

# 正面管教理念下的师生沟通新方法

张静怡, 毛艳霞

洛阳师范学院教育科学学院, 河南 洛阳

收稿日期: 2025年3月24日; 录用日期: 2025年5月2日; 发布日期: 2025年5月12日

## 摘要

在传统双主体关系及教育模式影响下, 师生之间普遍存在沟通意愿不强、沟通对象偏重、内容单一且侧重训责等问题。本文依托正面管教理念, 力求扭转“以师为重”“师道尊严”的传统师生伦理观, 以尊重平等作为构建师生关系的逻辑基础, 积极倡导鼓励式沟通、关注问题解决及真实表达情感等交流方式。着重探究纠正前先连接、鼓励的三种句式、启发式提问、反射式倾听等师生沟通新方法, 力促教育朝向更加人性化、科学化方向迈进。

## 关键词

正面管教, 师生沟通, 尊重平等

# A New Method of Teacher-Student Communication under the Concept of Positive Discipline

Jingyi Zhang, Yanxia Mao

School of Education Science, Luoyang Normal University, Luoyang Henan

Received: Mar. 24<sup>th</sup>, 2025; accepted: May 2<sup>nd</sup>, 2025; published: May 12<sup>th</sup>, 2025

## Abstract

Under the influence of the traditional two-subject relationship and education model, there are many problems between teachers and students, such as lack of willingness to communicate, emphasis on the object of communication, single content and emphasis on discipline. Based on the concept of positive discipline, this paper strives to reverse the traditional ethics of teachers and students of “valuing teachers first” and “teaching dignity”, takes respect and equality as the logical basis for building teacher-student relationship, and actively advocates communication methods such as

encouraging communication, concern about problem solving and true expression of emotions. It focuses on exploring new methods of communication between teachers and students, such as connecting before correcting, encouraging three sentence patterns, heuristic questioning, reflective listening, etc., to promote education towards a more humane and scientific direction.

## Keywords

Positive Discipline, Communication between Teachers and Students, Respect for Equality

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 师生沟通现状

### 1.1. 师生沟通意愿不强, 缺少联结

据 2024 年最新《中国教育统计年鉴》分析, 超过 85% 的教师认为, 有效师生沟通是提高教学效果和学生满意度的关键因素之一。调查显示, 师生沟通问题严峻, “我打你通” 现象尚存, 学生长期被迫顺从, 导致师生沟通疏离感显著, 缺少联结[1]。从主观层面看, 教师受教学与非教学任务双重压力, 无暇顾及学生。学生因为恐惧教师权威、害怕被批评、顾面子等问题刻意回避教师, 其心理戒备阻碍了师生之间的有效沟通。从客观层面看, 互联网与信息技术的迅猛发展, 丰富了学生学习方式, 满足了学生个性化学习需求, 教师也不再永葆知识传授的垄断地位, 师生人际交往和交流效率也就大为减少和降低。

### 1.2. 沟通对象有所偏重, 区别对待

在传统的师生沟通模式中, 存在着一个较为突出的问题, 即教师在与学生沟通交流时, 会不自觉偏向成绩优、表现好的学生, 经常夸他们“优秀”, 因为这类学生往往能提供给教师积极的正向反馈, 使其在教学上收获成就感与价值感。而对于成绩差的学生, 教师则多为纠错与批评。这种因成绩差异而产生的区别对待沟通方式, 其实就是在评价学生。教师不能轻易用“优秀”这个词去评价任何一个学生, 评价就是在贴标签, 不管是好标签还是坏标签, 都是在用二元对立的思维看待问题, 用单一的维度和刻板印象来定义一个成长中的学生。喜欢评价的背后其实是“区别心”在作怪, 有区别心, 很容易蒙蔽教师的慈悲心, 不容易做到真正尊重和爱每一个学生。

### 1.3. 沟通内容较为单一, 忽视心理

素质教育旨在促进全体学生全面发展, 涵盖思想道德、文化科学、劳动技能和身体心理素质等方面。但实际教学里, 师生沟通局限于课本知识, 侧重“知识世界”, 忽略情感交流与学生内心需求。新教改背景下, 对师生沟通提出了更高要求, 教师需关心学生精神情感世界, 走进彼此内心, 构建心理相容关系。师生关系大体含工作、人际与心理关系三方面, 分别对应着知识传递、情感沟通和感受体验。三者均衡发展方为其本质内涵, 忽略其中任何一个, 都是不和谐、不健康的。

