



北京启喑实验学校

校刊

2018 年 4 月刊

北京启喑实验学校《校刊》编辑部

主 编：谢爱明 于文红

常务主编：李智玲

目录

一、 校园之声	2
源·梦	2
二、 启喑故事	7
支持教师和普校教师协同教学的个案研究	7
雪儿不忍落泪，成为启喑三好学生	16
三、 特教理论	18
应对特殊学生课堂问题行为指南	18
四、 他山之石	22
优秀的孩子都离不开这 10 条黄金教育法则	22
五、 美文欣赏	28
母亲的房子	28
六、 开心驿站	31
金币会被溶化掉吗	31
第四元素	31
七、 书海拾贝	32
《百年孤独》	32
八、 健康随行	34
一辈子的防过敏攻略	34
九、 心灵小憩	38
多余的一句话	38



一、校园之声

源 · 梦

近期，在著名时装设计师成昊为中国国际时装周奉献的【蓝·忆—昊时装发布会】上，一个翩翩少女，从 T 台上款款走来，她沉浸在服装与艺术的世界，带着中国女子特有的气韵，将传统与创新，古典与现代，完美地融入 T 台，那份纯净，那份沉静，仿佛眼前只有霓裳羽衣，耳畔只有高山流水，凌波仙梦，翩若惊鸿。没有人知道：她是一个失聪的少女，大众眼中的她：是亚太美皇后、国际小姐大赛评委、世界聋人小姐先生大赛中国组委会副主席、世界旅游形象小姐大赛全球公益慈善大使、世界旅游形象小姐大赛中国总决赛评委……

她，是刘小源。

小源创造了聋人在艺术世界中的一份辉煌，这份辉煌，源于她的梦……



编梦

梦有多美，动力就有多大

给孩子梦想是最重要的

小源两周岁时，因为感冒发烧，连续注射庆大霉素，导致严重的神经性耳聋。父母带她求医问药的漫长经历，父母汗水和泪水、愁容和艰辛交织的情景是她朦胧记忆中最清晰的一幕，医疗条件限制，所有的努力都付之东流。童年的小源特别喜欢画画，无论是色彩搭配还是构图描摹都情有独钟，那时，她便隐隐约约有了设计师的梦想。1996 年，经父母多方联系，小源来到了北京市第四聋人学校（现合并为北京启喑实验学校），这是她人生中最大的幸运。在这里她度过了一年级到高三的 13 年时光，这 13 年，小源学习、住宿、吃饭都在学校，母校不仅给予了她学识与技艺，而且沉淀了她凝神静气、心无旁骛的气质，塑造了她挑战自我、勇敢追梦的个性。因此，她感激的称母校为“母亲”。





小学的班主任李老师一句“没有梦想的人注定不会成功”点燃了小源的梦想之火，也一直激励着小源追梦前行，品学皆优的她积极参与学校组织的各类文艺活动，“服装设计师和模特”的梦想在她的心中悄然发芽。高三时期，她作了一幅美术作品，在这幅作品中，我们已经看到了小源“服装设计师与模特”的梦想是那么清晰、那么热切。北京市第四聋人学校（现北京启喑实验学校）为小源播下了梦的种子。



绘梦

梦想成真

破茧成蝶的喜悦

2009 年，刘小源以优异的成绩从北京市第四聋人学校（现北京启喑实验学校）考入北京联合大学特殊教育学院，学习美术专业，她以扎实的绘画基本功与更加专注的态度投入到对艺术的学习与追求中，她热爱绘画、舞蹈、设计、手语、主持，并在每一个领域中进行专研与实践，她憧憬着成为一名时装设计师。大学毕业时，她设计的三套风格迥异的时装作品获得了毕业奖并且被投资制作，她穿上自己设计的时装站在了舞台上，梦想成真让她体会了破茧成蝶的喜悦，坚定了她以多彩的画笔描绘绚丽人生的决心。





展梦

上帝钟情拼搏上进的孩子

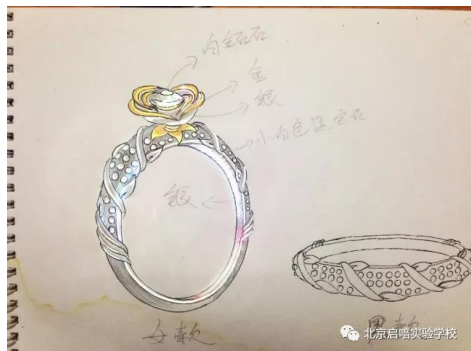
即使失败了，也无怨无悔

澄净真诚、勤奋刻苦、阳光自信的小源大学毕业后拒绝了家人帮她寻找一份安逸舒适工作的想法，毅然将自己交给了社会，交给了艺术，交给了奋斗。她坚信“每个人都是这个世界上独一无二的，每个人都有属于自己的美”，她坚持“朝着心中的梦想去努力去奋斗，即使失败了，也无怨无悔”，这中间，洒下多少汗，流过多少泪，只有小源自己知道。我们所看到的，是小源的梦想一个个绽放：出演电影《无人驾驶》、香港卫视国际手语主持人、第二届巴黎中国国际时装周模特大赛北京总决赛最佳表演五强、全国总决赛十强、中国国际美甲艺术铜奖、第



61 届世界小姐中国总决赛才艺五强、最受媒体关注奖、论文《服装创意设计》获奖、第 61 届世界小姐先生大赛季军、由舞台走向坐席成为评委、应邀出席阿曼苏丹国国庆招待会、设计的各种珠宝产品初试制作……





这一切都已成为过去，对于未来，小源又有了新的梦想：在电影颁奖典礼上拿到最佳女主角，成立自己的公司，创立自己的品牌。支持母校启喑学校的发展是她深情的心愿——以前，我以母校为荣，以后，母校以我为荣。梦想的画卷已徐徐展开，等待着它的主人去渲染！

祝福小源，永远的追梦人！





二、启喑故事

➡ 教师篇

支持教师和普校教师协同教学的个案研究

陈甜天 康万霞 刘宇

一、研究背景

（一）普特合作是大势所趋

1. 普校师生存在特殊教育支持的需要。教育公平是“十三五”期间国家非常重视的一个主题。在这一大背景下，近年来，越来越多有特殊需要的学生进入了普通学校就读。普通学校都在努力为每一位学生提供适合的教育，促使其全面而有个性的发展，比如很多学校设置了资源教室和资源教师。西城某阳光中学有五间资源教室和一位资源教师。然而，据访谈了解，老师们普遍认为：仅这些支持远远不能满足实际的教育需要。也有研究发现：很多有特殊需要的学生（以下简称“特需生”）在普校存在“随班就坐”“随班混读”现象。

2. 特教学校在新形势下有功能转型的需求。近年来，特教学生逐年减少，特教老师数量相对富裕。《北京市中小学融合教育行动计划》（以下简称《行动计划》）中提到：“以特殊教育学校为骨干，以随班就读为主体、以送教上门为补充的特殊教育办学体系在我市基本形成。”例如西城某高中聋校2016年起已开始尝试将骨干老师派到普通学校去做支持。这与《行动计划》的重点工作遥相呼应，即“促进融合教育，提高随班就读教育质。”“积极为逐步实现‘同班就读’创造条件”。

3. 区教委、区融合中心提供政策和资源支持。区教委提供财物方面的支持和保障，统一安排部署一部分特教骨干教师转型成为支持教师。他们具有特教学科的专业知识、一定的解决问题的能力 and 较强的自学能力。另一方面，区融合中心有专家团队帮助支持老师提高理论水平和技术能力，并为特需生提供教育诊断。

（二）阳光中学有协作教学的需要

1. 目前，学校有一群有特殊需要的学生，且他们都在普通班上课。西城某阳光中学是一所有着近百年校史的全日制完全中学。通过访谈得知，最困惑教师的问题集中在：学习困难的学生较多、基础较差、有的存在情绪行为问题。以新初一年级词汇量测试为例，结果显示：全年级 35.82% 的学生数字量在小学六年级水



平以上；34.33%的学生识字量在小学四年级以下；29.85%的学生识字量在小学四年级与六年级水平之间。这能从一个侧面看出生源的整体情况。

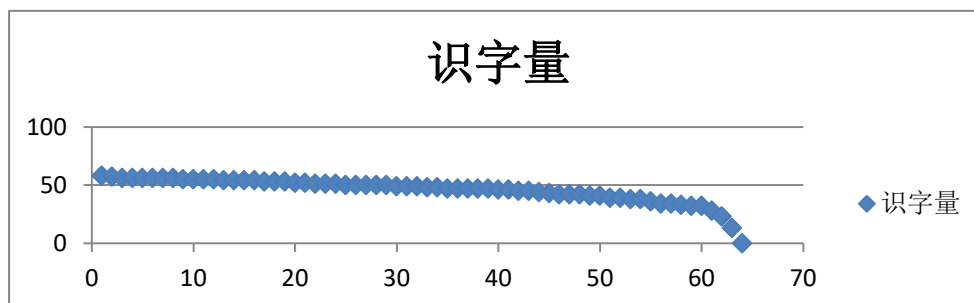


图1 阳光中学初一年级小学词汇量测试结果散点图

2. 阳光中学有的老师主动寻求与9月新来的支持教师合作。阳光中学新来一位全职支持教师，她来自高中聋校，是区级骨干班主任，有12年的语文教学经验，具备较丰富的经验和较强的能力。阳光中学的老师有普校的教育教学经验，有很多直接接触学生机会，积攒了一些教育困惑和问题。经过观察、访谈、分析，发现：带给老师困惑的学生往往是特需生，他们的障碍类型包括：听力障碍、自闭症、ADHD、情绪障碍、读写障碍、认知迟缓等。台湾的吴淑美教授曾说：“同质的人在一起，就是竞争；不同的人在一起，才能谈到合作。”当前普通中学学生障碍状况日趋复杂，班级规模较大，普通学校教师缺乏特殊教育学科的专业知识和技能，特教教师能够提供师资进行支持，特教支持教师和普教教师协同教学，可以更好地应对新课程改革的要求。

