



四特 教育系列丛书

SITEJIAOYULIXILIEDONGSHU

# 班主任谈心术

BANZHURENTANXINSHU

萧枫 姜忠喆◎主编



吉林出版集团有限责任公司

# 班主任谈心术

萧枫 姜忠喆◎主编

特约主编：庄文中 龚玲

主 编：萧枫 姜忠喆

编 委：孟迎红 郑晶华 李菁 王晶晶 金燕

刘立伟 李大宇 赵志艳 王冲

王锦华 王淑萍 朱丽娟 刘爽

陈元慧 王平 张丽红 张锐

侯秋燕 齐淑华 韩俊范 冯健男

张顺利 吴 姗 穆洪泽

左玉河 李书源 李长胜 温超

范淑清 任伟 张寄忠 高亚南

王钱理 李 彤



吉林出版集团有限责任公司

## 图书在版编目(CIP)数据

班主任谈心术 / 《“四特”教育系列丛书》编委会  
编著. -- 长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2012. 4  
(“四特”教育系列丛书 / 庄文中等主编. 班主任  
治班之道)

ISBN 978 - 7 - 5463 - 8784 - 0

I. ①班… II. ①四… III. ①中小學生 - 心理健康 -  
健康教育 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 045938 号

## 班主任谈心术

---

出版人 孙建军  
责任编辑 孟迎红 张西琳  
责任校对 赵霞  
开本 690mm × 960mm 1/16  
字数 250 千字  
印张 13  
版次 2012 年 4 月第 1 版  
印次 2012 年 4 月第 1 次印刷  
出版 吉林出版集团有限责任公司  
发行 吉林音像出版社  
吉林北方卡通漫画有限责任公司  
地址 长春市泰来街 1825 号  
邮编:130062  
电话 总编办:0431 - 86012915  
发行科:0431 - 86012770  
印刷 北京海德伟业印务有限公司

---

ISBN 978 - 7 - 5463 - 8784 - 0

定价:25.80 元

版权所有 侵权必究 举报电话:0431 - 86012892

# 前言

学校教育是个人一生中所受教育最重要的组成部分,个人在学校里接受计划性的指导,系统地学习文化知识、社会规范、道德准则和价值观念。学校教育从某种意义上讲,决定着个人社会化的水平和性质,是个体社会化的重要基地。知识经济时代要求社会尊师重教,学校教育越来越受重视,在社会中起到举足轻重的作用。

“四特教育系列丛书”以“特定对象、特别对待、特殊方法、特例分析”为宗旨,立足学校教育与管理,理论结合实践,集多位教育界专家、学者以及一线校长、老师们的教育成果与经验于一体,围绕困扰学校、领导、教师、学生的教育难题,集思广益,多方借鉴,力求全面彻底解决。

本辑为“四特教育系列丛书”之《班主任治班之道》。班主任是教师队伍的重要组成部分,是班级工作的组织者、班集体建设的指导者、学生健康成长的引领者,是思想道德教育的骨干,是沟通家长和社区的桥梁,是实施素质教育的重要力量。班主任工作是学校教育中极其重要的育人工作,既是一门科学,也是一门艺术。班主任工作既包括日常的教学管理,也包括班级文化建设。

本辑共20分册,具体内容如下:

## 1.《管好班干部》

班干部是班集体的核心,也是班级的“火车头”,这个“头”带的好不好,马力足不足,直接影响到整个班级的运转。有了优秀的班干部队伍,班级各项工作就会顺利开展,班级面貌就会生机勃勃;反之,班级就是一盘散沙,集体就会涣散无力。因此,如何培养一支素质高、能力强的班干部队伍,显得尤为重要。本书对班主任如何管理好班干部进行了系统而深入的分析 and 探讨,并提出了解决这一问题的新思路、可供实际操作的新方案,内容翔实,教案丰富,对中小学班主任颇有启发意义。

