



BANZHUREN
XIULIANZHIDAO

班主任 修炼 之道

肖盛怀◎著

高效实用的班主任成长指南

全国著名班主任肖盛怀讲述精彩生动的班主任工作案例
朱永新、周国平、孙云晓、李镇西、卢勤倾情推荐

长江出版传媒

长江文艺出版社



BANZHUREN
XIULIANZHIDAO

班主任 修炼 之道

肖盛怀◎著



长江出版传媒



长江文艺出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

班主任修炼之道 / 肖盛怀著. -- 武汉 : 长江文艺出版社, 2015.7
(大教育书系)
ISBN 978-7-5354-8146-7

I. ①班… II. ①肖… III. ①班主任工作 IV.
①G451

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 132648 号

策划编辑: 尹志勇
责任编辑: 施柳柳
封面设计: 天行云翼

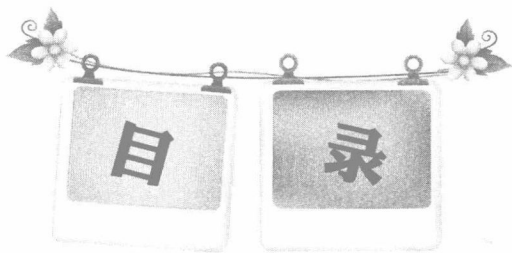
特约策划: 冯永亮
责任校对: 陈 琪
责任印制: 左 怡 邱 莉

出版:  长江出版传媒  长江文艺出版社
地址: 武汉市雄楚大街 268 号 邮编: 430070
发行: 长江文艺出版社
电话: 027—87679360
<http://www.cjlap.com>
印刷: 武汉市首壹印务有限公司

开本: 700 毫米×1000 毫米 1/16 印张: 17.125 插页: 2 页
版次: 2015 年 7 月第 1 版 2015 年 7 月第 1 次印刷
字数: 178 千字

定价: 28.00 元

版权所有, 盗版必究 (举报电话: 027—87679308 87679310)
(图书出现印装问题, 本社负责调换)



第一章 做最真实的我 / 001

真实的班主任会带来真实的教育，会让学生发自内心地接纳。承认自己的错误其实没什么，而我们很多老师正恰恰缺少这样的勇气，缺少这种“真我意识”。

第二章 善待每一位学生 / 019

我曾经说过，如果我是学生，我对老师是否爱我，不会太在意，但我希望他们都能尊重我，公平公正地对待我。

第三章 班主任专业化的首要前提 / 033

班主任要专业化，就是要有科学意识。我认为的科学意识就是在尊重学生身心发展规律以及教育规律的情况下，采取人性化的学生可接受的形式，让学生在老师的引领下积极、主动、健康成长。

第四章 构建班级文化是一门艺术 / 061

没有班级文化的班级，是无论如何都不会有一个很好的发展，而且还会漏洞百出，问题不断。班级文化是班级稳定的基础，做好班级文化是班主任基本的任务，是做好班级管理的根本。

第五章 当班主任是最好的养生之道 / 085

班主任工作是最好的养生之道，心中有信念，常怀梦想，永葆激情，班主任工作就是最好的养生。

第六章 敢于放手 / 103

“敢放手”就是相信学生有自主学习与管理的能力，班主任不再牵着学生的手走路，让他们大胆地前行，进行有效的自主学习与管理的探索和实践。

第七章 终身学习是一种快乐 / 125

很多人羡慕我与学生关系很融洽，还有人向我求教，询问个中原因。今天想来，也许就是我与时俱进，喜欢接受并学习新事物吧。这样，我与学生就更加的接近，关系自然融洽了。

第八章 沟通是一门必修课 / 133

我将与学生谈心定为每天必做的工作，将它日常化、制度化、无功利化，这样便于与学生随时沟通，及时解决学生困扰，防患于未然。

第九章 陪伴是最好的教育 / 151

在班主任工作中，只有注重陪伴，班主任才可以进入“重要的他人”的角色，对学生的成长产生积极的正面的影响。

第十章 因材施教，进行个性实践 / 169

实践应该是根据学生发展的状况，寻找到切合实际的做法，然后以点为突破口，进而有面的改观。这样才是避免了盲目，才让实践真正带来实效。

第十一章 班本课程中的大智慧 / 189

一所学校要有自己的教育哲学，一位班主任也应有自己的治班理念。班本课程可以使班主任的教育工作有序而非随意地展开，有个人教育目的而非被动接受。

第十二章 让专业写作成为一种习惯 / 199

倡导班主任专业写作，就是这种教育随笔的写作。教育随笔是教育者进行思考和创作的一种重要形式，是批判反思型教师成长的必由之路。

第十三章 不可忽视积累的力量 / 217

班主任在实践过程中，会有很多的创新、感悟、经验、教训等，这些东西有时深刻，有时肤浅，看起来很普通，但它就是我们的生活，如果我们采用一些方式将其积累起来，就会成为实践最好的见证与日后回顾反思科研的一手资料。

