

# 静待 花开

*Jingdai  
Huakai*

上海市特级教师特级校长联谊会 编

—— 百位特级谈育人智慧

下



上海教育出版社  
SHANGHAI EDUCATIONAL  
PUBLISHING HOUSE

SHANGHAIJIAOYUCONGSHU  
上海教育丛书

# 静待 花开

*Jingdai  
Huakai*

上海市特级教师特级校长联谊会 编

—— 百位特级谈育人智慧

下



上海教育出版社  
SHANGHAI EDUCATIONAL  
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

静待花开：百位特级谈育人智慧：上下 / 上海市特级教师特级校长  
联谊会编. — 上海：上海教育出版社，2020.8  
(上海教育丛书)  
ISBN 978-7-5720-0225-0

I. ①静… II. ①上… III. ①学校教育—德育—研究  
IV. ①G41

中国版本图书馆CIP数据核字(2020)第126147号



策 划 刘 芳  
责任编辑 邹 楠 李 玮 戴燕玲  
封面设计 陆 弦

上海教育丛书

静待花开：百位特级谈育人智慧 上下  
上海市特级教师特级校长联谊会 编

---

出版发行 上海教育出版社有限公司  
官 网 www.seph.com.cn  
地 址 上海市永福路123号  
邮 编 200031  
印 刷 上海中华印刷有限公司  
开 本 700×1000 1/16 印张 43 插页 5  
字 数 605 千字  
版 次 2020年8月第1版  
印 次 2020年8月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5720-0225-0/G·0176  
定 价 108.00 元(全二册)

---

如发现质量问题，读者可向本社调换 电话：021-64377165

# 目 录

## 用心陪伴,静待花开

坚持育心与育德相结合,培养学生健全人格。成绩只是一时,成功常在一事,而成长才是一生。



扫码听音频

短信背后的心理陪伴故事	杨敏毅	...2
守望者	徐 红	...8
孩子,我愿成为你成长路上的“罗德尼”	戴耀红	...13
为生命打底色,为心灵筑情怀	王伟娟	...19
爱是最好的教育	李 玲	...24
用“大道理”解决“小问题”	王白云	...29
做一个“懂”孩子的幼儿教师	龚 敏	...34
为学生插上一双“隐形的翅膀”	杨 珊	...39

指向学生成长的智慧	陆敏	...46
课堂内外的两件小事	汪德武	...51
用心陪伴,静待花开	吴雪梅	...56
走心、用情	沈桂弟	...62
我眼中的幸福	陈红梅	...67
想让他们好好爱自己	王莹	...73
幸福,因学生帮你锁住爱的记忆	李峻	...79
“老干部”的特权	王律言	...85
成为一名真正的“孩童教师”	黄敏君	...90
不过是播种望花开	顾燕文	...95

## 学生为本,提升管理的艺术

从学生的健康成长成才出发,用心营造,在各类教育管理岗位上为学生擘画美好的未来。



扫码听音频

文化育人在路上	张小敏	...102
高中学生自主管理的潜能是无限的	仇忠海	...108
呵护理科班孩子们茁壮成长	叶佩玉	...113
由我的老师而想到的……	张志敏	...121
拨动心弦的育人故事	陈镇虎	...126
有了好老师,才有好学生	卞松泉	...131
教育,从辨别儿童需要开始	郭宗莉	...137
由两则案例引发的有关“教育惩戒”的思考	方培君	...143
追寻金色的梦想——市三女中的昨天、今天和明天	徐永初	...149
由“恰恰”引发的对幼儿园立德树人的再思考	蒋静	...155

烟花因时而“灭”，教育借机而“燃”	赵国弟	...162
创设“杏品育人”情境，践行立德树人	郁利锋	...168
青春之美 爱与担当	季洪旭	...174
新竹高于旧竹枝	杨 荣	...180
致“在一起”的芳年华月	方红梅	...186
“断肠人”离家走“天涯”之后	张亚东	...191
不一定第一，但绝对唯一	吴庆琳	...197
建构赋权增能的德育生态圈	周云燕	...202
社会实践活动，我们这样做	吴亚军	...207
让你我的青春更加明媚	虞晓贞	...212
不辱使命携美行	曹晏平	...217
小契约里藏着大教育	李百艳	...223
匿名短信引发的思考	许晓芳	...228
惩罚教育背后教师的面子与学生的尊严	张 治	...233

