# 教师表情在课堂教学中的作用 教学总结

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-08-26

*第一篇：教师表情在课堂教学中的作用 教学总结教师表情在课堂教学中的作用 教学总结甘肃省临洮县下寨子学校王璐课堂作为教育教学的主阵地，课堂气氛直接影响着课堂教学效果。轻松、愉快，和悦的课堂氛围，使学生能喜欢课堂，神情愉悦的投入学习，提高课堂...*

**第一篇：教师表情在课堂教学中的作用 教学总结**

教师表情在课堂教学中的作用 教学总结

甘肃省临洮县下寨子学校王璐

课堂作为教育教学的主阵地，课堂气氛直接影响着课堂教学效果。轻松、愉快，和悦的课堂氛围，使学生能喜欢课堂，神情愉悦的投入学习，提高课堂教学的时效性，其中教师的表情也是至关重要的因素之一。

马卡连柯曾经说过：“做教师的一定不能没有表情，不善于表情的人不能做教师。”表情是身体语言中最基本的一种。如果说眼睛是心灵的窗户，那么表情就是心灵的镜子，它能表达丰富而复杂微妙的情感，具有超凡的魅力。在新课程改革的大环境下，要知道，学生比我们想象的更会察言观色，根据教师的表情猜测教师对自己的感觉。表情更具有传神达意的功能。因此，教师的课堂表情也是一门教学艺术，它有以下作用：

一、活跃课堂的作用。教师的音容表情，一举一动，直接影响着课堂氛围，影响着学生学习的心情。教师心态自然，和颜悦色，用一个肯定的目光，一次赞美的微笑，一个精炼的手势，都能够描述复杂的事物，表达深层的情感，使师生交流在一种融洽、和谐、轻松愉快的课堂气氛中，激发学生的情感体验，引起情感共鸣，使学生兴奋地、愉悦地、全身心投入学习，挖掘潜能，创新学习，表达个性化见解，从而提高课堂教学的时效性。

二、鼓舞勉励的作用。课堂教学，面对的是全体学生，由于学生存在差异，对问题的理解有别，对于困惑者，教师运用适当的语言，关注的神色，期待的表情，给予鼓舞勉励，都会为学生注入无穷的动力，甚至为他们的一生奠基，既能起到对学生安慰的作用，也能激发学生的学习热情，增强学生的主体参与意识，使学生心情愉悦地获得知识和技能。例如，在一次学生的作业中我看到：“老师，上次作业是由于我的一时的粗心、疏忽而造成的失误，您在发作业时没有着意的批评我，而是用一种深邃的目光看着我，那目光里充满着期待，充满着关注，充满着对我的信任和一种鼓舞的力量……”此时无声胜有声，你这种传神达意的功能，是不言而喻的。教师的课堂表情架起了师生沟通的桥梁，成就了师生之间的信任与尊重。

三、警示倾听的作用。在新课程改革中，课堂教学要突出学生的主体地位，难免会出现一些学生自我表现过激的现象，对此，教师及时的用手势动作、表情、目光加以示意，引起学生的警觉，使学生发现自己的过失，矫正言行，维持正常的教学秩序，既不伤害师生之间的情感，又能促进师生之间的理解，增进师生友谊。

四、性情熏陶的作用。在教育、教学活动中，老师恳切的语言，微笑的表情，为人表率的人格魅力，丰富的情感等，其本身就是很好的教学资源。在教学课堂中，学生无不关注着老师的言行举动，神态表情，对学生良好行为习惯的养成，性格转化与情感的丰富起着潜移默化的熏陶作用。前苏联教育家赞科夫指出，教育法一旦触及情绪和意志领域，触及学生的精神需要，这种教学法就能发挥高度有效的作用。教师创设课堂情境，运用自己丰富的情感体验，通过朗读时的抑扬顿挫，分析问题的绘声绘色，评价学生的脸部表情、手势、目光，有效的把握好这些课堂资源，与学生进行心与心的交流，学生会通过学习、模仿、体验，入情入境，受到人文性熏陶教育，获得积极地情感体验和人生价值观。

总之，教师的课堂表情，对于学生的知识性的学习探究还是人文性激发，良好行为习惯的养成，都有着很大的影响。教师在课堂调控、运用好这一教学资源，教师必须用自己的智慧，精心打造丰富的课堂表情，才能为打造高效课堂奠定坚实的基础。