### 1.4. 沟通过程侧重训责, 缺乏鼓励

我国“以师为重”“师道尊严”的传统师生伦理观深厚, 受传统双主体关系与教育模式影响, 教师掌握主动权, 具有一定权威。学生犯错时, 教师常以严厉语气告诫学生整改, 姿态“居高临下”“咄咄逼人”, 以此来彰显“权威”。罗杰斯等人(1978)研究表明: 学生成绩与内在自我概念、成就动机关系显著。

经常受到老师批评、指责的学生, 容易自认差生, 长期以来, 会形成自信心不强、自我价值不高等消极的自我概念, 学习成绩也会越来越差。不良的师生沟通模式通常就是这样形成的: 教师沉浸在自己的想法和需要里无法自拔, 不被满足就做出防御性反应, 学生的需要和愿望不被理解和接纳, 也做出防御性反应, 两个人都活在自我中心模式里, 谁也看不见谁, 争吵争斗在所难免, 这时候就需要教师率先跳出自我中心模式。

## 2. 正面管教理念倡导的师生沟通

正面管教以阿德勒与德雷克斯个体心理学理论为基础, 由简·尼尔森等人倡导, 是长期有效的教育路径, 它基于三个原则: 第一, 每个人都希望得到尊重; 第二, 每个人都需要归属感和价值感; 第三, 每个人都需要鼓励, 就像植物需要水一样。正面管教理念摒弃极端骄纵与惩罚, 以学生为中心, 重视鼓励与尊重, 主张帮助学生在和善坚定的氛围中生长和发展。

### 2.1. 建立尊重与平等的师生关系

和善而坚定是正面管教的核心理念, 尊重是其精髓, 和善能培育出信任, 坚定使学生明规则, 和善不忘坚定, 二者相辅相成。正面管教理念倡导尊重学生个性与多元需求, 视学生为独立个体, 平等相待, 帮助学生寻找归属感与价值感。心理学家将教师错误语言归为发号施令、傲慢无礼、讽刺控制这三类, 在实际工作中, 老师常以“你应该……”“你最好……”“你可以……”等语言向学生传递解决问题的办法, 总在想怎样才能让学生听话、顺从, 管住他们, 这种思维导致过多使用严厉的批评和惩罚, 让学生感受到糟糕, 引起愤怒反抗, 这种关系模式的最后一定会两败俱伤。

正面管教理念倡导尊重和平等, 一个尊重学生的教师才能赢得学生的尊重和喜欢, 赢得学生而不是赢了学生, 教师需要靠人格魅力感召学生而不是靠说教和强迫制服学生。因此, 教师需要有稳定的自尊内核, 对学生尊重, 信任、平等对待、不评判、不说教、不试图控制, 不急于从学生那里获取尊重和权威, 不轻易被教学中遇到的困难和挫折打败。

### 2.2. 鼓励式而非惩罚的关系

学生是成长、发展中的人, 难免会犯错, 但教师往往想用惩罚的方式快速告诫学生怎样才是对的。传统以奖励和惩罚为基础的管教方法, 其目的是为了控制学生, 虽短期有效, 但缺乏长远眼光。如果教师长期在教育上使用过多外在操纵性的强刺激手段(惩罚或表扬), 学生就会丧失内在的体验和动力。美国著名教育家简·尼尔森把惩罚导致的后果分成了四类[2], 一是愤恨: 这不公平, 为什么老师总是对的, 我一直都在做错; 二是报复: 老师伤害了我, 我会报复的; 三是反叛: 你凭什么要管我, 凭什么要我做我不想做的事; 四是退缩: 偷偷摸摸一下次绝不让他抓到; 自卑—我是个坏孩子。

正面管教理念倡导“鼓励”“温暖”的师生沟通, 鼓励学生在温暖氛围中勇敢表达观点、想法, 感受到爱和归属感。鼓励是什么? 鼓励是帮助学生培养勇气, 成长并成为他们想成为的样子, 感觉到自己有能力、有韧性, 享受生活快乐、成为对社会有贡献一员的勇气。正如德雷克斯所说, 孩子们需要有不完美的勇气, 也就是说他们需要敢于犯错, 并且从错误中学习。一个行为不当的学生, 是一个丧失信心的学生, 当学生感受到鼓励时, 不当行为就会消失。

### 2.3. 关注问题解决而非让学生付出代价

魏书生老师说: “教育就是发现优点, 守住优点, 让生命开花结果。”如果我们天天盯着学生的问题, 问题就会越来越多。相反, 正面管教理念不再聚焦惩罚或负面强化。它关注的是如何帮助学生学会解决问题, 而不是揪住他们的错误不放, 进而责备和惩罚学生。惩罚关注的是过去, 问题解决关注的是

