

新时代校园阶梯图书
XIN SHIDAI XIAOYUAN JIETI TUSHU

总策划：李智能



名优教师的人格修炼

如果你希望成为课堂有效的管理者
如果你真正想让学生的人生从此有所改变
如果你想获得教师这个职业最高的成就感
这本书就是为你量身订造的！

朱立明◎主编

中国社会科学出版社

名优教师的人格修炼

朱立明 主编

 中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

名优教师的人格修炼 / 朱立明著. —北京: 中国社会科学出版社, 2012.8

ISBN 978—7—5161—0688—4

I. ①名… II. ①朱… III. ①教师—人格—修养
IV. ①G451.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第065998号

出版人 赵剑英
责任编辑 程春雨
责任校对 舒志远
责任印制 王超

出版发行 中国社会科学出版社
社址 北京鼓楼西大街甲158号(邮编 100720)
网 址 <http://www.csspw.com.cn>
中文域名: 中国社科网 010-64070619
发行部 010-84083685
门市部 010-84029450
经 销 新华书店及其他书店

印刷装订 北京市联华宏凯印刷有限公司
版 次 2012年8月第1版
印 次 2012年8月第1次印刷

开 本 710×1000 1/16
印 张 12.5
字 数 175千字
定 价 25.00元

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本社联系调换
电话: 010-64009791
版权所有 侵权必究

前言



俄国著名教育家乌申斯基曾说过：“在教育中，一切都应以教育者的人格为基础，因为只有人格才能影响人格，只有人格才能形成性格。”教师的人格对学生具有最具体、最直接、最深刻的影响。

据《中国教育报》报道，我国共有中小学教师近500万名。如果请你说出你所知道的著名教师的名字和他们的思想，你能说出几个呢？10个？50个？即便你能说出100个，也仅仅是教师大军中的五万分之一。魏书生、李镇西、窦桂梅、任小艾、张万祥……寻觅他们的成功之路，走进他们的教育故事，你会发现尽管他们的思想与理念精彩纷呈、他们带班方式各具特色，但他们身上所散发的个人魅力却是那样的相似：

激情——教育者的一种状态，它能让你一直保持刚工作时的状态；

爱心——教育者的一种品质，它能让你包容一切的孩子和孩子的一切；

创新——教育者的一种能力，它能让你的一天都不是过去的简单重复；

时尚——教育者的一种魅力，它能让你跟上时代的步伐而永葆青春；

沟通——教育者的一种利器，它能让你拉近与他人心灵的距离；

敏感——教育者的一种智慧，它能让你抓住每一个教育契机；



反思——教育者的一种习惯，它能让你不断挖掘自己成长的潜力……

许多青年教师总是希望能一下子把那些优秀教师的经验学到手，能为我所用。殊不知单纯的模仿只能是形似而不能神似，只能学其表而不能及其里，只有根植于教师高尚人格这块沃土上，那些优秀的经验与思想才能开出绚丽之花。因而，教师的自身成长必须先从完善自身的人格做起。

教师同时也肩负着普通教育者的责任——传道、授业、解惑，所以，提高知识修养，对做好教师工作有着重要的意义。苏联教育家苏霍姆林斯基说过：“教师的知识越深厚，他就在更大的程度上不仅仅是名教师，而是一个教育者。”深厚的知识功底，处处显示出教师的优越。所以，增加知识修养—建立威信—突出教师主导地位—言传身教(实行身体力行的榜样教育)—养成人格美，这是一个金字塔式的结构组合，而这个结构的形成，将是教师全面完善自己的人格美，从而深刻影响学生的必由之路。“春风风人，夏雨雨人。”教师人格美的养成，具有潜移默化、怡情养性的教育意义。因为，教育力量只能从人格的鲜活源泉中产生出来，任何规章制度，任何人为的机关，无论设想得如何美妙，都不能代替教师人格的作用。教师只有养成人格美，才能全方位影响学生，真正做到以情感影响情感，以意志影响意志，以道德影响道德，以人格美影响人格美。

