

<<教师的幸福人生与专业成长>>

图书基本信息

书名：<<教师的幸福人生与专业成长>>

13位ISBN编号：9787501184613

10位ISBN编号：7501184615

出版时间：2008-8

出版时间：新华

作者：肖川

页数：214

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<教师的幸福人生与专业成长>>

### 内容概要

《智慧生活宝典》系列丛书收录了方便实用。

切实有效的各种智慧生活方法。

内容涉及舒适、美味、健康、时尚、休闲、理财、创意、安全等生活的方方面面。

把丰富宝贵的生活经验奉献给广大读者，帮助大家轻松解决生活中遇到的各种小难题，为大家减轻生活烦恼。

本书内容丰富详尽，新颖实用，贴近生活，语言通俗易懂。

查阅方便，版式亲切生动，是一本方便有效的现代家庭生活指导手册。

<<教师的幸福人生与专业成长>>

作者简介

肖川（原名：肖贵祥），1963年出生，湖南望城人，教育学博士，北京师范大学教育学。院教授，英国教育哲学协会会员；北京师范大学课程中心“优秀教师与教育专家合作论首席专家。研究领域：教育原理、教育文化（人类）学、师资培训、道德教育、课程与教学。  
获奖情况：

## <<教师的幸福人生与专业成长>>

### 书籍目录

#### 绪论

#### 第一章 此中有真意，欲辩已忘言——教师的幸福人生

- 一、千年的追寻：幸福的真义
- 二、理性的探察：教师幸福人生的影响因素
- 三、善好生活的营建：做一名幸福的教师

#### 第二章 此生归路愈茫然，无数青山水拍天——远离教师职业倦怠

- 一、无形的杀手：教师职业倦怠
- 二、理性的沉思：教师职业倦怠的影响因素
- 三、拒绝倦怠：在职业发展中体验幸福

#### 第三章 掌上千秋史，胸中百万兵——完善教师知识结构

- 一、我读书，我快乐：教师的通识性知识
- 二、“我的身份”知识：教师的本体性知识
- 三、我教育，我发展：教师的条件性知识
- 四、行动着，美丽着：教师的“实践性知识”

#### 第四章 座中多是豪英——因材施教，从转变学生观开始

- 一、化育生命，力行“生命化教育”
- 二、“分层”看待，融入爱与宽容
- 三、民主型教师，行动、反思中的追求
- 四、亲密地教，扎实地学
- 五、教师眼中的“他”和“她”

#### 第五章 运用之妙，存乎一心——课堂管理与班级管理

- 一、建立秩序，促进学习
- 二、技能管理，且思且行
- 三、走出误区，有效管理
- 四、学会反思，成就名师

#### 第六章 心有灵犀一点通——良好的家校沟通

- 一、手拉手，我们一起滋养生命
- 二、用艺术点化心灵
- 三、撒下沟通的网，走向合作

#### 第七章 采菊东篱下，悠然见南山——享受休闲

- 一、休闲：人类美丽的精神家园
- 二、休闲障碍：荒芜精神家园的潜在危险
- 三、享受休闲：给教师的建议

#### 附录（我的教育随笔精选）

#### 参考文献

#### 后记

## &lt;&lt;教师的幸福人生与专业成长&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 此中有真意，欲辩已忘言——教师的幸福人生 一、千年的追寻：幸福的真义 幸福是个极富有魅力和诱惑力的字眼，其不同于职业、安全、社会地位、自由、金钱、收入等其他生活追求，这些只是提供给人们获得幸福的可能性，本身并不是目的。而幸福则具有本体性意义，是人们存在和生活的基本目标，“生活和幸福原来就是一个东西，一切的追求，至少一切健全的追求都是对于幸福的追求。

