

《教师心理健康研究》：心理健康教育令我反思学生观 PDF
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E3_80_8A_E6_95_99_E5_B8_88_E5_c38_60813.htm 近来看到《读者》上的一篇文章《你为什么不原谅》，该文讲述了小学生英子的故事，她在教师体罚和精神折磨的阴影中生活了一年，忍无可忍之下，她的父母将老师告上法庭，法庭判英子胜诉。在维护了人格尊严之后，英子仍然不能原谅老师。她说：“我长大了也想当老师，我希望我的学生毕业后回想起小学生活会感到温暖，当他们回想起老师的时候会感到温柔，并且充满敬意。”看了这篇文章，我的心里泛起层层波澜。刚毕业时，我也曾立志要热爱学生，尊重学生，用一颗宽容慈爱的心去博取孩子们的爱戴和尊敬。没想到走上工作岗位不久我的心就凉了半截，班里那么多淘气学生和后进生，让人一想到就心烦，常常发出“朽木不可雕”的感叹。我担心也许有一天，我也会犯下英子的老师那样不可饶恕的错误。去年以来，我参加了心理健康自我教育课题活动，听了一系列专题讲座，其中“合理认知与教师心理健康”这个专题对我触动很大。专题说的是，教师的教育观、质量观、学生观、人才观，直接决定了教师对学生的态度，而教师对学生的看法和态度不仅会影响学生的成长，而且直接影响教师的心理健康。只有能正确对待学生，悦纳学生，特别是悦纳后进学生的教师才能维持心理平衡，保持积极乐观的情绪情感，健康、幸福、快乐地工作、学习和生活。学了这部分内容，我意识到自己的学生观有问题，严重影响了自己的工作情绪，于是我开始进行自我剖析和自我领悟，并且想方设法在行动上改变

自己。1. 确立民主平等的师生观。虽然在每年的总结中我都会写上“努力创设平等、民主、和谐的师生关系”这句话，可是在行动上我却一直高举“师道尊严”的大旗，以一种神圣不可侵犯的姿态居高临下地站在讲台上，从来没有真正“蹲下来和学生说话”。比如我总是要求学生犯了错误要虚心接受教师的批评教育，哪怕写错一个字，都得请教师原谅，可是我自己写错字是否会请学生原谅呢？记得有一个教师把“战战兢兢”念成了“战战克克”，一学生指出教师的错误，教师立刻横眉怒目，吓得学生一声不敢吭。当时我还对这位教师的知识水平和胸怀表示不屑。可是有一次讲解词语“万马奔腾”，一学生说出“万兽奔腾”，我立即沉下脸说：“哪有这个词语！”当场毫不客气地压制了学生的创新精神。而且我常常在不明真相的情况下，不问青红皂白把学生训上一顿，利用学生对教师的崇敬肆意伤害他们的人格。这既让学生难堪，也让自己焦虑。我决定改变自己。有一次我一不小心故伎重演，当着全班学生的面大声呵斥一名不写课堂作业的学生，那孩子一声不吭。后来，他在一篇周记中写道：“老师，并不是我不愿意写作业，而是我看不清楚黑板上的字，因为我是近视眼。请老师原谅，请您不要生气。”我看了心里很不平静，我错怪了学生而学生还向我道歉，我不应该将错就错，应该向学生学习。经过一番思想斗争，我终于放下架子，一反常态地当着全班学生的面对她说了声“对不起”。她竟然当场感动得流下了眼泪。我感到很惭愧，学生比我宽容得多了。2. 寻找心理平衡点。从课题组发放的自学材料上我看到，心理平衡是人生健康的“四大基石”之一。找准心理平衡点能帮我们克服不良心理倾向。比如班里的

后进生，各方面发展都很不理想，我迫切地想要转化他们，步步紧逼着他们进步，他们却往往“刀枪不入”，双方的较量就像一场旷日持久的拉锯战，搞得师生双方都疲惫不堪。后来我接触到班级结构“三分之一”理论，即根据学生水平和表现可分成三等分，优等生三分之一，中等生三分之一，后进生三分之一，这是一种规律性的现象。这下我的心里舒坦多了。人都是有差异的，每个学生头顶上都有一片蓝天，每个学生脚底下都有一条大路，气质、性格、态度、情感、能力和兴趣的不同决定了不同的学生要走不同的路，我不必为此而杞人忧天，也不必死拉硬拽逼着他们走进优秀的行列，不如教他们抬起头来走路，挺起胸膛做人。而且人是会变化的，有的学生今天学不好，说不定他明天会突飞猛进后来居上。即使他永远也学不好功课，这个多元化的社会需要多元化的人才，也许他以后走上社会却能如鱼得水。经过这样的心理调节，我实现了心理平衡。心理一平衡，竟然发现后进生也不那么讨厌，自己的工作和生活也变得有趣了许多。3