推进自主管理 构建和谐班级

著名教育家苏霍姆林斯基说：“在我们教育集体的创造劳动中有一条信念起着巨大的作用，这就是：没有自我教育就没有真正的教育。”以学生为本，使学生在自主化舞台上自由自在

飞翔，放手让学生成为班级的主人，培养学生的参与能力，实践能力，管理能力，这是教育的最终使然。在班级管理建设中，我努力推行小组合作形式，推进自主管理，创建和谐向上的班级氛围。现将这种形式总结如下：

一、明确目标，创建和谐。

小组自治，明确标准，细化责任，人人参与，合作竞争，综合评价，细化过程，和谐班级。

二、组建小组，公平竞争。

全班58人，分成8个小组。在分组时，将调皮、自制力差的同学与稳重、自制力强的同学排在一组，将干部与普通同学排在一起；将性格内向、讷言、胆小的与外向活泼的同学分在一起，这样构成动静搭配，性格互补，基本情况相近的同质小组，一方面使不同层次的同学相互影响，互相帮助，团结协作，共同进步，另一方面也有利于小组间平等地展开竞争。使他们在逐渐的接触和学习中展己之长，弥己之短。鼓励学生既为个人而搏，也为小组而战。

三、明确责任，制定规则。

对每一个班级成员的任务都进行清楚的分工，确定班级内的职责，如管理长明灯、检查指甲、校牌、维护墙面、清理班级水池、擦地角线、电脑卫士等共32样，每名学生都在班有岗。无形中使孩子们认识到我是班级的一员，班级建设需要我的力量。在学生心目中，为班级做点儿事，并得到大家的认可，是一种荣耀，是获得自信心的源泉。其次，选出小组长，小组长要有责任心和上进心，对组员进行分工，有主管纪律，主管劳动，主管学习，让组员在本小组内担任不同的职责。这样既树立了个人的信心，同时增强了小组内成员的责任感，实现“组内的事，事事齐心干，组内的人，人人当组长。”

四、小组合作，实践自我。

用武之地一——日常管理中。搞好卫生，美化环境一直是班级管理中的重要组成部分。随着年级的增高，有的学生敷衍了事，以各种理由回避劳动，晚来早走。在小组合作形式下，我重新安排了职责，值日组长不能干活，根据他对同小组成员的了解，由他安排其他组员合理的劳动任务，并且督促、检查组员清扫情况。看似轻松，不用劳动，实际上要多走，多看，指挥全局。如果在学校检查和我检查时发现了问题，由组长承担责任，组员负责具体清扫工作。这样让组员意识到，我的劳动质量直接关系到小组的利益，每位组员都会尽心尽力去做，大家一齐抢着干。小组合作形式，强化了学生责任感，增强了团队合作意识，促进了自主管理

用武之地之二——活动中。“老师，我们组选张厚禄参加踢键比赛”，全班同学一片哗然，“啊，他有150、160斤，推铅球行，可是踢键…不敢苟同”，同学们的议论不无道理，如果是我选他一定是我第一批排除的对象，可是看着第四小组同学的神情仿佛是志在必得，我也只好将信将疑的记下了他的名字。比赛结果让全班同学包括我自己都大吃一惊，64个——班级榜首，而班级亦因此获得第二名。我明白了“人不可貌相”，感受到了“一举成名”在该生身上发生的效应，他品尝到了消失了很久的荣耀感，增强了自信。而我更体会到最大的功臣是小组合作形式。起初由组长组织展开组内比赛，然后小组间展开较量，组和组竞技，择优上报。学生的能力是巨大的，他们有自己负责任的判断标准，他们彼此之间非常了解谁擅长什么。这样我要管的不是58个人的比赛而是8个人的比赛。在活动筹备中不是班主任一个人忙，而是有8位小助手在辅助督促，既做到了全员参与又为班级输送了优秀者。之后在学校陆续开展的呼拉圈、跳远、握力、长跑等大大小小各种活动中，我都充分利用小组资源，发挥小组作用。在手抄报、大扫除、扫雪、主题班会、诗词朗诵、辩论赛中都能看到各组出谋划策，分工有序的场面，有力出力，有招支招，大家似乎有了这样的共识：天生我才必有用，我要为小组做些什么，我荣组荣，组败我败。而这宝贵的内在驱动力不正是我们作为教师所渴求的吗？小组合作形式，增强了学生的竞争意识，培养了强烈的集体荣誉感，使学生认识自我，展示自我，超越自我，在竞争的驱动下，小组成员齐心协力，形成合力，促进了自主管理。