## 2.《带班的技巧》

本书讲述的常见问题与解决策略,绝大多数来自新时期一线班主任的教育实践,因此,其实用性和可操作性是不言而喻的。同时,本书又不拘泥于就“问题”论“问题”,而是透过现象看本质,善于引导新班主任们看到问题背后更深层次的东西,从而看得更远、想得更深、悟得更多。

## 3.《全能班主任》

优秀的班主任是如何炼成的?他们的成长要经过多少道磨练?……本书对优秀班主任成长必经的多项全能进行了深刻剖析与精彩演绎。

来自一线最真实的问题,来自一线最优秀班主任的“头脑风暴”,来自全国

著名班主任的点拨,使得本书在浩如烟海的班主任培训用书中脱颖而出。

#### 4.《拿什么约束班主任》

班级是学校进行教育、教学工作的基本单位。班主任是班集体的组织者、教育者和指导者,是学校领导实施教育、教学计划的直接执行者,是指导团队开展工作的重要力量,是沟通学校、家庭、社会三结合教育渠道的桥梁。为了能更好地体现新课程改革对班主任工作的要求,进一步规范班主任工作的管理,明确班主任工作职责,促进班级工作的开展,建立良好的班风、校风,班主任教师除了在工作中讲究技巧性和艺术性外,还应该严格的工作要求与便于实践操作的基本规范。

#### 5.《班主任的基本功》

班主任工作十分繁杂,头绪很多,要想成为一名优秀的班主任,应当从事务堆中解脱出来,始终保持清醒的头脑,以明确自己的使命。本书全方位地阐述了新时期做好班主任应具备的各方面要素;它从班主任实际工作出发,从工作中出现的问题入手,再到详细地分析问题的成因,最后提出解决问题的方法、策略或建议。本书反映了我国新时期有关班主任工作的方针、政策的新动向,反映了班主任教育理念发展的新趋势,同时也反映了班主任工作实践活动的新发展。

#### 6.《从细节入手》

班主任是班级的组织者、协调者、领导者和教育者,他是距离学生最近、与学生接触最多、对学生影响最大的老师。他的管理、他的教育影响的发挥在很大程度上取决于对教育细节的把握。细节虽小,却能透射出教育的大理念、大智慧。一个成功的班主任,一定是一个关注细节、善于利用细节去感染、教育和管理学生的人。

#### 7.《班主任谈心术》

当前,青少年心理健康问题已成为全社会越来越关注的焦点。因青少年心理问题引发的违法犯罪等社会问题,也呈日趋上升的态势。现代教育的发展要求教师“不仅仅是人类文化的传递者,也应当是学生心灵的塑造者,是学生心理健康的维护者”。作为一班之“主”的班主任,能否以科学而有效的方法把握学生的心理,因势利导地促进各种类型学生的健康成长,将对教育工作的成败有决定性的作用。但是,面对性格迥异,出身、家庭等各有不同的学生,如何走进他们的心灵、倾听他们的心声、解决他们的思想问题?本书将一一为您解答。

#### 8.《班主任治班之道》

班级是学校的基础“细胞”。班级管理搞好了,学校的教育、教学工作才得以顺利。正如赫尔巴特所说:“如果不坚强而温和地抓住管理的缰绳,任何功课的教育都是不可能的。”可见班级管理工作是多么的重要。而班主任作为班级的组织者、管理者,做好班级的管理就成为班主任工作的重中之重。

#### 9.《怎样开好班会》

主题班会可以锻炼学生的活动能力,开拓他们的眼界。如何设计好一场别开生面的主题班会,寓教于乐,从思想上和情感上润物无声,对学生起到特殊的教育作用,这本手册是您的最好选择。分类细,立意精,内容新,一册在手,开班会不愁!

#### 10.《突发事件应对》

书中列举的大量真实生动的案例,无不充满智慧,充满心与心的交流。书中的一幕幕校园闹剧,让人有种似曾相识的感觉;书中老师的“斗智斗勇”,让人感到耳目一新,由衷叹服,不禁感慨教育真是一门充满智慧的学问!