·树立正确的荣辱观。“人并非（直接）生活在客观世界中，而是生活在对客观世界的知觉中，不是客观世界本身，而是我们对客观世界的知觉（看法）决定了我们的行为和体验。”同样，教师对自己职业的认识，对荣辱得失的认识，也会影响对学生的态度和情感。作为一名年轻教师，我很想成为领导放心、家长称赞、学生喜欢、同事敬佩的好教师。可是当前的体制和观念都是“分数定乾坤”的，自己要想成为优秀教师，硬碰硬的功夫就是拿出高分来，因为只有它才能助我走向辉煌。于是我看到后进生就恨铁不成钢，就怒火中烧，就左看右看不顺眼，就对他们百般苛求，吹毛求疵，不

达目的不罢休，为什么？就是因为后进生拖了班级的后腿，拉下了班级的平均分和优秀率，成为我树立自身美好形象、走向成功和辉煌的绊脚石和罪魁祸首。由于我的教育教学掺杂了某些功利目的和个人私欲，行动上就不知不觉地以牺牲学生的尊严和人格作为代价，来满足自身膨胀的私欲。我吓了一跳，原来我的内心有这么阴暗的想法！于是我立即进行心理调节，重新树立正确的荣辱观，提醒自己不要为个人名利所累，而要把学生的健康发展作为至高无上的目标。现在我很清醒。苏格拉底说“认识你自己”，我要时刻解剖自己，摆正自己在教育教学中的位置；孔子说“己所不欲，勿施于人”，我要抑制自己的私欲，克服功利的目的，公平公正地尊重学生善待学生；我要树立崇高的职业理想，无怨无悔地为学生服务；卢梭说“热爱你自己”，我要塑造一个让别人热爱让自己热爱的人民教师形象。近来看到《读者》上的一篇文章《你为什么不原谅》，该文讲述了小学生英子的故事，她在教师体罚和精神折磨的阴影中生活了一年，忍无可忍之下，她的父母将老师告上法庭，法庭判英子胜诉。在维护了人格尊严之后，英子仍然不能原谅老师。她说：“我长大了也想当老师，我希望我的学生毕业后回想起小学生活会感到温暖，当他们回想起老师的时候会感到温柔，并且充满敬意。”看了这篇文章，我的心里泛起层层波澜。刚毕业时，我也曾立志要热爱学生，尊重学生，用一颗宽容慈爱的心去博取孩子们的爱戴和尊敬。没想到走上工作岗位不久我的心就凉了半截，班里那么多淘气学生和后进生，让人一想到就心烦，常常发出“朽木不可雕”的感叹。我担心也许有一天，我也会犯下英子的老师那样不可饶恕的错误。去年以

来，我参加了心理健康自我教育课题活动，听了一系列专题讲座，其中“合理认知与教师心理健康”这个专题对我触动很大。专题说的是，教师的教育观、质量观、学生观、人才观，直接决定了教师对学生的态度，而教师对学生的看法和态度不仅会影响学生的成长，而且直接影响教师的心理健康。只有能正确对待学生，悦纳学生，特别是悦纳后进学生的教师才能维持心理平衡，保持积极乐观的情绪情感，健康、幸福、快乐地工作、学习和生活。学了这部分内容，我意识到自己的学生观有问题，严重影响了自己的工作情绪，于是我开始进行自我剖析和自我领悟，并且想方设法在行动上改变自己。

