

办一所温暖的学校

深圳外国语学校分校编著

商务印书馆

图书在版编目 (C I P) 数据

办一所温暖的学校/深圳外国语学校分校编著. —北京: 商务印书馆, 2012
ISBN 978-7-100-09545-7

I. ①办… II. ①深… III. ①中学教育-研究 IV. ①G63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 232587 号

所有权利保留。

未经许可, 不得以任何方式使用。

BÀN YĪSUǒ WÈNNUǎN DE XUÉXIÀO
办一所温暖的学校

深圳外国语学校分校 编著

商 务 印 书 馆 出 版

(北京王府井大街 36 号 邮政编码 100710)

商 务 印 书 馆 发 行

山西人民印刷有限责任公司印刷

ISBN 978-7-100-09545-7

2012 年 11 月第 1 版

开本: 787×1092 1/16

2012 年 11 月山西第 1 次印刷 印张: 14.5

定价: 30.00 元

进入 21 世纪，科技迅猛发展，经济快速提升，我们的综合国力日益增强，人民的物质生活富足繁荣。然而，浮躁、冷漠、功利与短视现象丛生也是不得不承认的事实。渴望心灵温暖滋润的体验，追求精神愉悦充实的状态，是人性的本能需求，也是高品质生命质量的构成要素。本书以“温暖”为主题，梳理总结深圳外国语学校分校在“办一所温暖的学校”方面的思考、追求、探索和做法，希望得到教育界同仁以及社会大众的指正和指导，让我们的学校更加温暖，以学校的温暖为社会增添温暖，让我们的社会更多一些温暖。



目 录

序

陈玉琨 /1

第一章 概述

第一节 什么是温暖	1
第二节 关于温暖：我们的解读	2
一 温暖的特性	3
二 为什么需要温暖	4
第三节 温暖来自何方	6
一 温暖来自有保障的生活	6
二 温暖来自人际间的关爱、理解和信任	7
三 温暖来自自我及他人的尊重	9
四 温暖来自自我价值的实现	10

第二章 温暖学校：我们的教育追求

第一节 温暖，奠定人生幸福的基础	13
一 温暖，培养阳光心态	13
二 温暖，培育感恩之心	14
三 温暖，成就幸福人生	15
第二节 温暖，一种强大的教育力量	17
一 温暖，让师生关系更加融洽	17
二 温暖，唤起教师的热情	17
三 温暖，激发学生的潜能	18
四 温暖，提升人性的美好	18
第三节 温暖，高效管理的追求	19
一 温暖，教师队伍建设的基礎	19

二	温暖，提高学生管理成效的保障	21
三	温暖，师生关系和谐可持续发展的纽带	23
第四节	时代呼唤温暖学校	25
一	何谓温暖学校	25
二	温暖学校的特征	25
第五节	温暖，我们的努力	29
一	以人为本，和谐发展的理念	29
二	张弛有序，刚柔相济的手段	29
三	尊重生命，尊重学生的柔性课堂	30
四	幽雅温馨，方便舒适的校园环境	32

第三章 温暖，滋润教师的心灵

第一节	教师与温暖学校	37
一	教师，创生学校温暖的主体	37
二	教师，感受学校温暖的客体	39
第二节	教师温暖感受的来源	41
一	温暖，来自精神家园的归属感	41
二	温暖，来自管理者温馨的关怀	51
三	温暖，来自同伴的支持	63
四	温暖，来自学生的回报	68
五	温暖，来自家长的信任	70
第三节	教师在温暖中的提升	80
一	使命感的增强	80
二	教育观念的转变	81
三	专业素养与技能的提升	83
第四节	教师温暖的释放、传递与回报	85
一	感染学生	85
二	凝聚校友	87
三	感动家长	90

第四章 温暖，成就学生的灵性

第一节 4H：为学生温暖人生定位	95
一 Head：提升学生追寻温暖的梦想	96
二 Heart：让学生学会相互理解与尊重	96
三 Hand：培养学生创造温暖社会的能力	97
四 Health：实现学生温暖人生的保障	97
第二节 温暖，培育阳光学子	97
一 温暖的课程，学生灵性发展的载体	98
二 温暖的课堂，张扬个性、充满关爱、体验快乐	104
三 温暖文化，让学生心灵得以净化	114
第三节 评价，为温暖加温	124
一 多元激励：评价的指导思想	124
二 星光闪闪：多样的评价项目	126
三 彰显自我：注重评价过程	134
四 让学生自豪的仪式：评价结果的处理	135