## 教学相长，成为更好的自己

学然后知不足，教然后知困，在教与学的研习中，在学习共同体中生发出新的教育智慧，开拓教书育人的沃土。



扫码听音频

教师可以写些什么	杨先国	...240
用教育智慧陪伴每一位学生的成长	纪明泽	...245
学做育人的教师	朱连云	...251
潜心研究，引领教师专业成长	王凤春	...258
在研究与实践中引领教师共成长	严 明	...265
正在生成的未来	花 洁	...270

践行课改 服务教学	任升录	...278
无限星空中的跋涉	冯景华	...285
在文化遗产中培养“汇学型”人才	曾宪一	...290
培育种子,撒在教书育人的沃土上	汤青	...295
从“逛博物馆”到“博物馆学习”	梅守真	...300
编后语:陪伴孩子慢慢成长	孙鸿	...307

# 用心陪伴，静待花开

教育是为人生打好底色，点亮生命的事业，教师在教育中扮演着多样的角色。教师是发现者，“真心实意地去发现学生身上的亮点，并能开发成有效的教育资源”，创造出教育的奇迹；教师是陪伴者，倾听学生的困惑与感悟，分享着学生的喜怒哀乐，见证生命的成长；教师是守望者，守护着一届届学生生命中一段翠绿色的梦，让他们汲取扬帆远航的力量；教师是引导者，“以理性的态度对学生既有温度又有尺度的价值引导”，站在学生的立场去体验成长的悲喜；教师是“心理按摩师”，“让起皱的心灵得到安抚，让蛰伏的心智得以开发，让每一个孩子的心田都成为一片可供耕耘、可望收获的天地”……

学生的成长有着自身的节奏与个性特征，学习成绩只是成长中的一个方面，更重要的是形成健全的人格。教师需要做的就是用心陪伴，静待花开，热爱学生，尊重学生，用教育智慧润物细无声地沁入每一位学生的心田。回首来时路，教师收获的是师生情谊、为人师的幸福。多年以后，还有学生记得那一次的促膝长谈，谈起一件尘封的往事，重燃青春的梦想。这便是守得花开的幸福吧。



扫码听音频



做一名  
可亲可敬可信  
的心理陪伴者

**杨敏毅**，1981年参加教育工作。上海市心理学科特级教师，正高级教师。毕业于杭州师范大学，曾任上海市七宝中学心理健康教育中心主任，教育部“国培计划”心理项目培训专家，华东师范大学兼职导师，闵行区名师工作室主持人。获得上海市2011年“教书育人楷模”、2011上海教育年度新闻人物、上海市“三八红旗手”、首届全国学校心理辅导“辅导之星”、首届全国中小学心理健康教育“十佳教师”、全国心理健康教育卓越教师等荣誉称号。主要专著共计10部，有《中学生心理辅导实用技巧与案例》《学校团体心理游戏教程与案例》《是谁送来红玫瑰》《团体心理游戏设计与案例》以及《读懂》系列丛书五本（小学生、初中生、高中生、家长、教师），其中有三本专著分别被评为2015年、2016年、2017年度影响教师的100本书之一。

## 短信背后的心理陪伴故事

杨敏毅

每年的9月是学校的开学季,熟悉的学生毕业离开,陌生的孩子入学到来。作为心理老师的我,就是在这离别与相逢中,经历着人生的岁月体验和职业的心理陪伴。

高考放榜日是我非常开心的一天,因为先后收到了三位高考学生发来的报喜短信。短信内容为我带来了三段难忘的回忆,曾经陪伴他们艰难成长,今天分享他们快乐收获。

### 他站立在成绩的“波峰”上

小刚同学发来短信:

杨老师,您好。

昨晚当我知道了自己高考成绩554分的那一刻,真是万分高兴、万分激动。多亏您在我低迷时开导了我,让我渡过难关,走到了今天成功的这一步。这人生的重要经历,我会永远铭记在心。我真心地希望有更多迷失的孩子,在您的鼓励下找到正确的方向。最后祝您身体健康,万事如意,合家幸福!