第十四章 拥抱网络 / 227

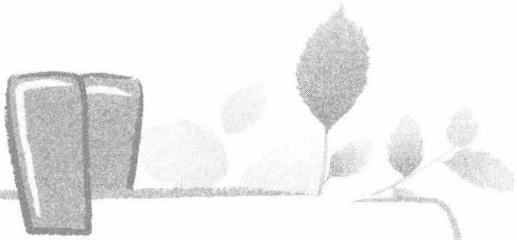
面对教育的现状，我们有很多自己的想法，但不知道正确与否，我们强烈需要与人交流。网络于是就成了我们最好的舞台。它让我们感觉到教育的天空如此的宽广，原来有那么多有梦想的老师在坚守，我们并不孤单。

第十五章 班主任职业规划重在内修 / 241

在职业生涯中能够体验到幸福和快乐的班主任，应该说已经到达了一个成功人生的境界，一个自主发展的境界。那么，也就是说，一个不热爱自己工作的班主任无论做多么扎实的职业规划也只是为规划而规划。

第十六章 做一个幸福的班主任 / 259

2014年，我将博客标题更新成“超越自我，健康生活”，希望能以此记录我的转变，也期望在日后的岁月中，我能真正做一个幸福的班主任，然后将自己的这份切身的感悟传播得更远，让更多的一线班主任能“健康生活，愉快工作”。



第一章

做最真实的我



真实的班主任会带来真实的教育，会让学生发自内心地接纳。承认自己的错误其实没什么，而我们很多老师正恰恰缺少这样的勇气，缺少这种“真我意识”。



♡ 实习汇报课——《死海不死》

按照指导教师的设计讲完所有的内容，我长舒了一口气，毕竟是第一次讲公开课，再说，是代表所有的实习生，并有全校的领导与语文教师二十多人听课。

当我终于敢扫视整个教室时，带队的胡老师提醒我，“游弋”的“弋”多写了一撇。

“怎么办？”我吓得直冒冷汗，但很快就恢复了镇定。

我灵机一动，在课快结束时说：“同学们，老师讲课时故意写错了一个字，到现在还没有同学发现。可见，同学们听课的质量不是很高啊。最后，请同学们再仔细看一遍板书，看有没有谁能发现？”自然就有学生找出来了。我对那个学生进行了表扬，并对其他学生进行了教育，要求学生们学习要认真、上课要专心，等等。

评课时，老师们对此举讨论最多，评价也最高，说教育无处不在，说教师应变能力强，等等。

至今想来，多么可笑！

如果今天我要再碰到这样的事件，我会诚实地对学生说：“同学们，老师刚才在板书时写错了一个字，谁来帮老师纠正？”我会主动承认错误，会真心感谢那个为我找出错字的学生，甚至会与他握手、拥抱表示感激。

我想，我的学生们一定会牢牢地记住“游弋”一词，因为他们的老师曾经与他们共同创造了一个真诚的故事。我的形象也许会受到那么一点影响，但是我相信我会赢得学生的一片真心。因为，我是真实的。我会借此机会教育学生错了就错了，只有敢于正视自己

的错误，才能不断进步；我会教学生实实在在地做人。教师尚能勇于承认错误，学生能不效仿吗？

虽然，事情已经过去二十多年，但它常在我的心底涌起。教育只是一念之间的事，思想决定行动。“千教万教，教人求真；千学万学，学做真人。”让我们以陶老的话共勉吧！

两次不同的处理，告诉我们，真实的班主任会带来真实的教育，会让学生发自内心地接纳。承认自己的错误其实没什么，而我们很多老师正恰恰缺少了这样的勇气，缺少这种“真我意识”。

是什么让教师不敢面对真实的自己呢？我认为，这是千百年来“为人师表”的流毒。大家知道，在古代“天地君亲师”，教师是要供上神堂的。因此，教师总是在展示自己最光鲜亮丽的一面，面对自己的缺点与错误也总是如孔乙己一般极力掩饰。

