

师生心理成长丛书

主编：林崇德 董 奇 副主编：伍新春 石 铁

教师职业生涯发展

连 榕 编著



中国轻工业出版社

教师职业生

教师职业生

教师职业生涯发展

教师职业生



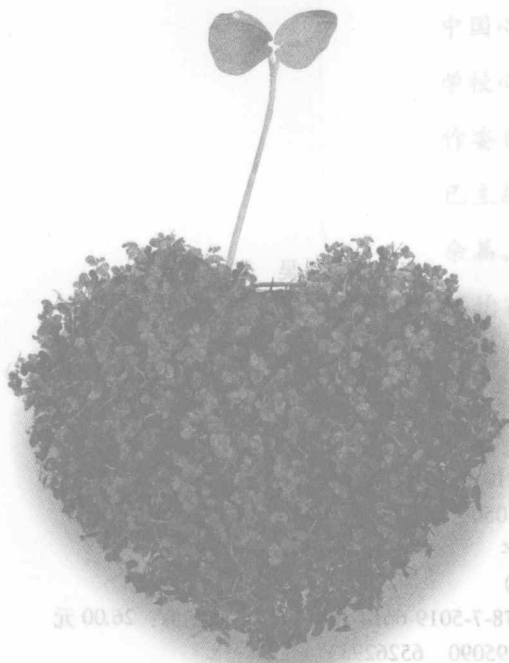
教师职业生

师生心理成长丛书

主编：林崇德 董奇 副主编：伍新春 石铁

教师职业生涯发展

连榕 编著



连榕 1961年生，福建省漳州市
福建师范大学教育科学与技术学院副
教授，博士生导师，心理研究所所长，
育心理学博士点和课程重点学科学
中国心理学会教育心理学专业委员
学校心理学专业学会委员，心理
作委员会委员，福建省心理学会
已主编、参编著作多部，主编
余篇。获福建省教育科学一等
奖、吴阶平医学基金会“百
项优秀成果奖”等。

福建师范大学“教师职业
生涯发展”项目主持人
出版发行：中国轻工业出版社
地址：北京东黄城根北街29号
邮编：100027
电话：010-65242040
ISBN 978-7-5019-0525-2
定价：21.00元

中国轻工业出版社

主编、副主编简介

图书在版编目(CIP)数据

教师职业生涯发展 / 连榕等著. —北京: 中国轻工业

出版社, 2008.10

(师生心理成长丛书)

ISBN 978-7-5019-6614-1

I. 教… II. 连… III. 教师—职业—研究 IV. G451

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第140367号

系指导委员会主任 著 丛 容 表

董 奇 北京师范大学常务
副校长, 心理学教授, 教育
部中小学心理健康教育专家
指导委员会副主任



总策划: 石 铁

策划编辑: 吴 红

责任终审: 杜文勇

责任编辑: 吴 红 覃云云

责任监印: 吴维斌

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2008年10月第1版第1次印刷

开 本: 740 × 1050 1/16 印张: 17.25

字 数: 213千字

印 数: 1—5000

书 号: ISBN 978-7-5019-6614-1/G · 768 定价: 26.00元

咨询电话: 010-65595090 65262933

读者服务部邮购热线电话: 010-65595091 65241695 传真: 85111730

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换

70776J6X101ZBW

总 序

《师生心理成长丛书》马上就要和广大读者见面了。作为作者，我们内心充满着喜悦与激动。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现时代发展的要求，完成党的十七大赋予我们的光荣使命。党的十七大报告，明确提出了运用科学发展观全面构建和谐社会的发展目标。和谐社会不仅包括政治、经济、文化、环境、生态等外部世界的和谐，也包括个体内心世界的和谐即心理和谐。心理和谐是个体幸福的指标，也是社会发展的基石。心理和谐的实质是心理健康，大力开展心理健康教育是实现心理和谐的前提和保证。和其他重要个人素质一样，心理和谐也应从小抓起，切实重视和关注成长中的儿童、青少年的心理健康，“注重人文关怀和心理疏导”，提高广大教师开展心理健康教育的意识和能力，“为青少年健康成长创造良好社会环境”。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现“优先发展教育”的要求，落实党提出的育人为本、德育为先、实施素质教育的艰巨任务。当前我国教育改革和发展面临的重大任务和时代旋律，是全面实施和推进素质教育。素质教育的重要内容和目标之一，就是促使学生养成良好的心理素质，提高学生的心理健康水平。而要想培养和发

展学生的心理素质，最重要的方法就是全面系统地开展心理健康教育。应该说，最近几年，尤其是2002年颁布《中小学心理健康教育指导纲要》以来，在教育部的组织领导下，全国各地都把心理健康教育看做是德育工作的重要组成部分，许多中小学校开始系统地开展心理健康教育活动，许多教育研究机构尝试开展了系统的心理健康教育培训，在一定程度上提高了广大教师开展心理健康教育的能力，促进了广大中小学生学习心理素质的健康发展。在开展心理健康教育的研究和实践过程中，人们逐渐认识到：心理健康素质是关系到个体发展全局的、随年龄增长而逐渐形成的重要品质，它直接或间接地影响到个体的生活态度、学业成就、人际交往、社会适应、职业发展等，必须引起高度重视。

但是，在看到取得成绩和可喜进步的同时，我们也应该清醒地认识到：心理健康

教育绝不仅仅是心理教师的任务，它也应该成为全体教师的重要使命；心理健康教育绝不仅仅是中小学的教育主题，幼儿早期教育和大学专业教育也应该注意渗透；心理健康教育绝不仅仅是辅导技术和教育方法的简单使用，确立“育人为本、德育为先”的教育理念和辅导取向更是重要前提。因此，为了保证心理健康教育朝着全体受益、全面培养、全员参与、全程关注的方向发展，在总结行之有效的既往经验的基础上，我们更要用前瞻的视角规划和引领心理健康教育的发展，使我们的广大教师不仅能明确心理健康教育的基本性质、核心内容、主要途径和组织管理等基本原理，而且能深入了解基础教育各年龄阶段学生心理健康教育的主要方法，科学把握心理健康教育的渗透手段，有效运用心理健康教育的专业途径。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现教师教育和教师专业发展的要求，贯彻党加强教师队伍建设的战略方针。联系心理健康教育的实践，我们认为，要想有效地开展学生心理健康教育，教师不仅要掌握心理健康教育的理念和方法，更重要的是，要切实重视和提高自身的心理健康素质。最近有关教育心理和教师教育的研究成果表明，在影响学生发展的诸多因素中，先进的教育理念和办法、优良的教育环境和资源等就好像武器，它虽然对教育效果具有重要影响，但真正决定学生发展的根本却是使用武器的人——教师——的素质。最近几年来的心理健康实践也证明，在学生心理障碍的成因中，除学生自身的素质和家庭教育的影响外，最重要的成因就是教师不当的教育方式。造成教师教育不当的根源，在于教师自身的心理状态不佳。为了从根本上减少学生“师源性疾病”的发生，促进学生心理的健康成长，必须切实重视和高度关注教师的心理成长。

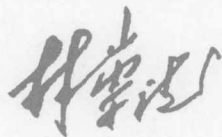
促进教师的心理成长，不仅是开展学生心理健康教育的需要，也是教师作为一名专业工作者个人发展的需要。在认真实践科学发展观、全面倡导以人为本思想的今天，我们应该深刻地认识到：教师的个人成长和专业发展是相辅相成、协调共进的。客观地讲，广大中小学教师身处社会经济飞速发展、素质教育强力推进、课程改革全面铺开的年代，他们自己所接受的专业教育、所处的学校环境、所承载的家长期望，往往与变革求新的时代主题有相当的落差，他们大多承受了较重的工作和专业压力，甚至出现了不同程度的职业倦怠。因此，广大教师如何学会进行工作压力的自我管理、有效预防职业倦怠的发生，学会人际关系的调适技巧、切实维护自身的健康人格，进而促进职业生涯的合理规划，已经成为教师专业发展和个人成长的重要议题。

在全社会高度重视儿童青少年健康成长、高度关注中小学教师素质提高的今天，北京师范大学常务副校长董奇教授、教育心理与心理健康研究所所长伍新春教授、“万

千教育”与“万千心理”总策划石铁先生和我一起牵头，组织全国十多位长期从事心理健康教育、潜心研究教师专业发展、有相当学术造诣和社会影响的中青年学者，共同完成了《师生心理成长丛书》的出版。我相信该丛书对于推动我国的心理健康教育事业，对于促进教师的专业发展和个人成长，都将起到积极的作用。

是为序！

教育部中小学心理健康教育专家指导委员会主任

A handwritten signature in black ink, appearing to read '石铁' (Shi Tie), written in a cursive style.