”古往今来，无论是在西方还是在东方，人们都在普遍地追求幸福，探寻幸福，而对幸福真义的把握无疑将有助于人们获得并创造幸福。

历史的追问 幸福是个古老而神圣的话题，在西方，人们对它的探讨可以追溯到两千多年前的古希腊三暂时期。

苏格拉底有言：“追求知识有着极大的重要意义”，“使一切人德行完美所必需的就只是知识。

”苏格拉底把幸福与智慧联系起来，十分强调智慧和知识在人们获得幸福中的重要作用。

柏拉图则认为“善不是本质，而且在尊严和威力上要远远高出于本质之上。

”在他看来，幸福只不过是“善”的理念，人们只有摆脱现实世界，才能进入幸福的理念世界中去，“这样在解脱了肉体的愚蠢之后，我们就会是纯洁的，并且和一切纯洁的相交通，我们自身就会知道到处都是光明，这种光明不是别的，乃是真理的光。

”亚里士多德则把德行看成幸福的重要构成内容，认为“幸福即是某种德性”，“幸福即是合乎德性的现实活动”。

继古希腊三哲之后的伊壁鸠鲁对幸福的阐述更为直接丰富，他说：“幸福是一种快乐的体验”，“幸福生活是我们天生的善，我们的一切取舍都从快乐出发，我们的最终目标乃是得到快乐。

”还说：“心灵的快乐就是对肉体快乐的观赏。

心灵的快乐之惟一高出于肉体快乐的地方，就是我们可以学会观赏快乐而不观赏痛苦；因而与身体的快乐相比，我们更能够控制心灵的快乐。

”幸福离不开快乐，但却不能等同于快乐，伊壁鸠鲁将二者等同这是值得商榷的，赫拉克利特就针锋相对地提出“仅仅把肉体看成是一种幸福是错误的”。

德谟克利特则指出：“给人幸福的不是身体上的好处，也不是财富，而是正直和谨慎。

”到了近代，对幸福的阐释最富有代表性的便是弗洛伊德。

弗洛伊德认为幸福来自本能，尤其是人们性本能的满足，“本能的心理能量是幽闭在本我之中的，随着时间的延长，这些心理能量不断聚集、增长，以致肌体内部紧张度太高而不能忍受。

因此，本能会要求能量的不断释放以减轻紧张度。

当能量释放时，紧张度下降，人随之体会到快乐感。

”阿德勒则把幸福感同生活的意义联系起来，认为：“生活的意义不是为个人优越而奋斗，而是在于如何满足人类和谐友好的生活，渴望建立美好社会的需要，在于对人类全体发生兴趣。

”个人一旦体会到这种生活的意义也就获得了幸福。

在我国，人们对幸福的探讨则十分突出“己悦”与“众乐”。

孔子有言“学而时习之，不亦说乎？

有朋自远方来，不亦乐乎？

”孟子也说人生有三乐“父母双全，兄弟无故，一乐也；仰不愧于天，俯不诈于地，二乐也；得天下英才而教育之，三乐也！

”这里的“悦”与“乐”即是一种情感的满意状态，也即是一种幸福。

范仲淹倡导“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，其所阐述的是一种广博而深邃、极富有道德意义的幸福。

这是一种具有崇高境界的幸福，它是建立在奉献自己，快乐别人这一基础之上的。

近代著名学者梁漱溟则认为中国人的幸福是一种近似惰性的幸福。

他说：“西洋近百年来的经济变迁，表面非常富丽，而骨子里其人苦痛甚深……中国人的一切起居享用都不如西洋人，而中国人在物质上所享受的幸福，实在倒比西洋人多。

## <<教师的幸福人生与专业成长>>

盖我们的幸福乐趣，在我们能享受的一面，而不在所享受的东西上——穿锦绣的未必愉快，穿破布的或许很乐；中国人以其与自然融洽游乐的态度，有一点就享受一点，而西洋人风驰电掣的向前追求，以致精神沦丧苦闷，所得虽多，实在未曾享受。

