



临安市2009年
中小学优秀德育论文和案例选编

临安市教育局
二〇〇九年八月

目 录

※ 论文精选 ※

1. 让沟通成为构建中学生良好人际关系的桥梁……………临安市天目高级中学 帅 翼 / 1
2. 班主任运用“绿色惩罚”的意义和艺术……………临安市於潜中学 谢红霞 / 5
3. 高中不同阶段常见心理问题分析及活动建议……………临安市昌化中学 张艳丽 / 13
4. 逸群绝伦展风范 团队管理重创新——有效培植学校精神下的班级管理建设研究
……………杭州天目外国语学校 廖述美 / 24
5. 用“妙方”疏心病，用“策略”导行为——农村职高学生异常行为的分析与策略探究
……………临安市昌化职业高级中学 邢跃芳 / 35
6. 构建农村初中和谐师生关系的实践与探索……………临安市清凉峰镇颊口初级中学 周 舟 / 42
7. 浅谈班主任的无为艺术……………临安市龙岗镇初级中学 余东平 / 54
8. 浅谈班级工作中的“柔性”管理……………临安市晨曦小学 周映雪 / 62
9. 字字真爱 封封真情——20封“致家长信”的前前后后
……………临安市晨曦小学 梅晨霞 / 67
10. 成为生活的主人——生活德育模式的研究
……………临安市玲珑中心小学 胡华中(执笔) / 75

※ 案例精选 ※

1. 当家长给孩子选错道路以后……………浙江省临安中学 沈明祥 / 87
2. 一份帮助协议……………临安中学 方利勇 / 90
3. 我不想知道你们的过去——从与高一择校生的沟通说起
……………浙江临安市昌化中学 王建民 / 92
4. 声东击西——解决学生恋爱问题……………临安市中等职业技术学校 叶 欢 / 94
5. 我真的需要“爱”……………临安市中等职业技术学校 郑珊珊 / 97

| | | | |
|---|---------------|-----|----------|
| 6. 当馅饼砸向自己时····· | 临安市中等职业技术学校 | 方磊彬 | 董红霞 /100 |
| 7. 三条直线 两种选择——职高学生从众心理的分析利用及反思 ····· | 临安市中等职业技术学校 | 方振玲 | /103 |
| 8. 架起孩子与父母沟通的桥梁····· | 临安市交口职业高级中学 | 彭刚玖 | /106 |
| 9. 要像爱自己那样爱别人····· | 临安市交口职业高级中学 | 沈军英 | /108 |
| 10. 幸福,触手可及····· | 临安市交口职业高级中学 | 林 萍 | /112 |
| 11. 教育需要“等待”和“同理心”····· | 临安市实验初级中学 | 王小群 | /115 |
| 12. 让孩子倾诉····· | 临安市实验初级中学 | 方 叶 | /118 |
| 13. 阳光总在风雨后····· | 临安市实验初级中学 | 厉 静 | /120 |
| 14. 师生沟通的新桥梁——手机短信唤回一颗抵触的心 ····· | 临安市锦城第一中学 | 汪玉叶 | /123 |
| 15. “一道题目”的风波····· | 临安市太湖源镇杨岭中心学校 | 陈雄伟 | /125 |
| 16. 眼神 心灵的使者——无言的沟通艺术 ····· | 临安市板桥乡初级中学 | 林 玲 | 郭云东 /127 |
| 17. 信任比黄金更重要····· | 临安市板桥乡初级中学 | 陈 巍 | /131 |
| 18. “泡面”问题····· | 临安市太湖源镇青云初级中学 | 王燕琴 | /133 |
| 19. 先改变自己 后教育学生····· | 临安市於潜镇中 | 方晓华 | /135 |
| 20. 把窗儿打开 让风儿进来——“早恋”风波之后 ····· | 临安市城南小学 | 张日品 | /138 |
| 21. 孩子 你也是白天鹅····· | 临安市衣锦小学 | 胡益君 | /140 |
| 22. 文弱男生转型记····· | 临安市衣锦小学 | 方根悦 | /142 |
| 23. 癞蛤蟆也吃上了天鹅肉····· | 临安市衣锦小学 | 潘爱群 | /144 |
| 24. 短信情缘····· | 临安市玲珑中心小学 | 王秀琴 | /145 |
| 25. 从“狂女孩”到乖女生····· | 临安市於潜镇第一小学 | 芮金凤 | /148 |
| 26. 静待花开····· | 临安市於潜镇第一小学 | 项海燕 | /151 |
| 27. 诚信 从心里起步····· | 临安市岛石镇小学 | 方俊锋 | /153 |
| 28. 心灵的碰撞 让“迷失学生”返航····· | 临安市湍口镇中心小学 | 方元明 | /155 |

让沟通成为构建中学生良好人际关系的桥梁

临安市天目高级中学 帅 翼

【摘要】 中学阶段的学生，在学习和生活中存在各种各样的矛盾，其中人际交往矛盾不仅影响学生的学习生活质量，更影响学生身心的健康发展。分析矛盾的起因，我们发现各种状况的发生都是由于沟通不畅或缺乏沟通技巧，进而使矛盾激化并升级。本文从人际交流中矛盾类型的起因分析入手，提出沟通是化解中学生人际矛盾的良方。并阐明教师在指导学生化解矛盾时运用沟通技巧的原则。

【关键词】 沟通 人际关系 中学生矛盾 起因分析

问题的提出

当前学生之间由于小矛盾进而引发暴力事件的比例呈上升趋势，而当事人事后静下来分析原因后果时，却往往得到连他们自己也大呼不可能的结果。一件芝麻绿豆大小的事，却为何上升为一件恶性的暴力事件，甚至还牵扯到家长、警方的介入。据调查，冲突的原因都集中为：事发当时过于冲动。冲动是魔鬼，真的一点不错。其实在他们冲动前还是有一些诱因的，比如：粗口、听信谣言等。粗口恰恰是沟通不畅的最明显表现！所谓沟通不畅是指学生交流过程中，由于不理解对方表达的意思，或者曲解对方意思，于是就用一些词不达意的语句去攻击对方。这样做的结果多数会导致矛盾产生并扩大，最后甚至大打出手。

