



教师职业素养与发展规划

新时期教师的 职业素养

孔德生 张玉杰◎编著

XINSHIQIJIASHIDE
ZHIYEXIUYANG



吉林出版集团



吉林文史出版社

教师职业素养与发展规划

新时期教师的 职业素养

孔德生 张玉杰◎编著

XINSHIQIJI AOSHIDE
ZHIYEXIUYANG



吉林出版集团



吉林文史出版社

图书在版编目(CIP)数据

新时期教师的职业修养 / 孔德生, 张玉杰
编著. — 长春: 吉林文史出版社, 2012. 6
(教师职业素养与发展规划)
ISBN 978-7-5472-1082-6

I. ①新… II. ①孔… ②张… III. ①中小学—教师—职业道德 IV. ①G635.16

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第134408号

教师职业素养与发展规划

新时期教师的职业修养

XINSHIQIJIAOSHIDEZHIXIUYANG

编著/孔德生 张玉杰

责任编辑/周海英 高冰若

封面设计/小徐书装

出版发行/吉林出版集团 吉林文史出版社

地址/长春市人民大街4646号 邮编/130021

电话/0431—86037507

网址/www.jlws.com.cn

印刷/北京楠萍印刷有限公司

版次/2012年12月第1版 2012年12月第1次印刷

开本/710mm×1000mm 1/16

印张/15 字数/152千字

书号/ISBN 978-7-5472-1082-6

定价/30.00元

前 言

我们从孩子身上可以看到家长的影子，而从学生的身上则可以看到教师的影子。可见，教师的德行对学生的影响是多么重要。乌申斯基说：“教师个人的范例，对于学生的心灵，是任何东西都不可代替的、最有用的阳光。”因为教师面对的是学生、是祖国的未来和希望，承担的是培养和教育学生，使之成为德才兼备的有用之材的历史使命。

古人云：“亲其师，信其道”。教师的一言一行、一举一动，都被学生像摄像机、录音机、计算机一样看在眼里、印在心中，从而对学生的成长发展产生重大影响。要点燃别人，首先自身要具备火种的功效。“教师最大的力量就在于他们自身树立的榜样”。所以，作为一名教师，不仅要有渊博的知识，更要有高尚的品德。只有在自己的生活和工作中勤奋踏实，拼搏进取，热诚善良，谦恭有礼，才能以自己出众的学识和品格，通过言传身教，慢慢去影响和教育学生，从而把学生塑造成品德高尚的人。因此，在教育大发展大繁荣的新时代新时期，教师必须高度重视自身师德建设，不断强化自己的职业素养。

教师的职业形象是学生和家长对具体教师的印象和评价，是教师在学识、品质、才能、情趣、礼仪等方面的素养的综合体现，既有内在的内容又有外在的表现。教师职业形象具有恒久的历史定位，那就是千百年来浓缩成的全社会对教师的基本要求，也就是通常所讲的“学高为师，身正为范”。长期以来，教师一直学高身正，为人师表，享有很好的口碑。但是，在21世纪的今天，在现实生活中，由于主客观多种要素的综合作

用,教师职业形象却存在着许多缺憾,比如职业倦怠、学养不厚、金钱至上、心猿意马、趋炎附势、流气媚俗、“酒精考验”、学术官僚、“二家长”、社交明星、“眼镜蛇”,等等。为此,有必要进一步廓清教师职业形象的基本内涵和时代特征,采取得力措施重塑教师形象,切实做到敬业爱生、人格健全、学识深广、技能纯熟、仪容整洁、仪表端庄、仪态优雅,使教师既具备德才兼备的内涵美又具备得体规范的风貌美。

具体而言,教师的职业修养,主要体现为职业意识、职业理念、职业精神和职业人格等。其中,鲜明的职业意识包括主体意识、人本意识、责任意识、竞争意识、廉政意识、荣誉意识、危机意识、使命意识、民主意识、法律意识、审美意识、科技意识等,现代的职业理念包括现代教育理念、价值理念、学生理念、业绩理念、发展理念、人才理念、民主理念、法制理念、平等理念、改革理念、开放理念、关系理念、过程理念、评价理念、大教育理念等,超凡的职业精神包括无私奉献精神、忠于职守精神、吃苦耐劳精神、求真务实精神、开拓进取精神、助人为乐精神、辛勤耕耘精神、甘于寂寞精神、坚忍不拔精神、刻苦钻研精神、拼搏向上精神、科学精神、民主精神、自由精神、创新精神等,高尚的职业道德包括敬业、奉献、博爱、尊重、宽容、诚信、公正、和善、博学、文明等,完美的职业人格包括职业素质、职业能力、职业境界、职业企划、职业人格修炼等。

