

幸福

幸福

那点事儿

做一个灵魂有香气的教师



主讲人：李迪





CONTENTS

目录

01

用智慧浇灌工作

02

用爱经营家庭

03

内外兼修，做更好的自己

富顺职校的张老师来信：

本周星期天晚上一学生讲了几次话，我干涉他，他却认为我是针对他那组，其实就只有他们那组在讲话，我和他不可避免地发生了语言冲突，对吼了两节晚自习。

学生给我作对，也通知了班主任，到现在已经3天了，班主任没个说法，学生没个道歉，我还照常给他们上课。想想我不管他，会惹出这样的麻烦吗？如果当时学生和我打起来，心好一点的领导或许会帮我垫句话，其他领导呢，会帮我吗？可能我还得给学生道歉甚至赔医药费。我不管学生、被学校扣点钱也比管学生，比给学生发生语言或肢体冲突，划算吧？

但是如果学生出问题，我都是这样表面管管，学生会听我的吗？纪律还能执行下去吗？大家觉得遇到这种情况我该怎么办好呢？

成熟的标志，不是一味证明自己是正确的，而是即使在认为自己对的情况下，也要耐心听听孩子的心声。

01

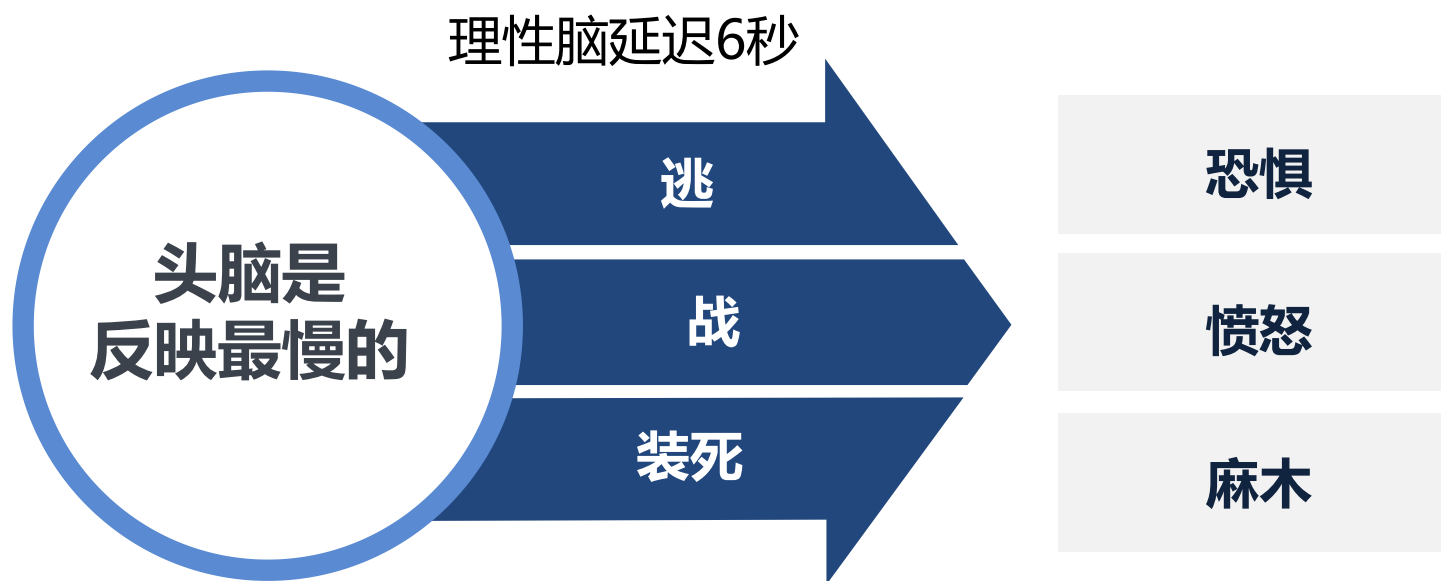
用智慧浇灌工作

01.用智慧浇灌工作

沟通技巧为何用不出来



01.用智慧浇灌工作



01.用智慧浇灌工作



为什么我们遇到孩子问题控制不住自己的情绪？

01.用智慧浇灌工作

亲子教育中 “积极暂停” 的运用



亲子共读绘本



家里的冷静角一扇经过布置的窗



家里的冷静角—孩子喜欢的角落

01.用智慧浇灌工作

教室里的“积极暂停区”



积极暂停工具卡



教室里的积极暂停区



01.用智慧浇灌工作

李老师：

您好！

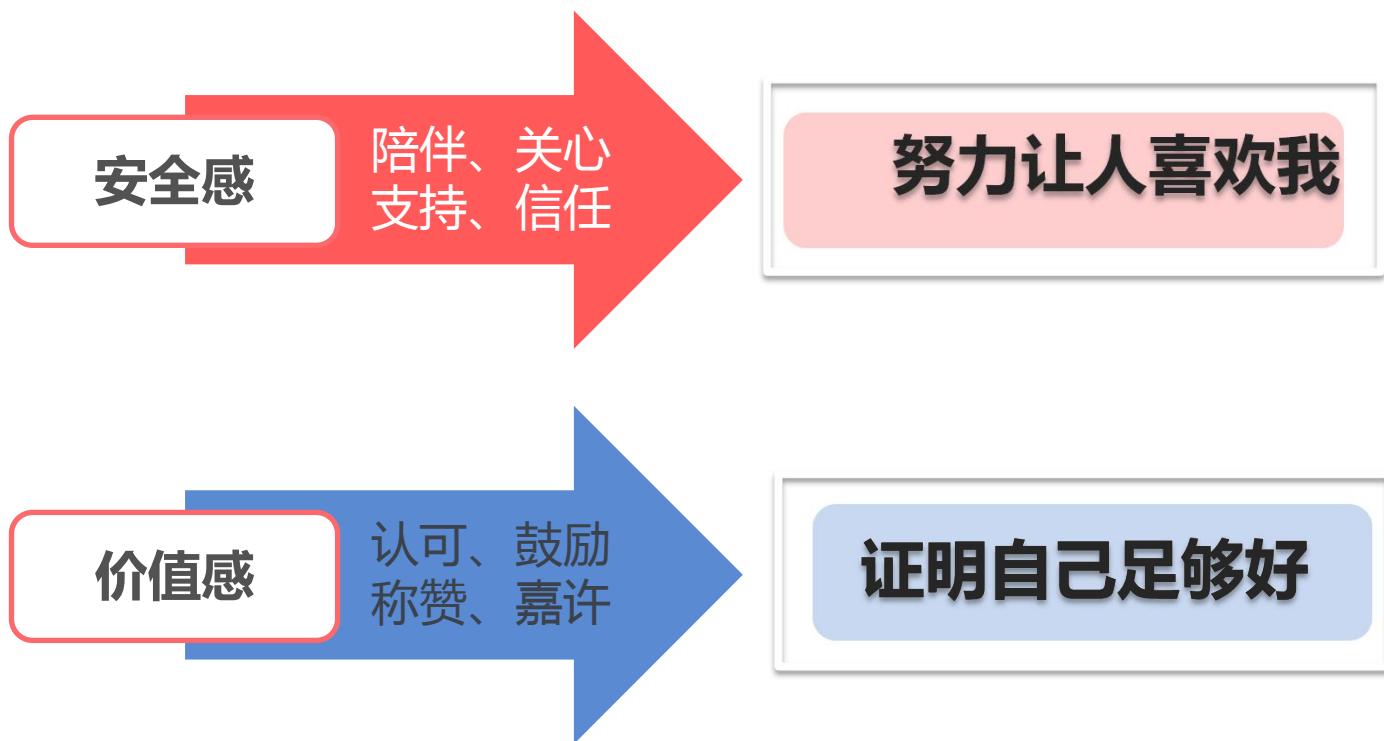
我首先想问：对近期幼儿园“虐童案”，和2017年11月12日“湖南弑师案”，您有什么看法？