随着教育的普及，学校的生源素质参差不齐，这给学校的教育增添了不少难题。有时我们会看到这样的情景：学生和学生对某件小事相互辱骂，互不相让，直至大打出手；教师和学生课堂上也会针锋相对，教师怒气冲冲，高声呵斥，学生大声顶撞，愤愤不平，以至课堂教学无法进行下去；当学校在处理这样学生过程中，把家长请到学校后，我们甚至看到孩子指着父母鼻子骂。这些紧张的气氛与宁静的校园极不协调。寻求解决中学生人际交往矛盾的方法就显得尤为重要。

一、中学生人际交往中矛盾类型及起因

大量案例表明中学生人际交往矛盾，可分为如下三种类型：

（一）学生与学生之间的矛盾

这类矛盾起因往往比较简单，比如一次简单的肢体接触，一句“下意识”的粗口，不经意中说到“痛处”，还有就是嫉妒心等等。先看案例：

小张和小盛原本是一对好朋友。平时他们一起经常在一起，可谓情同兄弟，形影不离。他们有共同的兴趣爱好、共同的学习目标；他们互相帮助，互相关心，两人的学习成绩都很好。后来，小盛竞选上了学生会副主席，这时小张的心理就失去了平衡。他认为，两人的学习成绩、工作能力等都不相上下，各方面表现也差不多，为什么好友小盛能当学生会副主席，还被评为“市三好学生”，而自己却“一事无成”呢？小张百思不得其解，越想心情越糟糕，心中开始滋长不满和怨恨情绪。从此，两个好友开始疏远，小张还经常无中生有，造谣中伤，使小盛受到伤害，两人关

系越来越紧张，一对好朋友似乎变成了仇人。

这个案例中小张和小盛由原来的好朋友，后由于小盛成了学生会副主席，而小张却什么都不是，使小张产生了很大的心理落差。而当这个落差形成后，小张并不是向以前那样主动和小盛交流成功经验，而是无形中把小盛当作了“竞争对手”且这个“对手”还把自己比下去了。结果两人变成“仇人”。象这种朋友“反目成仇”的例子在校园里并不少见。分析这个案例我们可以得出这类中学生在人际交往中的矛盾产生原因是他们缺乏起码的沟通技巧，或者更准确的说他们不去想办法沟通，而是自怨自艾，杞人忧天的结果。当然这一切也是符合中学生心理发展规律的。他们正处于青春期，年轻好胜，当他们发现自己在某些方面不如别人，如相貌、家庭环境、学习成绩、能力素质、人际关系等，于是他们对比自己“强”的同学又妒又恨，在背后千方百计地诋毁他人，以达到心理的自我满足。案例中的小张和小盛面对两人之间的矛盾，为什么谁也不愿意去找对方解释，以求冰释前嫌呢？后在对小张和小盛的调查中发现，他们都认为在这件事情中自己没有一点错误，为什么要先找对方解释？

（二）学生与老师之间的矛盾

这类矛盾起因比较复杂，有学生的问题，也有教师的问题。本文笔者仅分析学生方面的问题。先看案例：

我校一老师开公开课，来了很多听课老师，一般人都会认为在这种情况下上课的学生应该会遵守纪律，但意想不到的是当课上到十分钟左右，一位听课老师发现有个学生在下面看小说，于是这位老师为不打断讲课老师的授课，就轻声和这位同学说：把书给我，我暂且替你保存。但就这么一个句话却引发了一场激烈的冲突。先是学生拒绝把书给教师，老师伸手去夺，学生却猛的站起来并大叫：你是谁，你凭什么没收我的书。于是一场闹剧就上演了，甚至最后双方相互扭打。

这个案例中的学生为什么会说出：你凭什么没收我的书。后来在处理这件事情的过程，学生自己说是因为他认为那个老师仅仅是一个听课老师，自己班的老师都没说什么，凭什么他来管。这位同学的行为反映出，中学生在认知方面、人格方面都存在这一些不足。而这些不足恰恰是引发学生和教师冲突的原因。在人格方面的不足我总结有以下几种：一是回避型人格缺陷，主要表现为心理自卑和行为退缩，孤僻封闭，缄默无语，对需要进行人际交往的事情或场合总是尽量回避，很容易因为他人的反对或批评而自认为受到了伤害，几乎没有好朋友或知心人。二是偏执型人格缺陷，主要表现为敏感多疑，固执刻板，好与人争斗，心胸狭隘，容易钻牛角尖。在心理和行为表现上，一方面，骄傲自大，自命不凡，总认为自己怀才不遇，“明珠暗投”；另一方面，在遇到挫折和失败时，不是寻找自身原因，而是怪罪于他人，对他人充满敌意和戒备，很容易与他人发生冲突与争执。三是掩饰型人格缺陷，主要表现为孤独、沉默、隐匿，不爱与人交往，缺少爱好和朋友，常常是嘴里说的和心里想的不一致，别人很难了解其话语中有多少真实成分。四是悖德型人格缺陷，这种障碍以行为不符合社会规范为其主要特点。这类人的情绪极不稳定，易被冲动所支配而表现不负责任的行为。以上四种人格缺陷中，偏执型人格缺陷在学生群体中表现得最为突出，案例中的学生就属于这种类型。而这些人格方面的不足无一例外的导致师生之间不能很好沟通，从而引发矛盾并使矛盾激化升级。

（三）学生与家长之间的矛盾

这类矛盾产生往往是个长期的过程，正所谓“冰冻三尺非一日之寒”。家长与学生产生矛盾大致可分为几个阶段：初始期，此期间家长还有相当的“权威”，所以双方沟通方式往往以父母讲，孩子听为主，此时小孩的意见不仅不受重视，甚至连提都不能提，但由于当时孩子还小没有

形成独立性格，不会把矛盾激化。当学生进入青春期，独立性格逐步形成后，就进入第二时期，此时家长的“权威”受到挑战，在沟通时不再只听父母讲了，孩子已经学会反驳。如果此时家长不能改变沟通方式，还是沿用初始期的方法，结果当然是父母苦口婆心的说，孩子想尽办法的反驳，最后家长只能甩出最后法宝，用家长的身份强迫孩子执行自己的决定，于是矛盾就产生了并开始激化。在这类矛盾的产生过程中，我们又一次看到因沟通不畅所带来的不良后果。