本书从教师传统的完美社会形象入手,针对现实存在的教师形象缺憾表现,结合古今中外相关论述,通过鲜明例证进行分析评判,归纳概括出新时期新形势下合格教师应该具备的职业意识、职业理念、职业精神、职业道德和职业人格。

怀着对教育的满腔热血和对教育实践的亲身体验,我们承担并完成了吉林文史出版社组织出版的教师继续教育大型丛书之一《新时期教师的职业修养》。在本书写作过程中,我们参考了许多文献,并摘引了相关著作、报刊文章和网站专栏上的部分内容,特此说明并对出版者和作者深致谢意。由于时间仓促,加之水平所限,不足之处在所难免,敬请读者朋友批评指正。

目录

/ 教师的职业形象

教师职业形象的历史定位	2
教师职业形象的现实缺憾	7
教师职业形象的内涵重塑	13

/ 鲜明的职业意识

主体意识	29
人本意识	36
责任意识	38
竞争意识	46
廉政意识	50
服务意识	53
危机意识	60
使命意识	66
民主意识	68
法律意识	72
审美意识	78
创新意识	84

/ 现代的职业理念

教育理念	89
价值理念	95
学生理念	99
发展理念	104
人才理念	108
法制理念	110

平等理念	114
评价理念	117
／ 超凡的职业精神	
求真务实精神	123
忠于职守精神	127
吃苦耐劳精神	130
开拓创新精神	131
无私奉献精神	134
／ 高尚的职业道德	
敬业	140
奉献	145
博爱	149
尊重	151
宽容	156
诚信	160
公正	165
和善	175
博学	177
正气	180
／ 完美的职业人格	
教师人格概述	185
教师人格修炼	191
参考文献	

／ 教师的职业形象

教师的职业形象指教师的思想道德、业务、作风、礼仪等素质综合的外在表现，是广大学生和家長对教师的印象和评价，这是一个综合概念，既有外在的表现，也有内在的表现。同是教师，不同学科会塑造出各自不同的形象，如语文教师的儒雅，政治教师的善辩，数学教师的精细等等。教师的职业形象至少包括以下几个方面：

教师的道德形象——最基本的形象 ／

“为人师表”；“身正为范，学高为师”。强调教师的榜样、示范作用。乐于奉献，坚持公正是时代对教师职业的基本伦理道德要求。奉献是教师职业责任感和使命感的具体体现。没有奉献精神就会失去教师职业的高尚性和纯洁性。公正就是“公平”、“正义”、“合理”。没有公正的教育将使学生的心灵失去平衡，教育过程则失去“善”的价值。

教师的文化形象——教师形象的核心 ／

“才高八斗”、“学富五车”是教师的典型文化特征。传统形象受到了时代发展的严峻挑战。文化资源的丰富，知识的迅猛发展和老化，要求教师不断学习并调整自己



的知识结构；大众传媒的发展使学生也成为文化资源的拥有者，要求教师给学生的文化展示与交流提供时空和机会；培养创新精神和实践能力的时代要求，以及学生个性差异，要求教师改变“教书匠”的刻板形象，自觉、主动投身到改革大潮中。

教师的人格形象——教师形象的整体体现 /

人格是一个人的整体心理面貌。具体包括教师对学生的态度、教师的性格、气质、兴趣等。教师的人格形象是学生亲近或疏远教师的首要因素。理想教师的人格包括善于理解学生、富有耐心、性格开朗、情绪乐观、意志力强、有幽默感等。

总之，教师的职业形象应是道德形象、文化形象、人格形象三者统一的整体，教师的形象建设是一个不断设计与改造的过程，需要全社会对教师职业的地位、功能、条件进行科学认识，需要教师职业内部不断建立起自己的规范。^[1]

/ 教师职业形象的历史定位 /

每个人都应该把握自己人生的方向，找准自己的位置。但怎样确定位置，规划人生，是值得我们深思的。

第一种境界是业师。即把教师当职业，会知识，给能力。昨夜西风凋碧树，独上高楼，望尽天涯路。做学问、成大事者，首先要有执着的追求和坚定的信念，登高望远，明确目标与方向。当今社会，瞬息万变、诱惑多多，各种教育思潮纷至沓来，令我们有点迷惑茫然，教师首先要本着奉献爱生之心，为自己制定切实可行的人生目标，确定工作中的努力方向，坚定自己的专业信念；要“咬定教学不放松”，不随波逐流，要抓住教育的本质，遵循学生身

[1] <http://zhidao.baidu.com/question/256797619.html>

心发展的规律来从事我们的教育教学工作,要有自己的明确立场和观点。

第二种境界叫人师。即把教学看成是自己人生的需要,教做人,会方法。衣带渐宽终不悔,为“伊”消得人憔悴。成大事业、大学问者,不是轻而易举,随便可得的,必须坚定不移,忘我奋斗,为了达到成功的彼岸,劳其形伤其神也在所不惜。正所谓书山有路勤为径,学海无涯苦作舟;宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来。教学工作在确定了目标和努力方向后,就需要扎扎实实、勤勤恳恳地做好每一件小事;既要善于学习,不断提升自己的思想品位和理论水平,又要勇于尝试,锻炼自己的教育教学实践能力。有时为了小小的一点提高,可能要花费大量的时间和精力;有时虽然倾注了全部的心血和聪明才智,却可能收不到一点效果。但无论如何,在教学探索的道路上,将孜孜以求,矢志不渝。

第三种境界,也就是最高境界,即顿悟。要达到这一境界,就必须有专注的精神,反复追寻、研究,下足功夫,在经过多次周折、多年磨炼之后,逐渐成熟起来,有所发现,豁然领悟。这就达到了最后的成功。众里寻他千百度,蓦然回首,那人却在灯火阑珊处。所谓踏破铁鞋无觅处,得来全不费功夫。在教学探索的道路上,有时付出了很多,但仍觉得自己似乎没有丝毫的提升。我还是原来的我。可是,当我们回首自己走过的路时,我们会发现:在我们努力工作、学习探索的征程中,自己已悄然发生着质的变化。其实“我已不是原来的我”,而变成第三种境界的“大师”了,只是自己都还没有感觉到而已,可谓“不识庐山真面目,只缘身在此山中”。

学高为师 /

学高方能为师。一个教师不仅要严格要求学生在学业上有所成就,也要严格要求自己在专业领域有所建树,横向上要全面拓展自己的知识面以做到“博”,纵向上要深入钻研自己的专业知识以做到“专”。作为一名人民教师,应该树立自己终身学习的目



标,让自己成为一个喜欢学习、善于学习、博学多才、勤奋好学的人。

要成为学生学习的引导者、组织者和参与者 教师的特殊功能是传授知识,指导学生学会学习,培养学生的各种能力,促进他们的智力发展。而教师的这一角色主要是通过教学活动来实现,在教学过程中,教师根据教学规律和学生身心发展的特点,组织一系列的活动,调动学生的积极性,以使他们牢固地掌握科学文化知识,发展多方面能力。这是教师职业的中心角色。

要成为教育科学的研究者 现代科学技术的发展突飞猛进,知识经济时代已经来临,传统的“教书匠”已不能适应经济社会的发展以及教育自身的需要,专家型、学者型的教师将成为未来教师的重要角色之一,因此,教师不能仅仅满足于向学生传授现成的知识,而要积极探索和研究教学与学习中出现的问题,成为一个科学研究者。特别是对自己教学的研究,要掌握一定教育科研方法,并注重运用所掌握的方法解决自己在教学实践中所遇到的问题,从而使自己不仅成为一名教育实践者,而且还要成为教育理论家,成为教育科学的研究者。

