



成功 教师的智慧锦囊

在学校管理的过程中，细节是一种习惯，
是一种眼光，更是一种智慧。

伊 记◎主编



CHENGGONGJIAOSHIDEZHIHUIJINNANG



北方联合出版传媒（集团）股份有限公司



万卷出版公司



成功 教师的智慧锦囊

在学校管理的过程中，细节是一种习惯，
是一种眼光，更是一种智慧。

伊 记◎主编

CHENG GONG JIAO SHI DE ZHI HUI JIN NANG



北方联合出版传媒（集团）股份有限公司



万卷出版公司

© 伊 记 2014

图书在版编目 (CIP) 数据

成功教师的智慧锦囊 / 伊记主编. --- 沈阳: 万卷
出版公司, 2014.3
ISBN 978-7-5470-2580-2

I . ①成… II . ①伊… III . ①中小学-教师-教育工作 IV . ① G63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 153778 号

出版发行: 北方联合出版传媒 (集团) 股份有限公司
万卷出版公司

地 址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号

邮 编: 110003

印 刷 者: 北京海德伟业印务有限公司

经 销 者: 各地新华书店发行

幅面尺寸: 155mm × 218mm

字 数: 200 千字

印 张: 14

版 次: 2014 年 3 月第 1 版

印 次: 2014 年 3 月第 1 次印刷

责任编辑: 姜艳波

排版制作: 腾飞文化

书 号: 978-7-5470-2580-2

定 价: 28.00 元

联系电话: 024-23284090 010-57454988

传 真: 010-88332248

E-mail: 200514509@qq.com

常年法律顾问: 徐涌 版权所有 侵权必究 举报电话: 010-57454988
如有质量问题, 请速与印务部联系。联系电话: 010-57262361

前 言

教师的职业生涯大部分的时间是同学生一起度过的，而课堂是两者之间进行交流和沟通的最重要、最核心的地方，因此，教师内心深处的最直接感受，不管是开心还是痛苦，压抑还是放松，几乎大部分都是来自课堂。所以可以这样理解，教师的心理是否健康，跟他们在课堂教学活动中的心情有着极大的联系。

经常能听到一些老师时常抱怨：“今天真是累死了！”“最近这段时间事情怎么总忙不完啊！”“事情怎么这么多！”“哎呀！什么时候才能出去好好地放松一下啊？”“这老师当的真是一点意思都没有！”“事情总也没个头的，真是烦死了！”……

为什么会出现上面这些情况呢？为什么当个教师会那么的累，又该怎样来消除教师的疲惫呢？其实最重要的还是要靠教师自己，来努力将自己的心态调整好，要时刻保持一种积极乐观的态度，保持一种愉快向上的心情，这才是最应当做的。作

为课堂心理氛围中最大的情绪源，教师的心态直接关系到课堂活动的效果。一个心态乐观平和，情绪饱满的教师和一个心态阴郁的教师，所带来的课堂感受完全是不一样的。这是因为教师的心态会外化为带有一定情绪色彩的言行举止，特别是面部表情，更会直接影响学生上课的效果和注意力。因此，微笑是创设良好教学心境的有力武器。倘若教师带着一种愉快的心情，面带微笑来到学生们的面前，讲课的时候一定是神采飞扬，激情四溢，学生就会直接受到老师情绪的带动和感染，变得热爱思考，活力四射，善于掌握更多的知识，学习也会变得更加有效率。教师的大部分时间都用在课堂上，课堂承载着教师的生命，所以认真地上好每一堂课程，就是认真地度过人生的每一天，这对每个教师来说，都是一件不可忽视的大事，所以每个教师都应当清楚地认识到：课堂教学不只是为学生成长所作的贡献和付出，不只是为了完成别人所交代的任务，更是自己生命价值的体现和自身发展的维持。每个热爱学生、热爱生命和生活的教师，都应当自觉地重视课堂教学，积极地参与教学改革，在实际行动中要做到自觉认真地上好每一节课，让生命的每一段时间都能得到相应的价值体现。

因此，教师理应在“课堂”这个极其重要的职业生涯和人生舞台上充分展示自己的生命活力，发挥自己的人生价值。教师工作的核心应当是学生，要能够以学生的“喜”而“喜”，以学生的“悲”而“悲”，时刻从学生的切身利益着想，全心全意地为学生服务。

