

◎ 一路走来

老师，请与自己对话

□ 孙晓琳

12年前，我怀着激动的心情第一次走进教室，那时我将教学当成一份工作，这份工作并不困难，只要按照教学计划完成各项常规即可，所以每一天都很快乐。

可是渐渐地，我越来越痛苦：班级管理没有成效，教学成绩不突出，还有繁忙的事务性工作和家校矛盾要处理。自我怀疑和不认同让我有了逃避的心理，犹豫要不要辞职。可是当我看到教室里一个个可爱的孩子，又不舍得离开。

现在，当我回忆过往那些快乐、痛苦的体验，终于明白所有煎熬都源自热爱。我永远无法让自己的心肠变得坚硬，因为我热爱学生，热爱教学，热爱我的教学生涯。所以，我想告诉年轻的班主任，假如你也曾焦虑、迷茫，不知道如何走下去，请回头看自己走过的路，会发现自己的善良、温暖、严厉、认真都是因为对教育和学生的热爱。

但是，仅有热爱还不够，我们如何摆脱现实中的复杂困境，做得更好呢？我认为要与自己对话，了解自己的内心。

第一，“我”的困惑是什么？面对教学中的困惑，我们要知难而进，而非逃避。对困惑的理解和分析不仅是为了守护自己的内心世界，更是为了保护学生的心灵。作为教师，我们阶段性回顾、反思，将不足和优点进行总结梳理，就是在关注自身发展和学生成长。

第二，“我”是否深入了解教学？近年来，我越来越觉得教学不是一件简单的事，不能再像以前那样一课一课地向下进行，而是要把每个单元看作一个整体，同时注意教材与教材、单元与单元之间的联系。当我们开始研究教材、认真备课、课后及时反思总结，就会发现学生与教师在课堂上可以共同成长。

第三，“我”的教学风格是什么？当我们不了解自己时，就不能深入了解所教学科，也不能教好学生。以我为例，我喜欢轻松、幽默的教学方式，乐于启迪孩子去思考，课堂上孩子思维活跃、踊跃发言，师生、生生在交流中总会碰撞出思维的火花。简单来说，学生喜欢你，就会喜欢你的课堂，就会喜欢这门学科。我们可以用个人魅力吸引学生，然后为学生打造一片别样天地。

第四，“我”有没有戴有色眼镜看学生？一次培训会上，我问专家：班里有几名智力或行动力发育迟缓该怎么解决。专家告诉我，应该把这当成宝贵的财富，把他们转化成班级凝聚力。我茅塞顿开，正是因为学生的差异，教学才更有生命力，教育也更有意义。

现在的教师尤其是班主任，不仅承担教学任务，还要不断学习，完成实践活动、家校沟通，甚至承担行政工作。繁重的事务也曾让我对这个职业失去信心，但当我看到班里内向的小月成绩提高还交到了朋友，我懂得了多维评价的重要性；当打架的小黑看到我生气主动承认错误，我知道班级管理不一定要用指责与呵斥；当毕业典礼那天子阳的一句“老师，你不要离开学校，我长大要做老师回来找你”，我终于明白教学不只是一份工作，更是责任与坚守。

年轻的教师，请与自己对话吧，你会发现这份工作虽然辛苦，但我们依然可以乐此不疲，因为艰难的日子让生活更充实，而各种问题正好帮助我们成长。

我喜爱于漪老师的一句话：“教师的神圣职责是点亮生命的灯火，学生的以及自己的。”让我们的生命在燃烧中绽放，在与自我的对话中不断前行。

（作者单位系山东省临沂金雀山小学）

◎ 改制创新

提升班主任工作效率需要全方位支持

□ 边颖

“双减”政策实施后，班主任工作责任大、节奏快、任务重。新政策下，班主任除了要具备更强的专业教学能力外，还要开展有特色有实效性的班级主题教育实践活动，激发学生多方面兴趣爱好，提升学生多方面能力素养；同时进一步提升家校共育指导的能力，对家长开展适宜指导，引导家长履行家庭教育责任。