3. 许多文献都表明协同教学使教师能更好地为教学做准备。1995 年，美国学者 Friend 和 Cook 在已有研究基础上，明确提出“协同教学”的概念，并将其定义为“在同一个空间里，两位或更多专业工作者使用灵活的方式对一群混合多元特质的学生从事实质的教学”¹。时至今日，美国接近 80%的中小学都运用了某种形式的协同教学。认为其不仅可以促进学生的学习成绩，还能为教师提供专业成长的机会，有助于教师的专业发展²。“协同教学”强调团队协作，注重分工合作的专业对话，有利于教学资源的系统整合，也是促进教师专业发展的良好途径³。

（三）课程调整下的协同教学

1. 台湾融合教育的经验值得借鉴。台湾融合教育起步较早，其有关课程调整的理念对我们有借鉴意义。2010年12月，台湾发布的《特殊教育课程教材教法及评量方式实施办法》强调：“特殊需求学生课程设计，应首要考虑普通教育课程，重视个人能力本位与学校本位课程、采用课程及教材松绑的执行方式，以能设计



出符合特殊需求学生所需之补救或功能性课程。⁴”

2. 对本校学生的教育观察和分析评量更重要。支持教师 and 普校教师合作的形式很多，协同教学是其中重要的一种方式。无论哪种方式，都要基于学生的需要。台湾的做法提供了思路，阳光中学需要找到适合本校的协同之路。经过沟通，阳光学校的支持老师和普校老师首先考虑让有特殊需要的学生接受普通教育课程，普校老师和支持老师协同教学，根据学生的需要，从“学习内容、历程、环境及评量方式方面”探索适合的教育策略。同时支持教师提供个性化的辅助，制定IEP，并根据学生需求增加弹性课程。

基于以上背景，本研究采用个案研究的方法，以开展普特教师协作教学实践的阳光中学初一2班为场所，以一位支持教师、四位普校老师为研究对象，通过访谈、课堂观察、课堂协作教学和文本分析等方法，分析其协同过程、方式和策略，并进行思考。

二、研究过程和方法

（一）研究对象

研究采取的班级为阳光中学初一2班，经过沟通，在支持教师时间精力等因素的基础上，普校老师四名分别与一名支持老师配对，组建小团队，如下表2。

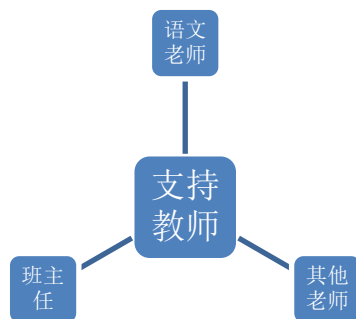


图2 阳光学校组建的团队模式

表1 阳光中学协同教师情况汇总

	支持教师	普校教师	所教学科及身份
初一2班	C，特教龄12年，区骨干班主任	K	语文老师，也是学校资源教师，教龄20年
初一2班		L1	物理老师、初一2班班主任，教龄4年
初一2班		J、L2	计算机、数学学科老师，教龄10-20年

从表1看出，支持教师有着12年聋校高中语文教学工作经验，同时是区骨干班主任，具有德育、语文教学的相对优势。K老师作为担任语文教学任务的资源教师，L1老师作为年轻的班主任，和其他学科老师相比，与支持教师共同话题更多，协同主动性更强烈。



（二）研究方法

本研究使用质性研究中的个案研究法，通过发放测试卷、访谈、观察和实物分析等多种途径对资料进行收集。访谈均有录音，旁听和观察有详细的文字记录，协同教学的真实场景有影像资料，这些都成为分析的对象。

（三）任务分配

协同教学是团队工作，在教学评估、教学目标设计、教学内容选择、教学方法设计和教学进程安排之类常规的准备工作中需要进行具体的分工。还需要设计教学的组织形式，决定协同教学的具体形式，安排教学团队成员的角色和职责，如表 2。

表 2 支持老师、普校老师的任务分工

	C 老师的任务分工	K/L1/L2/J 老师任务分工
C-K	根据前测和与支持教师的讨论，为特需生制定“减量、简化、分解”的原则，制定特需生学习目标；辅导个别学生预习课文；课堂上辅助个别学生进行学习，提供专业的辅助策略（大体字、图卡、示范等）；课后检测及时反馈，进行针对性的辅导，做出专业决策。	进行通用教学设计、教学实施、教学评价、教学反思；进行环境调整；促进学生之间协作。
C-L1	在科学理论的指导下，从学生的年龄特点出发，尤其考虑特殊学生的需要，从班规建立、班会开展、环境布置、家校沟通、突发事件处理等方面给出具体建议。	及时、持续的沟通，合理化采用支持教师意见，改进优化班级管理方式方法。
C-L2、J	观察学生课上表现，尤其是学生的思维过程和学习特点（优势和不足），及时反馈给任课老师；跟踪其后续的学业补救情况。	按照个人习惯的风格进行教学设计、教学实施；得到反馈后进行补救教学。

从表 2 中可以看出，阳光中学在具体实施协同教学时，支持形式较丰富。有的共同制定细致的计划并协作实施，有的支持教师课上辅助特需生，有的支持教师进行详细课堂观察并将学生需求反馈给普校教师，由普校教师实施补救教学。

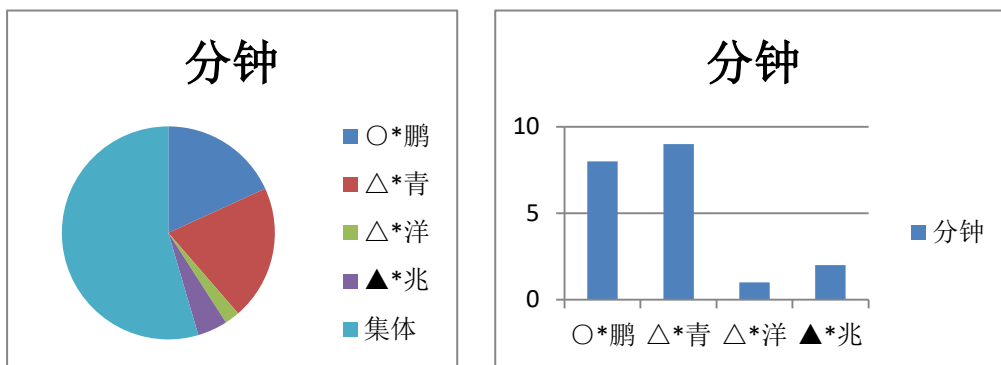


图3、图4 《猫》支持教师辅导特需生所用时间图

协同教学具有多样性、专业性、统整性、个别性和合作性的特点。从图3和图



4中能看出其协作教学的课堂时间安排，要考虑到在特需生内部、特需生与全体学生之间的关系，比较复杂，需要细致安排。

三、研究结果和讨论

（一）以自愿为前提，组建合作团队，营造协作氛围

协同教学是以团队的方式来实施的，因此团队的建立就是协同教学的重要前提。成员要统一思想，理念认同。没有一个良好的教学团队，协同教学不能达到“更好的教与学”的目标。

协同教学计划的一个关键方面是团队成员角色和职责的设计。两大原则不容忽视：第一、自主原则。两位优秀的教师不一定能组成一支优秀的团队。组建团队需要遵循自主自愿的原则。支持教师和普通老师组成团队，也遵循这一原则。所选教师都是自主自愿的。第二、互补原则。团队成员在学科、视角、兴趣、经验和资历等方面存在差异，这有助于强化团队的集体优势。但是在专业技能水平上不能有太大的差距，否则教学团队成员之间就难以保证真正的平等，难以展现真正意义上的思维互动。阳光中学协作团队基本符合这两个原则。

（二）以需求为起点，确定适当的目标，规划实施方案

1. 考虑全体学生共同的需求。按照心理社会发展理论，13岁左右的初中生最易受周围同伴的影响，特需生更是如此，他们最渴望被同伴接纳，建立良好的同伴关系。协同教学从这一需求出发，所有协同教学行为都以“建立包容、接纳的良好人文环境”为一个大目标，然后再进行具体某一课的设计。在实施的过程中，与普通教师不同，支持教师的主要角色是提供特需生适用的特殊教育策略。

2. 支持教师对特需生的教育策略

阳光中学的协同教学中，支持教师作为“不承担呈现内容任务的教学者在课堂之中，处于一个相对从属的地位，承担辅助教学的职责，如巡视、辅导学生的作业或上机操作、偶尔提问或作出评论。”⁵但这只是一方面，假如没有支持教师，当学生出现低效或无效的学习行为时，普通教师可以采取提问、表扬闪光点、发出教学信号、增加交流等方式，让他们重新参与到课堂教学活动中来。而有了支持教师，支持教师除了可以采用同样的方式以外，还可以给予特需生专业化的辅导，帮助学生在认知层面提高能力。

（1）比如，ADHD 伴随听写困难学生，由于“缺乏字形表征的细节信息对汉字识别不会产生太大影响，但在听写过程中起着重要作用。”“视觉辨别和视觉短时记忆等功能的损伤是听写困难儿童特异性的认知缺陷，视觉记忆缺陷而造听写

