

BANZHURENZHUANYEHUA
PEIXUNCONGSHU

班主任专业化
培 训 丛 书

班主任巧用

心理效应的 85个案例

BANZHURENQIAOYONGXINLIXIAOYINGDE
BASHIWUGEANLI

杨连山 编著

天津出版传媒集团



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

BANZHURENZHUANYEHUA
PEIXUNCONGSHU

班主任专业化
培训丛书

班主任巧用

心理效应的 85个案例

杨连山 编著

天津出版传媒集团

天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

班主任巧用心理效应的 85 个案例 / 杨连山编著.

—天津:天津教育出版社,2013.9

ISBN 978-7-5309-7384-4

I. ①班... II. ①杨... III. ①中小学生—心理健康—健康教育 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 232006 号

班主任巧用心理效应的 85 个案例

出 版 人 胡振泰

作 者 杨连山

选题策划 耿学明

责任编辑 王轶冰 张婧雯

封面设计 郭亚非

出版发行 天津出版传媒集团

天津教育出版社

天津市和平区西康路 35 号 邮政编码:300051

<http://www.tjnc.com.cn>

印 刷 唐山天意印刷有限责任公司

版 次 2014 年 1 月第 1 版

印 次 2014 年 1 月第 1 次印刷

规 格 16 开(787×1092 毫米)

字 数 280 千字

印 张 14.5

定 价 35.00 元

前言

在传统的班主任工作中,对于学生出现的种种问题,我们比较习惯于从思想方面认定。杜威先生说:“我们所需要的是儿童以整个的身体和整个的心灵来到学校,并以更圆满发展的的心灵和更健全的身体离开学校。”因此,班主任应该成为学生心理的“保健师”,学会运用心理学知识去促进学生的心理健康成长。

心理效应是指由于社会心理、心理规律的作用,使人在社会认识过程中,对人或事所持有的一些特殊的反应。心理效应在教育教学活动中有着重要的作用。作为教师,尤其是班主任,应认真学习和研究一些心理效应,充分发挥各种心理效应的积极作用,克服其消极影响,提高班主任工作实效。

心理效应的研究是心理学领域的奇葩,广大班主任将其用于班主任工作与教学工作的实践,又创造了丰富的经验,使班主任工作变得更加精彩,取得了令人难以置信的良好效果,在笔者多年参与教师教育和班主任培训的经历中,也经常有教师和我们探讨各种心理效应的应用问题,并建议我组织力量,编一本与班主任工作紧密结合的书籍。为此,我们列出了近百个心理效应的词条,提出了写作要求,包括应用这些心理效应要注意的问题及如何运用,向一些优秀班主任征求意见,并希望他们总结自己的经验,得到许多班主任的热烈响应和积极支持。这也反映了班主任和任课教师对这类书的渴求。因此,坚定了我们编写《班主任巧用心理效应的 85 个案例》一书的决心。

本书共分三部分。上篇收录了 27 种心理效应,编写了释义,配备了应用心理效应的 77 个精彩案例和经验,下篇收录了 8 个综合运用心理效应的案例及需要避免的种种误区。附录中编写了 26 条心理效应运用的短稿以备班主任们查

阅,并称之为心理效应小词典。因此本书共涵盖了七十多种心理效应,85 个案例。在此感谢为本书撰稿的各位老师,感谢天津教育出版社的领导和编辑对本书出版的鼎力支持。

作者

2013 年 6 月

目录

上篇 若干心理效应的应用

暗示效应	1
精彩案例	1
1. 怎样运用“暗示效应”	1
2. 批评因暗示而精彩	6
3. 非语言暗示的独特作用	8
4. 德育工作中别忘运用“暗示法”	10
禁果效应	12
精彩案例	12
5. “禁果效应”的启示	12
6. “禁果效应”的妙用	14
门槛效应	16
精彩案例	18
7. “门槛效应”在班级管理工作中的运用	18
8. 引导学生跨过一道道“门槛”	20
9. 运用“门槛效应”促进“后进生”转化	22
10. “目标分解法”中的“门槛效应”	23
异性效应	24
精彩案例	26
11. 谈如何理解“异性效应”及正确运用	26
12. “异性效应”与班级管理	27
13. 班主任应重视“异性效应”	31
14. 异性搭配,管理不累	32

