

著作作为促进西藏的和平建设和民族间的团结有着不可磨灭的贡献；二是改革开放后到二十一世纪初时期，在这一阶段，基于改革开放的浪潮，使因为“文革”所带来的浩劫而停滞近十年的汉藏文化翻译工作得以恢复，特别是1987年，西藏以法律形式确立了汉藏翻译工作实行“藏汉两种语言的并行方针”，藏区同胞的文化教育事业也因《红楼梦》《水浒传》《伊索寓言》《外国童话选》等中外文学名著的引进翻译而得到发展；三是二十一世纪至今的时期，在这一阶段中，汉藏文化的交流得到进一步的发展和升华，不仅呈现出多元化的结构还呈现出“百家齐放”的现象，所涉及的翻译领域不再仅限于政治和文学，科技、医疗、旅游、经济等多领域也被纳入翻译工作的范畴中，值得一提的是，在这一阶段中，《智者喜宴》《萨迦世系史》《青史》等经典藏语言文学作品也被翻译成汉语成为汉藏文化交流中一个崭新的符号，众所周知，藏传佛教在整个中国佛教史上都是别具一格的存在，而藏传佛教经典佛经《菩提道次第论》的翻译，对研究中国佛教文化乃至世界佛教文化都有极大的促进作用。回看现代汉藏翻译史，就不得不提到西藏大学的藏语言文学专业，在各个阶段中都为汉藏文化的翻译工作源源不断的输送着人才，也正是由于西藏大学的坚持，汉藏文化的翻译工作才得以延续。

二、翻译在汉藏文化交流中的作用

汉藏文化作为两个民族在历史的长河中总结的精华，为研究两个民族之间不同的历史具有无可比拟的作用，而翻译在汉藏文化交流中发挥的作用主要有以下几个方面^[2]：一是文化的研究，西藏地区自古就是中国的一部分，自汉朝起就有西域都护府的存在，而汉语言的史料历经朝代的更迭、战火的洗礼大多不能全面反映出古代中华民族大融合的盛况，而西藏地区受限于地理位置和统治阶级的客观因素，众

多珍贵的史料得以保存，这为研究中华民族的文化提供了重要的佐证；二是文化的融合作用，在漫长的历史中，藏语言与汉语言一样都得到很好的发展，形成了独具特色的思想和理论，在当下民族大杂居的背景下，汉藏文化的融合可以促进汉藏民族间的统一和团结，减少误会和冲突的产生，同时还可以理解汉藏民族间不同的文化模式和记录风格，而翻译工作自然是首当其冲的存在；三是文化的传播，当前，习近平总书记不断强调要增强“文化自信”，藏语言文化作为整个中华优秀传统文化的组成部分自然不能独善其身，而想让文化“走出去”，去其糟粕，取其精华是一个无法回避的过程，藏语言文化作为独立自主的存在，一直处于“封闭发展”的状态，而汉语言文化经过多次的融合和发展已经具备成熟的系统性，因此，在汉藏文化的翻译过程中，翻译工作者可以学习到汉语言文化的精华，从而对藏语言文化进行甄别和筛查。

三、结语

翻译工作在现代汉藏文化交流中的突出贡献不可磨灭，而西藏大学在培养各类优秀翻译工作者中的奉献更不能被遗忘，在当下进入数字化时代的背景下，西藏大学也与时俱进，研发出“阳光藏汉双向机器翻译系统”为汉藏文化交流提供更方便的方式，相信在未来，西藏大学会再接再厉，为汉藏文化的交流带来新的改变。

参考文献

- [1] 桑杰东主. 从现代汉藏翻译史看翻译在藏汉文化交流中的作用[J]. 办公室业务, 2019, 310(05): 178-178.
- [2] 罗布卓嘎. 从现代汉藏翻译史看翻译在藏汉文化交流中的作用[J]. 信息周刊, 2018, 000(024): 1-1.

浅谈怎样干好一名班主任

次仁卓玛

(西藏日喀则市第一高级中学 西藏 日喀则 857000)

[摘要]班主任工作是一项长期的工作，我认为班主任工作既是一门综合性极强的学科，又是一门艺术。要干好班主任工作我们必须不断总结，不断反思。要不断学习新的理念，与时俱进，这样才能适应新课改的要求，才能培养出适应社会的优秀人才，我多年来工作实践与理论研究整理的可行性，与同事进行交流学习。

[关键词]班主任工作；师生关系

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.1052

一、建立良好的师生关系

心理学研究表明，个人交际的范围愈是比较广泛，他同生活各方面的联系就愈是多样，深入到社会关系的也就愈深刻，他自己的精神世界也愈丰富。这告诉我们，作为班级教育者，必须十分重视良好班级人际关系的建设，班级是一个社会小群体，其中存在着网络似的人际关系，包括学生之间的生生关系，师生关系等等，纵横交错。

我作为学校的一名教师，连续多年任班主任工作，通过自己的工作实践，总结出的一系列有关班级管理经验，特别是对双差后进生的教育帮助有独到之处，同时对品学兼优的学生，则更是采用巧妙的激励促进手法，使他们健康成才，其做法是下列步骤：

