

## 用好“小蜗牛”情绪管理法

□杭州市求是教育集团(总校)  
徐颖妍

“徐老师,小新又发脾气了。”有学生火急火燎地跑过来告诉我。

我急匆匆奔向教室,教室里一片狼藉:椅子被推翻在地上,书本散落一地。小新双拳紧握,气势汹汹,怒视着周围的学生,不时地大吼:“谁让你们翻我抽屉?我要你们赔!”

入春以来,这已经是小新的第三次爆发了。

他拼命挣脱我,我的手上瞬间留下一道抓痕。也许他意识到自己抓伤了老师,似乎平静下来一些。

晨练的铃声响起,我让副班主任组织学生去锻炼,教室里只剩下我俩。

我摸摸小新的头,轻轻地问:“你遇到了什么麻烦?”

小新沉默了一会儿,说:“他们,他们把我的小蜗牛扔掉了。”一边说,一边大哭起来。

“小新,他们知道你的抽屉里住着小蜗牛吗?”我又问。

“不知道。这是我的秘密。”

“原来如此,他们在不知道的情况下,扔掉了你抽屉里的垃圾和小蜗牛。”我强调了“垃圾”。

小新又生气了,愤愤地说:“那不是垃圾,我的蜗牛生病了,那些湿餐巾纸是我用来给蜗牛治病的。”

看着我诧异的表情,小新解释道:“我发烧的时候,妈妈就会用湿毛巾给我擦脸擦身体。”

我恍然大悟,小蜗牛对他而言已经是生命的一部分了。我不敢再轻视他“幼稚”的想法,不敢亵渎他那份“神圣”的爱。

我抱了抱他,此时,他需要的不是教育,而是帮助。我心里有了主意。

我告诉小新,最合适小蜗牛的居所是潮湿的植物,把蜗牛放在抽屉里不仅不能治疗它的病,反而会加速它

的死亡。

小新泪眼婆娑地看着我。这是拉近他和同学关系的好机会,我劝小新把心中的想法说出来。

等学生们回到教室,在我的鼓励下,小新诉说了“蜗牛事件”的前因后果。

我趁机号召学生,帮小新把蜗牛找回来。

学生们纷纷响应,瞪大眼睛,四处寻觅,生怕漏掉一个地方。

不一会儿,“蜗牛,蜗牛”,一只脏兮兮的小手托着蜗牛冲到小新面前,兴奋地喊道。一会儿又来一只,越来越多,七八张黑乎乎的小脸蛋凑在一起,拼成一幅生动的画面。

看着同学们手中的蜗牛,小新露出了灿烂的笑容。我却假装烦恼地说:“小蜗牛住哪里?”

大家面面相觑,小新把我拉到教室门口的花坛边说:“就让它们住在这里吧。”从此以后,我们班就有了一个“蜗牛之家”,也成立了照顾蜗牛的小分队。

第二天,小新塞给我一张创可贴。我感动极了,忍不住又抱了抱这个善解人意的小家伙。

我们来到“蜗牛之家”,小新滔滔不绝地讲着蜗牛的种种表现,以及如何跟蜗牛交流。

这次的“蜗牛心结”解开了,但下次,小新还会爆发吗?我思索着……我借机提醒小新,遇到问题要主动把心中的想法说出来,寻求老师和同学的理解。

我跟小新拉钩约定。小新咯咯地笑着……

一天下午,我刚出办公室,就看到小新正在跟别人争抢一把伞。小新的小脸涨得通红,双肩不住地颤抖,我猜他又要“爆炸”了。

“小新,小新。”我赶紧叫他,举起拉过钩的小拇指,用力摇摇,暗示他:“约定,约定。”

小新看看我,我冲他笑笑,给他鼓励的眼神。

小新欲言又止,突然深吸一口气说道:“小蜗牛都快被晒干了。”

学生们一听,都好奇地去探访“蜗牛之家”的小居民们。我趁机给他竖起大拇指:“小新,你说出了心中的想法,好样的。”

我对大家说:“小新的初衷是好的,是为了小蜗牛,但在走廊上撑伞确实有安全隐患,有没有更好的办法?”

学生们一下子来了兴趣,围着小新你一言我一语地为小蜗牛出主意,此刻的小新显得放松又快乐。

午间谈话时,我带学生们复盘上午发生的事情:“每个人都会有生气的时候,生气时,怎么做才能不伤害自己,也不伤害别人呢?”

学生们纷纷讨论,想着好办法。我指着窗外的“蜗牛之家”,说道:“小蜗牛可是情绪管理大师呢。”

听我这么说,学生们都安静下来,似乎在等我宣布答案,尤其是小新。

我告诉大家:“小蜗牛生气时会缩头,我们可以学习它,试着深呼吸15

秒控制情绪。”

大家都做得特别认真,我接着问:“还有什么方法吗?”