面对新现象、新挑战，班主任不能仅依靠以往的经验，还需要较强的政策理解与执行能力、组织管理能力、洞察能力、反思能力、协同能力、应变能力、新媒体应用能力……这些都要求班主任的专业能力朝着更细更深更快的方向提升。在这样的背景下提升班主任工作效率，必须为班主任提供全方位的支持体系。

学校组织管理支持

作为构成学校组织的重要要素，班主任是学校对每个班级、每个学生实施有效管理的关键中介，是学校与学生家庭维系和谐关系的重要纽带。然而学校组织机构庞杂，教导处、德育处、年级组等多个部门都需要通过班主任与学生家庭进行密切沟通与交互。因此，在学校组织机构层面对家校间各种需要传导的信息进行统整，是学校为班主任提供组织支持的途径之一。

扁平化人本化管理结构。目前，许多学校管理部门普遍存在条块分割的现象，班主任承载着各个职能部门的任务执行工作。只有有效整合各个部门，才能提高效率。为此，我校将过去的校办、行政、科研、教学、德育、少先队、后勤7个部门进行整合，成立了课程与教学中心、学生成

长服务中心、资源管理中心等3个中心，形成了“人人有责”“我即学校”的扁平化人本化管理结构，班主任工作主动性显著提高。

师徒结对，促进年轻班主任成长。为帮助新教师顺利接班，快速融入学校，我校开展“师徒结对”项目，为每一位新入职班主任配备年级组长、班主任学科带头人等骨干班主任，接受一对一指导。带班中出现的种种问题，细到如何回复家长微信等都可以随时随地请教师傅。

级部主任与年级组长共同负责制。为及时解决班主任的困惑，学校为每个年级组配备级部主任，实行级部主任与年级组长双负责的管理模式。级部主任每天要下组了解班主任的工作状况，尤其关注班主任的需求、棘手问题，与年级组长共同为班主任提供支持。

班主任调研助力班级建设。学校德育干部、年级组长、组内班主任每周一次进班（轮流）进行班级调研，通过听课方式互学互助，学习优秀带班方法，提出好的建议，这种小型的调研模式实施方便，见效快。

建立班主任激励机制。每学年评选优秀班主任、先进班集体、班主任学科带头人，将优秀班主任的经验做法进行分享，辐射每一位班主任，既为班主任成长助力，又激发了班主任群体自身发展的内驱力。

班主任专业发展支持

班主任是学生教育工作的主力军，是学校的窗口，是儿童心灵的培育者，是家校合作的“催化剂”。班主任的专业发展、专业成长极为重要。为此，我们立足全员、突出骨干，加强

班主任培训工作，打造专业化的班主任队伍，为班主任专业成长赋能。

班主任咖啡分享时光。班主任咖啡分享时光是全体班主任固定的交流学习时光，每月一次。每一次分享都有主持人、发言者、梳理员，全体班主任参与其中，积极动脑思考，贡献智慧。小妙招、小策略、好经验、好想法、新理论、新实践，我们一边品着咖啡一边畅聊教育，乐此不疲。

“紫禁杯”班主任工作室。为发挥“紫禁杯”优秀班主任、班主任学科带头人、市级骨干班主任的作用，我们以案例诊断、研讨交流、课题研究等帮助青年班主任解决工作中的实际困难，以班主任工作坊为主要阵地，每个月组织一次班主任专题培训或沙龙活动，鼓励青年班主任和资深班主任同伴研修，共享教育智慧。

以赛促学，助力班主任专业成长。班主任基本功大赛是锻炼班主任的最佳赛事。我们珍惜每一次机会，参赛的每一位选手背后都有一个团队支持，专家指导、打磨教学设计、演练准备……

“大咖”培训课程。许多班主任有丰富的实践经验，但对教育政策、理论知识缺乏了解。为了补短，我们聘请北京师范大学、中国教育科学研究院等部门专家作为导师，针对班主任最关心的话题，如心理问题学生的识别与干预、班级文化建设等定期开展专题培训活动，为班主任专业发展保驾护航。

