

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报

(第 14 期)

### 【一、活动通知】

有关初中：

根据《关于印发〈常州市新北区教育系统第二轮“三名”培育工程实施意见〉的通知》（常新教〔2023〕79号）精神，依据《新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室研修方案》的安排，定于2024年11月27日举行培育室第14次活动。

#### 一、 活动时间

2024年11月27日（周三）下午13：30—16：30。

#### 二、 活动地点

江苏省奔牛高级中学

#### 三、 活动内容

时间	内容	地点	主持人
13：30—14：30	1. 班会：江苏省奔牛高级中学 陈常英《做情绪的主人》	高一（10）	胡忠梅
14：30—15：30	讲座：江苏省奔牛高级中学 陆金	树人楼四楼 教工之家	
15：30—16：30	2. 后期工作布置	树人楼四楼 教工之家	

#### 四、 活动对象

胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室全体成员。

请各校及时通知培育室成员准时参加，如有问题请与培育室领衔人联系，电话：18136588896

常州市新北区教育局基础教育处

2024年11月20号

【二、活动签到】（附：纸质签到扫描件）

胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室 11.27			
	成员	学校	签到
1	胡忠梅	新北区实验中学	胡忠梅
2	余小文	新北区安家中学	余小文
3	周宁	江苏省奔牛高级中学	请假
4	邹金炳	新北区飞龙中学	邹金炳
5	陈常英	江苏省奔牛高级中学	陈常英
6	薛红娟	新北区西夏墅初级中学	薛红娟
7	邓兵	常州市西夏墅高级中学	援陕
8	纪兰	常州市中天实验学校	纪兰
9	徐晓婷	新北区实验中学	徐晓婷
10	徐英	新北区实验中学	徐英
11	陆小莉	新北区薛家中学	陆小莉
12	李昱华	新北区龙城初级中学	李昱华
13	刘眉	新北区孟河中学	请假
14	吴艳玲	新北区罗溪中学	吴艳玲
15	张爱华	新北区实验中学	请假

### 【三、活动过程材料】(附：详细教案、PPT、交流稿等)

## 做情绪的主人 ——管理情绪，邂逅美丽人生 江苏省奔牛高级中学 陈常英

#### 1. 班会背景分析

当下心理疾病已成为影响中小学生学习成长的重要因素，而情绪是反映学生心理健康的外在形式。很多学生情绪波动起伏大，不善于自我管理，导致出现不同程度情绪内耗现象或者过激行为表现。这就需要引导学生了解情绪相关知识并学会自我管理调节情绪，以更好地成长。基于此，我们在本次主题班会中引导学生认识人的情绪并学会管理自己的情绪，争做情绪的主人。

#### 2. 班会目标

##### 认知目标

通过视频、活动等方式引发学生对情绪的体验，意识到负面情绪的不良影响，从而引发学生对自身情绪发生的思考。

##### 情感目标

引导学生找出调节负面情绪的方法，帮助他们形成良好的情绪管理意识和能力。

##### 行为目标

通过班会学会利用不同方法管理自己情绪，积极阳光地生活。

#### 3. 班会准备(教师准备)

准备好游戏魔盒和情绪测试资料

准备好PPT

#### 4. 班会过程

##### 环节一：热身活动手指操

设计意图：激发学生的活动兴趣；从学生的反应能力导入班会课主题。

##### 环节二：情绪的认知

###### 活动1. 情绪微体验

邀请5位学生上台摸取礼物作为期中考试奖品，并交流知晓礼物时内心感受。

设计意图：让学生直观感受情绪。

###### 活动2. 播放微视频《什么是情绪》

设计意图：让学生从专业角度深入理解情绪的相关知识，比如概念界定、类型及其产生的原因等。

##### 环节三：情绪的表达

活动1. 组织学生基于自身情况和周边人情况思考交流表达情绪的方式。

设计意图：让学生明确常见的情绪表达方式。

活动2. 组织学生参加小游戏“察言观色”。

设计意图：让学生了解不同情绪会有不同表达方式。

##### 环节四：情绪的影响

组织学生讨论交流情绪的影响。

设计意图：让学生深度了解积极情绪和消极情绪各自的影响。

##### 环节五：情绪的管理

活动1. 组织学生完成趣味测试《我的情绪稳定吗?》并当场计分。

设计意图：让学生根据得分明确自身情绪稳定状态，为学习管理情绪作铺垫。

活动2. 组织学生看视频《HOW IS SHE FEELING?》

设计意图：让学生明确管理情绪不等同于压制情绪，而是在觉察、直面、接纳、体验情绪的基础上进行调试，最终与情绪和解的过程。

活动3. 组织学生交流自身管理情绪行之有效的方法。

设计意图：让学生了解一些常用且可行的管理情绪的方法。

活动4. 组织学生跟着视频《GOOD TIME》学做课桌舞减压操。

设计意图：将减压操推荐给学生，便于学生有需求时快速减压。

##### 环节六：班会总结

班主任总结：生活常有阴霾，愿大家能及时调节管理好自己的情绪，快乐生活，邂逅美丽人生。



## 【四、2024年9月育人故事】

### 学会等待

江苏省奔牛高级中学 陈常英

【过程描述】期中考试结束后，我正在分析汇总学生的各科成绩，学生W突然出现在我的视线中，带着她的语文考卷，满脸的落寞，带着点悲伤，眼睛红红的。我诧异地问她：“什么情况啊？”她看看我，欲言又止，迟疑不多时，算是鼓起勇气开了口：“老师，我这次考试考得太差了，能帮我分析下试卷吗？”我看了下班级成绩汇总表，W班级排名倒二，“当然可以。”停下手边的活，带着她一起看卷，分析了考卷上失分的大致原因，顺带给了后期查漏补缺的学习建议。就在她准备转身离开时，我留住了她，让她跟我说明下前阶段高年级男生找她的情况。这一刻，她愣住了。

期中考试两周前，某个晚自习刚结束的夜晩，我无意间看到学生W在教学楼道上正背对着我跟我认识的一位男生聊天，等我慢慢走近，学生W快速离开了。出于自发的警觉性，或者敏感性，我径直走到男生那问他的班级信息等，结果男生告诉我他是高三的，就是来找W跟她打个招呼。这下我更诧异了，追问他两人是否熟悉，他回答不熟，我继续追问不熟悉还特意跑过来打招呼的原因，他回答我就是打个招呼认识一下。听到这些看似无用的信息，我跟男生强调了跟学生X保持恰当距离的要求，并祝他高考顺利，然后让他离开了。

之后，我并未去找学生W了解、核实相关情况，主要是因着我对她的了解，觉得还未到合适的时候。开学初始，我对学生X印象并不深刻，因身为寄宿生打扫宿舍卫生质量几次不合格被要求整改和加强劳动教育，她连续两次跟家长反馈虚假情况导致家长第一次误解小孩被体罚，第二次在家校进一步沟通基础上家长认可学校的处置方式，我才对这位印象中看似寡言的学生有了进一步的了解，当然在此之前我并未去找她了解关于卫生整改谎报军情的原因。另外，W参与活动的积极性很高，对待学习少了些许踏实和专注，基于这些信息，如果立即找W沟通，我个人感觉效果不会理想，需要等待合适的机会。

期中考结果出来后，W主动找我，我觉得这就是我等来的合适机会。在W愣住的时间，我快速提醒：“考前，晚自习结束后三楼教学楼道。”“那是我认识的一位高三优秀学霸。”W小声说道。“之前认识吗？”“不认识。”“怎么认识的？”“QQ”。“认识的目的是什么？”“拓展资源。”“高中阶段你需要拓展哪方面的资源？”在我步步紧逼的追问下，W学生陷入了沉默。“期中考试考得这么差，先前自己有没反思原因呢？”“有的，学习效率低下。”“为什么会低下呢？”“不够专注，也不够认真。”“追问一下，之前你舍务工作不过关被要求整改和加强劳动教育，你家长怎么会认为你被体罚了呢？”W沉默了几分钟，回答说：“应该是他们理解错了。”“那后期怎么走有方向了没？”“有了。”“那我拭目以待，你好好加油。”之后一段时间的清晨自主学习时间段，我经常能看到学生W默默学习的身影，舍务工作到目前为止，也一直是合格状态。

