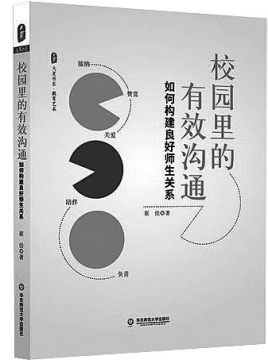


构建良好师生关系的五个关键词

□蒋健



教育学是一门关系学，而在学校里，最重要的关系就是师生关系。心理学家罗杰斯说：“成功的教育依赖于一种真诚的理解和信任的师生关系，依赖于一种和谐安全的气氛。”可以说，没有良好的师生关系就不可能有教育的力量。

那么，如何构建良好的师生关系呢？最近，我阅读了河北大学崔佳博士的《校园里的有效沟通：如何构建良好的师生关系》一书。对师生关系有了全新的认识。崔佳博士在书中提炼了构建良好师生关系的五个关键词，即接纳、赞赏、关爱、陪伴、负责。这五个关键词，包含了她的成长经历、教育经验和专业视角。全面、深刻又生动的解读，无不让我拍手称庆。我认为，这是一本值得每个教师，无论是新教师，还是老教师阅读的书籍。

本书最大的特点是在分析每一个关键词时，都会先用几个问题让教师重新“审视”自己，然后再“剥洋葱”般让教师逐步深入了解，最后再对每一章进行小结提炼。不仅有理念的分析，还有案例的论证，更有操作的策略。

“你接纳你的学生吗？”“你会赞赏学生吗？”“你关爱学生了吗？”“你陪伴学生了吗？”“你对学生负责了吗？”每一章开篇的“灵魂拷问”，无不是在问——“你真的懂教育吗？”

关于“接纳”，崔佳认为，接纳学生是一切师生相处之道的基础性要求，也是一切教育的起点；接纳的最高境界是无条件接纳。接纳学

生，就是接纳这个人，这个成长中的人，这个可能会犯错、可能会失败的人。无条件接纳，是没有任何附加条件的接纳，不以成绩论、不以表现论，是一视同仁的接纳，是无差别的接纳。但是，要做到无条件接纳是非常不易的事。为此，崔佳在书中提出了一些建议。比如，无条件接纳学生首先要学会失望，就是要以平和的心态看待学生，理解他们的不适应和完美。又如，无条件接纳的首要秘诀就是区分学生和学生的行为，要站位学生视角、不加任何评判地倾听学生等。

关于“赞赏”，崔佳认为，没有我们从头到尾都不喜欢的学生，只有不努力寻找喜欢点的教师。不习惯于赞赏学生、不善于赞赏学生的教师，是不可能让学生产生“好感”的。作为教师，每天都在与学生接触、打交道，怎么可能看不到学生身上的“闪光点”，除非他的眼里根本就没有学生。崔佳在书中写道：“从行为主义心理学的观点来看，关注学生的良好行为并对其进行赞赏，将有助于这种行为的再现。”因此，每位教师都应该有一双看见“美”的眼睛，还要有一张赞赏“美”的嘴巴。赞赏也是有技巧的，不能充斥“虚假”。在书中，崔佳就介绍了一些策略，比如赞赏学生的外表、行为、能力、价值观和身份等。同时，她还特别指出了“赞赏时不能额外提要求”“不要重复赞赏同一件事情”等注意事项。

关于“关爱”，崔佳说：“被关爱是人一生的需要。没有爱，学生在学校里的生命就处于枯竭状态。”爱学生人人都会说，但如何爱得到位、爱得真诚、爱得深刻，却不是每个教师都会的。现实是，教师“以爱之名”，学生“无爱之感”。那么，什么是真正的“关爱”？崔佳认为，“关注即关爱”“了解即关爱”“服务即关爱”“尊重即关爱”。只有关注学生，才会看见学生；只有了解学生，才会认识学生；只有服务学生，才会影响学生；只有尊重学生，才会赢得学生。当然，关爱也是有度的。一言以蔽之，就是关爱不等于牺牲、不等于溺爱、不等于偏爱。

