



管理小案例
育人大智慧

高安绪○主编



中国海洋大学出版社
China Ocean University Press

管理小案例 育人大智慧

高安绪 主编

中国海洋大学出版社

· 青岛 ·

图书在版编目(CIP)数据

管理小案例 育人大智慧 / 高安绪主编. —青岛:
中国海洋大学出版社, 2019. 8
ISBN 978-7-5670-2072-6

I. ①管… II. ①高… III. ①中学—班级—学校管理
IV. ①G632.421

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 239479 号

出版发行 中国海洋大学出版社
社 址 青岛市香港东路 23 号 邮政编码 266071
出 版 人 杨立敏
网 址 <http://pub.ouc.edu.cn>
电子信箱 shifanbnu@163.com
订购电话 0532—82032573(传真)
责任编辑 史凡 电 话 0532—85901984
印 制 青岛国彩印刷股份有限公司
版 次 2019 年 11 月第 1 版
印 次 2019 年 11 月第 1 次印刷
成品尺寸 170 mm×230 mm
印 张 7.5
字 数 120 千
印 数 1~1000
定 价 38.00 元

发现印装质量问题,请致电 0532—88194567,由印刷厂负责调换。

编 委 会

顾 问 朱清文

主 编 高安绪

副主编 高洪国 方明武 刘 斌

编 委 张 芮 刘海勇 王爱军 曹延昭

冯 磊 陈 凯 陈立宝 赵后明

李清高 韩瑞友 宋建强 白 桦

华庆江 姜 霞 周玲妍

目 录

顺势而治	高安绪(1)
收服“女王”	方明武(3)
我的世界多了一个你	张 芮(5)
正确引领,树立合理可行的目标	刘海勇(7)
智慧引导,合理归因	冯 磊(9)
解决不利于学生身心健康的情绪问题	陈 凯(12)
引导学生负责任地爱	陈立宝(14)
守得花开见月明	宋建强(16)
额前飞扬的小辫	王记美(18)
走出青春之路的迷茫	张 丽(21)
问题学生,对症下药	华庆江(23)
怀揣泥土终为瓷	汤启彬(25)
风雨之后见彩虹	马杰宝(28)
“刺头”转化记	李瑞文(30)
我和不愿说话的“社会哥”	藏桂娟(34)
“不夜人”	黄杰鑫(36)
一封神秘的来信	范宣文(39)
摆脱依赖,做回真正的自己	王英名(42)
润物无声,做孩子心灵的守护者	李金城(44)
巧治“怪病”	刘 强(46)
爱如潮水,疏导为上	周玲妍(48)
用“三心” 促后进	曹延昭(50)
如何适时为陷入困境的学生指点迷津	李清高(52)
如何帮助学生走出“高原期”	迟明磊(55)
爱是最好的教育	白 桦(58)
“抱团”学习,合作共赢	王芸香(60)
为学生点燃激情的火把	郑召叶(63)

春种一粒粟 秋收万颗子	姜 霞(66)
“堵”“疏”并举,百舸争流	刘加国(68)
让出我的舞台	宋 蕾(70)
爱,伴你一路同行	丁秀霞(72)
这一次,我“撒谎”了	徐啟超(74)
循序渐进,叩问心灵	赵晓艳(76)
春风化雨,润物无声	乔钧庆(79)
放飞心灵,拥抱未来	韩瑞友(81)
家校沟通育桃李	曹延昭(83)
让学生顺利度过学习“高原期”	韩 琨(85)
搭建与“叛逆女孩”沟通的桥梁	张青华(87)
用心接手新班级 “后娘”变“亲娘”	高洪国(90)
及时沟通,化解矛盾	刘 斌(93)
共情与规范齐飞	王爱军(95)
解决师生矛盾的另一把钥匙	陈 凯(97)
找准撬点 协调平衡	陈立宝(99)
一封来信引发的“风波”	冯 磊(101)
做学生的知心朋友	刘红娥(104)
春风化雨,甘为人梯	辛金芝(106)
用师爱融化“陌生”	李 超(108)
当学生说“老师从来没有关注过我”的时候	程 波(110)