其次我想咨询：今天上课，我先后被两个学生骂“你是狗”，还有难听的就不描述了。原因是他们违规，我罚他们，他们不愿意，边骂边握紧拳头，怒斥瞪我，让我背后一阵凉。这是两个月以来第三次这样了。第一次被一个学生站操场上指着骂，还说：**我是未成年人可以骂你，你骂我我把你录下来发网上去，你就死翘翘！**还有一次在班级群里骂你是狗老师！我自问：他们的餐卡是我冲的，鞋子、衣服邮寄我家给他拿，过生日我帮他订蛋糕、送蛋糕，换来的是敌视，怒骂！我绝望了！我生理年龄34岁，但是心理年龄20岁左右，是女汉子型。骂我的学生都**学过四年武术，刀枪棍棒都练得不错**，因为受不了太严格的武术学校而放弃，辍学一年，被家人安排进校学习，他们兄弟之间很讲义气，在教室内外**一起喝酒，一起打牌，一起通宵上网，一起不搞卫生，一起上课睡觉玩手机**，叫他们搞卫生就喊不读了。请进办公室**面对男领导会收敛些**。学生对班主任仇视至此，而我们应该怎么办？这样的学生，还要给他们机会？我们可不可以选择放弃？

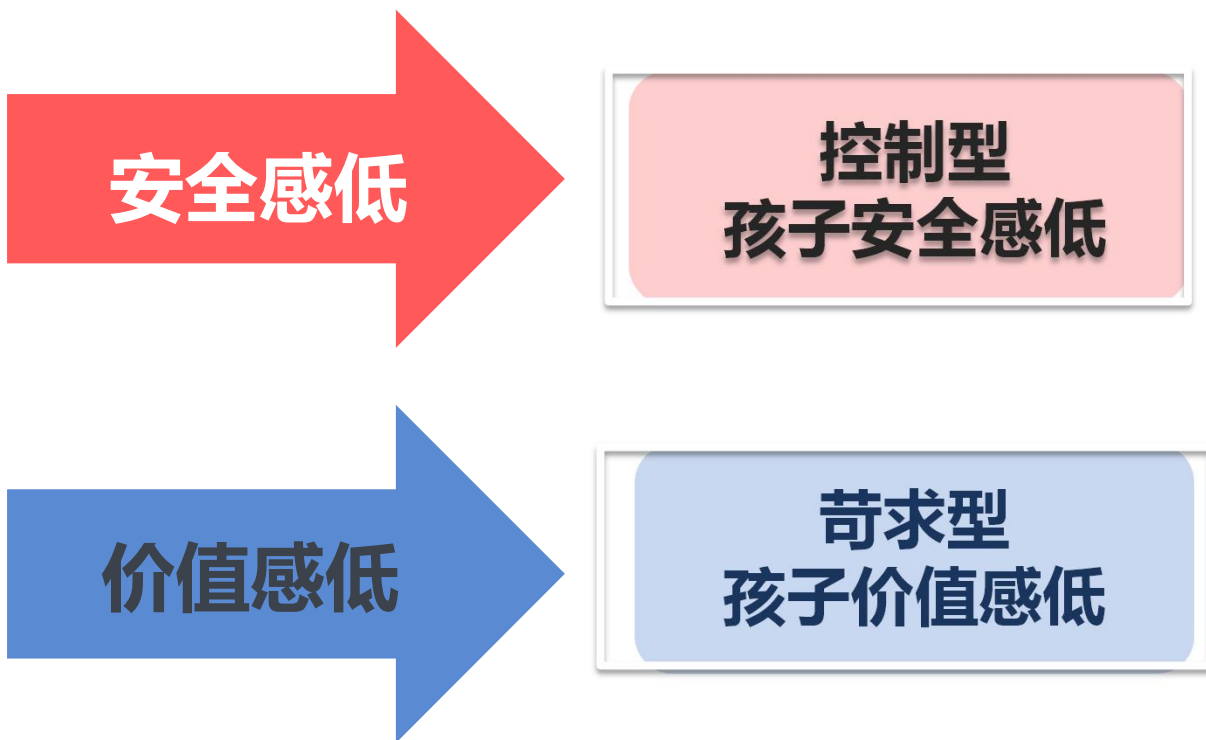
蔡老师

孩子的每个行为都是为了寻求
价值感与归属感（安全感）

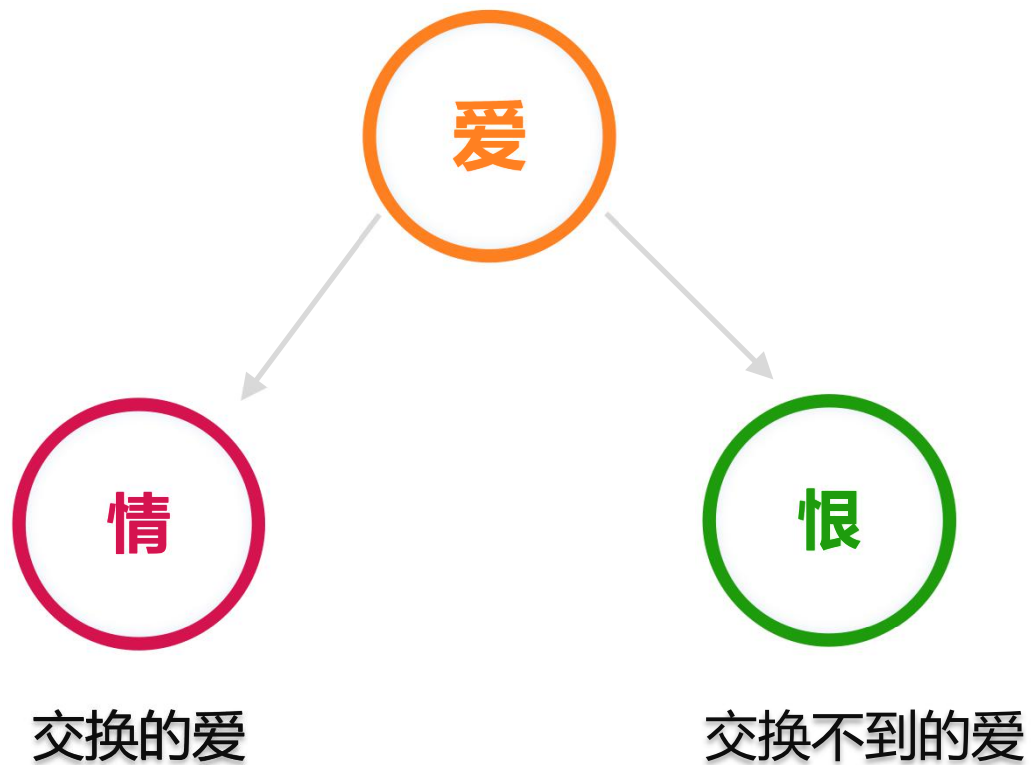
人的根本的需求



人的根本的需求



01.用智慧浇灌工作



爱的教育和本能的教育 [0001\]-0001.flv](#)



孩子玩剪刀、老师应付检查要求学生等

**我们的哪些行为是对孩子的掌控？
（ 满足了自己的安全感？ ）
我们的哪些行为是对孩子的苛求？
（ 满足了自己的价值感？ ）**

当孩子顺从，不敢反抗.....当我们骂孩子太笨.....

01.用智慧浇灌工作

**关键的钥匙：
首先是提升自己的安全感和价值感**

关于寻求合作的误区有哪些？

答：指责、辱骂、威胁、命令。

惩罚带来的副作用有哪些？

- 01 | 讨厌老师和家长，甚至要报复老师和父母。
- 02 | 变得更加狡猾，绝不改正。
- 03 | 导致孩子自卑：“我活该！谁让我做这么不好的事情”。

注意：惩罚有直接后果和间接后果两种，
后者弊端远远超过前者

01.用智慧浇灌工作

讨论

01

三岁的孩子要去打预防针了，一进医院就开始哭，你会怎么说？