五、组间竞争，合理评价。

是什么牵制了小组合作——制定合理的评价标准。班级每天测验、作业、纪律、卫生、活动都会有详尽记载，以此为依据相应加分或减分，人人有分，组组有分，每天一统计，每周一小结，每月一大结，期末总盘点。让每个人清楚地了解自己的得失、他人的进退、小组的升降、班级的荣辱。每周评选出小组前3名，个人前10名，个人进步前10名，而墙上那一张张红艳艳的奖状就是孩子们最大的自豪和荣耀，那也成为我们班一道亮丽的风景。除此之外，还有多元的评价标准，每天一名值日班长，每周一次班委会例会都会从各个方面总结进退；我通过校讯通的平台把学生总结的情况向家长汇报，让家长了解到孩子的成长。

在小组合作形式不断实践中，班级每天都发生着变化。同时我意识到在看得到的数字考核背后，还潜藏着一股无形的推动力量，把他们结合起来，才会让学生自主管理名至实归：

1、小组内凝聚力的形成和组长的培养。

除了分数统计要及时，软件上小组长的培养是无时无刻都要注意的，他们的一句话、一个行动、一个眼神都会给小组带来影响，所以要不时地提醒小组长什么是应该做的，什么是不应该做的，如何调动组员，此外还要帮助他们树立威信。

2、给予及时的引导和鼓励，帮助学生形成自我评价。

开展合作学习几个月来，并不是一如既往的。刚开始，大家还有些新鲜感，组内同学关系也十分融洽，随之，各小组学习的质量就出现了差距，有的小组以自我学习为主，讨论稀少，还有的个别同学讨论时常常是闲聊，影响了其他组员学习。为此，我除了在小组学习时间到教室走走，对发现的问题及时总结引导。本学期，还召开两次小组合作学习交流，让同学谈谈合作学习的好处和各自收获，在全班引起很大反响，这对巩固发展小组合作学习形式起到积极作用。

3、做好会反复、耐心持力的准备，及时沟通。

很多八年级的孩子对于一些事情没有热情，见怪不怪，上进心和求知欲就渐渐淡却了。在小组合作如火如荼进行时，我细心观察每个小组是否有特别的学生，当他们成绩下降时，当小组落后受不了时，当组员不省心时，是否有变化。适当的渗入谈话，将学生当作朋友，“促膝而谈”。在谈话过程中让学生树立自信，对他提出要求，并加以鼓励。同时发动组员同伴的力量帮助和引导。

小组合作形式的实践使我深深体会到：学生自主管理并不是班主任老师放手不管，而是要求把工作做的更细致、更深入，思考的问题更全面，班主任更像是引导者、疏通者。现在我仍乐此不疲地在班级管理这片热土上探索实践着，借助学生的自主管理，营造出和谐向上的班级氛围，让每个学生都可以在和谐的教育氛围中愉快学习，在和谐的人际关系中健康成长，我坚信用心者事会成，寻法者事倍成，有志者事竟成,！

**第二篇：教师表情在课堂教学中的作用教学总结**

谈谈教师表情在课堂教学中的作用 甘肃省临洮县下寨子学校王璐

课堂作为教育教学的主阵地，课堂气氛直接影响着课堂教学效果。轻松、愉快，和悦的课堂氛围，使学生能喜欢课堂，神情愉悦的投入学习，提高课堂教学的时效性，其中教师的表情也是至关重要的因素之一。马卡连柯曾经说过：“做教师的一定不能没有表情，不善于表情的人不能做教师。”表情是身体语言中最基本的一种。如果说眼睛是心灵的窗户，那么表情就是心灵的镜子，它能表达丰富而复杂微妙的情感，具有超凡的魅力。在新课程改革的大环境下，要知道，学生比我们想象的更会察言观色，根据教师的表情猜测教师对自己的感觉。表情更具有传神达意的功能。因此，教师的课堂表情也是一门教学艺术，它有以下作用：