困难儿童无法完成字形输出，但能够对汉字的读音和意义进行正常的识别和加工⁶”，支持教师首先将学习内容减量简化，再通过动态示范、部件教学、启发联想、放大字体等策略，在弹性课程中让学生玩汉字积木、磁力拼音字母、创编联想故事等寓教于乐的活动提高学生自我认知水平和能力。

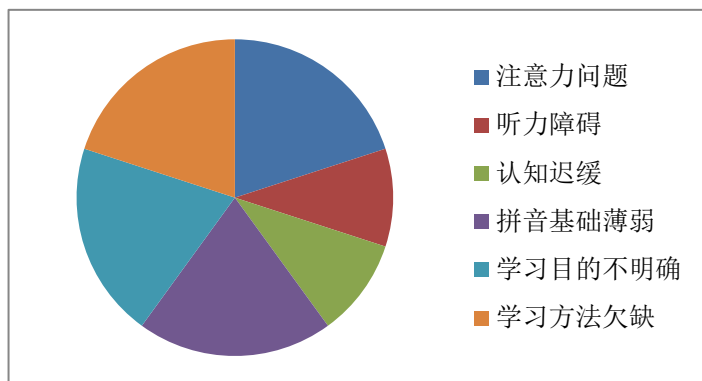


图5 初一2班特需生类别情况

（2）又如，针对听力障碍特需生，由于他有强烈的环境适应焦虑和被健听同学接纳的需求，在弹性课程中安排丰富多彩的小组互动、轮流、分组合作趣味游戏，精心安排班级团体心理辅导活动，进行“关爱·合作”的主题班会，多管齐下。同时，在课上协同教学时发挥其视觉优势，利用手绘图片、笔画分解、实物展示等教学策略，满足其语言补偿需求。

3. 普校老师做好通用教学设计和实施

普校老师需要精心设计通用式教学方案，调整教学方法，激发学生的学习兴趣，培养学生的非智力因素，培养学生形成良好的行为习惯。普校老师可以调整特需生的环境，比如将特需生座位安排在教室靠前的位置。课上尽量挖掘和调动学生资源，倡导学生之间的协同和配合。打造学生学习小组。比如分小组交流汇报，再如，普通学生 A 是班上的语文课代表，能写一手漂亮的粉笔字，板书比较美观。老师就请他上台将自己的词语预习结果呈现给大家。既对学生是一个肯定和激励，也照顾了听力障碍学生视觉化获取信息的需求。

（三）以科研为手段，持续地沟通反馈，提升教育品质

1. 协同教学团队是作为一个学习型组织而存在的。每个人都要有开放、学习的心态。“‘孤立/孤单’是大多数教师日常工作的状态。协同教学使得老师们有机会与其他同事共同讨论教学工作，或分享解决问题的策略。⁷”教学策略支持必须具有理论的基础和支撑。支持教师往往具有应对单一类型特需生的经验，在实际教学中，需要创新意识和广泛的知识积累，最关键的是加强自学，寻求专业理



论。

2. 持续的沟通与反馈是团队工作必不可少的一部分。协同教学涉及到两个或更多的教师之间的协调，受更多的因素的影响，实际上它需要比传统的教学做更多的准备工作。

（1）备课环节的沟通很重要。备课环节有关特需生需求与干预策略的部分，往往需要支持教师的主导，而实际操作中往往主导不能。基于此，阳光学校以科研为手段，借助普校老师做课例研究、公开展示、接待下校专家等机会，在协作教学筹备阶段，支持老师主动适应普校老师的工作时间，安排充足的研讨交流时间，自然而然地加大了双方沟通反馈的力度和深度，在教学设计、教学实施、教学评价、教后反思的全过程中进行协调，支持教师、普校老师共同制定计划并协作实施协同教学需要细致的计划，建设性地处理个体之间的差异，做出专业决策，实施专业行为。

（2）反思环节的深入交流必不可少。教学实践后的反思环节往往是很多协同教学实践所忽视的，然而它又是提升教师专业化水平之关键。教学反思能有效提高教学品质。老师之间互相激发灵感，产生许多建设性的想法；发现对方优势和不足，反省自身尚需提升之处。促使老师们在课程内容设计、教学目标制定、教学方法运用、教学组织形式、学生公平发言机会、学生之间协同合作、改进措施等多个方面进行深入交流，取长补短。在实施中，C-K、C-L1 两组老师之间形成了一种较浓厚的合作文化氛围，成员之间建立一种相互信任，相互支持，相互合作，共同学习的专业关系。

四、效果与反思

协同教学具有多样性、专业性、统整性、个别性和合作性的特点。阳光学校C-K等三个协作教学组按照“组建团队”、“合作备课”、“协作授课”、“共同反思”的程序来实施。经过两个月的实践，从教师访谈、家长反馈、特需生学生表现、成绩排名变化、班级文化提升等方面看得出协同教学取得了一定的成效。

1. 全体学生成绩提高和特需生排位提前。例如，C-K老师协同教学《猫》一课，前后测试采用同一份依文填空测试卷，在上课前、上课后，对全体30位学生进行了测试。结果表明（如图6）：满分30分，前测时班级平均分为14.43分，后测时平均分为22.67分。通用教学设计能让所有学生有进步，支持教师的辅导能让特需学生排名更靠前（如图7）。虽然不能排除练习效应的影响，也在一定程度上证明支持教师和普校教师进行协作教学，是可行、有效的。

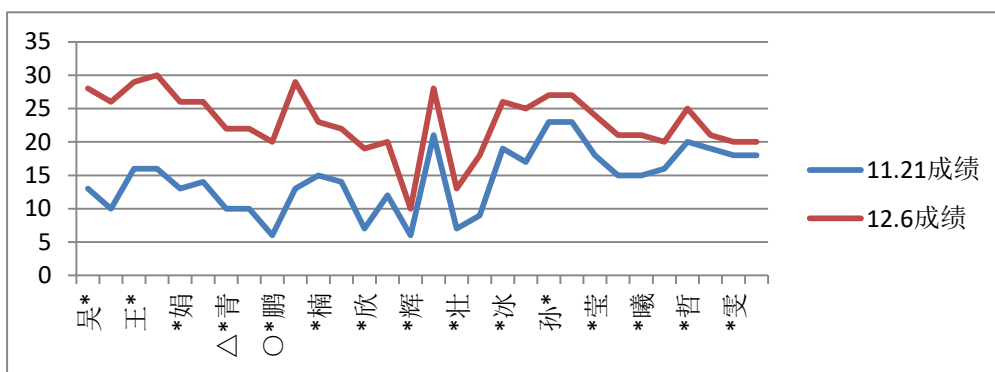


图6 《猫》词语后测（和前测比较）排位提前情况（由高到低）

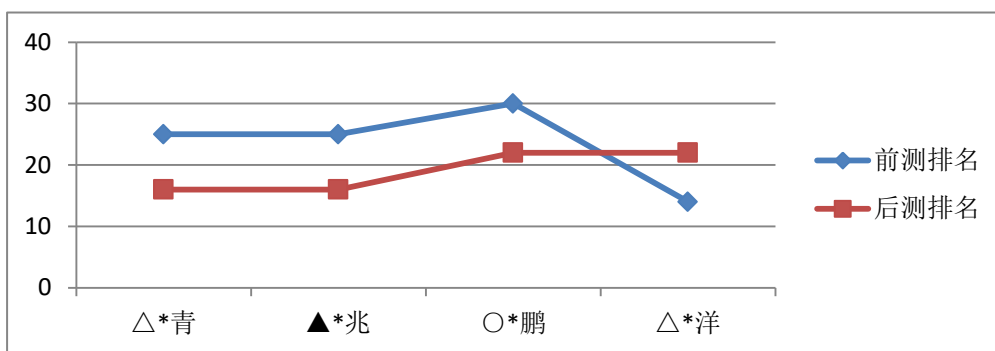


图7 《猫》支持教学中，四位特需生前后测排位变化情况

2. 特需生自信心提高，班级人文环境趋于接纳包容和谐。在进行弹性辅导的过程中，读写障碍特需生某青多次情不自禁地说：“老师（支持教师）您怎么这么好啊？您对我太好了！老师对我真是太好了！”原因是他在支持教师的辅导下，发现了一些适合自己的学习方法，包括联想记忆、观摩动态笔迹、部件勾连等。学生提高了成绩，增强了信心。此外，班级通过主题班会，团体心理辅导游戏等，逐渐营造出有爱、和谐、包容的班级气氛。另外，普校教师得到了特教教育方面的专业知识。K、L1老师多次表示教师专业化方面得到了收获与发展。

（二）反思

1. 协作教学的关键点是“自主性、互补性、科学性、本土化”。有效的支持协作模式，需要满足这些条件：积极主动的合作愿望是前提，充分全面的需求调查是基础，教师能力互补是关键，干预策略的科学性是灵魂，校园和谐合作文化环境是必要条件。没有最好的协作教学模式，只有适合本校师情和学情的模式。

2. 要能看到特需学生的情绪和整体现状。学习困难的学生确实存在一定的情绪困扰，在教育教学中，应该关注学困生的学业情绪，帮助学困生减少消极学业情绪，增加积极学业情绪体验，还要关注特需生的生活境遇。从图6中我们可以看出特需生*洋成绩虽然有提高，但是排位有下降，协同教学当天他趴在桌子上，