小刚是一位目标锁定清华大学的优秀学生,但因为心理紧张焦虑,模拟考试成绩常常是“波澜起伏”,令家长、老师们总为他捏把汗。他自己也不知道,高考的成绩会是他的“波峰”还是“波谷”?在考前的心理辅导中,我曾问过小刚一个问题:

“你每天都处于紧张状态,在担心什么?”

“我的考试成绩像坐‘过山车’一样,忽高忽低很不稳定,我怕高考正好是‘波

谷’状态,担心高考会考砸。”

“考试会出现超常发挥、正常发挥和失常发挥,你希望自己的高考是怎样的表现?”

“当然是超常发挥喽,但我担心出现失常表现。”

“什么是超常发挥?就是超过自己实际能力的表现,这是件难事,也是小概率事件,更是可遇不可求的结果。你期待自己能超水平发挥,其实是在期待奇迹发生。面对我们无法把握的事,当然会出现心神不定的焦虑感。假如,我们以平常心去力求正常发挥,那是完全有把握的事,就能做到胸有成竹的淡定。有了一份自信与沉着,完全可以杜绝失常表现。论你的学习基础、综合能力,只要保持正常发挥,考入清华大学的目標完全可以实现,不是吗?”

经历了考前三个月的心理陪伴,今天我终于看到他站在了成绩的“波峰”上,享受成功的喜悦。

小刚同学,你好。收到你的短信,看到你的成功,分享你的快乐,我真的很开心,衷心地祝福你。

我给他发出了祝福的回信。

## 他实现了自己的追梦历程

小孟同学发来短信:

杨老师,您好。

学生在此向您报告:我的高考成绩498分(裸分)。哈哈,看来我的理想目标可以达成了。谢谢您的指导与鼓励,让我完成了从保底目标到现实目标,最后冲刺达到理想目标的历程。正像您说的:高考的前夕,我可能就处于面对黎明前的黑暗的恐惧与征服顶峰前落入谷底的绝望时刻。增强对胜利在望的信心,调整努力前进的步伐,坚持最后的努力,一定可以成功地登上胜利的顶峰。我现在能够清晰地感受到,你带领我去爬山看日出的用意。学生衷心地感谢您。

小孟同学是一位已经获得上海某重点大学自主招生加分的艺术特长生,但他

考前的情绪十分纠结。一方面因心仪大学、理想专业的召唤而怦然心动，另一方面因文化课成绩不佳而心惊胆战。通过近五个月的心理辅导，我让他明确了三个层次的努力目标：保底目标——无奈的选择、现实目标——努力后能够达成的状态、理想目标——心中追寻的梦想。

为了激发小孟同学追求希望的激情，我们相约去杭州登山看日出。记得在等待太阳升起的时候，面对眼前的黑暗，他表现出特别的紧张和焦虑。

天还没亮，我们早早地来到宝石山上的初阳台观看日出，东方开始露白，黑暗中有光明的希望，但很快又被云层挡住了。

“太阳会出来吗？我能看到日出吗？”这是小孟当时说得最多的两句话。显然，他在怀疑、在担心。

“不要着急，让我们一起等待，享受黎明前黑暗给予的启示。”我安慰他说。

地平线渐渐发红了，越来越亮，太阳慢慢地露了出来。一点一点，很慢很慢地和天空融合在一起，刺眼的金色阳光让每个人都睁不开眼睛。观日出人群中爆发出的欢呼声包围了整个山头，那种震撼人心的感觉让小孟同学难以忘怀。

“老师，现在我能感觉到什么是希望，什么是激情，什么是幸福。”他兴奋地说。

我也发现，从观日出回来，他的精神状态发生了很大的变化。我知道，他开始了自己的追梦历程。

## 她完成了令人震撼的沙画

小洁同学发来短信：

杨老师，您好！

报告您一个好消息，我查到高考成绩啦，我考了508分。真是令人兴奋，我能如愿进入师范院校，实现当教师的梦想啦。

想当初，我就像被困在汪洋大海中一只迷失方向的小船，迷茫、无助、恐惧。通过几次心理辅导，几次沙盘游戏，是您发现了我深藏心底的秘密——当一名教师的梦想。是您告诉我，该怎样为实现梦想而努力。