关于“陪伴”，崔佳认为，真正的陪伴是与学生眼神交流，倾听他的心声，看见他的需求，陪伴他做他想做的事，与他高质量对话。陪伴，不仅需要时间上、身体上的陪伴，更需要精神上、心灵上的陪伴。“陪”是陪伴的前提，“伴”是陪伴的关键，只有“陪”却没有与学生形成“伴”的关系，不能称之为真正的陪伴。正如崔佳强调的那样，陪伴需要注意力集中，不敷衍、不应付，要全神贯注地陪伴；陪伴需要耐心等待，要给予学生成长的时间和空间；陪伴需要日常用心，要珍惜与学生相处的点点滴滴；陪伴要有活动载体，要与学生一起创造、一起参与令人身心愉悦的活动。

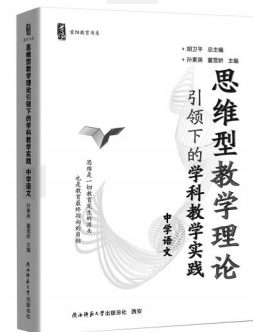
关于“负责”，崔佳认为，真正负责的教师把培养自我负责的学生作为自己的教育信条，聚焦学生的成长与发展。有人说：“教育是一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”可见，有什么样的树、什么样的云、什么样的灵魂，是非常重要的。作为教师，要想培养自我负责的学生，首先自己应当成为负责的人。而负责不是自诩的，需要教师的实际行动。如，示范表率，要求学生做到的事情教师必须先做到；正确理解学生的错误，把错误当成教育契机，让学生学会自我负责。“自我负责”不是被教会的，而是学生在成长过程中，在教师的引导、引领、帮助下逐步学会的。

崔佳在书中写过这样一句话：“教育，永远是双方的事情，少向外指向学生，多向内探寻。”当教师不懂得关系之于教育的意义时，就很难改变自己；当教师不改变自己时，就很难改变学生。我想，教师只有多向内自我教育、自我学习，并作出及时而有效的改变时，才能真正构建良好的师生关系。

读《思维型教学理论》引领下的学科教学实践·中学语文

□刘莉

思维殿堂：请进！



计等相关内容中。

教学一线的鲜活实践

学习教学理论，最终是为了实践——服务于学生。为了更好地将思维型教学理论应用于学科教学中，编者策划了“思维型教学理论引领下的学科教学实践”丛书。在中学语文这本书中，教学不再仅是单篇课文，不再仅是师者传道授业，不再仅是简单施压的阅读名著，不再仅是各种练习的简单重复，这里有“唱念做打”的情境创设，有“内外互补”的单元教学，有“握‘线’扣‘象’”的整本书阅读，有“思维突围”的作业设计，在这里学生、教师的思维都在闪光。

阅读这本书的中学语文教学同仁，会注意到这里的教学内容适应学生的知识储备、认知水平和兴趣特点，改变碎片化、割裂式的教学倾向，关注知识间的内在关联，促进知识的结构化，围绕核心概念展开教学。要把握核心概念的进阶，需强化化学段教学内容的序列化与递进性，体现学业要求和学业质量标准。突出核心概念在真实情境中的应用，需加强知识学习与现实生活、社会实践之间的联系，实现学生对核心概念的深度理解、有效建构和灵活应用。

以书之名，中学语文教师共进思维殿堂！

平淡文字蕴真意，质朴生活藏深情

——读汪曾祺《家人闲坐，灯火可亲》

□吴昆

在这个快节奏的时代，我们总是忙忙碌碌，为了生活奔波，很少有时间停下脚步，去感受生活中的那份宁静与美好。直到我读了汪曾祺先生的《家人闲坐，灯火可亲》，才仿佛找到了心灵的栖息地。

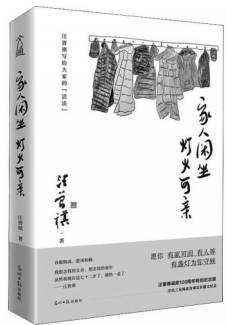
汪曾祺先生，中国当代作家、散文家、戏剧家，京派作家的代表人物，被誉为“抒情的人道主义者，中国最后一个纯粹的文人，中国最后一个士大夫”。他的文字，平淡质朴，却又充满了生活的智慧和情趣。他有一颗热爱生活的心，去观察，去感受，去记录生活中的点点滴滴，让我们在他的文字中，看到了生活的本来面目，也感受到了生活的美好与温暖。