现在和未来。惩罚只能让学生更沮丧, 更没有信心和力量去面对和解决问题。

正面管教倡导的具体做法是知其白, 守其黑——欣赏学生的优点, 接纳学生的不足。看到黑的部分其实是学生的独特性, 教师可以在此挖掘学生的宝藏和潜能, 协助 TA 成就更好的人生。

## 2.4. 真实表达情感

教育的根本任务是立德树人, 教师对待学生不能局限于传道授业解惑, 还应该包括爱和道德品质的关爱和引导, 但在实际教学中, 教师很少能真正站在学生角度, 用爱和责任理解他们, 包容他们[3]。美国心理学家罗杰斯提出了人际关系的三要素, 即真诚、接受、理解。“真诚”主张表里一致, 反对虚伪。学生只有在感受到真诚时, 才会主动拉近与教师的亲近关系, 拉近彼此距离。

正面管教理念倡导, 教育不应是冷冰冰的规则传递, 而应是充满温情与理解的灵魂触碰。在这一框架下, 教师被赋予了新的角色——情感的倾听者与共鸣者。教师需要学会放下权威面具, 以真诚之心, 向学生敞开心扉, 真诚细腻地表达情感与期望。

## 2.5. 理论整合与比较: 人文主义与积极心理学的视角

正面管教理念并非孤立存在, 其核心原则与人本主义心理学、积极心理学等理论存在深刻的契合点。人本主义心理学强调“以人为中心”, 主张尊重个体的独特性与潜能, 这与正面管教的“尊重平等”逻辑一脉相承。例如, 马斯洛的需求层次理论指出, 归属感与自我实现是人的高级需求, 而正面管教通过鼓励与归属感的培养, 恰能帮助学生满足这些需求。

积极心理学则聚焦于个体的优势与幸福感, 其倡导的“优势视角”与正面管教“关注问题解决而非惩罚”的理念高度一致。两者的共同点在于摒弃缺陷导向, 转而挖掘学生的内在资源。然而, 正面管教更强调师生互动中的实践路径, 如启发式提问与反射式倾听, 而积极心理学则更多从个体心理特质层面提供理论支持。通过整合这些理论, 可构建更具深度的研究框架: 以人本主义为基础, 确保师生关系的平等性; 以积极心理学为支撑, 强化学生的内在动力; 以正面管教为方法, 提供具体的沟通策略。这种多理论融合的视角, 能够为教育实践提供更全面的理论依据。

# 3. 正面管教体系下师生沟通新方法

## 3.1. 纠正之前先连接

正面管教理念强调, 有效沟通并非仅为信息传输, 而是使用基于情感联结的纠正之前先连接, 这一顺序颠覆了传统“先纠正后解释”模式, 尽显教育的人性化。教师纠错前, 应先与学生构建理解、尊重和信任的关系, 放下评判指责, 以开放包容之心倾听学生, 洞悉行为背后的情感需求。先连接, 即认可学生感受; 如果一个人的真实感受被否认, 被重视的需要不被满足, 会使人感到受伤和沮丧。感受没有所谓对错, 所以不用急于否认和纠正, 教师需要做的是认可学生的感受, 表达同理心, 这才是解决问题的前提。后纠正, 即允许学生从错误中学习。当学生考试失利时, 教师应视其为学生从失误中成长的契机, 等学生对教师敞开心扉后, 师生可以使用头脑风暴共商对策。教师可以将“纠正之前先连接”的方法用到实际教学中, 当班里某位学生经常在课上讲话, 影响其他同学学习时。以往老师试图立刻制止并批评, 但往往效果不佳。教师可以尝试应用“纠正前连接”策略, 课后单独沟通时首先询问: “我看到你在课堂上一直坐不住, 是不是有什么事情让你感到不安?” 学生沉默后低声回答: “我觉得数学太难了, 听不懂。”教师回应: “我能理解你的感受, 遇到困难确实会让人烦躁。”随后, 教师可以与其共同制定分步骤学习计划。情感连接能降低学生的防御心理, 使其更愿意接受指导, 而教师的同理心是解决问题的关键。