15. 巧用“异性效应”组织班级活动	34
16. 运用异性效应搞好“后进生”转化	35
标签效应	36
精彩案例	36
17. 班主任要学会给学生“贴标签”	36
18. 神奇的“标签”	40
19. 班级命名:班集体建设新途	42
20. 操行评语的“标签效应”	47
从众效应	49
精彩案例	49
21. 关于中学生“从众心理”的利弊分析	49
22. 应重视对青少年“从众心理”的引导	53
23. 中学生“从众现象”初探	54
24. 巧用“从众心理”治理班级	57
鲶鱼效应	59
精彩案例	59
25. “鲶鱼效应”的妙用	59
26. 班级管理中的“鲶鱼效应”	61
27. 班级“鲶鱼效应”	62
28. 适当引起“鲶鱼效应”	63
蝴蝶效应	63
精彩案例	64
29. 班主任工作中的“蝴蝶效应”	64
30. 营造教育中的良性“蝴蝶效应”	66
31. 谈惩罚中的“蝴蝶效应”	68
期望效应(罗森塔尔效应)	71
精彩案例	72
32. 教师期望的教育效应	72
33. “皮格马利翁效应”与中学生思想品德教育	75
34. “皮格马利翁效应”:播洒学生希望的阳光	77
35. 如何让“皮格马利翁效应”更有效	81

36. 运用“罗森塔尔效应”促进学生主动发展	85
37. 靠“罗森塔尔效应”改进“后进生”教育	87
38. 由“罗森塔尔效应”谈学生的自信心	88
39. 以“期望效应”消除学生的心理障碍	90
群体效应	93
精彩案例	93
40. 发挥“群体心理效应”促进班级管理自动化	93
41. 重视任课教师的“群体效应”	95
42. 利用“群体效应”转化“后进生”	96
43. 在班级管理中用好“群体效应”	98
超限效应	99
精彩案例	99
44. 教育学生须防止“超限效应”	99
45. 警惕表扬的负面效应	103
46. 批评要注意分寸	104
晕轮效应	106
精彩案例	107
47. 一斑窥豹未必准,以偏概全要不得	107
48. 应注意“晕轮效应”在教育中的不良后果	108
49. 学生人际交往中的“晕轮效应”	109
刻板效应	113
精彩案例	113
50. 巴尔扎克“刻板效应”的启示	113
51. 换个角度去思考,防止“刻板效应”	116
名人效应	117
精彩案例	118
52. 学生教育中巧用“名人效应”	118
53. 母亲与明星的“较量”	119
54. “花季”的青春偶像 ——中学生“追星”心理漫谈	121
55. 偶像崇拜引发悲剧后的思考	123

自己人效应	125
精彩案例	125
56. “自己人效应”的运用原则	125
57. 走进学生心灵	127
首因效应	128
精彩案例	128
58. 如何让孩子“一见钟情”	128
59. 教师要注意自己留给学生的第一印象	130
马太效应	132
精彩案例	133
60. 警惕班集体建设中的“马太效应”	133
61. 谨防“马太效应”给学生带来的伤害	135
空白效应	136
精彩案例	137
62. “空白效应”和自主教育	137
63. 巧设“留白”智慧治班	138
64. 讲点“空白”的艺术	142
南风效应	144
精彩案例	144
65. 适当运用“南风效应”,化解“对立破坏症”	144
66. 运用“南风效应”,教育如春风化雨	145
巴纳姆效应	147
精彩案例	148
67. 巧用“巴纳姆效应”寻找情感交汇点	148
亨利效应	149
精彩案例	150
68. “亨利效应”对培养学生自信心的启示	150
阿伦森效应	153
精彩案例	153
69. “阿伦森效应”与班主任工作	153
70. 浅谈“阿伦森效应”	155

马蜂效应	156
精彩案例	156
71. 班级里的“马蜂效应”	156
三角效应	158
精彩案例	159
72. 德育对话中的“三角效应”	159
波纹效应	163
精彩案例	163
73. 试析“波纹效应”	163
74. 如何对待教育中的不良“波纹效应”	166
瓦拉赫效应	167
精彩案例	168
75. 由“瓦拉赫效应”看素质教育与个性发展	168
76. 正确运用“瓦拉赫效应”寻找学生智能发展的“最佳点”	171
瀑布心理效应	171
精彩案例	172
77. 谈师生交往中的“瀑布心理效应”	172