#### 【理论分析】

成长的过程是不断遇到问题不断解决问题，甚至不断犯错不断纠错的过程。当学生出故障时，我们不必急于去给他们指出故障，不必急于告知他们该怎么做。很多时候，跟学生讲道理并不能解决问题，更不要说通过讲道理的方式让他们实现成长，只有让他们自己去经历一些事情面对一些他们不愿面对的后果，他们才可能真正懂得该做什么不该做什么，我们能做的，就是耐心等待合适的契机，去引导他们真正看清自己进而给些建议而已。

当我们确定学生撒谎的时候，我们不必去明确指出他们撒谎的行为，更不必上纲上线。撒谎的背后就是不愿承担责任或者怕承担责任，培养责任意识的方式应该可以有很多选择，但绝对不是指责。只要让学生确定我们知道了他在撒谎，而我们不明说，某种程度上，是保全了他们的自尊或颜面，他们大多会反思自身行为的不合理性，从而作出相应的改变。

### 让后进生的明天同样灿烂

常州市中天实验学校 纪兰

转眼间，我作为班主任所带的第一届学生即将迎来中考。在这三年班主任工作中，我真切的感受到：爱永远是教育的真正内涵。如果没有爱，任何说教都无法开启一颗封闭的心灵；如果没有爱，任何甜言蜜语都无法打动一颗冰冷的心。惟有爱，才能点亮心灵的灯盏，收获期望。要做好后进生的思想转化工作，就要给他们一份个性的爱，那就是信任、鼓励和宽容。

#### 背景：

众所周知：初三的后进生由于初一、初二时的积淀，成绩已经和他人拉开较大的差距。一步跟不上，步步跟不上，形成了一个恶性循环，中考的压力也在无形之中压垮了他们。班主任工作的核心内容就是育人工作，而育人工作中最令班主任费时费力，而又可能收效不大的是后进生的转化工作。转化后进生是每一个班主任所肩负的重大而艰巨的任务，也是教育工作者不容推卸的责任。在班级管理中就我个人而言，

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报(第14期)

我觉得班主任转化后进生工作策略方法就是用爱去关心学生，激发学习兴趣，培养学习的自信心与自制力，点燃心中的那盏明灯，插上理想的翅膀，自由翱翔。

典型案例过程：

小王同学是我们班一位较为典型的“后进生”。基础薄弱，上课注意力不集中，每次的作业都马虎了事，偶尔还有抄袭现象，学习习惯很差，平时父母管不住，让老师十分头疼。

透过观察和了解，我对小王同学存在的问题基本上心中有了数：他的这种不好的行为习惯主要是小学阶段构成的，由于父母疏于管教，导致了他这种不良习惯的形成。长此以往，他对学习也就失去了足够的信心，自然出现反应偏慢这种状态。反过来，学习上的不如意又加剧了其自卑感，并使其不断内化，最终让他变成了现在这种行为状态。

针对小王同学的状况，用常规的谈话、批评、表扬显然收效不大。他失去的是自我心理暗示，因此，务必先帮他建立起良好的自我心理暗示，其它工作才能开展。在征得家长、任课老师及同学们的支持后，我准备这样一步一步的帮忙他：

首先：对他的初始目标降低一点，让其也能够体验成功。

针对他的状况，我把有效提高他的学习成果作为其增强信心的切入点，让他担任班级的劳动委员，提高他的自信心，树立他在班级中的良好形象，具体做法为：

1、分析现状，提出目标。根据对他平时学习状况的观察，我发现他由于学习习惯差和懒惰，对于基础性、识记性的学科知识掌握得很差。对此，我找他进行了一次长谈，具体讨论他的学习目标问题，针对起点较低、基础较差的现状，我与他共同制定了相对其它同学较低的目标，定位于书本的基础，背公式概念、做基本题，难的不作要求，比如，每一天自己抽空到我这边来背诵英语的80句翻译。目标的接近，使他有了一丝一毫的信心。

2、对他进行具体指导，帮他实现目标。为此，我协同其他任课老师及部分学习较好的同学，给他各科搭配一个小帮手。他看到这么多老师同学全力帮他，也体现出前所未有的发奋和配合。果然，在接下来的课堂表现以及老师在平时所进行的小测验或者默写、背诵等，尽管状况也不是特别理想，但较以前进步是明显的。同时，他担任劳动委员，每次的劳动卫生，他都能够以身作则，再苦再累的活他都毫无怨言，他在同学心目中留下了十分好的印象，让他体验到了受人尊重的自豪感。

3、对于他的进步及时给予充分的表扬，让其体验成功。有了成绩的进步，哪怕就是一次默写状况的好转，我都有意识地在课堂上对他的进步进行了表扬，此后的上课，他显然比以前投入多了，作业也认真多了。

其次：引导他正确总结经验教训，增强学习的信心。

在学习上初尝成功喜悦之后，我把精力集中到解开他心头之结上来。尽管他学习有所进步，但毕竟仍较差，再加上他仍会偶尔产生自卑的心理暗示。此外，我还通过与他姐姐的沟通、与各科老师的沟通、与全班同学的沟通，来营造正面良好的氛围。让他一心扑在学习上，把全部精力都投入到学习中去，再加上学习上略有进步，他显得较以前自信多了。

最后：引导他逐渐提升目标，以正确的心态应对挫折。

信心调动起来之后如何持续？关键在于增强耐挫力。因此，在他初具信心、学习略有进步的基础上，我对他适时调整了要求，将其目标适度提升，使其在实现目标过程中遭遇挫折，并鼓励他发挥自我作用，摆脱知难而退、对现实一味逃避的心理。同时，我改变初阶段时的事事关心，变为遥控指挥、宏观调控。这种“若即若离”的方式，使他不得不应对现实迎接挑战。而这些无疑中增强了他的耐挫力。反复几次下来，不仅仅持续了起自信心，也是他对自己有了更清醒的认识。经过一个阶段的发奋，小王同学对学习有了很大的兴趣和主动性。

透过小王同学的转变，使我感到，在当前“后进生”转化工作中，除了需要我们对于她们倾注更多的爱心和耐心，更多的真诚和宽容，还需要我们教育者思考的恐怕是我们的方法是什么。注重培养“后进生”的心理优势，让他们都感到自己的重要。总之，只要我们共同努力，坚定信心，科学教育，把转化后进生作为素质教育的一个重要方面和教师义不容辞的职责，这些迟开的花朵将开得更加绚丽，更加灿烂。

### 家长支持孩子“谈恋爱”，怎么办？

#### 新北区实验中学 胡忠梅

期中考试后，班上一位男同学的成绩又退步非常大，多方了解发现，这位同学有“小女朋友”，两人在半年前就打得火热，而且家长还知道，默许了这件事情的发生，了解情况后，有些头疼。怎么办？我准备从学生身上找突破口。

1. 与孩子谈心。延时的时侯，我把这位同学请到了办公室，以亲切、理解的态度了解他对于恋爱的真实想法和感受。委婉地问他喜欢对方什么地方，在这段恋爱关系中开心或者烦恼的事情是什么等等。通过这样的交流，让学生感受到老师的关心，也便于掌握学生的心理状态。

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报(第14期)

2. 引导正确相处。不管家长态度如何，都要引导学生在校园里与“恋人”保持恰当的相处方式，不能因为恋爱影响课堂纪律、影响其他同学学习，更不能有过分亲昵的举动等。我在谈话中告诉这位同学：“即使你们互相喜欢，在学校里也要遵守学校的规章制度，和对方友好、礼貌地相处，初中生，学习既是我们的权利更是我们必须履行的义务，一定要把学习放在首位。”帮助孩子树立正确的行为准则。