02

孩子从学校哭着回家，说他再也不愿意去学校了，因为老师冤枉他。你怎么回复？

03

孩子带着伤痕回家，说自己和小明打架了，怎么办？

除了惩罚，和孩子沟通时容易犯的错误还有：

➤ 01 | 忽略

➤ 02 | 提建议

➤ 03 | 评判

分析

我的儿子是一所省重点中学的高二学生，就近租房，家长不陪读。生活学习能独立，性格内向，不擅交往，但又渴望交往，在意别人的态度、看法。前天跟同学打闹，同学用拳头打到他胃部，忍了一天，到昨天疼的厉害了，想去医院看看。我说应该没有什么问题，我家离学校远，让他再忍忍，他说忍不了了，要不让那个孩子妈妈领他去。接着他班主任接电话，说这点事要是让人家长看病，以后同学怎么处。我认可老师的说法.....最后我联系了租给我们房的房东陪孩子看病。但老师后来也通知了对方妈妈，双方都到了学校。这期间老师质问孩子：“你肚子真那么疼吗，我看你就是人品不行。”又跟对方同学说，交友小心，又在班级跟全班同学说不要跟同学闹，免得死了伤了赖上你。孩子经检查无大碍。我们两个家长沟通的特别好，但孩子对老师的话特别生气、委屈。孩子只是怕加重，只是想看看病，没那么多想法，却被扣上一个“人品不好”的帽子。我劝他很无力，怕孩子想不开.....我该怎么处理，求教！

分析

以前我也曾跟老师沟通过一次，老师说孩子小气，得改。因为老师对孩子有成见，所以这次也没想跟老师沟通。昨天我跟孩子电话聊很多，主要告诉他，1. 要宽容，大度，谅解别人的不当言行；2. 当这是一次人生的挫折，我告诉他以后这样的事还会遇到，得锻炼自己的承受能力。孩子当时言辞激动，不知道听没听进去。今天一整天我都惴惴不安，怕又有什么事发生。晚上9点孩子放学就给我打电话了，情绪很好，我悬着的心终于放下了。

应对方法：

- 01 | 倾听
- 02 | 说出孩子的感受
- 03 | 先认同孩子的感受，然后鼓励孩子和自己一起想办法解决此事

01.用智慧浇灌工作

运用充满魔力的一句话：“我一点也不否认你的观点，如果我是你，我也会有跟你一样的感受。”

要善于激发孩子高尚的情操：“其实，你现在的表现，真的已经非常大度了。你看看，你都没有打还回去……而且老师这么冤枉你，你也没有和老师争吵……孩子，你很有修养，你真的好坚强啊！妈妈为你自豪……”

01.用智慧浇灌工作



我能够理解你一定是被气坏了，是吗？发生了什么事，把你气成这个样？

（不做评论，再重复）：哦！我知道了，因为他乱翻你的东西。

（然后说自己的感受）：我听说你们打架吓了一跳，因为我害怕你们伤害彼此。

（最后一起来解决问题）：那么咱们来想想办法，看看怎么解决这个问题，好吗？

倾听时容易出现的错误：

- 01 | 打断学生或家长的话，做道德或正确性判断。
- 02 | 急于下结论。
- 03 | 轻视孩子的疑虑。

有效沟通的密码：

- 01 | 先关注心情再处理事情
- 02 | 建立同理心链接
- 03 | 怎么说比说什么更重要

02

用爱经营家庭

02.用爱经营家庭

目录：

➤ 01 | 亲密关系

➤ 02 | 亲子教育

02.用爱经营家庭之亲密关系

问：

- 01 | 为什么婆媳不好相处？
- 02 | 为什么丈母娘看女婿很中意？
- 03 | 夫妻吵架的本质是什么？



02.用爱经营家庭之亲子教育

问：

- 01 | 事业有成的妈妈多数不称职？
- 02 | 警察和教师的孩子多数不成器？



02.用爱经营家庭之亲子教育

目录：

- 01 | 特别时光带孩子归属感
- 02 | 用书信缩短母子的心理距离
- 03 | 做孩子心灵的守护神
- 04 | 身教重于言教

02.用爱经营家庭之亲子教育

2——6岁的孩子，每天最少安排10分钟特别时光；6——12岁的孩子可能不需要每天都有特别时光，但他们仍希望每周至少能保障半小时。

孩子：

转眼间，你在妈妈肚子里已经有七个多月了。闲暇时我总在猜测：你究竟是男孩呢？还是女孩？你漂亮吗？聪明吗？

转一想，无论你是男是女、是否聪明漂亮，爸爸妈妈都爱你。所以我现在问的这个问题没有意义。

妈妈现在肚子很大，行动很不方便，但我每天还会给学生上课，我很喜欢教师这个职业。我希望你将来也能像妈妈一样，喜欢自己的工作，这样你才能从工作中获得乐趣，并享受到幸福的一生。

孩子：

今天是6月30日，妈妈到了青海。

昨天坐了二十多小时的火车，几乎一夜未睡，我在想像着，在那交通极不便利的年代，人们要远行到青海，需要多少时间？会发生多少悲喜交加、阴差阳错、转危为安的故事？而现在这样在火车上昏昏沉沉、渐行渐远，一觉醒来，目的地已到，省却许多过程，却也少了多少精彩？这，究竟是好，还是坏？

“行万里路，读万卷书”，这句话所倡导的是过程啊！如今科技的发展，却让过程如缩了水的棉布，越来越短了。如此，缩短了过程所达到的目的地，总不免让人感觉乏味。孩子，你能听懂妈妈的话吗？

我不是说科技的发展不好，火车毕竟让我们的出行更顺利。但是，总有一天，你会明白，只重结果而忽视过程的做法，是不值得我们仿效的……

温馨提醒：先跟孩子一伙儿单
疼。[流畅版].flv

例：

我的妈妈不上班，平时就喜欢打牌和看脑残的电视剧，一边看还一边骂，有时候也跟着哭。她什么事也做不好，做的饭超级难吃，家里乱七八糟的，到处不干净。

她明明什么都做不好，一天到晚光知道玩儿，还天天叫累，说都是为了我，快把她累死了。

和我一起玩的同学，小青的妈妈会开车，她不会，小林的妈妈会陪着小林一起打乒乓球，她不会，小宇的妈妈会画画，瑶瑶的妈妈做的衣服可好看了。我都羡慕死了，可是她什么都不会。

我觉得，我的妈妈就是个没用的中年妇女。

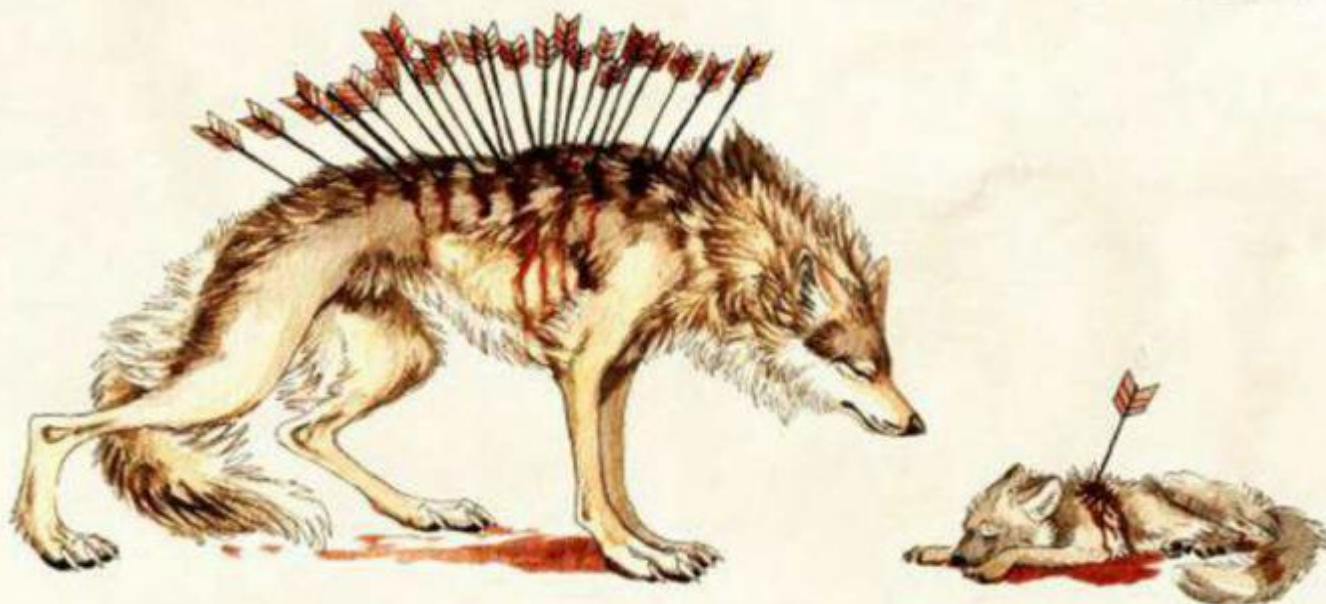
温馨提醒：

成功的父母，就是活出孩子钦佩的样子

03 做最好的自己

03.做最好的自己

**学习，并不会减少你的痛苦，
而是提升你面对痛苦的能力。**



问

开学第一天为什么阴雨绵绵？

- 揭示了故事发生的背景
- 渲染了悲凉的气氛
- 与假期春光明媚形成鲜明的对比，
暗示了主人公内心的凄凉
- 揭示了凄惨的社会环境
- 预示着主人公悲惨命运的开始.....

问

开学第一天为什么细雨如酥？

- 揭示了故事发生的背景
- 渲染了诗情画意的气氛
- 与假期的喧闹热烈形成鲜明的对比，暗示我们面对工作及学生问题，需要宁静、安详的心态
- 揭示了润物细无声的妙处
- 预示着春姑娘的悄悄降临，嫩嫩的、绿绿的小草即将破土而出

如何改变这种信念和自动化反应？



03.做最好的自己

建议一：

将“不得不”换成“我选择”

将“但是”换成“虽然”

1、请列出你“不得不”做的事情



烦闷、生气、恼怒、伤心、无奈、悲伤.....

2、如果不做那些“不得不”做的事情，会发生什么？

不做“不得不”做的事

学 生

被老师批评
成绩倒退
考不上好的高中或大学
不讲卫生被人看不起
失去友情
没有前途
人生悲惨.....

老 师

被领导批评
班级考试排名靠后
孩子吃不了早餐
孩子叛逆
评不上职称
失去工作，养不了孩子
所有人看不起自己.....

03.做最好的自己

所谓“不得不”做的事情，其实都是我们自己的选择，并且是**目前最好的选择**。

03.做最好的自己

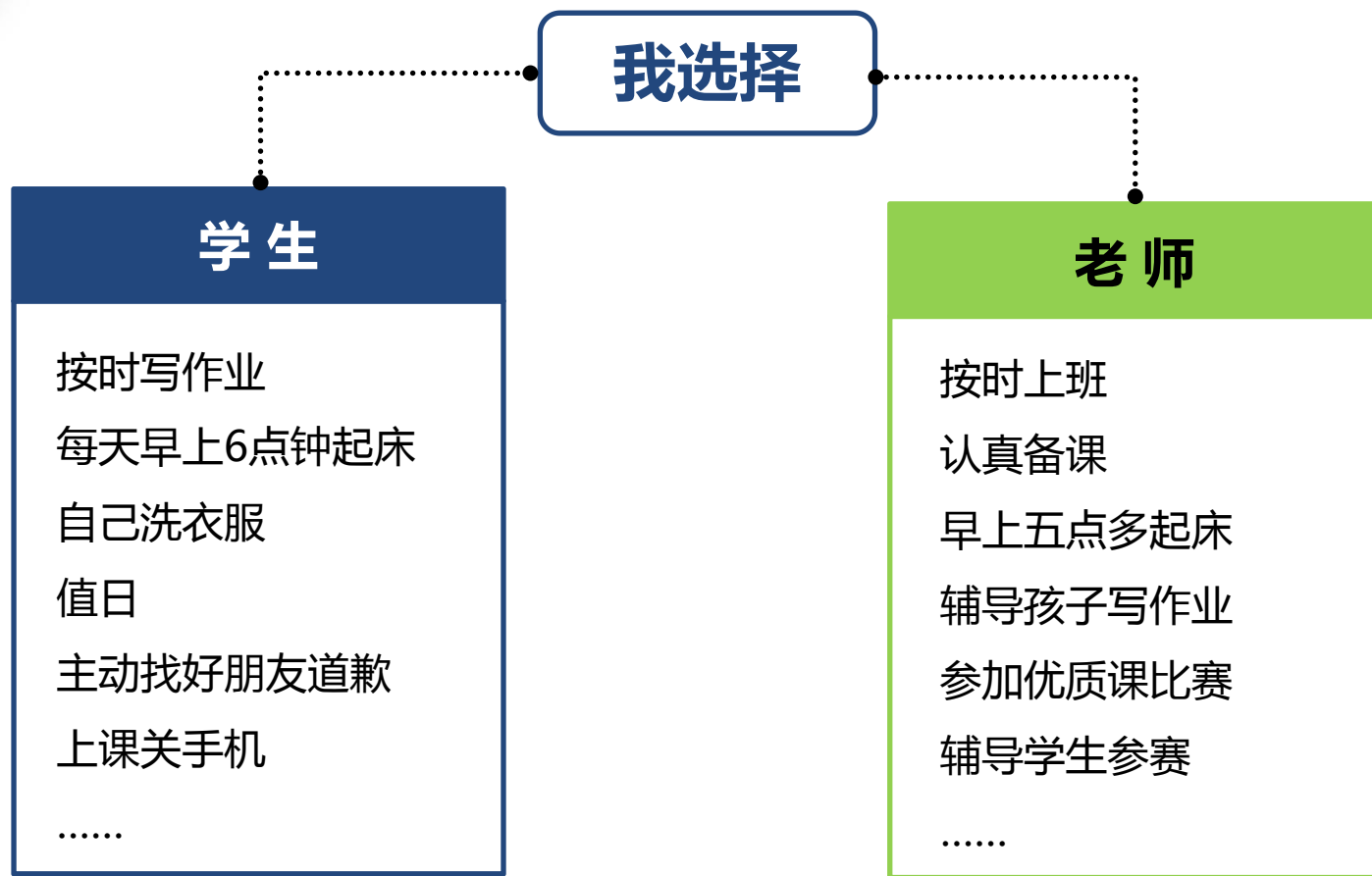
将



换为



03.做最好的自己



宁静、平和、富足、淡定.....

负责任的含义： 我是一切事物的根源！

03.做最好的自己

将

但是

换为

虽然

03.做最好的自己

例 1

- 明天是晴天，**但是**今天阴雨绵绵
- 明天是晴天，**虽然**今天阴雨绵绵

例 2

- 我找到了问题的解决办法，**但是**问题以后可能还会出现。
- 我找到了问题的解决办法，**虽然**问题以后还会出现。

建议二： 给自己一个**约誓**

各位老师，请问何为“**约誓**”？



03.做最好的自己

约誓：跟自己的契约，当自己的状态卡住的时候，有个契约可以及时有效地提醒自己。

03.做最好的自己

- 1952年7月4日清晨，加利福尼亚海岸下起了浓雾。在海岸以西21英里的卡塔林纳岛上，一个43岁的女人准备从太平洋游向加州海岸。她叫费罗伦丝·查德威克。
- 那天早晨，雾很大，海水冻得她身体发麻，她几乎看不到护送她的船。时间一个小时一个小时的过去，千千万万人在电视上看着。有几次，鲨鱼靠近她了，被人开枪吓跑了。
- 15小时之后，她又累，又冻得发麻。她知道自己不能再游了，就叫人拉她上船。她的母亲和教练在另一条船上。他们都告诉她海岸很近了，叫她不要放弃。但她朝加州海岸望去，除了浓雾什么也没看不到……
- 人们拉她上船的地点，离加州海岸只有半英里！后来她说，令她半途而废的不是疲劳，也不是寒冷，而是因为她在浓雾中看不到目标。查德威克小姐一生中就只有这一次没有坚持到底。