下篇 心理效应的综合运用

精彩案例	176
78. 心理效应在学生教育中的应用	176
79. 中途接班,用好心理效应	179
80. 妙用心理效应营造班级三个圈	183
81. 班容班貌布置中的心理效应	188
82. 四种心理效应在教育细节上的应用	191
83. 科学把握各种心理效应,营造师生互动健康氛围	194
84. 班主任工作中常见的失误与心理效应	197
85. 几组流行心理效应的误读	200

附录 心理效应小词典

1. “外道效应”与学生健康心理	205
2. “边际效应”与身处困境的学生	206
3. “手表效应”与班级工作的默契	206
4. “手表效应”与教育的一致性	207
5. “角色效应”与对学生的期待	207
6. “奖惩效应”与适度运用	207
7. “链状效应”与学生间的相互作用	208
8. “淬火效应”与冷处理	208
9. “宾馆效应”与优化班级环境	208
10. “贝尔纳效应”与班主任工作目标	209
11. “锚定效应”与为学生发展奠基	209
12. “蚂蚁效应”与团结的力量	210
13. 班主任自己要克服“斯特鲁效应”	210
14. 学生情感释放与利用“霍桑效应”	211
15. “共生效应”与学生互帮互助的学习“共生圈”	211
16. “狄德罗效应”的运用与消融“厌学症”	212
17. “名字效应”与增强学生的好感	213
18. “避孕套效应”与教学生自我保护	213
19. “亲密有间效应”与师生心理距离	214
20. “评价增益效应”与适度运用	214
21. “良药爽口效应”与语言艺术	214
22. “棘轮效应”与鼓励竞争	215
23. “回溯效应”与客观评价学生	215
24. “森林效应”与营造良好的环境氛围	216
25. “名片效应”与班主任的心理名片	216
26. “接种效应”与防患于未然	217
后记	219

上篇 若干心理效应的应用

暗示效应

“暗示效应”是指在无对抗的条件下,用含蓄的语言、示意的举动和诸多间接的方式,巧妙地向学生发出积极的、暗示的期望信息,从而使其产生积极的心理反应和行为方式的教育方法。暗示的关键是“示”,即对学生的发展目标与行为方式给予暗示期望,促使其领悟,达到自我教育的目的。

一般说来,儿童比成人更容易接受暗示。管理中常用的是语言暗示,如班主任在集体场合对好的行为进行表扬,就是对其他同学起到暗示作用。也可以使用手势或眼色、击桌、停顿、提高音量或放低音量等等。有经验的班主任还常常针对学生的某一缺点和错误,选择适当的电影、电视、文学作品,与学生边看边议论,或给学生讲一些有针对性的故事,都能产生较好的暗示效果。

〔精彩案例〕

1. 怎样运用“暗示效应”

我们长期做班主任的老师都有这样的经历,一个学生犯了错误,你用正面说理的方法施教,学生可能会说:“别讲大道理,我不听!”如果你用粗暴生硬的教育方法,有时可以震慑住学生,但造成的逆反心理却很难消除;有时则会造成学生的“顶牛”,让老师无法下台。可是,如果老师巧妙地采用暗示的方法施教,却能够使师生心理距离一下子缩短,进而促使他们在思想上消除对抗情绪,进行积极的自我认识、自我谴责;在行动上主动自觉地改过,实行自我完善,从而收到良好

的教育效果。

暗示为什么会有如此神力呢?很简单,那就是暗示法维护了学生的自尊,符合学生心理发展的规律,从而产生了良好的“暗示效应”。

一、切莫忽视“暗示效应”

提起“暗示效应”,人们自然会想到美国心理学家谢里夫做的一个实验。他把同是英国大文豪狄更斯写的两段作品交给学生,请他们进行评价。但告诉学生说,第一段是狄更斯所写,第二段是一位普通作家的作品。形成的评价结果却大相径庭:对前者倍加赞美,而对后者则是百般挑剔。这个实验足以说明暗示的信息不同,产生的效应就不同。另外,心理学家们研究的结果还证明,影响暗示效应大小的因素大体有两个方面:

一是与暗示者的权威性有关。权威越高暗示效应越大。教育工作者恐怕不会不知道“罗森塔尔效应”(也称“皮格马利翁效应”)。这个效应的名称来自一个神话,说的是古希腊神话中的皮格马利翁对自己雕刻的一个少女塑像产生爱恋,期望能赋予其生命。后来,塑像果真变成了活人,皮格马利翁如愿以偿地与之结为伉俪。

美国心理学家罗森塔尔又利用这个神话喻义在一所小学里做了一个实验,他们从一至六年级中各抽出三个班的学生,进行了智力测验,然后又从中随机抽取20%的学生,并告诉校长和老师这些学生有很大的“学业冲刺”潜力,但没有说这些学生是随机抽取的。八个月后,罗森塔尔又对全部学生进行第二次智力测验,并与非实验学生在实验前后进行了对比分析,发现这20%随机抽取的学生的智商和能力有了显著的增长。众所周知,皮格马利翁的期望变成现实,不过是一个神话故事,而罗森塔尔的预言却变成了无可争辩的事实。为什么呢?就是因为罗森塔尔作为心理学家的权威性,使老师对来自他的“虚假信息”深信不疑,并对自己的学生的发展寄予了同样的期望。从而,对这些学生在态度和行为上,表现出亲切的关注、热切的激励、耐心的帮助。无形中教师教育权威的暗示期望又作用于学生,对他们产生一种激励效应:一方面使学生有了奋斗目标和方向,以及发奋努力的动力;另一方面也使学生更加亲近教师,更加喜欢教师的授课。罗森塔尔效应就是我们今天讨论的暗示效应。当然罗森塔尔的实验中的“虚假信息”,如果由普通人传递给校长和老师恐怕就不是这个结果了。因此,有人称这些随机抽出的20%的学生是“权威性谎言下的幸运儿”。

二是与被暗示者的年龄和阅历有关。一般情况下儿童要比成年人更容易接

受暗示。记得英国伦敦大学人类心理学与行为实验室做过这样一个有意思的小实验:在一个房间里,放着一筐苹果,教师甲指着这筐苹果对依次进入房间的孩子说:“这筐苹果不但不甜,而且非常苦,你不能吃!”每带一个孩子进来,他都说完这番话后自己出去了(他自己并没有动这些苹果),让孩子独自在房间玩了十分钟,然后带下一个孩子进来。事后经过检查,约有 17.8% 的孩子禁不住大苹果的诱惑,偷吃了苹果,并把果核装进衣袋里带出去扔掉。

教师乙也做同样的实验,对每次进入房间的孩子说同样的话,只是他每次离开房间时都从筐里拿出一个苹果,大大咬上一口,津津有味地吃着离开了房间。事后调查,约有 96.3% 的被实验的孩子等老师走后,就去偷吃苹果,并把苹果核要么藏在筐里的苹果下边,要么扔在屋子角落里。为什么两位老师的实验结果,竟会有如此大的反差呢?就是因为教师乙说完要说的话后,“拿起一个苹果津津有味地吃着离开房间”的神情、行动给了孩子们一个能吃、好吃的暗示。但是,假如我们在高中学生中做这个实验,其结果就不知会是什么样子了。因为,他们的年龄、生活经验、判断能力让其绝不会相信两位老师的话,对教师乙的行为暗示甚至会提出批评。应该指出的是,有的班主任在教育学生时却容易犯类似教师乙的错误,给学生反复强调这样做不对,那样做不好,然而,自己却有意无意地去做,结果惹得学生一旦有机会,就非要尝尝“禁果”的味儿不可。学生这种接受暗示的心理,我们绝不能忽视。

积极暗示能够满足学生的积极的心理需求。青少年的自尊心是非常强的,他们渴望得到别人的接纳和尊重。因此,作为班主任应该清醒地意识到,学生的自尊心一旦受到伤害,所形成的心理上的逆反和对抗情绪是很难化解的。积极的暗示恰恰适应了学生的这种心理特征,可以充分调动学生自我认识、自我调节、自我矫正、自我完善的积极性,满足他们的自尊、自重、自我教育与管理的心理需要。