记得当时,我在沙盘中央放了一艘大船,在船上站着一位士兵,手里拿着望远镜向着右上方的宝塔眺望。您让我给作品取个标题,我把它取名为“扬帆起航”。在那以后的日子里,这场景深深地刻印在我的脑海中,也时常出现在我的眼前。

我清楚地记得,在我完成了那幅“扬帆起航”的沙盘作品后,您肯定地对我说:“小洁,你已经扬帆起航了,我们的心理辅导可以告一个段落了。”

谢谢您,陪伴我度过高三最艰难的日子,激励我为实现自己的梦想而开足马力前行。今天,我想告诉您,我用自己的行动完成了令人震撼的沙画。

高二那一年,小洁同学因身患疾病,无法到校正常学习。她不愿休学,就通过自学完成学业,尽管努力,但很多功课都落到了不及格的地步。病魔的困扰与学习的困难严重摧毁了她的自尊。面对充满红字(不及格的分数)的成绩单,她陷入了深深的自卑。无助与绝望让她萌发过轻生的念头。

家长打来电话求助,小洁也希望我能帮她摆脱困境。在来访者有求助意愿的基础上,我对小洁进行了为期六个月的心理辅导。

在心理辅导中,我重点采用沙盘疗法。在一次次的沙盘游戏中,我发现了她深藏心底的秘密——想当一名教师。我唤起她追求梦想的激情与动力,帮助她增强克服学习困难的信心与勇气。

最初的沙盘作品呈现的是迷茫、无助和空洞,渐渐地出现了希望、力量和目标。当沙盘作品中出现了“扬帆起航”的主题时,我提出结束每周一次的心理辅导,改为不定期的交流。我希望小洁能勇敢、独立地去面对高考的挑战。

在临考前的15天,我通过电话与她交流,告诉她,我始终关注着她并一直陪伴着她,我相信,她能够正常高考,能够实现梦想。

三条短信向我们呈现了三个真实的心理辅导的陪伴故事。小刚、小孟、小洁三位高考学生,每个人有着不一样的困惑与经历。但是,令人欣喜的是,他们都选择了心理求助。通过心理辅导,他们走出困境,收获各自的成功。

小刚同学平时成绩不错,在高三前的学业生涯中,是被冠以“优等生”称号的

一类学生。但为什么进入高三后,特别是在模拟考试中频频出现“波澜起伏”的不稳定现象?说到底还是“想赢怕输”的思想在作怪。一心想超常发挥,其实是将自己的成功悬系在“可遇不可求的”小概率事件上,是不可取的做法。

小孟同学是属于“中等水平”的普通生。学习基础不够扎实,学习目标不够清晰,在高考的竞争中,因压力重重而容易迷失方向。当他明确了三个层次目标的意义后,就能做到高处入眼、低处入手,既充满信心又不失脚踏实地,就可以达到“做最好的自己”的目标。

小洁同学是属于学习成绩不佳的困难生,帮助她的关键是重塑自信。因为客观原因造成了学习困难,她陷入自卑的境地。沙盘游戏让她发现自己、突破自己、整合自己。所以,我只是一个陪伴者,分享她的感悟,鼓励她的变化,见证她的成长。



# 护长容短 成全学生

**徐红**,1982年参加教育工作。上海市语文特级教师、特级校长,正高级教师。现任上海市实验学校校长,兼任创新人才教育研究会副会长。享受国务院政府特殊津贴。曾获全国科研型校长、全国特色学校先进工作者荣誉称号,曾获全国教育实验成果一等奖、上海市教学成果特等奖。主持高中创新项目“特需课程的设计、开发与实施”,市重点规划课题“基于课堂观察的教师测评系统”。著有《让每一个学生成为与众不同的自己》《护长容短——我的教育随笔》《教师专业发展学校的理论与实践研究》《谁是教育的敌人》《新教师百问》《时文阅读》《上海名师课堂——中学语文(徐红卷)》等。