2008年8月6日
于北京师范大学

前 言

教师既是一种专业，也是一种职业，良好的职业心理的形成是教师专业发展的重要心理基础。教师往往是终身的职业，因此，从职业生涯发展的角度了解自身的心理与心理健康，以积极的职业心态去面对专业成长的酸甜苦辣，最终成为一名受人尊重的优秀教师，是任何一位跨入这个行业的人必须面对的。“职业生涯”“专业发展”已成为近些年教师教育中使用最频繁的词汇，如何把理论和实证研究的成果，以及许多一线教师们成长的精彩体验传递给广大教师，是我们多年的心愿。因此，我们在完成了《教师专业发展》（高等教育出版社，2007）的编写工作后，在我国著名心理学家林崇德教授和“万千教育”的组织下编写了此书。庄子云：“吾生也有涯，而知也无涯。”生涯即人生的发展道路，教师的职业生涯发展是个体在主动的学习和实践过程中，形成良好的心理素质，成功扮演教师角色，实现教师职业专业化的过程。

1. 教师的职业生涯发展是一种新的成长观

从职业生涯发展的角度来认识和理解教师职业，是从发展的连续性去考察教师职业的内在规律性和特殊性。本书的第一章在阐述职业生涯发展理论和影响因素的基础上介绍了教师职业生涯发展的不同模式。

2. 教师的职业生涯发展是成年心理发展的理论问题

教师的职业生涯发展问题同时也是成年心理发展的问题，因此，成年心理发展构成了教师职业生涯发展的理论基础。本书的第二章介绍了毕生发展的成年观，阐述了成年心理发展的普遍特征，提出了不同年龄阶段教师的身心发展特征以及如何促进其发展的问题。

3. 实践教师角色是教师职业生涯发展的现实问题

成功地实践教师角色是成功的职业生涯发展的外在标志。教师职业角色的形成、教师的职业角色心理和教师的职业承诺是教师职业角色的主要问题。本书的第三章为此做了详细的分析。

4. 成功的教师职业生涯发展需要良好的职业生涯规划

良好的职业生涯规划是成功的职业生涯发展的起点。了解职业生涯规划的原理，认识教师职业生涯发展不同阶段的特点，教师才会目标明确地、主动地进行职业生涯规划。本书第四章分析了其中的原理。

5. 职业的专业化是教师职业生涯发展的核心问题

第五章从专长发展的角度阐述了教师职业的专业化问题，对新手型、熟手型和专家型三种处于职业生涯发展不同阶段的教师的心理发展与促进做了全面的分析。

6. 终身学习是教师职业生涯发展的动力

教师职业的特殊性决定了教师应该是终身学习者。终身学习是基于自我发展的学习，教师可以通过不同方式和途径学习，保持健康的学习心理，使学习成为成长的持久动力。本书的第六章阐述了这些问题。

7. 评价应成为促进教师职业生涯发展的有效激励机制

教师的职业生涯发展需要良好的绩效管理，发展性的教师评价和教师专业档案袋是当前教师绩效管理的重要问题。本书的第七章详细介绍了其中的原理与具体操作方法。

8. 良好的心理素质是教师职业生涯发展的心理基础

维护和提升自身的心理健康水平直接影响着教师职业生涯的发展。职业适应、职业压力、职业高原、职业倦怠和职业中的人际交往是当前影响教师职业生涯发展的主要心理健康问题，认识并解决好这些问题才能形成良好的职业心理素质。本书的第八章对此进行了专门的论述。

本书是为广大的一线中小学教师编写的读本，许多案例直接来自于教师们的成长经验。我们希望此书能帮助教师们更好地思考自己的职业生涯，从而促进个人发展和专业成长。

由于关于教师职业生涯发展的直接研究材料不多，加上我们的能力有限，书中尚存有不少疏漏、偏差之处，敬请广大读者批评指正。

本书的写作始终是在林崇德教授的具体指导下进行的。在编写过程中，林老师给了我们许多非常重要的编写和修改意见，正是有了林老师的精心指导和“万千教育”的大力支持，此书才得以完成，为此我们表示深深的谢意。

本书在编写过程中参阅和引用了国内外大量的有关文献，在此对所有的引文作者致以深深的谢意！

本书由连榕教授负责拟定编写大纲并进行统稿。参加全书编写的有（按姓氏笔画排序）：丁玲、王惠卿、韦炜、卢飞斌、杜春美、连榕、林玲、张书帛、张旭丹、张新招、张隽怡、郑婷芳、童成寿、谢姗姗、缪佩君。