“小蜗牛控制情绪会不时地伸出脑袋,我们可以朝窗外喊几声。”

“小蜗牛会快速爬起来,那我们可以学着去操场上跑一跑。”

“如果还控制不了,我们可以向同学倾诉,或者告诉老师。”

大家讨论得很投入。我们郑重地约定,选择一种自己最喜欢的方法,下次想发脾气的时候实施,让自己马上获得平静。

小新这只总爱“爆炸”的“小蜗牛”学会悦纳情绪、拥抱情绪了。渐渐地,班上其他“小蜗牛”也学会了情绪管理。

是的,这个年龄段的学生会很情绪化,当他们孤独寂寞时,要教他们伸出主动沟通的触角;当他们情绪失控时,要教他们用坚强的壳保护自己;当有人需要帮助时,要教他们学会用柔软的心去体谅、照顾别人;当他们迷失方向时,还要教他们善用透明的液体铺路前行……

## ●点评:

温情可以软化心灵,善意可以唤醒善意,当成年人放下自己的偏执,倾听学生的心声,并采取积极行动时,改变或许正在悄然发生。面对经常情绪“爆炸”的学生,徐老师第一时间安抚学生的情绪,使其放下戒备;通过亲切交谈,了解行为背后的原因;最后借助群体的力量,引导班级学生一起帮助他,共同训练情绪管理能力。教育是慢的艺术,学生是复杂的个体,唯有真心实意爱学生,才能走进他们的内心。这种情感的共鸣,会在学生内心建起一座温室大棚,营造学生心灵世界的盎然春意,让天性的至纯至善永不泯灭。

(点评者:杭州师范大学 周俊)

片纸易破  
两书难分

近日,浙江省政协2023年“送科技下乡”活动走进遂昌,通过科普大篷车进校园、“科学+”进校园等活动,将内容丰富、形式多样的科普资源融入学校教育。图为遂昌县实验小学的学生在“拉不开的书”实验中体验纸张之间强大的摩擦力。

(本报通讯员 叶艳景 摄)

## 我在培智学校教魔方

□嘉善县培智学校 陈育超

面对一批失智儿童,能教他们玩魔方吗?他们能学会魔方六面还原吗?

对于在初中教学24年的我来说,这是不可能完成的任务。

刚到培智学校任党支部书记的时候,我陷入了迷茫:面对这一群特殊学生,我能做什么,能给他们带来什么?

小张从家里拿来一个魔方,他自学成才,可以做到单面还原。他说,自己就是一玩玩,就玩成这样了,但也只有这个水平。

看着他热情而又执着的眼光,我的心里一动。我玩过魔方,也教过女儿玩魔方,但时间久了,很多东西都忘记了。

我尝试着“捡”回这一技能,然后教给小张。让我意外的是,才学了两三个星期,小张就做到了六面还原。

难道特殊学生玩魔方可以这么厉害?我顿时有了信心,似乎找到了一

条坦途,试图在这条路上让更多的学生出彩。

但现实浇了我一头冰水。一些学生拿到魔方,根本不知道如何旋转,教他的时候是顺时针转,他就只会顺时针转,不知道其他方向也可以转。

同事们也在奇怪:“你怎么想到教他们玩魔方呢?他们有些人连鞋带都系不好。”

正当我灰心丧气之时,学校创立了党建品牌“善心护航”,旨在寻找各种手段,教会特殊学生一技之长,而不是简单地看护而已。

我想到了不久前半途而废的魔方教学。魔方只是他们学习的一个缩影,任何一项简单的技能,对于特殊学生来说,都需要直面无数困难。

而我们教师,一遇到困难就退缩,谈何“善心护航”?

魔方对于特殊教育有优势:有趣味性,能提升学生的学习兴趣;动作精细,涉及手眼训练及空间想象力的培养;能锻炼手指,兼具学习和康复的双

重效果……

劣势自不必多说:特殊学生记忆力差、领悟力低、持续学习能力不足……

分析优劣,我首先考虑降低学习期望值,只要求学生将魔方单面还原。目标虽低,前行仍困难重重。

左转转右转转反转,教到后来自己都稀里糊涂;先棱块再角块的操作程序,对于棱块、角块都分不清的学生,说到口干舌燥也是白费劲;还有的学生,三转两转没见效果,就甩手不干了……

学生没耐心,想早点看到效果,那就用倒推的方式设计临近完成的题目;学生记忆力差,那就讲故事、编口诀;学生分不清棱块、角块,那就在棱块和角块上贴不同的图片,棱块上贴爷爷、奶奶、爸爸、妈妈的图片,角块上贴小朋友的图片……