第五章 温暖，师生在教育中共享

第一节 温暖，孕育在感恩文化中	141
一 表达感恩之情	141
二 培育感恩之心	149
第二节 温暖，体现在师生交往中	157
一 学生的快乐与教师的快乐	157
二 学生的依赖与教师的感动	160
三 学生的舒适与员工的幸福	163
第三节 温暖，弥散在课堂教学中	165
一 师生共享温暖的课堂	165
二 师生共建温暖的班集体	172

第六章 温暖，一种生活方式

第一节 温暖与自我	181
一 认识自我	182
二 提升自我	186
三 超越自我	187
第二节 温暖与他人	190
一 理解他人	190
二 宽容他人	191
三 尊重他人	192
四 帮助他人	194
第三节 温暖与社会	195
一 感恩社会	195
二 回馈社会	196
三 引领社会	198

第七章 温暖，我们在路上

第一节 温暖，我们曾经困惑	203
一 影响温暖文化形成的外部因素	203
二 影响温暖文化形成的内部困惑	205
第二节 温暖，我们一直在努力	207
一 内生性	208
二 创新性	208
三 激励性	209
四 可持续性	210
第三节 温暖，我们永远坚守	210
一 感性与理性的结合	211
二 个性与共性的统一	213
三 制约与超越的融合	214

序

(一)

一股股暖流涌上心田，这是读《办一所温暖的学校》过程中的体验。这几年，由于工作的原因，本人读了不少校长办学思想的专著，从这些专著中，本人收获颇丰。《办一所温暖的学校》就是让人很受启发的书。

中国的基础教育在全球有着自己特殊的地位，当然，其所存在的问题也广为社会所诟病，比如，知识至上，分数第一，泯灭兴趣，压抑个性，如此等等。冷漠、功利与短视是现代社会发展中的一大问题。在此背景下，学生课业负担难以减轻，过度学习；教师不敢忽视学生平均分的些许下降，过度竞争；校长眼睛盯住的就是学校的中考或高考的升学率，过度焦虑。在这一氛围中，学校能让人感到温暖，能让教师享受到工作的愉悦，能让学生享受到成长的快乐吗？中国的教育理应如此吗？

然而，我们欣喜地看到，新世纪以来，尤其是近几年来，中国的一批校长已经充分地认识到这一问题，并且为解决这一问题做出了他们不懈的努力。天津耀华中学校长任奕奕认定：学校要成为“师生执着求索的乐园”；上海市西中学校长董君武则强调：“让学生带着微笑走进校园。”今天看到了深外分校邬晓莉校长的教育主张：“办一所温暖的学校。”虽然，视角各不一样，但是，相同的是：他们都认定教育不应扭曲学生的本性，学校要充满生命的活力。“乐园”、“微笑”与“温暖”这样的字眼已经成了今日中国教育的关键词，这是令人十分欣慰的。

正是在把握了这一趋势，明白了这一道理的基础上，深外分校邬晓莉校长与她的同仁们追求：让师生拒绝冷漠，办一所温暖的学校，并努力把这一信念转化为办学的实践。本书就是他们认识逐步深化，实践日渐丰富的成果，相信对所有的教育工作者都会有所启迪。

(二)

学校理应是温暖的。百度百科说：“温暖，是每一个人的渴望”，“没有温暖的人生很可怕，让人产生绝望的感觉”，“温暖，是心灵的一种拥有。在温暖里，人不会迷失”。这就是说：温暖是人生命的需要。

百度百科进一步说：“每个人都曾经感受过温暖。或者是熊熊燃着的炉子，或者是一个关切的眼神，或者是递过来的大衣，或者是柔和的话语。”从这一描述中，人们不难看出：“温暖有两种：身体的温暖和心灵的温暖。”当然，这理所当然地包括“身心俱暖”。宋代曾巩有诗《喜二弟侍亲将至》：“共眠布被取温暖，同举菜羹甘淡薄。”“共眠布被取温暖”是身体的温暖，还是心灵的温暖？答案当然是：身暖心更暖。