## 守望者

徐 红

1994年，我带完一届高三班，直接轮回到初中起始班，担任语文老师兼班主任。一开始我还真不习惯。这个班级36人，10名女生，26名男生。一人一特性，很难有一个统一的规则约束他们。起初的一年，我跟他们斗智斗勇，应接不暇。即便在我的语文课上，他们也绝不会给你“一言堂”的机会，总会提出各种各样的想法。

比如班中的贺一帆同学，他总是这样开场：“徐老师，我想问个问题。”他好像故意要挑战我的权威，每次我讲解完一篇课文的分析，他总会抛出几个问题，有些我在备课的时候没准备过，看到我有些措手不及，他就会很得意地坐下，觉得这节课很有成就感。有时课堂里我和他因为一个问题，出招接招好几个来回，同学们像看好戏一样希望分出胜负，当然他们更希望老师输，然后下课一片欢笑。有时课堂里的争论发展到作文批改里，来来回回，乐此不疲。

夏亮节是另一种类型，头发总是梳得比一般同学整齐，衣服也总比一般男生整洁，他有一双很特别的眼睛，有点像梁朝伟，眼神里有些捉摸不透的东西。他是大队干部，平时话不多，一旦说话，大家都听。他写的字很娟秀，卷面很漂亮。上课不像贺一帆那么张扬，总是若有所思地微笑，不轻易发表意见，但是会在作业本里把他的想法详细地表述。如果说我和贺一帆是明里较劲，私下里我和夏亮节却非常的默契，常常一个眼神，心领神会。

史毅俊，大头，脑容量足，绝顶聪明。无论什么学科，在他的大脑里一经组织，很快高效准确输出，但是他不轻易表达。有一阶段，我看出他对高一届的一对双

胞胎姐妹中的一个有想法,我可能无意中点到了这一点,伤到了他极大的自尊心。他开始对我另眼相看,并且在课堂里频频使暗招。他博览群书,有时挑一本老子《道德经》跟你谈“道可道,非常道”,有时又挑一本《厚黑学》,讨论刘邦、项羽、曹操、刘备、孙权、司马懿等人物,探讨论证厚薄与黑白如何影响成败得失。我常常跟不上他的大脑运转,自叹不如。

就在我带班的第二年,这三位同学向我提议,想办一本文学刊物,我当时暗自庆幸,总算有一件可以共同做的事,就很爽快地答应了。

热火朝天的征集刊名的活动随即在班中进行,并通过投票选举,确定为《沐雨藤》,理由是它虽然很柔弱,但经得起风雨,虽然不起眼,但总能以翠绿的藤蔓展现生命的原色。又因为与原校报《沾露草》形成姐妹对,大家对刊名都颇为满意。这三位发起人成了主编、副主编。

接着是写稿、组稿、打字、电脑排版、校对、打印、装订,一切都由他们自己动手。他们还大胆提出杂志自己养活自己,他们负责兜售,一本两角钱,全部收入用于下一次的印刷。当捧着尚带着余热的第一期《沐雨藤》时,他们非常激动。副主编夏亮节写道:“我就像捧着自己的新生儿,他带着我们的体温、我们的爱、我们的希望。”创刊词写得很大气:“对于一株刚破土的嫩芽,我们所能做的是不惜付出一切代价,竭尽全力呵护它,为了使其枝繁叶茂,我们不断灌注文学的热情,为了使其生命延续,我们还要唤起低年级同学对文学的渴望。今天是《沐雨藤》的生日,待50年后,饱经风霜的它可安然无恙乎?”主要编委们还签了一张三年期的工作合同。

我真正地被学生们的诚挚所感动,我为他们的虔诚而虔诚,为他们的热情而热情,为他们的希望而希望,我向他们郑重承诺:只要我在学校一天,我会成为《沐雨藤》忠实的守望者!

大概出到第二期,《沐雨藤》创刊号的撰写者,主要编委之一李家栋要转学到上外附中去,据他说,家里有安排他出国的计划,第一步是让他去上外附中突击英语。编委们劝他: