学会沉潜 涵养静气

——读《给教师的一百条建议》有感

* 马金香

教师要的是静气。就是要静下心来备每一堂课，静下心来批每一本作业，静下心来与每个孩子对话；静气就是要静下心来研究学问，静下心来读几本书，静下心来总结规律，静下心来反思自己的言行和方式，以便更好地超越自己；静气就是要静得下来细细地品味与学生在一起的分分秒秒，品尝其中的乐趣，品味其中的意义。

——《给教师的一百条建议》第69页

参加携手工程一年多来，我和同门陈雪冰，在教学、班级管理、生活上都得到师父周爱红老师薪火相传的指导和帮助。困惑时，师父指点迷津；畏难时，师父加油鼓劲；接受任务时，师父出谋划策；取得进步时，师父分享喜悦。通过师徒备课、听课、教研、读书等交流，今天代表师徒就《给教师的一百条新建议》中让我们都深受启发的一句话，与大家分享。

“定能生慧，静纳百川。” 这些古语告诉我们静心——静气，多么重要。非常简单的一个词语“静气”，可是行动起来却一点都不简单。当你面对一本书写一塌糊涂的作业本，一个屡教不改的调皮学生，一间卫生、纪律乱七八糟的教室，一堆工作任务安排表，怎能平心静气地去面对一切？扪心自问，当我面对以上罗列的这些情况时，往往就是两个字：发火。这些情绪往往不受控制一般地就发作了，这就证明了，我确实缺乏作者所说的——静气。老师要做到的是：自己先不制造噪音。以静传达静，以静滋养静——尽量柔和地和孩子说话。要想改变孩子，先改变老师自己。

例1：教四年级时，看到一条静思语，于是和学生分享：“生气是短暂的发疯。”一学生答：“那我妈妈整天都在发疯。”我苦笑：“那老师也经常发疯。”四年级，与师父同在一个办公室，经常遇到我们大发雷霆，批评学生时，师父都会该出手时就出手，心平气和地三言两语，赞美孩子的优点，指出他的不足和具体改正的方法。那种超然静气，都让人心生敬佩。

例2：一句“沉静下来你才能清晰地思考问题”点醒了我，以今年9月为例。接手一年级，刚开始真有一种无力感，吵闹的课堂，不听指令的小孩子，一脸的茫然与无奈。打不得，骂不得，连道理都讲不通。有一次午休，韩校站在课室门口，班里53个孩子，真的像菜市场一样嘈杂，根本不当一回事。事后，韩校教我：“午休广播时间，就全部静息，安静听广播，不能看书、写字，干其他事。”于是，午读时间，我走进教室，不再用麦克风，而是轻轻地跟他们讲：“请静息。”更多是以动作示范，而少用言语，尽量以静传静。渐渐，发现学生稍微懂规矩，比之前安静些。

例3：教育学生时，更需要心平气和，同时讲究说话的艺术。如一年级小朋友上课小动作多，不跟老师走。一天，刘主任教我跟孩子们讲：“老师不骂人，但是会批评人。老师不留堂，但是不听话的孩子，就课后留下来反思，反思你上课的状况。”

如何获得静气？曾看过一句话，“用阅读与写作拯救自己”。教一年级，遇到的问题，我就想，其他老师肯定也遇到过，他们是如何解决的呢？请教学校的经验丰富的资深老师们，我还购买相关的书籍，从书中寻找答案。例如《心平气和的一年级》、《小学语文老师的180个妙招》、《薛老师讲中国故事》、《把世界带进教室》等，里面都有许多具体案例和实操方法，前辈们总结的经验，正是我们解决当下问题的良药。但感觉自己还很浮躁，并未潜心地及时记录教学中的问题与感悟。事不做，才困难；路不走，才遥远。懂得这个理，做，就对了！希望我们大家都成为一个有静气的老师，谢谢大家！