温暖并不一定与物质相关。汉代桓宽在《盐铁论·国疾》中强调：“往者常民衣服温暖而不靡，器质朴牢而致用。”不靡的衣服也能暖身，心灵的冷暖更非直接与物质贫富对应。随着我国经济的发展，可以肯定地说，在我国大多数地区，人们已经摆脱了绝对贫困。但是，我国还不很富裕，不少地区教师的待遇还不很理想，因而，学校留不住好的教师，学生也用脚投票，选择了离开。很多校长都把原因归结为教师对待遇的追求，表现出极其无奈的神情。然而，作为一所民办学校，深外分校的经验告诉我们：待遇并非是教师唯一的，甚至并不是第一的选择，心灵的冷暖才是他们最主要的考虑。温暖师生最重要的是温暖师生的心灵。

心灵只能靠心灵温暖。心灵的温暖不遵守热力学“能量守恒”定律，它可能从无到有，它可能从弱到强。校长一句关爱的话语可能掀起教师发自内心的暖意，并且很快这一暖意就能在课堂中传递到学生中，并由学生让他们的家庭感受到。温暖可以从无到有，可以从弱到强，用深外分校的话来说，这就是温暖的创生、传递与释放。这需要校长、教师与学生的爱，真心的爱，相互的爱。这就是教育的魅力，领导与管理艺术的魅力。

温暖是一种重要的教育力量。教师与学生由温暖而产生极大的教与学的动力。情感、态度与价值观是我国各级各类教育的重要目标。流淌在师生心中的暖流就像润滑剂一样极大地降低了学校师生们交流的阻力，提升着交流

的质量。可以毫不夸张地说，温暖是提升学校教育质量的重要助推器。

很可惜，很多校长还没有意识到，或者还没有把握住教育的这一规律。在这些学校，人际关系是冷漠的，校园即便在赤日之下也可能使人感到心寒的。在这样的学校，教师的离去，质量的下降，家长的抱怨与学生对自己行为的放任是可以想象的大概率事件。

(三)

对温暖的感受因人而异，然而，研究表明：温暖创生与传递有自己的规律。办温暖的学校，使人温暖，使温暖更暖，就需要把握这一规律。

关爱是温暖的基础，没有关爱就没有心灵的温暖。在别人有困难的时候，给予一分理解与支持，休戚与共，守望相助，这就是关爱；在别人取得成就的时候，由衷高兴，与之共享，这也是关爱。关爱能使人从心底感到温暖，使人感受到存在的意义与价值。然而，办一所温暖的学校仅仅有关爱还是远远不够的。

温暖需要相互认同与相互尊重，需要学校成员走进校园就有家人般的感受。温暖需要个体的努力，更需要成为群体共同的追求，需要成为组织文化。“校长妈妈”、“Q哥”与“MISS NI”，这就是分校人对“家”的认同。办学不可能不出问题，但有家的感觉，任何问题都是家里自己人的问题，互谦互让就使任何问题消失在无形之中。每个人都把学校当作自己的“家”是不容易的，这意味着他要自觉地承担“家庭”一员的责任，尽到“家庭”一员的义务。当然，他也一定在“家”中享受着作为成员的幸福。《办一所温暖的学校》呈现了大量的实例，使我们不得不承认深外分校就是深外人的家。由此，学校办学的成功是丝毫不令人奇怪的。

温暖更需要学校成为师生施展才能的舞台，实现自己人生价值的场所，成为他们的精神家园。成就，是人的追求。尤其是知识分子，他们往往把成就看作是自己人生价值的确证。人生价值被组织与他人的认可和自我确证就是人的成就感。在衣食问题解决以后，成就与成就感就成了教师与学生温暖最重要的来源。整天生活在失败的恐惧之中，人会有温暖的感觉吗？所以，学校要为师生创设从成功走向成功的道路，为他们的成功创造尽可能的机会。

“用心”是办温暖学校最核心的要素，温暖最重要的是真心实意。虚情假意地关爱、虚情假意地尊重、虚情假意地为师生搭建舞台，可能会温暖师生一时，但最终会令人生厌。关爱不需要大张旗鼓，它大多体现在人与人交往的细节之中。用心，才能发现他人在特定场合的特殊需要；尊重不是阿谀奉承或者言不由衷的几句赞美，而是对别人的长处、成就的肯定；用心，才能发现别人在日常生活中，在平凡工作中表现出的才智与人性的光辉；“成全师生”不应只是学校的口号，更不能把“成全师生”当作“成全学校”的敲门砖；用心，才能发现最需要帮助与支持的师生，适时地为他们提供最需要的帮助。用心去关爱人，用心去尊重人，用心去成全人，不仅是校长一个人的事，而应当是学校所有成员共同的追求。校长一个人用心，在很多学校可以做到，然而，要学校大多数成员都能做到就很不容易了。深外分校把“办一所温暖的学校”从校长个人的追求逐步转化为全体成员的共同追求，成为绝大多数成员的行为与实践，这就为温暖学校奠定了坚实的基础。

