

# 让班主任工作快乐起来

——中职学校德育工作新探

谭爱平 著



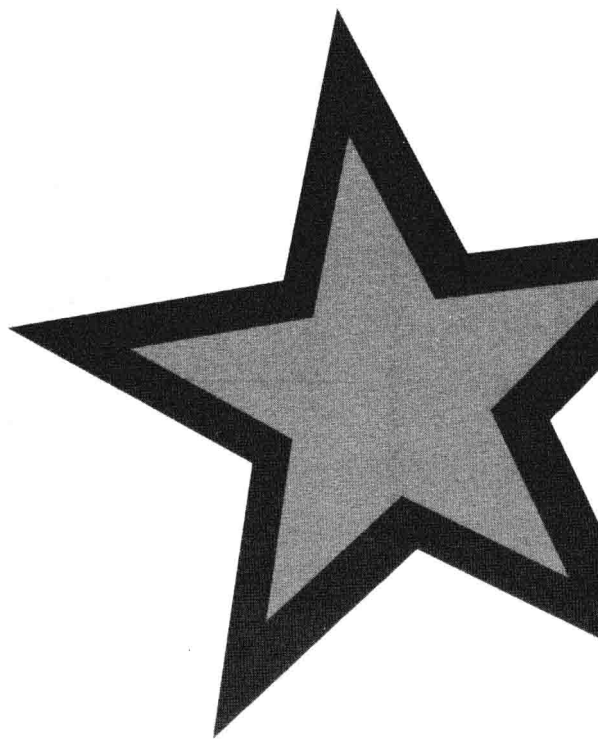
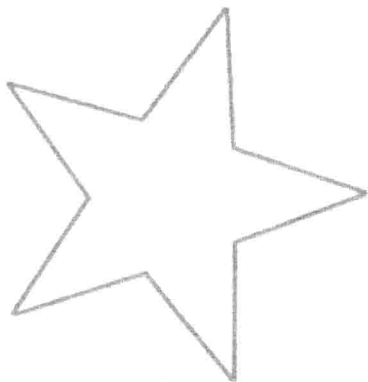
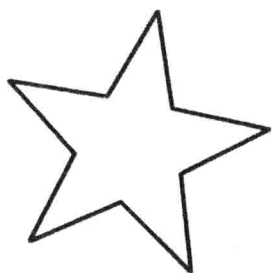
 中国出版集团  
 世界图书出版公司

全国第一部探索中职学校班主任工作快乐的专著

# 让班主任工作快乐起来

——中职学校德育工作新探

谭爱平 著



中国出版集团



世界图书出版公司

**图书在版编目 (CIP) 数据**

让班主任工作快乐起来：中职学校德育工作新探 /  
谭爱平著. —上海：上海世界图书出版公司，2013. 1  
ISBN 978-7-5100-5602-4

I. ①让… II. ①谭… III. ①中等专业学校-班主任工作 IV. ①G718.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 313100 号

责任编辑：应长天  
责任校对：石佳达

**让班主任工作快乐起来**  
——中职学校德育工作新探  
谭爱平 著

---

上海世界图书出版公司 出版发行

上海市广中路 88 号

邮政编码 200083

北京振兴源印务有限公司印刷

如发现印装质量问题，请与印刷厂联系

(电话：010-69592779)