游泳的故事



凡事预则立，不预则废

你站在哪里不重要，重要的是你迈向哪里

03.做最好的自己



西楚霸王（前232—前202） 清人绘

当年霸王还是小青年的时候，看见始皇帝的车队浩浩荡荡通过时，很激动地说了句“吾将取而代之”，后来果真如此。



当年还是小青年的汉高祖，看见始皇帝的车队浩浩荡荡通过时，很深沉的说了句“大丈夫当如厮也”，后来果真如此。

宇宙即我心， 我心即宇宙。



《心之力》著于1917年，毛泽东时年24岁。此文已现大志。

宇宙即我心，我心即宇宙。细微至发梢，宏大至天地。世界、宇宙乃至万物皆为思维心力所驱使。博古观今，尤知人类之所以为世间万物之灵长，实为天地间心力最致力于进化者也。……

我们看到，毛泽东当时也对人“心”的力量有深刻见解，已下定决心改天换地，矢志不渝。

03.做最好的自己



李安18岁时，自己做了一张照片，画面上自己拿着小金人，旁边的字是“我是奥斯卡最佳导演”

高枫

著名歌星

1996年《大中国》摘取
全国50余家排行榜年终评选
的桂冠



03.做最好的自己



2002年，因
PCP病毒性肺
炎去世，终
年34岁。



03.做最好的自己

心想事成，境随心转
命由心造，福自心求

03.做最好的自己

三种不同的观念，造就不同的人生



高效能人士的七个习惯之一：**以终为始**

03.做最好的自己

我是：

我是一个美丽、智慧、有影响力的女人。

我做：

我将锻炼身体，认真读书、思考，尽心授课。

我拥有：

我会拥有美丽、智慧和影响力。

03.做最好的自己

我是：

我是一个努力学习、
积极乐观、负责任
的好学生。

我做：

我将认真听课、读
书、思考、尽心完
成各科作业。

我拥有：

我会拥有充实的生
活、优秀的成绩。

03.做最好的自己

我是：

我是一个坚强、乐观、负责任的男人。

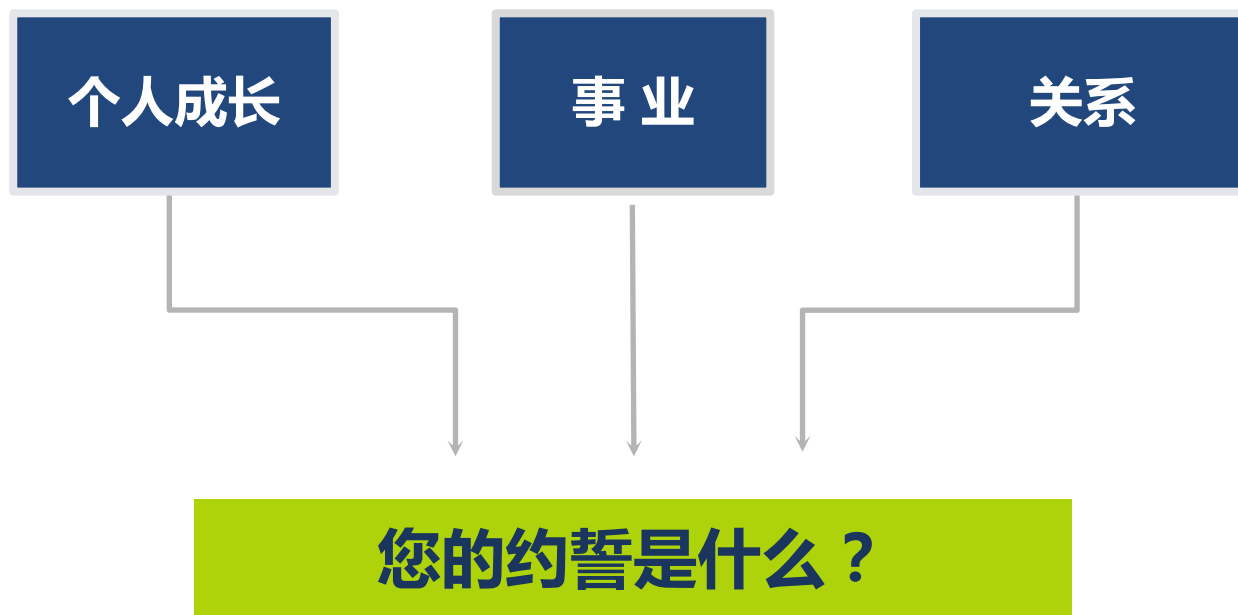
我做：

我将锻炼身体、认真备课、尽心授课。

我拥有：

我会拥有坚强、乐观和责任心。

03.做最好的自己



03.做最好的自己



新的学期，我承诺活出我的约誓，去实现我的承诺，做到负责和贡献。

李迪宣言 1：个人成长

目的

让自己更加美丽、智慧、有影响力。

目标

- 1.在本学期，写50封回答亲子教育问题的信；
- 2.每月最少写一篇教育随笔发表；
- 3.体重控制在55公斤。

行动计划

1. 阅读李中莹、萨提亚各一本书。
- 2.写出三篇不少于8000字的阅读笔记。
- 3.每周写两封以上家庭教育的解答书信。
- 4.每天锻炼40分钟以上。

检视点

- 1.每月最后一周将读书笔记、教育随笔上传搭档微信；
- 2.每周两封解答信在周日晚上9点前上传搭档微信；
- 3.每天的锻炼照片当天上传搭档微信。

举例：个人成长

目的

成为一个坚强、自信，有担当的男人。

目标

- 1.本学期写30篇班级成长日记；
- 2.阅读两本教育类书籍；
- 3.体重控制在75公斤以内。

行动计划

- 1.每周写两篇日记；
- 2.每天阅读30页码；
- 3.每天快走一万步。

检视点

日记、阅读笔记、锻炼照片于每天晚上9点前，上传搭档微信。

03.做最好的自己

学习也许不会让你更快乐，
却可以让你更强大。

目的

扩大在教师、学生、家长里的影响力，加强原本就有的班主任领域的影响，争取做中国一流的教育专家。

目标

课堂教学师生满意度提升至90%；在本学期潜心研究学生问题与家庭教育之间的关系；整理一本关于家庭教育的书稿；修订一本班主任方面的书；三个月内在报刊杂志上发表不少于三篇文章。