3. 关注学习和情绪变化。平时密切留意这位同学在学习方面的表现，是否出现成绩波动、作业完成情况变差等现象；同时关注他的情绪状态，是否因为恋爱中的问题出现情绪低落、烦躁不安等情况。一旦发现异常，及时给予关心和帮助。

教育永远不是只靠学校一方就能实现的，虽然家长在这起“恋爱”行为中持默认的态度，但是看到孩子成绩下滑，我不相信家长心理没有触动，我准备请家长来谈谈。

1. 了解家长想法。我主动联系这位同学的家长，以平和、尊重的态度先约家长电话沟通，询问他们支持孩子谈恋爱的原因。家长觉得孩子在感情方面比较早熟，强行阻止可能适得其反，而且他们认为恋爱能让孩子学会如何与人相处。他们和孩子沟通的结果是，只要不影响学习，他们不干涉。但是现在影响学习了，我把这位同学的学习波动，在学习的表现和与家长沟通后，家长沉默了。

2. 阐述初中阶段特点及恋爱影响。我耐心地向家长说明初中阶段学生的身心发展特点，初中孩子正处在青春期，生理和心理变化较大，情绪容易波动，自我管控能力还相对薄弱。而恋爱行为在这个阶段可能会分散孩子学习的精力，导致成绩下滑，比如有的学生原本在班级里成绩处于中上游，谈恋爱后上课总想着和恋人相处的事，听课效率降低，作业完成质量差，成绩明显下降。同时，初中孩子缺乏处理感情问题的成熟经验，一旦感情出现矛盾，可能会产生较大的情绪困扰，影响身心健康和正常的校园生活。所有这些都导致学生的学习态度下降，情绪不稳，甚至可能出现一些极端行为。

3. 强调教育目标一致性。我真诚地和家长表明，大家的出发点都是为了孩子更好地成长，老师希望孩子在初中阶段能扎实地学习知识，培养良好的品德和行为习惯，为将来的高中学习乃至更高阶段的发展打好基础，而家长的支持虽然可能是出于好意，但从长远来看，现阶段恋爱可能不利于实现这些目标，争取让家长和老师在教育理念上达成共识。

和家长初步沟通后，我还在班级里进行了全面的思想教育。

1. 主题班会引导。组织以“青春期的友谊与爱情”“初中阶段我们的成长重点”等为主题的班会活动，通过案例分析、小组讨论、学生分享等形式，引导全班同学正确认识青春期的情感萌动，明白初中阶段学习和自我成长的重要性。

2. 营造良好氛围。在班级里营造积极向上的学习氛围和健康的同学关系氛围，鼓励同学们互帮互助、共同进步，多开展学习竞赛、兴趣小组等有益活动，让孩子们精力更多地放在学习和有益的兴趣爱好培养上，减少对恋爱方面关注的热度。

为了巩固已有成果，我还进行了持续的跟进。

1. 定期回访家长：在和家长沟通后的一段时间内，定期与家长联系，了解孩子在家里的表现以及家长对于孩子恋爱这件事态度的变化情况，及时给予相应的建议和指导，巩固沟通效果。

2. 协同助力成长：与家长保持良好的合作关系，共同关注孩子的成长，无论是学习上还是生活中、心理上出现的问题，都一起想办法解决。在学习里关心孩子的心理情绪波动，学习态度变化，及时进行心理上的疏导，行为上的正确引导，让孩子能在正确的帮助下度过初中阶段，将重心放到该放的地方，实现健康成长。

总之，面对家长支持初中孩子谈恋爱的情况，老师要通过多方面的工作，积极引导家长、关注孩子，营造良好的班级环境，助力孩子在初中阶段更好地学习和成长。

## 播撒种子，静待花开

罗溪中学 吴艳玲

在我心中，每个孩子都是一朵会开的花，而面对内心敏感的孩子，我们需要更多的时间和耐心去静待花开。

还记得刚接手这个班，让我印象最深的是一个可爱的小女孩，她叫小梅，十分敏感：怕没有朋友、怕老师不喜欢她、怕自己做得不够好，说话也十分小声。与家长进一步沟通后，发现孩子不太会交朋友、内心缺乏在集体中的安全感。这样的她，遇事唯一的解决方法就是“哭”。被老师批评会哭，忘记带东西会哭，别的同学说一句会哭，回答不出问题会哭……她的哭，让看到的人无奈之余又心生怜爱。即使不哭时，小梅低着头啥也不说，让本就瘦小的身体，看起来更加无力。本该张扬活泼的年纪，她却像是背负着极重的压力和心事。通过与家长的沟通才知小梅同学是家中的小女儿，父母年龄较大，总觉得对孩子爱不够。事无巨细的照顾下因保护过度，与外界的交往能力未得到锻炼。多次受挫体验，让孩子变得自卑、自我，进而出现爱哭、敏感等行为。原因找到了，我决定尝试着帮助她找回属于自己的快乐和自信，哪怕是微小的改变，我也会尽力而为。

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报(第14期)

首先，与孩子的父母及时进行有效沟通，尽可能多地了解孩子的成长经历和性格，了解父母眼中的孩子是什么样的。在沟通过程中，只阐述事实，表达感受，不做任何评价，注意语气和态度。站在对方角度，静心、诚心地与她的爸爸妈妈沟通，帮助孩子分析现阶段各种行为的原因，并给予可操作性的指导。

其次，在课堂中和课间时间，去寻找她的优点及闪光点，或借真诚的微笑，或以关切的眼神，或用鼓励的话语，或及时的表扬向她巧妙暗示，让她感受到老师能看到她，以此让她关注自己的长处和自己的能力，从而增进自信。与此同时，我一有时间就会找她谈心，平时下课走进她们的班级好朋友圈，多与她们唠唠家常，多和她开开玩笑，让她感受到来自老师和同学的友好。此外，为了锻炼她的胆量，在她想拒绝的情况下还是让她当班上的课代表。但是开始时，我不敢逼她太紧，让另一个同学去协助她并给予她鼓励，让她没有那么的局促不安，渐渐地，她这个课代表没有让我失望，每次收作业那一声“赶紧交作业啦！”让我十分惊喜，她在慢慢变得自信。

经过努力，我发现她的变化越来越大。现在的她，自信开朗了许多，已经可以自己独当一面，不再是那个遇事只爱哭鼻子，内心敏感的小女孩。有时候也会跟她的小伙伴们围在我身边，跟我交流班上发生的故事、开玩笑，通过她绘声绘色地描述，班上的故事多姿多彩，班上的笑声也多了不少。

在教育这片沃土上，我坚信每一粒种子都会迎来春天，多一些耐心和爱心，他们总会开花。

### 任课老师与班主任合作的紧密性对班级管理的影响

薛家中学 陆小莉

又是一年期中考试结束，又到了一学期一次的期中考试分析大会。这次分析大会学校修改了形式。在分析大会前对全校学生进行了问卷调查，询问了包括但不限于以下几个问题：你最喜欢的老师是谁？你最讨厌的老师是谁？经常不批改作业的老师是谁？上课最差的老师是谁？……学校为了这次的期中考试分析大会也是卯足了劲，初衷是想让老师进行自我反思，但没想到这次分析会成了我们班级的批斗大会。