” 他认为中国人安分、知足、常乐，注重享受他眼前所有的那一点，而不作新的奢望，物质生活始终是简单朴素，而精神生活却并不贫乏。

幸福是一宏大、永恒而又艰难的命题，虽然无数贤哲前仆后继地对幸福的真义进行了千年的追问，但幸福依然是一个难题。

它氤氲在我们内心，单纯而奇妙，却又模糊而混沌。

幸福究竟是什么呢？

虽然先贤圣哲并没有给出一个确切的、为世人公认的定义，但却给了我们许多启示。

**幸福的真义** 幸福是人类个体认识到自己需要得到满足以及理想得到实现时产生的一种情绪状态，是由需要（包括动机、欲望、兴趣）、认知、情感等心理因素与外部诱因的交互作用形成的一种复杂的、多层次的、多层次的心理状态。

幸福与快乐关系密切，一方面幸福离不开快乐，但并不等同于快乐。

快乐通常与较低的目标相联系，具有瞬时性，但幸福是长久的，具有稳定性。

它通常与重大的目标、价值实现相联系。

“幸福是对于人生具有重要意义的需要、欲望、目的得到实现的心理体验”，“幸福是人们在生活实践过程中，由于感受到人生价值的实现而形成的一种精神上的满足”，另一方面快乐是幸福的前提，幸福是对人生有重大意义的快乐，日常生活中的快乐只有与人生价值和目的相联系，只有与人的至善完满的幸福相联系，才能获得人生存在的意义。

从内容上来说，幸福无外乎涵盖了三个方面：衣、食、住、用、行等诸领域优裕的物质生活条件；不同个人和群体间的协调关系；个人良好的内在精神状态。

所以幸福包括了物质的幸福、社会的幸福和精神的幸福。

物质的幸福涉及的是人和自然的关系，即人类如何抵御饥饿、严寒、疾病等威胁，获得相对于自然界的安全感和自由感。

社会的幸福实际上就是人与人的关系，涉及的是个体如何在社会关系网络中获得安全感、归属感和自由感。

精神的幸福涉及的是个体的无限心灵与其所处的有限现实之间的关系，或者说是超越世界与现实世界的关系，其所面对的是如何在有限的现实中追求永恒的价值和获得生活的意义。

幸福就是一种感觉，敞开心灵去感受，幸福无处不在；幸福就是一种充实、闲适，没有空虚感、匮乏感、无聊感，没有内在的紧张、焦虑；幸福就是内心的平安，自由自在。

母亲的关怀、丰收的喜悦、平静的温馨、神秘的巧克力、林间的小路、远离尘嚣的静土、自由的跳跃、温柔的抚摸、不经意的感动、重温听潮的时刻、开满鲜花的原野、一生的信仰、更多的时间、美妙的梦、丰富的想象、寄托在纸上的希望、自己的感觉、用心地倾听、真诚地分享、下一步的欲望、朋友的关怀……幸福无处不在。