无精打采。询问得知他最近有五六天睡眠不好的情况。因为这位ADHD学生有四年的服药史，该药有食欲不振、睡眠不好的副作用。协同教学还要看到学生的整体现状，寻求医学帮助，密切家校联系，不断跟进。

3. 下一步应建立协作教学保障机制，创新学校本土化协作模式。语文学习是一个长期积累的过程，支持教师应该帮助随班就读学生循序渐进地掌握相应的知识点，在学生学习的过程中提供清晰的标准和范例，还要将挖掘学生特长、引导学生多读书广积累，这就需要物质和制度保障。持续开展需要建立融合教育理念下的“自上而下”、研训一体、本土化的协作教学机制保障。今后普特协作教学可以探索支持模式外的其他模式，比如可以尝试典型模式、平行模式、嘉宾模式等协作教学模式等。



图8 陈甜天老师正在和普校老师进行协同教学

（注：特需生*青：ADHD、读写障碍；*兆：学习不主动的一般学困生；*鹏：听力障碍学生；*洋：服药的AHDH学生、读写障碍）

参考文献：

1. Friend M, Cook L. Co — teaching: guidelines for creating effective practice cover story. Focus of Exceptional Children, 1995, 28(3) : 1 — 17
2. Team Teaching: Teaming Teachers Offer Tips, [http://www.educationworld. com/a_admin/admin/admin290..shtml](http://www.educationworld.com/admin/admin/admin290.shtml).
3. “协同教学”的理性分析与实践展望。刘迎春。浙江师范大学学报。2010年第3期。113
4. 台湾特殊教育课程大纲-高级中等以下学校特殊教育课程发展共同原则及课程大纲总纲（2012-2014）
5. 《外国中小学教育》2005年第3期。王少非：协同教学：模式与策略。
6. 读写困难与听写困难儿童的言语和视知觉认知缺陷。林敏、刘翔平、张婧乔、康雪. 中国心理卫生杂志. 2009年第 23卷第1期
7. 王建军. 教师参与课程发展:理念、效果与局限[J] . 课程• 教材• 教法, 2000(5):8-14.



➡ 学生篇：

雪儿不忍落泪，成为启喑三好学生

我出生在河南，出生时就听不见任何声音。

在我六岁的时候，爸爸妈妈把我送进了村里的小学，那是一所普通学校，在那里，同学们都叫我“哑巴”，他们从来不跟我玩，看到他们相互之间说说笑笑，我羡慕极了。

上课的时候，老师说什么，我都不懂，因为我听不见，我只能用眼睛看老师们讲课，老师讲得很快，往往还没等我反应过来，他们就已经讲到后面的内容了，在课堂上，我经常像木头一样坐在那儿。

有一天，我的同桌拿着一本书在读，她看我呆呆的坐在那儿，就叫我跟她学，于是，我也打开一本书读起来，我不知道我读书的声音是什么样的，只是突然发现同学们都像看怪物一样看着我。

还记得有一次上课时，老师叫我起来，问我会不会做题，我摇摇头，有些同学似乎冲我露出了嘲笑的表情，我低下了头，不敢看任何人，眼泪在眼眶里乱打转。突然，同桌拉了拉我的衣角，指了指老师，我抬起头来，看到老师不耐烦地叫我坐下，刚坐下，我的眼泪就忍不住地直往下掉……我真是为自己着急！

那时的我，每到考试的时候，就心里发怵，每次看到老师放在我桌子上的试卷，我都有把它们撕掉的冲动，因为我实在忍受不了老师批改后留在试卷上的分数。有一次考试时，我在卷子上胡乱地写着，无意中抬头看到老师正在对我摇头，还叹了一口气，我当时真是难过极了。

在我十二岁的时候，爸爸妈妈把我带到了北京，看到北京城大街上熙熙攘攘的人群、川流不息的汽车和鳞次栉比的大楼，我只觉得自己眼前一片茫然，我的路在何方？

来北京的第二天，爸爸妈妈把我带到了一所学校，在这所学校里，我看到所有的学生都和我一样听不到声音，他们都在用手比划着交流，我顿时感觉自己好像找到了归属，内心逐渐涌起一份踏实感。



这所学校就是北京市第二聋人学校（即现在的北京启喑实验学校）。到这所学校后，我从一年级重新开始学习，我跟老师和同学们学习手语、学习文化知识，我在心里暗暗对自己说——“我要好好学习知识和本领”！

在老师的引领和同学的帮助下，我在聋校发展得很快，我成了班里的班长，还先后担当了小学少先队大队长和中学学生会副主席，我的学习成绩也越来越好，好多次被评为学校的“三好学生”，还被评过区里的“三好学生”呢。我还学会了跳舞和书法，在彭丽媛和比利时王后后来我们学校参观的时候，我还给她们表演舞蹈、展示书法了呢。

在这里，我逐渐找到了自信，我喜欢优秀的自己，面对越来越棒的自己，我的内心充满了骄傲，同时也对我的老师和同学们充满了感激！



← 老师指导雪儿写作

喜欢阅读的雪儿 →



（指导教师：李智玲）



三、特教理论

应对特殊学生课堂问题行为指南

作者：卢祖琴（摘自《岭南师范学院学报》）

特殊学生行为问题的处理是特殊教育中不可避免的重要课题。特殊学生的个别化差异越来越大，教学越来越困难、越来越具有挑战性。如何有效地改善特殊学生的行为表现，调动他们参与活动的积极性，一直困扰着特殊教育教师。教师应对学生课堂问题行为的能力是其心理健康教育能力的重要体现，也是现代教师必须具备的基本能力之一。



什么是课堂问题行为？

教师对学生课堂行为的管理是教师教学能力的重要组成部分。课堂教学中，教师除了教授课堂知识之外，还要处理学生的问题行为，尤其是特教班教师经常要处理问题行为。学生的课堂问题行为是教师经常要面对的问题，是教师职业压力的主要来源，如果得不到有效处理，不仅会影响教师的课堂教学，也会影响学生的学习和心理发展。有学者指出，学生的课堂问题行为会对教师课堂教学和学生发展带来很多不利影响，它不仅扰乱了教师的教学、浪费了学生的学习时间，还



会降低学生的学习动机和热情，形成充满压力的课堂氛围，破坏师生的信任感和合作关系。

教师的教学经验会影响其对课堂问题行为的觉知和处理，有经验的教师能较好地识别学生课堂问题行为。有研究发现，教学经验会影响教师对不同课堂行为信息的知觉和编码，专家教师对课堂上出现的问题行为的回忆准确率高于新任教师，新任教师把大部分注意都分配给典型的课堂行为，忽视了问题行为。

不同的学者对于问题行为有不同的观点。有学者认为问题行为包括伤害他人、破坏物品、不合作与社会性反抗等四种行为。也有学者认为身心障碍者问题行为有五种，分别为固着行为、自伤行为、攻击行为、不适当社会行为和特殊情绪困扰。

本文所指课堂问题行为有反抗行为、怪异行为、自伤行为、坐姿不端和攻击行为五个类别。自伤行为包括用头或身体碰撞东西，打、咬、割、抓伤自己的身体；反抗行为包括给指令就发脾气，故意离座，表现为从座位上跳起来、离开座位在教室走动；怪异行为包括过度兴奋或沮丧，发出怪声或尖叫；坐姿不端，包括身体趴桌子上、推拉桌子、身体侧对黑板；攻击行为，包括打、咬、割、抓伤他人。

课堂问题行为调查及原因分析

对某小学特殊学生课堂问题行为的调查发现，特教班级学生课堂问题行为的发生与教师的教学有关，相对于有经验教师，实习教师课堂上学生的问题行为较多。以下将从教学内容、教学方法、教学手段和教学对象四个角度予以分析。

教学内容不合适

教学内容主要是指教材内容，是教学活动的三个基本要素之一，是师生传递、加工、转化信息的主要来源。实习教师组织教学内容，依据教学大纲、教科书，虽然反映了学科知识内在逻辑性，却无法兼顾特殊学生的特殊需求，表现为教师的课堂教学内容对特殊学生来说太难或太易，学生感到索然无味。

实习老师 S：新内容听不懂，智障学生会大哭大闹。

正式老师 Y：教的内容对他们太抽象了、太难了；或者讲的语言他们听不懂，需要视频或图片支持。

教学方式不当



教学方式从整体上考量教学过程，对教学活动进行全局性的统筹规划，内在影响着教学活动的质量和水平。教学方式的选择需要教师考量教学情境，思考如何因材施教。实习教师的教学方式单调，语言平淡，甚至无意义重复，特殊学生感到厌烦，会出现各种课堂问题行为。

实习老师 S：一开始上课，只有我自己在讲，学生没兴趣。

正式老师 Y：让他们上台读绘本，会比较专心，因为他们不喜欢老师在那单独讲课，而他们没事做；他们喜欢上讲台，回答问题，老师一直讲，他们觉得很无聊。

行为处理不恰当

课堂问题行为不仅影响特教教师的课堂教学，也影响特殊学生自身的发展。有学者认为小学教师解决不同类型的课堂问题行为，主要采用提醒、改变教学方式、沟通了解、说服教育、学生自我管理和惩罚等六种策略。少数教师对学生的课堂问题行为会滥用处罚手段，虽然处罚常能够迅速有效制止课堂问题行为，但是有时会引发学生的情绪问题行为。