当我初初接手这个班级的时候，这个班是一盘散沙。学生各自为政，刺头频出。班干部没有班干部的领导力 and 自我约束力，普通学生还经常跟老师唱反调。学生经常聚堆在厕所，打架事件频发。学生普遍不讲文明，脏话连篇。教室卫生相当的不堪入目。就这样一个班级在我一年的管理之下，学优生开始觉醒意识，有了自己的目标，能沉下心来学习。学困生虽然在学习上存在困难，但是行为习惯上也有了极大的改善。那些刺头都被一一捋顺，在课上也再没有当面顶撞老师的情况出现。这些都是他们表现给我的表象，在其他任课老师的课上并没有想象中那么好。我们作为教育工作者，其实更多的还是喜欢自己解决问题，不想去麻烦他人。所以当在这次大会上，任课老师提出我们班有些同学在课上顶撞老师，导致他课都上不下去，我才意识到我们之间的合作出现了问题。

经过一年的接触，我对这个班的学生已经有了一定程度的认识。我相信他们在本质上并没有任课老师口中说的那么难以管教。所以一定是我没有对任课老师给予帮助。一方面是要跟任课老师及时沟通班级学生的情况，让他们对学生有更深程度的了解，以及对我的班级管理的策略拥有一致性目的。另一方面也要及时制止学生的一些不理智行为，从而起到教育学生的作用。但是我们好像并没有经历过这样一个探讨和思考，都在各自为政。所以对学生的认知和管理存在了一定的矛盾性，导致我们对学生的了解有了一定的偏差。

当经历过会上的激烈讨论之后，我私下与任课老师们进行了深入的沟通和交流。将我对班级管理的策略分享给他们，希望他们能跟我一起保证管理的一致性。也安慰一下这些承受了巨大压力的任课老师们。

经过了半个多月的调整和及时的沟通之后，班级学生对于学习其他学科的热情更深了。在课上与老师产生分歧的情况也有所缓解。

与任课老师协同合作，是学校德育的重要一环。我们作为班主任，不能仅仅关注自己的学科。而应该顾全大局，与其他任课老师进行紧密联系，将教育的一致性贯彻到底从而形成合力，达到育人的目的。

### 青春不迷茫

新北实验中学 徐晓婷

背景描述：

最近我先发现一名唐心悦的学生最近表现异常。原本成绩优异，积极参与班级活动，但近期却变得沉默寡言，成绩急剧下滑，甚至出现了逃课现象。我决定深入了解唐心悦的情况，帮助他走出困境。

育人过程：

1. 发现问题：我通过与唐心悦的家长沟通，了解到唐心悦最近沉迷于网络游戏，导致生活作息紊乱，学习成绩下降。同时，唐心悦还因为游戏中的挫败感，产生了自卑和逃避现实的情绪。

2. 心理辅导：我邀请学校的心理老师对唐心悦进行心理辅导，帮助他认识到网络游戏对生活和学习负面影响。在心理老师的指导下，唐心悦逐渐意识到自己的问题所在，开始尝试调整生活状态。

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报(第14期)

3. 家校合作：我积极与唐心悅的家长沟通，共同制定了一份家庭教育计划。家长开始关注唐心悅的作息時間，限制他玩游戏的时间，并鼓励他参与户外活动。同时，我还建议家长多关心唐心悅的心理健康，给予他更多的关爱和支持。

4. 个性化教育：针对唐心悅在游戏中的挫败感，我为他设计了一系列个性化教育活动。通过组织班级竞赛、团队活动等形式，让唐心悅在集体中找到自己的价值，增强自信心。此外，我还鼓励唐心悅参加学校的兴趣小组，培养他的兴趣爱好，转移注意力。

5. 持续跟进：在育人过程中，我始终保持对唐心悅的关注，定期与唐心悅的家长、心理老师沟通，了解唐心悅的进步情况，及时调整教育策略。经过一段时间的努力，唐心悅逐渐摆脱了网络游戏的困扰，学习成绩和心理健康状况都得到了明显改善。

育人成果：

经过我的精心育人实践，唐心悅逐渐找回了自信和生活的方向。他的学习成绩稳步提升，重新成为了班级的优秀学生。同时，唐心悅还积极参与班级活动，成为了班级的小领袖。

案例总结：

我们在面对学生问题时，要运用心理辅导、家校合作、个性化教育等多种方法，帮助学生走出困境，实现全面进步。在今后的教育工作中，我们应该继续关注学生的全面发展，为他们创造更多的成长机会。

## 直面挫折

### 江苏省奔牛高级中学 周宁

期中考试结束了，应该说是过程比较艰难，从第一场开始孩子们就答得有些吃力，但是他们都坚持到了最后一场。和上次联考相比有些孩子明显进步了，也有些孩子退步很大，大家在竭力自我调整，为下一站的期末统考做准备。



这几天无论是中午还是晚上都在和孩子们谈心，在交流中我们互相治愈。

今天是方嘉荧生日，课间她跑到讲台上请求我给她送上生日祝福，送了她一句：“Happy birthday to you”，拍了拍她的肩膀，她满意地离开了。大家都笑了，是那么开心。晚饭后她把生日蛋糕放在我的办公桌上，还给办公室的其他三位老师每人放了一份。这些小小的举动让他们疲惫的心灵得到了温暖，就像黑暗中的一道光，道路也不再那么漫长。



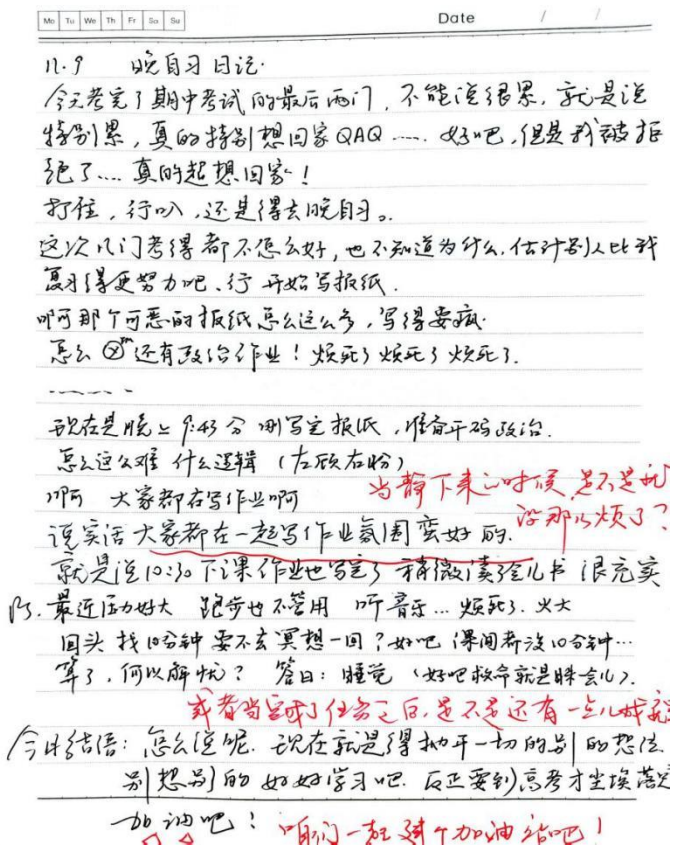
作为回赠，亲自为

她面批作文，她竟被感动地连连说：“谢谢周老师！”

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报(第14期)

在师生互动中让我感触最深的是进入高二以来，尤其是经历了期中统考之后，孩子们的内心更加坚定了。比如在我印象中朱优会对成绩比较焦虑，但是今晚她和我谈到成绩时是那么的淡定，她说以前发了试卷要等看到成绩后才能定下心来看答案，而现在更渴望知道自己的漏洞在哪里。从高二到现在成绩有五十多名一步步提升到十几名，她不再纠结分数了。这让我悬着的心也踏实一些了。我们不仅在黑暗中发现了光，还可以变成光，照亮自己 and 他人。

当然，百炼成钢需要一个过程，但无论如何我们都要大胆去尝试，无论结果是好是坏，不要急于下定论，在不断总结中我们会越来越强大。而我们家长和老师能做的就是陪伴和鼓励，一起并肩作战。等孩子体验到了进步的快乐，自信心就会增加。