连 榕

2008年8月

目 录

第一章 职业生涯发展：一种新的教师成长观	1
第一节 职业生涯发展理论	2
第二节 职业生涯发展的影响因素	11
第三节 教师职业生涯发展的模式	22
第二章 成年发展心理：教师职业生涯发展的理论基础	27
第一节 毕生发展的成年观	27
第二节 不同年龄阶段教师的身心发展特征	39
第三节 教师身心发展的促进	50
第三章 职业角色心理：教师职业生涯发展的实践	61
第一节 教师职业角色的形成	62
第二节 教师的职业角色心理	74
第三节 教师的职业承诺	81
第四章 职业生涯周期：教师职业生涯发展的全过程	91
第一节 教师的职业生涯决策	91
第二节 教师的职业生涯规划	104
第三节 教师的职业生涯阶段	117
第五章 教学专长发展：教师职业生涯发展的核心	129
第一节 专长与教师专业发展	129
第二节 新手型教师的特点与成长支持	134
第三节 熟手型教师的特点与心理辅导	141

第四节	专家型教师的特点与合作共享	148
第六章	终身学习：教师职业生涯发展成功的保证	159
第一节	终身学习与自我发展	160
第二节	学习的方式和途径	168
第三节	学习的心理健康	179
第七章	职业生涯发展的评价：教师职业生涯发展的激励机制	189
第一节	教师的绩效管理	189
第二节	发展性教师评价	200
第三节	教师专业档案袋	208
第八章	职业生涯发展的问题	223
第一节	教师入职适应的问题与调适	223
第二节	教师职业压力的问题与调适	232
第三节	教师职业倦怠的问题与调适	237
第四节	教师职业高原的问题与调适	244
第五节	教师人际关系的问题与调适	247
参考文献	257

第一章

职业生涯发展： 一种新的教师成长观

说到职业，人们常会想到一句老话：“三百六十行，行行出状元。”古有孔子周游列国游学讲学，他成了中国教师的始祖。大概在孔子同时代，欧洲的希波克拉底救治病人不分贵贱，他成了欧洲医生的始祖。孔子的有教无类和因材施教是现今为师者所谨记的，希波克拉底的从业誓言则是从医者必须恪守的。到了现代，社会已经涌现出了众多种类的职业。虽然每一种职业都有其内在的特殊性，然而职业生涯发展却具有共同的内在规律和普遍性，教师职业也不例外。一位教师这样写道：

教师的职业感受总是以“苦”为先的。当我们意识到生命的蜡烛在“照亮”学生的同时，我们是否应该“照亮”自己，乃至“照亮”社会？我们是否也应该投入到自我发展、自我完善的境界中去，寻求一种生命的意义和快乐呢？

教师的一生不一定要干成什么惊天动地的伟业，它应当如百合，展开是一朵花，凝聚成一枚果；它应当如星辰，如火炬，就像奥林匹克花园上空燃起的火炬，“远望像一盏灯，近看是一团火”。

诚如这位教师所写的，作为一名当代教师，我们肩负着为和谐社会培养优秀人才的使命，也在这个过程中实现自我的价值。我们不仅是园丁，更是点亮学生心灯的魔术师；我们不仅是红烛，更是照亮学生未来的璀璨光芒；我们渴望个人价值和社会价值的完美结合，渴望照亮学生的同时绽放自我，光彩熠熠。

本章将和你一起学习职业生涯发展理论，一起了解影响教师职业发展的因素和教师职业生涯发展的模式，一起重新解读教师职业生涯。老师们，准备好了吗？让我们开始自我发现之旅吧！

第一节

职业生涯发展理论

在职业发展的道路上，教师既会获得成功的喜悦，也会遭遇压力和挫折。我们每个人都希望能从生活中获得快乐、成长和自我实现，面对职业生涯中的各种挑战，我们该如何进行明智的选择？让我们从职业生涯发展理论开始，去寻求答案吧！职业生涯发展理论是众多专家和从业者经验和思考的结晶，沿着前人和同辈的足迹前行，我们可以看得更清，走得更远。先让我们看看对于职业发展，专家们都有哪些理论。

一、环环相扣，步步为营：金斯伯格的职业发展理论

从走上就业岗位前的学习和教育，到离职退休，职业活动几乎贯穿我们的一生。在有限的生命中，职业活动占有绝对重要的位置，左右着我们的生活质量和生命价值。因此，拥有成功的职业生涯，我们才有可能实现完美的人生。