1. 确立民主平等的师生观。虽然在每年的总结中我都会写上“努力创设平等、民主、和谐的师生关系”这句话，可是在行动上我却一直高举“师道尊严”的大旗，以一种神圣不可侵犯的姿态居高临下地站在讲台上，从来没有真正“蹲下来和学生说话”。比如我总是要求学生犯了错误要虚心接受教师的批评教育，哪怕写错一个字，都得请教师原谅，可是我自己写错字是否会请学生原谅呢？记得有一个教师把“战战兢兢”念成了“战战克克”，一学生指出教师的错误，教师立刻横眉怒目，吓得学生一声不敢吭。当时我还对这位教师的知识水平和胸怀表示不屑。可是有一次讲解词语“万马奔腾”，一学生说出“万兽奔腾”，我立即沉下脸说：“哪有这个词语！”当场毫不客气地压制了学生的创新精神。而且我常常在不明真相的情况下，不问青红皂白把学生训上一顿，利用学生对教师的崇敬肆意伤害他们的人格。这既让学生难堪，也让自己焦虑。我决定改变自己。有一次我一不小心故伎重演，当着全班学生的面大声呵斥一名不写课

堂作业的学生，那孩子一声不吭。后来，他在一篇周记中写道：“老师，并不是我不愿意写作业，而是我看不清楚黑板上的字，因为我是近视眼。请老师原谅，请您不要生气。”我看了心里很不平静，我错怪了学生而学生还向我道歉，我不应该将错就错，应该向学生学习。经过一番思想斗争，我终于放下架子，一反常态地当着全班学生的面对她说了声“对不起”。她竟然当场感动得流下了眼泪。我感到很惭愧，学生比我宽容得多了。

2. 寻找心理平衡点。从课题组发放的自学材料上我看到，心理平衡是人生健康的“四大基石”之一。找准心理平衡点能帮我们克服不良心理倾向。比如班里的后进生，各方面发展都很不理想，我迫切地想要转化他们，步步紧逼着他们进步，他们却往往“刀枪不入”，双方的较量就像一场旷日持久的拉锯战，搞得师生双方都疲惫不堪。后来我接触到班级结构“三分之一”理论，即根据学生水平和表现可分成三等分，优等生三分之一，中等生三分之一，后进生三分之一，这是一种规律性的现象。这下我的心里舒坦多了。人都是有差异的，每个学生头顶上都有一片蓝天，每个学生脚底下都有一条大路，气质、性格、态度、情感、能力和兴趣的不同决定了不同的学生要走不同的路，我不必为此而杞人忧天，也不必死拉硬拽逼着他们走进优秀的行列，不如教他们抬起头来走路，挺起胸膛做人。而且人是会变化的，有的学生今天学不好，说不定他明天会突飞猛进后来居上。即使他永远也学不好功课，这个多元化的社会需要多元化的人才，也许他以后走上社会却能如鱼得水。经过这样的心理调节，我实现了心理平衡。心理一平衡，竟然发现后进生也不那么讨厌，自己的工作与生活也变得有趣了许多。

。3. 树立正确的荣辱观。“人并非（直接）生活在客观世界中，而是生活在对客观世界的知觉中，不是客观世界本身，而是我们对客观世界的知觉（看法）决定了我们的行为和体验。”同样，教师对自己职业的认识，对荣辱得失的认识，也会影响对学生的态度和情感。作为一名年轻教师，我很想成为领导放心、家长称赞、学生喜欢、同事敬佩的好教师。可是当前的体制和观念都是“分数定乾坤”的，自己要想成为优秀教师，硬碰硬的功夫就是拿出高分来，因为只有它才能助我走向辉煌。于是我看到后进生就恨铁不成钢，就怒火中烧，就左看右看不顺眼，就对他们百般苛求，吹毛求疵，不达目的不罢休，为什么？就是因为后进生拖了班级的后腿，拉下了班级的平均分和优秀率，成为我树立自身美好形象、走向成功和辉煌的绊脚石和罪魁祸首。由于我的教育教学掺杂了某些功利目的和个人私欲，行动上就不知不觉地以牺牲学生的尊严和人格作为代价，来满足自身膨胀的私欲。我吓了一跳，原来我的内心有这么阴暗的想法！于是我立即进行心理调节，重新树立正确的荣辱观，提醒自己不要为个人名利所累，而要把学生的健康发展作为至高无上的目标。现在我很清醒。苏格拉底说“认识你自己”，我要时刻解剖自己，摆正自己在教育教学中的位置；孔子说“己所不欲，勿施于人”，我要抑制自己的私欲，克服功利的目的，公平公正地尊重学生善待学生；我要树立崇高的职业理想，无怨无悔地为学生服务；卢梭说“热爱你自己”，我要塑造一个让别人热爱让自己热爱的人民教师形象。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com