(四)

让学校更加温暖，这是所有教育工作者的向往，是学生及其家长的期待。希望深外分校在这条路上走得更加扎实，因为，这条路不会一帆风顺，毕竟我们的学校生活在社会之中，社会的风气会影响我们。然而，学校是社会文明的高地，学校应当引领社会的发展。相信深外分校的全体同仁与我国的教育工作者都会义不容辞地承担起这份责任：以学校的温暖为社会增添温暖，让我们的社会更多一些温暖。

教育部中学校长培训中心主任 陈玉琨
华东师范大学博士生导师

2012年8月

第一章 概述

改革开放以来，我国的经济、政治和文化等各方面都得到了空前的发展，取得了举世瞩目的成就。综合国力日益增强，人民生活水平大大提高，人们的社会观念、生活观念、生活方式等都发生了根本的改变。当然，随之而来的社会问题也不少，在一些领域和一些地方，道德失范的行为时有发生。种种不良现象污染着社会风气、腐蚀着人的灵魂，人们焦虑、功利、浮躁，以至于互不信任、疏离和冷漠。我们的 GDP 在不断增长，社会情感却似乎有一步步下降的倾向。由南京“彭宇案”引发的信任危机无限蔓延，“人人自扫门前雪，不管他人瓦上霜”，对他人的困难和痛苦冷眼相向、驻足观望，真诚、善良、热情等中华民族的传统美德似乎要离我们远去。佛山“小悦悦事件”更是像一面镜子，照出了部分人群的麻木不仁，甚至道德沦丧。然而，江河不息，善念长存。人们在对这种种不良现象口诛笔伐的同时，更是热切地呼唤道德回归，呼唤人性回归。“拒绝冷漠，传递温情”再一次成为人们的热切追求和自觉行动，人们渴望用爱心和力量重构温暖和谐的社会新秩序。

第一节 什么是温暖

什么是温暖？母亲的怀抱是温暖，父亲的力量是温暖，朋友的关心是温暖，老师的培育是温暖……温暖无处不在，人人都需要温暖。然而，脱离文学语言的描述，温暖又是什么？她是人们为之奋斗的结果，还是行动本身的特质？她是一种客观的存在，还是主观的感受？

温暖是一个古老的概念。她在古希腊文中的表达是 Αρχικό ζεστό，基本含义是“热的”。古代汉语中，“温”与“暖”互训，“暖”即“温”也。《古代汉语词典》将“温”解释为“暖和、宽厚、柔和”。所谓“近水则寒，近火

则温”，火一般的温度即“温暖”。

古希腊哲人对于“温暖”有不少精辟的见解。亚里士多德认为，温暖和幸福是生命的意义和目的，是人类生存的终极目标。梭伦认为，温暖和幸福是人所追求的最高目标。苏格拉底认为，温暖和幸福是由智慧和知识决定的。柏拉图认为，德性和智慧是人生的真温暖和幸福。

中国古代先贤同样也有经典阐述。儒家强调人际和谐就是温暖，孔子将“和而不同”作为理想人格的标准；道家视自我与外在环境的和谐为温暖，老子说“万物负阴而抱阳，冲气以为和”，庄子则认为“与人和者，谓之人乐；与天和者，谓之天乐”。不论儒家还是道家，先贤们都一致认为，温暖是一种“和谐”的状态，温暖是精神层面的快乐安适，温暖是内心世界的宁静和谐。由此可知，和谐是中国传统文化中认知温暖的一个重要特征。因而，对大多数人而言，人际关系的和谐是温暖感的主要来源之一。

华东师范大学博士生导师陈玉琨教授对温暖的诠释形象而透辟。陈教授说：“温，从水，似水柔情，滋润生命；暖，从日，和煦阳光，激发活力。”陈教授强调，温暖是一种感觉，温暖如水般万千柔情，似阳光熨慰身心。

综上可知，人们对“温暖”的理解，多强调人作为个体对外部环境的感受。温暖是个体在心理上感到愉悦、舒适、平和、满足的一种心理体验，是主体自我实现后又超越自我的精神境界，是人们的渴求在得到满足或部分满足时的正向感受。温暖的本质是内心对外部环境的感知和反映，温暖的意蕴很深、很广。比如，舒适是一种温暖，亲近是一种温暖，理解是一种温暖，尊重是一种温暖，认同是一种温暖，帮助是一种温暖……