目录



前 言	1
第一章 教师的人格修炼	1
第一节 形象的修炼	2
第二节 内在修炼	13
第三节 心态的修炼	32
第二章 教师的人格修炼方案	45
第一节 要求和方法	46
第二节 提高审美与情趣	49
第三节 慎独自律	77
第三章 学科教师的人格修炼	87
第一节 班主任的人格修炼	88
第二节 语文教师的人格修炼	91



第三节 数学教师的人格修炼	94
第四节 英语教师的人格修炼	97
第五节 政治教师的人格修炼	104
第六节 历史教师的人格修炼	108
第七节 地理教师的人格修炼	111
第八节 生物教师的人格修炼	113
第九节 物理教师的人格修炼	117
第十节 体育教师的人格修炼	124
第十一节 心理辅导教师的人格修炼	127

第四章 名师人格教育采撷 131

第一节 奉献自身	132
第二节 以身作则	138
第三节 忠诚教育	144
第四节 甘为人梯	149
第五节 师爱无痕	155
第六节 舍己为人	160
第七节 赏识学生	165
第八节 一诺千金	172
第九节 胸怀宽广	178
第十节 清白做人	184

主要参考文献 190



第一章

教师的人格修炼

所谓风度仪表，是指一个人气质性格、文化修养、审美观念的外部表现，是美好心灵的外在表现。教师优雅的风度、脱俗的气质、优美的语言、整洁的衣着、端庄的外表、和谐的动作表情，工整潇洒的板书、活泼开朗的性格，以及虚心宽容的态度，对学生的心灵有极大的影响，有助于陶冶学生的思想情操，使学生因受其师而乐于学，师生和谐相处，顺利地完成教育教学任务。



第一节 形象的修炼

一 仪表

所谓风度仪表，是指一个人气质性格、文化修养、审美观念的外在表现，是美好心灵的表露。教师优雅的风度、脱俗的气质、优美的语言、整洁的衣着、端庄的外表、和谐的动作表情，工整潇洒的板书、活泼开朗的性格，以及虚心宽容的态度，对学生的心灵有极大的影响，有助于陶冶学生的思想情操，使学生因受其师而乐于学，师生和谐相处，顺利地完教育任务。教师的衣着、表情举动、姿态等不但直接影响学生的情绪，还对学生的行为起到潜移默化的作用。教师的教态优美，培养出来的学生也会温文尔雅、彬彬有礼。

众所周知，不论师范院校招收学生，还是学校招聘教师，都要经过面试。其原因，就是教师是一个特殊的职业，他所面对的不是物，而是人，其基本形象如何，是他（她）能否走上“杏坛”的第一要素。教师讲课，无意中是在展示他（她）的“美”。

追求美，是人的天性。当然“美”包括“外在美”和“内在美”。但学生在接受一个新教师时，总是从对他（她）的外在美的审视开始的。教师一走进课堂，立刻就引起了学生的注意。学生首先以审美的态度观察教师，教师整洁大方的服饰衣着、庄重优雅的举止神态、亲切热情或幽默睿智的神情，都能使学生产生愉快感，都会对学生产生一种初始魅力。在师生交往中，第一印象往往是最深刻的，社会心理学中称之为“首因效应”。有一本叫《接触的最初4分钟》的书，其作者提出，人们在彼此决定是否成为朋友时，接触的最初4分钟起着重要作用。

如果要给人以美好的印象，使人喜欢你，必须讲究仪表和风度。周恩来曾就读过的南开大学里原来有一面立镜，镜子上方悬挂着“容止格



言”，内容是“面必净，发必理，衣必整，纽必结，头容正，肩容平，胸容宽，背容直。气象勿傲勿暴勿怠，颜色宜和宜静宜庄”。

教师的服饰对第一印象非常重要。长期以来，教师的穿戴总是和“艰苦朴素”四个字联系在一起，他们走在街上，或是参加社交活动，常常被人一眼看出。久而久之，“艰苦朴素”和“不修边幅”划上了等号。记得改革开放初期，不少学校明文规定教师不得穿牛仔裤，不得穿滑雪衫，不得戴墨镜；女教师不得烫发，不得戴首饰，不得涂口红等。然而，今天又有谁会为教师穿一条牛仔裤，戴一条项链而奇怪呢？可见，关键不在于教师的穿戴，而在于思想的解放，观念的转变。衣着讲究应该理解为风度翩翩，一位学者不应该总把他的知识挂在口上，他最基本的特征就是不事炫耀。