汤普金斯在《沮丧者教育学》中惊人地直白道：作为一个教师，她的困扰在于没能帮助学生学习他们想要了解和需要了解的东西，而是：“向学生显示我有多么聪明，向他们显示我知识多么渊博，向他们显示我备课多认真。我就是在进行一场演出，其真实目标不是帮助学生学习，而是以此使他们对有一个好的评价。”接着，她扪心自问：“作为研究院院士，我们的主要目标怎么就沦落为演出了呢？”她的回答引起了我的共鸣——恐惧：“害怕把你的真实的面目展现出来，害怕被别人看成是骗子、笨蛋、无知者、乡巴佬、傻瓜、低能者、一无是处者。”

这几乎就是在描述某些时候的我们。我们害怕把自己的不称职暴露出来。受这种心理驱使，我们极力使自己在讲台上的行为熟练、沉着。在此过程中，除了学会了怎样掩饰、炫耀，我们的学生学会某种东西的可能性越来越小。我们掩藏了自己的内心，无法按照教



与学的要求形成有机联系。

对自己的优点、闪光点，大家都能认同，就是对自己的缺点与无知大家难以认同。刚参加工作的时候，有经验的教师告诉我，一个教师有缺点没有什么，重要的是要学会如何去掩饰。比如，在公开课上，如果粉笔字写得不好，你可以请班上字写得最漂亮的同学来帮你板书。这样既让学生得到了展示，体现了主体性，又发挥了教师的主导性。同样，作为语文教师不会朗诵也不要紧，可以让朗诵好的学生来代替，等等。将日常教学的缺点掩饰，竭尽所能地展示出自己的优点，这样的教学究竟是为了什么？教师的责任究竟是什么？

这种趋势也逐渐蔓延到学生教育中来，在班主任工作中，“教育”好像有一种样子被大家认可了。记得儿子十岁的时候，迷上了网络游戏，爱人每次把他从网吧抓回后，总是要打电话给我，厉声要求我“教育教育”儿子。在她眼里，如果我不对孩子打骂惩罚、摆摆道理，或者讲个小故事，那就等于我没有处理。而每当这个时候，我总是静静陪儿子听着爱人的数落，实在受不了就带着儿子出去打篮球。后来儿子有所改变，就是得益于美职篮，兴趣的转移与替代，而与我们所谓的“教育”没有任何的关系。

很多时候，我们总是违心地说着连自己都难以理解的话，我们班主任不敢在学生面前坦露真实的自己。反过来，班主任老师们还在抱怨，现在的孩子真不好教。殊不知，真我的缺失，首先就让学生之间拉开了距离，产生了隔阂，教育在没有开始时就已经结束，甚至走向了相反的方向。

“今天我们大家聚在一起，隆重纪念我们共同的朋友李香山。他历任无业游民、饭馆厨师、冒牌艺术家、总经理、环球总裁……先

生一身邪气，一生没少让家里人操心，没少连累朋友，但是我们爱他，爱那个一身缺点叫香山的家伙……”这是《非诚勿扰2》里，秦奋在李香山的“人生告别会”上，为身患黑色素瘤即将辞世的李香山写的悼词，正经中带着调侃，却让台下的李香山感慨万千，更让我感慨万千。真实的李香山让人爱，真实的班主任才会让学生爱。

当唤回了自身认同和自身完整时，当牢记自我个性和天职意识时，我们的威信就树立起来了。这时教学就能够得到发自真实的内心深处的回应——这是一种有机会在学生们的内心获得默契的回应、共鸣的真实。

在班主任工作中，这点尤为重要。因为我们更多的是与学生在一起，如果不能将心灵献给学生，那如何能赢得学生的信任与尊重，我们的班主任工作如何能深入？

其实，这就是我们经常谈到的“面具”的问题。我们很多人戴着面具在生活，从来不敢在人前坦露真实的自己。我们在乎一些诸如“虚荣”“面子”“身份”等的东西，我们在伪装，在演戏，结果把自己弄得很疲惫与烦躁。我们与学生朝夕相处，如果当面一套背后一套，很容易被学生看穿。一旦学生觉得你这个人太假，他是不愿意与你走近的，那班主任工作就不能顺利开展。

记住我们是谁，就是把我们的全部身心放回本位，恢复我们的自身认同和自身完整，重获我们生活的完整。

《教学的勇气——漫步教师心灵》的作者美国教育家帕尔默教授认为“最优秀的教师是能将心灵献给学生的老师”，而“真正的好教学来自于教师的自身认同与自身完整”。无论我们在教学中遇到怎样的尴尬境地，我们都要有保持自身完整的勇气，勇敢地面对自己，面对教学事件中让自己不愉快或尴尬的事。