从这个孩子的日记中不难看出通过思想斗争，最终理性战胜了感性，这就实现了自我成长。下一阶段，我们团队将一起建设能量加油站，自我能量不足的孩子将从团队中获得能量，冲破黑暗，走向光明。

2024. 11. 14

## 向内生长，向外绽放 常州市新北区孟河中学 刘眉

进入初三以来，小雨平时在班级里很少主动与同学交流，总是一个人默默地坐在座位上。课堂上，她也不太积极参与互动，成绩处于班级中下游水平。我注意到她经常一个人上学、放学，很少看到她与其他同学一起玩耍。随着时间的推移，我发现小雨的这种情况并没有改善，甚至有越发严重的趋势。她开始出现上课走神、作业完成质量不高的情况。

我和任课老师分析，小雨出现这种情况主要是以下几个因素：一、性格因素：小雨性格内向，可能在人际交往方面存在一定的障碍，导致她难以融入集体。二、缺乏自信：由于成绩不太理想，在课堂上的表现也不够突出，使得小雨对自己缺乏信心，不敢主动参与活动和表达自己。三、家庭环境影响：母亲要求十分严格，家庭环境中缺乏足够的关爱和鼓励，家庭氛围比较压抑。

分析了孩子心理，我和几位任课老师也达成了一致，在日常教学中做到了以下几点：

### 关注与倾听

在日常学习生活中，我格外留意小雨的行为举止和情感变化。每当课间休息或课后，我都会主动走到她的身边，轻声与她交谈，耐心倾听她的每一个想法和感受。我不仅关心她的学习情况，更关注她的内心世界，希望通过这样的交流，让她深切感受到老师对她的关心和重视。在倾听的过程中，我也适时给予积极的反馈和引导，帮助她更好地处理情绪和问题。

### 创造机会

为了让小雨有更多的机会在班级中展现自己，我特意为她设计了一些适合她能力和兴趣的活动。例如，我让她负责班级图书角的整理工作，这不仅发挥了她的细心和责任感，还让她在同学们面前有了更多的存在感。在课堂上，我也经常选择一些适合她知识水平的问题让她回答，每当她正确回答时，全班同学的掌声都是对她最好的鼓励，这样一步步帮助她建立起自信心。

### 小组合作

我深知小组合作对于提高小雨的人际交往能力的重要性，因此我特意安排了一些需要团队协作的学习活动。在这些活动中，我鼓励小雨积极发表自己的观点，与同学们共同讨论和解决问题。起初，她显得有些拘谨，但随着时间的推移，她开始在小组中扮演越来越重要的角色，与同学们的沟通也变得更加自如。

### 家校沟通

为了更全面地了解小雨，我主动与她的家长取得了联系，通过深入的沟通，我了解到小雨在家庭中的情况和需求。我诚恳地向家长建议，希望他们能够在日常生活中给予孩子更多的关爱和鼓励，共同营造一个温暖、和谐且支持性的家庭氛围。家长对我的建议表示了高度的认可和感谢，并承诺会积极配合学校的教育工作。

通过不断的练习和鼓励，小雨的学习成绩有了小幅的提升，她的自信心也随之增强。每当看到她取得进步时喜悦的笑容，我都深感自己的付出是值得的。

## 学习，想说爱你不容易 ——浅聊中学生的厌学现象 飞龙中学 邹金炳

### 【过程描述】

我班的小陈，大概是因为个子大，所以看上去比较成熟，其实她很幼稚，头脑简单，做什么事都欠考虑。自从七年级放寒假回校后，就一直不在学习状态中，经常不完成作业，本来学习基础还可以，但现在成绩越来越差！后来，有几个星期，周末休息两天后，总是星期一不来上课，开始我还信以为真，因为开始时她妈妈帮她请假的，不是发热，就是头痛，然后回校后询问在家看病情况，都是妈妈给她准备了药让她在家里休息的，然后爸妈都去上班了！等到第三次出现这种情况时，我就问她妈妈了，为什么身体不舒服不在星期天去看医生，为什么总到周一才说生病了，她妈说拿她没有办法，从这里就看出，之前也是因为家长的纵容，所以一次次的请假不来上学。

针对这种情况，我对家长也作出了要求，不能随便让孩子无故歇在家里，她这样休息在家里，肯定有什么原因的，希望家长能关注她在家的情况，以防有什么事欺骗家长和老师！这次教育下来，正常了一个星期，后来又一次没有完成作业，在还没有询问她情况之前，她竟然说：“老师，你打电话给我妈吧，叫她来把我带回去！”当时我听了就纳闷，不完成作业还有理让家长带回去，关键是自己主动提出来，我以为她身体不舒服，她说不是的，是因为她本来就不想读书了，后来我让她到我办公室谈话，她告诉了我她提出不想读书的原因，她说在寒假里，她在网上聊天，认识了一个外地男生，两个人很谈得来，而且她感觉那个男生也很关心她，经常在她爸妈同时上班时，打电话给她，而且在网上直呼“老公、老婆”，所以她不想读书了，想跑到外地去打工了……当把这事告诉家长时，家长一片茫然，什么都不知道。同时也知道了问题的严重性，家长也答应我以后会多给点时间孩子，多关注孩子在家的情况。对于这事，经过教育，小陈似乎也能接受，但并非真正的明白！

最离谱的是在期中考试后的一个星期一，她早晨没有来上学，那天她拿了家里的几百元现金，没有到学校来，就直接从家里出来后，在街上转悠，在超市里玩，家长找到她后，把她带回了家，说是要了解情况！后来听女儿说了不来上学的原因后，义愤填膺的打电话给我，说要到学校来找我，有些事要说说清楚的。然后她爸爸妈妈都来了，她爸来到我办公室门口一副气势汹汹的样子，说什么也不会放过那个写字条的学生，也非要把她揪出来，不让写纸条的人来上学！看到这种情况，我让家长先冷静些，先把问题调查清楚再说也不迟，家长给我看了纸条，说是连续几天收到有学生恐吓和辱骂小陈的纸条，我看了全是乱七八糟的话，当时我看了心中也有些数，可能是某个男生写着玩的，我答应调查此事后再说。但是要调查此事关键是要小陈配合，说出可能是谁写的，然后她在家两天什么都不说，后来还提供些错误的信息冤枉我们班的另一个女生，说是那个女生可能争风吃醋所以写这个纸条的，查了半天也不是，实际那张纸条是七年级的时候她和一个男生互骂的时候写的，夹在书里的，她无意翻到了，看到后，自己不想读书就在这张纸条上做文章的。而且还在纸条上画蛇添足的加句话，似乎看上去有几个人在威胁她似的。当查出真相后，她还是一声不肯，一脸呆滞的样子，实际上她早就知道了，就是不想再读书了！家长也没有料想到时这种情况，看到自己的女儿这种样子也很无奈了，只想带女儿回家，想找心理医生帮她看看，对于小陈这种学生确实很让人担忧！

### 【理论分析】

### 一、导致学生厌学的原因

#### 1、自身因素原因。

学习成绩跟不上，受到来自老师、家长和同学的压力、责怪和鄙视使学生产生了厌学情绪。成绩跟不上主要的原因有：有些学生由于自身比较懒惰，怕苦怕累，就会觉得学习是一件很苦很累并且很乏味的事情。有些同学对学习毫无兴趣，一看到书本就头痛，总想找机会逃避学习。或者由于学习方法不当，导致许多同学基础知识差，学习跟不上。他们上课时根本不知道老师在讲什么或听得一知半解，课后对老师布置的作业更是无从下手。长期如此，他们就会对学习毫无兴趣，因而产生厌学情绪。不少同学都不知道自己将来到底想干什么，他们的人生还没有明确的目标，因此他们一旦在学习上遇到困难，就往往会选择放弃，平时对学习也提不起兴趣来。