首先是良好的师生关系的建立良好的师生关系是良好班集体形成的重要条件，也是教育获得成效的保证。教育的过程是师生之间不断交流的过程，既有各种信息的发出和反馈，又有情感的相互交流。要有良好的师生关系，作为班主任，在师生交往中应随时注意和调节双方的心理距离。既要有教师的尊严，又要努力形成自身的凝聚力和让学生指向教育者的向心力。这就要求我们必须对学生有至诚之爱的真挚情感和态度，从而引起学生心理认同和情感共鸣。同时必须注意师生平等，师生在人格上和真理面前是平等的，充分相信每个学生具有发展的潜能。教育必须面向全体学生，创设公平的学习情境，让每个学生去体验成功。这样可创造良好的心理氛围，而且可以使学生产生责任感、自觉努力、严格要求自己：其一确定好班委，组长；其二建立健全各项规章制度；其三制作班级积分量化评比表；其四张贴班级奋进标语口号，激励学生奋发有为向上；其五让学生个人制定新学期学习纪律；其六制订师生约法三章。

高一新生入学时，在两周内就要把全班学生的思想情绪，志向，性格特点，学习情况，生活方式，纪律遵守等各方面都应该做深入细致的了解，并建立好学生档案，分类做好政治思想教育，做到对症下药，具体问题具体分析，只有这样，才能真正对学生实施切实可行的素质教育，诱导教育以及政治思想教育，才能使其健康成长，减少教育的重复性的无效浪费。

育人为本，因材施教。经过多年来班主任工作的实践，我认为，要当一名优秀班主任，就必须体现出坚持以人为本，因材施教。发展每一个学生的特长，善于发现总结每一位学生的特长和优点，多鼓励，少严厉的指责，多进行正面的思想教育，少在公众场合批评，可在课下指出所犯的错误，并要求制订整改计划，如果一有点进步就给予肯定和鼓励，希望继续努力。

自觉纪律是指班级成员在履行纪律规范、规则方面的高度自觉，不仅指学生对纪律的认识，重要的还包括学生执行纪律的积极体验以及遵守纪律的行为意向。一个具有自觉纪律的班级，正气是向上的，学生有共同的奋斗目标，其言行举止都是和谐的。例如，当你来到一个自觉纪律的班里，你会感到这里文明，整齐，和谐，协调—美。相反，当你走进一个乱班教室里，可能会觉得这里卫生差，语言不文明，行为不规范，气氛不和谐，哪里还有美！尊重学生人格，强调自我控制、相互监督，让学生明白教师是在帮助其取得成功，并不是在命令其怎么做；而教师本身一定要以身作则，方能有成效。自觉纪律的形成，良好的集体才能形成和发展，教育才能取得成功。五、做好家访工作，多与家长沟通班级管理要做到八化。即：班级管理要民主化；管理过程要制度化；管理方法要科学化；制订班规要合情化；制

度落实要经常化；教育学生要动情化；班级考评要细化、量化；做思想教育要经常化。

二、注重学生的全面发展人都应该充分的发展

对班主任而言，就是不放弃任何一个学生，由于智力或后天的因素，后进生的存在是客观的也是必然的。实施素质教育的根本意义是促进他们全面发展。人的全面发展，班主任应面对全体学生，平等地对待每一个学生，班主任应着眼于提高所有学生的素质，而不是只提高几个尖子学生的素质。

全面发展学生的各个方面。班主任不仅要发展全体学生的素质，而且要发展每一个学生的综合素质，使每一个学生都全面发展。我国的教育方针提得很明确：“教育必须为社会主义现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德智体等方面全面发展的社会主义事业的建设者和接班人。

班主任必须非常重视学生道德品质、生活习惯的养成以及理想前途教育。班主任要通过各种途径进行这方面的教育。培养学生的思想品德，生活习惯从小事抓起，比如不随地吐痰，要讲卫生，讲话要文明礼貌，助人为乐，要想信科学。学习是学生的本职工作，但学生不是知识的容器，信息社会，知识经济时代，信息以前所未有的速度扩充，一个人不可能学到所有知识，智育的发展不仅仅是学习知识，更重要的是学习获取知识的方法，不仅要学习书本知识，更要注重发展学生的能力，也要注意学生的理想前途教育，培养他们要有远大的理想。

三、培养和谐的班集体

其次是融洽的生生关系的建立，研究表明，职高学生出现了独立性意向和参与社会活动的需要，受人尊重的需要，友谊的需要和交往的需要等等，这种社会性的需求，引起人际关系的重大变化。重视生生关系中舆论导向作用，帮助他们在集体内取得一个应有地位意向，获得自我尊严和自我需求，帮助他们在集体中摆正位置，与家长、老师合作，克服社交中的困难，让学生在这个班级中感到集体的温暖、和谐，在这个集体中学习催人奋进，因自己是集体的一员而感到骄傲，愿意为班级作出努力四、培养学生自觉遵守纪律班主任作为学校全面负责班级教育工作的教师，处于学校、家庭和中心，是联结三方面教育力量和影响的核心。众所周知，家庭教育是学校教育的补充，家长是教师尤其是班主任教师的得力助手。班主任与学生家长的根本利益和愿望是一致的，都是为了把学生教好，使学生成才。班主任必须充分利用家庭教育的有利因素，避免或克服不利因素的影响，积极主动地争取和依靠家长配合学校教育学生，使学校教育和家庭教育趋于一致。这就需要班主任与家长的沟通。

班主任与家长沟通时可以通过多种形式，如召开家长会、打电话、家访、来校面谈、网校联系等。不管学生有没有犯错，作为班主任首先得尊重家长，应在心平气和的情况下，在实事求是的基础上，用征求意见的态度与家长进行沟通，用爱心感化家长。事实表明，和学生家长交流沟通应本着诚恳的态度，有服务的意识和理性认识，就一定能获得比较好的效果，就一定有利于学生的发展。

参考文献

- [1] 杨正燕. 平凡岗位 无私奉献——浅谈如何做好一名班主任[J]. 教育, 2016(004): 223.