马卡连柯的一位学生曾是“惯偷”,教育多次都不见效果。一次,马卡连柯把去银行为工学团取钱的紧急任务交给了他。开始他大吃一惊,随后异常兴奋,立即跑得大汗淋漓,把钱取回来。此后他改掉了偷窃的习惯。马卡连柯正是采用了暗示的方法(我相信你),使教育者的要求(让学生做一个正直的人)成为学生内心的需要,从而取得净化学生心灵的最佳教育效果。

暗示的最大特点是语言的含蓄性、行动的示意性和环境的熏陶性。这些特点的奇妙处就是通过不显山、不露水的方式,达到师生的心理相容,取得良好的

教育效果。也就是我们平时所说的“桃李不言,下自成蹊”的教育效果。当然,这并不是那么容易,需要我们掌握暗示的技巧。这就是本文要说的第二个问题。

二、掌握暗示技巧

暗示的方法与技巧多种多样,运用好了也实在不那么容易,本文想从以下三个方面试作陈述。

(一)语言暗示要体现含蓄

师生的心灵沟通要靠语言这一工具,语言暗示也是班主任最常用的方法。暗示性语言最大的特点是含蓄、幽默。语言太直白了那就不是暗示了。当然,语言的含蓄也不等于含糊,让学生听了如入五里雾中,甚至会产生误解,这样不仅收不到积极效果,反而会产生负面效应。用好语言暗示,班主任必须具备两个条件,一是对学生要有深刻的了解,否则你的暗示就没有什么针对性;二是要掌握语言暗示的技巧。用做暗示的语言,应当是一种高度艺术化的具有特定含义的语言,或含蓄幽默,或一语双关,或“顾左右而言他”,都要考虑“引而不发,跃如也”的暗示效应。例如,小康平时写作业龙飞凤舞,难以辨认。任课老师多次批评帮助也不见效。一次,课代表把他的作业张贴出去,小康十分生气,立即把作业撕了下来。课代表把情况向班主任作了汇报,班主任肯定了课代表的责任心。当班主任走进教室的时候,小康的情绪有些紧张,做好了挨批评的准备。可是,班主任却平和地说:“你们知道小康为什么把自己的作业撕掉吗?他是在为自己作业写得潦草而生气(暗示他应该自责),撕下来正是为了把作业抄写工整(暗示他抄写工整)。小康的作业是能写好的(暗示他要努力写好),我们应当相信他。”只见小康惭愧地低下了头,(取得了初步的暗示效应)可同学们的脸上却表现出将信将疑的样子。第二天,小康真的把一份工工整整的作业重新贴在了“批评栏”内,并在作业下面写道:“请看我以后的实际行动吧!”看,暗示有多么大的“神力”。这位班主任把小康的错误行为具有的正确动机作为一种希望,提出来进行激励,并暗示他应该怎样做,既保护了他的自尊心,又激励他去实现老师的希望,这确实是一种令人钦佩的暗示艺术。

语言暗示,可以是口头语言,也可以用书面语言。据说美国有一新兵训练营,招进一批素质很低,还沾染了不少坏习气的新兵,军官为这些新兵印发了一些家信,说他们在训练营养成了新的生活习惯,如每天早起刷牙,晚上睡觉前洗脚,衣服鞋袜放得有条不紊,让他们阅读后抄写。说也奇怪,一段时间后,这些人

竟逐渐克服了不良习气。这个例子就是书面语言暗示的结果。我们班主任与学生用书面语言交流的形式很多,常用的有评语(作业评语、期末的操行评语、学生周记评语)、书信、赠言等等。在这些方面许多优秀班主任也积累了很好的经验,如天津市首批十佳班主任刘晓婷说:“写评语要讲究艺术,闪光的地方要一目了然,缺点的提出要含蓄、委婉。人往往能够直接地接受优点,至于缺点最好让他对老师的评语细细品味。”因为含蓄本身就是一种魅力。如下面这段评语:“国旗下讲话,你在两千名师生面前展示了自己,也展示了我们这个班集体。‘第一’难得永远,好成绩永远力争。‘敢’字当头,是成功的宝贵条件。如果再‘敢’于让‘谦让’和‘宽容’在自己心中成长,‘敢’于把他人放在心中更重要的位置,你会看到更完善的成功在向你招手。”