顺势而治

胶州市实验中学 高安绪

背景分析

受学习压力大、上学动机不明、管理制度严、活动少等诸多因素影响，寄宿生在校期间很容易形成情绪上的“堰塞湖”。累积到一定程度，这种不良情绪便形成一种强大的“势”，一旦爆发，对学生本人、班主任工作，乃至整个班级都会造成不利影响。

教育经过

6月是考试月，普通班的学生因为高考、中考和八年级会考都已经放假回家，唯有直升班的学生还都留在学校。由于没有放假，学生出现了各种浮躁现象。喜欢篮球、足球的男生都会利用饭前、饭后时间到操场去活动一会儿，还有部分女生以各种借口请假回家。我早就注意到了他们的状况，但因为高考、中考和八年级会考考务工作繁忙，我实在是没有条件组织合适的活动去缓解学生的不良情绪。

为此，八年级会考一结束，我马上和学生进行了沟通。磊是这个小组的代表，活泼好动，喜欢体育运动。我让他发表自己的观点，他直言道：“我的一颗小心儿早已经插上翅膀飞出了教室，飞越了教学楼，飞到了操场的上空。”其他学生闻言，都大声附和起来：“老班，出去放放风吧，脑子都转不动了！”我理解学生们当时的心情。学习效率“惨不忍睹”，怎么办？堵不如疏，顺势而为，是为上策。学生们坐在教室里也是心猿意马，我不如满足他们的想法。一开始，我们自己班级内部开展篮球赛、排球赛等，后来学生们不尽兴，我们又联系其他班级开展小型对抗赛活动，学生们玩得不亦乐乎。活动的时候一见了我的面，磊直接抱着我喊：“绪哥，你太好了！”这样的活动连续开展了两个周后，学生们的情绪得到了适当地调适，无论是上课还是自习，他们的效率又恢复到巅峰期。而这个小组斗志的重新燃起，又促进了全班学习氛围的改善。把握学情，因势利导，成功地化解了“学习危机”。

冬至到了，但这个冬至没有碰上大休，学生们注定要在学校度过这一天。空气里饺子诱人的香味勾起了学生们想家的情绪。我假装不知道？肯定不行！如果就这样睁只眼闭只眼过去，那冬至的晚上得是一个多么难熬的没有节日味的夜晚！弘扬传统节日文化为什么不能从我们做起呢？说干就干，我立刻联系了家委会，把自己的想法告诉了家委会。我的想法得到了家委会的大力支持。于是，我们便静等着在晚饭时给同学们一次惊喜。晚饭铃响时，我和家委会成员们立刻走进教室，手里拎着做好的饺子，猪肉白菜馅、鸡蛋黄瓜虾仁馅、牛肉馅、鲑鱼馅等，每样都准备了好几盒。

饺子不能白吃,我提议,每一个学生都要针对冬至这一节日,谈谈自己的想法。可想而知,几乎所有学生都是围绕着饺子抒发自己的想法的。有抒情的,有写诗的,还有实在憋不住,偷偷先塞了个饺子进嘴里,含混不清地说了几个字就立刻坐下的。无论如何,学生们心里面那点压抑不住、有可能像火山那样爆发的欲望被我们及时化解了。这个冬至夜,教室里尤其安静,学生们学习效率尤其高。我能观察到,学生们写作业时,脸上是挂着微笑的。

案例点评

在这个世界上,似乎存在这样一种现象——真正稳当的东西都处在动态之中。比如陀螺旋转,真正会抽陀螺的人,总是不停地让陀螺旋转着,旋转就是它的价值;等陀螺一旦静止下来,就失衡了,就倒地了,所以动态是最好的平衡。

自行车如果静止摆在那儿,得靠支架才能立住,但是骑起来以后就不会倒地。为什么?因为它在动态中保持了平衡,平衡就是一种势。

为什么要掌握这种平衡?为什么要顺势而治?