#### 2、家庭因素原因。

家长溺爱使学生放任自流，导致子女懒学勤玩，使孩子滋生了依赖性与懒惰性，不仅对枯燥的学习毫无兴趣，而且易沾染社会不正之风，贻害终生。也有些家长要求过于苛刻。“望子成龙，望女成凤”不顾孩子的想法，完全按照自己的意愿规划孩子的人生与未来，逼迫孩子学习，如果孩子成绩不好还要严加惩罚，这样便造成孩子的逆反心理，进而产生厌学情绪。家庭关系不和或家庭破裂会给孩子的心灵造成难以抹去的创伤，家庭的阴影会占据孩子思想的很大一部分，进而无心学习，产生厌学情绪。

#### 3、社会风气原因。

社会时尚的诱惑和社会不良思想的影响，是学生厌学另一重要原因。五彩缤纷的社会时尚：追星、言情小说、时尚消费、短视频、游戏、手机等，无时无刻不在刺激他们的感官，诱惑他们的心灵。部分青少年学生迷恋各式各样的服饰，好打扮，或者沉迷于网络游戏或者手机而迷失自我，也有些学生陷于“早恋”中，因此贪玩而上瘾，对正常的学校生活失去兴趣，学习积极性下降，因而产生厌学情绪。

### 二、解决“厌学”问题的几点思考：

1、学生是学习的主体，要消除厌学心理，最重要还是要靠学生本身的努力。有厌学心理的学生首先改变观念，接受自我。自己要重新认识自我价值，形成良好的自我意识，这是变厌学为乐学的重要一环。如果想小陈那样不配合老师和家长教育，是很难改变她厌学的心理的。厌学的学生应该从正面予以肯定，并不断强化自身的优点，不断在比较中接受自我，认识到自己并非无可救药，而是能学好的，相信自己也是一个有能力、有前途、受尊重的人，改变自己无能的观念。在与同学交往中必须先优化自己的性格，正确处理好与同学和老师的关系，想方设法让同学和老师喜欢自己，改善自己的人际关系，从而才能愿意接受学习。

2、解决“厌学”问题很需要营造和谐的家庭环境。只有拥有了和谐的家庭环境，才能保证孩子的身心健康发展。家长要提高自身素质，多与孩子沟通，以缩短和孩子代沟的距离。要尊重孩子真正的兴趣、需要，不要强制孩子学他们不喜欢的东西，同时也不要为了满足孩子的需要而一味的宠溺。在尊重的前提下进行有理有节的说服教育，孩子才能接受，也能摆脱“厌学”的情绪。

3、青少年是祖国未来的建设者，是我们社会发展的希望。社会各个部门都应该为青少年健康成长作多一份的考虑，网吧等的娱乐场所的大门要永远将18岁以下的青少年拒之于门外。有关部门也要努力依法办事，关心青少年的成长，保护青少年的权益，为青少年的健康茁壮成长营造良好的社会环境。

## 培养自驱力——从成绩“优秀”到内心“优秀”

### 西夏墅初中薛红娟

还没来得及跟新一届学生见面，我就从同事那了解到，我们班的陈同学在分班考试中年级第一，且是遥遥领先。我暗自兴奋，这可算是让我捡到宝了。毫无疑问，我予以重用，安排陈同学班长一职，兼任数学课代表。

开学第一个月，我对陈同学有了三个层次的认知。一、课堂印象：基础不错，反应很快。在讲到小学知识点时，小陈同学一般都能准确无误地表达清楚。二、作业印象：字迹潦草，粗心马虎。作业时，陈同学却不如课堂中的表现，经常会犯不该犯得错误，字迹也不够工整。在前两次的单元测试中，他的成绩勉强优秀，并不突出。三、周末印象：认知局限、盲目自信。周末到校布置班级时，陈同学无意间透露出了自己的想法：他想做一个回家不做作业也能年级第一的人。小学时，陈同学作业全部能在学校完成，回家从来不做作业，更别说辅导班或额外的拓展之类。小陈来自贵州，爸爸妈妈带着他们兄弟姐妹四个在常州打工，妈妈要照顾年幼的弟弟，没有工作，家庭经济全靠父亲一人独自撑着。这也是陈同学没有外出择校的最主要因素。

国庆假期过后的月考中，陈同学虽然是班级第一，但是年级却未能保持，与第一名差距还不小。陈同学虽然有点意外，但显然也没太放在心上。对自己九月份表现的总结中，他认为自己用了三成的功力，准备十月份增加到四成。我给了他两本课外练习，他也没能真正用上，我有点失望。尽管找他谈过几次话，但是收效不大。很快迎来了期中考试。陈同学连班级第一的位置没能保住。这次，他才真正觉醒，意识到自己的问题所在。

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报(第14期)

每个孩子都是独一无二的个体，他们有着不同的兴趣爱好和学习方式。就算是“优秀”学生，其实也没那么优秀。于是，我从以下方面着手，帮助陈同学，尊重他的个性差异，因材施教，们提供适合的学习环境和资源，让陈同学能够充分发挥自己的潜能和才华。

### 1. 树立目标，明确方向

家长会之前，我在QQ群建立相册，将近五年中考录取分数线上传，方便家长和学生及时了解。家长会上，指导家长协助学生对初中三年进行整体规划。小陈同学更加清晰地认识到自己的目标，制定了详细的学习计划，并设定短期和长期的目标。这些目标不仅包括了学习成绩的提升，还涵盖了个人兴趣的培养和综合素质的提高。通过明确目标，陈同学逐渐找到了学习的方向，也激发了他对未来的期待。

### 2. 学法指导，细节提升

书一页一页的翻过，但最后能够留存在脑子里的东西却不多。不少同学都存在类似的问题。因此，在“有效学习”的班会课上，我特地给学生讲“注意力预热”。课间的疯狂及自习课没有规划等都是大忌。陈同学悟性很高，他立刻就发现了自己的问题所在。他反思自己，认为自己知识点已经会了，提笔就写导致了許多不该犯的小错误。另外，圈点勾画的习惯也没有能够真正养成。班会课过后，陈同学课间安静思考的时间明显增加，与同学频繁讨论题目而非海阔天空般闲聊。

### 3. 被人看见，增加自信

俗话说，群众的眼睛是雪亮的。在每天的家作加载中，“发现班级正能量”这一板块，陈同学每天的票数开始遥遥领先，也为自己的日常表现增加了积分。所以，每周的“优秀小组成员”和“月份明星树苗”陈同学赫然在列。他感受到了自己真正的成长和变化，自信心和抗压能力都逐渐增强。

### 4. 自主学习，培养习惯

期中考试过后，学校开始了每周一次提优班上课。各科目老师也提出了更具体的要求，我也要求提优班的学生将各自拓展的内容写在家作记载中。陈同学也开始慢慢养成了自主学习的习惯，现在，他连用餐时间也充分利用，把课余所能利用的时间，不放过任何一秒，预习、复习、拓展，憋着一股劲一心往前冲。

## 四、成果显现，脚踏实地

经过一段时间的努力和坚持，陈同学的学习状态有了显著的提升。更重要的是，他对学习的态度也发生了根本性的转变。他不再把学习当作一项任务，而是把它当作一种乐趣和挑战。他开始主动地寻找学习资源和机会，积极地参与课堂讨论和课外活动。他的英语默写保持满分；做题圈点勾画，严格按照老师的要求；各科作业正确率明显上升。这些变化不仅让老师和家长感到欣慰和骄傲，也激励了周围的同学一起努力学习。

陈同学的故事告诉我们，唤醒孩子的学习内驱力是转变其学习态度的关键。

通过树立目标、学法指导、增加自信和自主学习等措施，我们可以引导孩子从被动学习转变为主动学习，让他们在知识的海洋中畅游，享受学习的乐趣。

## 十一月育人故事 新北实验中学 徐英

相信每一位做过班主任的老师都希望自己班级中的学生人人积极向上，个个循规蹈矩。但正如十个手指还不一样长，百花园中也不全是满园芬芳，一个班里有那么几个不守规矩、调皮捣蛋的学生也很正常。可就这几个“捣蛋鬼”就能把个好好的班搅得乱七八糟，把个好好的课堂弄得乌烟瘴气。