(二)神情体态暗示要适度

班主任除要重视语言暗示外,万万不可忽视神情体态的暗示功能。神情和体态是师生交往沟通的特殊的信息传递方式,更能体现暗示的示意性特点。我们应特别重视神情体态不可言传,只可意会的暗示功能。一颦一蹙、一愠一嗔、一个手势、一种姿态都能引起学生的情感体验和心理活动。例如,有个别学生上课不专心听讲,思想开了小差,教师不必点名批评,可在讲课的同时向他投去专注而严厉的目光,学生自会从教师的目光中理解其含义,而停止思想开小差,这就是我们平时说的目光暗示,即通过教师目光的传递,示意学生立即纠正存在的问题。教师也可以走到学生的跟前轻轻地拍一下他的肩头,就可以取得良好的示意效果。

日本有句谚语:“能干的领导,就是喜欢听别人讲话的强人。”一个优秀的班主任应当成为这种强人。因为有的时候耐心倾听学生讲话所传递的暗示信息,可以代替甚至胜过向学生说话所传递的信息,而且这种暗示信息更为强烈。如果班主任再善于营造倾听的氛围,其效果会更好。营造这种氛围一是善于运用倾听的语言,把学生的谈话引向深入。如“你的话我很理解”“你说得对……”“你还有什么好办法吗”等等;二是善于运用神情体态等非语言因素,向学生传达自己正在倾听的信息。如专注的目光、点头、前倾姿势、微笑等都是卓有成效的。这些发乎自然的神情体态不仅能够形成班主任整体的气质和风度,而且能够传递班主任对学生的尊重,能够促使师生心理相容。神情体态只有发乎自然才适度,因为,这是一种真情的流露,而不是在做戏,做戏就容易夸张,就失去真情,就达不到暗示的效果。这种真情的流露与班主任的素质有直接的关系,需要班主

任有宽广的胸怀和崇高的境界。

(三) 环境暗示要营造氛围

环境对人的暗示作用是人所共知的。一个有随地吐痰、乱扔果皮纸屑坏习惯的人,来到一个整洁、幽雅的环境中,就会自觉地约束自己的坏毛病,这就是环境熏陶即暗示的结果。暗示心理学的先驱希波莱特·伯恩海姆认为,凡是来自环境——地理、种族、社会、家庭的刺激,都是对于整个人的活动发生作用的酵素,因为它作用于人的心理。来自周围环境的信息通过人的眼、耳、鼻、舌、身等多种感官从多个方面、多渠道影响着人们,这种立体化的信息途径决定了环境暗示的立体性和情景性。这里面包括优美的物化环境的陶冶性和宽松和谐的心理环境的感化性,使学生在无对抗状态中,顺利地接受环境的暗示信息,达到教育的目的。

环境暗示是指客观存在的环境为受教育者主体感知,从而产生一种相应的情绪、态度和行为,久而久之形成一定的心理品质和思想道德的方法。可见,环境暗示是一种“无言之教”,需要班主任依据德育的任务,有意识地创设和利用以崇高情感为核心的心理环境和形象典型的班级物化环境,并通过组织以师生交往为核心的班级活动,来营造一种民主、宽松、和谐、融洽的班级氛围,使全班学生置身于其中,耳濡目染、潜移默化地接受影响。因为,影响人的感情和情绪的莫过于氛围,环境只有和氛围结合才能活起来,才能真正使班级的每堵墙壁都会说话,都能发出积极的暗示信息。

(杨连山)

2. 批评因暗示而精彩

批评学生的方法多种多样,不同的方法会收到不同的效果。我们在教育实践中体会到,暗示是一种巧妙的批评方法。

暗示,是指不直截了当地把批评意见讲给学生听,而是借用其他委婉隐蔽的语言形式,说彼及此,巧妙地表情达意,让人思而得之,从而获得深刻印象。含蓄委婉的暗示方法,较之直来直去的呵斥、批评,气氛显得平和,有利于保护学生的自尊心,维护师生之间的感情。恰当的暗示方式要求生动贴切、新鲜活泼,注意被批评事物性质的相关性,不可使被批评者感到有指桑骂槐之嫌。暗示批评的