各地新华书店经销

---

开本：710×1000 1/16 印张：15 字数：201 000

2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5100-5602-4/G·0352

定价：36.00 元

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

<http://www.wpesh.com>

让班主任工作**快乐**起来，  
在快乐中做班主任工作。

让班主任**享受**工作快乐，  
在快乐中实现自身价值。

班主任工作**需要**快乐，  
**快乐**有益班主任工作。

要让班主任干起来，  
先让班主任**乐**起来。

要让班主任乐起来，  
先让工作**快乐**起来。

——谭爱平

## 序一 班主任工作快乐的一把金钥匙

林 岗

近年来，谭爱平老师作为中职学校一名高级讲师和高级职业指导师“双师型”的教师，以他敏锐的思想和扎实的理论基础，通过辛勤甚至超负荷的工作，在职业指导研究与实践方面已取得了傲人的成绩。先后出版了《怎样叩开那扇门——中职毕业生求职择业指导》《求职就业100个怎么办》《求职实训》等著作。值得高兴的是，谭老师并没有因此固步自封，而是继续在班主任工作研究方面孜孜不倦地进行着实践与探索。当拿到《让班主任工作快乐起来——中职学校德育工作新探》一书的样稿时，我就觉得这是一本及时的好书。所谓及时就是在当前班主任普遍感到工作不快乐的情况下，学校和班主任都十分需要这样的一本书；所谓好书倒不是因为它在理论上有多么高深，而是本书谈的是一个特别浅显、但目前对职业学校班主任都特别重要的话题：如何让班主任的工作快乐起来！

让班主任工作快乐起来！在我看来，就这样一句看起来极其简单的口号，在中职学校做起来却是非常不容易的。尤其是在当前中职学校生源素质整体下降，班主任工作量、社会责任、社会压力和管理难度都增

大的情况下，要想让一名班主任真正享受到工作的快乐，更是不容易，许多老师也因此不乐意从事班主任工作，安排班主任难（特别是已评上高级职称的教师或老教师）已成为当下摆在学校管理者面前的一大工作难题。而这种现状的存在，也已严重地影响了学校班主任队伍的建设 and 班主任工作的质量。可喜的是谭老师凭着对教育事业的热爱和执着，把难题当作课题来研究，这本书正是他多年来在这方面进行系统研究和努力探索的成果。该书内容完整，观点新颖，分别从不同的角度论述了班主任工作快乐的含义、特点、目的、意义、原因、来源及影响快乐的主观因素、客观因素和快乐能力的提升等，特别是对如何让班主任工作快乐起来这个难题，从认识工作意义、热爱教育事业、把工作当事业、提高教学能力、科研型班主任、规划职业生涯、真诚热爱学生、开展职业指导、掌握各种技巧、拥有敬业精神、保持积极心态、学会换位思考、常怀感恩之心、和谐人际关系、强烈的自信心、懂得用心工作、富有工作激情、不会抱怨工作、不找任何借口等 19 个方面作了比较深入的探讨，努力倡导“让班主任工作快乐起来，在快乐中做班主任工作”的工作理念，具有很强的可读性、实用性和可操作性。

“实践出真知，勤奋出硕果”，《让班主任工作快乐起来——中职学校德育工作新探》一书凝聚了谭老师对教育事业真诚热爱所倾注的心血。既是谭老师 15 年班主任工作的经验总结，更是他对人生、对班主任工作、对教育教学强烈的爱的真实感受。它的问世不仅为班主任提供了丰富、健康向上的精神快餐，有助于班主任工作的快乐，而且为我们教育行政部门和各中职学校当前开展的班主任培训工作提供了一本很好的教材。据我所知，谭老师 1995 年从事职教当年就当班主任，一干就是 15 年。曾获全国优秀教师、海南省教学能手等称号，连续十年被评为学校优秀班主任，所带班级曾被评为省厅级先进班集体。他长期从事教育教学研究，已出版著作《职校班主任工作 130 个怎么办》等 9 部，获奖 5 部，发表教学、班主任工作、职业指导等研究文章 200 余

篇，获奖 20 余篇（次）。该书出版前作者经常应邀到省内外各学校或班主任培训班作专题讲座，颇受到一线班主任的广泛好评；本书有的章节内容已发表于《辅导员》《海南省职成教学会通讯》《特区农垦企业》等杂志，收入《成长中的教育家》一书；部分成果曾获第七届全国中小学思想道德建设成果一等奖和海南省职成教科研成果一、二等奖。我相信该书出版后一定会受到更多读者的青睐，也一定会有更多的班主任从中获益，得到启迪。当然，我无意把这部书说成是“白玉无瑕”，因为任何一种探索和开拓性的工作，总会有力不从心之处，总是有些问题还可以深入研究和探讨。

