

<<走出教师职业倦怠的误区>>

图书基本信息

书名：<<走出教师职业倦怠的误区>>

13位ISBN编号：9787561748268

10位ISBN编号：7561748264

出版时间：2006-8

出版时间：华东师范大学出版社

作者：金忠明

页数：274

字数：220000

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>

<<走出教师职业倦怠的误区>>

内容概要

“诲人不倦”只有简单的四个字，却是为人师表者最高的境界，一代先师孔子提出的这个为人师表的标准，数千年来自认为达到这个境界的人却是寥寥无几。

当今，职业倦怠已经成为困惑教育界的一个社会热点问题。

本书作者是教育理论工作者、专家，他通过大量的案例研究，对教师的职业倦怠进行了系统而深入的分析 and 探讨，并提出了解决这一问题的新思路、可供实际操作的新方案，对如何提高教师的工作效率和积极性具有指导作用。

谁偷走了中小学教师的激情？

生命中不能承受之重对教师起到了什么影响？

教师职业倦怠的原因在哪里？

克服倦怠的具体行动有哪些？

如何正确认识和驾驭工作压力？

……这些问题就是本书要为你回答的。

本书为“心理援助系列丛书”中的一本，对教师的职业倦怠进行了系统而深入的分析 and 探讨，并提出了解决这一问题的新思路、可供实际操作的新方案，内容翔实，教案丰富，对中小学教师颇有启发意义。

<<走出教师职业倦怠的误区>>

书籍目录

第一章 中小学教师：谁偷走了你的激情？

现状：从两副对联谈起 解读：教师生存状况堪忧 警惕：职业倦怠正在袭来第二章 负面效应：生命中不能承受之重 影响工作 影响认知 影响情绪 影响生活 影响健康第三章 内外矛盾：教师职业倦怠的原因分析 赞誉与现实的背离 劳动价值与劳动报酬的反差 理念先进与评价体系落后的矛盾 新课程对教师的高要求与教师个人素质偏低的矛盾 教育变革的“好教师”标准与传统标准的矛盾 圣人标准与常人心态的矛盾 自我抱负水平高与工作准备不足的矛盾 角色价值观与个人价值观的矛盾 工作负担过重与教师承受能力有限的矛盾 高精力投入与低成就感的矛盾 余论：教师职业特性的自身矛盾第四章 追根溯源：认识教师职业倦怠 何谓教师职业倦怠 教师倦怠的层级水平 教师职业的倦怠历程 教师职业倦怠的类型 教师职业倦怠的发生 教师性格类型与倦怠 教师生涯周期与倦怠 倦怠感的具体表现 教师职业倦怠的自我诊断 教师职业倦怠的相关理论第五章 克服倦怠的具体行动 体育锻炼——让生理“机器”协调运转 合理饮食——为身体健康提供“燃料” 为自己建立社会支持系统 确立合理的专业期望 投身教育变革实践 明确角色责任 提高处理教育教学问题的能力 另寻工作第六章 克服倦怠的心理调适 学习“水”的智慧 正确认识和驾驭压力 将问题视为朋友 学会情绪疏导 寄情教学工作 心里要有“时间表” 反躬自省 善待自己第七章 克服倦怠的要素整合 树立对教师角色的合理期望 有效疏通教师的消极情绪 建立灵活多样的评价体系 尊重和满足教师的合理需求 形成积极健康的学校文化氛围 践行“行政为教学服务”的理念 促进教师的专业发展参考文献

<<走出教师职业倦怠的误区>>

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>