

2020 年烈山区学校管理干部高级研修班

简 报

2020 年第 2 期

淮北师范大学

2020 年 8 月 22 日



无论是企业的领导、后勤工作人员，还是一线销售人员，想要调整好自己的心态，必须有健康的心理。现代教师应扮演的社会角色要求教师有健康的心理，教师的职业特点也要求教师有健康的心理。

教师职业还具有示范性，只有教师的心理健康，才会成为学生的模仿的榜样，才会促进学生的心理健康。教师工作的创造性的特点也要求教师具有健康的心理。人与人的关系，其实质应该是心理关系，人们之间的相互作用，其实质也是心理之间的相互作用。一场调节心灵的大餐是由李梅教授带来的，通过现场互动，生动的案例，让平时紧张的压力，烟消云散。

聆听周开军校长的报告，深切地感受到智慧教育，不能简单地认为是信息技术的引入过程，更是教育思想，教育观念转变的过程，它的目的是培养跨世纪的创新人才。学校要紧跟信息化时代的发展趋势，做信息化应用的研究者与探索者。聚焦课堂、聚焦老师、聚焦学生。

两场报告让我们让我们理解一个学校管理者应具备的素养和能力，享受了一次心灵大餐，满载而归。对今后的快乐工作，用心生活又有了深刻的认识！

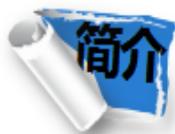
李梅教授带来的心灵洗礼



快乐工作 幸福生活
——教师压力管理与心理健康

李梅

江苏师大教科院心理系



李梅、江苏师大教科院心理系主任，教授，硕士生导师。徐州市13、14届政协委员。中国大学生心理咨询专业委员会委员；国家心理咨询师、婚姻家庭咨询师培训主讲。江苏省心理学会理事，省家教学会理事。徐州市鼓楼区法院人民陪审员。

当我们了解了压力无处不在，对自己的生活，工作又有了重新定位。

理清感受，界定你的压力所在

- (1) 我目前最关切的担忧的事是什么？
- (2) 我目前所承受的最大压力是什么？什么时候我会有所感觉？
我必须为此做些什么？
- (3) 改变我命运的是什么？
- (4) 我期望能在此生中达到的目标是什么？
- (5) 我在这一生寻求的最重要的报酬是什么？
- (6) 我曾有过哪些强烈、令人满足又深具意义的经验？未来我还希望有哪些种类的经历？
- (7) 现在我的生活中有哪些重大的约束和限制，以致于我很难取得我所寻求的目标或成绩？
- (8) 我想停掉哪些事，不再去从事？我想开始去做或学着去做哪些事？
- (9) 我能期望怎样的理想未来？想象一下你希望去经历些什么？以及你希望能一起生活或共事的人？
- (10) 未来几年我必须要做的重要抉择是什么？



和学员互动

如何管理压力



首先，管理压力需要了解自己
第二，管理压力需要认识环境
第三，管理压力还要了解他人

理性对待压力，从现在起，做一个快乐的人

你不能改变容貌，但可以展示笑容；

你不能左右天气，但可以改变心情；

你不能控制他人，但可以把握自己；

你不能预支明天，但可以利用今天；

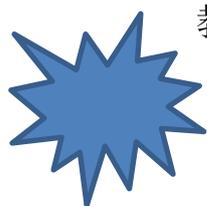
你不能阻止不幸的发生，但可以调整对它的态度；

你不能决定生命的长度，但可以控制它的宽度和温度。

- 淮北市西园中学 副校长
周开军
- 正高 特级 首席名师

先分享问卷;你的教育观是什么?

教育观包括: 教学观, 评价观, 质量观, 课程观, 儿童观



改革是由问题倒逼而产生

我们的学生学的苦，我们的老师教的艰难，我们的家长心存焦虑，而我们的学生在目前的教育体制下，已经沦为会做题、会背公式的工具，而在人工智能时代，中国不需要这样的接班人。智能化是科技与生产力



