] 张丽华, 陈静. 教师反思性实践对课堂语言改进的效果研究 [J]. 教师教育研究, 2021, 33(4): 89-94.
- [10] 刘建华, 张婷婷. 积极评价对小学生学习动机影响的实验研究 [J]. 中国特殊教育, 2022, 28(4): 67-73.