行动计划

- 1.认真阅读家庭教育亲子关系方面的书。
- 2.收集关于家庭教育、亲子关系的问题。
- 3.写信解答身边人及网友关于家庭教育、亲子关系的困惑。
- 4.整理十节优质课课堂记录。

检视点

每周末将收集的问题解答、整理的课堂记录等上传搭档微信。

目的

- 1.成为受学生欢迎的班主任；
- 2.争取做学校最优秀的教师之一。

目标

- 1.在学生评教中，优秀率由上学期的75%，提升至90%；
- 2.所教班级成绩在年级排名中位居前三。

行动计划

- 1.每月阅读一本教育类书籍；
- 2.每天写出不少于500字的教学反思；
- 3.每周找三个学生谈心聊天。

检视点

- 1.每天晚上10点将教学反思发至搭档微信；
- 2.与学生谈话的记录于每周五发至搭档微信；
- 3.每月的读书笔记于月底那一周的周一发至搭档微信。

目的

改善人际交往能力。

目标

- 1.在本学期和家人的关系更加亲密和谐，幸福指数由70%提升到95%；
- 2.加强与同学朋友的电话联系。

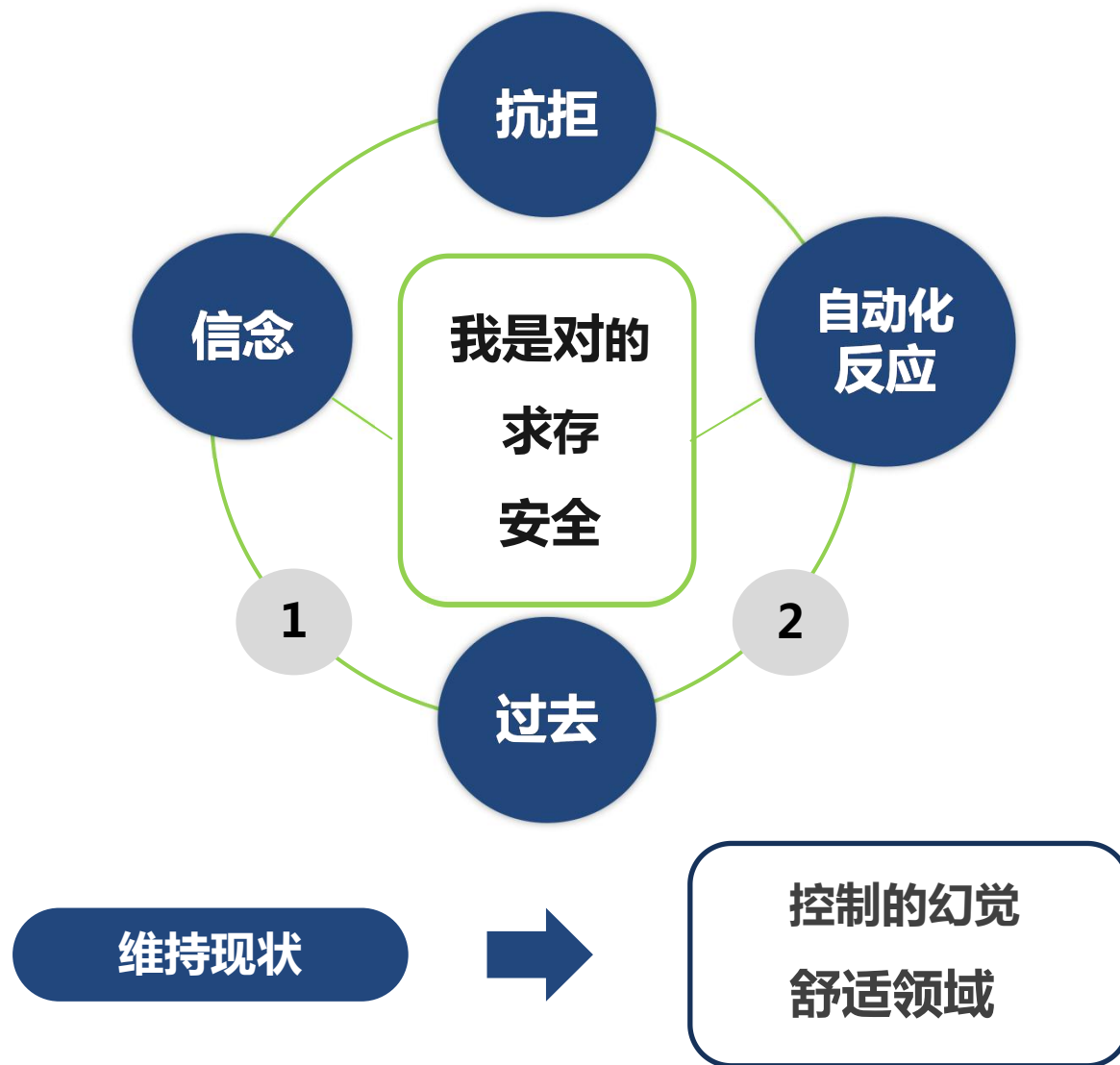
行动
计划

- 1.春节后接母亲来我家住；
- 2.母亲不在我家住的时候，每周都和母亲打电话沟通三次；
- 3.每周最少两次和哥哥姐姐电话沟通；
- 4.每月寻找出许久未联系的同学、朋友十人，和他们联系，加深感情；
- 5.每周和老公谈心一次。

检视点

将相关照片或截图上传搭档的微信。

03.做最好的自己



建议三：

善待自己

建议四： 多用**新得到**的工具

03.做最好的自己

听了这节课，您打算给自己什么样的**约誓**？



是否有心思给学生开个类似的**班会**，
让他们也给自己一个约誓和成就宣言？



思考

选择题：

1.家长在处理孩子的感受时，常见的错误有？（多选题）

A.忽略 B.给建议 C.夸大事实 D.附和

2.姜涛晚上一进家门，女儿就拿着手工小兔子，扑过来，伤心地告诉他兔子耳朵断了。他接过兔子，认真听完女儿的话摸着她的头，温柔地说：爸爸知道，这个兔子对你很重要，它的耳朵断了你很难过，爸爸和你一起想办法好不好？女儿慢慢变得高兴起来。姜涛运用了哪些正确的方法应对孩子的感受？

