■ 学前教育理论

积极心理学对幼儿教师教育工作的启示

赵秀坤

(陕西师范大学教育学院, 陕西西安 710062)

摘要:积极心理学是心理学界一个新的研究领域,它包括三个主要研究内容,分别为主观层次的积极情绪体验,个人层次的积极人格和群体层次的积极的组织系统。这三类内容对幼儿园教师教育工作有着深刻的启示:幼儿教师应树立正确的教育观,用发展的眼光看待幼儿和保教工作;为幼儿创建一个适宜的环境,给予幼儿积极情绪体验;构建良好的师幼关系,培养幼儿积极人格;借助积极的社会组织系统,发挥家长和社区的支持作用,促进幼儿健康发展。

关键词:积极心理学;幼儿教师;启示

中图分类号: G610

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2016)04-0011-04

PDF 获取: <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.aspx> **doi:** 10.11995/j.issn.2095-770X.2016.04.003

The Enlightenment of Positive Psychology to Preschool Teachers' Work

ZHAO Xiu-kun

(School of Education, Shaanxi Normal University, Xi'an, Shaanxi 710062, China)

Abstract: Positive psychology is a new researching area in psychology study. It mainly includes three aspects, namely the positive emotional experience on the subjective level, positive personality on the personal level and the positive organization system on group level. These three aspects are of great importance to preschool teachers' teaching activities. Preschool teachers are supposed to form appropriate concept of education, a good attitude toward children and tries to create a pleasant environment for children. They should help children have a positive emotional experience. Good relationship between teachers and children is essential for children to establish a positive personality. With the joint efforts of teachers, parents and society, an all-round healthy development of children would be possible.

Key words: positive psychology; preschool teachers; enlightenment

一、积极心理学

“积极心理学”(positive psychology)是宾西法尼亚大学教授 Martin E. Seligman 于 1998 年出任美国心理学会主席时倡议及定位, Seligman 和 Csik-szentmihalyi 于 2000 年在《美国心理学家》(American Psychologist)上刊登的《积极心理学导论》一文中正式提出。积极心理学的“积极”是针对消极心理学中的“消极”而言的。消极心理学将重点放在研究心理问题,治疗心理疾病的使命上,关注的更多是有问题的特殊人群。而积极心理学则将关注对象

转向普通人,更关注生活中的鼓励和友爱,关注人的内心优秀品质和美好心灵,提倡以一种欣赏的眼光看待人,强调每一个普通人具有的积极力量。主张以一种积极的心态对人的心理现象(包括心理问题)进行积极的解读,让每个人的潜力得到最大限度的挖掘;其使命是使普通人的生活过得更快快乐,更具创造力,更幸福。即“积极心理学是致力于研究人的发展潜力和美德的科学”^[1]。

积极心理学的三个主要研究内容包括:主观层次的积极情绪体验,着重研究人针对过去、现在和将来的积极情感体验的特征及产生机制;个人层次的

积极人格,主要研究乐观、自我决定性、爱的能力、美的感受力、成熟的防御机制、智慧、尊严等积极的人格特质。它能帮助个体在应对问题时采取更有效的策略;^[2]群体层次的积极的社会组织系统,主要致力于研究建立积极的社会、家庭、学校和单位等组织系统,以培养公民美德,使公民形成具有责任感、利他主义、有礼貌、有职业道德等的积极人格,并产生积极情感。这些系统的建立强调以人的主观幸福感为出发点和归宿。

积极心理学理论是对消极心理学理论的反思和完善。积极心理学把关注的重点转向人类的优秀品质和积极力量。它对人价值的高度重视,所蕴含的积极思维方式,值得幼儿教师学习与反思。

二、积极心理学对幼儿教师教育工作的启示

(一)树立正确教育观,用发展眼光看待幼儿和保教工作

积极心理学认为,在众多的积极体验中,有一种积极体验是最综合、最复杂也是最核心的,那就是主观幸福感体验。主观幸福感是指主体主观上对自己已有的生活状态正是自己心目中理想的生活状态的一种肯定的态度和感受,既是一个人对自我的生活状态、周围环境和相关事件的关于满意的认知和评价,同时也是一个人在情绪体验上对这些方面的主观认同。^[3]