#### 11.《学生人格教育》

本书从人格类型入手,对教师和学生的人格类型进行了划分;再结合大量实证研究和教学实践个案,提出了教师应如何巧妙地根据学生的心理类型,在全班教学的同时又针对类型差异,进行适应个别差异的教学和管理,以满足学生的需要来激发学生的学习兴趣,进而提高教学效率,使每个学生得到适合自己的发展。阅读本书,教师不仅能够掌握更有效的教学方式、让学生喜欢上学习、提高教学质量,而且能够对自己有更进一步的了解,有利于教师的自我成长。

#### 12.《学生心理教育》

当前我国教育改革和发展面临的重大任务和时代主旋律,是全面实施和推进素质教育。素质教育的重要内容和目标之一,就是培养学生良好的心理素质,提高学生的心理健康水平。而要想培养和发展学生的心理素质,最重要的方法就是面对全体学生系统地开展心理健康教育。本书就是一本供中小学生学习心理健康教育用的书,有助于引导中小学生学习领悟到相关的理念、知识和方法。

#### 13.《学生遵纪守法教育》

对广大青少年的遵纪守法教育应根据其认识水平,从纪律教育入手,让他们从小建立起规则意识。而且要明确所在学校的校规,所在班级的班规;要了解学校的各种制度。由学校的一些纪律制度,推而广之,让青少年对必要的社会公共秩序的规定也要有所了解。同时,要青少年明白人小也要守法。本书以青少年为主要读者对象,目的是让青少年读者感受到遵纪守法的必要性。

#### 14.《学生热爱学习教育》

本书通过大量实例,深入浅出地剖析了动机的重要性和来源,教您如何激发学生投入学习的动机,怎样鼓励学生完成学习任务,还告诉您怎样及时遏制学生在课堂上的不当动机。掌握了激发学生学习动机的策略之后,您会发现,让学生都爱学习,已不再只是梦想,它正在慢慢变为现实。

#### 15.《学生热爱劳动教育》

教育与生产劳动相结合是我党教育方针的重要组成部分,是我们坚持社会主义教育方向的一项基本措施。要搞好教育与生产劳动的有机结合,必须首先教育学生热爱劳动,使每个学生对劳动产生渴望,感到劳动是一种欢乐,是一种

享受。当学生能从劳动中取得乐趣时,劳动教育才算获得成功。

#### 16.《学生热爱祖国教育》

热爱祖国是中华民族的传统美德,是每个公民的神圣义务。“以热爱祖国为荣,以危害祖国为耻”不仅是一个普通的道德准则,也是公民的生活规范。爱国主义是维护中华民族大团结,促进社会大发展的主要精神动力,是中华民族最基本、最重要的传统美德。爱国主义,也是对自己祖国和人民的深厚感情。

#### 17.《学生热爱社会教育》

构建社会主义和谐社会,必将为青少年健康成长创造一个优良的社会环境。同时,加强青少年社会教育,促进青少年健康成长,对于促进社会主义和谐社会建设,也具有十分重要的意义。社会的持续发展,持续和谐,在很大程度上取决于今天的青少年能否成为未来社会的合格成员,而培养合格的社会成员,仅靠学校教育、家庭教育是不够的,必须坚持学校教育、家庭教育和社会教育相结合。

#### 18.《学生热爱科学教育》

当你们看着可爱的动画片,玩着迷人的电脑游戏,坐上快速的列车,接听着越洋电话的时候,……你可曾意识到科学的力量,科学不仅改变了这个世界,也改变了我们的生活,科学就在我们身边。科学技术的日新月异,使得科学不只为尖端技术服务,也越来越多地渗透到我们的日常生活之中,这就需要正处于青少年时代的我们热爱科学,学习科学。