智慧教育

1、智慧教学 2、智慧管理 3. 智慧生活 4、智慧文化 5、基础环境

什么叫智慧教学？

智慧教学：智慧教和智慧学是师生互动的必然过程，相互融合，不可分割。

智慧教学：云计算、移动互联、物联网、大数据、人工智能等新兴信息技术，基于动态学习数据分析和“云、网、端”的运用，构建智能、高效的教与学的应用系统。



2. 什么叫智慧管理

智慧管理是指利用信息技术建立的以综合性网络管理手段为依托，服务于学校

管理全流程的综合应用系统，可以实现学校校务、教务、师生发展等管理的高

效化、智能化、精细化，为学校管理决策提供科学依据。

智慧管理包括：校园信息门户基础系统校务管理系统

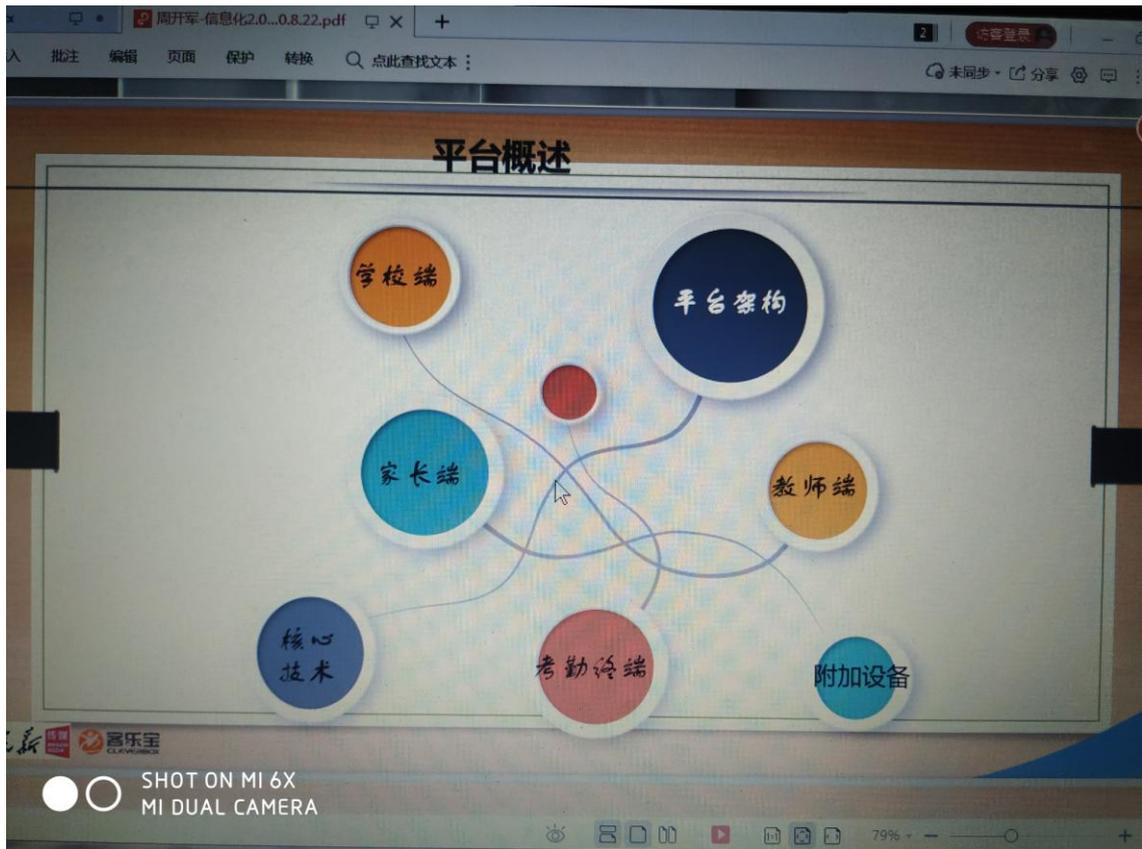
教务管理系统，教师专业发展系统

· 智慧生活

智慧生活是通过构建互联互通的智慧生活平台、健康绿色的智慧生活方式、智能。高效的校园安防机制，为师生提供舒适、便捷、健康、绿色、安全的生活环境。

智慧生活包括：校园一卡通系统，智慧健康监测系统 安全监控系统。家校互通服务系统。