要成为学生灵魂的塑造者 教师不仅要向学生传授科学技术、文化知识,培养其能力,而且还要塑造学生的世界观。人们常说“教师是人类灵魂的工程师”,就是指教师在学生思想品德教育方面的特殊角色。教师要培养学生具有正确的人生观,世界观和远大理想,培养他们丰富而高尚的精神境界,培养他们追求真理,热爱科学,热爱和平的品质,培养他们具有不断完善自己的道德品质。

要成为博学多才的学习者 作为一名教师,基础知识扎实,熟悉课本,掌握重点难点,这是最基本的要求。但是要想成为一名受欢迎的教师,就必须有丰富的课外知识及本学科的相关知识。如果一位数学教师在课堂上尽只讲些数学公式、定理,然后就是无休止的做练习题,那么学生就会觉得学数学枯燥无味,从而失去了学习数学的

兴趣。反之，要是一位数学老师在课堂上谈笑风生，幽默有趣；课后对学生问的各种问题能快速、准确地回答，那么这个教师肯定会吸引学生的注意力。因此，教师一定要有丰富的知识，用深厚的文化底蕴感染学生。

身正为范 /

唯有身正方能范。傅雷先生在教育他的孩子如何成为一个好钢琴家时说：“首先要成为一个人，其次是成为一个艺术家，最后才是成为一个钢琴家”。爱因斯坦的伟大，就在于他不仅仅是一个物理学家，一个科学家，更在于他是一个具有崇高人格的人。前辈们再三寄希望于青年一代，也正是为了使成为“一个和谐发展的人”，只用专业知识教育人是不够的。通过专业教育，人可以成为一种有用的机器，但是不能成为一个和谐发展的人。要使学生对价值有所理解并且产生热烈的感情，必须获得对美和道德上的特有鲜明的辨别力。作为一名教师，首先应该有良好的品格、道德等。教师作为人类灵魂的工程师，必须用品格的力量，引领学生学习知识，学会做人。用自己的人格魅力感召学生，做学生成长进步的典范。

要成为学生的良师益友 教师在课堂上、学习上教师，在生活上长者和父母。因此，一名教师不仅要关心学生的学习，还应该培养他们良好的生活习惯和技能，解答他们在生活中遇到的各种问题，充满热情地关心帮助学生，扮演父母的形象角色。在日常生活中，教师还应成为学生的朋友与知己，对待学生要热情友好、平等民主、保持良好的师生关系。当然，教师在充当朋友、知己角色时，不能忘了自己又是管理员的角色，是学生学习纪律的监督者和执行者，在关心爱护和帮助学生的时候，还要维持课堂教学秩序，运用奖罚来控制调节学生的活动，创造良好的班集体，保证教学活动的顺利进行。



要成为学生学习的榜样公民 教师是教育人的人，社会上的人们按照教师的地位

和作用，理所当然地要求他成为学生和公民的榜样。在学生心目中，教师是知识的源泉，是智慧的化身与行为的典范，教师所有的言行举止都无疑会成为学生模仿和学习表率，在学生心目中打下深深的烙印。每个教师都要通过自己的榜样表率作用去感染每一个学生，对学生施之以潜移默化的影响。

要成为爱岗敬业的模范 作为一名教师，首先就要热爱自己所从事的职业，把

教育工作看成是自己最重要的事业那样用心来经营，全身心投入，把自己都奉献给教育。要相信“一分耕耘，一分收获”，无论从事什么样的工作都要热爱自己所从事的工作，对工作有了热爱然后加上用心，都会干好的。而且家长和学生看到教师为了教育工作这样卖力，自然就会对老师更加尊敬了，学生自然也就认真学习了。长此以往，教师自然而然就会树立自己的声望和信誉了，所谓“亲其师信其道”。

要成为自身素质的提高者 教师作为学生的引导者，备受学生关注，教师的一言

一行都会对学生产生很大的影响。现在教学提倡用普通话授课，听教师用标准流利的普通话授课是一件很享受的事。教师要求学生做的事情自己必须做到并坚持做下去，不然学生就会觉得这个老师很虚伪，说一套做一套。风趣幽默，举止优雅，塑造了个人魅力的教师才会深受学生欢迎。