首先,班主任是学校制度最终落实的保障者。换句话说,学校制度的落实,要靠班主任冲在最前面,班主任是和学生的直接接触者。两者之间一旦产生矛盾,对立有可能会逐渐累积,班级的整体发展就会受到影响。

其次,班主任在执行学校的制度时,如果强行推进,必然会和学生之间产生摩擦,不利于制度的落实。即使最终强行落实,那也是硬着陆,也会为日后的班级管理留下很多隐患,如人心背离。

因此,在执行学校制度的时候,我觉得都不应该简单地做一个执行者或者传话筒。在不违背学校制度大原则的前提下,应该在制度与学生的利益之间寻找一个平衡点,既能保证学校制度的软着陆,又能保证对学生利益的冲击控制在学生可接受的范围之内。

收服“女王”

胶州市实验中学 方明武

背景分析

班级里经常会出现或大或小的“团伙”，这些“团伙”中，有些发挥着正能量，有些却具有“杀伤力”“破坏力”。对于后者，如果管理不好就可能使班主任焦头烂额，进而破坏班级的战斗力；如果管理得好，就能使他们成为班级冲锋陷阵时不可或缺的力量。

“擒贼先擒王”，这种在作战中常用的方法用在解决班级中那些具有“杀伤力”“破坏力”的“团伙”“帮派”问题上非常有效。

教育经过

2013年秋，我接任一个成绩和管理都特别差的“双差班”的班主任。班里有一个以“女王”娜姐为主的8个女生组成的“朋友圈”——“青春美少女队”，她们经常闹得班里鸡犬不宁。

我刚接任的时候，“女王”和那个“青春美少女队”似乎很给我这个新班主任面子，没闹出什么大的动静，而且还时不时地表现出她们优秀的一面。可是，好景不长，她们的“庐山真面目”很快就暴露出来了。

一天，我正在办公室备课，班长匆匆跑来，说班里“炸锅”了，让我快去教室看看。

赶到教室一看，那个“女王”娜姐不知从哪里弄来的一只宠物鼠从笼子里跑出来了，吓得“青春美少女队”和班里其他几个女同学嗷嗷叫，有几个男同学正追打着……

我忍住怒火，把娜姐叫到了办公室。我决定利用这次机会，从转化“女王”开始整顿“青春美少女队”，进而整顿整个班级的秩序。

来到办公室以后，她像高二时那样，依然摆出一副满不在乎的样子。我强压住怒火，趁着倒水的功夫，进一步思考着如何“擒”下这个“女王”。

我并没有谈教室里刚刚发生的事情，而是先聊了她今天教室值日的事情，这样，我们的心情都可以稍稍平静一点；接着表扬了她昨天给发烧的同桌打饭的事情；然后我又问她感冒的事情，让她注意多穿衣服。渐渐地，她那高高昂起的头低了下去，声音也低了许多……最后我才让她说说今天为什么会出现这种情况。她说自己不是故意的，中午看到公园门口有卖宠物鼠的，觉得很可爱，就买了一只准备带回家给她弟弟玩。没想到这小东西把笼子门弄开了，偷偷跑了出来……说完后她感到很不好意思，并且主动承认了错误。

事情在向着有利的方向发展着,于是,我又从旁边拿了把椅子让她坐下。我从一个团队中首先要做一个受欢迎的人谈起,谈到了她的优点和缺点,谈到了她的人生规划……随着谈话的深入,她的态度也越来越诚恳。最后,她向我保证要努力上进,遵守纪律,并让同学们帮忙监督。

经过这次“宠物鼠事件”,她思想上渐渐要求上进了,行为也越来越收敛了。后来,经过全体任课教师和同学们的帮助,她渐渐变成了一个发挥正能量的学生。

“女王”发生了巨大变化,那个所谓的“青春美少女队”也在悄悄发生着变化,“破坏力”越来越小。在“女王”协助下,经过一段时间努力,我又比较顺利地“收服”了“青春美少女队”的其他成员,使她们都变成了乐于助人、积极进取的学生。她们在文艺演出、班级文化评比和运动会等许多方面发挥着巨大的作用,真正成了一支朝气蓬勃的“青春美少女队”。