《家人闲坐，灯火可亲》是汪曾祺先生的经典散文集，偏重于生活。书中主要围绕家人、生活、美食、旅行等主题展开，用平实的

语言，讲述了一个个温暖而又动人的故事。在这本书中，我们可以看到他对家人的深厚感情，对生活的热爱，以及对美食的执着。

书中，汪曾祺先生用细腻的笔触，描写了他的家人。他的父亲是一个多才多艺的人，会画画、会刻印章、会摆弄各种乐器。他的母亲则是一个勤劳善良的人，总是默默地为家人付出。在他的笔下，家人之间的相处充满了温情和爱意。他们一起吃饭，一起聊天，一起度过了许多美好的时光。这种家人之间的亲情，让人感到无比温暖。正如书中所说：“家人闲坐，灯火可亲。”这句话简单而又深刻，它让我们明白了，家人的陪伴是最珍贵的，无论我们身在何处，只要有家人在身边，就会感到无比的安心和幸福。

除了家人，汪曾祺先生还描写了生活中的许多小事。他写夏



天的昆虫、写秋天的落叶、写冬天的炉火，这些看似平凡的事物，在他的笔下却变得生动有趣。他告诉我们，生活中并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。只要我们用心去感受生活，就会发现生活中的点点滴滴都是那么美好。比如，书中写道：“如果你来访我，我不在，请和我门外的花坐一会儿，它们很温暖，我注视它们很多很多日子了。它们开得不茂盛，想起来什么说什么，没有话说时，尽管长着碧叶。”这句话让我感受到了他对生活的热爱和对生命的尊重。他能够从平凡的事物中发现美好，并且用心去感受它们的存在。这种对生活的态度，让我深受启发。

读完这本书，我深深地被先生的文字所打动。他的文字朴实无华，却又充满了力量。他让我们看到了生活的美好，也让我们明白了家人的重要性。在这个喧嚣的世界里，我们需要像他一样，保持一颗热爱生活的心，去发现生活中的美好，去珍惜家人的陪伴。

正如书中所说：“人生如梦，我投入的却是真情。世界先爱了我，我不能不爱它。”在忙碌的生活中，停下脚步，去感受生活中的那份宁静与美好，去珍惜身边的人和事。

多日子了。它们开得不茂盛，想起来什么说什么，没有话说时，尽管长着碧叶。”这句话让我感受到了他对生活的热爱和对生命的尊重。他能够从平凡的事物中发现美好，并且用心去感受它们的存在。这种对生活的态度，让我深受启发。

读完这本书，我深深地被先生的文字所打动。他的文字朴实无华，却又充满了力量。他让我们看到了生活的美好，也让我们明白了家人的重要性。在这个喧嚣的世界里，我们需要像他一样，保持一颗热爱生活的心，去发现生活中的美好，去珍惜家人的陪伴。

正如书中所说：“人生如梦，我投入的却是真情。世界先爱了我，我不能不爱它。”在忙碌的生活中，停下脚步，去感受生活中的那份宁静与美好，去珍惜身边的人和事。

第二天早上，我们先参观漆工

到作者的家乡去读书

□纳歌

镇暴动纪念馆，方志敏曾在这里领导农工暴动。然后步入湖塘村，村口牌坊上书“志敏故里”四个大字，左侧房屋白墙绘有方志敏的高大全身像，人像右侧写有“可爱的中国”五个大字，让人看着就振奋。再往前大约1公里，就来到了方志敏故居。

据工作人员讲解，方志敏出生在江西弋阳的贫穷家庭，从上学到毕业，再到去上海找工作，其间受到三次精神撞击。第一次是上小学。学校组织运动抵制日货，他跟着参加，但是懵懵懂懂，不清楚为什么，只是凭着一股爱国热情。第二次是在毕业后去上海找工作的轮船船上。中国的老百姓在外国轮船上受到外国船员的鄙视、鞭笞和人身侮辱，他义愤填膺与外国船老板据理力争，这让他感受到国家太弱就会被他人看不起。第三次是到上海后遇到的非常有名的一件事。一个外国公园门口上挂着“华人和狗不得入内”的牌子，他认为这是侮辱中国人，看不起中国人，非常愤慨。这三次的人生遭遇，使他的思想发生彻底改变，激发了他的强国信念：一定要找到一种方法，走一条路，让整个国家、民族和人民强大起来。

我和家人在故居前的方志敏像

下，捧起这本薄薄的书，心里却是沉甸甸的，齐声读道：“我们母亲有巍峨的峨眉，妩媚的西湖，幽雅的雁荡，秀丽甲天下的桂林，可以傲视一世，令人称羨……”短短几句话表达了作者对国家的热爱，这种情感是从作者内心喷发出来的，促使他决心要把国家变得越来越好。

