**行政会议学习分享——《正面管教》学习分享**

大家早上好，今天我分享的题目是“悦读，悦智慧”。自从升级为父母之后，我们或多或少都会关注一些育儿类的书籍。特别是当我们家娃到了六、七岁狗都嫌的年纪，调皮、发脾气等现象时有发生，我会有些焦虑，也会反思。更多是寻找更合适的陪伴他成长的方式和路径。在朋友的推荐之下，接触了《正面管教》这本书。“和善而坚定”这五个字在我读完这本书后，就深深地印刻在我的脑海里。

今天我分享的这本《正面教育》是由美国作家简.尼尔森所著，它基于阿德勒和德雷克斯的个体心理学理论，是为帮助家长解决育儿方面的难题而设的一套完整的体系。虽然是育儿方面的内容，但是里面有很多地方和教师在学校的教育都是相通的。这本书也同样推荐给广大教师阅读，里面有非常多的实战经验。

书中首先剖析了三种不同的教养方式：一种是严厉型，有规矩但没自由，没有选择，我要你怎么做，你就得怎么做。我感觉很多老师都是这样。一种是骄纵型，有自由但没规矩，无限制的选择，你想怎么做，就怎么做。很多家长都是这样。要么严厉控制、动辄惩罚要么又矫枉过正，走向娇纵、溺爱。可见，过度严厉或娇纵都不可取，但除了在两者之间来回摇摆，我们不知道还有什么其他办法。正面管教就是回答这个问题的。和善与坚定并行，有权威，有规矩也有自由，在尊重别人的前提下，你可以选择。

其实无论采用以上哪种教养方式，父母和老师的初心都是希望孩子能成长得好，但这能否实现取决于孩子是否被培养为一个真正有能力的人。作者提出，一个真正有能力的人必须具备七项感知和技能。

①对个人能力的感知——“我能行”。

②对自己在重要关系中的价值的感知力--“我的贡献有价值，大家确实需要我”。

③对自己在生活中的力量或影响的感知力--“我能够影响发生在自己身上的事情”。

④内省能力——能理解个人的情绪，并能利用这种理解做到自律以及自我控制。

⑤人际沟通能力——善于和他人合作，并在沟通、协作、协商、分享、共情和倾听的基础上建立友谊。

⑥整体把握能力——以有责任感、适应力、灵活性和正直的态度来对待日常生活中的各种限制以及行为后果。

⑦判断能力—— 运用智慧，根据适宜的价值观来评估局面。

长久以来的实践证明，只有在和善而坚定、有尊严、受尊重的氛围中，学习具备良好品格所需要的有价值的生活技能，培养出责任感，孩子才能具备以上七项重要感知和技能，从容面对人生的诸多挑战与议题。

那么，有效管教应该是什么样的呢？它有4个标准：

1. 是否和善与坚定并行？（要对孩子尊重和鼓励）
2. 是否有助于孩子感受到归属感和价值感？（这是心灵纽带）
3. 是否长期有效？（惩罚在短期有效，但有长期的负面效果，所以要慎用惩罚或有技巧的使用）
4. 是否能交给孩子有价值的社会技能和人生技能，培养孩子的良好品格？（良好品格包括尊重他人，关心他人，善于解决问题，敢于承担责任，乐于贡献，愿意合作）