### 3.2. 鼓励的三种句式

每班都有调皮的学生,若教师只着眼于其缺点,其优点亦会渐失。教师应擅察学生闪光点与进步,用积极的语言予以鼓励肯定,激发学生内在潜能。教师在与学生沟通时,要巧用三种鼓励句式,描述性鼓励、感谢性鼓励、赋能性鼓励。第一种句式是描述性鼓励,用“我注意到……”、“我看到……”的句式,对学生的具体行为给予正面肯定,帮助学生从教师反馈的带有画面感的语言里看见自己做的好的地方,如,“我注意到你做作业比之前认真了,看到了你的努力!”“我看到你在这次小组讨论中非常主动地发言,你的观点很有深度。”;第二种句式是感谢性鼓励,以“我谢谢你……,这让我……”的句式,帮助学生感知自身价值,如,“谢谢你今天帮我整理了教室,这让我感到很温暖!”第三种句式是赋能性鼓励,借“我相信你……”“我欣赏你……”的句式,激发学生潜能与自我管理能力,如,“我相信你可以独立完成这个任务!”“我相信你能够通过自己的努力,克服这道难题。”当班里学生因长期学习成绩落后,自信心不足时。教师可以采用“赋能性鼓励”句式:“我相信你能通过整理错题找到自己的薄弱点。”同时结合“描述性鼓励”:“我注意到你最近作业的步骤更清晰了!”鼓励句式通过强化学生的自我效能感,激发其内在的学习动机,符合德雷克斯“不完美勇气”理论,即学生需要被允许犯错并从中成长。

### 3.3. 启发式提问

当学生听到教师说“快去学习”,他可能感受到心烦,认为这是在催促自己,会想抵触,不情愿。当教师说“关于学习,你的计划是什么?”,学生可能会思考该怎样更好的去学习,心情也比较平静。很显然,第一句是命令性的语言,第二句是启发式问题,两句话会带来不同的感受、想法和行为决定。为什么会有这么大的不同?这涉及生理学问题,当有人向你提出一个要求和命令时,你的身体会变的僵硬,而且传递给大脑的信号是“抗拒”。当有人尊重地向你提出一个问题时,你的身体是放松的,传递给大脑的信号是“我要做什么”。简单的启发式问题,往往会让学生运用他们个人的力量去寻找答案,在寻找答案时会感到自己很能干,有掌控感,感到情感连接,并且更愿意合作。

教师在使用启发式问题这个工具时,需要注意以下三点:第一:我们要真正的对学生的想法感兴趣,抱有一颗好奇心;第二:不要预设答案,不要挖坑,引导学生跳进去;第三:在心平气和的时候提问,在平静的时候大脑才能思考。以学生的作业为例,学生不愿意写作业,有畏难情绪、偷懒的想法。想要帮助TA改善行为,首先要看见TA,看见TA内在的可能的感受和想法,并认可TA的感受。教师可以说:“看上去作业有点多,而且有些题目对你来说还有些困难,你感到有压力?”(这里要有停顿),等待一段时间后,教师可以用启发式问题进行提问:“你准备先写哪一科?”,学生大概率会说出自己的计划,然后教师再进行启发:“那你准备几点开始?”,等待学生回答后接下来教师可以说:“就按照你的安排去做吧,遇到不会的题目先空着,等到其他会的都写完了再来找我,我们一起解决难题”。

### 3.4. 反射式倾听

反射式倾听即观察倾听对方感受与想法后,以不同方式反馈,表明已认真倾听并理解。在反射式倾听的过程中,教师可以运用各种沟通技巧,如眼神交流、肢体语言以及恰当的口头反馈,向学生传达关注、理解和支持。正面管教理念倡导,教师不应只是信息接收者,更应成为情感共鸣者、理解者与支持者。教师在进行反射式倾听时需留意:其一,全神贯注。倾听时专注学生话语与情感表达,避免分心或打断。其二,避免评判。保持中立开放,不发表个人意见、评判或指责,使学生感到被理解接纳。其三,积极回应。通过点头、微笑、眼神交流等肢体语言及简单口头回应,如“嗯”“哦”“我听着呢”,让学生知晓自己在认真倾听。其四,运用“我句式”“你句式”回应,如“我有些失落,因我期望大家能共守课堂规则。”此倾听方式超越了传统意义上的“听”“说”范畴,它要求教师不仅要察觉学生言语表象,

---

更要洞悉其背后情感与潜在诉求。

教师学习和使用正面管教的过程,也是自我成长的过程。正面管教开启了师生沟通新篇章,其方法多元具实效。愿教育者践行此理念,以尊重为基,鼓励为翼,问题解决为径,真情为桥,构建和谐师生关系。

### 参考文献

- [1] 黄步军, 汤涛. 师生共同体: 良好师生关系新模式[J]. 教育理论与实践, 2021, 41(17): 49-51.
- [2] 简·尼尔森. 正面管教[M]. 玉冰, 译. 北京: 京华出版社, 2009.
- [3] 熊玉. 基于积极教育理念下师生沟通有效性探索[J]. 新课程教学(电子版), 2021(17): 125-126.