“名教师成长营”集中培训心得

新北区春江幼儿园 潘嘉雯

本次培训活动，有幸聆听到了我们周围和身边一些名人、名师的专题讲座，受益匪浅，为我们的专业发展引路。其中有几个讲座让我印象比较深刻，感触颇深。

第一场讲座是由吴铁钧教授关于《教育中的压力管理》的讲座，他指出，压力的产生与能力短板相关，是环境对个体的要求超越个体现有能力时，由于体能消耗而产生的心理和生理反应的综合状态。个人非常认同他的这一观点，结合我们自身平时的教育工作，确实经常会感觉压力很大，常有抱怨的情绪。为什么感觉压力大，首先是一件事情急需你完成，但是自己却觉得难以胜任，没有能力去完成这件事情，因此就会产生焦虑的心情，就能感受到有压力。但是当你为了这件事情付出努力，积极地去面对和处理与这项工作直接相关的压力时，你就能沉浸其中，将压力转换成动力。就比如提高自己的短板，阅读一本理论书籍，从中解决你写作上的问题，心中的压力有解除了，会感觉一身轻松。所以，这场讲座，让我懂得了，面对压力，首先要敢于面对，不能消极地抱怨、充满负情绪，而是要想办法积极应对，最终还是要提高自己的能力，弥补短板。

第二个让我觉得受益匪浅的是张五芳校长为大家带来的《从实践到表达——追求理解的教育教学论文写作》的精彩讲座。讲座从论文何为、论文选题、论文要素、论文撰写、论文投稿若干个层面，有章有法、有理有据地展现了教育教育论文的独特理解与写作方法。从内外视角看《江雪》、多维度角度解读论文的选题，到“时尚的素材、巧妙的构思、鲜明的思想、优美的表达”创意建构论文的“四大颜值”，张校长谦虚地说，对于论文撰写，自己也只是在尝试与研究，还需要更多的实践。平时还是需要多结合教育实践，勤写论文，不断加强自身撰写论文的能力。

这些专家、名师，他们行走在教育的路上，不断探寻，因为深爱，所以执着。所以我在深深敬佩之余，不禁想到他们成功的背后。探寻一代名师的成长足迹，“内需”成为最重要的动力。只有内在需求，才能自主成长。尼采说过：人的伟大在于不断的前行，向着远方、向着无法预料又是无可比拟的崭新境界。期待我们的团队携手前行，在逐梦的教育之路上遇见更多的美好！