二、解决中学生人际交往中矛盾的对策

从学生三类矛盾起因的分析可以看出，只有学生学会沟通才是真正解决这些矛盾的根本。那么中学生应如何沟通？教师应该怎样处理由于沟通不畅而出现的各种学生矛盾？笔者想谈谈自己的几点看法：

（一）学生沟通中的原则

1. 不能处处以自我为中心

在生活上“自我中心”，这类学生对于集体生活没有完整的概念，沿袭着在家中当“小皇帝”、“小公主”的习惯，想干什么就干什么，听不进别人的建议和想法，总希望别人依照自己的“吩咐”去做，这种交往方式最易导致孤立、不受欢迎的局面，给自己、他人带来不必要的烦恼，给集体带来不必要的损失；在学习上“自我中心”，一种类型是班上的尖子，这类人往往认为自己在学习上占有较大的优势，看不起一般的同学，不愿与他人共同探讨、相互学习，总认为自己是最好的；另一种类型学习成绩较好，但为人较为自私，自认为自己的学习方法是正确的，对于老师的教诲不以为然。以我为中心的这类学生缺乏“谦虚”、“分享”的优良品质，笔者认为家长和学校应从小加强对这些优秀传统文化的继承和教育。

2. 尊重别人的价值观

每个人的生活环境、人生经历不一样，各人价值观也会各不相同，所以尊重他人的价值观是交友中很重要的一个方面。学会理解他人，在人际交往中一定要提醒自己：自己的价值观不是放之四海皆为真理的，不要强迫他人认同自己的观点。尊重他人！

3. 站在对方的角度来考虑，努力理解对方的苦心

当观点不一致时，应想办法心平气和地向他们讲明你的想法，增进相互理解，使彼此间的感情融洽。切记不可粗鲁、顶撞，那样会伤害周围朋友的自尊心。凡事多从他人利益着想，自己有错时应主动承认，道歉，对同学的缺点、不足要宽容。平时多参加集体活动，多和同学交往，在交往中学习待人接物的态度和方法，学会与他人良好的沟通。

4. 交往的方式要及时做调整

面对不同的交流对象，要有不同的方式，和同学交流沟通应该是平等的，不用自卑也不能自负；与老师的交流应该是互敬的，不能太过放肆也不用过于拘谨；与家长交流应该是和谐的，不能因为观点不同而聪而不闻，消极抵抗。

（二）教师在处理由沟通不畅导致的各种学生矛盾时要注意的几点原则

1. 以引导为主

在这些矛盾里的各位学生，都是因为沟通不畅激化了矛盾。教师在处理这些冲突学生时，应当强烈表现出自己愿与他们进行沟通的意愿，并利用各种方法引导这些学生把内心的想法表述出来，并指导他们当问题出现时我们应该如何面对。以求学生在下次遇到相同或类似情况时，知道自己该如何解决。

2. 要身体力行

教师要不断提高自己的整体素质，充分展示自己的人格魅力。在师生矛盾中，教师往往处于矛盾的主要方面，高素质的教师往往能与学生形成良好的关系。教师对待学生热情友好、一视同仁的态度；对待工作认真负责、一丝不苟的精神；对待自己严格要求、以身作则的品格等等，都会在学生及脑海中树立起高大的形象，赢得学生发自内心的喜欢与尊敬，师生之间情感的交融、心灵距离的缩短，能感染学生让学生领悟与人沟通的真谛。当矛盾发生在教师身上时，更要给学生做出表率，让学生明白矛盾解决的根本方法只有通过沟通。

3. 以学生发展为最终目的

中国现代教育家陶行之说过：“你的教鞭下有瓦特，你的冷眼里有牛顿，你的讥笑中有爱迪生。”在处理矛盾过程中，不能只看事件所带来的负面影响，而是要分析学生为什么会犯这样的错误，今后他们如何面对类似的事件。坚持以学生的发展为最终目标，就必须做到归因要正确分析；处事要公平客观；教育方式要恰当。这就需要教师理解与尊重自己的教育对象——学生，理解并尊重他们的追求、情感、兴趣、爱好与需要，永远记住自己的工作是因为有学生存在而存在的，平等地对待每个学生。虽然学生的个性千差万别，但内心都有丰富的情感世界，如果教师能在教学中以亲切、热情的态度去对待学生，生活中以真挚的情感去影响学生，使学生在心理上对教师有亲切感、信任感，正所谓：“亲其师，信其道”，他的行为就会以他的情感为转移，不仅敬爱老师，甚至会热爱老师所教的学科。

最后笔者在分析矛盾产生原因的过程中也存在不少困惑，其中最让我觉得无法解决的就是：要指导学生学会沟通的最好办法就是模拟矛盾发生，然后在各种不同的情境中让学生去体会，去尝试，但在实际操作过程中，笔者却发现模拟过程中，学生什么问题都能很好的分析，并用较为合理的方法解决，但一遇到实际情况，所学的方法就也用不上了。这就表明当学生知道这仅仅是一次模拟，他就会比较冷静分析接下来所发生的一切，就达不到全真模拟的效果，而成为一种机械模拟，效果不尽如人意！如何在真实的矛盾过程中指导学生学会沟通是笔者最大的困惑，当然这也是笔者今后的研究方向。

班主任运用“绿色惩罚”的意义和艺术

临安市於潜中学 谢红霞

【内容摘要】本文通过论述“绿色”惩罚教育的内涵，重新认识了实施惩罚教育的必要性，并针对学生的各类违纪行为提出了行之有效的“绿色”惩罚策略。

【关键词】惩罚教育 绿色惩罚 对策研究

引子

随着新课程改革的推进，“一切为了学生，为了学生的一切，为了一切学生”以及“尊重学生，善待学生，赏识学生”已成为共识。于是，赏识教育、无批评式教育等的提法越来越热，社会舆论也大声疾呼，教育要“以人为本、敬畏生命、善待学生”，并反对教育中的一切惩戒性教育，似乎一批评就伤害了学生，一惩罚就违背了教育规律；于是“惩罚”二字更成了教育中不可触及的“高压线”，以至于教师在工作中左右为难，如履薄冰，唯恐触到这根高压线。然而一味的使用赏识教育而不倡导执行惩罚教育的教育模式在“问题学生”面前显得苍白无力，这些学生让家长和学校老师都头痛不已，他们没有积极的人生目标，厌学逃学，道德观念缺失，责任意识淡薄，精神状态懒惰。