案例点评

“打蛇打七寸,擒贼先擒王。”我之所以能在较短的时间内成功地“收服”了“青春美少女队”,是因为我首先成功地“收服”了她们的“女王”。当然,在这一过程中还应该注意以下几点。

(1) 运筹帷幄,未雨绸缪,即要提前备好课。

对于这些“王”或“头目”的脾气秉性、优点缺点、家庭情况、表现不好的原因甚至是个人喜好等等都要了解清楚,便于对症下药,因人施教。

(2) 要有“打持久战”的思想准备,不要期待一劳永逸。

“冰冻三尺,非一日之寒。”这些学生能成为所谓的“王”,而且是破坏力极强的“王”,一般是长时间养成的。我们不可能仅凭一两次的思想工作就能够把她们成功转化,需要长时间地耐心地做工作。

我的世界多了一个你

胶州市实验中学 张 芮

背景分析

随着国家“二孩政策”的全面放开,越来越多的高中生由独生子女变成家中二宝的哥哥或姐姐,不仅不能再独享父母的宠爱,还要接受父母把爱更多地给予刚出生的小弟弟或小妹妹的现实。而家长往往认为大宝已经长大懂事了,加上忙着照顾二宝,经常会忽略大宝的感受。有些孩子就会表现得比较极端,影响到了学习。

教育经过

2015年11月期中考试结束的第二天,我发现班上的女生小岩课间时独自趴在桌子上流泪,我就把她叫到办公室。

“小岩,是不是期中考试感觉考得不太好?如果是这样,不要紧的。刚上高中有很多同学会有成绩的波动,静下心来找到原因,下个阶段继续努力,以你的能力,再次进入班级前十没有问题。”

小岩哭着点了点头,接着又不断摇头,哭得更凶了。我觉察出了她的异样,便不再说话,递给她几张纸巾,轻轻地拍着她的肩膀。等她稍微平静些了,递给她一杯热水和一条温热的湿毛巾:“来,喝点水,擦擦脸,恢复咱们的小美女小岩。”她笑了一下后表情又转成了凝重,欲言又止。

“小岩,你懂事,能隐忍,但你们这个年龄的孩子更需要倾诉,别担心,说给老师听听,有问题咱们一起解决。”

“老师,我妈给我生弟弟了。”小岩终于开口了,“可我不想当姐姐!妈妈怀弟弟时身体不太好,爸爸为了照顾妈妈经常就让我到爷爷奶奶家吃住,其实我中考可以考得更好的!现在,爸爸妈妈的精力都在小弟弟身上,都没有人关心我的期中考试了!老师,我知道爸爸妈妈不容易,看见小弟弟我也很喜欢,可就是没办法静下心来学习,考试更是考得一团糟,我很害怕,这样下去我是不是就再也学不好了,呜呜……”

“谢谢你能告诉老师你的心里话。”我轻抚着她的肩膀,替她擦去脸上的泪水,“你小的时候爸爸妈妈很爱你对吗?”

“嗯!”她的眼睛亮了。

“能跟老师说说你小时候的事吗?”

于是她对我说起了小时候很多跟爸爸妈妈的开心往事,看着她的笑容重回脸上,我知道时机到了。

“爸爸妈妈不会因为生了弟弟就不爱你,他们会更爱你,只是他们认为你现在大

了,能照顾自己,加上这个时候你弟弟和妈妈都需要照顾,他们无法像以前那样关注你。但你知道吗?爸爸妈妈之所以要克服重重困难生下你的弟弟,他们其实是想给你多一份亲情,多一个你爱的和爱你的人啊。”

“今后,你除了可以跟爸爸妈妈谈你的高中生活、你的新朋友、你的新理想、你对未来的新规划外,你还可以跟弟弟说——等你长大了,姐姐带你去做你想做的事!”