他如此热爱自己的国家，在上世纪就坚信“中国一定有个可赞美的光明前途！到那时，到处都是活跌跃的创造，到处都是日新月异进步。”而现在正是生活在作者所描绘所期望的社会里。

来到作者家乡，了解作者生长的环境和经历，我感受到了信仰形成的历程。正是有了这样的信仰，上个世纪的万有少年满怀信仰去追求、去探索中华民族的崛起，不畏艰险，抛弃生命。我在作者像前久立，思绪万千，也渐渐明白信仰的力量。

返程途中，我和家人还在车上讨论，感受和理解方志敏所说“寻找民族强盛之路、国家强盛之路、人民强盛之路”。这次旅行，一起去见证了我的梦想，也解开我心中多年的谜团，让我和家人对作者所写的文字理解更深刻，更激励着我们沿着作者指引的道路走下去。

书味别样香甜

□刘凡

在人生的每一个节点，书籍都像老朋友一样温情地陪伴在我身边。疗愈产后抑郁的我，指点抚养两个孩子迷茫的我，修复职业倦怠期的我……万千大咖和名家跨越时空的能量给予，使我一直能保持清醒的头脑和认知。

小时候生长在农村，父母都是面朝黄土背朝天的庄稼人，由于自己没钱买书，所以对书的渴求分外强烈。但凡看到书，都会多留意几眼，只要借到书都会如饥似渴地品读。记得最早接触到的是《小学生的友》，每每从老师手中领到后，我都会慢慢、细细地品读，那种欣喜至今难忘，从那时起，所有读过的书都会被像珍藏宝贝一样锁到一个木制箱子里。

长大参加工作后，买书成了每个月发工资后做的第一件事，专业书、心理学、自我成长书都是最爱。当破万卷后才发现世界之大，唯文有色，唯书有华。

马斯克说：“通过看书可以很快地学习，自学速度要比正规学习快得多。”阅读是自我提升的最重要的途径之一，好书带来的快乐，如同美食带来的味觉刺激。读书到痴迷处，甚至觉得做饭、吃饭都是浪费时间的事。于是，规划一天时间的书，我开始阅读一天的24小时。郁闷烦恼时，跟着胡适、林清玄、弘一法师、张德芬、王志红的引导，学习排解。为了

研究一个论题，我会把一本书“从厚读到薄，从薄读到厚”，真正沉浸在“浑然忘我之乐、精神满足之乐”中。

查理·芒格曾说：“我这辈子遇到的聪明人，没有一个不每天阅读的，没有，一个都没有。”阅读不会有立竿见影的效果，但长久坚持，必将展现厚积薄发的力量。我的阅读有时漫无目的，只要沉浸在书海里就很满足；有时则是带着目标和问题选读，读的大都是该领域的权威书籍，大体来说会有这样几类阅读，比如，认知性阅读《人类的群星闪耀时》《反脆弱》

等；利用每天的碎片化时间进行知识性阅读，各种行业调查报告、《人生设计》《生涯混沌理论》《好好学习》；放松下来又会进行娱乐性阅读，《爱情刽子手》《理想的下午》以及各种电影……

繁忙工作的同时还要带娃，阅读最多的当属育儿书籍。从《叛逆不是孩子的错》到《教出乐观的孩子》，从《捕捉孩子的敏感期》到阅读青春期的沟通书籍，可以说只要是育儿大咖的书籍都会找来读。在实践中，书籍成了成本最低的最好的老师和帮手，所遇难题在书中导师引领下皆迎刃而解。

古人治学的方法是“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之”。读久了慢慢悟到，最好的书还是兼有奇妙，而且在不同时间能读出来不同的功能。另外，跟着社群一些阅读达人学习做阅读卡片，记录、输出自己的阅读感悟和心得，阅读所得内化为自己的一部分，融进血液和精神里，幸福的人生便由此奠基。

阅读时思绪飞扬，超越时空与智者对话，汲取智慧。诚然西西弗斯日复一日地推石上山是英雄神话的力量，凡人在每一个平淡日子里的开卷有益，亦是对生命的不曾辜负。

让灵魂在书籍的浸润下，永远保持前行，微笑着迎接每一个旭日东升的美好明天。

我与书的故事