正式老师 Y：实习老师 S 因为自闭症学生的课堂问题行为，在表现记录表上打叉叉，导致该同学立刻大哭大闹；有经验老师会想办法处理学生情绪。

问题行为的发生具有社会功能和沟通意义，可以通过调整环境或教导个案以利社会行为来表达需求，增加个案适应社会，融入社会的能力。

教学对象不了解

特教班级中有各种障碍类别的学生，各具有其自身的独特性，特教教师在课程设置时需要了解班级学生的学习特质。实习教师会因经验不足，没有深入了解特殊学生的障碍特质，在课堂教学组织中引发学生的问题行为。

实习老师 S：第一次上“红绿灯”课时，重新安排课桌位置，自闭症学生大闹；后来上课没有换位置，因为正式老师 Y 说班级自闭症学生有 3 个，他们习惯原本的位置。

特殊学生学习特质的差异性比一般学生要大，教师要特别注意学生的个别差异，给予适性的指导。

预防问题行为产生的建议



学校是学生社会化过程中所接触到的重要机构，教师对身心障碍学生的行为养成有着重要影响。特教教师应建构多种沟通途径，加强师生之间的沟通交流，了解特殊学生课堂问题行为产生原因，预防问题行为产生或避免问题行为蔓延。

教学内容生活化

教学内容是教学材料中直接对应课程标准或教学大纲的，而支持性教学材料是教学材料中为帮助学习者学习某些教学内容而提供的解释说明、案例演示等材料，允许根据学生自身情况自行选择。支持性材料贴近生活，易于被学生接受，是学生学习教学内容的阶梯。自闭症学生和智障学生类化能力较弱，较难理解抽象化的教学内容。特教教师需要针对班级学生的特殊需求，丰富支持性教学材料，生活化教学内容，增加学科间融合性内容，提高身心障碍学生学习兴趣，减少课堂问题行为产生，提升课堂教学质量。

教学方式多元化

教学方式蕴含着教师的教育理念和价值取向，也反映着教师的教学伦理准则和教学思想境界。教学方式侧重于通过设计不同类型学习任务，创设生活化学习情境，引导学生开展学习。特教班有各种障碍类别且障碍程度不同的学生，特教教师可视学生能力差异采用分组教学，以视觉优势为依据，融入信息化元素，技术助力课堂教学。特教教师要以学生为主体、教师为主导，避免单一知识传授的教学方式，将课堂教学与户外教学相结合，加强师生互动，充分调动身心障碍学生的课堂积极性，减少课堂问题行为的发生。

行为处理积极化

积极行为支持主张教师实施多元、包裹式处理方法，采用行为训练方案的步骤，以及监控、前因处理与后果操控处理等策略，教导学生适当的替代性的行为。面对课堂问题行为，特教教师应减少惩罚，评估行为功能，开展积极行为支持。若功能是正强化，教师应该停止对该行为的强化，并让儿童对良好行为形成正确认识；若功能是负强化，教师要分析儿童逃避的原因，并进行刺激的调整；若功能是感觉刺激，需要分析儿童需要的感觉刺激，教导儿童通过适当方式得到感觉满足。此外，特教教师应强调课堂行为准则的重要性，使学生明确合适行为与不合适行为，强调学生对自身行为负责，必须承担行为后果。

课堂是教师职业生活的主要活动场所，学生课堂问题行为的处理反映了特教老师的教育理念，影响其教育行为。不同经验小学教师对特殊学生课堂问题行为的发生有不同影响，特教教师应把学生课堂问题行为作为反思和研究对象，以自身为纽带，使教学内容生活化、教学方式多元化、行为处理积极化。此外，特教教师要发挥团队合作力量，联结学校、家庭等，充分了解学生日常生活和学习的各个方面，从而有效预防各种问题行为的发生。



四、他山之石

优秀的孩子都离不开这 10 条黄金教育法则

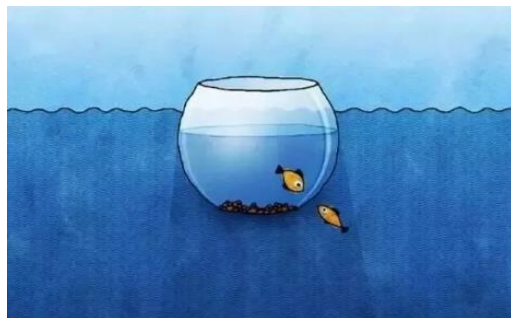
01 鱼缸法则

心灵的成长需要自由

一家公司里，几条小鱼放在一个鱼缸里，好几年了，竟然还是那么小，于是人们认为，这鱼就是这种小个头。

有一天，鱼缸被打破了，因为一时找不到鱼缸，于是，就把他们养在院子塘里。没想这些鱼竟然长得很大。

鱼需要自由的成长空间，人更是如此。我们常常帮孩子作出选择，选择学校，选择衣服，选择玩具等等，我们常常帮孩子作出回答。因而，孩子没有选择，没有思考。所以，他没有创新思维，也不会有太多尝试。你可以让他学到很多知识，你却无法让他举一反三，也无法让他有更好的想像力。



02 强化定律

培养好习惯

人的习惯是被培养的，无论是有意识的，还是无意识的。而事实证明，一个好的习惯，会让人走向成功，或者拥有好的心态。

有一个鲸鱼实验。科学家有水里放一堵玻璃墙，鲸鱼和实物各放在一边。一开始，鲸鱼猛烈地撞击着玻璃，后来它终于发现，那是不可能的，所以，一段时间后，它不再撞击了。后来科学家把玻璃墙拆了，然而，鲸鱼还是如是有玻璃墙的一样，只在自己那边活动。





人的行为正如这个故事一样，在一段时间或一些重复的经历后，就被固定起来，就形成了习惯。研究表明，21 天就足以形成一个习惯。当然，如果要改变一个习惯，也跟这个习惯形成的时间有很大关联，改变会更难，要花费更多时间。

所以，我们要注重孩子的细节，注重引导。一个好的习惯，就是一笔财富，他会享受一生的。

03 狼性法则

培养孩子的好奇心

怎么样培养好奇心呢？

假设一个公园，没有假山或房子屏障，没有曲折的道路，我们从外面就能一览无遗，那你就不会对它有多少兴趣。相反，正是有了这些，我们才愿意进去了解了解。这就是好奇心。

在教育界，有一个抽签教学法。学生对原有的学习内容容易厌倦，因而学习就变得消极。

在日本铃木老师的学生那里，这种情况也正在发生。寅次是位聪明的学生，他学什么曲目都比别人快很多学会。因而不愿再多加练习。铃木老师知道，这对他以后能否成功很关键，没有得到巩固的课程，最终都无法学到更好。

正因为此，他对他的学生采用的抽签教学法。将所有曲目编号，每堂课，让学生都随机抽一个曲目。这样，寅次重新拾起了学习兴趣，因而也更努力地练习。

04 梦想法则

孩子的成长需要梦想

在一个关于“你长大了想做什么”的调查中，92.7%的学生是读一个好大学，找一份好工作；仅有 7.3%的学生是周游世界、到外星球工作等回答。那么他们的想像力到哪里去了呢。

在一个实验中，主持人在黑板上用粉笔画了一个圆。局长回答：没有经过研究，不能随便回答这个问题。

问到大学中文系学生，他们哈哈大笑，拒绝回答这个傻子就知道的问题；问到中学生，一尖子生回答是“零”，一个调皮生说是“英文字母 0”，却遭到老师的白眼。



最后问到一年级小学生时，孩子们争先恐后回答：是月亮、是乒乓球、是烧饼、是李谷一老师唱歌时的嘴、是老师发怒时的眼睛。

这个实验的题目被命名为“人的想像力是怎样丧失的”，非常贴切。

当我们给一个未成年的孩子交待一件事时，不要急着教他怎么去做，你只需要告诉他应该做成什么样就行了，必要的，作一些安全方面的提醒。至于方法，让他们去想好了。而在这期间，我们只需要鼓励再鼓励。

05 南风效应

修正主义

南风与北风打赌，看谁的力理更强大。他们约定，看谁能把行人的衣服脱下来。北风冷冷地、张牙舞爪地吹，行人把衣服越裹越紧；南风出马了，它徐徐地吹，温暖地吹，直到风和日丽，行人都脱掉大衣。南风胜利了。

南风为什么胜利了呢，因为它让人们的行为是自觉的。这种启发人们反省、满足自我需要而达到目的的做法，被称作“南风效应”。

人不可能不犯错误，任何错误，只要悔改，总可以回头。

当小家伙不小心把牛奶弄倒在地上时，妈妈温和地说：这真是个漂亮的牛奶海洋。并进而告诉孩子，牛奶海洋虽然漂亮，但地板却要受罪了，她跟孩子一起把地板擦干净了，并告诉孩子正确拿牛奶的方法。

心理学家说，一个错误一旦发生，就算再发火，它也发生了，我们要做的是，如何避免重复犯这个错误，并要收拾这个错误带来的残局。

另一方面，从孩子的角度出发，他的一切都在尝试与成长的阶段，多加宽容，注重引导，不正是我们都需要吗？而如果，孩子并不喜欢与信任你，你说的一切都很难凑效。



06 自然惩罚法则



让孩子自己承担过错

在教育孩子上，父母更应该做出榜样。

爸爸因来了客人，与客人倚着门聊起天来，这天的风很大，门几次被风吹开，埃迪的作业本被吹得哗哗响。

门再一次被吹开的时候，埃迪猛地把门关上。而这时，外面传来爸爸的痛苦声。满脸怒气的爸爸对着惊恐的埃迪，举起的手就要打下去了。而爸爸终于没打下去。

事后，爸爸对埃迪说：是我把手放在门的夹缝里，错误在我，为什么要打你呢。

教育，不光是口头说教，言传身教，影响不可谓不大。当埃迪长大后，他回忆，是爸爸告诉我，人要为自己的错误负责，而不是迁怒于人。

07 罗森塔尔效应

对孩子进行积极期望

罗森塔尔是 20 世纪美国的心理学家，皮格马翁是古希腊神话的主角。这个效应，指的是一个积极的期望带来积极的结果的效应。

在皮格马翁神话里，他是赛甫路斯的国王，也是位雕像家。他爱上了自己的一尊美女雕像，他期待她能接受他的爱。他那执着的爱，感动了爱神，于是雕像活了，成了国王的妻子。于是有了今天的赛甫路斯人。

