**一本书，让成长不再迷茫**

——《优秀教师的自我修炼》读书心得

常州市新北区孟河中心小学 王晴晴

很喜欢《中国人的精神》一书中的这样一段话: “人的成长需要灵魂与智慧和谐发展，我们不应该只关注功利的技术和专业等方面的学习，更应该关注灵魂、精神心灵方面的成长。”这段话很有力量，它说出了人之所以为人的根本标志，那就是有自己的精神追求。作为教师，我们更应该做一个气象万千的人，这样才

能带给学生成长的光明。李志欣老师的《优秀教师的自我修炼》带给我的就是这样一种心灵的震撼和灵魂的启示。

李老师从一名普通教师一步步成长为特级教师，他的成长经历昭示了重视自我专业成长的重要性。作为青年教师，有了自我成长的意识，一切困难便会成为自己前进的动力。作为一名有了9年教龄的一线教师，我的专业成长似乎走到了瓶颈期，主动发展的动力好像没有初入职场那般强烈了，有时想打破自己的舒适区，但又无可适从。处在迷茫中的我读完李校长的力作《优秀教师的自我修炼——给青年教师的成长建议》，让我醍醐灌顶，不再迷茫，不再困惑。

**一、阅读，成为一个会学习者**

对于教师职业，曾有句行话说道：要给学生一滴水，教师得有一杯水；要给学生一杯水，教师得有一桶水。说的是教师要想传授学生知识，自己首先得有丰富的专业知识。工作九年来，我也有读书的经历，不过多半是“救火式”读书。在教学中哪里“起火”了，就买本书来“救火”，读书没有前瞻性，也不是主动阅读，阅读面窄，阅读量少，思考得浅。

李校长说：“读书与写作是教师生命运动的永恒轨迹，他认为教师的生命运动可以分为两种，一种是传统意义上的肢体器官的运动，也就是锻炼身体，这是我们每个人都会注重的。另一种是思想精神上的运动，包括读书、思考、研究、写作与创造，则是我们容易忽略的，然而思想精神上的运动也会影响生命的正常行走轨迹。书中李校长介绍了他读书的“三个一”原则：翻烂一本经典、精研一位专家、主攻一个专题。“翻烂一本经典”是指要选择最爱的经典反复读，读透并掌握精髓。“精研一位专家”是指要找到一位学习对象，收集资料，长期研究，掌握其最基本的教育教学思想，在实践中应用。“主攻一个专题”是说在任何一个领域里，只要坚持不断地主攻一个专题，六个月到一两年的时间，进行阅读、学和研究，就可以成为这方面的能手。

**二、写作，证明我来过这世上**

回想入职初期，为了上好课，我准备了一个大本子，每节课下课后都会写点课堂教学反思，把自己课上遇到的问题记录下来，留着问师傅或者阅读书籍，找到解决问题的方法。我还会把自己觉得讲得不错的地方记录下来，下次讲到这个地方时再翻看一下，适当增减一些内容。那时候的大本子现在再翻看，对我还有一定的启发。但遗憾的是，随着工龄的增加，慢慢地记录就变少了，大本子也闲置了。

该书中的一段话令我深思：“一位教师工作二三十年，可能会上数千数万堂课，每一堂可能都是不同的，如果不记录下来，退休后用什么来证明自己曾经上过这么多课，用什么来证明自己曾经是教师，曾经站在讲台上呢？”是啊，人的一生是短暂的，文字却是永恒的，记录下来，是证明人曾来到这世上的最直接的方法。而对于教师这个职业，若要想快速成长，写作是必不可少的。李校长始终坚持写作，他认为写随笔是一种最好的反思行动。他在入职初期，睡前无论多晚都会读书写作一个多小时；在每一堂课结束后、每一次外出学习时，他都会把自己所学所思记录下来，有了自己的教育教学主张与经验后，及时总结撰写成文，并积极投稿，以求发表。是啊，善于反思的教师就像脚踩上风火轮一样，会成长得更快更好。

**三、小课题研究，找到自己的“责任田”**

书中说：“一名完整的教师，不论是高等学校的教师，还是基础教育学校的教师，所从事的工作性质基本是相似的，即教师从事的是以知识和思想表达为工具的精神影响活动——教学，同时进行知识和思想的生产与创造——课题研究。”但是，我所理解的课题研究，离我这个没什么经验的农村教师很远，是更有经验、更厉害的教师和专家团队做的事。我曾经也认为，日常教学中的各种限制让我无法进行课题研究。但是这本书告诉我，课题研究不是我认为的那样“高大上”、难操作、没时间，日常教学中也可以进行课题研究，甚至可以说，课题研究一直在悄悄地进行中，只是缺乏方法的总结和成果的表达。而我进行的研究就是李校长主张的最接地气的研究：小课题研究。小课题研究，它的选题小，研究范围小，研究的问题多发生在实际的工作情境中，研究的目的指向实际工作的改进，这些正是教师最直接、最需要的。小课题的选题就可以从反思、总结中来。同时小课题研究没有太大压力，不苛求一定要发表自己的研究成果，关键是要体味到“心头一喜”的愉悦。这可以帮助教师找到自己的具体研究领域，即属于自己的那份“责任田”，避免进入职业倦怠期。

书中还有很多观点与做法值得反复咀嚼，比如把读书变成教学的工具是一线学术研究的应然路径，用实践的理念指导课堂是一线学术研究的必然选择，在教学反思中构建教学方案，是一线学术研究的由然考量。有反思的学习，是教师为解决问题而进行的造性学习。我们应该让反思、研究成为日常生活方式，成为助推自己成长、改进教育教学策略的有力工具，让我们更清醒地看到自己的学习、教学实施过程，发现适合自己行动的最佳方案。

掩卷深思，感觉这本书不只是给我建议，更像是一面镜子，阅读这本书给我带来的是一次职业生涯的深刻反思，让我重新回顾自己近十年的教学生涯，发现自己存在的问题，反思自己与名师的差距，发现怎样做更好的自己。它也是一位纸上的师傅，让我明白了阅读与写作的重要性，让我理解了小课题研究的方法和意义，让迷茫的我找到了今后工作的方向。很幸运在我职业生涯的第九年遇见这本书。

人与阅读相遇，思想共生出灵动。最后，我想对自己及同事们说：“此时读书正当时。”读书吧！让我们以书为友，以书为鉴，让一缕书香伴你我同行。成长永远在路上！