总之，这是一本与时俱进、体现时代强音、富有哲理、个性、创新性、可操作性和实用性都很强的来自班主任工作一线的著作，是一部探索中职学校班主任工作快乐的专著，我以这本书第一读者的身份，向所有的班主任老师推荐，这是一部值得一读的好书。不管你是即将走上班主任岗位的教师、刚走上班主任岗位的教师，还是在班主任岗位上已经工作了多年的老教师，只要你认真阅读，按照这本书上面所建议的内容和要求去做，你的班主任工作就一定能从不快乐走向快乐或从快乐走向更快乐，你也一定会因此而成为一名快乐的班主任、优秀的班主任乃至卓越的班主任。

最后，感谢谭老师对我的信任，让我有机会就这本书谈一点认识，也让我有机会向所有的班主任推荐这本值得一读得好书。做这样一件有意义的事情我很乐意做，也感到很开心。

（作序者为海南省教育厅职业教育与成人教育处处长，  
海南省职成教学会副会长）

## 序二 愿更多的班主任快乐起来

周积昫

认识谭爱平老师，是一个偶然的的机会，在一次专业工作中我与他同在一个小组共事，他给我的第一印象是较真、爱思考。之后陆续与谭老师见过几次面，但都没机会深谈。最近，在他们学校王校长的引荐下，我拜读了谭老师即将出版的新书《让班主任工作快乐起来——中职学校德育工作新探》，我惊喜地发现，谭老师还是个勤奋而且快乐的行者。他用多年积累的班主任工作经验，为我们开出了班主任工作的“快乐验方”，打开了班主任快乐工作之门，可敬、可喜、可贺。

快乐，是一种理想的工作状态，只有快乐的老师才能带出快乐的学生，正如俄国教育家乌申斯基说：“在教育工作中一切都建立在教师人格的基础上。因为只有从教师人格的活的源泉中才能涌现出教育的力量。”班主任如何在工作中进入幸福与快乐的状态，是教育实践的重大课题。快乐，能让班主任工作举重若轻，化繁为简，事半功倍。读谭爱平老师的书，我读到了让班主任快乐起来的几组关键词。

### 1. 转变你的态度

态度决定一切，对班主任工作来说，爱就是最好的态度。孔圣人



说：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”班主任工作直接和多元且鲜活的生命打交道，需要班主任把自己鲜活的生命放进来，用爱激发生命热度，用心灵去影响心灵，以人格来塑造人格，用心倾听花开的声音，享受生命互动的乐趣，用班主任有尊严、高质量、幸福快乐的生命状态，催生学生自主自尊、富有情趣、生动活泼、多元个性的生命精彩。

爱还是心灵的“疫苗”，用以免疫社会上普遍存在的浮躁病毒的侵蚀，抵抗各种功利的诱惑。其实，在现实中存在着许多不利于班主任工作的环境因素，如岗位津贴不高、工作环境不理想、社会压力过大等等。面对诸如此类的负面影响，需要班主任有一个以爱为核心的积极心态。谭老师在这方面就为我们做出了榜样，他在15年的班主任工作生涯中，始终静心教书，潜心育人，痴心教研，不断磨砺自己的责任感和工作热情，自信满满，从平凡的班主任工作中感受到它的不平凡之处，细心体会和充分享受班主任工作的快乐。他先后获得的“全国优秀教师”“全国十佳班主任”“全国职业院校教学名师”等荣誉称号，就是他热爱班主任工作的最好证明。

### 2. 认同你的学生

从本质上说，教师的教书育人工作是一种服务工作，是为学生生命的健康成长服务的。其要点是在教师的引领帮助下，学生的生命得到增值。要达成这一目标，教师需要对学生有高度的认同，在此基础上，找到教育的起点，形成个性教育方案，从而实现教与学的生命快乐互动，达成生命的同频共振，减少学生在成长过程中产生不必要的摩擦与损耗，维护教育的正能量，放大教育效能，从而使学生快乐成长，班主任快乐工作。师生在相互欣赏与愉悦中，共同成长，在自然和谐中实现生命增值。

