

成长研习社



新班主任,不必无奈

□ 张芳

一名新班主任的成长道路上,遇到各种困难是难免的,如何让学生接纳自己,只是其中之一,但也是非常重要的一步。

创造良好的“第一印象”

心理学上的“首因效应”告诉我们,日常人际关系中的“第一印象”至关重要。

学生对新班主任的第一印象,即学生和新班主任的“第一次见面”,一定程度上将影响未来几年的师生关系和班级建设。这就启示新班主任,第一印象的营造并不能只关注教师个人的精神面貌方面,更需要拉近与学生的距离,体现自己的教育理念。

了解学生的情况。新班主任未见学

生前,可根据实际情况选择合适的方式,对每位学生的姓名、照片与学习表现等方面了解清楚。

在开学活动中拉近与学生的距离。可以给学生精心准备一点“见面礼”。这份见面礼可以是一张小书签,或是一篇短文,邀请学生一起阅读,并借此机会告诉他们自己的教学态度和方法;进行“我理想中的班主任”问卷小调查。比如:你遇到的最好的老师是谁?为什么喜欢那位老师?你希望新老师向他学习什么?新班主任要让学生知道自己有强烈意愿做好一个班主任。

接纳学生的一切

笔者在担任新班主任时,班上有一名男生A,很擅长打篮球,一些任课老师发现他上课时偷玩篮球,经常将篮球没收,可A就是屡教不改。由于任课老师反映次数很多,于是我私下问他:“为什

么你上课的时候总是玩篮球?”A回答说:“我喜欢篮球。不喜欢听课。”

估计有的教师听到A的回答会立刻火冒三丈。但作为一名新班主任,要敢于接纳学生的一切。

与学生交流时,做到这三点就能充分表示出对学生的接纳:接纳学生的优缺点;不攻击学生的品德;用发展的眼光看待学生。

根据以上原则,我和A同学说:“老师知道你篮球打得好,但不论你多喜欢篮球,都不应该在课堂上玩。”他见我并没有严厉地批评他,反倒主动承认了错误。在上课时,如果发现学生们比较疲惫时,我会主动让A展示用手指转篮球的绝活,让班级氛围活跃起来。我还经常请他回答问题,如果回答得好,就可以给同学科普一两个篮球知识。过了一段时间后,A的学习兴趣明显增强。

不刻意迎合学生的喜好

新班主任走上工作岗位,心中难免有几分忐忑,这种忐忑来源于环境、角色对于自己的新要求,也来源于自我心中的期许。

前面笔者提到,新班主任可以多向学生了解他们过去的老师是怎样的,这可能会令内心忐忑的新班主任产生误解。比如,一位学生喜欢的班主任是“幽默的”,新班主任就依照这个标准把自己的角色固化,认定自己理应成为这样一个特定形象。

其实,新班主任大可不必如此,应明确不同个性的老师都可以当好班主任。

好的班主任应该是什么性格的?相信没人能给出一个标准答案,因为不同的性格特点在教育教学中都有优势和劣势。总之,一个新班主任能否做好工作,在于清楚地认识自己的长处和短处,能扬长避短,找到适合自己的带班风格。

人生寄语

孩子,请保持你的悲伤

□ 明空宇

“老师,我看了《骆驼祥子》,觉得很悲伤。”第一堂课后,我正打算走进办公室,一个我任教过的初一学生跑过来拦住了我的去路。

停下脚步,我们就在办公室门口交流了起来。我是诧异的,因为这是第一次有学生主动询问我,在读完课外读物后心理感受发生变化的原因。

“老师,因为我觉得书里的他们生活很艰难、很辛苦,他们的遭遇很悲惨,所以我很难过。”

“你的难过仅仅是因为阅读,你在书里感受到他们的生活、遭遇,你没有经历却能感受到,这就是我在语文课上常说的共情。孩子,请保持你的这份悲伤,因为这是你感知文学作品、感知生活的一种方式,这是一种宝贵且可能贯穿你一生的能力。”

我知道我的话好像说得有点儿深了,于是,带着她走到走廊里朝操

场的方向。

“你看现在的季节,如果闭上眼睛,你会感受到什么,睁开眼睛后再闭上,你能回忆起之前闭着眼睛时感受到的东西吗?”操场边的杨柳已经堆叠,阳光透过树叶深浅不一地洒在地上,春深了,风也逐渐热乎了起来。

“老师,我知道你的意思了。就像我闭着眼睛,我感受到风会从我的皮肤上吹过,还能更细致地感受风的温度和吹到我脸上、手上的不同感觉,那我应该记住这样的感受,对不对?”

“每一次闭上眼睛,你都会有不同的感受。同样,你喜欢阅读,除了《骆驼祥子》带给你的悲伤,还有哪些作品会带给你不一样的感受?”

上课铃响起,我回到了办公室,这暮春的风,会吹到她心底的什么位置呢?而在这份悲伤之外,在整个初一年级,或者说在教室里坐着的另一

些孩子身上还有什么感知正在发生呢?他们会感受到吗?这些感知带给他们的又会是什么样的影响呢?