事实上正如中国青少年研究中心副主任孙云晓所说，没有惩罚的教育是不完整的教育。因此正确地认识惩罚的教育价值，尤显重要。我们有必要重新来审视我们所否定的惩罚教育，让惩罚教育发挥出它应有的作用。

一、实施惩罚教育的必要性

惩罚教育是一种具有正面意义的教育方法。对于惩罚教育，许多教育家都曾肯定过它的意义和作用。著名教育家、教育科学的奠基人夸美纽斯主张：教育要适应自然的法则，顺应儿童的天性，但是也不排除使用惩罚。在其名著《大教育论》中，他专门用一章来论述惩罚。夸美纽斯认为：严格的纪律是必须的，学校没有纪律犹如磨盘没有水（依夸美纽斯书中所述“严格的纪律”即是惩罚）。在学校教育中犯了错的学生应当受到惩罚。这种惩罚不是要消除他们所犯的错（因为既成的事实无法改变），而是要使他们日后不再犯错。

惩罚，是依法治教的一种体现。“人的恶，是法产生的前提；人的善，则是法产生的动力。”惩罚教育的内涵全部包含在人性、法治的内涵之中，惩罚教育的合理性符合人性的发展规律，所以也应纳入法治的视野之内。我国《未成年人保护法》第五十四条规定“对违法犯罪的未成年人，实行教育，感化，挽救的方针，坚持教育为主，惩罚为辅的原则”，可见惩罚教育是根源于制度的遵章办事，是一种合情合理合法的教育方法。

惩罚，是当代学校教育的客观要求。当“惩罚教育”退出教坛之际，取而代之的是鼓励表扬式教育、发现闪光点教育，于是越来越多的教育者束手无策。其中最令人头痛的是文化基础较差，

厌学情绪较重，越差越厌学，越厌学越差，恶性循环导致了他们不想学习甚至不学习，这对正处在长身体阶段的他们来说，就出现了“精力过剩”现象。这些学生普遍地出现以下问题行为：上课不专心听讲，自学课看小说，听 MP3、MP4，用手机发短信、玩游戏；课余在寝室里酗酒、聚众赌博；晚上就寝后溜到外面通宵上网……教师是循循善诱、苦口婆心，什么激励法、激将法、哀求法、同学相劝法……各种方法都用尽，但还是“无可奈何花落去”，仍然不见痛改前非“燕归来”，而其他学生由于辨别是非能力的局限性，往往会导致这种现象的蔓延。下面是笔者所在的学校近三年来汇总到德育处的学生违纪行为统计表(不包括各班班主任自己处理的学生违纪行为情况)：

| 学 年 | 违纪人次 | 违纪原因 |
|---------------------|--------|--|
| 07 学年 | 135 次 | 打架、赌博、抽烟 迟到、早退、旷课 逃课去上网、在校园内携带使用手机 等通讯工具、男女同学交往过密等 |
| 08 学年 | 105 人次 | |
| 09 学年(截止 09 年 5 月份) | 54 人次 | |

上表统计的人次中，有部分学生可以说是“累犯”了，他可能刚刚因在校园中违纪使用手机被处分，可马上又因在月考中携带违禁物品进考场，考试作弊再被处分了。可能刚刚因夜不归宿通宵上网被查了，可马上又因男女同学交往过密被处分了……像这样的学生，在他的思想观念里根本还未形成“纪律”这一概念。对于他，在给予关爱、赏识的同时是否更应给予必要的“惩罚”呢？

二、学校德育工作呼唤“绿色”惩罚

笔者在如何实施惩罚教育这一问题上进行积极的探索和创新，如果学生犯了错误，如果不得不罚，那么应该倡导积极的有意义的“绿色”惩罚。

惩罚的根本宗旨在于“治病救人”，惩罚的出发点和终结点都是出于爱，这里借用环保中“绿色”这一概念，笔者认为所谓“绿色”惩罚，就是在惩罚教育中注入人性关怀，让学生顺畅地接受并对教师心怀感激的惩罚教育。“绿色”惩罚立足于学生身心的健康发展，罚是为了矫治缺点，而不是为打击，甚至伤害学生的自尊。这是区分传统的惩罚和“体罚”的依据之一。“绿色”惩罚在内容上表现为：罚以爱为中心，它不是讽刺、挖苦，让学生失去前进的动力和勇气；它犹如春风，催人奋进，它要求以情动人；要让学生知道老师罚得无奈，老师也正为他着急、不安、难过。，只不过这种惩罚让爱做主，因而更富有人情味，也更易被学生接受，不仅仅是指出不足，更要给予学生希望。其实，“绿色”惩罚和激励也许本是同一回事。

三、针对学生问题行为采取绿色惩罚的对策研究

1. 中学生谈恋爱等——尊重式“绿色”惩罚教育

惩罚与尊重并不相悖，教育家马卡连柯说过：“确定整个惩罚制度的基本原则，就是要尽可能地尊重一个人，也要尽可能多地要求他。”如何做到惩罚与尊重并重？任何形式的惩罚教育都不得损害学生的人格尊严和个人隐私，用语上不冷言讥讽，态度上不怒形于色，方式上不大动干戈，措施上不风刀霜剑。尊重学生心理个性和自身意愿，让学生选择自愿接受惩罚的方式方法，形式不拘一格，达到教育目的就行。

现在中学生早恋的现象是很普遍的，一个新的班级组建后，只要同学间互相熟悉了，慢慢的就会出现几对“情投意合”的，有些活动能力强的，甚至会出现跨班级、跨年级进行“感情联络”的。虽然学校经常在大会小会上强调学生的任务是学习，不能把精力浪费在其它方面，尤其是男女同学的交往上。但每个班主任还是很清醒的，知道本班肯定是有“地下恋情”的。我作为班主任，我对本班的这一问题也不做盲目乐观，我也知道“地下恋情”肯定是在进行中。只是当这件事情发生时，我还是很震惊的。