教师的着装要求端庄、得体，要体现职业特点和个人气质，但不失亲和力。新世纪是市场经济的世纪，学校也逐渐走向了市场，学生交学费上学，实际上购买了教师的授课服务。商品要包装，难道教师就不要包装了吗？男教师擦亮皮鞋，刮净胡子；女教师略施淡妆，佩戴合适的首饰；在开学典礼、毕业典礼或其他重要场合，更是以正式的礼服盛装出席，这些都是现代社交、现代礼仪所提倡和必需的。服装越来越成为体现社会地位、工作性质和应负责任的标志，因而，人们的行为模式应与这一标志的要求相匹配。正如人们从未见过穿西装、打着领带的人在打高尔夫球一样，教职员工也不应当穿沙滩裤或超短裙上班。

时代在前进，观念也在更新。俗话说，爱美之心人皆有之，教师的穿着应当跟上时代，应当体现出“职业美”和“现代美”，穿着是一门学问，也是美育的一部分。教师不能不修边幅，不能让学生觉得他太（她）过时、太土、太随便。教师们应当在上班走出家门前照照镜子，审视一下自己的形象包装，这其实并不过分。

在社会交往中，良好的仪表可以增加我们的吸引力和可信度，同样，教师的仪表也对学生有多方面的影响。例如，教学中常有的现象，一个班级数名任课教师，学生对他们的态度也有很大的差异。对有的教师，学生乐于接受他们的教育，而对另外的教师则有抵触情绪。造成这种现象的原因之一是教师仪表。学生普遍认为仪表好的教师“言真可信，行正可



效”，因此，对这样的教师的教育能自觉接受。反之，对自身形象差的教师，学生会认为他（她）的话不值得听、不值得信。教师一旦失去威信，教育效果将大打折扣。此外，一般说来，对形象好的教师，学生会产生亲近感，师生容易建立良好的师生关系，拉近师生间的心理距离，增强学生对教师的情感认同。仪表确实是外在的东西，但它更是内在心灵美的体现，优雅得体的仪表向学生传达出的是教师积极向上的人格魅力，是对自己和他人的尊重，这对学生建立良好的道德行为有潜移默化的作用。当然，新世纪教师们的着装不应是传统的“朴素、古板”，从红粉工程中可以发现它已经被赋予了时代的内涵，时尚的穿着可以增加教师的亲和力，拉近师生的距离。教师需要个性，着装正是个性的一个方面。所以，我认为教师无须统一服装，但个性不是前卫、另类，这与教师的职业特点不相容，因而教师仪表还应当是端庄、得体的。

二 语言

教师的语言在很大程度上决定学生学习的效果，它不是蜜，却可以粘住一切。教师的语言技巧也是其魅力所在。从职业角度看，教师恐怕是说话最多的了。如果按“满堂灌”的教学方式计算，教师在一堂课上的话足足抵得上普通人一个星期说的话。

从语言角度看，说话不仅是一门技巧，还是一门艺术。教师的语言魅力主要在于要有“激情”。“言为心声”，此话一点不假。教师在课堂上将自己对教育事业的投入、对学生的热爱、对所教专业的精通融入了语言，他（她）的声音必然充满热情，必然富有感染力，必然具有吸引力，必然产生号召力。

教师的基本语言功应做到：说话清楚有力，生动风趣，思路清晰。

“非礼勿言”是《论语》中的一句话，意思是不合乎礼仪的话不要说。使用规范、正式和文明的语言，应是每个教师必须具备的师德。语言的丰富多彩、风趣幽默、言之有物、言之有度、言而有信其实体现了教师的才华，体现了教师的学识，体现了教师的智商，更体现了教师的人品。

原国家教委有明文规定，所有中小学教师必须通过普通话测试，不合



格者不得上岗。不过目前要求所有的教师都说一口标准的普通话，恐怕还不现实。对语文教师这方面的要求高一点是完全应该的，而对其他学科的教师而言，就有些勉为其难了。教师略带乡音的普通话，恰恰是教师独特魅力的一部分。但毋庸置疑，语言是凸显个性最鲜明的地方，当你听到毛泽东、周恩来、邓小平等伟人讲起了普通话，你会有什么感觉？当你坐在教室里听讲，老师都用广播电台播音员般的声音、语调给你上课，你能吃得消吗？许多年后，你还能分清他们谁是谁吗？