2008年我在“班主任之友”论坛上做“班级管理”的版主，有一个老师向我求助。她说她准备不做班主任了，因为实在做不下去了。她说学生们都不听她的，班级里经常出乱子，而她又没有办法解决，所以学生就越来越不拿她当回事。学校也给她下最后通牒，再这样下去，就要撤销她当班主任了。她当时很伤心，就向我求助。

我问她，还想做班主任吗？她没有正面回答我，只是说她很喜欢学生。我知道她还想做班主任，而且还想做好班主任。

当时我给她建议，既然很爱学生，也想做班主任，那就把对我说的这些内容，说给学生听听去。她感到很惊讶，可以吗？我肯定地回答，有什么不可以的。我告诉她将这些内容认真准备一下，最好写成文字，然后利用一个专门的时间，慎重一些，对学生们说，并且还要说得动情些，最好有些激动，流点泪最好。她再次惊讶，可以这样吗？我告诉她，不要担心，你相信我就试试。反正你已经没有办法了，试试无妨。

过了几天，我都忘记这个事了，这个老师在网上非常激动地告诉我，学生接受她了，她自己也感受到了做班主任的快乐。这回轮到她惊讶了。原来她按照我的说法做了。她告诉我，当时在课堂上，说着说着，她就开始满含泪花。她想到自己对学生们那么好，学生却不领情，还经常弄些事来气她。她觉得特别的委屈，就像一个受了气的孩子一样，把一肚子的苦水全部倒了出来。特别是想到即将不做班主任，她几次哽咽……

而此时此刻，学生们第一次听到了班主任的苦楚与委屈，全班学生都开始深深自责。好几个女生跑上讲台来安慰她，有的拍着她的肩膀，有的抱着她，有的给她递纸巾……更有一些孩子给她支招，告诉她如何管理班级，告诉她如何搞定调皮捣蛋的学生……她第一

次觉得孩子们那么可爱，第一次感受到班级是那么温暖，也第一次感受到做班主任原来这么幸福。

其实这就是我前面所说的真我意识的展现。做到了自身认同与自身完整，有真我意识，做班主任工作就不需要什么方法了。当一个班主任将自己的心灵真实地坦露在学生面前的时候，学生会觉得可亲可敬，在这种情况下，或许嬉笑怒骂都可以成为教育。

记得 2007 年的时候，我在仙桃市做班主任巡讲，重点讲述班主任要知法懂法，不能侮辱、打骂学生，可是现在我时常有这些行为。比如，我经常给班上孩子取诨名。记得有几个女孩长得特别黑，我就叫她们“大黑”、“二黑”……这些听起来不雅的绰号，我的学生们却从来不在意，因为她们知道老师喜欢她们，老师就是这样一个真实的人。

为什么有些班主任随便的一些言行就会激怒学生与家长，闹得满城风雨，恨不得饭碗都掉了？因为班主任平日“装”得太久，与学生距离越来越远，甚至让学生产生了厌恶之情，这样的敌对情绪是很容易被点燃的，很危险啊！做一个真实的班主任，师生之间平时有什么说什么，有什么事都直截了当地处理，情绪得到了有效的发泄，师生之间才会和睦相处，相互接纳。只有这样，班主任对孩子才有可能做到真正的教育。

那么，班主任如何展现真我意识呢？

第一，抛却工作用语，做一个真实的自己。

2011 年在北师大学习的时候，康永久教授对我们说，老师都有与众不同的“派头”。的确，我也有这样的感觉。工作中老师说的话与在生活中说的话有明显的区别，就好像我们某些干部有官腔一样，



这里我称它为教师的“工作用语”。

我发现老师除了上课有一种特殊的腔调外，他们与学生讲话时也有有一种特殊的语气。我还发现，一般的教师只在工作的时候这样，而越是优秀的教师，这种特殊的腔调与语气在生活中也越明显。老师就应该有老师的“派头”，整个教育系统乃至全社会都这样认为。优秀教师把这种“派头”延续在生活中，表明他们是真正的教育者，他们身上有明显的教师的“派头”，美其名曰“气质”。

与老师们交流过，他们说，之所以用这种专门的腔调与语气上课，主要是暗示学生，希望引起他们的重视，提高学生的注意力，同时也希望引起学生的兴趣，活跃课堂气氛。

刚参加工作的时候，我一直思考，教师为什么不能有自己的个性？那时，我坚信：教师应该有自己的个性。因为只有有个性的教师，才有个性的学生。后来2004年的时候，我写了篇文章《求溯真的教师》就是表述这样的观点。《扬子晚报》教师节征稿的时候，把我这篇文章的观点引用去了，并与朱永新、卢志文等人的观点摆在一起。那个时候，我才知道我的观点是得到认可的。