一、活跃课堂的作用。教师的音容表情，一举一动，直接影响着课堂氛围，影响着学生学习的心情。教师心态自然，和颜悦色，用一个肯定的目光，一次赞美的微笑，一个精炼的手势，都能够描述复杂的事物，表达深层的情感，使师生交流在一种融洽、和谐、轻松愉快的课堂气氛中，激发学生的情感体验，引起情感共鸣，使学生兴奋地、愉悦地、全身心投入学习，挖掘潜能，创新学习，表达个性化见解，从而提高课堂教学的时效性。

二、鼓舞勉励的作用。课堂教学，面对的是全体学生，由于学生存在差异，对问题的理解有别，对于困惑者，教师运用适当的语言，关注的神色，期待的表情，给予鼓舞勉励，都会为学生注入无穷的动力，甚至为他们的一生奠基，既能起到对学生安慰的作用，也能激发学生的学习热情，增强学生的主体参与意识，使学生心情愉悦地获得知识和技能。例如，在一次学生的作业中我看到：“老师，上次作业是由于我的一时的粗心、疏忽而造成的失误，您在发作业时没有着意的批评我，而是用一种深邃的目光看着我，那目光里充满着期待，充满着关注，充满着对我的信任和一种鼓舞的力量„„”此时无声胜有声，你这种传神达意的功能，是不言而喻的。教师的课堂表情架起了师生沟通的桥梁，成就了师生之间的信任与尊重。

三、警示倾听的作用。在新课程改革中，课堂教学要突出学生的主体地位，难免会出现一些学生自我表现过激的现象，对此，教师及时的用手势动作、表情、目光加以示意，引起学生的警觉，使学生发现自己的过失，矫正言行，维持正常的教学秩序，既不伤害师生之间的情感，又能促进师生之间的理解，增进师生友谊。

四、性情熏陶的作用。在教育、教学活动中，老师恳切的语言，微笑的表情，为人表率的人格魅力，丰富的情感等，其本身就是很好的教学资源。在教学课堂中，学生无不关注着老师的言行举动，神态表情，对学生良好行为习惯的养成，性格转化与情感的丰富起着潜移默化的熏陶作用。前苏联教育家赞科夫指出，教育法一旦触及情绪和意志领域，触及学生的精神需要，这种教学法就能发挥高度有效的作用。教师创设课堂情境，运用自己丰富的情感体验，通过朗读时的抑扬顿挫，分析问题的绘声绘色，评价学生的脸部表情、手势、目光，有效的把握好这些课堂资源，与学生进行心与心的交流，学生会通过学习、模仿、体验，入情入境，受到人文性熏陶教育，获得积极地情感体验和人生价值观。

总之，教师的课堂表情，对于学生的知识性的学习探究还是人文性激发，良好行为习惯的养成，都有着很大的影响。教师在课堂调控、运用好这一教学资源，教师必须用自己的智慧，精心打造丰富的课堂表情，才能为打造高效课堂奠定坚实的基础。

**第三篇：教师在课堂教学中的作用**

教师在课堂教学中的作用曹玉霞

古人云：师者，传道授业解惑者，今天我就古人的话语用新课改的理念来谈一谈教师在课堂教学中的作用。

一、“传道”的作用

传道就是要求老师在情感、态度、价值观上对学生进行激励、鼓舞，传授一定道理的同时培养学生的人格。在我们低年级的课堂上，我们教师在传道上起到至关重要的作用，比如：在一年级开学初，我们要交给学生如何整理书包，如何正确写字，如何摆放板凳，如何上课等，从而培养学生的自主能力。所以，我认为教师在课堂上应该起到传道的作用。

二、“授业”的作用

授业”要求老师有一定的知识储备，并采用恰当的方法传授给学生，使学生能够更好的接受、吸收与利用。我们在课堂上都希望自己的学生们能够精力集中，认真听讲，大胆发言，积极动脑。这就要求我们在课堂上要时不时的用我们自身的语言，动作，表情，还有借助多媒体等外在因素，来激发学生的兴趣。还要及时捕捉课堂上学生自然生成的好奇心和求知欲，让学生生动活泼地学习。比如：我在教孩子们对课文进行标画自然段的时，我先是引着孩子们去认识课文与前几课的不同之处，从而引出自然段，接着引导学生仔细观察自然段的特点，让学生自己试着标一标自然段，在多媒体上呈现出结果，给学生正确的引导，然后找相关的文章，锻炼学生标自然段的能力。所以在教学中，有意识的创设情景，培养学生积极思维及分析问题和解决问题的能力；充分利用手中的教材，通过典型课文，让学生在探究中发现方法，触类旁通。

