

了这个班集体。

2. 充分发挥家庭教育的作用。由于家庭教育对孩子的成长至关重要,所以我不仅在校内向学生进行有效的教育,同时也加强与家长的联系,发挥家庭教育的重要作用。发现学生情绪不稳定时,及时与家长取得联系,保证学生的健康发展。平时我也会通过家访、家长会等形式与家长沟通,促使某些家长转变“以钱代教”的观念,避免盲目的溺爱,让自己的孩子多做家务多动手,锻炼其意志,增强自立。

3. 用赞许的目光温暖学生。我读初二时,英语常考不及格,因为这个我还留了级。后来换了一个姓黄的女老师,她知道我的情况后,对我格外关注。在黄老师的鼓励教导下,我认真学习英语,成绩竟然直线上升,第二学期还做了英

语科代表。现在回想起来,黄老师给我欣赏、赞许的目光仍铭记于心。所以我知道,老师对学生的信任是何等重要。正是有这样的切身体会,所以在我的教育实践中,我总是用欣赏的眼光看待学生,不会因学生犯错或具有某些缺陷而“杀气腾腾”。在2001年我接手初一,了解到一位姓刘的男生,各门功课成绩都很差,性格怪僻。果然,一开学,我就发现他不认真听讲,经常趴在桌子上睡觉。经了解,原来他从小学开始经常流鼻涕,成绩一直落后,常受到父母的责骂、老师训斥和同学的讥笑。渐渐地他便失去学习的兴趣,也不与同学们交往,成了“孤家寡人”。我知道,他是被长期失败的重压给“压”出来的。后来我发现他画画还可以,于是让他画一些教学用的图片,他画得很

认真,我在上课时使用这些图片时还特别表扬他,同学们也对他刮目相看,后来他考入一个艺术学校继续学习。不管学生表现如何,我都会给一个鼓励的微笑,相信他会做得更好;不管学生有多小的进步,我都会给一个赞许的目光,能有进步就已经很好。让每一位同学都沐浴在我赞许的目光里,让他们感受到这是一个温暖的“家”,这个“家”会给他们无穷的力量,会鼓励他们无所畏惧地往前走。

孩子的成长是充满激烈竞争的,教师不但要“授人以渔”,而且要培养他们健全的心理,去迎接新的挑战。我们培养的学生不可能个个都能考80分,但不能没有成功的信心,这对于一名教育者来说尤为重要。

责任编辑 魏文琦

论听障学生情绪调节策略的有效运用

文/佛山市启聪学校 方 淼

如果能以适当的方式在适当的情境表达适度的情绪,就是健康的情绪管理之道。在特殊教育学校中,我们常常遇到这样的听障学生:兴奋时手舞足蹈、尖叫刺耳,冲动时一意孤行,委屈冤枉时打人或自残,愤怒时对人拳打脚踢,不高兴时睡地打滚哭闹,厌恶时不理不睬等。固然,他们也有着常人的七情六欲,也需要情绪流露。可是,问题就在于他们不懂得运用适合的情绪表达方式,特别是对自己情绪的调控能力十分缺乏。因此,应用有效的情绪调节策略,提高他们的情绪调节能力有着现实而重要的意义。

一、认知重评

认知重评即认知改变,是指改变对事物个人意义的认知,使情绪得到调整。认知重评又可分为评价忽视与评价重视两种具体策略。评价忽视为减弱性调节方式,表现为个体以忽视、回避和减弱等方式对情景中可能引起情绪的刺激进行评价,尽可能地不去感受情景可能引起的情绪。评价重视是一种增强型调节方式,表现为个体通过增强对可能引起情绪的情景的评价,增强情景与个人的关联性。

案例:听障姑娘小雯,亭亭玉立,每到她外出或上下学乘坐公共汽车时总是深感不安与焦虑。经了

解,主要归因于她害怕碰见老师或同学、熟人,需要打招呼要用到手语,不想让别人知道她是聋哑人,更不愿意看到别人投来诧异而歧视的眼光。所以,在外面,她见到老师从来不打招呼。这明显是错误认知所带来自卑的表现。为此,我对她除了进行一系列的开导、教育以外,主要应用评价忽视的策略帮助她改变认知。常常陪同她一起外出乘坐公共汽车、逛街、吃饭、购物、玩耍,和她随时随地进行手语交流,把注意力都集中到我们俩的交流与事情上来,这样就大大地忽视、回避和减弱了情景中可能引起情绪的刺激。为了帮助小雯改变认