前 言

只有用一种积极的、创造的审美态度去看待工作，教师才能够通过这份职业找到快乐的自我，才不会对这份职业产生过多的反感；才能将学生的成长和人类生命的延续紧密联系在一起，才能实现个人的自我价值，获得真正的心理上的满足；同样地，只有这样才能对学生保持欣赏和审美的眼光，才能将学生摆在与自己对等的位置上，更好地去接纳和尊重他们。只有这样，教师的教育工作才是完整而美丽的，教师才能真正获得一个快乐而圆满的人生。鉴于时间仓促和编者水平有限，书中存在瑕疵纰漏也在情理之中，不当之处还望广大读者批评指正。

目 录

前 言	1
-----------	---

第一章 在工作中寻找快乐

认识职业价值,寻找职业乐趣	2
在科研中寻找快乐	7
教师的职业幸福感	15
保持工作激情	20
让激情燃烧起来	23
让工作进入美的境界	26
教师成长的支柱	30

第二章 在创新中感受快乐

树立创新教育的理念	38
教师要具有创新素质	42
培养教师的创新教育能力	45
教师也要与时俱进	52
独树一帜的教学设计	56
在创新中实现发展	62
与众不同的备课方法	66

第三章 在教学中体验快乐

磨砺你的教学语言	76
在教学中运用赏识性评价	79
课堂评价的重要作用	82
丰富自己的评价语言	86
抓住课堂管理的缰绳	89
体态语言的运用技巧	94
做个优秀的教学能手	98
教师要有幽默感	103

第四章 在培养中得到快乐

培养学生的自尊	110
培养学生的自信	114
培养学生的创新意识	118
培养学生的情感能力	122
培养学生的自律精神	125
培养学生的自主学习能力	128

第五章 在沟通中享受快乐

记住每一个学生的姓名	132
沟通要用心	136
以理服人拒绝粗暴	142
班会是最有效的沟通时机	145
因人而异与人沟通	148
走出语言表达的误区	152

第六章 心理健康永远快乐

影响教师心理健康的因素	158
自我心理疏导的必要性	164
控制好自己的情绪	167
人格缺陷的矫治方法	170
心理健康和教学技艺谁重要	174
保持心理平衡的砝码	181

第七章 爱学生的教师最快乐

必须对学生怀有深切的爱	186
教师要给学生鼓励和同情	191
教师要在宽容中微笑	194
在严爱中把握好批评的艺术	198
及时准确地进行赞美	202
教师要在欣赏中微笑	208



引
语

在教师进行职业活动的过程中，师生之间的精神交流、情感融通都是其他职业所难拥有的享受和乐趣。教师工作的直接乐趣就是看着自己的学生一天天进步和成长，看到一批批学生在自己的指导和鼓励下，获得进步，直至成功。

认识职业价值，寻找职业乐趣

充分认识自己的职业价值

每个教师对于教师职业的价值，都有着自己的理解。虽然做了教师这行，但有些教师可能并不是很喜欢这份工作，甚至有些厌恶。缺乏职业自豪感，会引起一系列的连锁反应，比如对待工作不认真，不积极，总是敷衍了事；在教学活动上，没有明确的责任心；跟学生关系淡薄，甚至排斥学生，一看到学生就感到心烦气躁，更不用说主动与他们进行交流了。

面对这样的情况，教师首先要解决地问题就是要正确地认识教师职业的价值。教师是人类文明的传递者，他的历史使命就是给予，将自己的所有学识无条件地教给学生。因此，可以这样说，学生在某种程度上延续了教师的思维方式和活动行为，对于整个社会的发展，教师更是肩负着传递文明火种的重大历史责任。人的需求是复杂而多变的，教师这一职业本身所带来的乐趣和成就感就是一种最直接的满足。在教师职业活动过程中，师生之间的精神交流和情感融通，都是其他职业难以拥有的一种享

受。教师工作的直接乐趣来自于学生的逐渐成长和成熟懂事，看到一批批学生在自己的指导和帮助下获得成功，是一个教师的最大荣耀。

体验充实的职业生活

社会舆论、家长期望、领导要求再加上升学的沉重压力，这让很多教师都感到难以担负，直接引起其情绪紧张和焦虑，从而没办法进行一系列的创造性的教育教学活动。这说明，创造条件能够引导更多的教师经常体验到教师工作的乐趣，从而产生更多的工作动力。

教师要提高自身修养，合理分配备课、上课、辅导以及批改作业的时间，保证备课、进修和休息的时间，以便节省出更多的时间，进行个人独立思考与钻研。教师要积极参加教育科研和教育改革，根据自身情况，选择适合自己的学科、时间和机遇来进行教育科研和教育改革。例如，在分层教学的研究上，可以根据实际情况，将学生加以划分，对他们设置不同的教学任务，最后加以评定，以便检查这样的教学是否可以真正满足各层次的学生们的需求。

培养自身的综合素质，加强自己的动手实践能力。比如，积极参加拥有文化内涵的参观、游览以及讲座等社团活动，以此既能够开阔生活视野、增长知识，又能够增强社会交往活动的的能力。教师应当利用课余时间多积累和学习本专业和相关交叉学科的知识，以便完整自己的知识体系和结构。比如，博览书籍、报

刊，浏览网页，关心政治时事等，这在一定程度上对于提高教学水平有举足轻重的作用。

教师要时常反思。教育实践是多样性也是复杂性的，因此教师在进行教学活动的过程中，出现失误是再正常不过了，而教育实践对象的特殊性又要求教师要尽量减少这种失误，最完美的状态则是不出现失误。所以，教师要对自身的活动进行经常性的反思。

与学生共创教育幸福

什么是教育的幸福呢？相关权威性书籍对这一问题的解释是：“教育的幸福应当是全面的，是跟其他一切客体对象相统一的全面感受。”从这里可以看出，教育的幸福来自于师生之间的互动体验，它是互相分享的。教师用具体的表情体现出这种深刻的体验，学生在看到老师的表情后，内心也得到体验，最终化成自己的表情，这样师生之间的相互交流和感受，在慢慢体会中不断激荡，加深了两者对于知识的热爱和追求。师生的幸福是创造和享受的内在统一，学生不断地成长、进步，最终成为贡献社会的一员，这是教师所能获得的最大快乐，这时候，劳动的物质报酬已经没有那么重要。这种幸福能够让教师为学生带来终身影响；同时，教师对整个社会的进步也会产生巨大的影响。教师应在生活中注重培养这种能力。首先，教师要充分认识自身的职业意义，认识到这同时也是自己的生命意义，培养高层次的道德水准和人生境界。其次，培养正确的学生观，要知道学生和教师一

样，有自己的人格尊严。但要注意每个学生都有自己的性格和习惯，要加以区别、耐心对待。比如，根据九大性格来看，胆汁质的学生脾气急躁，要注意培养他的耐心。最后，教师要培养自己对教育活动的主体实践能力，好将自己的理想和价值付诸实践，并最终取得一定的成效。

增强自我教育效能感

教育效能感指的是教师在教育领域中对自己是否有能力影响学生的学习行为和学习成绩的主观判断和信念。教师的自我包括两个部分，一部分是角色自我，另一部分是个性自我。角色部分是指由教师这种社会职业所要求的客观的规范和原则，但作为一种个性来讲，则指教师这一职业所必然赋予教师本人的一些个性特征。只有将代表客观规范原则和自己内在需求、情感的两种自我统一起来，并且建立在张扬个性和肯定自我的基础上，将角色真正融入个性层次，令规范、要求变成生命体验的一部分，教师才能感到这一职业所带给自己的愉悦。

平时，教师要能够利用各种机会汲取教育改革和教育科研的新经验，并将成果真正用在实践上。学习教育理论，按照教学的实际情况将它们应用后，总结出经验，在借鉴别人的基础上加以吸收。多与教学经验丰富的教师进行沟通和交流，参加多种形式的学术研讨，积累更多的实战经验，最终提高教育效能。教师要能够完全熟练地掌握自己所要教授的学科，并根据学生学习和接受的规律，着力揭示知识的内在联系，运用适当的教学方法和高

超的教学艺术，帮助学生更好更迅速地掌握学习知识。

教师应该以构建教师完善的心理调节机制为重点，来进行心理健康的自我维护，以便完善自身人格、保持平和心态，最终顺利地体验到教师这一职业的基本乐趣。

在科研中寻找快乐

现代教育对教师的要求越来越高。苏霍姆林斯基说：“能力只有由能力来培养，志向只有由志向来培养，才干只有由才干来培养。”要想培养出具有创新精神和实践能力的卓越人才，首先就要有一批忠诚教育事业、有献身精神并勇于创新的师资队伍。教师要提高自身素质、教育教学水平和能力，一般来说只有两条途径：一是继续教育，比如离职进修或参加函授学习；二是在平时的教育教学实践中，加强学习，注重教育科学研究，自学并开展终身教育。

提高自身素质的重要途径

从实际来看，目前继续教育的形式已经无法满足现实需要，所以，改进和提高实施教师的继续教育方法和质量已经迫在眉睫。但具体工作应当如何展开，具体途径有哪些，还有待进一步地探索。学校应当广开各种渠道，运用多种途径，全方位提高教师的素质。而教师自己也应当寻求多种继续教育的途径来提高自身素质，满足现代教育的需要。