我们的学生周日至周五晚上都在学校晚自学的，作为班主任，我晚上没事就在教室里备课。有一天，我和往常一样在教室备课，第一节课时，同学都到齐了，自学课纪律也蛮好的，我心情愉快的坐在讲台前，看到大家都埋头学习，觉得一切都很正常。一节课平稳地过去了，中间有15分钟时间休息，但第二节课上课后，我在教室里巡视了一遍，发现少了一个，我以为是上厕所或是到老师处问题目去了，教室里一圈走下来，就又回到讲台前坐下干自己的事。可过了半小时还没见回来，我又走到他位置上问了问他边上的同学是否知道他干什么去了，可没人知道，我心里纳闷了，要是身体不好要请假，我刚才是在教室的，他应该和我说一声啊，究竟干什么去了呢？正为他的缺席想各种可能性时，我的电话响了，是德育处的电话，我情知不妙，到了德育处我碰上了另一位班主任，也是被临时叫来的。我们都在猜会是什么事情，但肯定不是好事。我进去后看见了我班的“他”，边上还有一位就是另一个班主任班里的“她”，女孩已经哭了，我班的“他”则低了个头，一声不响。原来刚才第一节课下课后他们俩在操场约会，被德育处的老师抓“现行”了。班里有早恋的人，我不奇怪，但他也是其中一个，而且还是和高一的女孩在约会，我还是想不到的。因为他在老师和家长眼里都是懂事的孩子，他父母都在外地做生意，平时和我联系，我向他们反映的和他们向我反映的都是对这孩子较放心的。现在怎也会是这样的呢？

事情已经发生了，作为班主任我现在要的不是为什么我的观察力怎么会这么弱？恋情已到这一步我竟毫不知情。这个时候，我不去反思为什么学生的“地下活动”能力会如此强，心中早已在“为爱痴狂”，可表面上还是“静若止水”；我应该考虑的是让这件事的“后遗症”变的最小，愤怒和失望是解决不了问题的，我还是站在学生立场上想想——也许这个错误的背后是有原因的。

根据我们学校的规矩，像这样的事是要通知家长协同处理的。但我和他谈了之后，知道其实他们两正式确立恋爱关系还不到一个月，两人都来自同一所初中，以前就认识的，现在到了高中，因为是老乡所以平时经常接触慢慢就有好感了。他不希望学校把这件事告知家长，那会很伤他自尊。当一个人做错了事，是要受到应有的惩罚的，但在惩罚学生时也要考虑学生的意见和想法，犯了错误的学生还是学生，不该扼杀他还想继续做一个有自尊的人的意愿。后来我和学校商量好，学校的处分还是按章办事要给的，但通知家长这一环节，暂时不执行，以观后效。

作为班主任在这件事上，我让他受到了应有的惩罚，但也设法保护了他的自尊，在和德育处商讨是否能暂不通知家长时，我和他站在了一起，他给学校的承诺也把我的责任连带在内了，我不是为了让他觉的欠我一个人情，我是希望让他感觉到惩罚也是有人情味的。

那段感情和世间其它的感情一样是真诚的、纯洁的，感情没错，错在发生的时间和地点。

2. 拿学校的制度不当回事，经常犯小错误的——愉快式“绿色”惩罚教育

苏霍姆林斯基说的：“一个好老师，就是在他责备学生、表现对学生的不满、发泄自己的愤怒时，也要时刻记住：不能让学生‘成为好人’的愿望的火花熄灭”。在保证不削弱惩罚效果的

前提下和确保疏通了抗拒心理的条件下，创设愉快的、人情味十足的惩罚氛围，让学生积极、主动、愉快地接受惩罚。

我现在这个班，是我去年高三结束后返下来接手的，没和他们接触过，对班里每一位同学都不熟悉，和高二其他几个班的班主任是高一跟上来的相比，熟悉学生的任务更重。为了尽快熟悉班里的学生，我和学生在一起的时间较多，慢慢的我发现班上有个学生，和其他学生不一样，他很不合群，平时在班上基本没什么要好的同学，下课了别的同学喜欢在一起聊天，他基本是一个人静静的坐在自己的位置上不动，除了上体育课和班上的男同学一起打打篮球，其它时间也基本不和男同学一起活动。“喜欢享受孤独”这是这位同学最开始给我的印象。

因为高二是文理分班后新组建的班级，学生来自原高一12个班级，彼此不是很熟，再加上班主任也是新的，所以刚开学班里同学都在暗暗的观察情况，不太有动静，班级日常管理也较省心。可过了三四个星期后，这种让人“省心”的局面就很快结束了。我以前觉得是“喜欢享受孤独”的他变的照样“独行”且喜欢“违纪”起来了。值周班长定期向我报告班里情况，我发现他是违纪栏里的“常客”。但他很“聪明”，都是在小事上触犯学校的制度或班规，大事上是不“糊涂”的。如自学课经常要离开教室，不向任何人说明理由，出晨操要缺席，课间操要拉肚子……作为班主任肯定要找他谈话，但几个回合下来，我发现这种谈话对他效果不大，每次谈话的有效时间不会超过一星期，刚谈过，那几天这个问题可一定不犯了，课过一段时间又有他的违纪记录了。对这一现象我的心情是可想而知的，于是我只好“教育是项长期而艰巨的任务”等类似的话安慰自己。

后来我对这一问题也从自己的角度好好反思一下，我发现，每次我找他谈总是我说的多，他基本不说，甚至没说话的机会。因为我找他时，总是他又犯错误时，这时的我已带着一种要惩罚他的心情和他谈，他也做好了应付我的说教的一切准备。他的人是在我眼前了，可因为谈话不是在平等的基础上进行的，他的心门已关闭，沟通的可能已不存在了。

“在保证不削弱惩罚效果的前提下和确保疏通了抗拒心理的条件下，创设愉快的、人情味十足的惩罚氛围，让学生积极、主动、愉快地接受惩罚。”这是我下次找他谈之前要努力营造好的氛围。

为此，我找了他高一的班主任，对他的情况进行了解，糟糕的是在前班主任的眼里他也是一个“特立独行的人”，一个“虚心接受，死不悔改的人”。但我也获得了一些有价值的信息：他不是本地人，父亲经商，他跟着父亲到处跑，从幼儿园起到现在就读学校不下五个，曾在四川、安徽、湖北等地读过书。生母在他五岁时病逝，现在和继母一起生活，父亲还是常年在外面，家里还有个同父异母的妹妹……每种现象的背后总有其原因，我想我大概快找到造成他这种现象的原因了。爱是一切幸福的源泉，爱是前进的动力，爱能化为勇气，责任感，有爱，一切皆有可能。而缺少爱的孩子，可能会以自己独特的方式在寻找爱。他的经常犯小错误是否就是他找爱的方式呢？犯错误也是一种能引人注意尤其是引起班主任注意的方式。

