



教师 必须掌握的心理学

在学校管理的过程中，细节是一种习惯，
是一种眼光，更是一种智慧。

袁琦◎编著



JIAOSHIBIXUZHANGWODEXINLIXUE



北方联合出版传媒（集团）股份有限公司



万卷出版公司



教师 必须掌握的心理学

在学校管理的过程中，细节是一种习惯，
是一种眼光，更是一种智慧。

袁琦◎编著



北方联合出版传媒（集团）股份有限公司

万卷出版公司

© 袁 琦 2014

图书在版编目 (CIP) 数据

教师必须掌握的心理学 / 袁琦编著. -- 沈阳: 万卷出版公司, 2014.3

ISBN 978-7-5470-2454-6

I. ①教… II. ①袁… III. ①中小学-教学心理学
IV. ① G441

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 092560 号

出版发行: 北方联合出版传媒 (集团) 股份有限公司
万卷出版公司

地 址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号

邮 编: 110003

印 刷 者: 北京海德伟业印务有限公司

经 销 者: 各地新华书店发行

幅面尺寸: 155mm × 218mm

字 数: 200 千字

印 张: 14

版 次: 2014 年 3 月第 1 版

印 次: 2014 年 3 月第 1 次印刷

责任编辑: 姜艳波

排版制作: 腾飞文化

书 号: 978-7-5470-2454-6

定 价: 28.00 元

联系电话: 024-23284090 010-57454988

传 真: 010-88332248

E-mail: 200514509@qq.com

常年法律顾问: 徐涌 版权所有 侵权必究 举报电话: 010-57454988
如有质量问题, 请速与印务部联系。联系电话: 010-57262361

前 言

在班级管理中，每位班主任都起着决定性的作用。然而在日常班级管理中我们常常会见到很多班级的纪律与学习都不尽如人意，这样的班级往往会与班主任理想中的班级有很大的差距。既然班主任在班级管理中起着决定性的作用，那么班级的好与坏班主任本人是不能逃脱干系的。为什么有些班主任在班级管理中游刃有余，而有些班主任却头痛异常？难道是一些班主任命运好，分到的班级都是乖学生吗？难道是我们不够努力吗？不是这样的，我们并不比任何人付出的少，也没有不叛逆的学生，而是我们必须懂得一些心理学。

班主任在班级管理中，第一要控制好自己的心理，这样才能更有耐心，更有精力去教育您的学生。日常管理中不乏这样的班主任，他们常常认为自己所管理的班级是不可救药的，看到哪名同学犯错，心底就会升起无名之火。当各科教师向他反映学生问题时，他便先开始抱怨自己怎么会分到这样一个班级。其实每个班级的情况都是相同的，只是班主任的心理素质不同，有些班主任耐心有限，而有些班主任知道问题的原因所在，管理起班级也就绰绰有余了。

这些班主任之所以知道学生的问题根源所在，是源于他们掌握了学生的心理。每位班主任都应该在掌握自己心理的同时，更多地去了解您的班级，了解您的学生，在问题出现之时，您才能更好地去应对。有时候学生也可能与父母或是各科老师有摩擦、矛盾，因此班主任在了解学生心理的同时，更应该在人际关系上建立起坚实的桥梁。

我们所编辑的此本《班主任必须掌握的心理学》从六个方面深入探讨问题的根源，从教育的几个点逐一分析学生管理的重要性和必然性。一切为了教育是教师的天职。一位班主任的优异对整个班级的影响是巨大的。希望您能在此书中摄取所需的营养，从而使您在班级管理中更上一层楼。