#### 19.《学生热爱环境教育》

我们不是从祖先那里继承了地球,而是从子孙那里借用了地球。宇宙无垠,地球是一叶扁舟,人类应该同舟共济。地球能满足人类的需要,但满足不了人类的贪婪。森林是地球的肺,我们要保护森林。水是生命的源泉,珍惜水源也就是珍惜人类的未来。拯救地球,从生活中的细节做起。对待环境的态度,表现着一个人的素质和教养。人类若不能与其它物种共存,便不能与这个星球共存。幸福生活不只在衣食享乐,也在于碧水蓝天。

#### 20.《学生热爱父母教育》

专家认为教育首先是让孩子“成人”,然后再是“成才”。要弄清成绩、成人与成才三者的关系,谨防“热爱教育”缺失造成的心灵成长“缺钙”现象。对一个孩子健全人格的培养,最关键的要让他做到几点:热爱父母,能承受挫折、吃得苦,有劳动的观念。热爱父母,才能延及热爱社会、热爱人生。

由于时间、经验的关系,本书在编写等方面,必定存在不足和错误之处,衷心希望各界读者、一线教师及教育界人士批评指正。

编者

# 目 录

<b>第一章 控制好自己的情绪</b> .....	(1)
真诚是谈心的基础 .....	(2)
戒急、戒躁,学会自我克制 .....	(4)
别像孩子一样冲动 .....	(6)
让学生感受到你的温暖 .....	(10)
主动走近学生 .....	(12)
做自己情绪的主人 .....	(14)
<b>第二章 深入孩子的内心世界</b> .....	(17)
理解是教育的基础 .....	(18)
用孩子的视角看世界 .....	(21)
别把大人的逻辑强加给孩子 .....	(23)
改变唠叨的坏习惯 .....	(24)
要讲“道理”但不要总讲“大道理” .....	(26)
了解真实的学生 .....	(29)
<b>第三章 师生沟通有艺术</b> .....	(31)
最受欢迎的人是“听众” .....	(32)
学会“换位思维” .....	(35)
先诊断再治病 .....	(39)
重症亦须下猛药 .....	(41)
幽默,师生沟通的润滑剂 .....	(43)





说话拐个弯儿 .....	(45)
温柔地征服 .....	(47)

#### 第四章 谈话细节要各个击破 .....

把握恰当的谈话时机 .....	(52)
单独谈心要找准地方 .....	(54)
创设和谐的谈话气氛 .....	(56)
积极关注学生谈话 .....	(58)
微笑,让学生走近你 .....	(59)

#### 第五章 方法因人因事而异 .....

故事启发 .....	(64)
借题发挥 .....	(65)
出乎意料 .....	(66)
引而不发 .....	(67)
正面说服 .....	(70)
反向刺激 .....	(72)
对症下药 .....	(74)
直言点拨 .....	(75)
暗示提醒 .....	(76)
反弹琵琶 .....	(77)
逐步推进 .....	(77)

#### 第六章 学校心理素质教育的目标系统 .....

构建学校心理素质教育目标系统的依据 .....	(80)
学校心理素质教育的分层目标 .....	(88)
学校心理素质教育的分类目标 .....	(107)
学校心理素质教育的分段目标 .....	(111)



<b>第七章 学校心理素质教育过程与模式</b> .....	(117)
学校心理素质教育过程 .....	(118)
学校心理素质教育模式 .....	(129)
<b>第八章 心理素质教育的原则、途径与方法</b> .....	(139)
学校心理素质教育的原则 .....	(140)
学校心理素质教育的基本途径 .....	(151)
学校心理素质教育的方法 .....	(161)
<b>第九章 学校心理素质教育的制约因素</b> .....	(167)
影响学校心理素质教育的主体因素 .....	(168)
影响心理素质教育的学校因素 .....	(174)
影响学校心理素质教育的家庭因素 .....	(186)
影响心理素质教育的社会因素 .....	(195)