语文案例分析

片段一：

师：同学们，以前我们曾经一起欣赏过美丽的杭州、雄伟的长城、秀丽的峨眉山和浩瀚的长江。今天，我们再一次结伴到“北大荒”去。你们说，好吗？

生：好。

师：去之前，有没有哪位同学可以先介绍一下“北大荒”？

生：北大荒位于我国的东北，曾经是个荒凉的地方，现在是个很大的米粮仓。

师：你的知识真丰富，你今天也当了一回老师的老师了。我今天和你也学到了不少知识。谢谢你。

师：你能在地图上指出“北大荒”吗？（课件出现中国地图）

生：能。（点击课件，出现北大荒）

师：啊，你真了不起，一下子就找到了。那老师想再问一问，北大荒有什么呢？

生：有草塘。

师：可爱吗？

生：可爱。

师：那让我们一起来读一读吧——《可爱的草塘》。

生：可爱的草塘。（齐读）

片段二：

师：同学们，你们现在看到的小河和平常的小河有什么区别呢？你们



先读读，然后和同伴们说一说，或者和老师说一说。

生：（自由读并与小伙伴说）

师：好，那现在有谁可以说一说它与平常的小河有什么区别？

生：这条小河特别的“清”，比平常的小河还要清。

师：你是从哪里看出它是清的呢？

生：清凌凌。

师：清凌凌。对，找得很好。但是，老师觉得啊，给它换个词会更好。譬如换成“清清”的小河或者“清凉”的小河。读一读，你又觉得怎么样呢？好吗？和原来的有什么区别呢？

生：“清凉”是一种凉凉的感觉。“清凌凌”是清澈见底的，是形容河水清的。而且天空、云朵倒映在清凌凌的河水里，是看得见的，只有清的才看得见。因此我觉得还是“清凌凌”的好。

师：哦，你说得真好，可真是个语言大师。那还有“清清”呢？老师就觉得用“清清”更好。你认为呢？

生：我觉得啊，还是用“清凌凌”的好。因为清凌凌的河水，给人一种波光粼粼的感觉，有一点动态，显得小河更美，而且读起来更顺口一些。而“清清”就没有这样的感觉了。

师：你们说得可真好，都把老师给说服了。老师现在也和你们有了一样的想法了。还是觉得用“清凌凌”这个词更好。

师：现在谁有信心把“清凌凌”读出来呢？

生：（读句子）

师：老师现在感觉不到“清凌凌”呢。你想象着河水的清澈再读一遍，好吗？再试试。

生：（再读句子）

师：啊，这次读得可真好。老师看见你读书一次比一次读得好，心里可高兴了。现在老师仿佛看见了一条清凌凌的小河就在眼前了。同学们，你们也来读一读吧。

感悟

现在全国都在如火如荼地进行着教育改革。在这时候人们似乎更多地



在关注着新的东西，比如信息技术在现代教育中的运用，教学课堂的灵活性、多样性，又或者合作性、研究性学习形式在课堂的运用等。但是，在一定程度上一些教师似乎忽略了那最基本、最传统的一项素质：教师的语言运用能力。在听了《可爱的草塘》之后，我们发现，一个优秀的教师真的必须具备良好的语言能力，而且在语言的运用当中渗透新课程改革的观念，这是很不容易的。而《可爱的草塘》这篇课文就讲得很好。其中一个原因是讲课的老师可以说是一位出色的“语言家”，并且还有比较先进的理论观念来支撑着她的语言，从而使她的语言既吸引人又实用。总之，教育工作者的语言具有以下几个特点：

（1）语言清晰、准确，并且亲切而温柔，易于拉近师生之间的距离，有利于建立和谐的课堂气氛和平等友好的师生关系。教育工作者的普通话发音标准，没有一点口音；吐字清晰，话语清楚，绝不含糊，而且整个课堂中从没有出现过咄咄逼人的语言，也没有傲视学生的语言和姿态。相反，一直都是亲切而和蔼。再加上她拥有天生的好嗓子，因而声音优美动听。这样的一种声音，这样的一种话语态度，会让学生感觉到老师的心和自己的心贴得很紧，感觉很温暖。因此，深深地吸引着她的学生们。语文教学改革一直提倡平等的师生关系，平等的师生关系如何建立？其中，亲切而温柔的语言就是一个很好的途径。