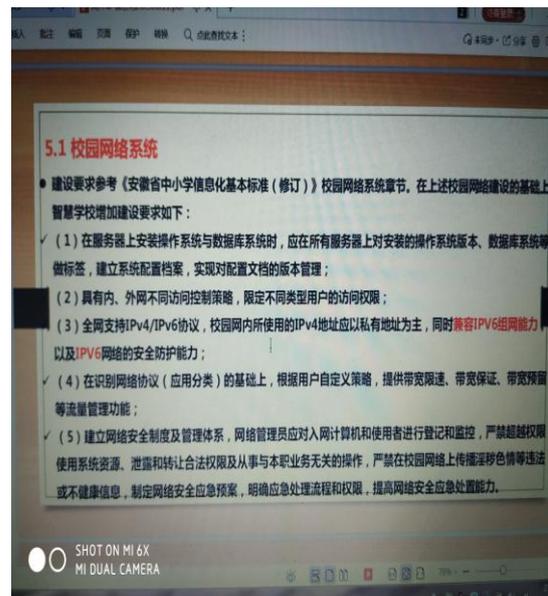


家校互通服务系统展示

具体功能要求：

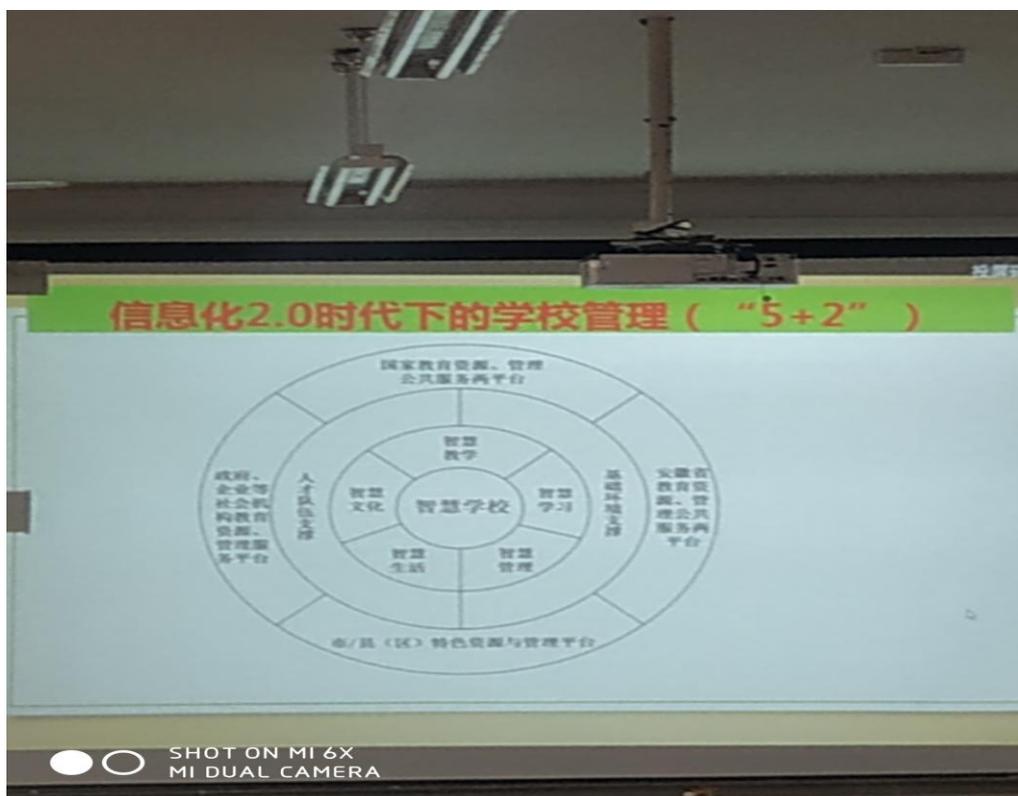
- (1) 具备学校与家长互动交流功能，提供学生在校信息反馈功能，实时了解学生在校信息；
- (2) 为家长提供家庭教育指导

智慧文化基础环境



周校长分享了西园中学在教育教学，教师专业发展，教学评价和校园文化建设等方面的经验，使我们进一步了解到创新管理的新方法和新举措，对我们全体学员的实践能力有很大帮助，增添了学习实效性。让我们明白，好的管课者引领，让学校更有朝气。感受到

名校的文化氛围，作为学校管理人员，要在今后的工作中，更新教育理念，更好地激励老师和学生，在借鉴他人中提升自己。



专家寄语：

反思一：

•一段优秀的时间和一个优秀的空间相遇，
这就是选择。

•反思二：

•生命因伙伴而世界（教育哲学）

•反思三：

•一个优秀的空间和一群优秀的伙伴相遇，
这就是生机。

报送：淮北师范大学继续教育学院培训中心

抄送：淮北市烈山区教育局

本期制作：李欣烨 编审：吴姜