再后来，我读了苏霍姆林斯基的文章，发现他对此有专门的研究。他指出，教师在课堂上引起学生的注意固然重要，但当学生已经认真听讲的时候，可以用平时说话的语气来讲课。这样正常的语气保证了学生的静心思考。如果教师一直采用专门的讲课声调，就会引起学生的疲劳，学生脑半球的皮层就会处于某种麻痹状态，学习效果会适得其反。有些孩子之所以暴躁易怒，对学习逐渐厌倦，与他们经常处在这样的语调轰炸中有很大的关系。苏霍姆林斯基将其称为一种随时会爆炸的“火药”。在这种情况下，教师充满激情的讲课声调不但没有达到预想的目的，反而成了干扰课堂的隐性因素，

这确实是教师不曾预料到的。

遗憾的是，当今许多教师并没有意识到这种上课专门的腔调与语气的危害性，甚至有很多非常有名气的教师也不例外。由此，我想到学习期间交流“教育困惑”的时候，那种腔调与语气此起彼伏，蔚为壮观。主持点评的教授说：“我怎么有种置身佛堂的感觉啊，老师们说点人话吧！”我听了后，也毛骨悚然，真为我们的学生叫好。他们不简单啊！我听了不到两个小时就受不了了，而我们可怜的学生长年累月就在这样的干扰中度过，非超强的忍耐力如何能坚持啊！

那么教师上课究竟该用什么样的腔调与语气呢？使用一般的说话时的腔调与语气上课，会不会使学生毫无兴趣、昏昏欲睡呢？苏霍姆林斯基用自己三十多年的教育教学经验证明，这种担心是多余的。他用大量令人信服的事实，证明了真正优秀的教师能够吸引学生的是内容而不是腔调，是靠教师自身内在的素养照亮求知的道路，通过知识内容本身引发学生的惊奇感，调动学生参与的积极性。

2005年7月，我有幸听窦桂梅的演讲，那时在成都。我们在盐道街外国语学校的图书馆内，一百多人搞“语文沙龙”，坐得很散。她不用话筒，就像平时说话那样，低而轻柔，但每个人都听得到。那声音像一股清泉，慢慢沁入你的心脾，感觉好极了。我一直不解，为什么会这样呢？后来我又听到很多教育专家的演讲，如朱永新、杨东平、郭振有等，他们也这样，虽没有窦桂梅那么细腻轻柔，但也没有我们一般老师的那种腔调与语气。

直到看了《教学的勇气——漫步教师心灵》后，我知道了症结所在。帕克·帕尔默告诉我：真正好的教学不能降低到技术层面，真正好的教学来自于教师的自身认同与自身完整。

我理解的自身认同就是勇敢地面对自身的状况，不为了掩饰自



己的缺点与错误而戴上面具。直面真实的自己需要勇气，或许会有疼痛与恐惧，但是我们会踏实，心安理得。

我理解的自身完整，就是说，无论怎样我都是一个整体。但是，在别人面前，我们总习惯性地呈现那些自己认为优秀的美好的东西，这也许就是人性的弱点吧。但事后我们都会深深自责，但是当这种状况再次出现的时候，我们依然会这样的虚荣。保持自身的完整，就意味着面对自己的缺点和错误，那就是敢于面对真实的自己了。

自身认同和自身完整不是用来雕刻栩栩如生的英雄人物的花岗石，而是一个处于复杂的、不断需求的、终生自我发现过程中的敏感领域。自身认同将构成我们生活的多种不同力量汇聚，使我们的自身完整协调，生机勃勃，而不是七零八落，死气沉沉。

自身认同和自身完整需要勇气，就是勇于解剖自己的批评和自我批评，而这种勇气所产生的力量是无穷的，是可以促使你一步步走向真实、走向人生更高峰的。

你是一个什么样的人，就真实地展示在学生面前，就真实地出现在教育过程中。这是我的理解。但我们很多教师，为了免遭尴尬与伤害，与学科分离，与学生分离，甚至与自己分离。我们在内部真实和外部表现之间建立了一堵墙，我们扮演着教师的角色，我们的话语陈述脱离了我们的的心灵，变成了“漫画书中的气泡框中的话”，我们成了漫画中的人物。我们将暴露我们自己的危险降到最低——却忘记了距离使我们的自我被封闭，这样的生活更加危险。

记住我们的教师身份，把我们的全部身心放回本位，恢复我们的自身认同和自身完整，重获我们生活的完整。

还有，当我寻找自身认同和自身完整时，我找到的并不都是令人自豪的、光彩的东西。当我与那些形成和揭示我的个性的事物相