第二节 关于温暖：我们的解读

究竟什么是温暖？长期以来，我们一直在追问，不断在寻找，我们试图探究温暖的内核意蕴。我们从研究和实践中得到的解读是——温暖是因他人的善意行为作用于自身所得到的一种体验以及由此产生的好的感受。因此，温暖具有感知性、传递性、预设性和生成性四个特点。

一 温暖的特性

温暖存在于我们的生活中，人们通过自身的体验，可以感受温暖。而这种体验和感受是可以传递给他人感知的，是可以相互感染、互相回报的，也是可以主动创设的。也就是说，温暖具有感知性、传递性、预设性和生成性。

（一）温暖是可以感知的

温暖是可以感知的。这种感知既来自于物质方面，也来自于精神方面。

1. 来自物质方面的温暖感知

来自物质方面的感知性是指人的身体得到满足后所体验到的具体、真切、实在的感觉。春天里，草长莺飞，阳光明媚，我们嬉戏在公园里会感受到温暖；冬天里，屋外北风凛冽，屋里炉火正旺，此时我们围坐在火炉旁，会倍感温暖。这种温暖甚至是可以触摸得到的。因此，温暖首先具有这种使人能直接感受得到的特性。这种温暖是一种物质作用于身体所产生的温暖。

2. 来自精神方面的温暖感知

生活中，当我们处于低谷或逆境时，得到了他人及时的关心和帮助，心里会感到温暖；当我们取得成绩受到褒扬时，也会觉得温暖。这种温暖带来情绪上的愉悦，是一种精神上的满足，是一种心理上的感知。这种温暖是人经过认识判断、理性思维，付诸努力之后得到成功回报时所体验到的感受。这种感受是人之为人的高层次需要得到满足之后的心理状态，尤为难得，也更为深刻。

（二）温暖是相互传递的

温暖是相互传递的。当一个人有温暖的体验时，他的言行举止中都会体现这种感受，进而跟他在一起的人也会受到感染，并感受到这种温暖。当一个人将善良、友好、理解、关爱、感恩、平和等温暖的体验传递给他人的时候，他人会因感知温暖而将进一步的温暖加以回馈，或者再传递给其他人。这些人也许是亲人，也许是师长，也许是同学，也许是朋友，也许是陌生人。通过这种生生不息的接力棒式的传递，温暖便有了生命，便源源不断地传遍社会，温暖他人，同时也温暖自己。

因而，每个人既能感受温暖，也可以传递温暖，同时，还可以创设温暖，

释放温暖。

（三）温暖是可以创设的

温暖是可以创设的。所谓创设，就是温暖的创造者作为主体，对能够引起温暖的内容和举措进行筹划和实施活动。比如，当孩子遇到困难或遭受挫折时，父母或老师及时给予关心和帮助，使孩子感受到父母或老师对他的关爱，他会感到很温暖。再如某地遭受自然灾害，政府部门及时组织人力为受灾群众送去所需物质，送去亲切的慰问，让他们感受到来自政府和大众的温暖。排忧解难，扶危济困，雪中送炭，这些给予他人温暖的行动，一般都有主体的预设、筹划，并在主体的精心准备和主动作为下实施行动，从而使他人得以感受到温暖。

（四）温暖是动态生成的

温暖是动态生成的。所谓生成，是指人们在创造温暖和传递温暖的过程中所产生的预期之外的温暖感受。温暖的生成具有不确定性、动态性的特征。首先，动态是事物运动的状态，与静态相对而言。它强调事物非预定的、变化的、生动活泼的和丰富多样的特征。其次，生成指事物的发生与形成具有过程性、开放性和发展性的意义，强调事物的生命活力和潜在的创造价值。

二 为什么需要温暖

温暖作为一种美好的体验，古往今来一直是人们的需求和追求，当今中国社会，人们尤为热切地呼唤温暖。

（一）社会和谐需要温暖

和谐是当今社会所倡导的主流价值取向。国学大师季羡林先生指出，和谐包括人与人的和谐、人与自然的和谐、人与自我的和谐。人与人的和谐，要求人与人之间以和为贵，相互尊重，相互信任，相互帮助，相互认同，彼此接纳，从而形成良好的人际关系。人与自然的和谐，需要人对自然存有敬畏之心，需要人对自然生态实施积极的保护。人与内心的和谐，则是指个人要善于调节、控制和优化自己的情绪、情感及心态，能够正确对待困难、挫折和荣誉，做到内心安静、平和，有精力、有能力做好自己力所能及的事情。