要成为学生优点的发现者 家长放心地把子女交到老师手中，教师就必须对他们

们负责，对每个学生都要全身心地付出真情。教师要调整好自己的心态，每个学生都有好的方面，教师要努力去发现，并从他们的“闪光点”入手，引导他们努力学习，渐渐就会发现原来每个学生都那么招人喜爱。教师用心去爱每个学生，学生也就更亲近教师了。

每天进步一点点，就是卓越的开始；每天谦虚一点点，就是被接纳的开始；每天创

新一点点，就是领先的开始；每天多做一点点，就是成功的开始。只要朝着优秀教师这一目标不断前进，相信一定能成功，一定可以成为“学高为师，身正为范”的师者。

/ 教师职业形象的现实缺憾 /

职业倦怠 /

当你踏进校园，孩子们一声声清脆的问好已无法舒展你紧锁的双眉；当你走进教室，同学们婉转悠扬的诵读已难以激起你心灵的共鸣；当你端坐在办公桌前，以一句“这点小事也来烦我”打发满含委屈来求助的学生；当你从积满灰尘的书本下找出一份“古香古色”的教案，在上面稍作圈点甚至只瞄一眼便心安理得地走上讲台……诸如此类的表现表明：老师，你真的是“老”了。即便你还很年轻，但你的心态已经老了；即便你自认拥有年轻的心态，但此刻的你一定染上了不少教师感染过或正在感染着的一种“职业倦怠症”。

教师职业倦怠的含义

所谓“职业倦怠”现象，是指一个人在社会期望值、个体内在的期望值过高而客观实际又达不到预期目标的情况下所产生的失望的情绪、疲惫的心态的一种心理现象。它的心理特征表现为生活的乏味感、事业的失望感、精神的疲惫感、认知的冲突感等，是一种心理的内在需要与客观实际情况相矛盾的产物，也是一种对现实的消极反抗而求得心理平衡的心理反应。从本质上讲，它是一个人内外冲突矛盾运动的结果：渴望快乐与感受平淡的矛盾、渴望成功与感受平凡的矛盾、渴望激情与感受平庸的矛盾，总之它是内外不和谐的结果。教师职业倦怠，是由于教师长期工作在压力的



情境下,工作中持续的疲劳及在与他人相处中各种矛盾冲突而引起的挫折感加剧,最终导致一种在情绪、认知、行为等方面表现出精疲力竭、麻木不仁的高度精神疲劳和紧张状态,属于一种非正常的行为和心理。

教师职业倦怠的症状及不良影响

(1) 教师职业倦怠的症状表现。教师职业倦怠的典型症状,是工作满意度低、工作热情和兴趣的丧失以及情感的疏离和冷漠。教师职业倦怠可以划分为心理、生理和行为三个方面。第一,心理表现。表现为害怕或者故意避免参与竞争,没有竞争热情;逐渐失去工作乐趣,对办公场所有强烈排斥感甚至恐惧感;长期处于挫折、焦虑、沮丧状态,情绪波动很大,逆境下容易焦躁;对工作任务产生本能的厌倦,对业务指标缺乏动力;工作过程中极易产生疲累感,对工作的新异事物敏感度降低等。第二,生理表现。表现为身体长期处于“亚健康状态”,食欲不振、睡眠质量下降、活动力缺乏等,严重的还会出现嗜睡或者失眠、吃不下饭甚至是呕吐的情况;已经出现一些慢性疾病或者疾病征兆;工作效率降低,行动迟缓、注意力分散、记忆力下降、精神恍惚,甚至出现机能性工作障碍。经常产生疲劳感,失眠、食欲不振、喉咙嘶哑、背痛、头晕,以致全身酸疼,内分泌功能紊乱、血压升高等多种生理现象出现。女教师还会出现生理紊乱、月经失调等。在认知方面,感到工作没有意义,没有价值,将其看作是枯燥的机械重复的琐碎事务,觉得前途暗淡,没有希望;在情感方面,对工作失去兴趣,厌倦,情绪波动大,经常感觉抑郁、焦虑和烦恼等;表现在意志方面,在工作中碰到困难就躲,不愿钻研。第三,行为表现。表现为对工作敷衍了事,社会退缩,人际关系敏感,抱怨与玩世不恭,降低效能,家庭不和谐,情绪波动大。由于经常感到压抑、焦虑,普遍对工作缺乏进取心,纯粹是为了工资而来上班等。

