

新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室活动简报 (第18期)

【一、活动通知】

新北区胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室第18次活动通知

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2025年2月26日举行培育室第18次活动。

一、活动时间

2025年2月26日下午，13：20—16：30。

二、活动地点

新北区实验中学

三、活动内容

时间	内容	地点	主持人
13：20—14：00	1. 公开课：新北区实验中学 胡忠梅 《和谐师生关系之“有话好好说”》	九14班 相长楼1，4楼	胡忠梅
14：15—15：15	讲座：新北区实验中学 徐英 《揽一束微光，得满园芳菲》	二楼会议室	
15：30—16：30	3. 评课、后期工作布置	二楼会议室	

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

2025年2月18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 2.26			
	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	周宁
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	请假
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	刘眉
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	

【三、活动过程材料】（附：详细教案、PPT、交流稿等）

（一）主题班会 1：新北区实验中学 胡忠梅 《和谐师生关系之有话好好说》

班会题目	和谐师生关系之有话好好说
【背景分析】 <p>师生关系对学生学习和成长至关重要。良好师生关系能营造积极学习氛围，促进学生身心健康发展。然而，日常学习生活中，师生间可能因沟通不畅产生批评不当、误会、不满等问题，影响师生关系和谐。本次班会旨在引导学生运用心理学知识，掌握有效沟通方法，解决师生相处问题，构建和谐师生关系。</p>	
【班会目标】 <ol style="list-style-type: none">1. 让学生理解批评、误会、不满等师生相处问题产生的原因。2. 帮助学生掌握共情、非暴力沟通、情绪 ABC 理论等心理学知识，并运用其解决师生关系中的实际问题。3. 引导学生树立正确沟通观念，培养积极沟通态度，提升沟通能力，促进和谐师生关系构建。	
【班会准备】 <ol style="list-style-type: none">1. 收集师生相处中批评、误会、不满等相关案例，制作成 PPT。2. 准备角色扮演道具，如小黑板、粉笔等。3. 打印沟通三部曲、情绪 ABC 理论等相关资料，每人一份。4. 准备学案，供学生记录想法。	
班会过程	
（一）开场（3 分钟） <p>播放视频，《茶啊二中》中的一些镜头</p> <p>这部电影是 2023 年 7 月上映，讲述了班主任石妙娜和初三 3 班学生之间的欢歌笑语，当然也有摩擦冲突。主角王强，班里调皮学生的代表，天不怕地不怕，就怕班主任石妙娜，一起来看看其中的一段……</p> <p>问：看完之后你的第一感受是什么？</p> <p>学生回答</p> <p>问：你希望你的老师经常这样批评你吗？</p> <p>老师：怎样正确处理冲突，构建和谐师生关系？本节课我们一起来探讨</p> <p>首先进入议题一：批评，怎么有效？</p>	
（二）议题一：批评，怎么有效？（10 分钟） <p>问：石老师为什么要用这么严厉的语气批评学生？咱们穿越到 5 分钟前，来看看发生了什么？</p> <p>图片 1、2、3</p> <p>问：石老师严厉批评学生的出发点是什么？</p> <p>生：希望 3 班同学能静下心来学习，不要被别人称为“垃圾”</p>	

总结：所以，虽然老师讲话有点难听，我们身为学生要看到老师的出发点是为了我们好，要理解老师的良苦用心。

问：学生要理解老师，老师要不要理解学生呢？

当然需要，师生要互相理解。

视频中石老师和王强互换了身体，最终互相理解，教学相长，咱们今天也来尝试一下，角色互换。

活动1：如果我是班主任

问：就以视频中的情境为例，如果你是班主任，你会怎么处理？请学生来给我们演示一下，你们坐着本色出演学生。

学生上台……

请学生点评一下，效果如何？如果用1-10分来打分，打几分？

总结：理解学生不等于放纵学生的错误，要帮助学生改正不足，成就更好的自己。

活动2：学以致用

例：作业记载单，要求：每天更新，插在班级门口，学生会检查

贾淳同学负责，第1天忘记了，你是班主任你怎么说？

第2天又忘了，学生会检查扣了班级考核分，你怎么说？

第3天又忘了，不仅学生会扣考核分，校长刚好巡检，在班主任群里点名批评了你们班，你是班主任，怎么说？

问：如果没有前2次的铺垫，只给你呈现第3次老师批评学生的情境，你肯定会觉得这个老师疯了，只是忘写记载单，至于吗？

总结：互相理解要学会站在对方的角度思考问题，心理学上这叫“换位思考”。

问：如果贾淳同学第4天又忘了呢？

说明他不适合干这项工作，可以换个人来做？

问：上例中贾淳同学忘了3次，说明贾淳同学的工作方法有些问题，怎样避免他第4次犯同样的错误？

老师在批评他的同时，要帮助他找到解决问题的正确方法？比如说：

学生回答……

总结：批评不能为了批评而批评，在批评的同时，还要能提出建设性的建议，让学生变得更优秀。

过渡：如果师生之间不能互相理解，一次小的批评事件就可能带来误会。咱们一起来看下面的片段

（三）议题二：误会，怎么解开？（12分钟）

播放视频《作业本风波》，

活动二：角色变奏曲

请同学们根据视频，完成以下内容：

- 1、指出视频中师生的言行有哪些不当之处；
- 2、小组讨论解决对策，写出你认为最重要的三种；

3、提取解决问题的关键词；

4、选择其中一种解决对策表演；老师与王强，老师与徐小明任选一对即可。

（3分钟）

学生上台，点评，归纳方法

总结：老师、学生都有不对的地方，老师没有尊重学生，学生没有尊敬老师，我们在日常生活中要学会控制情绪，尊重他人，用“沟通”的方式来解决。有效沟通有很多技巧和方法，刚才上台的同学在表演过程中，已经运用了沟通的技巧，这里老师给大家介绍一种心理学上比较常用的“沟通三部曲”：倾听、表达、反馈。

倾听：倾听是沟通的基础，也是至关重要的第一步。在倾听时，不仅仅是听到对方说的话，更要全身心投入，理解对方话语背后的情感、需求和意图。在这个过程中，要给予对方充分的关注，通过眼神交流、点头等方式表达你在认真聆听，不要随意打断对方。

表达：当充分倾听对方之后，就需要清晰、准确地表达自己的想法和感受。在表达时，要注意使用“我”开头的语句，来表达自己的感受和需求，这样可以避免让对方感到被指责或批评。

反馈：反馈是沟通的最后一步，也是检验沟通效果的关键环节。在给予反馈时，要针对对方的话语和行为，提供具体、有建设性的意见和建议。反馈既可以是正面的肯定和鼓励，也可以是负面的批评和改进意见，但都要注意方式方法，以尊重和理解为前提。

学以致用：抄习风波

英语默写时，奉翔很快默好，老师检查发现，奉翔的默写答案纸就放在桌垫下面，老师当堂批评奉翔不诚信，罚他抄写默写内容3遍……

请你续写……

沟通要就事论事，切忌翻“旧帐”

（四）议题三：不满，怎么表达？（12分钟）

播放视频，思考：王强他们表达不满的方式正确吗？如果是你，你会怎么处理？

理性对待，客观公正的打分

王强怎么就想不开呢？？

老师首先给大家介绍心理学上的情绪ABC理论

美国著名心理学家阿尔伯特·埃利斯(Albert Ellis)于20世纪50年代创立

A代表诱发事件；B代表个体对这一事件的看法、解释及评价，即信念；C代表个体的情绪反应和行为结果；

以本视频为例，分析情绪ABC理论的应用

老师没收充值卡—A

B1:老师故意和我过不去，C1:很生气，考核打0分，

B2:自认倒霉，攒钱再买，C2:很郁闷，下次继续买

学以致用：

自习课上，马泽平同学自言自语，老师认为他讲话违纪，批评了他，马泽平很生气，很不服气地冲老师翻了个白眼……

学生分析……

换个想法，心情不一样，实际行动也会不一样，效果更会不同

总结：

（五）结尾：活动三：时光邮局（3分钟）

回忆一下你初中三年和老师相处的点点滴滴，设计一款Q版老师画像，在旁边写出你最想对老师说的三句话。

【预期效果】

通过本次班会，学生能够认识到有效沟通的重要性，掌握一些沟通技巧，学会换位思考，理解老师的良苦用心，并能够勇敢表达自己的想法和感受，以积极的方式解决问题，促进师生之间的相互理解和信任，构建和谐和谐的师生关系。