“至于你的学习,你完全不用担心,老师相信你的实力,来,咱们一起加油!”

“谢谢老师!谢谢您!我知道该怎么做了!”她握着我的手,顺势给了我一个大大的拥抱,开心地跑回去了。

第二天我又跟她的家长进行了沟通,让家长理解小岩的感受——全家人的关注点都转移到了弟弟身上,她会一时难以接受和倍感失落。小岩家长也意识到了问题的严重性,在接下来的时间里加大了对小岩的关注度。渐渐地,她的性格重新开朗起来,成绩越来越好,2018年以优异的成绩考入了陕西师范大学。

看着小岩拿到大学录取通知书时灿烂的笑脸,我也笑了,我感到了做一个智慧型班主任的充实和快乐。

案例点评

随着国家“二孩政策”的放开,越来越多的孩子变成二宝的哥哥姐姐,从而“被长大”,青春期的孩子在这种冲突中往往很难坦然接受。他们苦恼、矛盾,甚至变得孤独无助,进而影响学习。针对这个问题,我有几点感悟。

(1)学会倾听:在学生情绪不稳定或不想诉说的时候不要急于做思想工作,要想办法让学生尽快平静下来,让他们先倾诉,而此时班主任需要做一个忠实的倾听者。

(2)找到“钥匙”:班主任在做思想工作时要找准学生问题的关键,找到开启学生心灵的“钥匙”,这样学生接受起来会更加顺利,效果自然就会更好。

(3)由点及面:针对小岩的问题我做了反思总结,意识到这可能是一个普遍存在的问题,所以我在班级里做了一个独生子女和非独生子女的调研,分别对几个有类似情况的孩子进行了谈话,对他们进行适时的指导和疏导,帮助他们度过心理上的关键时期。同时我们还举行了“我的世界多了一个你”的主题班会,班会上孩子们敞开心扉,畅所欲言,最后形成了一致看法——独生子女有独生子女的优势和不足,有哥哥姐姐的和成为别人哥哥姐姐的虽然不能独享父母的爱,但有了兄弟姐妹情,这是他们值得骄傲的地方。整个班会充满了爱,充满了对父母的感恩,充满了对未来的憧憬和展望。

多年的班主任工作让我越来越深刻地体会到:在纷繁复杂的班级管理,班主任的智慧起到了至关重要的作用。做智慧班主任,我会不断反思,不断学习,不断提升!

正确引领,树立合理可行的目标

胶州市实验中学 刘海勇

背景分析

高三上学期即将结束,这就意味着高三的时光已经过去了大半,通过几次班会的引领以及对每次考试的分析,许多学生由刚入高三的茫然、不适应,到现在的态度坚定、目标明确,状态越来越好。

临近元旦放假,为了让学生在元旦期间也能保持一个良好的学习状态,学校安排了一次月考,这引起了部分学生的不满,甚至抵触。当我宣布完考试的消息,之前表现一直不错的小薇同学跟我说,不想参加这次考试了,说着说着就哭了起来,因此,我打算利用第三节晚自习的时间跟她深入交流一下。

教育经过

晚三我和小薇来到教室边的自习室,我刚问了一句为什么不想参加本次考试,小薇情绪立刻变得激动起来,哭着对我说:“老师,我觉得在这个时间安排考试很过分,这个假期我已经期待了很久,我一直以这个假期为目标努力学习,但这次突如其来的考试让我感到很失落。”

“目标?”

“对啊,老师您之前不是给我们讲过日本马拉松运动员山田本一的故事,而且讲完后也让我们制定一个阶段性的目标吗?”