金斯伯格（Eli Ginzberg）研究的重点是从童年到青少年阶段的职业心理发展过程。他认为，职业在个人生活中是一个连续的、长期的发展过程。我们从童年时期就开始孕育职业选择的萌芽，随着年龄、资历、教育等因素的变化，每一个人的职业选择也会表现出不同的特征。一个人的职业发展如同其身心发展一样，可以分为几个阶段，每个阶段都有不同的特点和任务，如果能够顺利完成，就能达到各个阶段相应的目标；如果前一阶段的任务不能很好地完成，就会影响下一阶段的职业发展目标，最后导致在职业选择时发生障碍。

金斯伯格认为，职业选择的过程是从模糊的幻想走向现实的。他将这一逐渐成熟的心理过程分为三个阶段（见表 1.1）：

- 幻想阶段（11 岁以前）：在这一阶段，个体希望快点长大成人，憧憬引人注目、令人激动的理想化职业。在这一阶段，个体对职业的理想带有很浓的情感色彩，具有很强的冲动性和盲目性，十分不稳定。
- 尝试阶段（11 岁至 17 岁）：这一阶段是个体职业思想形成的最重要阶段，与青春期同时到来。个体开始思考今后的职业和自己所面临的任务，并把这个任务作为奋斗的目标。这一阶段包括由兴趣、能力、价值观起主导作用的三个时期：十一二岁是兴趣期，在考虑未来职业时，个人的兴趣占优势；

十三四岁为能力期，随着个体的成熟，个体逐渐认识到自己独立完成工作的能力以及与职业的关系；其后是价值期，个体开始认识到职业的社会价值，并试图把兴趣与能力统一到开始形成的价值体系中去。

■现实阶段（17岁至成人）：如果说上一阶段还是主观因素占主导地位，那么这一阶段个体则更注重现实，力求主观因素与客观因素的协调统一。这个阶段也可分为三个时期：首先是探索期，个体尝试把自己的选择与社会的需要联系起来；接下来是成型期，这时个体对职业目标已基本确定，并开始为之努力；最后是明确期，为了实现特定的职业选择，个体准备考入高一级的学校，或接受专业训练准备就业。

表 1.1 金斯伯格的职业选择阶段（王兵，1995）

阶段划分		各阶段任务或选择特征
幻想阶段 (0~11岁)		想象将来会成为什么样的人，并且在游戏群体中扮演所喜欢的角色，职业期望由兴趣所决定，不会也不可能考虑能力和社会条件。
尝试阶段 (11~17岁)	兴趣期	与幻想期相联系，兴趣是其职业选择的主要基础。
	能力期	开始将自己的能力和兴趣进行比较，以考察其一致性。
	价值期	将职业选择与其价值观相匹配，进行尝试性职业选择。
现实阶段 (17岁~)	探索期	将兴趣、能力、社会价值和个人价值进行调和并规划职业。
	成型期	在探索期成败的基础上产生明显的职业模式。
	明确期	个人选择了特定的职业和专业。

二、兼容并包，求同存异：萨帕的职业发展理论

在金斯伯格理论的基础上，萨帕（Donald E. Super）进一步把职业性归入“自我”的概念，而“职业性”发展也就是一个人关于自我概念的建立和发展。他认为，职业性发展是一个“妥协过程”，并随着这种对“自我”的不断认识，迫使个人重新认识自己，树立新的自我概念，即“职业——我”。萨帕对于人生生涯的分析是围绕着职业生涯的不同时期而进行的，并由此构成了他的整个职业生涯理论。与金斯伯格不同的是，萨帕的理论范围更大，论述更详细，并扩大到整个人生。他认为，人一生所经历的职业及非职业活动都应视为职业生涯的内容，职业生涯除了职业角色外，还包括各种生活中的角色。萨帕将职业生涯的成长阶段提前到了婴儿初生时，而不是金斯伯格所讲

的少年儿童期。按照萨帕的理论，人的职业生涯可以分为（见表 1.2）：

- 成长阶段，该阶段从出生至 14 岁。其中，又可分为“幻想期”“兴趣期”和“能力期”三个小的阶段。
- 探索阶段，该阶段从 15 岁至 24 岁。其中，又可分为“暂定期”“过渡期”和“试工期”。在后一阶段的“试工期”中，青年进入似乎适合自己的职业领域，并希望把它当做自己的终生职业。
- 确立阶段，该阶段从 25 岁至 44 岁。在这一阶段初期，有些人在某些职业岗位上“试验”一段时间后，便可能因为不合适而改换其他职业，并逐步在某种职业岗位上稳定下来。因此，这一时期又可分为“试工期”和“稳定期”。
- 维持阶段，该阶段从 45 岁至 64 岁。在此阶段中，除极少数人会冒险探索新