附：PPT

 <p>和谐师生关系之 有话好好说 青葱岁月 携手同行</p>	 <p>议题二： 误会 怎么解开？</p>	 <p>活动二：角色变奏曲 请同学们根据视频，完成以下内容： 1、指出视频中师生的言行有哪些不当之处； 2、小组讨论解决对策，写出你认为最重要的三种； 3、提取解决问题的关键词； 4、选择其中一种解决对策表演；老师与王强，老师与徐小明任选一对即可。</p>	 <p>活动二：角色变奏曲 请同学们根据视频，完成以下内容： 1、指出视频中师生的言行有哪些不当之处； 2、小组讨论解决对策，写出你认为最重要的三种； 3、提取解决问题的关键词； 4、选择其中一种解决对策表演；老师与王强，老师与徐小明任选一对即可。 沟通 (时间：3分钟)</p>
 <p>理想中的“乖宝宝” 实际上的“西游记” 理解</p>	 <p>议题一： 批评 怎么有效？</p>	 <p>沟通三部曲： 倾听：倾听是沟通的基础，也是至关重要的第一步。在倾听时，不仅仅是听对方的语言，更要理解对方语言背后的情感、需求和意图。要给予对方充分的关注，不要随意打断对方。 表达：在表达时，要注意使用“我”开头的语句，来表达自己的感受和立场，这样可以避免让对方感到被指责或批评。 反馈：反馈是沟通的最后一步，也是检验沟通效果的关键环节。要有对方的态度和态度，根据具体情况，有建设性的意见和建议。反馈既可以是正面的肯定和鼓励，也可以是负面的批评和改进意见。</p>	 <p>学以致用——抄袭风波 英语默写时，秦阳很快做好，老师检查发现，秦阳的默写答案跟黑板上差得十万八千里，老师当众批评秦阳不诚信，罚他写500字反思并抄写内容3遍…… 沟通要就事论事，切忌翻“旧帐” 请他填写……</p>
 <p>活动一：如果我是班主任 以视频中的情境为例，如果你是班主任，你会怎么处理？ 理解≠放纵错误</p>	 <p>学以致用 作业记载单要求：每天更新，贴在班级门口，学生会检查。 曹洋同学负责，第1天忘记了，你是班主任你怎么说？ 第2天又忘了，学生会检查扣了班级考核分，你怎么说？ 第3天又忘了，不仅学生会扣考核分，班主任刚好碰见，在班主任群里点名批评了你们班，你怎么说？ 换位思考 建设性的建议</p>	 <p>议题三： 不满 怎么表达？</p>	 <p>思考：王强他们表达不满的方式正确吗？如果是你，你会怎么处理？ 理性</p>

情绪ABC理论:

美国著名心理学家阿尔伯特·埃利斯 (Albert Ellis) 于20世纪50年代创立

A 代表诱发事件;
B 代表个体对这一事件的看法、解释及评价, 即信念;
C 代表个体的情绪反应和行为结果:

老师没收充值卡—A

B1:老师故意和我过不去 → C1:很生气, 考核打0分
 B2:自认倒霉, 攒钱再买 → C2:很郁闷, 下次继续买
 B3:收了更好, 收心学习 → C3:很庆幸, 努力学习

改变认知评价

学以致用

自习课上, 马泽平同学自言自语, 老师认为他讲话违纪, 批评了他, 马泽平很生气, 很不服气地冲老师翻了个白眼……

马泽平自言自语, 老师批评他—A

B1:我没讲话, 老师批评我 → C1:很生气, 翻白眼
 B2: → C2:
 B3: → C3:

活动三: 时光邮局

回忆一下你初中三年和老师相处的点点滴滴, 设计一款Q版老师画像, 在旁边写出你最想对老师说的三句话。





(二) 主题讲座 2: 新北实验中学 徐英 《揽一束微光, 得满园芳菲》

揽一束微光, 得满园芳菲

——班级管理中的“一些浅见”

胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室
2025.2.26

目录

与学生沟通 (B)
 尖子生培养 (C)
 与任课老师沟通 (A)

与学生沟通: 心心相印, 以情动人

润心

- 尊重信任 (归属感)
- 关注心理
- 增强凝聚力

与学生沟通: 心心相印, 以情动人 (信任)

立规 (明确可为、不可为)

立规的目的

有规必有评价

有奖必有执行

守、勤

警惕几类情况:

1. 逆反与品行障碍
2. 青春期与抑郁症 (案例)
3. 极度溺爱和棍棒教育 (案例)

与任课老师沟通: 真诚、互助

了解新老师情况

互相补台

统筹协调

尖子生培养: 爱学习、会学习

良性竞争氛围

上好课堂

小组竞争机制

班主任阵地

姓名	日期	内容
2024/03/15 15:00	PP19.9	
2024/03/17 16:47	PP19.9	
2024/03/17 16:51	PP19.9	
2024/03/18 16:52	PP19.9	
2024/03/20 16:57	PP19.9	
2024/03/22 17:40	PP19.9	
2024/03/29 17:54	PP19.9	
2024/03/29 17:55	PP19.9	
2024/03/31 18:12	PP19.9	

【四、教育故事】2025年2月教育故事集

溺爱之下，教育何为：教师如何应对过度保护型家长

新北区实验中学 胡忠梅

九下本应是冲刺的学期，但是我班一个小姑娘却不愿意来上学，其实在上学期期末的时候就有了一些苗头，当时期末考试在即，小姑娘早上不愿意来上学，经和父母沟通，原来是前一天看手机太晚，早上起不来，我询问家长，孩子的手机是哪来的，父母支支吾吾的说是自己给的，又说如果不给她手机，她就在家“发疯”，我听后委婉地和家长沟通，让他们管控好对孩子手机的使用，如果现在不加以限制，再加上一个寒假，孩子有可能会陷入“网络成瘾”，九下开学后会更难起床，甚至可能会发展到不愿意上学的地步。不知道家长是没把我的劝说听进去，还是其他原因，总之一寒假没有控制好孩子对手机的依赖，开学后孩子不愿意上学了。为此，我特意在家长会后请家长留下来，和孩子的父母聊了近2个小时，但是在聊天的过程中，我感觉父亲对孩子的管控还稍微严厉一些，母亲对孩子就是一味的“退让”，说是怕孩子走极端，轻生，怕孩子吵架想不开，我仔细询问他们，如果收了孩子手机后，孩子的表现，目前是没有极端行为出现，只是发脾气、摔东西。我建议他们趁着现在能管控住孩子的时候，多想些切实有效的措施，让孩子一步一步的减少对手机的依赖，实在不行，可以求助心理医生，孩子母亲一听说要找心理医生，非常反感，说是我家孩子心理没有问题，找什么心理医生，我又和他们解释了一番对心理医生的误解。整个谈话下来，发现，孩子的妈妈过于“溺爱”孩子，要什么给什么，没有底线，而且想法比较消极，总是强调我家孩子的情况我了解，她很拧的，如果不是她自己想通了来上学，谁劝都没有用的。有时听着家长对让孩子的处理，我身为班主任真的感觉心寒、心疼，生气又无奈，一种深深的无力感袭上心头。

在教育过程中，我们常常会遇到不同类型的家长，其中溺爱型家长是较为棘手的一类。这类家长对孩子过度保护、过度迁就，不仅可能影响孩子的独立性和自主性发展，也给我们的教育工作带来挑战。怎样有效处理与溺爱型家长之间的关系呢？

1. 建立良好的沟通桥梁

良好的沟通是解决问题的第一步。教师应选择合适的时机与家长交流，例如家长会后或单独预约时间，确保沟通环境轻松、无压力。在沟通时，教师应以平和、尊重的态度开场，先肯定孩子的优点和进步，让家长感受到教师对孩子的关注与认可。例如：“小明在课堂上思维活跃，积极参与讨论，这一点非常值得表扬。”接着，可以委婉地指出问题：“不过，他对手机的依赖有些过度，我们可以一起探讨如何帮助他减少对手机的依赖。”这种方式既能避免直接批评，又能引导家长关注问题。

2. 巧妙引导家长认识溺爱的危害

在沟通中，教师可以通过分享教育案例或科学理论，帮助家长认识到过度溺爱的负面影响。例如，讲述一个因家长过度保护而导致孩子缺乏独立能力、难以适应集体生活的真实故事。同时，教师也可以用自己身边或在教育过程中发生过的真实案例给家长以引导。重要的是，教师应以引导为主，避免强行灌输，鼓励家长主动思考并参与讨论，共同寻找更合适的教育方式。但是很多时候，家长的行为是在周围环境长期的熏陶下形成的惯性思维，想通过一次或二次谈话改变，很难，需要班主任做好耐心长期的准备。

3. 心理辅导，增强自控

关注学生的心理健康，对于网络成瘾较严重的学生，提供个别心理辅导或组织相关的心理讲座。在心理辅导中，帮助学生认识到网络成瘾的危害，教授他们一些自我控制和情绪调节的方法，如时间管理技巧、注意力训练、情绪疏导等，增强他们的自我管理能力和意志力。例如，教学生使用定时器，设定上网时间，当时间到达时，强制自己离开网络；或者当出现上网冲动

时，通过做一些其他事情（如运动、听音乐、深呼吸等）来转移注意力。但是这项措施，在一定程度上需要学生、家长愿意配合，否则实行起来会大打折扣。

4. 定期反馈，持续关注

与家长保持定期的沟通和反馈，及时了解学生在家中的上网情况和行为表现，同时向家长反馈学生在学校的学习和生活情况。根据学生的变化，及时调整教育策略和方法，持续关注学生的进步和成长，给予他们足够的支持和鼓励，帮助他们逐渐摆脱网络成瘾的困扰，回归正常的学习和生活。

处理与溺爱型家长的关系，需要教师用心、用智。通过有效的沟通、巧妙的引导、合理的活动安排以及自身素养的提升，教师能够帮助家长树立正确的教育观念，共同为孩子创造一个健康、积极的成长环境，让孩子在爱与规则中茁壮成长。