幼儿教师乘着什么样的教育理念,持有怎样的教育观、价值观,对其具体教育工作具有决定性影响。要开展有效的教育工作,必须先树立正确的教育观和价值观,充满幸福感。首先应热爱幼儿,热爱幼教工作,心怀感激,满意自己的过去;积极对待现在,让工作变成一种福乐体验,并把这种福乐体验传递给周围的每一个人;对幼儿、对未来充满期待。只有心里面有孩子,充满幸福感的教师,才会真正走进孩子的世界,了解孩子的所需所求。其次,应理解和信任幼儿,以宽容的态度对待幼儿的“缺点”和错误。站在幼儿的角度,蹲下来和孩子说话,重新认识孩子,学会从不同的角度去观察和欣赏每一个幼儿,关注幼儿的优点,细心地发现每个幼儿身上不同的闪光点。德国教育学家第斯多惠曾说过:“教学的艺术不在于传授的本领,而在于激励、唤醒、鼓舞。”^[4]每个孩子都处于不断发展之中,具有巨大的发展潜力,同时其身心发展是有规律的,我们不能揠苗助长或抑苗生长;每个孩子都是独特的个体,具有独立的意义,正如蒙台梭利所言:“人就如同手工制作的物品,每个人都有所不同。每个人都有他的独特之处,

就像一件与众不同的艺术品”。^[5]教师不能用一把尺子的标准要求和评价孩子,而是要找到每一件艺术品的独特之处,让其发挥应有的价值,不至于被埋没而失去价值。

积极心理学提倡对个体或社会具有的问题要做出积极的解释,并使个体或社会能从中获得积极的意义。同时积极心理学认为心理问题本身虽然不能为人类增添力量和优秀品质,但问题的出现也为人类提供了一个展现自己优秀品质和潜在能力的机会。^[3]例如,幼儿阶段身心发展特点决定了幼儿期的孩子多动、好奇、好问、好玩的特点,这原本是很正常的现象。然而在实际的教育中那些比较顽皮淘气的孩子,在教师眼里却成了“问题孩子”。事实上他们大部分并非真正有问题。受中国传统思想中“人性本恶”、“师道尊严”等观念的影响,教师认为学生就应该是安安静静、规规矩矩坐着听讲,自然这些调皮的孩子便成了“另类”,对待他们的自然是无视或打压。换一种思维来看,调皮的孩子或许思维更敏捷更具创造力;或者调皮是因为某种需求未得到满足,只是为了引起教师的注意。教师遇到类似情况,首先应了解清楚情况并反思自身,是否对他们的关爱不够,就算真的是问题孩子,也应该正确对待。所以教师应以更包容的视角看待孩子,发现每个孩子身上的闪光点,守护住孩子的天性。包容他的过去,相信他的现在,乐观他的未来——“任何花朵都会适时开放,只是早晚不同而已。我们能做的就是给每一朵花儿创造适当的条件,耐心的陪伴和等待它的绽放。”^[6]

(二)创建一个适宜环境,给予幼儿积极情绪体验

“近朱者赤,近墨者黑”说明了环境对一个人的重要性。幼儿的是非善恶意识尚未完全确立,他们最初对周围事物的态度往往从身边最亲近的人习得,更容易受到环境影响。积极心理学主张,个体的意识和经验既可以在环境中得到体现,也在很大程度上受到环境的影响;积极的团体氛围和社会机构对于个人的健康成长,具有重要意义。这里的“环境”,既指物质环境,也指社会关系层面的家庭、社区、学校或班级、社会文化等心理层面的环境。^[7]幼儿园是孩子的第一个社会化场所,也是除家庭之外接触最多的地方。幼儿园的一切环境(包括周围的物质环境和精神环境),无时无刻不在潜移默化的影响着幼儿。

积极心理学研究了24种积极人格特质,包括好奇、乐观、爱、交往、技巧、美德、工作能力、感受力、创造力、天赋、灵性、智慧、宽容、毅力、关注、未来、自觉

等。积极心理学认为培养个体积极人格特质的最佳途径,是增强个体的积极情绪体验。^[8]积极情绪能拓展人的行为或思想方式,而消极情绪则会限制人类的行为或思想方式。福乐是对待现在的一种非常重要的积极情绪体验,是指人们对于某一活动或事物表现出浓厚的兴趣并推动个体完全投入某项活动或事物的一种情绪体验,福乐一般是个体从当前所从事的活动中直接获得的。研究表明:福乐体验作为学习过程中的核心因素对学习起关键作用,它对学习结果的多个方面产生直接或间接的影响。在教育活动中首先要培养孩子的学习兴趣,使当下的学习成为福乐体验。^[9]所以,幼儿教师应做好积极的榜样,所谓其身正,不令而行。同时充分利用周围的一事一物,注重环境的熏陶教育作用,让环境成为第三位教师,增进幼儿的积极情绪体验,在潜移默化中促进幼儿健康人格的形成。