三、“解惑”的作用

“解惑”就是使学生主动在学习中提出他们的疑惑，老师要有效地解决知识的困惑。采用恰当的方法调动了学生的主动学习能力，进而发掘培养学生敢于质疑的精神，对他们提出的问题要采取有效地解决方案。必要的时候给出自己的建议，使他们很好的走出困惑。在解惑的同时也要意识到，虽然帮助学生是教师的天职，但帮助的最终目的是培养学生独立的人格并使他们自己掌握一定处理问题的能力，在帮助的时候要留有空隙让他们自己去探索、去发现。这里的主动学习就好像是“学走路”，这就意味着没人能替你走路，你只能自己通过爬行，跌跌撞撞，然后学会走路。帮助学生是教师的天职，但真正的帮助是让学生“摆脱一个人对另一个人的依附”。

这就是我个人的一点拙见，敬请大家批评指正。

2024.11.26

**第四篇：浅谈教师体态语在课堂教学中的作用**

浅谈教师体态语在课堂教学中的作用

什么是体态语？所谓体态语，又称“身体语言”，是指用身体动作来表达情感、交流信息、说明意向的情感交流手段。美国心理学家艾帕尔说：“人的感情表达由三个方面组成：55%的体态，38%的声调，7%的语气语调。”由此可以看出，体态语在信息传递当中所显示出的意义要比有声语言还多得多。

教师的体态语是指教师在教学、教育过程中运用眼神、表情、手势等身体部位的变化 ,对学生施加影响的一种非语言形式，是教师必须具备的除口头语和书面语之外的一种特殊语言。

苏霍姆林斯基曾说：“教师最大的幸福与快乐就在于与学生的交往，因为你的每一步，每一句话，你的眼神，甚至你的目光一闪或者一抬手，这一切都会深深的留在学生的记忆中。”在与学生交流交往活动中，通过体态语可以完成自己对“为人师表”这一形象的塑造。

那么，本文就从教师体态语所包括的目光、姿态两个方面结合课堂师生交往个案，对教师课堂体态语运用的技巧作一探讨，为组织课堂、调节气氛提示必要的动作要领。

一、教师的目光

“组织课堂教学，第一流的教师用眼神，第二流的教师用语言，第三流的教师施以惩罚。”这句话形象地道出了教师运用目光的重要性。

我们常会遇到这样的情况：上课了，学生都进了教室，但由于某种原因，学生的情绪一时还稳定不下来，教师里乱哄哄的，这时，教师并没有急于开口，批评学生，而是站在讲台上用亲切的目光向学生扫视，很快，教室里安静了。

这就是运用目光这一无声语言的妙处，我总结它至少产生了三点效应：

（一）从空间上说，亲切的一视，无形中起到了控制作用，仿佛在告诉学生，你们的一切都看在我的眼睛里，你们在干嘛我全知道！

（二）从心理学上说，亲切的一瞥，好像在对学生们说：“老师知道，课间休息的时间很短暂，你们也难得放松一下。”引发学生与教师的情感共鸣，增强亲切感，便于班级对教师的认同。

（三）就信息传递而言，教师站在讲台上看向每个学生，学生接收到老师发出的信息：老师都已站在讲台上了，上课的时间到了。有的学生会为自己一时的玩劣行为感到自责，从而更加积极地投入到学习中去。

由此可见，教师安详与和气的眼神，可以看出他对整个班集体的热爱与关心，可以拉近与学生的距离，可以让他更具有亲和力，使学生心悦诚服地坐下，在愉悦的状态中进入学习。那进入正课后又该注意什么呢？我认为：教师的眼神要拢住全体学生，目光要自然平直地向前延伸，切不可游离不定，也不可只盯住某一点，要照顾到教室里的每一个学生，时时以温柔的目光与每一个学生打招呼，通过目光建立教师与学生的感情交流。教学中，教师要根据教学内容表达的需要，因地、因人、因事而异地表现出各种特异的神情，用目光示意学生集中注意力，或示意学生加强朗读的表情，或示意学生沉着……教师还应该注意从学生的表情中吸收反馈信息，通过学生的表情，特别是眼神了解掌握学生的心理，及时发现学生听课兴趣的大小，接受知识的情况，从而及时调整自己授课内容的深浅，速度的快慢，授课的方式。