（2）诗意而充满感情的语言具有强烈的感染力，这样可以深深吸引住学生，并且让学生得到美的熏陶。语文有它独有的特性，它是一门充满诗意的学科，而语文教学是一项充满诗意的教学工作。这就是语文教学的人文性。如何在语文教学中渗透语文的人文性，让同学们感受祖国语言的优美，从而受到美的感染与熏陶，提高孩子审美的情趣、塑造出儿童美的心灵，需要人们不断地思考，而教师的语言就起着十分重要的作用。语文的教学语言不是具有诗意就能吸引学生的，必须要教师“情动于衷”方可感人。没有感情的语言即便再美再富有诗意，也是不能吸引学生的。这就需要教师打心眼里热爱教育事业，热爱学生。

从她的行为我们可以推测：她是多么热爱她的学生。并且课文一开始，她就用了一段充满诗意和感情的语言（美丽的杭州，雄伟的长城），创造了一个很优美的环境，把同学们带到祖国的天南地北去，从而激发学



生兴趣，引出课题。在课文导入的环节中她是如此自然，富有感染力。

(3) 赞美性的语言让学生充满自信，平等的话语让学生敢于大胆发言，从而使学生个性飞扬，整堂课气氛活跃。因此我们应提倡鼓励赞美性的语言在课堂教学中的运用。语言是教师在课堂上与学生沟通交流最有效的载体，它贯穿在整个课堂教学之中。因而，教学语言的恰当运用非常重要，调动学生的学习积极性，活跃课堂教学氛围，得益于教师独特的语言魅力，而采用鼓励性语言，就能达到双赢的效果。

(一) 运用要及时得体

在教学过程中，教师使用最多的便是用语言和学生交流，教师的每句话，每次表达，都要平等、民主地对待学生，用发展的眼光来看待学生的一举一动、一言一行。当学生朗读完一段课文后，教师应用充满激情的语言鼓励学生：“读得多好啊！连我也被感动了。”学生正确回答一个问题时，教师应说：“多聪明的孩子，老师佩服你。”而学生写完一篇短文，教师不失时机地加以鼓励：“坚持写下去，成功等着你。”在教师鼓励性语言的熏陶下，学生就会有一种成就感，学习的信心增强了，教师乐教，学生乐学。

(二) 选择要恰当实用

不同的学生有不同的个性特点，教师们鼓励性语言的使用也要讲究实用。当你面对胆小的学生时，你应当说：“不要怕，回答问题声音响亮点，老师给你做主。”学生对学习有畏难情绪时，教师马上说：“困难是弹簧，你强它就弱。”而遇到学生的测验成绩不好时，教师这样说：“失败是成功之母，在哪里跌倒就在哪里爬起来。”教师的言传身教感染着每一名学生。此外，教给学生坦诚地面对学习生活中的雨露阳光，受教育者自然信服你，完成课堂教学目标也就轻松了许多。

(三) 评价要率直公允

教师对学生的评价每时每刻存在，在评价学生时，鼓励性语言要公正而不失偏颇。当学生有了进步，教师要说：“看到你取得的成绩，老师为你高兴。”当学生不能回答教师的提问时，教师应鼓励说：“不要紧，仔细想一想，你能回答出来的。”通过这样鼓励学生大胆思考，勤于思考，一定能够大大提高课堂教学效率。教师有意识地使用鼓励性语言，融