首先,要营造一个良好的丰富的物质环境,培养幼儿兴趣,增强幼儿的福乐体验,如给幼儿提供丰富的探索材料,宽敞明亮的教室,温馨舒适的寝室,安全卫生的户外活动场地等。学前阶段的幼儿属于前运算思维阶段,这一阶段幼儿的思维特点和身心发展特点,决定了其把计划付诸行动的能力大大加强。因此,教师在确保活动环境安全的前提下,应鼓励幼儿大胆行动,以此满足其内心发展需求,提高其对自我的希望水平。总之,环境的布置应考虑幼儿的身心发展特点,兴趣和需要,做到动静结合等。

其次,应给幼儿提供一个安全和谐的精神环境,如教师态度应和蔼可亲,教师间关系应融洽,让幼儿感到安全可靠、依恋。根据马斯洛的观点,人只有满足生理和安全需要的情况下,才会追求爱、尊重、自我实现等更高层次的需要。因为只有在安全可靠、布局合理,刺激丰富的环境下,幼儿身心才会完全放松,进而产生积极情绪和探究的欲望,其主动性和创造性才能得到发挥。个体只有在享受当前的状态的情况下,才会把这种积极的生活体验和情绪迁移到对自我和对周围世界的看法上。

第三,教师还应引导幼儿建立良好的同伴关系。良好的同伴关系是幼儿社会性发展和心理健康发展的催化剂。教师应利用各种方法手段,营造利于幼儿发展同伴关系的环境,促进幼儿与同伴积极交往。如在区角活动中投放合作性的材料,引导幼儿与同伴共同游戏;开展“找找我的好朋友”的主题活动等。成功的交往体验会给幼儿带来心理上的愉悦和满足感,强化其交往行为;对于失败的交往体验,教师应持理解包容的态度,引导幼儿掌握正确的交往方式,还应及时疏导幼儿消极的情绪体验。

(三)建立良好师幼关系,培养幼儿积极人格

教师是用心灵来浇灌心灵的职业。在这种心灵的接触中,师生情感的交流起着至关重要的作用,只有用真心才能换来真心。美国心理学家罗杰斯曾说:“成功的教学依赖于一种理解和信任的师生关系,依赖于一种和谐安全的课堂气氛”。威廉姆斯等人的研究也证实,当孩子的周围环境和老师、朋友都提供了最优的支持、同情和选择时,他们最有可能拥有良好的心理健康和人际关系。一个生长在积极、鼓励、宽容环境下的孩子和一个在充满暴力、谩骂、训斥环境下长大的孩子在性格、处世、人际交往上必然都有着很大区别。前者会更加自信、更富有爱心,身心更加健康,更加快乐。^[8]

著名教育家陶行知曾说过:“幼职教育实为人生之基础,凡人生所需之、重要的习惯、趋向、态度多半可以在5岁前培养成功”。诸多研究和事实均反映,6岁前是人的行为习惯、情感等基本形成的时期,是儿童养成良好社会性行为 and 人格品质的重要时期。积极心理学认为人格的形成主要是依赖人后天的社会生活体验,正是不同的人有着不同的后天社会生活体验,人与人之间才出现了人格面貌的根本不同。因此,积极心理学把增进个体的积极体验和培养个体的自尊作为培养个体积极人格(即乐观解释风格人格)的最主要途径。一个人解释风格的形成受多种因素的影响,除了基因影响因素之外,其他重要的有父母的教养方式、教师的教育风格、个体自身的生活经历、社会媒体等。^[3]

教师作为幼儿成长过程中一个重要的引路人,他的教育态度、风格等对儿童解释风格的形成有重要影响。教师的榜样作用非常显著。幼儿教师首先应努力提升自身专业素养。强化自身专业知识和能力,不断更新教育理念,跟上孩子成长的步伐;其次要不断提高自身人格修养,以自己的人格魅力征服幼儿,赢得幼儿的青睐。德韦克(Dweck)的研究表明,教师的教育方式,特别是反馈方式对儿童的解释风格影响很大,老师经常性的表扬对儿童乐观型解释风格的形成有重要影响。^[3]因此,教师应经常与幼儿开展积极的对话,多以积极的语言鼓励幼儿。所谓积极的语言就是让表扬的每句话都有意义。对于正确的想要的行为教师应多进行积极的正向强化,对不想要的行为则应忽视或采取负强化,尽量少用惩罚。教师通过积极语言强化孩子的每一个小成功,即通过小步反馈帮助幼儿实现目标,成功扮演为“语言塑造师”。