尤其是对于中职学校的学生来说，他们往往是应试教育的“失败者”，许多好习惯非但没有养成，还染上了不少不良习惯。更需班主任

在日常工作中走进学生的心灵深处，在心灵最柔软的地方，种植健康的生命种子，施予学生最需要的阳光雨露，恰当处理好教与学的关系，打开学生心结，给学生最贴心的关怀。我认为谭老师的成功，最根本的一条就是他深谙教与学的共生互动之道，找准了服务学生的定位，并坚决地付诸实践，从而使他的班主任工作越做越省力，越做越快乐。

### 3. 提升你的素质

班主任工作专业性很强的工作，当好班主任，需要掌握正确的方法，更要讲究工作的艺术，需要班主任在实践中坚持探索与研究、锤炼与总结，在实践中不断提升自己的素养水平，在高素质平台上驾轻就熟，从而减轻班主任工作负担，成为快乐的班主任。有些教师做了大半辈子班主任，和学生打了大半辈子交道，依然苦不堪言，压力重重，其中一个重要的原因就是他们平时不善于研究与总结。很多班主任都有自己的班主任工作方法，这是一笔难得的财富。对于这些经验，班主任要善于总结提升，勤于积累转化，用来发展自己、提高自己的工作艺术性，更好地享受工作的乐趣。

前苏联著名教育家苏霍姆林斯基在《和青年校长的谈话》中说：“如果你想使教育工作给教师带来欢乐，那就请你把每个教师引上进行研究的幸福之路吧。”越来越多的事实证明，班主任工作要快乐，必须走科研之路，争做一名研究型班主任。班主任要把常规工作当做一个重要的课题，细致研究，积累形成教育个案，丰富教育的临床经验，努力做到因材施教、个性化教育，在周而复始的日常工作做出不一样的精彩来。谭老师的成功事例，就充分说明了这一点。他的班主任工作成为他长达15年的研究课题，不断与时俱进，研究班主任工作新情况、新问题、新热点，使他充分享受到了科研的过程各种奇思妙想及研究收获的新发现、新成就的快乐。

### 4. 创新你的工作

相关研究表明，创新能够调动劳动者的内在潜质，提升个体的综合

能力，从整体上增强个体的快乐感。班主任工作具有创新性，在纷繁多变的班主任工作面前，班主任唯有不断创新，才能更好地应对时代挑战，在挑战中种植自己的教育理想，才会使班主任在工作的常做常新中快乐起来。

班主任工作创新往往来自班级管理的第一线。像谭老师的班级管理与职业指导有机结合、班主任工作与职业指导相结合、班主任职业生涯规划指导工作法等都是他的创新。创新使他的班主任工作充满新意，充满活力，也充满快乐。

快乐班主任，班主任工作快乐。愿我们都能做像谭老师一样能够在工作中享受到幸福与快乐的班主任！如果我们都努力让班主任工作快乐起来，那么，我们的学生也将会快乐无比，受益无穷。

我衷心地祝愿《让班主任工作快乐起来——中职学校德育工作新探》一书能成为广大班主任和教师的良师益友；衷心地希望有更多的班主任工作快乐起来！

（作序者为海南省教育研究培训院副院长、特级教师）

## 自序

我1995年从事职教当年就当班主任，并连续当了15年。在我当班主任的这15年中，经历了一个由一开始的快乐到不快乐再到快乐的过程。在我做班主任工作感到不快乐的那段日子里，我静下心来，认真拜读了全国著名班主任魏书生老师的专著《班主任工作漫谈》等教育书籍和许多优秀班主任的经验材料，并对自己的班主任工作进行了全面的反思，获益匪浅。同时，我在与校内外广大班主任的广泛交流中，又深感当今班主任普遍都感到工作不快乐，因不快乐而不愿意当班主任，即使当了班主任也只是应付了事，有的甚至当做是一种负担，这种现象在各中职学校都普遍存在。而这种现状的存在，已严重地影响了学校班主任队伍建设和班主任工作水平的提高。因此，让班主任工作快乐起来，做一名快乐的班主任，提高班主任工作质量，许多中职学校都有此希求，许多班主任都有此愿望。于是我多年来形成的“问题即课题”的这种意识促使我把“如何让班主任工作快乐起来”这个问题作为自己的研究课题，不断实践与探索。经过多年的不懈努力，就有了摆在读者面前的这本《让班主任工作快乐起来——中职学校德育工作新探》小册子。在我长期从事的“如何让班主任工作快乐起来”的实践与探