但是很多时候理论是客观的，理想是丰满的，现实是骨感的，很多措施的落实需要学生、家长一定的配合能力，如果计划再好，学生不配合，家长不给力，再好的措施也只能是空谈。我在和之前学生家长的沟通中已尝试运用上述措施，但是看家长的反应，我感觉效果可能会有所打折，我只能一步一步持续跟进，不断调整解决策略，希望后期能有所收获。

唤醒专注的力量

江苏省奔牛高级中学 周宁

二月的校园，春寒料峭中透着生机，新学期的课堂本应是知识的热烈碰撞之所，可我却发现班上不少同学的状态有些“掉线”。尤其是小阳，他的变化最为明显。

小阳平日里是个活泼开朗的孩子，可最近在课堂上，他眼神涣散，频繁地低头看桌斗，作业错误率也直线上升。其他任课老师也向我反映了类似情况，看来问题亟待解决。

一天课间，我不动声色地走到小阳身旁，轻轻敲了敲他的桌子，微笑着说：“小阳，跟老师到走廊聊聊吧。”小阳有些慌张地站起身，跟我来到走廊。我没有直接质问，而是温和地询问他最近是不是遇到了什么烦心事。犹豫再三，小阳才小声说，他过年期间收到了不少压岁钱，偷偷买了个智能手机，最近沉迷于一款网络游戏，每天晚上都玩到很晚，导致白天上课没精神。

了解情况后，我并没有立刻批评他，而是和他一起分析沉迷游戏的危害，从影响身体健康、学习成绩下滑，到未来的升学压力，小阳的头越来越低。我趁热打铁，和他约定：如果他能在一周内上课不再玩手机，并且认真听讲，周末我就带他和几个同学去学校的科技馆参观。小阳眼睛一亮，当即答应。

回到教室，我召开了一场“专注力与梦想起航”的主题班会。会上，我给同学们讲了著名科学家牛顿专注于研究，因一只苹果落地而发现万有引力的故事，利用榜样的力量激发他们对专注的向往。同时，引入心理学上的“注意力资源理论”，告诉大家人的注意力是有限的，就像一块电池，过度消耗在无关事物上，学习时就会电量不足，让同学们意识到合理分配注意力的重要性。

在课堂教学上，我也进行了调整。以往我总是“满堂灌”，现在我采用“任务驱动式”教学法，将一堂课的内容分成几个小任务，每个任务设定时间限制，让同学们在紧迫感中有意识地集中注意力完成。例如在讲解古诗词时，先让同学们限时背诵一段，再分组讨论诗词意境，最后推选代表发言。这样的课堂节奏明快，同学们的参与度明显提高。

一周过去了，小阳果然信守承诺，课堂上又恢复了往日的专注，还积极回答问题。周末，我带着小阳和几位同学参观科技馆，看到小阳眼中对知识的渴望，我知道这次引导成功了。

理论分析：

从教育理论层面看，小阳的转变契合多个原理。首先，运用了“激励理论”中的正强化，科技馆参观作为奖励，强化了小阳上课专注听讲的良好行为。其次，“社会学习理论”在主题

班会中得以体现，牛顿的榜样示范，让学生们有了学习专注品质的参照。再者，“任务驱动式”教学基于维果斯基的“最近发展区”理论，给学生设定跳一跳够得着的任务，激发他们的学习兴趣与注意力，促使他们在自主探索中提升专注力，将注意力资源合理分配到学习任务上，进而提升课堂学习效果，开启知识探索之旅。这个二月，用爱与智慧为学生驱散分心的阴霾，让专注之光在课堂绽放。

我的时间我做主

——“2·15”行动手记

飞龙中学 邹金炳

早春的雨丝斜斜地打在教室玻璃上，我望着课表上“课后服务”四个字出神。教师会议上校长刚传达完省厅文件，办公室里炸开了锅——作业要分层、手机要管控、体质要提升，还要兼顾课后服务与睡眠保障。老教师汤姐直摇头：“又要马儿跑，又要马儿不吃草。”

直到看见小涵的周记。

这个总考年级前十的男孩，用铅笔反复涂抹着“凌晨1点”的字迹。我翻出他近期的作业本，发现每次批改后都叠着工整的修正笔记。午休时叫住他，男孩校服下露出的手腕细得惊人。“老师，我爸说写完作业才能睡觉。”他推了推镜片，“可是错题本要整理，英语朗读要打卡……”

那天下班后，我揣着分层作业方案敲开了小涵家的门。客厅墙上贴满名校录取分数线，茶几摆着五本习题集。小涵父亲是位高中数学老师，听完我的来意冷笑：“邹老师，现在减负减得连作业都分三六九等？”窗外的春雨突然变得急促，打湿了我攥在手里的作业设计样本。

转折发生在周三的班会课。当我播放完省体质监测数据时，小雅突然举手：“老师，我每天跳绳能抵英语单词打卡吗？”教室里响起窃笑，我却注意到这个总缩在角落的姑娘，体育课总以生理期为由请假。课后翻开家校联系册，她母亲娟秀的字迹写着：“孩子体弱，望少参加体育活动。”

拉开我办公室抽屉，里面多了个透明手机袋，里面是小杰的手机。那是开学初家访，小杰父母托我保管的。这个沉迷手游的男孩，常年半夜偷偷爬起来打游戏。家长也是想尽办法。直到某天体活课，我在操场的角落看见他对着花坛发呆。“游戏里养的花死了。”他踢着石子，“我爸说考不上高中就让我别读了。”

二月末的玉兰抽了新芽，教室后墙板报上贴满了学生自制的“健康作息表”。小涵父亲主动来找我，说孩子现在十点半就能睡；小雅在春季运动会上报了800米，她母亲红着眼眶录完全程；而小杰的游戏账号已经两周没登录，倒是在课后服务时总往实验楼跑——那里有航模课。

今早巡班时，春风裹着玉兰香涌进窗户。小涵在改错本上画了只打瞌睡的卡通小人，旁边标注着“22:30睡觉打卡成功”。我忽然想起上周和小杰父亲沟通时，他偷偷塞给我一盒润喉糖：“邹老师，孩子说您比游戏里的NPC更懂他。”

放学后，我整理着学生们设计的“我的时间我做主”主题板报，夕阳把那些笔迹染成金色。玻璃窗映出走廊里跳动的身影，不知是谁的跳绳甩出欢快的节拍。

给个机会自我决定

西夏墅初级中学 薛红娟

又到了选修课，我今天准备的内容很少，大概离下课还有10-15分钟，我要讲的内容就结束了。此时班里有一位同学提议让他们看电影吧，我想我有腾讯会员的，我说：好的。看腾讯视频里的，你们决定看什么内容。班上8位男生此时热闹非凡，都在说着自己想看的电影，但是我随机问一位：你想看什么？同学就摇头。我回想到有一次，一位同事说让他们决定分组打乒乓，结果20分钟还没有分好组，另一个同事说：他们只适合听从建议，服从安排，他们从

小就习惯了，没有主见，有想法也被压抑了。想到这，我赶紧提醒他们只有10分钟了，还用命令的语气说：你们要快点决定，要不然就我帮你们决定了。时间在不紧不慢的过去，我很着急。此时有一位高大的男生站到讲台前，只有10分钟，我们就看看短视频或者新闻节目，我说一个，投票决定，少数服从多数。最后他们决定看《欢乐喜剧人》，还要求我下次也给他们10分钟看看《欢乐喜剧人》。

启示

笛卡尔说：无法做出决策的人，或欲望过大，或觉悟不足。我认为他们无法做出决策是没有自己做决策的机会。加强自我做决定的能力是一个重要的个人成长过程，我们要给予他们机会，要相信他们只要有足够的时间会做出适当的决定的。培养内心力量从自己做决定开始。家长和老师对孩子的控制包括行为和心理控制，有一种控制叫“权威专断”，让孩子服从和遵守自己的规矩，不允许孩子违逆。从小我们就熟知的一个词语“听话”，这是大人要我们做到的，但是在自我决定的层面“听话”是贬义词。好在这位高大的男生没有被所谓的“听话”抹杀自我做决定的机会和能力。

被忽视的小辉

新北实验中学 徐晓婷

作为一名老师，我接触过各种各样的学生，也见证了无数家庭对孩子成长的影响。在我的教学生涯中，有一个叫小辉的孩子，他的经历让我对家庭教育的重要性有了更为深刻的认识。

小辉是我班上一个很安静的孩子，刚开学的时候，我并没有过多地注意到他。他总是默默地坐在教室的角落里，不主动参与课堂讨论，也很少和同学们一起玩耍。但随着时间的推移，我发现小辉在学习上遇到了很大的困难。他的作业经常不能按时完成，即使交上来，也是错误百出。课堂上，他常常眼神游离，对我的提问一脸茫然。

我决定和小辉谈谈，想了解他到底怎么了。那天放学后，我把小辉叫到了办公室，轻声问他最近是不是遇到了什么问题。小辉低着头，犹豫了很久才小声说：“老师，我爸爸妈妈都不管我。他们每天都很忙，晚上我做完作业他们都还没回家，早上我起床他们又走了。我有不懂的问题，都没有人可以问。”听到小辉的话，我的心里一阵刺痛。原来，小辉的父母都在做生意，为了家庭的经济条件努力打拼，却在不知不觉中忽略了孩子的成长。