# 第一章

## 控制好自己的情绪

教师也是普通的人,在他们的日常生活当中也有喜怒哀乐、悲欢离合。

很多时候,教师的情商比智商更重要。因此,要成为高素质的教师,首先要学会控制自己的情绪。



## 真诚是谈心的基础

在师生交往的过程中,我们常常听到学生说:“我喜欢××老师,因为××老师对我很好。”“我愿意听×老师的话,因为×老师对我所做的一切都是为了我。”“×老师对我真关心!比我的父母还理解我……”学生接纳了教师的关心,才能接纳教师对他们的教育。在学校里,几乎每位教师对学生的期望都是好的,但是并非所有教师对学生的关心与良好愿望都会被学生所接受,或者说不同的教师即使对学生有同样的教育要求和愿望,被学生接受的程度也不一样。这其中的一个重要原因是教师在与学生谈心时,学生对他们的真诚度的感受不同,或者是他们对学生的真诚度不同,教育的效果也就截然不同了。所以,班主任在与学生谈心时,最基本的态度是要诚恳。诚恳的谈话态度,是在友好气氛下进行谈心的基础,同时也能增加双方的心理宽容度。而夸夸其谈,说大话、空话、假话易给人留下华而不实的印象。说话态度过于恭谦,又易使人觉得虚情假意。因此,把握好这个度,态度诚实,一般而言,学生会产生谈话的愿望。

### 诚恳的谈话态度易使师生间相互信任

相互信任是班主任与学生谈话顺利进行的前提条件。当班主任获得学生信任后,学生对班主任的反感就会被克服,学生会把班主任看成一个可以亲近的人。只有达到这种信任平衡,才能使师生心心相印,无话不谈。同时要让学生感受到老师在倾听他的谈话,在尊重他。尽量使学生意识到,教师对全面的信息感兴趣,而不喜欢弄虚作假,教师对工作认真负责,对班级全体学生都很负责。学生若能反映真实情况,诉诸实言,这便是谈话的最大成功。

### 诚恳的谈话态度也易于师生间情感的交流

“感人心者莫先乎情”,班主任只有先动之以情,才能对学生晓之以理,做到和风细雨、情理兼通,及时发现并表扬其优点,使学生在师生间情感的交流中,感到老师的关切与爱护。“亲其师”才能“信其道”。与学生谈话,不可忽视情感的作用,因为情感是教育信息通向学生内心世界的“桥梁”。要架设这座“桥梁”,关键在于寓理于情,以自己积极的情感体验影响学生,努力创设愉快、宽松的谈话氛围。这样才能引起肯定性的情绪反应,使学生愉快地、心悦诚服地接受老师的教育。

来看下面的案例:

记得有一天下午上第一节课时,我刚走进教室,一个男孩就站起来说:“老师,我的书包被人拿走了!”我说:“什么时候丢失的?”他支支吾吾地说:“是打上课铃前几分钟不见的。”此时,我看他满头大汗的样子及很不自然的表情,断定这个贪玩的孩子中午在外面玩而忘了带书包,怕挨老师批评,就编了一套假话来搪塞。于是,我就说:“你别急,说不定书包在家里等着你呢!快回去看看吧!”这个学生的家就在学校隔壁,不一会儿,他果然背着书包来了,同学们都笑了起来,我也忍俊不禁。

下课后我把他找来,他低着头站在我身边,神情有些紧张。为了消除他的疑惧心理,我用平和的语气微笑着说:“你猜猜,我是怎么知道你的书包在家里的。若是猜对了,老师还要表扬你呢!”他看了看我,又挠了挠后脑勺。“没关系,你只要照实说,一定能猜中!”他见我丝毫没有批评指责的意思,就把事情的经过原原本本地告诉了我。他说:“只要爸爸中午不在家,我一吃完饭就会在外面玩。今天玩得特别开心,一时忘了上课的时间,听到学校打预备铃,我赶紧往学校跑,来到教室发现没带书包,怕老师批评,就说书包不见了。”听了他的话,我高兴地说:“呀!你说的和我想的完全一样,猜中了!”他乐了,并向我保证以后一定实话实说。