于教育教学活动之中，学生受益匪浅，教师的威信、可亲可敬的形象就会植入学生的心田。因而，提倡使用鼓励赞美性语言，是每一位教师人性化魅力的体现，也是让“挖苦、讽刺、盛气凌人式甚至辱骂”的语言远离课堂的真实反映。要培养学生良好的品行，发挥学生的潜能，鼓励性语言的作用日渐凸显，这不仅是时代提出的要求，也是教师课堂教学别具匠心的所在。没有学生不想听到老师的赞美和鼓励，而得到老师的认可，他们就会更有信心地学习与生活。实践证明，一句赞扬的话语就可能改变一个孩子的一生，而赞扬总是能及时地起到激励的作用，这样就有利于学生以后的发展。后来人们把这种教师对于学生的赞扬称为发展性的评价，因为它的影响不仅在今天，而且往往是延伸到孩子以后的岁月中，甚至一生。而在这一课中，老师总是不断地鼓励着她的学生，让学生充满自信。譬如：“你的知识真丰富，你今天也当了一回老师的老师了。”“哦，你说得真好，可真是个语言大师。”即便在学生说错了的时候，老师也总是鼓励着学生，让他有信心再试一次。而成功之后又及时地表扬他们，如在读句子的时候。教学活动证明，这种赞扬的话语，这种发展性的评价都是十分受学生欢迎的。

在师生交流的时候，他们之间平等的对话必不可少。平等的对话不是在于你话语声音的高低，或者温柔与否，更多的是在于你是否从心里尊重学生，是否因为你是教师就将你的意志强加给学生。我们现在提倡的是学生学习和思维的自主性。因此我们在教学的时候就应该给学生更多的思维空间，真正地尊重他们，让他们有自己的思想。这就需要平等的姿势、平等的对话。因此，教师只能用自己的语言表达自己的思想。如本课执教者这样表达着：“我觉得……”“你们认为呢？”“我是这样想的，你们又是怎么想的呢，大胆地说出来吧！”这是处于既是教师也是朋友的一种位置。只有这样平等的对话，学生的思想才能更加开放，才能听到不同的声音，才会有新的见解，才会有个性的发展和飞扬。这位教师做到了，而我们都做到了吗？

从上述案例，我们可以看出，教师课堂的教学语言可以促使学生积极学习、良好发展，提高课堂效率，推进教学改革。所以，提高教师课堂语言表达技巧很有必要，不容忽视。



三 举止

“为人师表”是长期以来人们形容教师最常用的四个字，为人师表就是要求教师在日常生活中，特别是在学校里要严于律己，以身作则，以自己的一举一动去感染学生，教育学生。学生对教师的期望和依赖，往往使他们在观察教师时产生一种“放大效应”：教师的一个小小善举，会使他们感到无比的欣喜；教师的一点小小过失，则会使他们产生莫大的失望。教师的一举一动都在学生最严格的监督之下。

加里宁说：“世界上没有什么东西能比孩子们的眼睛更加精细、更加敏捷，对于人的心理上的各种微妙变化更敏感的了。”是啊！教师的工作有强烈的典范性，为人师表是教师的美德。教师以身作则，才能起到人格感召的作用，培养出言行一致的人。因此，俄国著名教育家乌申斯基曾说过：“教师的人格，就是教育工作的一切。”教师对学生的这种影响是“任何教科书、任何道德箴言、任何惩罚和奖励制度都不能代替的一种教育力量”。

捷克著名教育家夸美纽斯说过，教师的职务是用自己的榜样教育学生。教师的人格就像一面镜子，学生可以从中认识到什么是善、什么是恶，什么是美、什么是丑，什么是高尚、什么是卑劣，什么是应当做的、什么是不应当做的。教师用身教来印证平日的言传，对学生最具说服力和感染力，有力地推动着学生的人格塑造由“知”向“行”转变。

教师在课堂上，要面对班上的学生，怎样做才能最具有魅力呢？教师应当会“笑”，准确把握“笑”的尺度。教师对学生要求严格，这毫无疑问，但这不等于教师在学生面前要不苟言笑、板起面孔说话，对学生像凶神恶煞一般。一位教师在课堂教学中，应当笑口常开，这样才能赢得满堂春风，既有利于调动课堂气氛，提高课堂效率，也有利于学生健康人格的形成。切忌道貌岸然、居高临下。如果教师在学生面前从来不摆教师架子，总是一副笑容可掬的样子，那么一定受学生的欢迎。雨果曾说过：“笑就是阳光，它能消除人们脸上的气色。”笑能使教师赢得每个学生，能催开学生心灵之花，它的作用是不能低估的。教师一走进教室，带着愉