

良师益友

——教师沟通效能训练

课程介绍：

当今学校和教师都在不断努力希望教学效能更加显著——在给学生带来更多知识与成长的同时，减少矛盾冲突，为教师创造更多的教学时间，也与学生建立起深厚的师生关系。但教师和学校管理者，甚至是家长常常沮丧地发现，当他们满怀热情想教学生一些有价值的东西时，却未能激起他们的求知热情，相反时常遭遇他们顽固的抵抗、低下的学习动力、注意力不集中、莫名其妙的厌倦，以及经常性的公然敌对。学生们对社会上的非主流价值观却很容易认同，甚至沉迷于网络、游戏、QQ交友等活动之中。在这种情况下，教师教学毫无快乐之言，让人觉得能力不足、气愤、痛苦和绝望。

本培训的主题是如何使教师与学生建立起高质量的师生关系，这是教学成功与失败的最具影响力因素之一。本培训采用人本主义心理学大师卡尔·罗杰斯的学生、三次获“诺贝尔和平奖”提名的美国著名的心理学家、芝加哥大学心理学博士、前美国白宫顾问托马斯·戈登（Thomas Gordon）博士的“戈登沟通模式（问题归属行为窗口）”（诺贝尔和平奖提名原因），从界定有效的师生关系和师生间问题的归属入手，通过消除沟通中的12种“绊脚石”，具体有效的积极倾听方法，运用4种高效的“我”信息以及倾听和面质之间的“换挡技巧”，并运用双赢的“第三法”技巧解决教室里发生的问题和最难的价值观冲突。也通过探讨学校如何为教师提供支持及教师如何提高在学校的影响力来提高教师的工作效能。

学习目标：

- 学习建立有效的师生关系模式；
- 学习如何界定师生沟通中问题的归属；
- 掌握对学生行为的接纳和非接纳窗口技巧；
- 了解并有效清除教师与学生沟通中的 12 种“绊脚石”；
- 学会通过接纳学生情绪而真正做到共情（同理心倾听）；
- 学会基本倾听技巧并通过积极倾听找到学生问题背后的需求；
- 学会运用四种“我”信息并利用“换挡”技巧提高与学生的沟通效能；
- 学会利用“第三法”与学生或学生之间达成双赢沟通结果；
- 了解如何通过沟通解决教师与学生之间的价值观冲突问题；
- 学习教师如何提高在学校的影响力并成为一名有效的顾问。

培训对象：各级学校管理者、各级学校教师、学生辅导员、学生工作者

教学方法：

讲解、讨论、游戏、案例分析、录像、工具练习、模拟训练

培训时间：2 天（9:00-17:00）

内容	时间	方式及工具	目标
破冰 (Checkin)	9:00-9:30	活动：我的三个动物	群体沟通中的自我表达
一、建立有效的师生关系模式	9:30-12:00	活动一：师生关系的怪象与归因 活动二：接纳行为与非接纳行为 活动三：判断谁拥有问题 活动四：变化的接纳线	—了解师生关系中的困惑 —了解哪些行为属不可接纳行为 —界定问题的归属 —了解教师对学生接纳程度的变量
1. 现代师生关系现状			
2. 决定师生关系的关键因			

<p>素</p> <p>3. 什么是良好的师生关系</p> <p>4. 托马斯·戈登博士的问题归属“行为窗口”</p> <p>5. 不同因素对教师接纳线的影响</p>			
<p>二、建立良好的师生沟通关系</p> <p>1. 师生间沟通中的 12 种绊脚石</p> <p>2. 积极聆听及其多项用途</p> <p>3. 沟通中的“你信息”</p> <p>4. 沟通中的三种“我信息”（无问题区）</p> <p>5. 问题区沟通的面质性“我信息”</p> <p>6. 问题沟通中的“换挡”技巧</p>	<p>13:00 - 17:00</p>	<p>活动一：识别沟通中的无效行为；</p> <p>活动二：体验 12 种绊脚石</p> <p>录像：两个贝贝</p> <p>角色扮演一：无效倾听</p> <p>活动三：积极倾听</p> <p>体验游戏：“剥洋葱”法倾听需求</p> <p>活动四：常用“你信息”与效果</p> <p>活动五：“我信息”</p> <p>角色扮演二：沟通中的“换挡”</p>	<p>—了解并清除沟通中的影响因素</p> <p>—学会倾听情绪背后的需求</p> <p>—体验“你信息”的指责性感受</p> <p>—学会使用三种“我信息”</p> <p>—练习面质与倾听结合技巧</p>
<p>三、有效化解教室里的冲突</p> <p>1. 改变教室环境以预防课堂问题</p> <p>2. 处理教室冲突的第一法（赢-输）和第二法（输-赢）</p>	<p>第二天 9:00 - 12:00</p>	<p>活动一：如何改变教室环境</p> <p>活动二：体验第一法与第二法</p> <p>活动三：双赢沟通技巧练习</p> <p>活动四：价值观冲突沟通练习</p>	<p>—分享教室环境的改变方法与效果</p> <p>—体验第一法和第二法的成功与失败</p> <p>—学会双赢沟通解决与学生及学生之间的问题</p> <p>—练习解决与学生的价值观冲突问题</p>

<p>3. 化解教室冲突的第三法 (双赢)</p> <p>4. 双赢法在学校的其它应用</p> <p>5. 如何处理师生间的价值观冲突</p>			
<p>四、让学校成为更好的教学场所</p> <p>1. 不良管理给教师带来的困惑</p> <p>2. 教师如何提高在学校的影响力</p> <p>3. 如何在学校成为一名有效的顾问</p> <p>4. 为学生主张权益</p>	<p>13:00 - 16:30</p>	<p>活动一：列举不良管理对教师的影响</p> <p>活动二：成功影响力分享</p> <p>活动三：顾问（辅导）技巧练习</p>	<p>—了解不良管理对教师效能的负面影响</p> <p>—分享如何在学校提高教师的影响力</p> <p>—学习辅导技巧（GROW模型）</p>
<p>总结与收获 (Checkout)</p>	<p>16:30 - 17:00</p>	<p>圆圈站立活动</p>	<p>复习培训要点，沟通培训感受，承诺行动</p>