**教师幸福的源泉** 只有幸福的教师才能培养出幸福的学生，教师是一种知识转化与智慧增值的职业，是一种心灵浸润与人性化育的职业。

对于教师而言，幸福更具有特殊的意义。

而教师的幸福是教师在教育场景中自身需要得到满足后的一种感受（包括心理的与物质的），是教师在自己的教育工作中自由实现自己的职业理想的一种教育主体生存状态。

教师的幸福也称教育幸福。

对自己生存状态的意义的体味构成教师的幸福感。

教师的幸福和幸福感有以下几个主要特点： 首先，教师的幸福具有精神性。

教师幸福的精神性首先表现为劳动及其报酬的精神性。

教师“手中有钱花”、“家中有积蓄”，在物质待遇既定的情况下，教师生活有恬淡人生、超脱潇洒——或者说有“雅福”的一面。

教师的报酬实际上也的确不止于物质生活，学生的道德成长、学业进步进而对社会做出的贡献，都是

## <<教师的幸福人生与专业成长>>

教师生命意义的确证。

师生之间在课业授受和道德人生上的精神交流、情感融通都是别的职业所难以得到的享受。教育主体只有充分认识这一精神性质才能发现包围自己的人生诗意。

其次，教师的幸福具有关系性。

教育幸福的特点之一就是关系性或给予性与被给予性。

主要表现在学校教育中教师的使命是给予而非索取。

教育劳动的成果必须建立在交流之上，必须通过学生才能肯定自身——即教师的幸福是被给予的。

再次，教师的幸福具有集体性。

教育劳动的特点之一是它的集体幸福与个人幸福相统一的集体性质。

任何一个学生都是教师集体劳动的结果，也是学生集体劳动的结果。

因此，教师的幸福及其体验既具有一般幸福所具有的个体性，更具有集体的性质。

教师的幸福具有合作与共享性，也具有超越性。

说共享性是指属于一个集体的成员都可以享用同一个幸福；说超越性是指教师由于劳动的集体性质，必然具有与人积极合作而不是恶性竞争的特点。

因此，教师的幸福建立在超越个人打算或个体利益计较的基础之上，教师的劳动与幸福都具有在境界上相对崇高的特征。

最后，教师的幸福具有无限性。

教师的幸福具有效果上的无限性，表现在时间和空间两个维度。

时间上，教师的幸福是无限的。

教师对学生在人格与课业上的影响具有终身性质，通过学生、教师的劳动与生生不息的人类文明联系在一起。

因此教师所收获的幸福也是超越时间限制的。

并且教师的劳动效果也不局限于某一个校园之内。

一代一代的伟人、一代一代的普通劳动者都是由于教师的劳动而对世界的进步作出的伟大贡献。

教师因而可以通过自己的劳动对整个世界的理解而理解工作的意义，体会自己的成功。

所以教师的幸福具有空间上的无限性。

教师是一种社会角色，肩负着一定的社会责任和历史使命，而教师的社会责任和历史使命最朴素的概括就是教书育人，因此，尽管教师的幸福与其他因素有关，但教师的幸福主要体现在教书育人的过程中。

具体来说，教师的幸福来自教育教学的工作。

教育是教师的生命，课堂教学是教师基本的生活方式，是教师生命价值的体现。

把学生从“生物人”提升为“社会人”、从较低的水平提升至较高的水平，这是社会赋予教师的责任和使命，教师的幸福也正体现在对这种社会责任和历史使命的肩负上。

教育教学过程成了师生思想碰撞、心灵交流的过程，在共识、共鸣、共志的教学过程中，教师宣讲自己的信念，表白自己的真情实感；学生袒露自己的心灵，诉说自己的体会。

此时，教师的教成了学生的需要、向往；而学生的学，则成了教师的期待、目的。

教师的幸福来自学生的成长与发展。

教育的事业是一种基于生命、为了生命、促进生命成长的事业，教师职业的特殊就在于它天天要跟成长中的人进行富有教育价值的交往与对话，它见证着、影响着、推动着人的生命成长。

而作为教育承担者的教师是情感的培育师，是精神的守护神，是意志的砥砺石，是人格的构建者。

教师，谆谆善谏，守望的是讲台，放飞的是希望，播种的是知识，收获的是未来。

教师最大的幸福，就是看到学生的成长，在学生的进步与对社会的贡献中体会到一种他人无法达至的快乐。

陶行知先生就曾说过：“教师的成功是创造出值得自己崇拜的人，先生之最大的快乐，是创造出值得崇拜的学生”。

徐特立也说：“教书是一种很愉快的事业，你越教就越热爱自己的事业。

当你看到教出来的学生一批批走向生活，为社会作出贡献时，你会多么高兴呀！

## <<教师的幸福人生与专业成长>>

” 教师从自己独特的工作对象——学生身上看到自己的劳动成果，进而体验到精神上的无限幸福。学生的学业进步、道德成长、个性萌发，桃李满天下，便成了教师最大的幸福。

教师的幸福来自教师的专业成长。

陶行知：“……我们做教师的人，必须天天学习，天天进行再教育，才能有教学之乐而无教学之苦。

”教师对学生实施教育的过程也是教师的专业不断成长的过程。

教师的专业成长即教师的专业发展，是指教师在整个职业生涯中，通过专业训练、获得育理论知识和专业技能，能够专业自主，逐步提高自身的职业道德和执教素质，成为一个教育专业工作者的发展过程。

教师应该在自己的专业发过程中积极创造幸福和享受幸福。

这种发展不仅意味着教师教育能力的强，而且还是教师个人整体素质的发展，而发展本身就能带给人幸福感。

教师的幸福来自教师的教育研究寸苏霍姆林斯基认为：“如果你想教师的劳动能够给教师带来乐趣，使天天上课不至于变成一种单调乏味义务，那你就应当引导每一位教师走上从事研究的这条幸福道路上来。