在进行一些准备后，我又去找他了，这次不是在他犯错误之后，而是在我发现他为元旦文艺汇演精心准备并在街舞方面有较高水平时找他的。谈话从他感兴趣的街舞开始，使他放下之前筑起的心理防御体系。谈话不翻以前的老账，不再居高临下，不再摆出一副我是为你好的架势，一切让当时的氛围做主，谈最能让人心软的话题。谈着谈着，他自己跟我说他的家庭了，说他最亲的爷爷奶奶、外公外婆，说他的大姑姑……谈话中很少提及他妈妈（我没透露过我对他家庭情况

的了解，一切装着不知道）他也谈到了自己平时的行为问题，他也知道这样是不对的，但总是控制不了，有时自学课走出教室不是为别的，就是为了出去透口气，有时是到操场上散散步……“每次班主任找过之后，是下定决心要改的，但当要出去的念头出来后是怎么也压不住。”他说。

“教育真的是一项长期而艰巨的任务。”在这次谈话后，他仍要犯以前的小错误，我仍要根据班规对他进行惩罚，但我们之间有了个小秘密，对他的改进我会给他一个期限。

孤独也许很美，但自愿享受孤独的人肯定不多，让我们用爱去解救被孤独围困的他吧！

3. 普遍性的问题如课堂上打瞌睡、早读声音不够响等——结合民主式“绿色”惩罚教育

马卡连柯曾指出：“凡是必须使用惩罚的地方，凡是使用惩罚能够有益处的地方，老师就应当使用惩罚。”“无论哪一个教师，都不应该矫揉造作地说：“我是圣人，不使用惩罚。”实事求是地说，由班主任老师作出处罚决定，学生难免心存疙瘩，但如果能将学生出现的错误交由班级公开公正讨论，并形成具有广泛共识的处罚意见，让犯错误的学生感受到来自集体的意见是民主的、正义的、“众怒难犯”的，拒绝改错就会被孤立，从而摆脱侥幸心理，甘愿改正。

我校一个年级有四个文科班，其中一个重点班，另三个是平行班，我是其中一个平行班的班主任。平时平行班之间的各种竞争是十分激烈的，尤其是每次月考的成绩。本届三个平行班真的很平，几次考下来三个班的平均总分差距总在5分以内，但我班一次也没拿过第一，本学期的一次月考和第一之间只差了0.16分屈居第二，第二次月考前，我在班里提了目标，希望第二次月考能拿个总分第一来，可在五月份考完后，在四门功课单科平均分第一的情况下，我们的总分居然排到了第三，原因是数学一门和别班拉开了五分的差距，把四门课的优势都输光了。考试成绩一出来，我就到班里分析情况去了，我知道班里的学生和我一样希望这次能拿第一的，考成了第三他们也很难过，但出现这种情况是有原因的，所以我要借此机会立立规矩。

我利用一节自学课的时间分析了我们这次考试的情况，在分析完失败的客观原因后，我话锋一转，问学生失败的最主要原因是什么？我们想不想在本学期的最后一次考试——全市期末抽测中，赢回尊严？有几个平时就爱起哄的学生，响应了我的问题，我加重语气再问了一遍，回答的声音大起来了，我再问一遍，所有的学生都知道我的意图了，异口同声的回答了——想！我趁热打铁，把我平时看在眼里，多次强调但收效甚微的几个问题提出来，告诉大家，这些问题就是困扰我们成功的最大因素。我把全班按座位，每6人一小组，分成了9小组，由组长负责记录，让大家畅所欲言，把主要问题及解决办法提出来。布置好任务，一节课刚好下课，我和大家约定晚自学时我来收讨论结果。后来把结果收上来，发现大家的讨论主题很集中，主要是自学课纪律和平时作业完成情况，我把大家的草稿集中修改了一下，最后形成了本班考前冲刺班规5条，然后又在班里民主表决，最后班级大会通过，就决定从6月1日开始执行。具体班规如下：

202班考前冲刺班规5条(09.5)

一、早自学——“要响”。必须大声朗读，不得吃早餐，不得做和学习无关的事情。

二、白天自学课和晚自学——“要静”。

1. 自学课不得随意走动位置，不得接水、上厕所，（若有，值周班长登记，统一“奖励”）

2. 不得看小说、杂志，（若有“奖励”抄课文；）

3. 不得听MP3、MP4，用各种学习机玩游戏，（若有“奖励”在全班人面前唱歌）

4. 不得睡觉，（若有，写400字检讨，同桌没起监督作用，写100字检讨。若累犯，加倍“奖励”。）

5. 自学课课代表不得收发作业。(但要求全班同学配合课代表的工作,及时完成作业,及时上交作业,各小组长及时把本组作业收齐上交。)

6. 严禁浑水摸鱼,晚自学老师来答疑,其他同学不得借机聊天。

三、午睡课——要有爱心

不睡觉的同学不许影响他人,讨论声音要轻,铃响后教室里要保持安静,不许大声喧哗,不睡觉看书报的同学要尽量避免弄出响声,保证安静的休息环境。

四、作业——要有信心和决心

相信自己的能力,培养自主钻研的精神,严禁作业抄袭现象,遇到难题可以求助同学,但决不是把别人的作业本拿来一抄了事。对知错不改者“奖励”抄相应科目的课文。

五、值日工作——要有责任心

值日生要认真做好值日工作,确保我们学习环境的整洁,倒垃圾要及时,必须在预备铃响前10分钟倒掉,迟到一次“奖励”洗垃圾桶一次。

总体要求:再安静一点!

再努力一点!

再团结一点!

再苦再难,也要坚持,只为那些期待的眼神!

班规通过后,只有严格执行才能产生效应,我和班长打了招呼,最近要密切关注班里动向,及时上报处理,才过了三天,就有三个人在课堂上睡觉被老师点名。根据班规,睡觉者400字检讨,同桌因没起监督作用100字检讨,并在讲台前宣读。开始,这六位同学总想逃脱在讲台前宣读这一处罚,但班规是大家制定集体民主通过的,在同学们强大的压力下,六位同学接受了处罚。

团结就是力量!用集体的力量,民主的方式能取得更好的效果!