二、教师的姿态

在课堂教学过程中，师生之间彼此接触最早的就是对方的身势姿态和颜面表情，就教学活动而言，教师讲课、聆听、演示操作，总是伴随着一定的身势姿态：或站立、或走动、或点头、或摇头，教师总是自觉或不自觉地在运用这些身势姿态，传达着不同的信息、情感和态度，从而实现与学生的无声交流。如教师讲课时，站在讲桌中央位置，表示严肃；站在两端，表示随和；走下讲台，则使学生感到亲切。教师的身势体态不仅应符合道德规范和审美要求，也要遵循心理学上的有关原理，使之合乎教学上的原则和要求。下面就结合教学实践中站、行两个方面简要分析。

站：教师在一生的教学生涯中，多数时间都是在站立中度过的，站立成了教师工作中一个十分平常而又必不可少的部分。假设老师上课习惯于站在讲桌前，将书放在讲桌上，双手反撑讲桌，如果讲桌比较矮，再勾下身子去看书。学生肯定会问：“老师，你昨天没睡觉还是你身体不舒服啊？”很明显，学生会受影响，做笔记拖拖拉拉，回答问题嘻嘻哈哈，极不认真，好像回答正确与否都无所谓，一节课结束，教学任务却没完成。可见站态对教师教学有着很重要的作用。

行：教师在课堂上应当养成正确的行走在学生面前的姿势习惯。刚踏上讲台的年轻老师，由于紧张，往往一节课都固定在了一个位置。课堂气氛显得沉闷，教室后排有开小差的学生出现。这是因为一直呆在一个地方，会压抑课堂气氛。但是，如果走动得过于频繁，结果也会适得其反，比如在讲台上来回走，或是在学生不经意时走下讲台在学生中走一圈，这样不仅轻易分散了学生的注意力，重要的是打断了他们的思维，听到了他们不满的怨言。总之，教师的走动应该是面向学生的，应该是有节制的、文雅的、合情理的。

坐：坐态作为教师体态行为规范中的一个重要组成部分，虽然与其他身势姿态相比，在

课堂教学运用中相对较少，但在其他教学活动中，如专题讲座、监考、个别辅导及办公活动中应用广泛，它同样也显示着一个人的文明程度，因此同样不可小视。由于平时休闲自在惯了，在坐凳子时，总习惯翘二郎腿，而且，还会时不时地将翘起的那条腿前后左右地晃动几下，或者有时是将整个坐着的上身摇晃，而这种习惯又会不自觉地带进课堂，对学生的心理产生一定的影响。

苏联教育家霍姆林斯基曾指出：“学校里的学习不是毫无热情的把知识从一个头脑装进另一个头脑里，而是师生之间每时每刻都在进行心灵的接触。”课堂教学不仅是认知信息的交流过程，也是“情”的交流过程。作为一名老师，特别是语文老师，应善于利用激情澎湃的语言去教育学生，也要善于目光、姿态等体态语，感染学生，充分激发学生的主动意识和进取精神，优化课堂教学。

总而言之，作为一名语文教师，在熟练运用精确恰当、生动诙谐的语言进行课堂教学时，也应恰如其分地运用体态语，与学生进行情感交流，提高教学效果。

**第五篇：微表情在沟通中的作用**

微表情在沟通中的作用

摘要：沟通是人与人之间、人与群体之间思想与感情的传递和反馈的过程，以求思想达成一致和感情的通畅。曾仕强曾在《圆通的人际关系》一书中提到：人际关系与沟通，彼此影响。二者可以互补，也能够相克。人际关系良好，沟通就比较顺畅；沟通良好，也能够促进人际关系的和谐。反过来说，人际关系不良，就会增加沟通的困难；沟通不良，就会促使人际关系变坏。可见沟通的作用之大，但良好的沟通不仅仅是要能说会道，随着科学的发展，心理学也对人与人沟通方面有较多研究，然而近些年慢慢被提及起来的的“微表情”一词颇具神秘色彩，也就是中国人说的“察言观色”一词，只不过“微表情”将此上升到科学的高度。现在，微表情多用于破案侦查中，用好这一技巧与犯罪嫌疑人有效沟通能显著地提高罪犯认罪的可能，也有利于辨别其供述的真伪，使审讯结果更加准确。微表情也能让你很准确的揣摩到朋友、家人、客户、工作伙伴的心理状态，让你能有的放矢，提高沟通的质量。