目 录

前 言	1
-----------	---

教师对于自我情绪的控制

教师的心理素质管理	2
教师如何克服自身的职业倦怠	5
高尚的情感	29
广泛的兴趣	36
坚强的意志	38
较强的认知能力	44
良好的性格特征	50

教师对于学生心理的掌握

消除中学生逆反心理	56
学会克服中学生的闭锁心理	65

如何控制中学生的心理反泄	68
对于少年期的心理障碍如何防治	72
如何调整女中学生潜在的消极心理倾向	77
如何控制中学生早恋	81

教师对于师生谈心的把握

有效沟通的技巧	92
满足学生的自尊需要	98
来自平安夜的谈心	103
让他(她)自信起来	107
与学生谈心需要的三种态度	116
抓住孩子的心	119

教师对于班级管理的尺度

如何进行班级管理	124
对学生管理应防微杜渐	127
如何管理中学生的破坏性行为	136
对于中学生吸烟现象的控制	139
如何控制中学生的越轨行为	143
如何管理经常旷课的学生	148
管理学生应加强常规管理	151

教师对于人际关系的处理

教师群体的优化组合	156
教师队伍的群体效能	161
教师与家长之间的人际关系	168
如何与学生家长进行沟通	177
如何让家访更有意义	180

教师对于教师职责的认知

教师的职责	186
理解教师的含义	192
教育就是永不放弃	199
“惩罚”手段需慎用	209
教师应该心胸开朗,处世乐观	212
教师应了解教师心理	214



教师对于自我情绪的控制



引 语

每个人只有在控制好自我心理之后，才能选择正确的方式与别人交往。教师想要管理好班级，想要融入班级，那么就得先控制自我心理，在控制好自己心理后，才能更好地与学生或是其他教师交流。

教师的心理素质管理

教师的心理素质管理是学校对教师的心理素质进行控制和提高的总称，是学校教务管理者为使教师能够具有良好的心理素质，适应各种情况、战胜各种挫折、排除各种干扰、坚定向上的信念，并有计划、有目的、有组织地对教师进行心理素质训练的过程。教师的心理素质管理，是教务管理工作的重要组成部分。

教师心理素质的优劣，直接关系到教师能否胜任各种复杂的教学工作，能否适应各种环境。教师具有良好的心理素质，才能提高自身的业务水平、品德修养，教育才能起到稳定和催化作用，从而保证教师的身心健康，保证教育任务的顺利完成。

教师的心理素质管理，主要是通过多种手段帮助教师提高心理素质。教务管理工作，既要组织多种多样的活动，帮助教师提高情趣，开阔心胸，又要创造条件，使教师能够在不同的环境中得到锻炼，使教师既能适应优越、熟悉的环境，又能从容地应付各种恶劣、陌生的环境。同时也应组织各种形式的交流，多听英模报告，使教师真正形成百折不挠的良好心理素质。这种良好的心理素质将在学校的教育中，无形地传递给学生，使他们同样

形成良好的心理素质，以利于将来的生活和工作。教师劳动的基本手段就是在与学生的共同活动中，用自己的学识、才能、品德和个性似“春风化雨”“润物细无声”地去影响、熏陶和感染学生，在传授知识，开发学生智能的过程中实现教育，同时又把教师优良的个性心理品质潜移默化地投射到学生身上。教师劳动手段的这种特殊性也就客观地表明，教师的心理素质是教师劳动的重要工具，尤其是教师的观察力、记忆力、情感、意志、性格和能力等，这些品质有机综合起来，同实际的教育和教学相结合，就体现了一个教师的教育才能，它不仅关系教育工作的成败，而且也作为一种极重要的教育因素，参与到学生的认识工作中，学生在听取教师的教诲时，也在随时随地地注视着教师的一言一行，一举一动。过去人们往往把注意力放在教师如何教、学生如何学这一类基本问题上，但对教师心理素质如何影响教师和如何作用于学生这类问题，往往予以忽视，至少重视不够。其实，教师自己的情感、意志、认知特征和个性特点等，无时无刻都在影响、教育着学生。也就是说出现在学生面前的是一个立体的师表形象，并且如苏霍姆林斯基所说：“学校里的学习不是毫无热情地把知识从一个头脑里装进另一个头脑里，而是师生之间每时每刻都在进行的心灵的接触。”可见教师本身的特殊地位和特殊形象所构成环境因素给予学生的影响是无与伦比的，特别是启蒙教育。现实的教育实践也证明，同一教育内容，由不同的教师去传授，所获的教育效果会大不相同。一个品格高尚的教师是容易获得学生的尊敬的，学生对他的教育也会乐意接受，他的思想品质也会潜移默化地影响着学生的个性形成。相反，一个缺少教育素