索过程中，海南省教育厅职教处、海南省农垦总局教育局、海南省农垦海口中等专业学校，海南省农垦海口中专学校王健强校长、林尤高副校长、王业东副校长、劳才安主任、胡兰深科长、麦强民科长、冯晓莉主任，农垦实验中学王端盛校长，经济技术学校张毅生校长，机电工程学校陈克文校长、陈有锦主任，原卫生学校陈雪峰校长，农业学校陆红专校长、王青书记，高级体育学校吴坤明副校长，原文昌市中等职业技术学校薛炳英校长，琼中职业技术学校陈进民校长，昌江职教中心孙昌梧主任，金盘职业学校何曦校长，三亚技工学校黄宏耀科长，工业学校王建主任，海南省教育工会张祥腾副主席、政策法规处林明居处长、职教处马人珍副调研员，海南省职业与成人教育学会王忠汉常务副会长、李载敏副秘书长，中央教育科学研究所韩燕老师等给我提供了讲台、舞台、平台，使我有更多的机会与省内外广大班主任同行直接交流，共同探讨。特别是中央教育科学研究所的韩燕老师，邀请我参加了2008年12月6日至9日在广州举办的“全国职业教育与班主任工作经验交流研讨会”，并在会上做了《如何做个快乐的职校班主任》的专题报告。在此次会议上，面对来自全国各地职业学校主管德育工作的学校领导和班主任同行，能与职教界的著名专家蒋乃平特级老师，全国优秀班主任、全国劳动模范、著名教育家魏书生老师，南京师范大学教授、博士生导师、著名心理学专家赵凯教授等同台合作报告，作为一名来自中职学校一线普通班主任，我感到非常的幸福和快乐。就在此次会议上，魏书生老师与我合了影并在我的专著《职教实践与研究》上写下了“乐教”的题字，这是对我的鼓励和期望。

班主任做到这个份上，有些同行羡慕我头上的光环，有些同行羡慕我省内外都有人请我作报告，有些同行惊讶我既是部门领导，又是班主任，在如此繁忙的工作中竟然出版了那么多的书，发表了那么多的文章。同行们不禁问：“你成功的秘诀和经验是什么？”其实，我有自知之明，我很清楚，我并不算是一个成功的人。我还没有成功，充其量还

是一个行进在成功路上的赶路人，自然也就谈不上有什么秘诀。如果非要总结经验的话倒有两点：一是各级领导、各路同仁提供了讲台、舞台、平台。借此机会，我再次对他们真诚地说一声：谢谢！二是在现有的环境下，想方设法让自己的班主任工作快乐起来。因为只有班主任工作快乐了，你才会想做，而你越想做，就会越投入，而越投入，你的班主任工作就会越快乐，而越快乐你又会越想做好。这就是班主任工作中的“快乐良性循环”。我一直固执地认为：优秀的班主任，不一定是一名快乐的班主任，但快乐的班主任，则一定是一名优秀的班主任，快乐的班主任他的工作也一定是快乐的。班主任工作快乐了，就会更加热爱班主任工作，就会把工作做得更好，从而成为一名优秀乃至卓越的班主任。我还认为，班主任工作的最高境界就是带着快乐的心情投入其中。基于这样的考虑，我很想把我15年来对班主任工作快乐的实践与研究的心得和体会写出来，奉献给广大班主任同行，特别是刚走上班主任岗位的教师和即将走上班主任岗位的教师，这也算是我这个职业教育战线上的一名老班主任对广大同仁的一份微薄的贡献——我写本书的初衷和出发点也就在于此。如果这本书能够让你当班主任、做班主任工作快乐起来，哪怕是一点“小小”的快乐，那也是我“大大”的快乐。