关键词：观察肌肉微收缩侦查

一、面部微表情定义

微表情，是心理学名词。人们通过做一些表情把内心感受表达给对方看，在人们做的不同表情之间，或是某个表情里，脸部会“泄露”出其它的信息。“微表情”最短可持续1/25秒，虽然一个下意识的表情可能只持续一瞬间，但这是种烦人的特性，很容易暴露情绪。当面部在做某个表情时，这些持续时间极短的表情会突然一闪而过，而且有时表达相反的情绪。面部的变化(如笑、皱眉、发怒)能迅速提供更多信息，明显地反映人的心情、意图。人类面部表情学家艾克曼曾走访世界各地，研究各种文化背景下的入，发现人类主要拥有七种表情。高兴：嘴角翘起，面颊上抬起皱，眼睑收缩，眼睛尾部会形成“鱼尾纹”；伤心：眯眼，眉毛收紧，嘴角下拉，下巴抬起或收紧；害怕：嘴巴和眼睛张开，眉毛上扬，鼻孔张大；愤怒：眉毛下垂，前额紧皱，眼睑和嘴唇紧张；厌恶：嗤鼻，上嘴唇上抬，眉毛下垂，眯眼；惊讶：下颚下垂，嘴唇和嘴巴放松，眼睛张大，眼睑和眉毛微抬；轻蔑：嘴角一侧抬起，作讥笑或得意笑状。

二、微表情的具体举例

美剧《lie to me》曾让无数人疯狂，原因是该剧以一电视剧的形式，前所未有地很具体 地表现了神秘的微表情的作用，让人觉得神秘而着迷。剧中Lightman博士和他的团队用微表情快速破案的事例让人瞠目结舌，运用微表情绝非荒谬之说，而是有科学根据的，很多人在说谎或某一生活情景时不愿真实表现内心的真实想法，但几乎所有人是没办法控制自己面部微表情的变化的，如果你有一双慧眼，能捕捉到对方面部肌肉快速的微变化，那你就能看到他真是的内心，就像是“读心术”。微表情的代表例子很多，以下列举几条： 单肩耸动表示他对所说的话极不自信。

1、惊讶的表情不会超过1秒。

2、撒谎时人们更倾向于盯着你,想看你相不相信他们的谎言.3、生硬的重复是典型的谎言

4、眉毛倾斜代表悲伤

5、男人鼻子里有勃起组织，当他们想要掩饰时鼻子就会痒

6、摇头之前先轻轻地点一下头，是谎言。

7、左手一直插在裤袋里顶着大腿，说明紧张

8、见到某人时，把某物举起放到胸口，产生阻隔形式，表示焦虑，害怕见这个人。

9、说话时抿嘴，或产生后撤姿势，表示模棱两可，对自己说的话没信心。（说谎）

10、回答问题时手摸脖子—如果脖子没病，就是在说谎（经典的强迫行为）。

11、揉眼睛（哪怕是盲人），表达不情愿的做某事。

12、说话时手突然向外摆一下—说谎

13、说话时，下巴上扬—愤怒

这些是剧中以及显示研究中十分典型的例子，其中，相信最常见的就是摸鼻子，每个人肯定都曾看见某些人在对你说一件事的时候会下意识的摸鼻子，这充分表现了他内心的不安和谎言。揉眼睛也是生活中常可见的举动，每个人自己或许都会有说话时揉眼睛的时候，不妨在你下一次作此举动的时候留意一下，你一定是不愿意做某事，而又在嘴上接受了这件事。双手抱胸通常出现在和别人正面交谈的时候，心中的畏惧或是心虚都会让你不敢面对眼前的这个人，多数人会下意识的双手抱胸，这是典型的形成阻隔形式，以寻求内心的安全感。每个人都会有掩饰内心的时候，但往往自己的微表情会出卖了你。肌肉的微收缩可能只是一瞬间，但只要你多去观察，肯定能看出端倪。