4. 违反就寝纪律,上课迟到等——针对性“绿色”惩罚教育

巴班斯基说得好:“任何惩罚都必须同时有对产生这种或那种过失的原因和环境的分析”。“绿色”惩罚总是针对不同的时间、地点、场合、错误性质、程度以及违反者的个性特征,因人因事机智灵活地选择不同的惩罚措施,达到惩罚一次,杜绝一类错误行为,惩罚一人,教育一大片,形成一个良好班风的积极效果。怎样提高惩罚的有效性?惩罚方式要适应学生个性特征。对于偶然的不良行为应采取商讨式和对比式惩罚;对于严重违反纪律,以及多次重复不良行为的学生,应进行强制式惩罚。

我校住校生很多,作为班主任对学生就寝纪律的管理就是一个很麻烦的事。我班有五个学生宿舍,三个女生的,两个男生的,其中一个男生宿舍在宿舍卫生、就寝纪律等方面都经常要出问题。刚开始,每次接到值周班违纪扣分单时,我就交给宿舍长处理,可是这个宿舍里的几位同学间倒是很讲哥们义气,扣分的处罚大家轮着承担。每次扣分每次总有人接受班规惩罚,但每次还是要在这两个问题上再犯。我知道再让宿舍长来处理这件事已经没效果了,宿舍长是他们的“哥们”,而不是我的“哥们”。等我再收到这个宿舍违纪扣分单时,我先放着不处理,等我想好怎么办时我再来处理。后来我想,其实这个宿舍里的几位同学也没很大的问题,不就是有时要忘了倒垃圾,有时要在熄灯后讲讲话,这样的问题在90后的学生看来也许真不算什么。而且我以前的处理方法也使学生认为他们每次出问题时已得到了相应的处罚,于是他们就觉得对谁也不亏欠了。我想我要换一种处理方法了。

等我想好该咋办后,我把这个寝室的所有成员都叫到了操场上,刚开始我板着脸问他们知道我为什么把他们叫出来吗?他们都低着头说知道,那我就问那怎么处理呢?为什么这么大的人了还会在这样简单的问题上屡教不改呢?对此我很气愤,准备要好好行使一下班主任的权利,撇开有关班规重重“体罚”一下大家。我讲的很认真,不像开玩笑的样子,我说你们选吧,是每个人做50个俯卧撑,还是绕操场跑20圈?他们一下就没声音了,这两个选项没一个是能轻松完成的。看着他们都愣了,我问他们做50个俯卧撑或跑20圈操场我能从中得到什么好处?这个答案是不问而知的。接下来我换了个表情,对他们说其实这件事情还有个解决的办法,就是主动权在他们身上,让他们谈谈以后寝室里的这个老问题怎么处理呢?我走开了几分钟,让他们进行“几个男人之间的交谈”,几分钟后,他们向我走来了,由寝室长向我说,以后保证不再在这个问题上令班主任费心了,若再犯由寝室长带队到操场跑20圈,毫无怨言。

我们击掌为誓,然后轻松的离开了操场,其中有个学生说:“等一下回到教室,他们问起我们受到了怎么的处罚,我们就说我们跑了20圈加做了50个俯卧撑。”哈……

把问题的处理权交给学生,处理一些日常生活中的小问题,这可是个明智的选择哦!

5. 早恋、作弊、赌博等受处分后的教育——追踪反馈式“绿色”惩罚教育

惩罚教育的终极目的是为保护和规范学生的思想行为健康良性发展,不能简单地一罚了事,有必要进行惩罚后的追踪教育与信息反馈,这样既彰显了教师对学生一如既往的关爱,又便于教师适时调整惩罚的力度和方向,提高惩罚教育的效率,消除惩罚教育的后遗症。那么如何进行追踪反馈呢?我在班里对那些受过处分的学生实行过下面这种制度。

善行积分制:由教师和学生组成善行积分审核小组,对受处分学生提出“善行积分”目标,并要求在规定的时间内达标。善行包括严格遵守学校各项规章制度,积极参加学校班级组织的活动,各种好人好事,在处分考察期内当积分达到相应分值后,该学生有权提出撤消处分申请,班主任学校,学校将及时给予批复。具体如下:

学生善行跟踪记载、审核表

姓名: _____

记载时间: _____

| | |
|----------|-----------------------|
| 善行表现(自述) | |
| 善行评价 | 证明人: _____ 评价人: _____ |
| 善行加分 | 审核人: _____ |

这个制度的目的是旨在让学生明确违纪是要受惩罚的,只有通过自己积极的善意的行为或实践活动才可以弥补过错和承担责任,并积极改变自己的问题行为。这种追踪反馈式制度实行后,受处分学生积极参与,在改进自身行为的同时也增强了责任感。

四、实施绿色惩罚应注意的问题

许多惩罚教育的失败,往往并不在教育者缺乏严厉,而在于施教者往往一罚了之,未能及时巩固教育的效果。当前,由于学生所处社会多元环境的复杂和学生心理发展的不平衡等诸多特点,

学生的思想教育往往要经历一个曲折的反复过程，忽视这一点，则易导致急切近利式的粗暴训斥甚至体罚。为此，教师在实施惩罚后要及时补课，对症下药，准备好下列补救策略：

1. 补情感。教师的批评是否过于严厉、苛责，惩罚中是否投入情感，这些都要及时地总结反思，并开诚布公和学生谈谈自己的感受，让学生感到老师一直在关注着、牵挂着自己。

2. 谈认识。惩罚前一定要让学生知道错在何处，为何犯错，为何受惩罚。惩罚是为了加强学生知错、改错的责任感，如果罚前学生认识不够，那么处罚之后，要动用一切积极因素，让学生把缺点、错误认识透。

总之，作为教育工作者，一定要树立教育人本论观点，对学生采用“绿色”惩罚教育。即惩罚教育的重点应放在尊重和唤醒学生的主体意识，注重个体生命生长、生命本体的活跃，强调尊重、关心、理解与信任每一个学生，在教育工作中创造出和谐、宽松的教育“生态环境”，使每个学生生动、活泼地发展个性，完善人格。