养，心理素质欠佳的老师就难以得到学生的尊敬和爱戴，他的要求和指导即使正确无误，也往往为学生所轻视，他的教育也就会变得苍白无力。综上所述，教师的心理素质对学生心灵的投射力最强，教师是学生人生道路上除父母以外最早的老师，教师的人格之光对学生心灵的照耀是深远的，它不仅对学生在校时的健康发展有直接影响，甚至影响学生以后的人生道路。因此，每个教师都应高度重视自身心理素质对学生的重要教育作用。

教师如何克服自身的职业倦怠

1. 树立崇高的职业观

如何看待教师职业？是将这个职业仅作为一个谋生手段还是当成一项事业，在教师心里所引起的反应是很不相同的，对我们心理健康的影响也是完全不同的。

蔡元培先生认为，任何职业的从业人员，都可以把自己的职业境界分为四种，即自然境界、功利境界、道德境界、天地境界。

以教师职业为例。

自然的境界：将教师的职业只当成一种简单的职业，当成自己谋生的一种手段，一个养家糊口的饭碗，他们凭借着自己的本能工作，自己工作的全部意义都在于获取工资和奖金来养家糊口。

功利境界：处于这种职业境界的教师或许会比前一种境界的人更为努力工作，但努力工作的目的是为了获得一定的名利、地

位，比如写论文是为了评职称，钻研教学业务是为了评教坛新秀等。

道德的境界：处在这个境界的教师会感觉自己所做的所有的事情都是为了年轻一代的幸福，是具有道德意义的，从而能够自觉自愿地为学生将来的一生负责而不断地努力工作。

天地境界：处于这种职业境界的教师不仅把自己的工作意义定位于为教育对象服务，而且能将教育教学工作与全人类的事业联系起来，自觉地为全人类的进步事业和长远利益而努力工作。

教师的职业境界不同，对职业的态度不同，工作产生的效果也会不同，心理健康水平也就截然不同。

处于自然境界和功利境界的教师，往往更多地关注外在的得与失，他们或为自己当年择业时“误入歧途”而后悔莫及，或因向往的功利目的不能如意而患得患失，常常因教师职业所得（物质的和精神的）与所付出的劳动不相称而心理失衡，或牢骚满腹，或怨天尤人，或羞于对外人道自己的职业。因此他们往往“人在曹营心在汉”。

那些处于道德境界以及天地境界的教师，都会将教育看成一种“事业”，他们有着十分强烈的使命感，高度的事业心以及积极的上进心、成就欲望和成功感，这些教师拥有着坚定的职业信念，会以自己的职业为荣，能够将外界的干扰和杂念排除掉，始终会保持一种平和以及愉悦的工作心境；他们明知道，教师工作时间之长，心思之重，体能消耗之大，情感付出之多是其他职业所无法比拟的，但是既然选择了这种职业，他们就无怨无悔，并且永不满足，永创佳绩；他们有着很高的理想和抱负，甘愿冒风

险，他们喜欢具有挑战性的工作，很看重成就，金钱的欲望不高，他们善于从工作成果中寻求乐趣和激情。他们的求知欲望比前两种境界的教师要强得多，而物质需求比前两种境界的教师淡薄得多，即使在贫困环境中，他们也能安贫乐道，耐得住寂寞，敬业爱岗。所以，对于他们而言，工作着就是美丽的，忙忙碌碌就是美丽的。

还有一些教师会认为自己的工作是天底下最痛苦的工作：需要备课、上课、修改学生作业、辅导学生以及解决纠纷等等，自己所从事的工作既是消防队长，又是派出所所长，不但是领导还是保姆，上课讲得口干舌燥，累得腰酸背疼，需要一天到晚奔波，有的时候还需要面对学生以及学生家长的无理取闹，下辈子自己再也不愿意当教师了。