这个案例中,班主任与学生的谈话始终在真诚、融洽、宽松愉快的气氛中进行。这样不仅使他认识了自己的错误,而且还主动提出愿意接受同学们的监督和帮助。人们在感情相融的心境下交谈,易产生求同和包容心理,能增强对方观点的接受性,减弱排斥性。这个案例可为我们班主任运用谈话以对学生进行教育提供一些有益的帮助。

谈心过程是一个交心的过程。从教育者的角度讲,它是心灵感知的输出者;从学生的角度讲,它是敞开心扉接受教育者、心灵感知的输入者。班主任教育学生的实质是师生两颗心愉快地碰撞,在师生双方不断的碰撞中,实现感情的交流、融洽、升华,由情知到理知。谈话更是如此,语言交流是情感交流的表现形式。为达到师生情感融洽,班主任必须以真诚的师爱赢得学生的信赖,以深沉的师爱激起学生对生活的热爱,以高尚的师爱教学生怎样去爱。只有这样,师生的心才会贴近、融洽,谈心才能有好的效果。

除了谈话时态度要诚恳外,班主任还要通过其他方式将自己的真诚传递给与自己谈心的学生。

(1)班主任要能够自我接纳与自信。自我接纳是指有勇气面对自己的内心世界,了解自己内心世界中软弱、阴暗和脆弱的地方。在这个接纳



自己的过程中,也对别人的内心世界感同身受,可以体验到每个人都需要得到外界的支持和宽容。这种正视自己内心世界的方法,本身就是真诚的品质在不断成长的过程。下面面具,在与学生谈心时越能流露出内心的真实,就越有人情味,越能够对学生产生感染力。自信来源于对自己的了解和由此产生的安全感、自在感。当一个班主任在心灵深处感到安全时,就不会构建种种防卫面具来伪装。自然地,他会给学生带来安全的谈心氛围,也就帮助学生在这种人格力量的感染下接受了他的正面影响。

(2)要勇于向学生承认自己也有无知、犯错误、存在偏见的时候。人不可能完美无瑕,因为接受了自己的不完美,也就可以接受学生的错误、无知和不完美。这样的表达可以缩短跟学生之间的谈心距离。

总之,真诚是谈心的前提和基础。班主任在与学生谈心时,只有首先做到态度真诚,才能赢得学生的信任,取得良好的谈心效果。

### 戒急、戒躁,学会自我克制

作为班主任老师,我们是否常常不能自控,动辄勃然大怒?我们可能会认为发怒是自己生活的一部分,可我们是否知道这种情绪根本无济于事?也许,自己会为自己暴躁的脾气辩护说:“人嘛,总会发火、生气的。”或者说:“我要不把心里的火发出来,非得憋出病来。”

其实,愤怒并非“人人都有”。它不能解决任何问题,而且任何一个精神愉快、有所作为的人都不会与其为伍。愤怒是一个误区,是一种心理病毒,它同生理病毒一样,可以使我们重病缠身,一蹶不振。

生活中,我们确实也常常见到那些不能控制自己脾气的人,他们总是让人觉得难堪、窘迫、尴尬,甚至伤害别人的自尊心、自信心。这样一来,自己经年累月的奋斗和积累,会因为性格恶劣而毁于一旦。即使身处高位,也能在一夜之间失去许多。

老王是我父亲的朋友,他是一个事业单位的中层干部,工作能力很强,而且做事勤恳,但事业迟迟未能再上新台阶,而原因就在于他脾气暴躁。他对此也一直耿耿于怀,一想到自己能力很强而职位一般,就愤愤不平,甚至觉得是奇耻大辱。他也知道,凭自己的能力是可以升迁高职的,绝不会屈居人下。但他那暴躁的脾气阻碍了他的发展,同事和领导都了解他,他那暴躁的脾气令人无法容忍。

