

# 运用非暴力沟通模式构建良性师生关系 ——以高职数学课堂教学为例的实践探索

辛志华

(北京交通职业技术学院 北京市昌平区 102206)

**【摘要】** 良性师生关系是高职数学课堂教学目标得以实现的重要载体,它使师生双方都能从中获得较多的积极情感和较高水平的心智发展。非暴力沟通模式以观察、感受、需要和请求四要素为基础,构架语言交流的桥梁,在国际社会得到广泛的认可。运用非暴力沟通模式构建高职数学课堂教学良性师生关系的实践证明,依照非暴力沟通模式来谈话和聆听,能使师生之间情意相通、和谐相处,师生双方在教学活动中都能获得美好的生命体验。

**【关键词】** 非暴力沟通;良性师生关系

DOI: 10.18686/jyfzyj.v2i12.33093

## 1 实践探索的原因

高职数学课堂教学的目标不仅是让学生掌握一定的知识和技能,更为重要的是对学生的心灵的启迪、潜能的开发和人格的塑造。教学目标能否有效实现,取决于多种因素的相互作用。已有研究发现有多种因素能影响高职学生的数学学业成绩,如学生能力、家庭社会经济地位、学习习惯、学习动机、师生关系等。<sup>[1]</sup>在这些影响因素中,有一些很难改变,如学生的个人能力和家庭社会经济地位,而师生关系可以通过教育干预来调整。<sup>[6]</sup>实证研究发现,良性的师生关系与学生的学业成绩密切相关。<sup>[1]</sup>因此师生关系的好坏是高职数学课堂教学过程中的核心问题,<sup>[3]</sup>良性的师生关系对于高职数学课堂教学尤为重要。

我国学者也已经有研究成果表明,<sup>[2]</sup>不同师生关系的青少年在理智、情感及其乐学感、自信心和成就感上的平均得分有显著的差异。

我校是一所高等职业专科学校,学生主要来自职业高中和普通高中,学生的智力水平、综合能力差异较大,受教育情况也不尽相同,学生表现出的高等数学学习能力普遍较低,教师在高等数学教学方面任务艰巨。但是如果是在高职数学课堂教学过程中,能够建立起一种“融洽型”的人际关系,那么教师和学生的沟通就会变得顺畅,教师所传授的知识、能力和思想,就特别容易为学生所接收,达到“亲其师,信其道”。

为此,我深入学习了临床心理学家马歇尔·卢森堡博士发现的非暴力沟通模式,并尝试将其运用到高职数学课堂教学实践中,探讨良性师生关系的构建,以突破当下师生关系疏离、矛盾乃至冲突的现状,促进师生双方在情感、心智等多方面得到更好的发展。

## 2 实践探索的理论依据

### (1) 冲突论

最早被运用于研究师生关系的社会学经典理论是冲突论。其代表为美国社会学家W·沃勒,他在其1932年出版的《教学社会学》一书中认为,师生关系是一种从属的关系,彼此之间含有潜在对立的情感,因而课堂

中必然充满了矛盾与冲突。

### (2) 马斯洛需求理论

由美国心理学家亚伯拉罕·马斯洛在1943年提出,他认为人类需求像阶梯一样从低到高按层次分为五种,分别是:生理需求、安全需求、社交需求、尊重需求和自我实现需求。该理论认为,人人都有需求,当某一层需求得到满足就会延伸出新的动力去追逐下一层次需求。

## 3 实践探索对“三个问题”的认识

### 3.1 对良性师生关系构建加以认识

高职数学课堂教学过程中,良性的师生关系应包含两个方面:

#### (1) 师生相互尊重

一方面是学生对教师的尊重,包括教师的社会地位、名誉、声望等,另一方面是教师对学生的尊重,包括学生的人格、生命、价值观等。

#### (2) 彼此自我实现

在良性的师生关系中,是相信彼此有成长的潜能。自我实现的需要是发展需要,是让人获得更好生活、更幸福的一种需要。

师生相处中呈现出的坦诚、平等和互相尊重与信任的交往互动关系以及信赖、责任等积极的生命状态,是培养学生在人际交往中的价值观、帮助于其形成一定的道德品质的关键契机和重要途径。

### 3.2 对“非暴力沟通”模式加以认识

“非暴力沟通”是由著名的美国临床心理学家马歇尔·卢森堡博士发现的一种神奇而平和的沟通方式,该模式以观察、感受、需要和请求四要素为基础,构架语言交流的桥梁。非暴力沟通模式包括:客观表达自己观察到的事情而不随意评论,清晰表达内心感受而不是想法,明确感受根源于内在的需要,通过请求帮助而不是要求帮助满足需要。