从那以后，我更加关注小辉。在课堂上，我会特意多提问他，鼓励他积极参与。课后，我也会主动帮他辅导功课，解答他的疑问。我还尝试联系小辉的父母，希望他们能多抽时间陪陪孩子。第一次给小辉爸爸打电话，电话那头传来忙碌的声音，他只是简单地说自己很忙，让我多照顾小辉。第二次联系，小辉妈妈虽然态度很好，但也表示生意实在离不开人，没办法花太多时间在孩子身上。

尽管小辉的父母依旧忙碌，可我没有放弃。我发动班上的同学，让他们多和小辉一起玩，一起学习。慢慢地，小辉开始有了一些变化。他在课堂上发言的次数多了，脸上也有了笑容。但我知道，这些还不够。小辉真正需要的，是父母的关爱和陪伴。

有一次，学校举办亲子活动，要求家长和孩子一起参加。小辉眼巴巴地看着其他同学和父母开心地互动，自己却只能一个人站在一旁。那一刻，我看到了他眼中的失落和孤独。活动结束后，我再次找到小辉的父母，这一次，我严肃地告诉他们，孩子的成长只有一次，如果现在不陪伴，以后可能会留下无法弥补的遗憾。也许是我的话起了作用，也许是他们在亲子活动中看到了小辉的失落，小辉的父母终于意识到了问题的严重性。

从那之后，小辉的父母开始调整自己的工作时间，尽量抽出时间陪孩子。晚上，他们会陪着小辉一起做作业，周末也会带他出去玩。我能明显感觉到小辉的变化，他变得开朗自信，学习成绩也有了很大的提高。看着小辉的成长，我由衷地感到欣慰。

这个故事让我明白，家庭教育在孩子的成长过程中起着至关重要的作用。家长们总是以为给孩子提供优越的物质条件就是爱，却忽略了孩子内心真正的需求。孩子需要的不仅仅是吃穿不愁，更需要父母的陪伴、关心和引导。作为老师，我们能给予孩子的帮助是有限的，只有家庭和学校共同努力，才能为孩子创造一个良好的成长环境，让他们茁壮成长。

以心传心，共筑成长梦

新北实验中学 徐英

作为一名班主任，我深知自己肩负的不仅仅是传授知识的责任，更是引导学生心灵成长，塑造他们未来人生的重任。发生的这两件事，如同星辰般点缀在我的教育生涯中，照亮了我前行的道路，也温暖了学生们的心房。

初遇挑战，以爱破冰

记得那是一个初秋的早晨，我迎来了新一届的学生们。小杰，一个眼神中带着几分羞涩与防备的孩子，成了我特别注意的对象。他的学习成绩并不突出，与人交往时也显得有些局促。我意识到，这个孩子需要的不仅仅是学业上的辅导，更多的是心灵上的关怀与理解。于是，我开始利用课余时间，邀请小杰一起聊天，聊聊他的兴趣爱好，听他讲述自己的梦想与困惑。慢慢地，我们之间建立起了一座信任的桥梁。通过组织班级团队合作活动，小杰逐渐学会了与人沟通的技巧，他的笑容变得更加灿烂，学习上也展现出了前所未有的积极性。那一刻，我深刻体会到，教育的本质，在于用爱心去融化每一颗冰封的心。

发掘潜能，绽放光彩

我始终相信每个孩子都有其独特的闪光点。小雅，一个文静的女孩，平时总是默默无闻。一次偶然的机会，我发现她对文学有着浓厚的兴趣和天赋。于是，我鼓励她主动参加学校的作文比赛，并在班级里举办了一次小型演讲比赛。那一刻，小雅站在讲台上，用她那轻柔却充满力量的声音，讲述着自己的故事，整个教室仿佛被一种温暖而美好的氛围所包围。这次经历不仅激发了小雅对文学的热爱，更让她在同学中树立了自信，成为了大家眼中的小才女。我意识到，作为班主任，发现并培养学生的潜能，就是给予他们最宝贵的礼物。

回望接班的这半年，我深刻体会到，教育是一场心灵的对话，是一次次灵魂的触碰。在这条路上，我学会了以更加包容的心态去理解每一个独特的生命，用爱与智慧照亮他们的成长之路。未来，无论教育环境如何变化，我都将坚守初心，持续探索更有效的育人之道，因为我知道，每一个孩子都是一颗等待发芽的种子，而我，愿做那个默默耕耘的园丁，静待花开。

不要轻易敲响“退堂鼓”

——浅谈中学生厌学情绪的处理方法

常州市中天实验学校 纪兰

如今中学生厌学心理较为普遍，正确认识和解决中学生厌学心理是实施素质教育、提高教育教学质量至关重要的问题。如何认识和评价这一心理问题，如何使中学生走出这一心理困境，寻求心理健康，已经成为摆在家长和教育工作者面前的一项迫在眉睫的问题。

【案例描述】

曾经就遇到过这样一位女生：

临近八年级期中考试的一天，有位走读生的母亲来接孩子时，无意间跟我聊到：“孩子这几天早晨来学校的时候总是拖拖拉拉的，叫她抓紧点时间，她一副不情不愿的样子。每天早晨

都要磨蹭好久才肯起身。”我一听，心里没有多在意，因为这位女生在学校的表现还是很不错的：上课认真听讲，作业能及时完成，写了一手好字，甚至有的时候写作文还能得奖。唯一薄弱的便是英语学科，但综合来看，她的成绩还是可以的。所以，当时我便认为这只是学生在期中考试前的一些排斥现象而已，于是宽慰家长说：“可能是孩子最近复习压力比较大吧，等期中考试结束后，估计她的情绪会有所改变的。”

没想到我一时的疏忽，竟然助长了她厌学情绪的发展。期中考试后第一个周日下午，我发现她没有返校，便打电话给她妈妈。她妈妈说：“孩子身体不太舒服，想请个假，周一早晨到校。”可是到了第二天早上，她依旧找各种理由不肯来校。这样子拖了三天，我见她丝毫没有返校的念头，便再次打电话给她妈妈。她妈妈告诉我说：“孩子觉得自己压力太大，想在家里先休息一周。”此时，我才惊觉，这个孩子恐怕是有了厌学的情绪。我将自己的想法告诉了她的妈妈，并提出了家访的要求。

通过家访，我了解到，这个学生的厌学念头是突然萌生的。在返校前的中午还和家人有说有笑的，跟平时一样收拾返校的文具用品。可是等到睡过午觉之后，便怎么也不肯返校了，任由家长怎么劝说，也无动于衷。家长拿其没有办法，只好妥协迁就，还帮她编了理由请假。孩子见第一次的“挣扎”有了结果，便不断地找理由和借口来逃避上学，不断地试探家长和老师的底线。而家长又不敢逼得太紧，生怕她做出极端的事情。她便抓住了家长的这一想法，在家心安理得地玩玩电脑、看看手机，完全将上学的念头抛之脑后了。

【原因分析】

造成以上案例中这位女生厌学情绪的原因，我想应该结合社会实际，从多方面来分析：

1. 自身因素：学生自身缺乏明确的学习目标引领，造成在学习上追求不高，志向不定，缺少学习的动机，因而不能正确认识学习的意义，甚至会有“学习无用”的思想出现。在生理方面，八年级的孩子处于叛逆期，很多想法天马行空，自我意识比较强烈，所以当自己的想法与学习相违背时，便轻而易举地放弃了学习。

2. 家庭因素：家庭教育在青少年成长过程中起着举足轻重的作用，父母的教育方式对青少年的心理健康有很大的影响。有些家长，对孩子的期望值太高，过分看重成绩，常常给孩子安排超负荷的补习。如此“望子成龙，盼女成凤”的思想给孩子带来了极大的压力，往往会适得其反，反而会逼迫孩子走向另一个极端——害怕学习，甚至厌恶学习。

而有些家长，又过于溺爱，甘愿让子女做“啃老族”，使得孩子的生活观念里淡漠了自立自强、艰苦奋斗的思想，将父母的关爱看作是理所应当，根本不知道生活的艰难。于是，学习便是他们感受中最苦最累的事了。

甚至还有一些家长，过早地将自己的价值观、金钱观灌输给孩子，扭曲了孩子的价值观，分散了学生的精力。实质上是家长和孩子共同放弃了。

3. 学校因素：在整个教育过程中，教育评价仅仅是以分数作为衡量的标准。这就使得社会上很多学校打着素质教育的幌子，干着应试教育的事情。学校里唯分数至上，课程设置不合理。无形之中，让学生一直沉浸在竞争氛围里，过于看重分数，造成很大的心理压力。再加上，有些教师缺乏系统的专业发展素养和基本理论的学习，缺乏教育学、心理学等教育科学的学习，因此不能站在学科的高度把握学科的教学规律，只能照本宣科，缺乏语言的生动性，更谈不上课堂艺术，教学方式单调，使学生逐渐失去学习的主动性和学习兴趣。

4. 社会因素：在商品经济大潮冲击下，社会环境对学生的影响也日趋严重。社会上出现的“读书无用”论、“金钱万能”论，对涉世未深的中学生来说，影响是巨大的。一些本来就自制力比较差、成绩一般、贪图享乐的学生便找到了放弃的理由，心安理得地放下自己手中的书本，甚至还有学生沉迷于网络游戏之中，造成“厌学”甚至“弃学”。