此外,教师应有双主体的教育理念,即教师和幼儿都是教育的主体,而非教师是主体,幼儿是客体。

“皮革马利翁效应”和“罗森塔尔实验”充分表明,一个人能否自尊、自信、自强,教师把学生当作主体来教育和当作客体来教育的效果是大不一样的。师生间是平等独立的个体,求知的过程是进行平等对话的过程,正如弗雷尔所说:“通过对话,学生的老师和老师的学生之类的概念不复存在,一个新的名词产生了,即作为老师的学生或作为学生的老师。在对话过程中,教师的身份持续发生变化,时而作为一个老师,时而成为一个与学生一样聆听教诲的求知者,学生也是如此。他们共同对求知过程负责。”教师只有准确定位,作为幼儿的合作者、参与者和支持者时,其介入幼儿的活动或游戏才能得到正向的结果;才能让幼儿获得归属感和控制感,增进幼儿良好的自尊,进而建立积极和谐的师幼关系。相反,如果教师以控制者、指挥者、权威者自居,则其在幼儿的活动中只会产生负效应,不利于幼儿及师幼关系的健康发展。

总之,只有在平等、接纳、支持的对话过程中,幼儿才会对教师产生积极的情感依恋,形成良好师幼关系,进而形成健康人格。幼儿教师只有做到德才兼备、行为世范,才可能实现“以爱育爱、以才育才、以德育德”的春风化雨式的教育。

(四)借助积极社会组织系统,发挥家长和社区的支持作用

积极社会组织系统包括很多方面,其中国家、工作单位、家庭、学校等是其中几个最主要的方面。^[3]家庭和幼儿园是幼儿教育系统中的平等主体,家庭教育的权威性、连续性、随机性和普遍性使得其成为任何教育都不能替代的教育。积极的家园合作关系,是幼儿教育取得成功的关键。积极心理学视野下的家园合作,强调以家园同步教育来促进幼儿发展为最终目的,以塑造孩子积极人生为最终目标,它的途径应该是多元的、立体的、全方位的。

首先,教师应发挥“桥梁”的作用,充当好主导者、服务者的角色。以平等的态度帮助家长建立主人翁的意识,加强与家长的情感沟通与信息交流,了解家长对孩子教育的需求,尽可能的满足他们的需求,从而激发他们参与学校教育的兴趣和热情。

其次,加强家园合作的宣传,提高家庭参与教育的意识,在家园合作活动中做一名策划者、组织者和参与者。在教育问题上,教师可据自身优势,积极探索家园合作的多种渠道,如设立家园联系栏,定期召开家长研讨会,充分利用幼儿园的网站平台等,与家长就幼儿的成长与发展问题进行积极沟通。教师还可以提供父母训练课程,有针对性地提高家长的育儿知识;定期开展亲子活动,促进亲子关系和谐发展等。

最后,无论在园还是在家,孩子积极人格的形成离不开父母和教师的榜样作用。家园衔接是否和谐顺利,是孩子健康人格和人生态度建立的关键。此外,还应调动社区资源对幼儿教育的支持作用。正如非洲有句谚语:教育一个孩子是整个村子的事。只有家庭、社区和幼儿园形成“三位一体”的合作模式,充分发挥各自优势,形成教育合力,才能共同促进幼儿的健康发展。

[参考文献]

- [1] 周崧. 积极心理学介绍[J]. 中国心理卫生杂志, 2006(2): 129-131.
- [2] 童安. 积极心理学视野下3-6岁幼儿心理健康教育的研究[J]. 基础教育研究, 2015(5): 83-84.
- [3] 任俊. 积极心理学[M]. 上海: 上海教育出版社, 2006: 211-217.
- [4] 应意桥. 积极心理学背景下教师教育的新视角[J]. 好家长, 2014(37): 21-23.
- [5] 蒙台梭利. 童年的秘密[M]. 金晶, 孔伟, 译. 北京: 中国发展出版社, 2003. 7.
- [6] 蓝春. 教育的沉思[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2013: 7.
- [7] 唐丽霞. 积极心理学理论对幼儿教师班级管理的启示[J]. 特立学刊, 2012(4): 25-27.
- [8] 闫黎杰. 积极心理学对教育实践的启示[J]. 教育探索, 2008(7): 124-125.
- [9] 李荣敬. 积极心理学对教育工作的启示[J]. 考试周刊, 2014(74): 162.

[学术编辑 唐海朋]

[责任编辑 张雁影]