### 3.3 对高职学校“非暴力沟通”模式构建和谐师生关系的优势加以认识

高职学生数学基础普遍较差,畏难情绪严重。在高职数学课堂教学中,运用“非暴力沟通”进行师生互动,

可有效避免沟通中诸如言语上的指责、嘲讽、否定、说教以及任意打断、拒不回应、随意出口的评价和结论等隐蔽的语言暴力,有助于爱和理解在师生之间的自然流露,师生彼此都获得和谐的生命体验。坚持以非暴力沟通方法与学生沟通,将会使教师发现爱与奉献,从而达到师生关系的平衡、和谐。

## 4 实践探索实施的四个策略

### 4.1 让非暴力沟通四要素成为良性师生关系的具体操作点

#### (1) 第一个要素——观察

教师仔细观察正在发生的事情,并清楚地说出观察结果。具体操作时,要在特定的时间和情境中进行观察,并清楚地描述观察结果而不是评论。例如,现在的高职生人手一部手机,上课时学生会更多地专注于手机的游戏上或不时盯着手机看一眼,严重影响了师生互动和课堂教学效果。运用非暴力沟通教师可以这样来进行课堂管理:“看到你课堂上拿着手机,盯着手机在操作,没有和老师互动……”这就是观察。“你也太不懂事了,你知不知道上课要认真听讲。”这就是评论。面对两种说法,学生的反应一定不同,评论的说法极易引起冲突和矛盾,不利于课堂管理和教学。观察的说法有益于学生准确获得教师传递出的信息,为接下来的课堂管理创造了有利条件。

#### (2) 第二个要素——感受

高职数学课堂是师生共同的课堂,教学活动需要师生共同参与,因此,教师要主动通过建立表达感受的词汇表,学习体会感受并清晰地表达感受,从而使师生之间的沟通更为顺畅。主动表达感受产生了积极的影响,师生之间更容易相互理解。

#### (3) 第三个要素——需要

非暴力沟通强调了解我们自身的需要和感受同样重要。我们把需要和愿望说得越清楚,他人就越有可能做出积极的回应。沟通中我们可以通过“我(感到)……因为我……”这种表达方式来认识感受与自身的关系。如果我们通过批评来提出主张,人们的反应常常是申辩或反击。反之,如果我们直接说出需要,其他人就较有可能做出积极的回应。例如,看到学生课堂上拿着手机玩游戏,我们可能就会说他们不尊重老师。如果学生课堂上问题回答错了,我们会指责他们数学基础太差。那么在这两种情况下,我们可以尝试直接表达我们的需要,比如说“我很看重课堂学习和师生互动”,“我希望你可以请求同学或老师帮助,我很看重努力”。根据我长期以来的实践经验,一旦人们开始谈论需要,而不指责对方,他们就有可能找到办法来满足双方的需要。

#### (4) 第四个要素——请求

在表达观察、感受和需要后,我们要提出请求。以什么样的方式提出请求容易得到积极回应呢?首先,清楚地告诉对方,我们希望他们做什么。我们提出的请求越具体越好。比如说:“我希望你给我自由!”这样的请求就过于抽象,不具有可操作性。如果这么说:“准确地说,我希望不论我做什么,你都能点头称是。”这就很具

可操作性。如果我们能够尊重对方的感受 and 需要,那么我们所表达的愿望就是请求而非命令。例如,我们可以说“请收起手机参与到课堂互动中来好吗?”而不是说“请收起手机参与互动!”

### 4.2 让倾听成为非暴力沟通模式构建良好师生关系的保证

倾听是师生之间交往的第一步,只有倾听才能与学生接近,了解对方的内心世界,并可能建立良性的师生关系。用全身心倾听他人并不容易,绝大部分的人还不具备这种能力。运用非暴力沟通模式可以帮助教师获得这种能力,当我们真正明白了学生的感受,就会充分理解学生,获得学生的信任。高等职业学校教师首先要学习倾听,耐心倾听学生的阐述,给予学生充分的表达机会,不随意打断学生的说话。久而久之学生也学会了倾听老师,而不是急于去解释、辩解,从而达到课堂教学中师生之间的心灵互通。

### 4.3 让接纳成为非暴力沟通模式构建良好师生关系的推动力

教师对于倾听到的学生的观察、感受、需要和请求首先要做到的是接纳。青春期的高职职学生,有颗脆弱的自尊心,反感教师的权威和说教,特别需要得到老师的关爱、理解、尊重和信任。职业学校教师要客观、平等地看待每一位学生,看到学生身上的优点,对于学生的各种感受予以接纳,学生的自尊心才会得到保护。学生对于干扰学习的因素认识的越清楚,也就越能够提高学习效率,与老师共同维护课堂教学秩序。

