让孩子带着“积极心理暗示”成长

喜欢听好话和接受赞美是人的天性之一，自尊心和荣誉感都会因他人的赞美而得到满足，从而获得自信。作为一名教师，就要善于发现学生的闪光点，抓住机会给予赞美，使其感受到被认可的愉悦。在实践中，我发现积极心理暗示在塑造学生行为和营造良好班级氛围方面有着神奇的效果。

降低难度 及时表扬

在我所带的班级中，有一位学生小 A，他性格比较内向，在学习和人际交往方面都有些不自信。一开始，他总是默默地坐在角落里，很少参与班级活动。我观察到他的情况后，决定运用积极心理暗示来帮助他。

在一次课堂上，我特意提出了一个比较简单的问题，并微笑着看向小 A。我用眼神鼓励他，希望他能勇敢地举手回答。当他犹豫了一下，最终举起手时，我心中暗喜。我请他站起来回答问题，他虽然有些紧张，但还是顺利地给出了答案。我立刻对他表示肯定和赞扬：“小 A，你回答得非常好！我就知道你能行！”同学们也为他鼓掌。那一刻，我看到他的脸上露出了久违的自信笑容。

之后，我继续寻找机会给予小 A 积极的心理暗示。在班级活动中，我会鼓励他参与，并在他取得哪怕一点点进步时，及时表扬他。我还会在与他交流时，用肯定的语气和温和的态度，让他感受到自己的价值和重要性。渐渐地，小 A 变得越来越开朗，越来越自信，开始主动与同学们交流，参与班级的各项活动也更加积极了。

家校约定 良性循环

除了对个别学生进行积极心理暗示，我也注重在整个班级营造积极向上的氛围。我会在班级墙上张贴一些激励的话语和图片，让学生们在不经意间受到感染和鼓舞；在台历上粘贴上积极的名言，让孩子每天都有一句鼓励的话语相伴。同时，我也会在日常的教育教学中，多使用积极的语言和表达方式，让学生们感受到老师的信任和期待。

谁能获得我的“表扬信”呢？组长检查作业及时，负责星；上课发言积极，思维星；作业认真完成，进步星；班级活动有创新，创意星；主动帮助同学，助人星……孩子们往往报喜不报忧，但是当拿到“表扬信”时，都会喜滋滋地拿回家“报喜”。因此，我提前在家长会上和家长约定：当您的孩子拿着“表扬信”回家时，一定不要吝啬你的赞美，不管是精神上还是物质上的鼓励，因为这将使孩子的积极性得到进一步的推动。他们对再次获得表扬充满期待，也会更加奋发进取。

除此以外，我还会在“家校群”内进行一周总结，对一周来学生的进步向全体家长反馈，这样，孩子们的好习惯在一次次良性循环中不断被看见，被肯定，由偶尔的一次两次逐渐内化为孩子的自觉行动。

我的成功我做主

孩子在成长过程中难免遇到挫折和失败，如何面对困难也是一节必修课。记得有一次，我们班开展“暖冬行动”，按照任务分成了许多小组，很多组长都是第一次接受任务，在开展活动时遇到了一些困难，大家都有些沮丧。我看到这种情况，立刻召集同学们围坐在一起，给他们讲了袁隆平爷爷育种的故事，告诉他们在成功的道路上充满荆棘与坎坷，当你觉得很困难的时候，那一定是因为你在走“上坡路”。我的话语仿佛给了同学们力量，他们重新振作起来，我又让他们每人写一句“名言”，给自己打气。同学们把自己创作的“名言”工工整整地抄写在小纸条上，压在书桌下。这一举动表面上是让孩子们自己造句，实则是积极心态的流露，让孩子们的自信心不断恢复，坚定的信念也逐渐形成。最后，活动也获得了圆满成功。通过运用积极心理暗示，班级的氛围变得更加和谐融洽，学生们的学习积极性和主动性也得到了极大的提高。他们更加自信、乐观，相互之间的关系也更加亲密。看到学生们的这些变化，我感到无比欣慰和自豪。

积极心理暗示就像一缕阳光，照亮了学生们的心灵，让他们在成长的道路上充满信心和勇气。我相信，只要我们用心去发现，用爱去引导，每一个学生都能绽放出属于自己的光彩。

常州市丽华新村第三小学 朱玉茹