神话终归博人一笑。而罗森塔尔的试验，却得出了这个效应。他对两组随意组合的学生分别给予积极和消极的评价，后来，果真就是那样的积极或消极的结果。积极的期望，其实就是一种外界的支持。

在人的心目中，家人、朋友是这种支持力量的核心，家人、朋友的期望支持也更有塑造力。在你挫折的时候，无论是孩子，还是我们成人，对这种力量都非常期待。



反过来，缺少这种积极的期望与支持，他就变得消极，或者在挫折后一蹶不振。



08 尊重法则

心灵的成长需要尊重

自尊是人生要学的第一个原则。

在一个老师的课堂里，老师拿出一本著名漫画家的书，告诉孩子们这本书里的故事，也叫孩子们自己讲一个故事，并让他们画出来。

虽然孩子们的故事很不成故事，画的也不成样，老师还是很认真地记下来，并将记下的故事跟画装在一起。

他告诉大家，这是你们写的第一本书，现在你们小，以后长大了，就能写出好的书来，也会成为伟大的人物。

要让孩子真正长大成人，就应该让孩子从小就“站着”，而不是“趴着”去仰视那些大人物。这种对等的方式，可以让孩子有一个自信和健全的人格。

尊重孩子，把他看作一个独立的人，尊重他的隐私，尊重他的选择，尊重他的朋友，常跟他交流，多加尊重，合理引导，他就会得到更好的成长。

因而，当我们看到有大人某些公园地铁售票处为孩子争着要少钱减票的时候，我们知道，你省下的仅仅是钱而已。

09 延迟满足主义

从小培养孩子的耐心

人有无耐心，表现出两个方向。一个是想要什么就要什么；另一个是能够等到自己需要的东西到来。这中间区别就在于，一个不等，一个可以等。这个等，就是耐心。

克制是可以培养的，个人建议自己一个人难做到，应该两人配合可多人配合去实现。有一个“三分钟游戏”。孩子不喜欢读书，只喜欢玩游戏、看电视。爸爸找来一个仿古的沙漏，而孩子非常想玩这个沙漏。

爸爸跟他约定：这个漏斗是古时的计时器，沙子漏完正好是三分钟，咱们一起看故事书，三分钟一到，你就去玩吧。

开始几次，孩子根本没看书，而是盯着沙漏看，等沙子漏完就去玩了；但爸爸并不气馁，多次之后，孩子慢慢的把视线转到书上来。再多次，孩子被书中的内容吸引了，要求延长时间，但爸爸坚持只看三分钟。很多次后，孩子就主动去看书去了。



三分钟，正是适合孩子的注意力的特点，三分钟之后，就打住，要经过很多次培养，形成习惯，这样，孩子就能做到在一定时间内专注于一件事物了。

家长的恒心和耐心也得到了考验。

10 感觉剥夺

让孩子自己去品尝生活的滋味

心理学家发现：感觉是人最基本的心理现象，通过感觉我们才能获得外界的信息，才能适应环境求得生存。

大脑的发育、人的成长、成熟是建立在与外界环境是智力和情绪等心理因素发展的必要条件，我们应该让孩子积极感受丰富多彩的外界环境，从环境中获得更多的知识和信息。

很多家长怕孩子吃苦受到危险，把孩子放在较好的环境里，这样孩子不仅会眼界狭小、心胸狭隘，而且因为缺少很多社会实践，对未来多变的社会环境将难以适应。

在孩子犯错的时候，我们常常扮演着救火队员，但你却不知道，父母永无法代替孩子经历人生，我们需要做他们的引导者。

我们让孩子参与到家庭工作里来，让他们自己打扫卫生、整理床铺，或更多他们可以去做或愿意去做的事情，我们就让一个观众，看着他们自己成长。

教育孩子绝对不可简单粗暴，要讲究科学的方法，无论是老师还是家长，在教育孩子的道路上一定要掌握正确的方向，这样才能起到预期的效果。





五、美文欣赏

母亲的房子

（摘自网络）

母亲还是决定把房子修建完成，即使她心里清楚，房子将可能在半年或者一年后被拆迁掉。

她说天气太闷，她说走得太累了，她说冬天干燥得太厉害。她问：“我能歇息吗？”然后就靠着路边的一座房子，头朝向里面，用手掩着脸不让我看见。

我知道不关天气，不关冬天，不关走路的事情。我知道她在那个角落拼命平复内心的波澜。

每次从工作的北京回到家，踏入小巷，远远看到这奇怪的房子，总会让我想起珊瑚——一只珊瑚虫拼命往上长，死了变成下一只珊瑚虫的房子，用以支持它继续往上长。它们的生命堆叠在一起，物化成那层层叠叠的躯壳。

母亲讲过太多次这块地的故事。那年她 24 岁，父亲 27 岁。两个人在媒人的介绍下，各自害羞地瞄了一眼，彼此下半辈子的事情就这么定了。父亲的父亲是个田地政府收回而自暴自弃的浪荡子，因为吸食鸦片，早早地把家庭拖入了困境。父亲和他的其他兄弟一样，结婚都得靠自己。当时他没房没钱，第一次约会只是拉着母亲来到这块地，说，我会把这块地买下来，然后盖一座大房子。

母亲相信了。



父亲花了好多钱，雇来石匠，把自己和母亲的名字，编成一副对联，刻在石门上，雕花刻鸟。他让工匠瞒着母亲，把石门运到工地的时候还特意用红布盖着，直到装上大门宣布落成那一刻，父亲把红布一扯，母亲这才看到，她与父亲的名字就这样命名了这座房子。

父亲当年建成的那座石板房子，如今只剩下南边的那片了。

我读高三的时候，那也是父亲生病第二年。母亲把我叫到她房里，打开中间抽屉，抽出一卷钱。她说我们有十万了。那是她做生意，姐姐做会计，我高中主编书以及做家教的收入。她说你是一家之主，你决定怎么用。我想都没想，说存起来啊。

在那两年里，母亲每天晚上八九点就要急急忙忙地拿着一个编织袋出趟门，回来时我会听到她往后院里扔了什么东西，然后一个人走进来，假装每天这么准



时地出入一点都不奇怪。其实当时我和姐姐也是装作不知道，但心里早清楚，母亲是在那个时间背着我们到菜市场捡人家不要的菜叶，隔天加上四颗肉丸就是一家人一顿饭的所有配菜。

她偷偷地出去，悄然把菜扔在后院，第二天她把这些菜清洗干净，去除那些烂掉的部分，体面地放置在餐桌上。我们谁也没说破，因为我们都知道，自己承受不了说破后的结果。



然而那个晚上，拿着那十万，她说，我要建房子。

“你父亲生病前就想要建房子，所以我要建房子。”这是她的理由。

“但父亲还需要医药费。”

“我要建房子。”

她像商场里看到心爱的玩具就不肯挪动身体的小女孩，倔强地重复着她的渴望。

我点点头。虽然明白那意味着“不明来路”的菜叶还需要吃一段时间，但我也在那一刻想起来，好几次一些亲戚远远见到我们就从另一条小巷拐走，和母亲去祠堂祭祀时，总有些人当我们不存在。

我知道这房子是母亲的宣言。以建筑的形式，骄傲地立在那儿。

房子建了将近半年，落成的时候，我都上大学了。那房子最终的造价还是超标了，我只听母亲说找三姨和二伯借了钱，然而借了多少她一句话都不说。我还知道，连做大门的钱也都是向木匠师傅欠着的。每周她清点完加油站的生意，抽出赚来的钱，就一户户一点点地还。



大三暑假的一个晚上，母亲又把我叫进房间，抽出一卷钱。

“我们重建两层好不好？”

我又想气又想笑。这三年好不容易还清了欠款，扛过几次差点交不出学费的窘境，母亲又来了。

母亲很紧张地用力捏着那卷钱，脸憋成了红色，像战场上在做最后攻坚宣言的将军。“这附近没有人建到四楼，我们建到了，就真的站起来了。”

我才知道，母亲比我想象的还要倔强，还要傲气。

我知道我不能说不。



果然，房子建到第四层后，小镇一片哗然。建成的第一天，落成的鞭炮一放，母亲特意扶着父亲到市场里去走了一圈。

然后第二年，父亲突然去世了。



然后，再过了两年，母亲在镇政府的公示栏上看到那条线，从这房子的中间切了下来。

“我们还是把房子建完整好不好？”在从镇政府回来的那条路上，母亲突然转过身来问。

我说：“好啊。”

她尝试解释：“我是不是很任性？这房子马上要拆了，多建多花钱。我不知道自己为什么一定要建好。”

她止不住号啕大哭起来：“我只知道，如果这房子没建起来，我一辈子都不会开心，无论住什么房子，过多好的生活。”