这时我才想起来,之前我确实给他们讲过一个故事。日本马拉松名将山田本一在自传中介绍了自己夺冠的智慧:每次比赛前,他都会对比赛的线路进行一次仔细勘察,并把沿途比较醒目的标志画下来,并将之设为目标。开始比赛时,他便快速向第一个目标冲去,到达第一个目标后,他又以同样的速度向第二个目标冲去……40多公里的赛程,被他分解成了这样的几十个小目标轻松地跑完了。

“小薇,那你觉得你把元旦假期当作目标和我所说的目标是一回事吗?”

“我觉得是一回事。”

“但是小薇,你想想山田本一每完成一个小目标他是怎么做的?他是不是停下来休息休息然后再跑?”

“好像不是的。”小薇想了想摇头说道。

“对啊,小薇,山田本一每次到达自己的目标地点后,他都是以同样的速度冲向下一个目标。假如说山田本一每到达一个目标地点就停下来休息,等他再开始跑,他要花费更大的力气才能达到之前的状态。”

其实学习和跑马拉松是一样的,需要一直保持一个良好的状态。因此,我之前所说的目标不是一个休息的时间点,而是你一直前行所经历的一个阶段性小结,就像每次考试一样,结束了,要有下一个目标继续引领你不断匀速地向前。你之前是不是也跟我说过你特别希望自己达到期中考试前的状态?”

“嗯嗯,是的,期中考试那段时间无论是上课还是晚上回家的自习,我感觉状态都特别好,因此当时的成绩也还不错,但是从期中考试之后,我感觉自己明显放松了许多,现在临近期末考试,我虽然一直很努力,但状态一直没有调整过来,成绩也一步一步下滑。”

“成绩的下滑是暂时的,你要相信付出总会有回报。咱们现在进行的考试其实就是一种检验、一种提醒,检验你是否达成了你这一次的目标,提醒你要制定下一个目标。因此当务之急是给自己制定一个合适的目标,一个总目标,若干小目标,要小步幅、高步频地往前走。在这个过程中,不能急,不能慌,而且设置的目标要是合理的、通过当前努力就能达到的。这样你在完成每个目标之后获得的满足感,会让你在接下来的前行中充满动力。这次考试虽然时间上安排得有点不合你意,但这就是一个很好的检验和提醒自己的机会。说到这里,你现在还抵触这次考试吗?”

“不会了,我会调整自己的情绪,然后给自己找一个正确的、合理的目标!”小微坚定地说道。

“老师一直相信天道酬勤,以你的自觉性和努力,实现你的终极目标只是时间问题,如果今后在学习中遇到什么困难,都可以来找我,我们一块去解决。”

“好的老师,谢谢您!”小微高兴地离开了。

案例点评

学生们现在的学习过程,就好比是在黑暗无际的大海上航行,四周漆黑一片,有的学生可能在摸索中慢慢前行,有的则在原地打转,还有的甚至会在本身所处的位置上后退,但如果这时候给他们一个灯塔,那航船的方向就明确了,而目标就恰恰起到了灯塔的作用。在日常教学中,如何引导学生建立明确的目标意识,设置合理可行的目标,并引导学生充分利用目标来展开学习,是一个非常重要的课题,需要班主任和任课老师的不断探索。这不仅是提高学生课堂效率的有效途径,同时也是提升学生自信心和源动力的必要手段。

智慧引导,合理归因

青岛西海岸新区胶南第一高级中学 冯 磊

背景分析

初入高三,很多同学心怀梦想,准备撸起袖子大干一场。但往往经过几次考试之后,梦想就会被现实击碎。有的同学会越挫越勇,有的同学则会灰心丧气,甚至自暴自弃。所以在考试之后能不能对学生及时进行及时恰当的有效干预,是培养学生学习意志力的关键。

本学年第一次模拟考试,小C同学的总成绩略有进步,历史单科分数也有所提高。平心而论,自进入高三以后,小C同学比以前努力很多,但由于学习习惯的问题,她在平时仍浪费了许多宝贵的零散时间。尤其是本次考试之后的这段时间,竟然有明显的懈怠情绪,所以我准备跟她好好谈谈。

教育经过

(课外活动时间,办公室)

师:小C同学,请坐。首先“恭喜”你啊,本次考试成绩取得“很大”的进步,不管是总名次还是历史单科成绩,都有非常明显的提升啊!