我们班的陈同学就是这样的一个“问题”学生：学习的事他不积极，蚍蚍别人，骂脏话的事从来少不了他；课堂上老师上课，任何一个问题他都能东拉西扯接上嘴，好像无此行为他就不足以引起全班同学对他的关注；自习课就是不肯写作业，跟他讲道理，说轻了他跟你嬉皮笑脸没正型，说重了他还能跟老师顶嘴。隔三差五就被请来办公室谈话，时不时通知家长来校配合教育，各科老师历数他在校的“斑斑劣迹”，但每次谈话总感觉家长总是表示无可奈何，又十分不大情愿下狠心管孩子。多次反复之后，我感觉自己苦口婆心，大道理说尽，劳力费神，他却无动于衷，没有改观，相反，甚至思想上对老师产生了一种抵触情绪。

久而久之，我开始反思自己的工作方法是否存在问题：如果自己被孩子的老师叫到学校，听到孩子被老师数落得没有一点优点，自己会是什么心情？回到家会对孩子有好声气？家长对学生没有好声气，学生又怎么可能对老师有好态度？学生对老师没好态度，老师又怎么会不生气呢？生了气、上了火，然后再找家长，再数落学生的不是，家长再……如此循环往复就是一种恶性循环。这样一想，我就改变了自己的工作方法——对其动之以情，晓之以理，以平等谈心的方式和他交流，推心置腹。少一些数落，多一份表扬。

当再一次与孩子交流时，我改变了原来的方式。借助一次班会课的机会，我首先当着全班同学的面表扬他运动会上为班上篮球队做出的突出贡献，为了表示鼓励，将学校奖励给班级的奖品——篮球交给他保管。在同学们鼓励的掌声中，他不好意思地接过篮球。

我要求他要保管好这份班级的荣誉，并鼓励他能够再接再厉。同时，与他约法三章：

## 新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报(第14期)

1. 遵守课堂纪律，认真听课，尽力搞好学习；2. 不在自习课去操场打球；3. 只要能保证做到前面的两点，就可以任意挑选自己的同桌和座位。一段时间下来，他有了明显的改观，我又对他的闪光点进行了表扬，对他提出了更高一点的要求，并以短信的形式告知家长孩子的变化。作为一个活泼好动的孩子，现在他仍然会不小心犯下一些小问题，但是他不再对老师怀有敌意，我也不对他吹毛求疵，只要他整体是向着更好的方向发展。

原先总认为班主任在学生面前应该板着脸，让学生怕你，这样学生才会服贴，班风才能纯正。现在看来并非如此，在不影响正常工作和学习的前提下，班主任放下师长的架子，偶尔的关心，小零食往往让师生间的心灵拉得更近，学生会从内心真正敬重、亲近班主任，从而更乐意接受班主任善意的批评教导，避免“口服心不服”的现象，提高工作的有效性。

### 心灵的震撼——自罚 安家中学 余小文

背景：

学生自习课不守纪律的问题一直困扰着我，自从前年我带上这个班起，我就一直努力让我的学生能够做到自律。我曾经也制定了一些班规、班级公约，也设立了值日班长制度，想了好多办法，但都好景不长，坚持不下来。实在没办法，我就狠狠把学生批评一顿，有时似乎也起到了一定作用，纪律确实做的很好，也让我很欣慰。但是，一旦有些同学不自觉，打破了安静的自习氛围，就很难再恢复平静了。

案例：

一天，我在3班看晚自习，教室里很安静。临近期中考试了，同学们都在认真地看书复习。突然，我的手机发出了振动，我拿出一看，原来是一位家长打来的电话。于是我起身离开教室，去外面阳台上接听电话。这位家长很关心自己的孩子，不停地问这问那。一转眼，十分钟过去了，那位家长还是说个没完。终于聊完了，我转身回教室，刚走到教室门口，却发现后面几个学生已经在教室后面嬉皮笑脸，我一下怒火就上来了。

我怒气冲冲地站在教室门口，嬉笑声嘎然而止，所有的人都抬起头来，看了一下又低下了头，好似在等待着什么。当时我怒火上冲，想揪出几个来大骂一顿，但又没盯住是谁闹的比较厉害。而此时另一股力量也在不断提醒我，要冷静，要冷静。我铁青着脸，一句话不说，站在门口，看着他们。对这些学生的不自觉我非常恼怒，但是我努力地压制着怒火，控制着自己。因为无数次经验教训告诉我，在最生气的时候把学生痛骂一顿并不能起到预期的效果，而一旦说出什么过分的话，冷静下来之后还需要去做工作弥补，其实非常不合算。可是，今晚学生的表现的确非常不好，一定要趁此机会给他们一个大的教训，让他们真正知道遵守纪律的重要性。

我该怎么办呢？在足足沉默了好几分钟之后，我终于开始说话了：“刚才我只过去接了我们班一位同学家长的电话，你们就这样，我非常生气，也非常难过，不是生你们的气，而是生我自己的气。我要好好反思一下这两年多来对你们的教育，为什么竟然如此失败！”我的话音低沉而缓慢，听到这话，同学们的头压得更低了，教室里静的连喘气声都能听到。我沉默了一会，接着又说：“我觉得我是一个不称职的班主任，我没有让你们真正做到一个自律的人，这也许是我能力有限，我要惩罚一下自己，我决定去操场跑5圈，让我清醒清醒。”说完，我就向操场跑去。当我跑了2圈时，我看见我的三个班干部来了，“老师，”他们似乎要说什么，但被我拦住了。我故意笑着说：“我已经跑了3圈了，还有2圈，快完了。”终于跑完了，我气喘吁吁的回到教室。这时我脸上已明显有汗水渗出，站在讲台上，这时的我没急着多说话，而是仔细望着每一位同学。有的也在不断的抬头看我的表情。他们显然是受到震撼了。许多人脸上露出惭愧、不忍的表情。他们犯了错误，却让老师受罚，似乎没自己什么事一样。对一些懂事的孩子来说，这绝对是一种心灵的煎熬。有个别女生想说话，嘴巴动了动，最终欲言又止。

又沉默了大约五分钟后，我对他们只说了三句话：

第一句是：如果你们平时的自习纪律都像现在这样，我将永远以你们为自豪。第二句话是：我希望我教出来的学生都能够严于律己，做一个真正自律的人。第三句话是还有剩下的几个月时间，我就看你们的表现。

那天以后，在自习课上，如果有同学不小心说话声音大了一些，马上就会有人提醒他不要讲话，而被提醒的人也感到好像做错了什么，立马就安静了。我自己也几乎没有再就纪律问题批评过他们。而那天晚上的事情，也让所有学生上了刻骨铭心的一课。

反思：

1、适当的沉默更有教育性。我们经常在教育学生时，大多数情况下都是给他们苦口婆心的讲道理，让他们明白什么是对的，什么是错的。其实有些道理学生听的多了，也就听烦了，所以起的作用不是太大。就拿班级纪律来讲，如果每天都对学生说要安静，不要说话，那学生肯定听烦了，也根本听不进去，如果在他们吵闹时，你进去在讲台上或在说话的那个学生面前站上几分钟，那么他肯定也会明白自己做了什么。所以有时适当的沉默比大堆的道理更有说服力，更能起到教育的作用。

2、适当的自罚会有说服力。要时刻把握住学生的内心活动，想一想他的心理弱点是什么，你所采取的方法要让他从心理上认识到自己的言行是错误的，让他真正从内心受到教育，从而去改正自己的错误。这个案例即通过我的自责以及自罚，让学生在良心上受到谴责，内疚，从而真正认识到自己的错误。

3、遇到突发事件要冷静，不能盲目、冲动，那样不仅不能取到预期的效果，只会让事情越来越复杂，使师生间的关系恶化。如果能够冷静下来，认真地思考一下，假设自己是那犯错误的学生，站在学生的角度去考虑，去解决，那么会收到意想不到的效果。如果当时我进去就劈头盖脸的大骂一顿，或是再给讲一大堆道理，可能还是会像以前样，会暂时收到一些效果，但不会太长久。

## 让我慢慢靠近你 龙城初级中学 李昱华

少年自是阳光，是春的风，夏的雨，秋的叶，是银装素裹纷扬而洒的冬，在这场温暖的教育修行中，那一个个天真可爱的孩子，一张张阳光稚嫩的笑脸，将这一径长途点缀得光芒四溢。苏霍姆林斯基曾感慨“从我手里经过的学生成千上万，奇怪的是，留给我印象最深的并不是无可挑剔的模范生，而是别具特点、与众不同的孩子。”

关注和微笑，让我慢慢靠近你

角落里那个腼腆害羞的男孩最先引起我的注意：他总是第一个来到教室，第一个冲向食堂。他不喜欢成群结队而是常常一个人趴在桌子上，课堂上更是把头深深埋进自己的臂弯，遮得严严实实。“他为什么如此孤僻？”“他从小便是如此吗？”“他究竟有什么样的故事呢？”一连串的问题萦绕在我的脑海。

为了寻根溯源我联系到他的父母了解情况，原来是父母一直在外工作，一年到头也和孩子说不上几句话，家里就爷爷照顾着他，这使得小瑜在面对外界环境时极度缺乏安全感。面对小瑜的情况我一时无言，我也在内心反问自己：我应该给孩子怎样的教育呢？我想定然不能任由他变成教室里的“边缘化学生”。而面对这个小心翼翼成长的孩子，我告诉自己慢慢来，要给予他更多的关注与微笑，敞开他的心扉，给予他足够的安全感。”

每当他早到教室，我便微笑地鼓励他：“小瑜，你今天比昨天到教室还早呢！”他总是喜欢摸摸头，脸上流露出腼腆的笑容。有次他忘带水卡，口渴又不好意思去借水卡，我把我的热水壶递给他：“小瑜，我的水壶你随时用就行。”日复一日，无论他有没有回应，我就这样固执地与他微笑着打招呼，尝试着慢慢靠近他。

鼓励和赞许，让你慢慢靠近我

渐渐的，小瑜开始回应我的关注与微笑，有一次我听见同学们说小瑜特别擅长古诗词，这让我发掘到了他的闪光点。班会课上我让小瑜和同学pk背诵古诗，他流利准确的背诵引来了全班惊羡的目光，在热烈的掌声中他也渐渐地自信起来。

从那以后，在课堂上，只要看到他认真听讲或回答了问题，我就马上进行表扬。通过和他交流发现他很有好奇心，阅读很多军事、历史类书籍，有时和同学说小话也是说一些很有意思的知识，平时他问我一些问题或展示他新学到的知识，我也会耐心去听，和他探讨，夸一夸他“真厉害”，问问“是从哪知道这么有深度的知识的？”，他总是骄傲的撇嘴笑一笑告诉我“书上都有哦。”

经过一段时间的观察，我发现他在课堂表现、和同学相处等方面都取得了一些进步。但毕竟小瑜的自控能力比较差，想在很短时间内把坏习惯全部改掉是不太现实的。所以遇到他上课又不认真，小动作不断，对要掌握的知识模模糊糊的情况，我并不灰心，因为我知道这种学生是需要时间磨的，也需要更大的耐心。

家长是孩子最重要的依赖和最信任的港湾，要想给予孩子一个健全的性格，家长就要尽可能地跟孩子相处，给予孩子实实在在的关爱和教育。为此，我专门和小瑜的爸爸妈妈进行沟通，将小瑜目前真实的情况告知他们，并恳请他们配合工作，让孩子取得进步。小瑜爸妈知道孩子情况后，感谢我的关心，并制订了孩子的教育措施也决定要更多地参与到孩子的教育中。他变得自信乐观，朋友也渐渐多了起来，和我已然成为朋友。

每一朵花都有盛开的理由，每一棵草都有泛绿的时候，用爱去呵护他们，赋予他们生命怒放的权利。对于后进生来说，我们需要用尊重和真诚去唤起他们的进取心，消除他们的心理障碍，帮助他们树立人生目标，并引导他们健康成长。只要我们出于真诚的愿望去爱护学生，用情感去感动他们，用道理去启迪他们，我们就可以打开转化后进生的大门，让他们也能成为社会的有用之才。教育之旅，征途漫漫，让教育更有温度，更有情怀。

**【五、活动照片及报道】**（精选 6 张左右照片，附报道后面）

**“智”驭情绪，“慧”育未来**

**——胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室第14次活动**

初冬沐暖阳，求索在路上。2024年11月27日，新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室全体成员齐聚江苏省奔牛高级中学，共赴第十四次活动。

**【课堂展示】**

江苏省奔牛高级中学的陈常英老师聚焦中学生的情绪问题，开设了一堂名为《做情绪的主人》的主题班会课。从情绪的认知、情绪的表达、情绪的影响、情绪的管理四个方面出发，由浅入深地剖析了情绪管理的重要性以及如何有效地管理情绪。陈老师娓娓道来，学生们积极活跃，在和谐有爱中完成了师生互动与生生互动，激发了学生的内在生命力。

**【名师引领】**

本次活动特别邀请全国著名班主任、常州市特级班主任、常州市“龙城十佳班主任”陆金老师为我们带来专题讲座《打造面对学生未来的卓越班级》。陆老师结合自身做班主任和身为家长的经历，以阿德勒理论和马斯洛需求理论为基，以针对大脑的科学研究为据，解开育人的摩斯密码，即每一个学生所追求的便是价值感和归属感。作为德育工作者，我们一要管理好自己的情绪，及时发挥理智脑的作用；二要注重和学生的沟通方式，帮助学生构筑高自尊，从而使学生实现自律；三要调整自我心态，本着修行之心，方能行稳致远。陆老师的讲座有深度有高度，给予我们育人的全新视角。

追逐光，靠近光，成为光。本次活动为培育室成员们提供了学习和研讨的平台。我们将继续携手，不断碰撞出思维的火花，凝聚起育人的智慧，共同书写好德育的奋进之章，做学生成长路上的提灯人。

**【活动收获】**

龙城初级中学 李昱华

本次陈老师的《做情绪的主人》班会课主题明确，围绕四个方面：情绪的认知、情绪的影响、情绪的表达和情绪的管理。整节课先以小游戏开始，让同学们抓取各种“奖品”的方式体验各种情绪，引入班会课主题。接着通过向学生提问，邀请学生上台做游戏以及视频，问卷等方式教会学生们如何直面情绪并且用正确的方式与自己的情绪和解。在设计过程中，陈老师还插入了本班的一个小插曲事件，让孩子们意识到不正确的情绪管理会给我们自己带来不愉快的经历。整节课衔接顺畅，层层推进，让学生在欢声笑语中学会做情绪的主人。

其次本次活动中还有幸聆听了陆金老师的讲座《打造面向未来的卓越班级》，作为班主任必然是要不断修炼的，在班主任工作中遇到困班首先要管理好自己的情绪，其次想办法解决问题，要帮助学生找到价值感和归属感，同时陆老师还向我们介绍了ABC认知理论，马斯洛需求理论等等心理理论，让我意识到班主任的动作不应局限于琐事，而是要多思考背后原因，提高自己的理论基础，从而能在实践中智慧应用。精彩的班会课和讲座都让我受益匪浅，鞭策自己不断成长。

撰稿：新北实验中学 徐晓婷； 照片：薛家中学陆小莉； 审核：新北实验 胡忠梅



新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报（第 12 期）