一次,大会讨论问题,会上老王与一位同事展开了激烈的争论。那位



同事口齿伶俐,善于辩论,滔滔不绝,老王几次被驳得无力招架。情急之下,他拿起桌上的茶杯摔在地上道:“你是妄口狡辩!”领导与同事都惊愕不已。虽然事后证明老王的观点是正确的,但人们早已记住了他的暴怒,而忘记了他的先见之明。

如果一个人十年寒窗苦读,凭着不懈的努力,在事业上刚刚有些起色,得到一个体面的社会地位,却因一时的大发脾气丢得一干二净,这是多么的愚蠢啊!如果一位雕刻艺术家他在一块很好的大理石上精雕细刻,长年累月地工作,就在大功将要告成之时,一时性起,竟举起大锤,把它毁得粉碎,然后再去找另一块大理石,从头再来。我们一定会说,这个人精神上有问题。当然,这种情况极其少见,但我们敢说自己一定比这位艺术家聪明吗?我们没有因一时情绪激动而毁掉自己苦心经营的师生关系和奋斗多年的成果吗?

愤怒有时会让一个人失去理智,感情用事,最终陷于失败之地。作为教师,我们理应控制好自己情绪,不让自己成为一头咆哮的狮子,这既是做人做事做教师的需要,也是与学生谈心时的需要。想想看,一个动不动就怒火中烧、声音喊得震天响的班主任,能与学生很好的交流、沟通吗?

所以,学会制怒是班主任的必修课。

有一位班主任曾讲过这样一件事:

在我的办公桌玻璃板下,压着一张发黄的条幅,上面用厚重而苍劲的字体写着“制怒”二字。这张条幅作为我的座右铭,已伴随我走过了十六个春秋。

16年前,我第一次当高一年级班主任时,才20岁出头,还是个血气方刚的毛头小伙子。那时,在班级管理中,一遇到不尽如人意的事,我就火冒三丈、大发脾气。每当学生出现违纪现象,我都会不问青红皂白地严厉训斥,又是勒令写检查,又是勒令请家长。结果呢,学生在我的怒火中饱受“煎熬”,或沉默寡言,对身边的事情兴趣索然。或阳奉阴违,暗中制造麻烦,或干脆采取“以牙还牙”的做法,与我对着干。不到半个学期,我的班级就人心涣散,纪律松弛,几近崩溃。

学校发觉我是一个“霹雳火”式的班主任后,立即安排了一位德高望重、颇有经验的老教师帮助我。这位老教师除了要我多了解学生身心成长规律、多与学生接触和交谈外,还特意给我讲了古人“佩韦”、“佩弦”的



故事，并亲自书写了“制怒”的条幅送给我，希望我不妨学学佩韦的西门豹——戒急、戒躁，学会自我克制。

“制怒”二字果然灵验。每当我怒火中烧，要对学生发火时，一瞥见玻璃板下的这两个字，就会想到“韦”的柔韧和弹性，便会逐渐冷静下来。在这位老教师的言传身教下，我开始对琐碎繁杂的班务工作有了耐心；对后进生的转变学会了宽容和等待；对偶发事件的处理学会了冷静和理智。怒气渐渐离我而去，微笑和自信在我脸上闪现。随着我的变化，班级也重新恢复了秩序和生机，同学们在宽松和谐、团结向上的环境里健康成长。高二第一学期时，我们班被评为学校文明班级。

十几年来，“制怒”二字一次又一次地浇灭了我心头之火，大大减少了我工作中的武断和粗暴，使学生的心灵免去了许多不应有的伤害。制怒，使我的班主任工作日臻完善；制怒，使我逐渐走向成熟。