”幸福是一种主观感受，教师能否获得职业幸福感需要一种能力，需要职业境界，这就依赖于教师是否从事教育教学研究，是否树立“教师即究者”的专业发展理念。

教师的幸福来自善好的学校生活。

所谓善好的学校生活，有两个评尺度，一个是社会伦理道德的尺度，即所谓“善”；另一个是个人自我评价尺度，即所谓“好”。

就是：善的生活，即体面的、有尊严的、负责任的生活；精神高贵和优越的生活，正直与光明的生活，富于德性的生活，充满了同情与关爱的生活。

而好的生活是能够感受到惬意与轻松、感受判内心的充实与和谱、感受到精神与物质的富足、感受到心灵的舒展与个性的张扬。

善好生活是一种自我实现的生命历程，是一种“不感、不忧、不惧”的生活。

善好的学校生活既能保证教师内心的无限认同，促进教师的自我实现，又能使学生形成阳光般的心态和健康人格，提高学生的自尊和自信，使学生内心变得越来越充实和富有力量。

二、理性的探察：教师幸福人生的影响因素 幸福的表现形式是主观的感受，但这并不意味着幸福是完全主观的。

幸福表现出来的主观心理体验是客观世界的反映。

一个人是否幸福，与其人生重大的需要、欲望、目的、价值是否得到满足、实现为衡量标准。

而这种需要、欲望与目的、价值不只是精神性的，一个人还有物质性的需要和社会性的需要，而且后者是精神性需要满足的基础和前提。

因此，幸福可分为物质幸福、社会幸福和精神幸福。

物质幸福满足人的物质生活的需要，社会幸福满足人在社会生活中的交往的需要，精神幸福满足一个人精神发展的需要。

人的幸福是三者的统一，影响教师幸福的因素也包括了以下因素： 薪资待遇 薪资待遇是个多元的概念，不仅仅是工资，还包括五险一金、所能享受的进修培训的机会等，但非常重要是工资。

教师作为教书育人的文化人，其工作的性质决定了物质利益不是他们的最大追求，并且按照美国学者坎贝尔的说法，物质条件的好坏，用来说明个人生活的优劣，其解释力只有17%，而且新中国成立以来，我国教师的工资水平已有较大提高，生活状况也得以根本改善，但教师是人不是神，作为人的教师也有生理需要，也需要吃、穿、住、用、行，占有必要的物质、能量和信息是教师维持自身的存在，并不断提升自己生命质量所必须的。

这里有个非常有趣的计算方法： 如果令A、B、c、D...X、Y、z选26个英文字母，分别等于百分之一，2，3，4...24，25，26这26个数值，那么，我们就会得出如下有趣的结论：Money（金钱），它在我们生命中的重要性占到72%（算式：M+O+N+E+Y=13+15+14+5+25=72%）。

所以说，金钱很重要，金钱虽不是万能的，没有金钱却是万般不能的。





## <<教师的幸福人生与专业成长>>

### 编辑推荐

你的教鞭下有瓦特。  
你的冷眼里有牛顿。  
你的讥笑中有爱迪生。  
你别忙着把他们赶跑。  
你可不要等到坐火车、点电灯、学微积分。  
才认识他们是你当年的小学生。

——陶行知 2006年开始。

肖川教授就在全中国演讲“教师的幸福人生与专业成长”专题，近3年的时间。

受到了广大教师和教育工作者的欢迎和肯定。

在网络上被大量转载，百度搜索一下“教师的幸福人生与专业成长”，相关文章有5800多篇，表达了教师们的真实想法。

现将部分内容摘录： 9月25日。

去宁波参加了一次学习，聆听了好几位专家的讲演。

第一个就是著名的北京师范大学肖川教授的《教师的幸福人生与专业成长》，尽管简短，听了还是很有味道。

——香樟树发表于2007-9-28 13:59:00 听过肖教授的这个报告（“教师的幸福人生与专业成长”），虽然当天听起来不是那样动听悦耳。

但文字所表达的思想是那么的寓意深远。

再品读。

再韵味。

——谭清香2007-11-7 因为从没想过能把教育这么大的话题能这样和幸福的生活联系起来的！如此娓娓道来让人感觉不到一点说教的味道，谢谢谭老师给我们传上这么好的文章！

——风儿2007—11—12

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>