A.给出明确建议 B.倾听孩子的诉说
C.总结出孩子的感受 D.理解、肯定孩子的感受

思考

3.孩子为明天的数学考试焦虑不安，父母想要帮助他，怎么说才能真正缓解他的忧虑？

- A.放轻松，妈妈相信你一定能考好的。
- B.你要是早早开始复习，现在就不会这么愁了。
- C.你看上去很愁啊！我想你肯定希望考试已经过了。
- D.不要急，妈妈抓紧陪你复习一下。

4.当父母指责惩罚孩子时，孩子内心活动会是一下哪种？

- A.真讨厌！我以后要报复他们。
- B.好吧！以后小心点，尽量不要被他们发现。
- C.我是个差劲的孩子。
- D.我要好好改正，以后再也不犯错了。

思考

5.当你希望孩子捡起他随手丢的果皮时，
以下哪种表述会被孩子接受？

- A.说“果皮”，提醒孩子不能乱丢垃圾的约定。
- B.说“我看到客厅地上有果皮”，直接描述自己看到的景象
- C.说“踩到果皮很容易滑倒”，给出孩子提示。
- D.说“把果皮扔到客厅垃圾桶，或者扔到厨房的垃圾箱”。

6.父母如果希望孩子向自己充分表达他真正的想法，
最重要的原则是：

- A.在交谈后给孩子奖励
- B.经常给孩子讲自己的故事
- C.不在谈话过程中评论孩子的表达
- D.每天例行询问孩子的见闻

思考

7.当老师向你反映孩子在学校有不恰当行为时，正确的应对是：

A.倾听孩子，评论他的想法，提出建议。

B.不评论地倾听，总结还是的讲述，说出自己的感受，共同寻求方案

C.批评孩子的行为、说出自己的感受、倾听孩子、跟踪反馈

D.说出自己的感受、提出建议、倾听孩子、总结他的讲述。

8.如果你真的情绪失控，打骂伤害了孩子，过后该如何弥补？

A.加倍对孩子好 B.绝口不提，自然淡化

C.真诚道歉，商量解决之道 D.惩罚自己，让孩子见证

思考

9.孩子做错事的时候，是建立与孩子情感的机会；孩子做对

事的时候，才是塑造孩子行为的机会，这句话：

A.正确 B.错误

10.孩子撒谎最大的原因就是恐惧。很多时候，孩子的谎言代表着愿望，希望事情没有发生过。这句话：

A.正确 B.错误

幸福

幸福

那点事儿



谢谢！



幸福

做一个灵魂有香气的教师

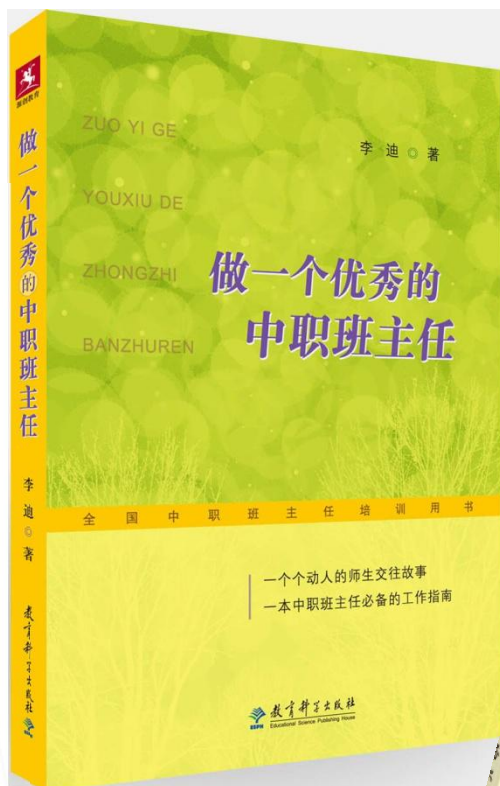
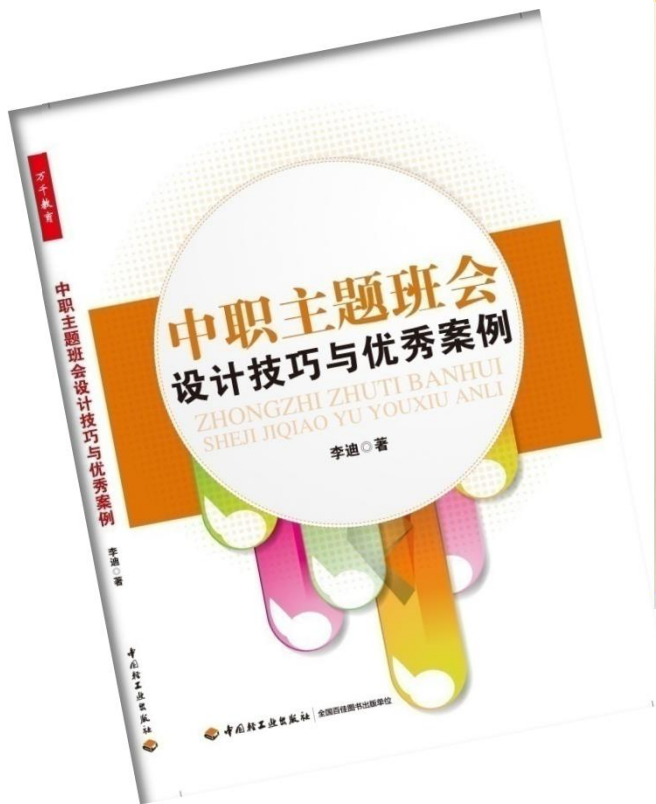


各地新华书店、当当、京东、亚马逊等网均有销售



幸福

做一个灵魂有香气的教师



各地新华书店、当当、京东、亚马逊等网均有销售

幸福

做一个灵魂有香气的教师



各地新华书店、当当、京东、亚马逊等网均有销售

幸福

做一个灵魂有香气的教师



各地新华书店、当当、京东、亚马逊等网均有销售