结束语

泰戈尔说过：“不是锤的打击，而是水的载歌载舞，才能使鹅卵石臻于完美”。多错误往往是自控力差造成的，并不是认识上有问题。对这样的错误。讲多少道理，往往都是白费口舌，不妨“罚”他做一件好事来弥补。这种方法可消除犯错误学生的心理负担，还可以增强他们的集体荣誉感，学生也更乐意接受；班主任工作呼唤“绿色惩罚”策略，如果我们多讲究一点惩罚艺术，多一些巧劲和柔性，相信我们的教育会更深入人心，更有生命力，学生心灵的天空会更明朗，自我教育能力也会逐步提高。

成功的教育总是充满爱的教育，第一，在不挫伤学生自尊心和学习积极性的基础上，以理智和宽容的态度教育学生；第二，要有耐心细心，春雨润物细无声；第三，讲究策略，目标明确，罚前要备课，罚中讲绿色，处罚的出发点和终结点是爱。罚后有应策及时巩固处罚的结果，让学生感到老师在真正的牵挂他。绿色是早春破土的小草，是枝头舒展的嫩芽，舒展膨胀，奋力冲撞，迎接金色的阳光。绿色象征旺盛的生命，绿色的课堂呼唤日中有人。绿色昭示发展，绿色的课堂书写绿色人生。

高中不同阶段常见心理问题分析及活动建议

临安市昌化中学 张艳丽

【摘要】 高中阶段是整个人生十分关键的时期，是少年向青年转化的前期。他们的心理和生理都发生着巨变，有许多微妙的特点，如既成熟又不成熟，既是孩子又是大人，因此，容易出现这样或那样的心理问题。如果针对高中不同年级的学生的共性问题进行阶段性的、有针对性的指导，会起到预防的作用。因此，我做了一个简单的调查，了解到高中生不同阶段容易出现的共性问题，并在此基础上给出相应的活动建议。

【关键词】 高中生 阶段心理问题 调查分析 活动建议

1. 问题的提出

在科学技术迅猛发展，生活方式、学习环境及人际关系不断变化的现实生活中，产生心理症状乃至心理疾病的人日渐增多。据美国心理卫生组织统计：有20%的人存在着心理障碍问题，其中青少年期为易发期、初发期或多发期。80年代末，赵国秋等对3000名大中学生进行了统一调查，结果发现有18.79%的高中生存在着较严重的心理障碍。

心理问题产生的最初年龄一般为13-18岁。高中生不但心理问题的发生率高，而且心理问题的症状表现较为多样和明显，如适应不良，性格孤僻，忧郁焦虑，疑神疑鬼，行为怪异等等。如果针对高中不同年级的学生的共性问题进行阶段性的、有针对性的指导，会起到好的预防作用。

关于高中生心理问题的研究有很多，但是高中生不同年级不同阶段是否存在共性问题很少有人进行系统的研究，为此对高一、高二、高三不同年级的学生进行了简单的抽查，并对抽查的结果进行分析总结，在此基础上，针对高中不同年级及不同阶段存在的问题给出相应的活动建议。

2. 研究方法

以调查法为主，结合多年来个别心理辅导以及心理辅导课所遇问题进行研究。在具体操作中首先设计开放性调查问卷，然后回收问卷，整理、分析，根据调查结果总结，分析，提出可行性活动建议。

2.1 研究工具

自编调查问卷：我的心路历程 2008（上）

| | 阶段 | 我的烦恼（学习、情绪、交往等） |
|-----|------------|-----------------|
| 阶段1 | 开学——第一次月考 | |
| 阶段2 | 一次月考——二次月考 | |
| 阶段3 | 二次月考——期末 | |
| 阶段4 | 目前（开学到现在） | |

注意：①考试是重点高中的学生很在意的事情，每一次考试前后都会有很多学生进行辅导，所以我以考试作为阶段节点。

②我把心理问题改成“我的烦恼”，目的是学生更能接受与理解。

2.2 调查对象和方法

调查对象为高中三个年级的学生。其中高一为两个班，共108名学生；高二为四个班，共218名学生；高三为三个班，共159名学生。其中高一未分文理班，所以一个重点班，一个为普通班；高二一个文科班，一个文科重点，一个理科班，一个理科重点班；高三为一个文科，一个理科，一个重点班。（部分调查记录见附件1）

3. 调查结果

经过调查，选择大部分的同学认同的心理问题，分年级总结如下（见附件2）：

3.1 高一共108名学生，调查结果如下：

| 阶段 | 我的烦恼（学习、情绪、交往等） |
|-----|---|
| 阶段1 | ①地理环境：对学校环境不熟悉，有些地方找不到 ②交往：和同学语言不通，好友在异地，觉得很孤独 ③学习：学习负担和初中相比加重很多，跟不上节奏，跟不上老师的讲课速度 ④生活：要自己洗衣服，作息时间不适应，想家 ⑤态度：不清楚自己的位置，感觉不受关注 |
| 阶段2 | ①感觉到高手如云，有一种失落感，也感受到学习的压力。 ②第一次月考，打击了自信心。 ③找不到好的学习方法 |
| 阶段3 | 投入学习，感到疲劳和学习压力 |
| 阶段4 | ①生活习惯：作息时间没有从假期中调整过来，怕跟不上 ②选文还是选理 ③迷茫：学习无计划，无目标，不知道如何找到适合自己的学习方法 |

3.2 高二共218名学生，调查结果如下：

| 阶段 | 我的烦恼（学习、情绪、交往等） |
|-----|---|
| 阶段1 | ①怀念：想以前的同学、朋友、老师 ②困惑：我是否适合读文（理）科 ③迷茫：无法准确定位，对新学期的目标很迷茫，不知道学习的真正目的，没有学习的动力 |
| 阶段2 | ①觉得学习生活越来越枯燥 ②情绪不稳定，喜欢胡思乱想，心思没有完全用在学习上 ③怎样提高自我约束能力 |
| 阶段3 | ①选择A类还是B类 ②学习兴趣与信心减少 |
| 阶段4 | 重新适应新的学习节奏，有危机感 |

注意：普通班进重点班的学生容易感到自卑、孤独，一方面由于自己原来在普通班，一方面由于原重点班很多学生本来就很好。