【解决策略】

结合以上对厌学原因的分析，我认为要解决学生厌学问题必须教师、家长、学校、社会共同行动起来，齐抓共管，从以下几个方面入手解决。

1. 缓解“厌学”情绪的原动力：唤醒学生的学习意识。

在家访过程中，我便苦口婆心地劝诫这个孩子，告诉她学习不是为别人而学的，学习也不是为了应付将来的升学考试。九年制义务教育，为的就是增长青少年的知识，提高自身的素养。在竞争日趋激烈的社会上，文化不见得是最有用的东西，但没有文化绝对是寸步难行的。不学无术的人，就不能在社会立足，甚至会被社会淘汰。

她的英语学科较为薄弱，我便联合英语老师，对她进行个别辅导，在课堂提问时，向她提出比较浅的、简单的问题，答对了及时鼓励，以此来增长她的自信心。

而关于语文学科，她的文字功底较好，我便时常将她的作文作为范文在全班诵读，点评其中的优美词句。找到机会就帮助她投稿，当她看到自己的文字变成印刷的铅字时，她的学习热情立马被点燃了。

在不断的鼓励中，我逐渐帮助学生树立乐学的信心，给予她克服困难的信心、勇气和原动力，从而唤起她的学习意识。

2. 消除“厌学”心理的助推力：转变家长的传统观念。

在以上案例中，这位孩子的家长便是溺爱孩子的典型。因为孩子在七年级时就时常抱怨学校学习太苦，提出来不想住宿，于是父母便克服困难，天天开车45分钟（单趟）来去接送。在孩子出现“厌学”思想的苗头时，不是及时遏制，反而帮助她找各种理由请假。一味地退让，最终给了孩子得寸进尺的勇气。而当孩子赖在家里不想上学时，家长甚至产生了“反正是女孩，她要实在不想读，那就算了”的念头。

作为家长，要时时处处给孩子做出表率，要尽量营造一种良好的家庭文化氛围。对待孩子的厌学问题，既不能一味地逼迫要挟，更不能一味地退让迁就。只有耐下心来，好好地与孩子沟通，了解孩子内心真正的想法，针对问题所在，对症下药。家长还应该以成年人的角度来给孩子分析生活的不易，以此来纠正孩子对待学习“拈轻怕重”的思想，帮助他们“迷途知返”。

3. 解决“厌学”问题的支撑力：树立新型的教育理念。

作为教师而言，自身也需要剖析问题：是否过于关注孩子的成绩，而忽视了寻找他们的闪光点？是否在处理问题时缺乏耐心？平时在沟通时，是否把自己的想法强加给了学生？自己有没有提升专业素养，课堂是否能吸引人？……

教师的作用不只是教书，还有育人。在育人过程中，教师要善于捕捉学生的闪光点。事实上，每个学生都有自己的优点，当这些优点被别人认可并赞扬时，她便会拥有很强的自尊心与自信心。

而在与学生相处过程中，教师不应高高在上，“亲其师”才能“信其道”，当师生关系融洽，学生觉得老师喜欢他、欣赏他时，学起来就会觉得特别有劲。

另外，教师也应该不断提高自身的专业素养。课堂上，实行民主教学，变我讲你听、我说你服的灌输式教学为表演、演讲、讨论甚至是辩论、竞赛的激发型教学，采取多种趣味性方式来活跃课堂氛围，使学生不自觉地投入到学习氛围之中。课后，教师应该多与学生交流，教给学生掌握知识的合理方法，使学生克服学习的盲目性，提高学习效率与自学能力，诱发学习兴趣。

4. 杜绝“厌学”思想的凝聚力：促成全面的合作方式。

作为思想活跃的中学生，不会仅仅满足于课堂接受，而期望通过课堂活动或社会实践来获取知识、展示才华，这就大大激发其学习动机。

教师、家长需要给孩子提供广阔的平台，经常带着他们亲近大自然，或是参加丰富多彩的课外活动，让其施展自己的特长，例如：读书诗词会、社会体验活动、社区义务劳动等等，不要让学生整天不是埋在书堆里，就是陷于电子产品中。当学生的生活变得精彩万分，那么贪图

享乐的念头就会被抑制住，展示自我的自信心就会被激发起来，自然也就不会有“厌学”的思想了。

当代中学生厌学心理的原因是复杂多样的，但解决途径也是多种多样、相互渗透的，这仍需要我们在实践中积极探索、合理选择、综合运用，需要学生自身的努力，需要学校、家庭、社会相互配合，多管齐下，才能达到最佳效果。

拥抱仙人掌

新北区龙城初级中学 李昱华

人们都说，老师是园丁，为人师者，恰如园丁育花。那么学校就像一个巨大的花园，花园里杂花生树，群莺乱飞，每个孩子都像一颗种子。然而，当我们遇到与众不同的种子时，我们能否育花有方、帮教有度，这是一门值得探究和深耕的学问。

在初见中无奈

这一天，我的花园里来了一颗仙人掌。当得知我要接手初一4班的消息以来，我就一直在和前任班主任了解班级的情况。她特别叮嘱我：“4班有个学生很不好管，纪律很差，你要小心啊！”果不其然，开学后的几周，我逐渐收到越来越多的任课老师和班级同学们的投诉。每个老师都向我反映小杜（化名）上课非常爱插话，无论是什么时候，只要他想说，他就要说出来。我逐渐发现他的行为习惯很不好，老师们多次严肃批评他，然而效果不佳，我很头疼。没想到，我这么快就碰到了这棵“仙人掌”的尖刺。我想既然他来到了我的花园我就应该用爱去浇灌他、接纳他但在这之前我应该先尝试用教育智慧读懂他读懂他行为背后的需求再因材施教、巧妙沟通卢梭曾说过：“孩子一切不可爱的行为都是在呼唤爱。”当班主任遇到行为习惯不好的孩子，我们不能轻易批评或责备他们，也许他们的不良行为背后隐藏了内心的某种需求。家长反应小杜从上小学开始，行为习惯就经常被各个老师批评，最大的毛病就是上课爱插嘴，影响老师讲课，也影响同学听课。小杜总是上课爱插嘴的行为，让我想到了简·尼尔森所著《正面管教》中说的，孩子不良行为背后的错误目的之一——寻求过度关注。孩子这种行为背后的想法是：只有得到特别关注的时候，我才能有归属感，只有让你们围着我团团转时，我才是重要的。小杜，你是想获得大家的关注吗？可是你为什么还要这么做呢？于是，为了更加全面地了解小杜，我主动与小杜的父母沟通，得知他家中四口人，他还有个弟弟。

在理解中前行

孩子内心自我意识的觉醒远比外在的强制约束和批评教育有效开学后的这一个月，我一直在拉近与小杜间的距离，我经常温和地与他聊天，让他渐渐地放下戒备心理，我经常告诉他班主任是你最好的朋友，不断用真诚来感化他的心灵。终于有一天，我和他聊到了“寻求过度关注”这个话题，他对我敞开心扉，告诉我他确实是想得到老师和同学们的关注才会上课插嘴扰乱课堂纪律，逐渐形成不好的行为习惯。他对我说，爸爸妈妈好像更喜欢弟弟，更关注弟弟，他也想获得父母的关注。是啊，每个孩子都想被看见，孩子的每一次打扰都是内心在呼唤爱。我意识到小杜应该是在家庭教育方面有所缺失，于是我先和孩子沟通，告诉他爸爸妈妈同样很爱你，只是弟弟年纪小，现阶段需要家长的关注更多一些，但这并不代表爸爸妈妈不爱你了。并鼓励小杜把自己的需要表达出来，而不是采取捣乱、生气、磨叽、抱怨等不良方式来获得关注。之后我又多次与家长沟通共同分析小杜行为背后的目的让家长了解到面对过度寻求关注的孩子我们可以怎么做在沟通中，我提醒家长，二胎家庭要注意两个孩子之间的相处，父母给大宝的爱也不要缩水，要先给孩子足够的爱 and 安全感，孩子才能学会如何去爱别人、如何去表达爱。后续，家长表示感谢家校沟通、家校共育的机会，未来会更关注小杜的内心。

在育人中领悟

如今我已经和小杜相处了两年的时间每个老师都说如今的他与初一之前的天差地别——他会认真对待国旗下展演的情景剧表演，还因表现突出被校长点名表扬；身为安全班委，他不仅不再在校园内冲跑打闹，还能积极管理并劝阻班级同学的不安全行为；他会在班级活动中积极表现，并尽可能地帮助那些需要帮助的孩子。小杜，还好我当初选择拥抱你，才能看到你如此柔软的内心。这就是我和小杜之间的故事，我很开心能看到小杜身上巨大的改变和进步。这也在启发着我身为教师，要正确认识孩子的不良行为。遇到问题时，首先要管控好自己的情绪，再冷静地分析孩子行为背后的原因，慢慢引导建立规则意识，引导他们朝着正确的方向发展。同时，在和与小杜的故事中，我也感受到了家庭教育的重要性，后续我在家长会上也与家长们沟通了二胎家庭的注意事项，家校要共同保护孩子的心理健康。家长会上我还给家长们准备了“惊喜礼物”——孩子们写的信让家长们听听孩子内心真实的想法建立良好的亲子关系