事实上，直到母亲坚持要建好这房子的那一刻，我才明白过来，前两次建房子，为的不是她或者我的脸面，而是父亲的脸面——她想让父亲发起的这个家庭看上去是那么健全和完整。

这是母亲从没表达过，也不可能说出口的爱情。



**母亲的房子，承载
着她的人生和爱
情！**



六、开心驿站

金币会被溶化掉吗

化学课上，老师掏出一枚金币，指着玻璃器皿里的溶液问学生：

“刚才我已经讲过这种溶液的性质，现在，我把这块金币扔进去。你们想一想：金币会被溶化掉吗？”

孩子们你看看我，我看看你，谁也答不上来。

忽然，坐在第一排的霍特站起来大声说：“肯定不会！”

“你回答得很好，”老师摸着小霍特的头，赞许地说，“今天的课，你一定弄懂了。”

“我什么也没听懂。”小霍特低着头说。

“那你怎么知道金币不会被溶化呢？”老师惊讶地问。

“要是这种溶液能溶化金币，您舍得把它放进去呢！”

第四元素

老师问学生：“谁能说一下自然界的四大元素是什么？”

学生：“第一是火，第二是空气，第三是土壤，第四是……”

“第四是什么？不要急，你好好想想，平时你洗手的时候用的是什么？”

学生受到老师的启发后欣然回答：

“第四元素是肥皂！”



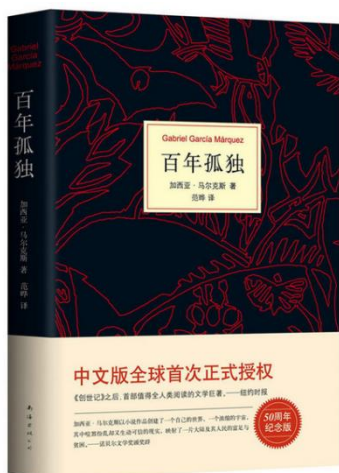


七、书海拾贝

《百年孤独》

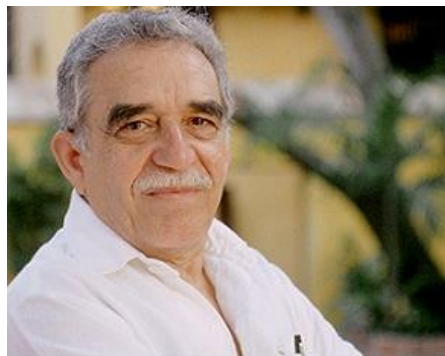
【主要内容】

《百年孤独》是魔幻现实主义文学的代表作，描写了布恩迪亚家族七代人的传奇故事，以及加勒比海沿岸小镇马孔多的百年兴衰，反映了拉丁美洲一个世纪以来风云变幻的历史。作品融入神话传说、民间故事、宗教典故等因素，巧妙地糅合了现实与虚幻，展现出一个瑰丽的想象世界，成为 20 世纪重要的经典文学巨著。



【作者简介】

加西亚·马尔克斯，哥伦比亚作家，魔幻现实主义文学代表人物。1927 年出生于哥伦比亚马格达莱纳海滨小镇阿拉卡塔卡。童年与外祖父母一起生活。1936 年随父母迁居苏克雷。1947 年考入波哥大国立大学。1948 年进入报界。五十年代开始出版文学作品。六十年代初移居墨西哥。1967 年出版《百年孤独》。1982 年获诺贝尔文学奖，被认为是“史上最无争议诺贝尔奖得主”。其作品被认为是“20 世纪的文学标杆”，影响滋养了几代中文作家。



【作品主题】

作家以生动的笔触，刻画了性格鲜明的众多人物，描绘了这个家族的孤独精神。在这个家族中，夫妻之间、父子之间、母女之间、兄弟姐妹之间，没有感情沟通，缺乏信任 and 了解。尽管很多人为打破孤独进行过种种艰苦的探索，但由于无法找到一种有效的办法把分散的力量统一起来，最后均以失败告终。这种孤独不仅弥漫在布恩迪亚家族和马孔多镇，而且渗入了狭隘思想，成为阻碍民族向上、国家进步的一大包袱。作家写出这一点，是希望拉丁美洲民众团结起来，共同努力摆脱孤独。



【经典欣赏】

- 无论走到哪里，都应该记住，过去都是假的，回忆是一条没有尽头的路，一切以往的春天都不复存在，就连那最坚韧而又狂乱的爱情，归根结底也不过是一种转瞬即逝的现实，唯有孤独永恒。
- 我们趋行在人生这个亘古的旅途，在坎坷中奔跑，在挫折里涅槃，忧愁缠满全身，痛苦飘洒一地。我们累，却无从止歇；我们苦，却无法回避。
- 你那么憎恨那些人，跟他们斗了那么久，最终却变得和他们一样，人世间没有任何理想值得以这样的沉沦作为代价。
- 只有用水将心上的雾气淘洗干净，荣光才会照亮最初的梦想。
- 当事人的苦笑取代了旁观者的眼泪，“愚者”自我表达的切肤之痛取代了“智者”貌似公允的批判和分析，更能收到唤起被愚弄者群体深刻反省的客观效果。
- 还等什么呢？时间都过去了，话是这么说，但不至于那么快。无论走到哪里，都应该记住，过去都是假的，回忆是一条没有尽头的路，一切以往的春天都一去不复存在，就连那最坚韧而又狂乱的爱情归根结底也不过是一种转瞬即逝的现实！
- 有的人想睡觉，但不是因为困倦，而是出于对睡觉的怀念。
- 面对压迫、掠夺和孤单，我们的回答是生活。无论是洪水还是瘟疫，无论是饥饿还是社会动荡，甚至还有多少个世纪以来的永恒的战争，都没有能够削弱生命战胜死亡的牢固优势。
- 如果，清风有情，那么明月可鉴，抹不去的，是幽幽飘洒的孤独，解不开的是袅袅缠绕的前缘，斩不断的，是缠缠交织的思念，转不出的是，泻泻而逝的流年。
- 守信是一项财宝，不应该随意虚掷。



八、健康随行

一辈子的防过敏攻略

（摘自网络）

春天来了，对于易过敏人士来说，意味着过敏的可怕日子不远了。

如果出现下面的症状，你有可能过敏了：

经常鼻子发痒。进出空调房或温差大的早晨夜晚，鼻子容易搔痒难耐、狂流鼻涕。

熊猫眼。黑眼圈跟过敏严重度有相关性，台大医院研究发现，67%过敏性鼻炎的人有黑眼圈，且下眼袋的颜色较黑，面积也较大。

鼻塞很久都没好。感冒引起的鼻塞，通常一个多星期会好。如果持续鼻塞，很可能是过敏所致，容易并发鼻窦炎、鼻息肉、睡眠障碍、气喘或头痛。

呼吸时有咻咻声。尤其运动过后明显，且经常反复发作，很可能是气喘性过敏。

皮肤非常痒。皮肤发痒，搔抓引起疹子，又导致更痒，恶性循环。

荨麻疹。皮肤出现疹子，很像被蚊子叮过之后的肿块，一段时间会消退，那可能是荨麻疹。

疲倦无力。过敏反应也可能让免疫系统过亢，也会让人疲惫。

过敏要防一辈子

很多人认为，防过敏只是免疫力低的人才要做，其实，任何人都可能在生命中的某个阶段对某种物质过敏，从婴儿期，一直到白发苍苍的老人，一生都要防过敏。

1 岁左右，皮肤过敏

1 岁以内最常见的是皮肤过敏，如婴儿湿疹，多与进食牛奶、鸡蛋等有关。因为，婴儿期的宝宝肠道发育不完全，有些异质蛋白不易消化，很容易到血液中导致过敏。而到了 1 岁左右，除湿疹外，肠道表现多了起来，如胃肠道腹泻等。