C:(诧异)谢谢老师,可是我这次考试考得并不好,没有“很大”进步呀。

师:怎么,你對自己本次考试的成绩还不满意吗?

C:嗯。

师:有哪些方面感觉不满意呢?说来听听。

C:……我的数学和地理,都没考好。

师:也就是说,你认为凭自己的实力,应该考更高的分数、更好的名次?

C:嗯,是的。

师:那你凭什么认为自己有这个实力呢?

C:(错愕)老师,我这段时间真的努力了,刷了很多习题,但还是没超过周围的同学。

师:噢,原来如此,你认为自己付出了许多,成绩却依然不如别人,所以你感觉很委屈。可请你回想一下,你认为自己这段时间真的努力了,是以什么为参照的呢?

C:(略做思考)我跟高二时的自己比,真的改变了很多。

师:嗯,上高三以后,你的确比高二进步了很多,这些老师们都看在眼里。可你有没有注意到,周围的同学有谁不比高二的时候努力呢?

C:……我不知道。

师:有这样的同学吗?

C:好像没有。

师:(笑)也就是说,升入高三以后,其实每位同学都比高二更加努力了。既然大家都在努力,为什么胜出的就应该是你呢?

C:(沉思)……

师:那我们可以换个角度来看,你认为与周围同学相比,自己是不是最努力的那一个呢?

C:……我不知道。

师:噢,那与同桌相比,你和她谁更努力呢?

C:我不如她。

师:你看,这就奇怪了,论基础呢,她以前学习成绩就比咱好……可论努力程度,咱却并不如她,你认为这合理吗?

C:是挺不合理。老师,我明白了,我知道问题出在哪儿了。

师:嗯,很好。你看,上高三以后,你比以前进步了很多,这一点是值得肯定的,老师们都看在眼里,说明你确实有积极向上的愿望。但你也应该明白,高考备考的过程其实就是一场“比赛”,我们不只是在跟过去的自己比,而且也在跟周围的同学比。我们的基础可能比别人弱,思考问题的速度可能也不如别人敏捷,可是我们努力的程度不应该比别人差。在任何时候任何环节,我们都应该做到全力以赴,这才是成绩进步的前提。

但是不是只要肯努力就一定会成功呢?答案是不一定的,这里面还有很多技巧。正如你所说,这次考试我们的成绩虽然有进步,但还远远没达到咱们的期望值,除了努力程度可能略有欠缺以外,应该还有许多具体的问题。来,把你的历史答卷拿出来,咱们一起来分析一下好不好?

C:好的。

……

案例点评

心理学认为,个体在归因的过程中,对有自我卷入事情的解释,往往带有明显的自我价值保护倾向。在成功时,个体倾向于内归因,有利于自我价值的肯定;失败时,外归因则减少自己对失败的责任,这是一种自我防卫策略。学生在考试之后感觉成绩不理想,总会有意无意地从试题质量、人际关系等客观方面为自己找借口,而不自觉地忽视了对主观能动性、学习过程、知识理解等主观方面原因的挖掘。学生对自身问题的归因倾向会引导其下一步的行为模式,不仅关系到其学习成绩能否进一步提升,甚至还会影响到其人格特点。

在我与小C同学的交流之初,她沉浸于自己的低落情绪不能自拔,虽然自己

的成绩有所提升,但仍认为自己的付出没有得到应有的回报,感到委屈。这是只看到了自己付出的一方面,而忽视了周围同学的努力,属于归因不当。在我引导她思考的过程中,她多次用沉默或“我不知道”来应答,这其实是一种心理上的防卫机制。在摸清她的基本想法后,我没有跟随她回避问题,而是不间断地用更具体的问题来引导她直面自身努力程度不够的事实,最终让她心服口服,认识到了自己的不足。