面对这些初中年龄段的孩子,很多时候,我总会思考如何给他们讲述文学作品的魅力,如何让他们对那些与他们的生活相距甚远的阅读内容有所感知。当这个女孩跑过来提出自己的疑问时,我所思考的这些问题就有了答案。

我总是讲给他们听,却忘了听他们说,忘了了解他们的感受,忘了提醒他们要保持这份敏锐,忘了告诉他们这些需要一点点保存和积累起来的重要能力,对他们来说意味着什么。

所以,孩子,不要害怕你的悲伤,不要忘记你的欣喜,不要抹除你的愤慨……你的成长或许就是从保持每一份感知开始的。

为人处世

「拒绝别人」是技术活

□ 高阳

这代年轻人似乎多少有些社交焦虑。在某互动媒体上,有些年轻人正在靠“刷题”补心眼子,也就是做很多社交场景模拟题,以此来锻炼自己的说话技术和临场发挥能力。其中,面对来自家人亲戚、朋友同事等各种要求和求助,如何委婉又不伤和气地拒绝,让年轻人耗费了不少脑细胞。

为什么我们这么害怕拒绝别人,宁可受委屈也不敢说不呢?西南大学心理学部应用心理系教授汤永隆解释,不会拒绝,又害怕被人拒绝,在心理学上叫做“被拒敏感”。其产生与文化背景、原生家庭、自卑心理和个人经历都有一定关系。

汤永隆表示,能在社交中勇敢说“不”是心理成熟的表现。不论是拒绝别人,还是承受别人的拒绝,都需要自信和勇气。建议有这方面障碍的人,先处理好自己的心结,比如放弃讨好他人,不以别人赞美与否来评定自己的价值,不必总是对他人有亏欠心理等。其次是树立边界感,认清自己只是协助者的角色,不用过度参与也不必背上全责,量力而行、提出建设性建议即可。最后要学会关注自身的需求和感受,如果自己不开心或牺牲过多精力,这个助人经验就是不愉快的,助人价值就大打折扣。所以要恰当地表达自己的意见,该拒绝就拒绝。

那么,如何拒绝能避免直接冲突、顾全彼此面子,怎么说才能不尴尬、不惹事、不损害人际关系和自我形象?有几个原则可以把握一下:表示感谢,比如“谢谢你在需要帮忙的时候想到我”,表达你意识到自己对对方来说很重要,也很珍惜这份关系,为之后拒绝又不伤害感情做好积极铺垫;说明困难,如“目前经济上有些状况”“暂时没有时间”“有其他活动”等,尽量详尽说明难处,让对方觉得你慎重考虑过;提供选项,比如“其他方面有需要的话,我看是否能帮上忙”,可作为拒绝的心理弥补。

豁然开朗

要“表达”而非“发泄”

□ 王荣荣

上周,我们组的同学合作学习语文课文时闹了矛盾。学习的前半段还算和谐、顺利,可到解答问题这一环节时,却出了问题。

事情是这样的:小羲提出了一个问题,我们组的其他同学都帮他解答了,可他还是不满意,于是死抓着这个问题不放。我们组的小祺听不得他这样纠缠,就大声地说:“小羲!这个问题已经解答了。我们还要继续往下学呢!”小羲也听不得小祺这样对他说话,也生气地说:“往下学就往下学,这么大声骂我干什么……”然后嘴里就蹦出了侮辱小祺的语言,小祺也开始和他对骂。

我听不下去了,生气地说:“小羲,你纠缠什么!小祺语气不好,你也不能说难听的话侮辱别人呀!”见没有一个人帮他,小羲生气地对着我们开骂。我实在气得不行,大喝一声:“停下,这事儿下课再解决!”

课下我向老师汇报了这件事。“小羲太倔了,简直说不通。”我气愤地说。

“那小祺有没有做错的地方呢?”老师问。

“小祺只是让他不要再纠缠了,我认为小祺说得没错。”我确定地说。

“那么小祺的语气呢?是和善的吗?”老师追问。

“小祺当时很生气,语气是不太好。”我说。

“这就是关键了。”老师笑着说,“让小羲生气的不是小祺说的话,而是小祺他说话的态度。小羲认为自己只是想得到一个让自己满意的答案,却被训斥,他自然会生气。当然他骂人也不对。小组间交流,说话的语气往往比说话的内容更重要,不是吗?”

听老师这么一说,我觉得确实很有道理。

“作为组长,当小羲揪住一个问题

不放的时候,你完全可以心平气和地告诉他,如果他还不同意,你们就放在全班交流时再说,然后继续往下讨论。”老师接着说:“你之所以觉得小祺没有错,是因为他发泄了你也想发泄的情绪。”

“是的,我也没有控制好自己情绪。”想到后来冲着小羲吼的样子,我也有些不好意思。

“还记得吗?我告诉你们情绪可以‘表达’出来,但不要‘发泄’出来。当你告诉对方,你生气了,对方会明白的,但如果你因为生气冲着对方说难听的话或者吼叫,对方就会受伤害或者被激怒。这样只会让情况越来越糟,不是吗?”

我恍然大悟。我们都错在没有控制好自己情绪,将情绪化为“武器”去相互伤害。