### 4.4 让引导成为非暴力沟通模式构建良好师生关系的导向标

在倾听学生的观察、感受、需要和请求之后,教师可以主动表达自己的理解,引导学生进行分析。如果教师的理解还不到位,学生也就有机会来纠正教师,补充自己。非暴力沟通建议教师使用疑问句来给予学生反馈,这将便于学生对教师的理解做出必要的补充。教师的问题可以集中于以下几个方面:①学生的观察:“上节课中我讲的定积分的分部积分法你不太理解,你说的是这回事?”②学生的感受及需要:“你很沮丧?你希望得到帮助是吗?”③学生的请求:“你是不是想请我再讲一遍或是课下单独再给你讲一讲?”请注意上述问题与以下问题的区别:①“你哪点不理解?”②“你现在心情怎么样?”“你为什么会有那样的感觉?”③你希望我怎么做?第二组问题并不需要我们用心体会他人。这些问题看起来很直接,但却不能帮助教师获得课堂上学生最佳信息。而第一组问题学生能感受到教师在用心去体会自己,学生就会敞开心扉真实表达自己,教师便可获得学生最佳信息,有助于引导学生清晰表达自己感受,发现自己真实需要,得到老师及时有效的帮助。在这个过程中,教师和学生都获得了自我价值的实现。

## 5 实践探索取得的成效

在高职数学课堂教学中,我使用非暴力沟通已有三年,在身体力行实践的基础上还教给学生非暴力沟通方法,取得了较好的成效。

(1) 在高职数学课堂教学中, 坚持以非暴力沟通方法与学生沟通, 将会使教师发现爱与奉献, 用心去和学生沟通, 用爱去解决师生矛盾和冲突, 从而达到师生关系的平衡、和谐, 构建良好和谐的师生关系。我通过倾听并表达自己的需要, 师生关系得到了明显的改善。

(2) 在高职数学课堂教学中, 运用“非暴力沟通”进行师生互动, 可有效避免沟通中的语言暴力, 有助于爱和理解在师生之间的自然流露。越来越多的学生们开始使用非暴力沟通模式的语言, 师生之间也越来越敞开心扉, 他们愿意告诉我他们生活中的困难、学习中遇到的问题甚至于将来的职业规划等等, 师生彼此都获得和谐的生命体验。

(3) 通过这几年运用非暴力沟通模式, 在高职数学课堂上呈现出了“乐教爱学”的氛围。教学成绩稳步提升, 2017、2018、2019 届学生高等数学结课考试通过率达到了 99% 以上。

## 6 实践探索取得的启示

非暴力沟通的方法为师生之间的良性沟通、妥善处理和化解师生沟通中的矛盾提供了一个新思路, 对高

职数学课堂教学中良性师生关系的建立起到了积极作用。我在实践的基础上积极推广, 指导学生学习和运用非暴力沟通模式, 进行人际交往, 解决学习生活中遇到的问题。有些高职学生具有表达困难、学习障碍和行为问题, 但也学会了运用非暴力沟通解决同学之间的矛盾, 增进友谊。有一次, 我进教室时发现有位学生在教室中吐痰、咒骂、尖叫, 并用铅笔戳走近他课桌的同学。我提醒他: “请换一种表达方式, 使用非暴力沟通语言。”他立即站起来, 看着本想指责的同学, 平静地说: “你靠我这么近, 我都要生气了! 离我的桌子远点好吗?” 另一个学生说: “没问题, 我忘了你不喜欢这样”。

运用非暴力沟通模式的高职数学课堂成为师生共同进步的阵地, 教师教得有激情, 学生学得有兴趣, 实现了师生双赢。

**作者简介:** 辛志华 (1970.4—), 女, 河南焦作人, 讲师, 研究方向: 基础数学, 数学教育。

**项目:** 基于良性师生关系的高职数学课堂教学改革的探索。

## 【参考文献】

- [1] 常久春. 教师课堂管理对学生学业成就的影响研究 [D]. 呼和浩特: 内蒙古师范大学, 2012.
- [2] 王默, 董洋. 师生关系模式对学生学业成就影响的元分析 [J]. 全球教育展望, 2017 (7).
- [3] 余蓉蓉. 教师课堂教学行为、学生学习投入与数学成绩的关系——基于 PISA 上海测试 [J]. 教育测量与评价, 2019 (08).
- [4] 马歇尔·卢森堡. 非暴力沟通 [M]. 华夏出版社. 2009.
- [5] Hattie, J. Visible Learning: a Synthesis of Over 800 Meta-Analyses Relating to Achievement [M]. New York: Routledge, 2009.
- [6] Hiebert, J., & Grouws, DA. The Effects of Classroom Mathematics Teaching on Students' Learning [M] // Lester, FK, Second Handbook of Research on Mathematics Teaching and Learning (Vol. 1). Charlotte, NC: Information Age Publishers, 2007: 371-404.