(2) 教师职业倦怠的不良影响。一是教学效果下降。教师的身心与疲劳过度,对学生的观察、教育能力就会在无形之中降低,对学生的心理援助,管理指导等精神维持能力也会随之变得低下,当然随之而来的是教育、教学方法的不灵活或出现失常现象,在工作上变得机械,工作效率低,工作能力下降,最终导致教学质量降低。二是人

际关系紧张。在人际关系上变得疏离,退缩,摩擦增多,情绪充满忧郁和攻击性。有些教师使用粗暴的体罚,急躁的情绪、行为来对待学生,实则是一种身心疲倦,压力增大后所产生的“危险信号”。教师心理疾病会导致严重的后果,有时会给学生带来难以弥补的伤害。三是造成自我身心伤害。教师的职业倦怠会造成教师的心理障碍和心理疾病,轻则是教师的消极态度和情绪表现明显,重则会因不良心理状态而引起神经衰弱,或因不堪压力而导致精神崩溃,最终直接影响自己的身心健康。对同事不愿理睬,对学生冷漠,经常觉得自己孤立无援。四是教师职业倦怠将会导致教师队伍的高流失率,严重影响教师队伍的稳定和国家教育事业及整个社会的发展。

应对教师职业倦怠的策略

第一,关注工作的兴奋点。对于出现职业倦怠,许多教师所持的观点是,教师这一职业太枯燥,每天总是从事着相同的工作,日复一日,年复一年,难免不倦怠。这种观点看似合理,但是仔细推敲一下,却存在问题。尽管教师每天从事的都是教育教学工作,然而教育教学本身是极具创造性和艺术性的,不仅教学内容和方法是动态的,而且所面对的学生也是有血有肉有情感的,在这充满活力的教学环境中,每一天都不可能是单一重复的。因此,教师应该善于发现新的兴奋点,以此来刺激自己的精神、唤起自己的情趣和热情。

第二,提高学习意识,充实自己。不少教师出现倦怠心理,是由于不适应课程改革的新理念以及学生发展的新特点,换句话说,就是不能很好地接受并适应社会的变化。因此,通过学习来更新教师自己内在固有的认知结构,以最大限度地减少不适应是当务之急,也是行之有效的方法。

第三,增强自我效能感。自我效能感是指对自己工作是否有效的一种主观体验,能够对自己的努力结果产生积极正面的感受,是使自己不断受到鼓舞、保持乐观的工作态度的重要基础。



第四,克服不合理信念。不合理信念对于心理的健康发展有着明显的消极影响。

如果头脑中的不合理信念太多,就会产生严重的社会适应不良。教师通常都有着强烈的责任心,对于自己要求非常严格,做事认真,这些都是优点。但是从另一个角度上讲,具有这些人格特征的人容易出现不合理信念。

第五,丰富文化生活。丰富的文化生活可以极大地改善一个人的心态、调节一个人的情绪。无论工作多么忙,都应该善于忙里偷闲,参与一些有益身心健康的活动,培养自己的业余爱好,在多彩的生活中增强自己的生活乐趣。生活的情趣可以对职业心理产生积极的影响。

第六,多与他人交往、沟通,找他人倾诉、宣泄,倾听别人的工作感受和经验是非常便捷的克服职业倦怠的方法。

第七,自我放松训练。在工作之余,听听音乐,做做运动,自我按摩等都会极大地放松身心,缓解压力。^[1]

金钱至上 /

主要表现 一是“违规补课和有偿家教”。这种现象比较普遍,群众反映很大。个别教师或几个教师联合起来,利用双休日、寒暑假等时间,要求学生补课,收取补课费。有的教师相互介绍学生为对方提供有偿家教生源;少数教师联合在家里或在外租用教室进行集体家教;为退休教师介绍有偿家教生源并从中获利等。有偿补课给学生造成“金钱至上”的负面影响,给家庭增加了负担,苦了孩子,毁了师德,害了教育。有偿补课给补课教师带来了丰厚的经济收入,使教师之间的收入产生差距,造成部分教师心理很不平衡,严重影响了正常的教育教学工作。教师有偿补课势必造成新的教

[1] <http://zhidao.baidu.com/question/163322202.html>