我们可以在日常的生活和教学中时时刻刻对照这样的标准，反思自己教育孩子过程的言与行。

接下来呢，我再具体结合案例跟大家分享几个在正面管教中可以直接使用的概念：

**第一：赢得孩子的合作**

书中说赢得孩子合作有四个步骤：

1. 表达出对孩子的感受和理解。
2. 表达出对孩子的同情，而不是宽恕。
3. 告诉孩子你的感受。
4. 让孩子关注如何解决问题。

 友善、关心和尊重是上述四个步骤的根本。这学期，脱去了琐碎的班主任工作，确实轻松了些。那么，之前一直在担任着这份既累心又暖心的工作。关于“赢得孩子的合作”这一点，在担任班主任期间，我在班级处理学生的问题时，就真切感受到了正面管教的好处。事情是这样的：我们班有个很调皮的男生，不学习，精力无处发泄，就喜欢惹是生非。有一次下课后气呼呼地跑过来跟我说：殷老师，某某某又推我。然后，我就顺势问他：他为什么推你，你做什么了？他还是很气呼呼地说：我什么也没做。然后我说：得了吧，你什么也没做人家会无缘无故地推你吗？你到底做了些什么？然后，那个学生就顿时很颓丧地不吭声，看着我，那我还是以指责的口吻说：那么，你说他推了你，怎么解决这个问题呢？学生就傻傻地看着我，不吭声。这是一次失败的谈话。后来，当我读过这本书的时候，再处理这类问题的时候，我是这样来说的：第一步：表达理解。面对这种告状，我很淡定地说：嗯，被人推确实很生气。第二步：表达同情。老师记得上学的时候也总被人推，欺负，真是心里觉得又生气又恼火。这时，学生的注意力已经被转移到老师被推上面去了，他回答我说：真的？我也很生气，我不过就是走过去的时候想跟他一起玩，拍了他一下，他就使劲推我，把我推倒了。然后我接着说：我很理解你肯定会那么想，那你看看能不能想一个办法，免得以后自己再这么难堪？第四步就是关注怎么解决问题。学生就跟我说：我走过去也不能无缘无故就拍他，我可以先看了玩一会，然后征询他，能否一起玩。然后我说：那找到解决办法就好了。

两次对话中，我的目的都是指向怎么解决问题，可是在严厉型的管教中，是没有结局的。在正面管教中，他很顺利地找到了解决的办法，我和那个学生之间还更亲近了一些，他愿意和老师一起想办法解决问题。

关于这样的事例，其实我们日常的教育教学中有很多很多。

**第二：关于不良行为**

德雷克斯说过一句话：一个行为不当的孩子，是一个丧失信心的孩子。当孩子丧失信心时，他们会为自己选择四种不恰当或者错误的目的，因为一切行为都是以目的为导向。这四种错误观念和错误行为目的是：

1. 寻求过度关注——错误观念：只有在得到你的关注时，我才有归属感
2. 寻求权力——错误观念：只有当我说了算或至少不能由你对我发号施令时，我才有归属感
3. 报复：错误观念：我得不到归属感，但我至少能让你同样受到伤害
4. 自暴自弃——错误观念：不可能有所归属，我放弃。

 所有人的首要行为目的都是归属感和价值感。比如，我们老师经常会碰到不做作业的情况，那你要分析孩子不做作业的目的是什么，1.有可能他以不做家庭作业来获取关注——嘿，看看我，你看我，来显示权力（你制服不了我），2.来寻求报复（你觉得我的成绩比我更重要，这让我很伤心，所以我也要让你伤心），3.来表达自己无能为力的感觉（我真的不会）。所以，理解孩子的目的很重要，事实上，孩子绝大多数不良行为的目的都可以归为以上四种。对于不同的目的，有效的干预和鼓励方式是不一样的。

当然，书中还有很多值得去好好阅读和转化为实践的地方，比如：惩罚将带来四种长期不良效果；把孩子犯错误看做学习的好时机；越惹人讨厌的孩子，往往是最需要爱的；关注如何解决问题更重要……因为时间关系，我就不一一赘述了。最后，以一首小诗结束我今天的分享：一点点的不完美。它是站在一个不完美的人的角度去表达的。我们身边有这么多不完美的孩子，如何运用正面管教，促进其养成好的习惯，让他们变的越来越好，或者说让我们和善并坚定地接受他们的不完美。我们要努力的地方还有很多。

一点点的不完美并不太糟糕。

一点点的不完美不致让你心碎了。

它能让你更真实

接近那些不那么完美的人

就像我一样。

一点点的不完美并不太难耐。

你再来一点点不完美就已经够能耐。

它让你再次脚踏实地

且让人们保持

自我的价值。

一点点的不完美其实恰到好处。

让不那么完美的世界更容易面对。

假如我们能学到

再来一点不完美

更多的我们就会找到正确之路。

一点点的不完美不致让你心碎了。

它让你接近到真实

接近那些就像我一样

不那么完美的人