表 1.2 萨帕职业发展五阶段理论（周筱洁，2007）

阶段名称	年龄	描述
阶段一	成长阶段	0~14 岁 经历对职业从好奇、幻想、兴趣，到有意识地培养职业能力逐步成长过程。
	(1) 幻想期	10 岁之前 儿童从外界感知到许多职业，对于自己觉得好玩和喜爱的职业充满幻想并进行模仿。
	(2) 兴趣期	11~12 岁 以兴趣为中心，理解、评价职业。
	(3) 能力期	13~14 岁 开始考虑自身条件与喜爱的职业是否相符合。
阶段二	探索阶段	15~24 岁 择业、初就业。
	(1) 暂定期	15~17 岁 综合认识和考虑自己的兴趣、能力与职业社会价值、就业机会，开始进行择业尝试。
	(2) 过渡期	18~21 岁 进入劳动力市场，或者进行专门的职业培训。
阶段三	(3) 试工期	22~24 岁 选定工作领域，开始从事某种职业。
	确立阶段	25~44 岁 确立稳定职业阶段。
	(1) 试工期	25~30 岁 对初就业选定的职业不满意，再选择、变换职业工作。变换次数各人不等。也可能满意初选职业而无变换。
阶段四	(2) 稳定期	31~44 岁 最终确定职业，开始致力于稳定工作。
	维持阶段	45-64 岁 在这一长时间内，一般人达到常言所说的“功成名就”，已不再考虑变换职业工作，只力求维持已取得的成就和社会地位。
阶段五	衰退阶段	65 岁以上 健康状况和工作能力逐步衰退，即将退出工作，结束职业生涯。

的职业领域外，一般人都会选择按既定方向工作的道路。

■ 衰退阶段，该阶段为65岁以上，是个体精力、体力的减退时期，也是人们逐步退出职业劳动领域的时期。

萨帕的职业发展理论既考虑到发展的年龄阶段，也考虑到发展的子阶段，将一般规律和特殊规律很好地整合起来，对于不同人的职业生涯发展有较强的解释力。

三、深入自我，寻访至爱：施恩的职业锚理论

美国著名的人力资源管理专家施恩（E. H. Schein）提出了职业锚理论。施恩认为，如果一个人流向一个不能满足其需要的环境，他就可能掉头进入另外一个更和谐的环境，如同航船下锚停于合适的港湾。而你下锚的这个领域，就是你职业生涯的长期贡献区。正如“职业锚”这一名词中“锚”的含义一样，职业锚实际上就是人们选择和发展自己的职业时所围绕的中心。我们可以这样理解职业锚：职业锚是当一个人不得不做出选择时，他无论如何都不会放弃的至关重要的价值观。在长期的职业实践后，人们逐渐发现自己真实的需要，了解自己行为的动机和内心中所持有的价值观，形成了自己可以认定的、终身最不肯割舍的东西，愿意在这个职业领域奉献全部的努力和智慧。

从教多年的文老师在自己的日记里写道：

我选择当教师，因为这是一份让人快乐的职业。从每天的工作和孩子们的笑脸中，我能感觉到生命的充实和生活的乐趣。我觉得教育是一种神奇的创造，它在一张张白纸上画出色彩斑斓的图画。你所创造的和你所感动的会让你快乐每一天。每天上班之前，我都会对镜子里的自己微笑；每天在课堂上，我都会对一双双渴求知识的眼睛微笑。

很多人不明白，我干吗非得做一个小小的、无足轻重的小学教师，而且乐此不疲。其实，我只想做一个简单的人，过简单的生活，与人的关系越简单越好，享受简单的幸福。与孩子们在一起学习，我常常感到幸福。为孩子发自内心的一句话，为孩子一个灿烂的笑容，为孩子的一点进步……感谢我的小朋友，他们让我时时感受到简单的幸福，我沉醉于自己的简单快乐！

我快乐而忙碌着，我忙碌而幸福着……

（文莉，2005）

简单的快乐、简单的幸福，爱着孩子们，与他们一起快乐，这就是文老师的“职业锚”。