<<给教师战胜职业倦怠的建议>>

图书基本信息

书名:<<给教师战胜职业倦怠的建议>>

13位ISBN编号: 9787530968116

10位ISBN编号: 7530968114

出版时间:2012-8

出版时间:天津教育出版社

作者:徐世贵著

页数:237

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

<<给教师战胜职业倦怠的建议>>

内容概要

《桃李书系:给教师战胜职业倦怠的建议》是一把开启教师心态的金钥匙。

教师的职业倦怠日趋恶化,这是每一个教育工作者和领导者必须面对的问题。

教师职业倦怠的秘密是什么?

它是怎样发生、发展的,又该怎样去预防和化解,教师心中的阴霾怎样去驱除,教师心中的阳光心态怎样去塑造……在这里你都可以一一找到答案。

《桃李书系:给教师战胜职业倦怠的建议》共18章,每章都采用"直面问题—案例启示—借题发挥— 教你几招"的写作方式,深入浅出,通俗易懂。

这里有前沿理论的应用,更有典型案例的启迪,注重实用和操作性,保您开卷受益。

<<给教师战胜职业倦怠的建议>>

书籍目录

第一编 思考篇主题一 塑造阳光心态,走出委靡的低谷--关注教师的职业倦怠【直面问题】 回避而必须面对的问题【案例启示】 日趋恶化的教师职业倦怠【借题发挥】 教师职业倦怠的诠释 给自己做做心理诊断主题二 守住教师这份责任保持淡定的心态--职业倦怠与教师责 做一个负责任的教师问心无愧【案例启示】 责仟和爱心让我始终保持一种淡定的 任【直面问题】 工作心态【借题发挥】 关于责任的思考【教你几招】 教师责任的行使主题三 因为爱,所以执 著--职业倦怠与职业信念【直面问题】 把责任转化为追求,在工作中体验享受【案例启示】 信念对教师职业倦怠的化解【教你几招】 教师的职业信念【借题发挥】 教师职业信念的积淀主题 阳光心态美好人生--职业倦怠与阳光心态【直面问题】 阳光心态是一把金钥匙【案例启示】 圆梦与命运【借题发挥】 心态的诠释【教你几招】 教师在职场应有的心态主题五 不同的境界造 就不同的人生--职业倦怠与人生境界【直面问题】 人生是一部书【案例启示】 人生三境界【借题 教师人生境界的提升第二编 预防篇主题六 让目标和梦想 人生境界的诠释【教你几招】 成为不懈的精神追求--职业倦怠与目标追求【直面问题】 三忙的思考【案例启示】 走的路程差不 多,为什么收获不一样【问题分析】 让目标和梦想成为一种精神追求【为你支招】 教师怎样规划 成长目标主题七 你有权选择不倦怠--职业倦怠与心理预防【直面问题】 正确认识职业倦怠【案例 三管齐下,赶跑"职业倦怠"【借题发挥】 职业倦怠可以预防【教你几招】 慧大气的教师主题八 懂得心静的人才能活得愉快--职业倦怠与心理健康【直面问题】 职业倦怠的第一道防线【案例启示】 心情由自己决定【借题发挥】 关注心理健康【教你几招】 教师的心理健康保健主题九 赢得时间的人是最大的赢家--职业倦怠与时间管理【直面问题】 了驾驭时间就学会了驾驭生命【案例启示】 匆匆【借题发挥】 时间的诠释【教你几招】 效管理时间主题十 让业余情调滋养人生--职业倦怠与业余情调【直面问题】 因为没有情调和浪漫 , 所以身心疲惫【案例启示】 一石三鸟【借题发挥】 教师爱好特长的诠释【教你几招】 余爱好特长的发展第三编 感悟篇主题十一 太阳,每天都是新的--职业倦怠与创新求变【直面问题 简单重复让教师丧失了激情和新鲜感【案例启示】 "女生比男生强"辩论会【借题发挥】 让创新开启你新的世界主题十二 怎样摆脱人际关系上的烦 新厌旧是一种常态心理【教你几招】 恼--职业倦怠与教师情商【直面问题】 烦恼的人际关系【案例启示】 就这样"慢慢"长大【借题 教师要关注自己的情商发展【教你几招】 **教师人际关系的交往、沟通、协调艺术主题十三** 唤醒沉睡已久的激情--职业倦怠与教学激情【问题呈现】 工作锐气和激情哪里去了【案例启示】 你如果不想被水冷却,你就得让水沸腾【借题发挥】 岁月能让容颜变老,激情能使青春永驻【教 你几招】 教师教学激情的培养和历练主题十四 因为我快乐,所以我能驱除心中的阴霾--职业倦怠 与乐观心理【问题呈现】 我是教师,可我不快乐【案例启示】 为什么这些人很长寿【借题发挥】 怎样能让自己快乐起来第四编 休整篇主题十五 让体育活动 乐观心理与职业倦怠【教你几招】 焕发你的青春活力--职业倦怠与体育活动【直面问题 】 令人堪忧的教师身心亚健康状况【案例启示 运动使我的生命再次洒满阳光【借题发挥】 只有身体健康,精神才能爽朗【教你几招】 失去的健康和久违的愉悦主题十六 心灵歇息的港湾,情感交流的乐园--职业倦怠与音乐欣赏【直面 他们为什么与音乐无缘【案例启示】 我就把歌曲当成心灵的体操【借题发挥】 你一臂之力【教你几招】 让音乐给你带来开心与快乐主题十七 阳光总在风雨后韬光养晦见彩虹--职业倦怠与意志品质【直面问题】 走出挫折和失败的阴影【案例启示】 我把挫折当机遇【借题发 挫折和失败是一所锻炼人的学校【教你几招】 乐观面对挫折和失败后记

<<给教师战胜职业倦怠的建议>>

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