因此，和谐的状态需要主体有温暖的感受。没有温暖体验作为底色的和

谐是虚假的、僵硬的、表象的，也是没有意义、没有价值的。社会需要和谐的状态，和谐的状态需要温暖来保障和支撑。

（二）人的成长需要温暖

按照马斯洛的需要层次理论，人有生存的需要、安全的需要、交往的需要、尊重的需要以及自我实现的需要。人这些需要的实现都与温暖有关——饥寒交迫是生存的大敌，温饱才能满足生存最基本的需要。交往需要理解、信任和关爱，给予他人尊重本身就是温暖的传递，人的价值实现离不开相互的支持与帮助，而支持与帮助的过程就在创造着社会的温暖。

人们渴望亲情、友情和爱情，渴望真诚、善良和美好，渴望温暖、幸福与和谐。可以说，人性的所有情感需求可以归结为对温暖和幸福的渴望。同样，人们也愿意在分享来自于他人的社会温暖的时候，为他人社会送上一分温暖，从而让温暖更暖。社会文明进步的过程在一定程度上可以说就是人对温暖的渴望与对让温暖更暖的意愿不断增强的过程。

（三）有意义的生活需要温暖

有温暖在人们周围，有和谐与人们相伴，生活自然会变得美好。有温暖常驻心间，人们想问题、做事情就会从“大家”出发，珍惜缘分，多关心、少排斥，多支持、少挑剔，多谦让、少争执；对出现的矛盾和遇到的困难，多沟通、少误解，多信任、少猜疑，多宽容、少计较，人的内心就会感到温馨和谐。面对矛盾、摩擦、误会、纠纷等，就会有求同存异的大度雅量，就会有克己为人的奉献胸怀。

有了温暖与和谐，人就会变得认知健全，品质完善，明白事理，知荣明辱；就能够守正心灵，控制情绪，心无旁骛，追求卓越；就能够到达一个更高的精神境界，勇于争先而不计名利，品格高洁而不孤芳自赏，刚正不阿而随和友爱，“磊磊落落，如日月皎然”。

（四）当今的社会现实需要温暖

今天，科学技术突飞猛进，社会变化日新月异，人们在尽享物质生活带给人们无限便利和极大满足的同时，也愈发追求精神的完美，追求人际的温暖，追求社会的和谐，追求世界的和平。

然而，世界并不宁静。战争的硝烟不曾完全消散，社会的矛盾此起彼伏。

生活中有眼泪、有流血、有牺牲。环视中国社会，人们在感受改革开放所带来的经济飞跃的同时，也感受到高房价、高物价的消费压力，感受到了就业竞争的压力，感受到了孩子教育的压力。一些人内心空虚，思想麻木，情绪焦躁，同时也有少数人道德素养低下，以自我为中心，对他人冷漠……

因此，今天的人们更加渴求世界多一分和美，社会多一分温暖，家庭多一分关爱，人与人之间多一分热情、理解、真诚与信任。

第三节 温暖来自何方

人人都需要温暖。那么，温暖从何而来？温暖是一种感觉，是人的主观心理感受。因此，外部客观环境的优劣，他人的理解、尊重和信任，自我身心的健康，自我价值的实现等因素都直接或间接地影响着人的对温暖的感知。

一 温暖来自有保障的生活

安全感是人生存的基本要求，舒适则是更高一级的生存需求。安全需求包括对人身安全、生活稳定以及免遭痛苦、威胁或疾病等的需求。其次，稳定的工作、有保障的收入、良好的福利待遇，也是使人感受到温暖的重要因素。

（一）安全的环境

有保障的生活首先需要有安全的环境，有了安全感，人们才能够体验到温暖。中国人一向以“安心、安身”为基本人生观，并以居安思危的态度促其实现。“无危则安，无缺则全”，安全意味着没有危险，且尽善尽美。安全的环境首先意味着主体的身心安全能够得以保障。经常处于焦虑状态的人很难感受到温暖，经常发生打骂事件的环境不会让人感受到安全，更谈何温暖！

（二）良好的待遇

“民以食为天。”人的生存离不开衣食住行等基本生活条件，而生活的温暖和幸福是离不开物质保障的。吃饭穿衣、住房出行、人情往来等，需要一定物质基础做支撑，这是不容回避的问题，也是最现实和最重要的事情。吃