对于那些家族中有过敏史的人来说，在给孩子添加牛奶、鸡蛋等辅食时要尽量做到更晚些，如果不清楚，可以给孩子做个过敏原检测。

婴儿要穿纯棉、宽松的衣服，不要太厚，不要过度清洗，以免增加过敏的机会。还要注意避免到蚊虫多的地方去，尽量穿长袖衣服。



3-40 岁，接触过敏

3—7 岁后直至三四十岁，主要以接触过敏为主，如过敏性鼻炎、哮喘、过敏性结膜炎、镍接触性皮炎、隐翅虫皮炎、日光过敏性皮炎等。

不过，过敏的表现和症状轻重程度也因人而异，有以鼻炎为主的，或哮喘，或结膜炎、腹泻、荨麻疹、头痛、心律不齐、月经不调等。

要注意避免在共餐时传染上幽门螺杆菌等，不要暴饮暴食，吃太多高蛋白的食物，少喝饮料等，不要过度洁面和清洗，避免暴晒，少熬夜，少直接接触金属、塑料等物品。

40 岁以后，过敏性疾病

三四十岁以后身体的免疫功能下降，有些人还存在免疫缺陷，可导致一些免疫或过敏疾病混杂出现。

而有些人如果皮肤干燥的话，则更易引起过敏。有些人还会患上中老年过敏性紫癜、过敏性皮炎、干燥性湿疹、荨麻疹等。

中老年人在吃药期间要注意防晒，避免饮酒等，吃药要根据医生的指导，不要自行搭配。

很多疾病可伴随过敏症状，出现心脏不适、消化道症状、头疼等，要警惕可能是过敏或食物不耐受，到医院检测是否有过敏或其他内脏疾病等。

吃对食物抗过敏

多喝红枣蔬果汤

春天易过敏，除了风大天干，空气中粉尘含量高等原因，最主要的内因是抵抗力低。除了多吃优质蛋白外，春季食疗重在疏肝解郁，我给大家推荐一款红枣蔬果汤。

最好是选择维生素 C 含量相对较高的，如绿叶蔬菜、橙子、苹果、草莓等。记得一定要加入秘密武器——红枣。

红枣中含有大量抗过敏物质环磷酸腺苷，且补气补血，尤其对女性特别好。加入适量白水，大火烧开，滚上 3 分钟，就可以享用甜甜的红枣蔬果汤啦。

不过红枣的含糖量高，性偏湿热，过量可能会上火，10 颗左右即可。另外，这款汤含糖较高，糖尿病者要慎饮。

一碗药茶来帮忙

中医认为，过敏的主要原因是自身免疫反应出现问题，我给大家推荐一款古方药茶——玉屏风散，它就像道屏风，将身体和病毒分隔开，增强机体免疫



力。只需黄芪、白术、防风三种药材。在药店磨成粉，回家后按 2:2:1 的比例分别取三味药代茶饮。

黄芪健脾补气，固表止汗；白术则能健脾益气，帮助黄芪加强益气固表的功能。三者结合“标本兼治”，可以提升“正气”以抵御外邪，作为一种调养茶可以长期饮用。

做胡萝卜炒猪肝

日光性皮炎患者除了尽量少吃光敏感食物，可以多吃点胡萝卜，在这里给大家推荐一道胡萝卜炒猪肝。

胡萝卜富含β胡萝卜素，在小肠内可转化成维生素A，可保护皮肤表皮层。猪肝中富含维生素A和维生素C，维C能提升皮肤防晒抗过敏的能力。

当然，β胡萝卜素属脂溶性物质，只有当溶解在油脂中时，才能转变成维生素A，被人体吸收，所以胡萝卜和猪肝一起用油炒，效果更好。

怎样选择过敏药

过敏性鼻炎，轻症无需口服药

与其他过敏性疾病不同，过敏性鼻炎一般不需要口服药物，而以鼻腔用药为主，因为口服抗过敏药经血液循环到达鼻腔时，药效比较差。

治疗过敏性鼻炎最好用鼻喷雾剂，需在医生指导下用药。

另外，过敏性鼻炎患者，可提前1—2两周使用鼻喷雾剂，以预防过敏性鼻炎发作。

过敏性皮肤病，别用油性软膏

皮肤如果出现红斑、风团、丘疹，而且特别痒很可能是花粉过敏症，使用外用药时注意不能涂抹油性软膏，因为油性软膏可能吸附粉尘等脏物，影响皮肤散热，不利于病症缓解。

过敏性皮肤病患者涂抹外用药的同时，还需依据病情口服抗组胺药物，而且涂药前多次用凉水清洗皮肤，特别是从外面回到家里，皮肤可能带有粉尘和花粉等颗粒，应及时洗干净，也可用生理盐水冷敷，每天2—3次，每次5—10分钟。

过敏性哮喘，提前一个月用药

过敏性哮喘属于速发疾病，但病症比一般的哮喘要轻，治疗上也相对简单。如果已诊断为过敏性哮喘，在春季来临前1个月提前用药，可起到预防作用。

7 方法让你少过敏



别喝酒

酒精内的细菌、酵母菌容易制造组织胺，这是体内一种化学传导物质，存在于肥大细胞、肺部黏膜组织内，容易引起流鼻涕、打喷嚏、鼻子发痒等过敏反应。有过敏的人，最好少喝酒以及含酒精的饮料。

洗床单用热水

床单被套可说是孳生尘螨的温床，成年人一天脱落的皮屑可喂养超过 100 万只尘螨。

超过摄氏 60 度的温水才能杀死尘螨。建议将洗完的衣服在太阳下暴晒，或者用干衣机烘 20 分钟，或者干脆换一台能用热水的洗衣机。

清洁空调滤网

许多办公室都有密闭空调，但很少清理空调滤网、散热片，容易滋生霉菌。儿童过敏检验过敏原，九成以上都是尘，随着年龄的增大，对霉菌过敏的比例愈来愈高。

使用前，用空调消毒剂对空调滤网、散热片彻底消毒，使用过程中每两个月消毒 1 次。

室内除尘

完全使花粉不入侵进房屋之中，很遗憾，难做到。因此：每天擦地板或吸尘！真空吸尘器应安装有细小灰尘或花粉过滤器，否则花粉不留在吸尘器中，而飞扬在整个室内。沙发和椅子也应定期吸尘。

你家的绿植对吗？

让你过敏的，不仅是户外飞扬的花粉，也包括一些沉默的绿植。比利时一项研究指出，超过 75% 对干草或花粉过敏的人也会对至少一种常见的室内盆栽植物过敏，例如榕树、木薯、常春藤、兰花、棕榈、蕨类等。

不在室内池游泳

因为室内游泳池含氯，持续待在含氯环境会伤害皮肤、眼睛以及呼吸道。一项发表在国际《儿科》期刊的研究指出，经常在含氯的室内游泳池游泳，过敏发作的几率是没有在含氯环境下游泳者的 3—7 倍。

不要仅在早晨洗澡

过敏体质的人，如果晚上不洗澡就窝到床上睡觉，早上起床才洗，当心，这个坏习惯可能让过敏经常找上门。

在外面一整天，粉尘会大量沾染在头发、身体、外套、鞋子上，容易把过敏原带回家。





九、心灵小憩

多余的一句话

那天我坐公交车去找朋友，车上人不多，但也没有空位子，有几个人还站着吊在拉手上晃来晃去。

一个年轻人，干干瘦瘦的，戴个眼镜，身旁有几个大包，一看就是刚从外地来的。

他靠在售票员旁边，手拿着一个地图在认真研究着，眼不时露出茫然的神情，估计是有点儿迷路了。

他犹豫了半天，很不好意思地问售票员：“去颐和园应该在哪儿下车啊？”

售票员是个短头发的小姑娘，正剔着指甲缝呢。她抬头看了一眼外地小伙子说：“你坐错方向了，应该到对面往回坐。”

要说这些话也没什么错了，大不了小伙子下一站下车到马路对面坐回去吧。

但是售票员可没说完，她说了那多余的最后一句话：“**拿着地图都看不明白，还看个什么劲儿啊！**”

售票员姑娘眼皮都不抬。

外地小伙儿可是个有涵养的人，他嘿嘿笑了一笑，把地图收起来，准备下一站下车换车去。

旁边有个大爷可听不下去了，他对外地小伙子说：“你不用往回坐，再往前坐四站换904也能到。”

他说到这儿也就完了那还真不错，既帮助了别人，也挽回北京人的形象。

可大爷哪儿能就这么打住呢，他一定要把那多余的最后一句话说完：“**现在的年轻人，没一个有教养的！**”

我心想，大爷这话真是多余，车上年轻人好多呢，打击面太大了吧。

可不，站在大爷旁边的一位小姐就忍不住了：“大爷，不能说年轻人都没教养吧，没教养的毕竟是少数嘛，您这么一说我们都成什么了！”

这位小姐穿得挺时髦，两细带子吊个小背心，脸上化着鲜艳的浓妆，头发染成火红色。

可您瞧人这话，不像没教养的人吧，跟大爷还“您”啊“您”的。谁叫她也忍不住非要说那多余的最后一句话呢！

“就像您这样上了年纪看着挺慈祥的，一肚子坏水儿的可多了呢！”

没有人出来批评一下时髦的小姐是不正常的。可不，一位中年大姐说了：“你这个女孩子怎么能这么跟老人讲话呢，要有点儿礼貌嘛，你对你父母也这么说吗？”

您瞧大姐批评得多好！把女孩子爹妈一抬出来，女孩子立刻就不吭声了。

要说这会儿就这么结了也就算了，大家说到这儿也就完了，大家该干嘛干嘛去。

可不要忘了，大姐的“多余的最后一句话”还没说呢。“瞧你那样，估计你父母也管不了你。打扮得跟鸡似的！”

后面的事大家就可想而知了，简单地说，出人命的可能都有。

这么吵着闹着，车可就到站了。

车门一开，售票员小姑娘说：“都别吵了，该下的赶快下车吧，别把自己正事儿给耽误了。”

当然，她没忘了把最后一句多余的话给说出来：“要吵统统都给我下车吵去，不下去我车可不走了啊！烦不烦啊！”

烦不烦？烦！不仅她烦，所有乘客都烦了！整个车厢这可叫炸了窝了，骂售票员的，骂外地小伙子的，骂时髦小姐的，骂中年大姐的，骂天气的，骂自个儿孩子的，真是人声鼎沸，甭提多热闹了！

那个外地小伙子一直没有说话，估计他受不了了，他大叫一声：“大家都别吵了！都是我的错，我自个儿没看好地图，让大家跟着都生一肚子气！大家就算给我面子，都别吵了行吗？”

听到他这么说，当然车上的人都不好意思再吵，声音很快平息下来，少数人轻声嘀咕了两句也就不说话了。

但你们不要忘了，外地小伙子的“多余的最后一句”还没说呢。“早知道北京人都是这么一群不讲理的王八蛋，我还不如不来呢！”

想知道事情最后的结果吗？

我那天的事情没有办成，大伙儿先被带到公安局录了口供，然后到医院外科把头上的伤给处理了一下，我头上的伤是在混战中被售票员小姑娘用票匣子给砸的。

你们可别认为我参与了他们打架，我是去劝架来着。我呼吁他们都冷静一点儿，有话好好说，没什么大事儿，没什么必要非打个头破血流。

我多余的最后一句话是这么说的：“不就是售票员说话不得体吗？你们就当她是傻X，和她计较什么呢？！”