什么是教育呢？教育就是即使你是“仙人掌”我也有办法拥抱你。此时，我花园中的那颗仙人掌正在静悄悄地绽放，我还想告诉所有的“仙人掌”们，在中国教育的这片沃土上，你不必担忧，会有人守着你们开花，会有爱随风而来。

我的情绪我做主

常州市新北区孟河中学 刘眉

看到教室地面上仍有些细小的垃圾，我便让负责扫地的小A再去打扫一下。小A一听，立刻瞪着眼愤愤地嚷道：“怎么又要我去！我刚扫过，好烦啊！”他心不甘情不愿地慢慢起身，拖着犹如千斤重的腿去拿扫把。扫把在他手里左扬右撇，垃圾被扫得四散开去。那么点垃圾，他足足扫了5分钟。末了，他狠狠地把扫把和簸箕砸回原处，嘟嘟囔囔地回了座位。小A平时也是负面情绪爆棚，不管遇到什么事情，他第一反应就是抗拒、厌烦、抱怨，连唯一有点兴趣的体育锻炼也隔三差五地称腿疼不上场。

美国马歇尔·卢森堡博士提出的非暴力沟通方式，以观察、感受、需要和请求为人际沟通的四要素，鼓励真实地表达自己和关切地倾听他人，使人们情意相通、和谐相处。我发现非暴力沟通方式不仅适用于与他人沟通，也适用于与自我沟通。在与小A沟通时，我同样采用非暴力沟通方式，平和地说出观察和感受：“刚才你得知又要扫地，你很生气？”小A似乎还在气头上：“对啊，我刚扫过，又要我扫。”“把地面打扫干净并保持干净，是扫地的人的职责所在。”我客观说出原则，明确小A作为扫地者的责任，不让他觉得自己被老师针对了。小A怔了一下，说：“好吧，但我就是不高兴。我刚才扫了，不知道是谁又扔了垃圾。”

此时他的情绪已缓和了些，应该能听得进理性的分析和疏导，我便开始对他进行情绪管理方面的引导。“我试试。”小A说，“听到老师又要我扫地，我有些生气。我明明已经扫过地了，转眼又有了垃圾，真讨厌。这些垃圾该由乱扔垃圾的人清理，不应该是我的。我不想再扫，我希望由扔垃圾的人去扫。”看来，小A已经学会了理性表达自己的想法。问题出现时，小A总是习惯于把责任推给外在，想当然地认为那都是别人的错。因此，我还要引导他改变思考模式，聚焦解决问题，通过自己努力改变现状。

之后，当小A再口吐怨言、面露不悦时，我也及时与他进行交流，不断强化非暴力沟通的理念和方法，引导他反复练习与使用，直至他遇事能自然而然地运用非暴力沟通消除负面情绪，持续为自我赋能。经过近两个月的指导与练习，小A已极少发出负面的声音，他越来越平和、主动、积极了。

其实，我们遇到的每一个都是特别的那一个，正如冰心说的：“世界上没有一朵鲜花不美丽，没有一个孩子不可爱。因为每一个孩子都有一个丰富美好的内心世界，这是学生的潜能。”我们当如何“关怀备至地，深思熟虑地，小心翼翼地触及”那个“年轻的心灵”？

初三分班报到那天，是我与小李同学的第一次正式见面。前来报到的学生或活泼，或腼腆，

或淡漠，但不论哪一类学生，总会客客气气地道一声“老师好”。唯独小李，只是冷冷地瞥了我一眼，就径直走向了座位，云淡风轻的跟同桌同学聊起天。当下我心里打了一个激灵：莫非是个不好相处的主儿？

果不其然，在行为教育班会课上，小李同学开始“发难”了。不仅坐没坐相，而且还和周边的同学讲小话，开始我顾及大家的面子，用眼神示意他保持安静，他不仅不领会我的提醒，而且更甚之，与同学聊到忘我，发出笑声，一次次打断我的话，最后忍无可忍，我严厉地呵斥了小李，草草结束了这次行为教育班会课。

当晚，我特意给他以前的班主任打电话了解情况。话题一起，几乎刹不住车。原来小李七八年级是年级的“风云人物”，给老师们留下的大多是负面印象：桀骜叛逆、口无遮拦、时常与老师发生冲突、经常无故不来上课等等，看样子我对他的猜测是对的。

小李在班级里总是情绪冲动之下和同学发生冲突，由于晚上熬夜玩手机，时常在课堂上睡觉，而且还不服老师的管教，以至于科任老师都不敢管他，甚至还在班上散播消极思想……他的一系列的行为在班上造成了很大的负面影响，不多久他就坚持不下去，经常不来上课。开学初，我就处理了小李太多的违纪行为，又遭受了一次次教育挫折，已经进入了倦怠期、麻木期。

有一天晚自习，铃声响后，教室依旧很吵闹，仍有一部分学生自顾自地嬉耍。正巧那时我头痛不已，就让纪律委员管理纪律，督促同学们回到位置。由于实在无力，我简单说了两句，然而效果不佳，这时候，小李主动站起来大声说：“老师不舒服，你们不要讲话了。”经他这么一喝，班级里瞬间安静下来。

我开始想真真切切地读一读小伍，对他进行一番细致的了解。我果断找来了小李的爸爸，与他进行了深度沟通。原来，小李小学的时候，父母整日忙于工作，无暇照顾小李，便让爷爷奶奶带他。小时候，小李不爱说话，哪怕有心事也憋着不说，爷爷奶奶看着着急，便一直教导他想什么就大胆说出来。但是，他们并没有进一步教导孩子如何正确地说话。于是一些负面问题逐渐出现了。小李总是和同学们起冲突，和老师有摩擦。由于父母太忙了，对小李的关心照顾不够，尤其是到了初一，小李有了弟弟后，他看到父母对弟弟和对他简直天壤之别，就经常说一些很尖锐的话，希望父母能一视同仁。他并不是不喜欢弟弟，相反他还很疼他的弟弟，但每次父母都会以弟弟还小来堵他。

与小李爸爸沟通后，我似乎读懂了小李的行为。小李的确有口出恶言之时，但那可能是对大家无视他的一种情绪宣泄，也可能是想要博得大家关注的一种特殊方式。或许最开始，他只是不知道什么场合说什么话，不明白如何准确表达自己的意思，等等。等到时间久了，小李收到的不满越来越多，又没发现问题的症结所在，误以为老师、同学对他有偏见，才破罐子破摔，故意和大家对着干，连带着没有心思学习，以及出现其他违纪行为。而家长们，也没有找准症结，及时着手解决，以致问题愈演愈烈。

思考了几天，我决定让小李回答我几个问题，然后根据他的回复与他好好聊聊。问题一共4个：开学时为何会有那样的表现？上课（生病那天）为什么站出来？与老师同学发生摩擦时心情如何？想要和老师、同学建立良好关系吗？

当天晚上我就收到了一份“答卷”。文字不多，但他对每个问题一一做了回复。回复一：就是想让同学老师记住他。回复二：看你很难受。回复三：不开心。回复四：可以考虑，但他们不能无故惹我。这样的小李我看到了好几面：善良，好强，吃软不吃硬，渴望师生情、生生情。

于是我将小李带到了办公室，我们慢慢聊了起来。我逐渐将话题引向4个问题和答案。

经过一番详谈，他逐渐意识到，自己说话存在问题，所以常常惹人不悦。又经过一番商讨后，他表示，今后说话前会先思考。同时，我建议他与人沟通时，如果说错话，要主动解释，以免引起误会。我还特意请他帮忙带领同学们做好体育中考每日训练，小李爽快地答应了。

后来，小李开始慢慢改变，往日的不堪，就这样在充满善意的亲近中逐渐消散。

孩子们就像一书籍，只有翻开来仔细阅读，才可洞见真实。在未来的教育教学中，我可能还会遇到各种“表里不一”的学生，那时我将这样做：以欣赏的眼光，慢慢翻，细细读。

教育是一场温柔的修行

安家中学 余小文

转瞬之间，担当班主任工作已满了二十个春秋，与学生在一起有欢乐，有泪水，有感动，有幸福。但我最大的感受，则是充实，这一点可能是没当过班主任的老师无法体会到的。管理班级，是一项艰难的工作，它不仅需要爱心、耐心与细心，也需要创造力。因为我们是一群与心灵打交道的人，面对的是几十个活生生的、充满创造力的孩子。在当班主任期间发生了许多事情，让作为班主任的我感受颇多。

案例：

现在我班上有一个叫蒋杰的男学生。初一刚来学校时，个子挺小，长得也很可爱。而且平常说话办事也很受老师们喜欢，成天笑呵呵的，虽然成绩不是特别好，但人还是很聪慧的，情商较高。但是到了九年级，人整个都变了，上课不好好上，跟老师顶嘴，上课迟到，早恋，抽烟，从一个人人喜欢的好孩子变成了一个人人头疼的学生。我找了他好多次，跟他谈话，但是效果都很不理想。甚至发展到有一次我晚上查晚自习时，他因为上厕所回来晚了，我说了几句，竟公然与我顶嘴。面对这个教了两年多的学生，面对付出这么多努力仍没有回报的工作，我的心凉了，我想过了放弃。当晚上我躺在床上时，我的思绪仍不能安静，回想过往的种种，想起老师的责任，我打算再努力，再跟他好好谈一次。