全国优秀教师谷淑红却觉得她的价值、她的欢乐、她的幸福通通体现在能够跟孩子们在一起上。一年到头都要早出晚归，不辞辛苦地操劳，她却总是欢天喜地的，根本感觉不到累。可是一到放假她就病倒了，天天吃药，一直病到新学期开学第一天，来到学校看到孩子们，病就突然好啦。丈夫跟她开玩笑说，她生的是假病，就是想让他来照顾服侍自己，而她却说如果让她离开孩子们，也就离开了自己的幸福与快乐；与孩子们在一起，她就感到朝气蓬勃、年轻有力，浑身充满使不完的劲。孩子们也体会到教师的爱和欢乐，记者一一问班里的孩子们：“你们谷老师最爱谁？”每个孩子都会回答说：“我们的谷老师最爱我。”若问谷老师，如果让她重新选择，她会选择什么职业，谷老师说：“让我选择一百次，我还是当教师！”

可见，能否把职业当作事业来追求，关系到能否悦纳自己的职业；关系到自己能否幸福、快乐的工作以及生活，对于需要在工作岗位上干就是三十几年的教师而言，这一点对他们的身心健康是十分重要的！

2. 敬业，珍惜自己的职业

一个有威信的教师势必是一个十分敬业的人。

敬业，就是敬重教师职业，就是要求我们把教育当作我们的生命，对教师这一职业有发自内心的神圣感与尊严感，把教书育人看成自己的天职和使命，从而激发自己对教师职业的认同感和责任意识，在平凡的教师职业人生中实现生命的价值与尊严。

(1) 敬业是自动自发。对自己的职业敬重，首先便要对自己的职业自动自发地充满热爱，产生激情。真正带给我们成就的不仅仅是知识和机遇，更重要的是我们的整体素质，是能不能以一种真正的敬业精神去对待所从事的工作，因为如何对待你的工作决定了你终究能够到达的高度。敬业也就是对自己的工作表示敬重。忠诚、敬业是人的天职，尽职尽责是敬业的根本，自动自发是敬业的最佳表现，即没有人要求、强迫你，你能自觉而且出色地做好自己的事情。

著名科学家爱因斯坦曾经这样区分对待科学事业的三种人，第一类是将科学当成一种娱乐，为满足自己智力上的优越感以及成功欲望的人；第二类人是把科学当作手段，为满足自己的名利

欲的人；第三类人是把科学当作生命，试图用自己的努力解释和改造世界而无私奉献的人。教师作为一种育人的职业，它需要的正是教师对教育的自动自发的投入，积极主动的创造。只有这样，教育教学才能真正成为育人的一种艺术，而不是按部就班，依照葫芦画瓢的重复技术性的工作，教师职业才有可能充满生命的情趣和创造性的欢乐。

（2）敬业是热情、激情融于技能之中

①热爱教育，激发教育热情。只有充满热爱，才会产生热情。教育热情就是把教师全身的每一个细胞都调动起来，完成他内心渴望完成的教育工作。如果没有热情，陶行知先生就不会放弃高官厚禄，一心只想着平民百姓，创办起乡村示范学校，挽起裤腿跟学生一块种田，将深刻的思想书写成百姓们喜闻乐见的一种形式……也不会成为“捧着一颗心来，不带半根草去”的教师典范；缺乏热情，教师就不可能用无私崇高的奉献去感动这个世界。

②教育热情升华教育激情。教育工作是一项很需要激情的事业。由热爱教育，到对教育产生热情，是一个熟悉并逐渐深入教育的过程。随着教师对教育工作的逐步深入，热情又可以转化成激情。当一个教师对工作确实产生了激情，你可以发现他目光炯炯，反应敏捷，浑身都有感染力。这种神奇的力量使他以截然不同的态度对待学生、对待工作、对待生命和生活。教育激情可以使教师对教育教学工作具有空前的开拓性，成为真正的课程开发者和实施者，成为终身学习的实践者。社会的发展需要不断的创新，学生的成长和发展也需要不断的创新，这些都将焦点聚集在