虽然每个班主任的办公桌下不一定非要有“制怒”二字，但我们仍然要懂得制怒。因为愤怒是一团烈火，如不加以控制，它会熊熊燃烧，吞噬我们的理智与灵魂，使我们神经错乱，一错再错，乃至毁灭。

神经兮兮、容易暴怒其实是一个人弱点的外在体现，它源于内心空虚、盲目自大和自我中心主义。所以，我们要克服愤怒的情绪，把自己从怒火中解脱出来。愤怒没有任何好处，它只会妨碍我们的教育谈心工作。同其他所有的误区一样，愤怒让我们以别人的言行确定自己的情绪，用别人的错误来惩罚我们自己。在这里，错的也许不是我们，但我们却受到了惩罚，甚至是毁灭。

还是记住一位哲人的话吧：

“不管是多么令人难堪的局面，我们也要忍耐；不管是遭到什么样的挑衅，我们也要平心静气；不管处于什么样令人厌烦的境地，我们也要心地坦然；不管是面对多么嚣张和恼怒的人，我们也要心平气和……当此之时，我们的自制会使对方陷入窘境、进而改变自己的态度；我们的修养会赢得别人的尊敬，增添个人魅力；我们的平和会使我们思想澄明，作出明智的判断与决策；我们的心无旁骛，会使我们专注于自己的目标，走向成功。”

### 别像孩子一样冲动

下面的案例讲述的是发生在一所学校高二年级的班主任身上的真实





故事。

走上工作岗位的第二年,第一次当班主任,心里没底。这个班级是高一的两个普通班合并而成的文科班,学习基础差,更重要的是高一的时候,两个班的班主任处事方法、工作作风完全不同。一位班主任即将调离,班级所有的事情都不管,班长主持所有事务,这样学生的自学氛围好,但纪律很差;另一位班主任是新教师,工作严谨,狠抓日常纪律,这样学生的纪律好,但学习缺乏主动性。两班合并,由于高一的学习习惯不同,下课就分班围在一起,更有调位子讲话的,学习不抓紧的。我是看在眼里急在心里,但一时也无计可施。

这样过了半个学期。那一天下午最后一节自习课,我照例随机去教室查看。这一看,哟,又是三个学生在调位子。一直以来,我最反对调位子,为了学习讨论问题调位子的少之又少,班规也规定自习课不许讨论问题。因此我宣布了一条规定:如果有同学调位子聊天谈笑的,第一次警告,第二次将座位直接搬至最后一排,第三次将座位再向后调,直到靠墙壁。效果有一点,调位子的少了,偶尔有几个,我也就睁只眼闭只眼。可是那天自习课,小宏坐在第一排指手画脚地大声喧哗,原本他就由于讲话过多影响别人而坐在后面。而坐在小宏位置上的小强也在和别人聊天,这个小强,没少让我操心,他很聪明但不太想学习,为了激发他的学习热情,安排他坐第一排和一位学习好的同学同桌。但现在他们俩……另一位调位子的是女生晓锦,她平时学习认真,表现很好,坐在最后一排看书。

看到我站在教室门口,班级安静下来,三个调位子的同学自觉地回到自己的座位。我让小强出来,问他为什么调位子,小强低头不说话。

这时,小宏跑到我们面前,直盯着我说:“孙老师,不关他的事,是我要调位子的。”我没理会他的“承担责任”,继续跟小强说:“我三番五次地讲不能调位子……”

“孙老师,你要训就训我好了,是我要他调的。”小宏打断我的话。

“现在没有你的事,我在跟小强谈话,你先进教室,我等会再找你。”

“老师,你怎么这样啊!”

“你先进去,我还有话跟小强说。”

小宏见我态度强硬,便气鼓鼓地走进教室。

我和小强聊了几句,没责怪他,而是希望他多抓紧时间学习,凭借他的聪明才智一定能取得好成绩的。谈话完毕,看到教室静悄悄的,小宏和