第二天，我预备在下午找他谈一谈。谁知政教处通知我蒋杰又在厕所抽烟了，在政教处让我去领，我真是哭笑不得。“心静，不要生气”这是当时我对自己说的话。领回他之后，我把他叫到了一个小房间。或许是知道自己犯了错，他没有说话，一直低着头，从这一点我看出原来他并不是无药可救，这就更坚信了我的决心。所以我并没有骂他，而是说了这样一句话。

“每个人都有不顺心的时候，但是处理方式的不同直接显出了一个人的水平，尤其对一个男子汉，更为重要。”听到这句话，他抬起了头。他跟我说了一直以来从没对我说过的话。他说老师其实我一直很感谢你，谢谢你一直没有放弃我，我也知道我叛逆，我也知道家长关心我，但我不需要这样的关心。当我听到这句话时，我想到蒋杰家里就他一个孩子，家长的期望自然很大，是不是家长平常的做法有些过头。细问之下，他最终跟我说了，上了九年级之后，爸爸对他的成绩要求高了，渐渐地从说教变成了打骂，而妈妈整天只知道唠叨。正处于青春期的学生自然而然生出了叛逆之心，而且越演越烈，跟父母亲关系也很僵。听到这里我明白了，我轻轻地拍了一下他的头。

在随后的日子里我时不时与他促膝长谈，并与其家长经常联系，通过我们双方共同努力，蒋杰脸上又出现了往日的笑容。并且通过自己的努力，上学期期末成绩竟然名列班级前二十名。

案例分析：

面对一个叛逆的学生，我们往往会头疼，会想到放弃。其实他们也需要理解，需要关心。通过这件事，我有了如下深深的感触。

一. 爱与理解很重要

不论是谁，都需要关怀，学生更是。教师除了在认知发展上给予学生支持、鼓舞与指导外，还应当情感上给予学生关怀，关爱他们，让学生时刻感受到教师是相信他们的。另外理解学生也是很重要的。俗话说“理解万岁”，其中也包括教师与学生之间的相互理解。并且要谨记对学生的理解不是一次可以完成的，因为学生始终处在变化之中。我们要将心比心，及时消除误会。教师与学生客观上存在理解差异，教师只有经常换位思索，才能准时发觉存在于自己和学生之间的误会以及造成误会的原因，从而找到消除误会的方法。

二. 细心与恒心相辅相成

教师是一项特别的工作，是一群与心灵打交道的人。面对形形色色的学生，我们不仅要有爱心，还需要有耐心、细心和恒心。

班主任要细心，要专心了解每个学生的特点，包括他的缺点，要尽快发觉每个学生的闪光点及问题所在，并以这个闪光点做为切入口而开展工作。

恒心，就是用“水滴石穿”的精神去教育学生、影响学生、感化学生。学生的问题往往不是一次两次就可以解决，也并不是有了一个相对完善的管理制度就可以解决全部的问题，它更需要长时间的教育、潜移默化。这就要求班主任具有恒心，要持之以恒，一次、两次关爱学生是不够的。

三. 与家长沟通非常必要

在家长、教师、学生这个组合里，教师无疑是个导演。班主任老师应在分别了解家长和学生心理需求的状况下，做好家长和学生之间的沟通工作，使家庭教育和学校教育能够和谐统一，使学生得到较好地发展。

突破亲子关系的困局

江苏省奔牛高级中学 陈常英

【过程描述】周末，猝不及防地接到学生Z母亲的电话，在询问了小孩在校的一些情况后，就不带任何隐瞒地告诉我她在家把Z打了一顿，并威胁Z如果成绩没能提升就帮她办理休学手续，理由是她发现Z在谈恋爱，认为这行为严重影响了小孩成绩的提升，另因小孩在初中就谈恋爱，现在重蹈覆辙，不知悔改，不懂自爱，对小孩很失望。

在家长近一小时的快速表达过程中，我一边倾听一边极力梳理信息要点：一迫于生计Z父母远赴外地打工，使Z约六年时间成为留守儿童，Z上初中后母亲才回来带她一起生活；二因为Z的教育问题及其它琐事，Z母亲和其婆婆关系长期不睦；三因为小家庭大大小小的事都需要Z母亲一人处理，使她压力很大从而生病动过几次手术，也因之不想再和眼中叛逆的Z有过多沟通，避免身体进一步受伤。基于这些主要信息，我不时对家长进行了安慰，努力缓解对方激动的情绪，并强调了小孩在校进步方面的具体依据，建议对方多找找小孩的优点，遇到问题就努力沟通解决问题，而非简单粗暴地大骂甚至把小孩拒于心门之外。

学生Z平时性格外向，和男生走得较近，对于家长反映的Z谈恋爱一事，其实在此之前基于Z的一些表现我也有所怀疑，也主动和Z沟通过这方面的事，但并未得到可实锤的证据，从其他学生那也没获得可以证实的信息，于是我给了Z些男女生交往的建议。我把这些情况也如实作了反馈。Z母亲说小孩很狡猾，不会露出蛛丝马迹。返校后，我及时找Z同学，高度肯定了开学以来近段时间各方面的进步，比如作业时间明显变得专注，课堂闲聊现象明显减少等。随后了解她在家情况包括和母亲相处状态。对于后者，Z犹豫了一下说关系不怎样，我就让她说说具体情况，Z说她和母亲没法好好沟通，因为母亲常揪住Z初中时发生的一些事骂她，因为处理不好家庭关系常对她发火等。对此我给了她一些与母亲相处的建议。随后我主动电话给Z的母亲，请她到校面谈，以尝试缓和Z母女的关系，沟通过程中，Z母亲承认自己有些地方做得不到位，今后会改变策略，也会多和我沟通。

【理论分析】

1、让家长意识到关爱的力量比批评更有效果。有句话叫做“不幸的童年会给人带来一辈子阴影”。留守儿童成长过程得不到父母及时的关注，往往容易出问题，学生Z也不例外。因为日常生活中来自父母关爱的长期缺失，加之在重男轻女的家庭中长大，她比其他同龄小孩更渴望被重视，从而初高中都谈恋爱的行为不难理解，如果只看行为本身不看行为的成因，想用粗暴的方式让她当下立即停止恋爱行为，成功率为零。对于同案例的小孩，家长不妨多建议提醒小孩懂得欣赏他人更要懂得关爱自己，春心萌动是正常反应但得不逾矩，不逾矩是为保护自己。家校都得给小孩反思和成长的过程，在这个过程中我们给予关爱和关注，让学生渐渐意识到她

自身有存在价值。

2、让家长懂得处理问题前先管理好心态。Z母亲一度面对Z就会产生厌恶心理，虽然内心期待女儿能变得更好，但另一方面又不相信小孩能变得更好，这就使得她很多时候教育小孩时情绪失控，对小孩非打即骂，使母女关系越发糟糕。小孩成长的过程就是犯错的过程，小孩犯错后，与其责备打骂，不如理性想想怎么引导小孩弥补错误，当然不是所有的错误都有弥补的机会，就需要家长平时注重引导为人处世的要点。每个小孩内心都希望自己能变得更好，家长需要调整好心态带着善意看待自己的小孩，给予他们应有的帮助。

育人故事

罗溪中学 吴艳玲

其实，我们遇到的每一个都是特别的那一个，正如冰心说的：“世界上没有一朵鲜花不美丽，没有一个孩子不可爱。因为每一个孩子都有一个丰富美好的内心世界，这是学生的潜能。”我们当如何“关怀备至地，深思熟虑地，小心翼翼地触及”那个“年轻的心灵”？

初三分班报到那天，是我与小李同学的第一次正式见面。前来报到的学生或活泼，或腼腆，或淡漠，但不论哪一类学生，总会客客气气地道一声“老师好”。唯独小李，只是冷冷地瞥了我一眼，就径直走向了座位，云淡风轻的跟同桌同学聊起天。当下我心里打了一个激灵：莫非是个不好相处的主儿？

果不其然，在行为教育班会课上，小李同学开始“发难”了。不仅坐没坐相，而且还和周边的同学讲小话，开始我顾及大家的面子，用眼神示意他保持安静，他不仅不领会我的提醒，而且更甚之，与同学聊到忘我，发出笑声，一次次打断我的话，最后忍无可忍，我严厉地呵斥了小李，草草结束了这次行为教育班会课。

当晚，我特意给他以前的班主任打电话了解情况。话题一起，几乎刹不住车。原来小李七八年级是年级的“风云人物”，给老师们留下的大多是负面印象：桀骜叛逆、口无遮拦、时常与老师发生冲突、经常无故不来上课等等，看样子我对他的猜测是对的。

小李在班级里总是情绪冲动之下和同学发生冲突，由于晚上熬夜玩手机，时常在课堂上睡觉，而且还不服老师的管教，以至于科任老师都不敢管他，甚至还在班上散播消极思想……他的一系列的行为在班上造成了很大的负面影响，不多久他就坚持不下去，经常不来上课。开学初，我就处理了小李太多的违纪行为，又遭受了一次次教育挫折，已经进入了倦怠期、麻木期。

有一天晚自习，铃声响后，教室依旧很吵闹，仍有一部分学生自顾自地嬉耍。正巧那时我头痛不已，就让纪律委员管理纪律，督促同学们回到位置。由于实在无力，我简单说了两句，然而效果不佳，这时候，小李主动站起来大声说：“老师不舒服，你们不要讲话了。”经他这么一喝，班级里瞬间安静下来。