以课题研究为导向，提升班主任专业素养。学校聘请了科研副校长，以每两周一次的频率定期来校指导。从班级管理发现问题，提出问题，以课题研究为抓手提升班主任专业素养。

班主任教育成果年度论坛。每学

年末，我们都会将典型优秀班主任教育工作成果在班主任年度论坛中分享交流，并纳入学校的教育教学智库，随时为每一位班主任提供经验支持。

班主任心理支持

课后服务的全面开展，“双减”“五项管理”等政策的实施，疫情期间的教育教学以及家长对教育需求的不断增多，都给教师带来极大挑战。如何提升班主任职业幸福感，提升教师高强度下的适应度，是我们亟待解决的问题。

开放校级心灵驿站。学校心灵驿站面向全体班主任全天候开放，通过沙盘、绘画等减压活动，为长期处于紧张工作中的教师提供一个舒缓压力的机会。

“面对面”研讨，“一对一”指导。学校定期邀请融合教育专家入校开展“融合教育沟通策略”研讨活动，对如何看待和处理班级学生的行为问题、自主学习问题等进行探讨，并给教师提供相应策略和支持。对于班主任遇到的个性化、特殊棘手问题，学校专门邀请融合教育专家进校一对一指导，缓解班主任的压力。

定期实施心理健康课程。为了提高教师心理健康意识与能力，有效应对教师心理健康问题，让教师拥有良好的情绪管理能力，学校特别策划“关爱教师”相关心理健康课程。

“我眼中的班主任”工作坊。低年级学生用笔画出眼中的班主任，表达对老师的爱；中年级学生共同讨论制定班规，共同参与班级文化建设，提高对教育的认可度；高年级学生让小干部带领全班同学定期召开班会，组织班级活动。学生对老师的喜爱，对老师工作的

支持，能够让班主任克服职业倦怠感，体会到职业幸福感、存在感。

家校共同体支持

当下，无论学者、教育管理者、教师还是家长都普遍意识到不能狭义地把教育理解为学校的教育，而应该将家庭、社会等结合起来，形成共育的合力，如此才能促进孩子的全面发展、塑造健全人格。要使“双减”扎实有效落实，必须赢得家长的支持。

建立家长学校。强化学校主阵地功能，科学组织开展、策划和实施“家校社”共育活动项目，宣传正确的教育理念和科学的教育方法，开发家庭教育责任、新型家长素养、亲子沟通的方法和技巧等相关课程，组织开展线上线下互动的家庭教育活动，让家长的成长助力学生的发展。

召开有学术味的家长会。要让家长有所悟有所感，必须让家长真正思考起来。会前，调查家长需求；会上，以小组形式讨论；会后，全班共同整理出一份家庭教育方法集。家长可以形式多样，沙龙、研讨、茶话会……家长在愉快轻松的氛围下共同交流、学习教育方法，有效形成家校合力。

构建班主任支持体系，创设班主任专业成长制度环境，搭建班主任专业成长平台，我们尽己所能为班主任提供人文关怀，为班主任多方蓄能，助力班主任成长。

（作者单位系北京市海淀区中关村第一小学）

◎ 一班一世界

春日里的感动

在“三八”国际劳动妇女节这个特殊的日子，我收到了来自本班学生太多的感动。学生分成8个组，分别用他们的方式给8名女教师制作了祝福贺卡和超轻黏土花束。在我的课上，学生还一起比爱心手势，表达对我的节日祝福。

感谢孩子们，但让我感动的不是礼物，而是背后的用心和爱。师生本是最好的遇见，最好的礼物从来不是某样东西，而是意料之中的温暖和出其不意的惊喜。学生慢慢成长，遇到这些懂得感恩的学生就是我最好的节日礼物。

（贵州省惠水县第四中学 李桃桃/图文）



◎ 给班主任的建议·田冰冰

学生管理是一个动态发展的过程，这使得家校沟通也要在动态管理中掌握平衡的状态。其实，看似千事千面的家校沟通也有基本规则和运行秩序。尊重并研究家校沟通规律，冷静思考、共情在前，班主任才有望顺势而导，逐步达成教育目标。