经过努力,有五分之一的学生会了单面还原,真是令人欣喜。

接着,我的目标又设定在单层还原。

从单面还原到单层还原,看似只差一个字,却是最难跨越的一步。如果能解决单层还原,接下来的双层还原和六面还原就只是时间问题。

难点主要在于棱块角块的颜色匹配。特殊学生往往顾头不顾尾,只看到眼前的面对上色,没看到的地方就不管。

太难了。但特殊教育哪一门学科不难?一米一米走,那就一厘米一厘米地走,再不然就一毫米一毫米地走。

我们给中心色块贴上不同颜色的椅子图片,给出故事情境,细分回合,如奶奶穿绿色衣服,要坐绿色椅子;小朋友穿绿橙两色衣服,要坐绿橙两把椅子……

从单面还原到单层还原,再到双层还原,直到六面还原,多寻找教育方法,多帮助学生进步,多给学生成功的机会,这就是学校精神“努力多一点”的直观展现。

□乐清经济开发区学校  
于乐怡

“干老师,今年家访你会去我家吗?”课间,小杰说完这句话就一溜烟跑开了。

这句话一直在我脑海里回响,这是学生对我发出的邀请。

小杰内向、敏感,不能控制自己的行为:在课堂上尖叫、剪女生的头发、打人家的屁股……起初,小伙伴们觉得是小杰不懂事,不跟他计较,但时间久了,谁都会烦他。

有时候上课铃响了,小杰还在到处晃悠。我不止一次在学校的楼梯口、杂物间将他带回教室。学习上,他更像一个旁观者。

他被诊断为“严重感统失调”,每个星期要去温州接受治疗。

那天下午,学校进行大扫除,小杰带来一瓶清洁剂,瞬间成了班级里最受欢迎的人,学生们围着小杰,请他帮忙喷洒清洁剂。“谢谢你,小杰。”听到感谢,我第一次在小杰脸上看到满足的笑容。

傍晚,我就跟着小杰回家。虽说之前我做好了心理准备,但等到真的看到小杰的生活环境,我心里还是一怔:祖孙三代住在同一个逼仄的空间里。

这让我想起小杰平时的种种表现,一年级的时,上课了他还在外面跑,每次我得像玩寻宝游戏一样把他找到;二年级的时候,他在上课时总是说要上厕所,出去不知过了多久才回教室……这些都是因为小杰作为孩子感觉压抑、需要释放天性所致。

小杰爸爸告诉我,小杰每天要花很长的时间写回家作业。我想,这是因为很多课堂知识他都没有掌握,上课问他问题,他通常是没有回应的。从学习到生活,小杰跟整个班级不在一个频道上。

我告诉他爸爸,下午班级大扫除,我看到小杰贡献了自己的力量,其他学生也毫无保留地夸奖他。这说明班集体没有将小杰排除在外,同学之间都能发现对方的优点。

“真的教育是心心相印的活动,唯独从心里发出来的,才能达到心的深处。”我突然明白了陶行知这句名言的真义。

“小杰是个善良的孩子,他对这个世界有自己的认知。”我对小杰爸爸说,“你要相信他,多一点耐心,多肯定他。”并和他爸爸约定:如果小杰在学校有进步表现,我会大大表扬他;回家后,家长就要加倍表扬他。

小杰的妈妈在他很小的时候就离开了,家访结束后,我迅速联系其他任课教师,希望大家一起给小杰更多母亲般的关爱。

我给小杰找了一些适合他的学习方法,比如让他多读课文,别人只需读一遍,他可能要读几十遍。他读书很慢,断断续续,像是爆开的豆子,一颗一颗蹦出来。我让小组长检查他的朗读,并告诉小组长只需纠正错误就行,其他别管。小组长教得很认真,小杰放松下来,语速也慢慢正常。甚至有一次,我让他担任了早读的带读小组长。

食堂分水果的时候,我会把自己那份留给小杰;课间碰到他,我会将他的红领巾系好;放学时排队走出教室,我会让他站在第一排……

小杰脸上的笑容变多了,下课的时候也有学生跟他交流。

有一天,小杰突然跑到我的办公室,送了我一幅他画的画。在画里,我扎着高高的马尾辫,还有一个“A4”腰。小杰什么话都没说,腼腆地跑开了。我赶紧拍照发了一个朋友圈:“这是小杰送我的礼物,不错,这就是我梦想中的样子。”

心灵的交流让人触动,学生是愿意改变的。现在,小杰在课堂上积极举手,在课本剧表演时被同学推荐演“大象”,当他认真地说出那句“别人是别人,我是我”,全班都报以掌声。

我看到一个闪闪发光的小杰,眼睛里有星光,嘴角带着笑意,我赶紧拿出相机记录下那一刻。

乌云总会散去,月亮要做的,就是守着黑夜中的光明。但这样的美好不会经常发生,有时候,他也许觉得很累,想逃避,想放弃;有时候,他即使很努力,还是有很多习题不会做……

经过这次家访,我似乎摸索出家访的要领,那便是“走心”,走进学生的内心,发现被忽略的生命,并跟随他的生命轨迹。

作为教师,不可能永远在前面引领学生。我在力所能及的范围内,以心育为底色,搭育人之桥。我看着平凡而弱小的小杰艰难前行,跌跌撞撞,让人心疼。我为他的每一次进步而感动,哪怕就只进步了那么一点点。

## 家访的要领是「走心」