我开始想真真切切地读一读小伍，对他进行一番细致的了解。我果断找来了小李的爸爸，与他进行了深度沟通。原来，小李小学的时候，父母整日忙于工作，无暇照顾小李，便让爷爷奶奶带他。小时候，小李不爱说话，哪怕有心事也憋着不说，爷爷奶奶看着着急，便一直教导他想什么就大胆说出来。但是，他们并没有进一步教导孩子如何正确地说话。于是一些负面问题逐渐出现了。小李总是和同学们起冲突，和老师有摩擦。由于父母太忙了，对小李的关心照顾不够，尤其是到了初一，小李有了弟弟后，他看到父母对弟弟和对他简直天壤之别，就经常说一些很尖锐的话，希望父母能一视同仁。他并不是不喜欢弟弟，相反他还很疼他的弟弟，但每次父母都会以弟弟还小来堵他。

与小李爸爸沟通后，我似乎读懂了小李的行为。小李的确有口出恶言之时，但那可能是对大家无视他的一种情绪宣泄，也可能是想要博得大家关注的一种特殊方式。或许最开始，他只

是不知道什么场合说什么话，不明白如何准确表达自己的意思，等等。等到时间久了，小李收到的不满越来越多，又没发现问题的症结所在，误以为老师、同学对他有偏见，才破罐子破摔，故意和大家对着干，连带着没有心思学习，以及出现其他违纪行为。而家长们，也没有找准症结，及时着手解决，以致问题愈演愈烈。

思考了几天，我决定让小李回答我几个问题，然后根据他的回复与他好好聊聊。问题一共4个：开学时为何会有那样的表现？上课（生病那天）为什么站出来？与老师同学发生摩擦时心情如何？想要和老师、同学建立良好关系吗？

当天晚上我就收到了一份“答卷”。文字不多，但他对每个问题一一做了回复。回复一：就是想让同学老师记住他。回复二：看你很难受。回复三：不开心。回复四：可以考虑，但他们不能无故惹我。这样的小李我看到了好几面：善良，好强，吃软不吃硬，渴望师生情、生生情。

于是我将小李带到了办公室，我们慢慢聊了起来。我逐渐将话题引向4个问题和答案。

经过一番详谈，他逐渐意识到，自己说话存在问题，所以常常惹人不悦。又经过一番商讨后，他表示，今后说话前会先思考。同时，我建议他与人沟通时，如果说错话，要主动解释，以免引起误会。我还特意请他帮忙带领同学们做好体育中考每日训练，小李爽快地答应了。

后来，小李开始慢慢改变，往日的不堪，就这样在充满善意的亲近中逐渐消散。

孩子们就像一本书籍，只有翻开来仔细阅读，才可洞见真实。在未来的教育教学中，我可能还会遇到各种“表里不一”的学生，那时我将这样去做：以欣赏的眼光，慢慢翻，细细读。

心理辅导实例

薛家中学 陆小莉

我们学校在上学期与阳光心理合作，对班级学生进行心理检测，检测出我们班有个学生有重度抑郁倾向。学校非常重视，把学生情况反馈给我。

在学校通知我之前，我已经对学生的情况有一定的了解，并对他进行了一定程度的心理辅导。

八年级某一天，她突然带着一头乱发，心绪恍惚，一路风尘仆仆的来到学校。我很诧异，与她谈了谈。从她的角度了解到，她晚上与她爸爸发生了争吵，她爸擅自把她头发剪了。从与她的交谈中，我其实敏感得察觉到，她对获得她爸爸的认可这点非常在意。但是她爸爸可能是个不善于鼓励的父亲，更多的是强压，还有一点固执，也一直不愿意相信孩子出现了心理障碍，所以，对孩子出现的某些行为，只当是孩子叛逆。但其实孩子已经开始出现行为偏差了。

在安抚孩子情绪之后，我找她爸爸进行沟通。在沟通过程中，我对他非常在意的孩子在课上睡觉导致成绩不佳这个问题，给出了可执行的建议。我也发现，他其实很善于接受建议，后期我接到的反馈也是如此。他们夫妻俩，晚上会陪着孩子睡觉，看着她睡着才睡。随着时间的增长，她上课睡觉的情况也有所减少，成绩也有进步。

所以这次我又收到这样的反馈，我还是有点惊讶的。因为她的情况已经有了明显的改善，我猜可能是她还有些想不通的地方。但我再次干预的话，可能适得其反。所以我网上买了一本涂色可撕日历，交给她每天涂色之后，贴在门口。用这样的方式，让她找到自己喜欢的事，从而减轻她的抑郁倾向。从最终结果来看，她目前情况稳定，在持续进步。

以此为经验，我意识到心理疏导是一个长期而反复的工作，离不开家长和老师孩子共同的配合，为后期进行心理疏导打下了坚实基础。

【四、活动照片及报道】（精选6张左右照片，附报道后面）

聚焦师生关系，为教育赋能

——胡忠梅“逐光”优秀班主任培育室第18次活动

2025年2月26日，沉寂已久的班主任培育室活动如期而至。培育室成员们齐聚新北区实验中学，聚焦热点话题——师生关系，就新北区实验中学胡主任开展的一节主题班会，为新学期的班主任工作赋能。本次活动，新北区实验中学徐英老师，将自己的叫教育理念和教学案例融为一体，开展了题为《揽一束微光，得满园芳菲》的讲座，赢得各位成员共鸣，为班主任成长提供了新思路。

一、《和谐师生关系之“有话好好说”》主题班会

胡主任的主题班会以电影《茶啊二中》中的部分选段为载体，一以贯之，课堂节奏流畅自然，板块清晰明了，又与日常生活紧密联系，让整节课活泼又不失教育性，坚定又有力量。

胡主任设计了许多沉浸式的互动环节，让整个课堂的气氛融洽又生动，例如：角色互换，情景展示。学生在热烈的讨论声和中，逐渐认识到师生关系产生矛盾的原因，以及如何来维持良好的师生关系。

胡主任最后介绍了情绪ABC理论，让我们理解到，我们在不同的情绪下对同一事件的处理，会导致各种不同的结果。以此理论为依据，让我们认识到做一个情绪稳定的人，对学习和生活能产生极大的正面影响。

紧接着，培育室成员们齐聚一堂，投入地倾听徐英老师的《揽一束微光，得满园芳菲》的讲座。让人体会最深的便是徐英老师对学生的爱。徐老师于学生学习和生活中的细节处入手，温柔细致地教导学生，培养学生良好的习惯。制定有效的班规，让学生有规有矩，知进退，懂分寸，又充满活力。

大家在最后的时间里，畅所欲言，结合胡老师的公开课，和各自的带班经验，提出了自己独到的见解。也在这一次次的讨论中，精心沉思，碰撞出思维的火花。为今后的班主任工作，开拓新思维，学习新方法，为教育工作赋能。

新北实验徐晓婷活动反思：

“有话好好说，和谐师生关系”班会反思

本次班会匠心独运，以热门动画《茶啊二中》的趣味情境作为串联主线，深度探讨如何理性对待批评、误会与不满，旨在引导学生构建和谐融洽的师生关系。

在批评板块，摒弃常规的理论说教，引入学校近期真实发生的典型事例，组织学生进行角色扮

演，让他们亲身体验班主任的角色。学生们沉浸其中，换位理解老师的良苦用心，现场讨论氛围热烈非凡。误会部分，设计了“角色变奏曲”环节，聚焦老师和学生因作业本是否上交产生的误会。学生们积极参与讨论，通过生动的角色扮演模拟解决冲突的过程。在这一过程中，巧妙引导学生运用沟通三部曲，即倾听、表达、协商，切实掌握化解矛盾的有效技巧。

不满环节，将情境进一步升级，假设学生因之前的误会给老师评价打0分，与老师背后默默尽职尽责形成强烈反差与冲突。借此契机，深入浅出地引入情绪ABC理论，引导学生认识到情绪并非由事件本身决定，而是由对事件的看法和评价所影响，从而学会理性表达不满，共同构建和谐和谐的师生关系。

罗溪中学吴艳玲活动反思：

胡忠梅老师的班会课《和谐师生关系之“有话好好说”》以动画电影《茶啊二中》作为一以贯之的主线，针对本班开学以来出现的实际问题，设计三个内容，即“如果你是班主任”“角色变奏曲”“时光邮局”，板块清晰，内含多种形式的学生活动，如情境扮演、小组研讨等，指向师生和谐关系创建的三个方向：批评—理解、误会—沟通、不满—理性，运用情绪ABC理论由浅入深地解构师生交流问题，引导学生学以致用，既有理论高度，又提供了可操作路径。直面师生沟通痛点的同时，启发我们从心理学的角度进一步审视师生关系。

徐英老师的讲座《揽一束微光，得满园芳菲》从三个层面：与学生的沟通、与任课老师的沟通、尖子生培养来分享她的治班经验。徐老师从日常班级管理中的实际案例出发，娓娓道来，“润心”是她的关键词。既要注重班级整体的规则意识，维持班级的稳定状态，更要走进学生内心深处，善用赏识教育发现学生的闪光点，如此才能达到师生和谐状态，受益匪浅。

撰稿、摄影：薛家初级中学 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18期）



本期资料整理：新北龙城初级中学 李昱华