一要准备好，充分调研清晰预判“掌稳舵”。

班主任要清楚看到，“告状式”家校沟通的年代已是过去时，我们将学生不理想的表现传递给家长，家长也很有可能束手无策。正确的做法是班主任带着“学生表现”的一手信息，多层面了解当事人的所思所想，全力靠近真相。班主任不必急于为学生的偶发行为定性，审慎对待每一次突发情况，相信每个匪夷所思的行为背后都有一个来自儿童的正当理由。看清事实、思考预案，尊重眼前的真相，并与现实和解是家校平等对话的重要基础。

二要观察好，察言观色体察真相“掌稳舵”。

如若班主任不假思索，一猛子

扎进家校沟通对话的现场，很容易造成高歌猛进、顺利沟通的假象。家校沟通不能沦陷于一厢情愿的自说自话，要在推进过程中察言观色、评估对话态度；沟通的开场，要观察服务对象的神情、动作、情绪，判断服务对象当时的心态和状态；沟通过程中，要观察服务对象的姿态和语言变化，判断对话的有效性；沟通结束后，要观察服务对象的情绪反应，判断育人目标的真实抵达度。班主任要善于观察，并通过观察及时调整家校沟通策略。

三要倾听好，慢加评价充分共情“掌稳舵”。

印度哲学家克里希那穆提说，“不加任何评价的倾听，才是真正的聆听”。但惯性使然，班主任容易先入为主，急于发号施令，耐心不够且表达过多。沟通中的正确做法是，班主任让对方先讲，展现关切的询问和寒暄之礼，这种氛围可拉近双方的心理距离，同时倾听也是重要的获取信息的过程。家长带着情绪和倾诉的愿望而来，班主任做一个耐心的倾听者，帮助他们在思维困境中倒倒苦水，逐步放平心态，对营造有助于儿童成长的大环境是有帮助的。慢加评价、充分共情，才能掌稳家校沟通的“舵”。

四要表达好，情绪稳定张弛有度“掌稳舵”。

稳健表达是教师具备良好沟通素养的体现，要表达好，首先要对服务对象怀有理解和尊重。家校沟通中，班主任的表达要力戒心浮气躁和失态之举，心态平稳才能话语平稳。我们可以先认可再给建议，努

家校沟通要“掌稳舵”

□ 田冰冰

力让“认可量>建议量”，始终保持对服务对象正向评价，这是专业素养的体现。如果谈话无法进行就下次再谈，及时结束也是对家校沟通节奏的有效把控。

五要收尾好，布置任务有效协同“掌稳舵”。

有效的收尾是决定家校沟通是否有效的必要一环，泛泛而谈容易让班主任的苦心婆心功亏一篑。家校沟通的收尾要收在为学生充分点赞处，要收在任务布置处——任务布置不是徒增负担，而是规划下一步家校协作的重要一步。班主任不仅要给学生布置任务，还要指导家长下一步如何行动。需要注意的是，给家长的任务要清晰，避免“多管孩子”之类的泛泛而谈，要有具体的策略指导和方式建议。谈话收尾时，班主任还要

把话风收在展望未来，让家长看得到希望。这样做能激活家庭教育中家长行动的内在动力。

六要复盘好，梳理问题总结经验“掌稳舵”。

学生问题的迎刃而解并不意味着家校沟通的終了。教育是一个动态变化的复杂图谱，需要班主任仔细复盘、充分反思。复盘式管理强调教育的每一步都是陪伴学生成长过程中教师智慧的同步生长，注重用过去的经验指导未来的自己。回头看家校沟通的全过程，敢于、善于、勤于从自身找改善点，往往更容易找到解决问题的突破口。

以上是家校沟通的常见步骤和策略，“准备好—观察好—倾听好—表达好—收尾好—复盘好”六步历程意在主动规划对话、诚恳冷静对话，修炼家校协作的真本领。经历就是成长，久而久之的班主任会发现，每一次家校沟通都是增长教育智慧的契机。

（作者系浙江省杭州市春晖小学教育集团总校长，浙江省“春蚕奖”获得者）