三、微表情对破案的作用

2024年6月11日21时50分，杭州滨江区南环路高新派出所附近，一辆奥迪A5与一辆雷诺车发生正面碰撞。然而，这并不是一起简单的交通事故。调查发现，当晚两车几乎是完全正面对撞，这不符合对撞常理。并且，两辆车子撞击受损非常严重，但车上4人均无大碍。自称是雷诺车驾驶员的周某作笔录时，看了一眼刚收到的短信后，神情略显紧张，还暗暗地想把手机藏起来。虽然这些脸部和眼神的变化相当微小，但都被具有职业敏感性的民警看在了眼里。民警立即要求查看手机，发现这条让周某不自觉紧张起来的短信内容为：“别怕，不要承认就没事的。”发送人是滨江某奥迪4S店的接待经理赖某。警方随即顺藤摸瓜，对赖某开展调查。通过反复讯问和教育，周某和赖某终于交待了这是一场精心策划的假事故，目的就是为了骗取高额保费。这便是现实生活中的运用例子，微表情在现实中最大可运用方向就是审讯中，当警方与嫌疑人或是被调查人交谈时观察其微表情，有时会给破案带来前所未有的惊喜。

当然运用微表情也可辨别真伪，实际中侦查人员大多偏重取得口供，注重同犯罪嫌疑人的语言交流，力图从语言上取得突破口，进而发现真相，却经常忽视面部微表情信号以及它们的作用和影响。但实际上，这种情况往往会造成无辜者与罪犯有类似的心理状态，而使破案进入误区。要注意以下几点：

一、心理依据：无辜者和有罪者担心的内容不同。

二、外在表现：无辜者和有罪者的面部表现不同。

三、识别真伪：鉴别无辜者和伪装无辜的有罪者。

无辜者因遭受冤枉感觉愤怒时，愤怒情绪体现在脸上的表情为：下巴用力、向前伸，上眼皮会提起，眉毛下扬，嘴唇会变薄且紧锁，并且脸部两边的表情表现为对称：重要的是，蒙受冤屈之后的而表现出来的愤怒持续时间不会太长，转瞬即逝。说谎者的表现应为短暂的恐惧，面部表现为：眉毛上扬且紧锁，眼皮上扬，嘴唇微微张开，水平靠近两耳。在面部表情方面，笔者总结出以下几点区别无辜者和说谎者：眉毛下扬，嘴唇紧锁的，愤怒的无辜者；眉毛上扬，嘴唇微微张开的，恐惧的说谎者。

将微表情分析运用到破案中，能提高破案效率，也能减少蒙冤率，但实际是微表情研究在中国的研究起步较晚，推广不够，很少有人能很好的运用这一手法。

四、如何将微表情识别运用到沟通中

我们在生活中不可避免的要和不同的人接触，如上司，你可能要知道揣摩他的心思，就因为中西方的人际关系大不相同，才导致中西方的管理大相径庭。西方的人际关系建立在平等的基础上；中国人则普遍认为，人与人是不平等的，如果人人讲平等，那是没大没小，而中国人非常讨厌别人没大没小。上司与你说话往往是模棱两可的，中国人讲含蓄，上司也就常常不会将真正想要让你做的事直接说出口，心思往往要你自己去揣摩，揣摩得对那你就能让他满意，但如果错了可能以后的工作都会有较大影响，所以，在与领导对话时，可观察其微表情，是愤怒或是欣喜，是怀疑或是相信。

与恋人的相处中往往也会遇到让你头痛的揣摩，恋人之间最需要的则是有效的沟通才能化解或避免矛盾，但也是源于中国人的习惯，恋人间也往往希望对方来猜到自己的心思，而不需要自己直接说出口，很多人往往会觉得这简直是太累了也太胡闹了，但其实那是因为你根本没有找到快速而准确的方式来看穿他的心思，如果懂得甚至是了解一些微表情的知识，这些对你完全不是问题。

同事以及合作伙伴间的关系强调信任，但关系往往是敏感的，一不小心可能应为误会而产生嫌隙，这对生活以及工作是极不利的。看出微表情，能帮助你及时解决好你们之间的关系，达到互利共赢。

五、结语

微表情对沟通的作用不言而喻，适用于恋爱交友、工作升职、团队管理、业务谈判、面试访谈等人际关系各个领域，能够从根上助你认清谎言，撕破假面，还原真相，打造属于你的防欺骗保护伞，进而看透他人，掌控局面。但实际在中国，对微表情研究的推广十分不到位，很少有人能能真正的运用好这一方法，甚至连了解也是甚少，在侦查这样的领域，普及微表情知识其实是十分必要的，希望“微表情”能得到较好的发展。

参考文献：

1、曾仕强.《圆通的人际关系》，北京大学出版社，2024年出版

2、《lie to me》.美剧，2024年上映

3、《面部微表情在审讯中的应用》.王梓丞

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！