谭爱平

2012年8月8日于海口

## 前 言

班主任工作快乐吗？这是一个让人感到很纠结的话题。对很多老师来说，这个问题是不用想就能回答出来。毋庸讳言，现在的班主任工作压力大，责任大，发自内心的快乐越来越少，本应快乐的班主任工作，却成为了一种负担，感觉是不快乐甚至是痛苦的事情。造成这种状况的原因既有管理难度大、评价不科学、环境不理想等社会和学校方面的客观因素，也有缺乏事业心、工作方法不妥、心态不良等班主任自身方面的主观因素。如何克服这些影响班主任工作快乐的主观和客观因素，让班主任工作快乐起来，这是教育行政部门和学校及班主任一直在共同探索的问题。我也于2001年开始进行积极的尝试，并取得一定的成效。我一直都认为，只有让班主任工作快乐起来，班主任才能快乐；班主任要快乐，班主任工作就必须快乐。我还认为，班主任工作中的快乐，是一种积极向上的生命状态，是对生活充满了向往和激情，是一种发自内心的生命需求，更是一种智慧的体验方式。它要求班主任带着积极的心态来做班主任工作，实践“让班主任工作快乐起来，在快乐中做班主任工作”的工作理念；它要求师生之间和谐、相互理解和尊重，让班主任工作处处充满快乐。

班主任工作是否快乐有主观因素和客观因素，客观方面仅仅占一部分，更重要的一个方面是主观因素，即班主任的责任心、事业心、工作方法、心态等等。也就是说，在目前的工作环境下，要想把班主任工作快乐变成现实，主要靠改变主观因素来实现。因此，本书也主要是从班主任自身的主观因素方面来研究与探索班主任工作快乐的问题。全书共分七章，第一章班主任工作快乐的含义与特点；第二章班主任工作快乐的目的与意义；第三章班主任工作快乐的原因与来源；第四章班主任工作不快乐的基本原因；第五章如何让班主任工作快乐起来，从认识工作意义、热爱教育事业、把工作当事业、提高教学能力、科研型班主任、规划职业生涯、真诚热爱学生、开展职业指导、掌握方法技巧、拥有敬业精神、保持积极心态、学会换位思考、常怀感恩之心、和谐人际关系、强烈的自信心、懂得用心工作、富有工作激情、不会抱怨工作、不找任何借口等 19 个方面作了比较深入的探讨，努力倡导“让班主任工作快乐起来，在快乐中做班主任工作”的工作理念；第六章班主任工作能力提升，阐述班主任工作快乐是一种能力及提升班主任工作快乐能力的措施；第七章我的班主任工作快乐之路，讲述了我当班主任，做班主任工作，从快乐到不快乐、再从不快乐到快乐的历程，相信读者能从中感悟到班主任工作快乐的内涵。

在本书写作过程中，我力求选取日常班主任工作中的典型事例和典型做法，结合一定的理论阐述，将班主任工作快乐的含义、特点、目的、意义、原因、来源等，特别是班主任工作快乐的要求和做法加以细致的介绍，在表述中把班主任工作快乐的观点、见解和看法，与典型的事例融会起来，加以佐证、说明和阐释。事例翔实、具体，内容更贴近班主任工作实际和阅读习惯。

阅读《让班主任工作快乐起来——中职学校德育工作新探》，就要把握班主任工作快乐的含义与特点、目的与意义、原因与来源、要求与措施等，细细琢磨班主任工作快乐的真谛，做到举一反三，触类旁通，



让本书真正起到抛砖引玉的作用。如果你是一名班主任，想让班主任工作快乐起来，那么你应该好好地阅读这本书。从这本书中你能懂得如何努力成为一名快乐工作的班主任、优秀的班主任乃至卓越的班主任；如果你是一名管理者，正在为学校的班主任工作现状不理想而心急如焚，相信这本书能给你带来意想不到的帮助。从这本书中你可以找到，班主任工作还存在哪些问题，还需要进行哪些相应的学习和修炼。相信在大家的共同努力下，我们的班主任工作一定能快乐起来！