

# 自覺，是教師專業成長的內驅力

## ——讀《自己培養自己》隨想

文 | 葉龍鳳



《自己培養自己》這本書，是李鎮西老師關於教師專業成長的一本著作。

最初知道這本書，源於2019年我關注了李老師的教育公眾號，經常閱讀李老師公眾號裡的教育文章，在一次閱讀中知道了這本書。我被其中的兩段話深深吸引了：

“說到人的成長，我們總喜歡說是‘領導的培養’。如果這裡的‘培養’指的是熱情鼓勵、真誠批評、提供平台、創造機會……那麼，這‘鼓勵’、‘批評’、‘平台’、‘機會’對每一個人都是一樣的，但最後並非每一個人成長起來了。就像這地球上的空氣、陽光和水無處不在，但並不是每一顆種子都能發芽，每一朵兒都能結果。所以，成長與否全在自身。”

“我們常常聽說，要打造名師，其實，名師不是靠‘打造’出來的。所有人才的成長，包括名師的成長都是一個自然而然、自由自在的過程。‘自然’說的是給人才成長一個寬鬆的生態環境；‘自由’是尊重每一個人的個性，讓他們的靈魂能夠自由舒展和飄逸。人為地打造，說實話，未必能讓老師們脫穎而出。”

李鎮西老師果然不隨波逐流，能說敢說，觀點新穎獨特，與眾不同。我當即上網下單，訂購了《自己培養自己》這本書。在2019年的暑假期間，我認真讀完了全書。

2022年6月18日，第五波新冠疫情突襲澳門，我在做義工、做好期末階段的教學相關工作之餘，在家享受着閱讀的樂趣。《自己培養自己》這本書不單書名有



趣，封面設計也很立體別緻，我再次想起了它。於是，從書架上取下來再次閱讀。

李老師在本書的《序》中說，所謂“自己培養自己”，就是用一生的時間去尋找那個讓自己驚訝的“我”，而這個“尋找”的過程是沒有止境的。

深以為然。內因是變化的依據，外因是變化的條件，沒有內因，怎麼可能有人成長呢？可見，教師專業成長關鍵還是要靠自己的自覺，自覺是教師專業成長的內驅力。

我在此以李鎮西老師的成功成長為例，闡述上述主張。

李鎮西老師1982年剛出來工作的時候，沒有像現在有這麼多的評優選先，除了期末學校評選優秀老師以外，沒有更多的稱號。內地的職稱是1986年才開始評的。沒有評先進的機制，不好的地方就是缺乏激勵，但有一個好處，就是讓想做事的老師心態平靜、從容、不浮躁。只要你想做事，就專心地去做，不要有甚麼雜念，想也沒用。現在內地有很多評優評先機制了，市級優秀青年教師、學科帶頭人、骨幹教師、名師工作室等等，但是，有了這些東西，並不能取代你個人的努力。

李鎮西老師搞語文教學改革，辦實驗，都是有成果的，可是當時並沒有激勵獎勵，李老師並未因此得到甚麼光榮稱號、先進稱號，也沒有誰說能給他晉升職稱。李鎮西老師搞教育研究的動力，完全靠自覺，完全來自於對教育本身的熱愛，來自於教學的反饋。通過自覺地實踐、自覺的行動，李老師成長了，教學經驗慢慢豐富了。慢慢地，李老師就小有名氣了，開始有人請他去開講座、作報告了，很多雜誌給他開闢專欄，也有人在教育專刊上專門給他留了一個版塊，請他發表文章了。由此可見，李老師的成長完全靠自己的自覺。因此可以說，自覺是教師專業成長的內驅力。

各位試想一想，一位年輕人，只要你想成長，誰都無法阻擋。所以，李老師認為，名師不是誰打造的，是自己成長起來的。人才不是誰培養出來的，人才是“生長”出來的。雖然生長需要空氣、陽光、水分，但是，生長本身是自己的事，生長者自己不想生長，誰助力都沒有用的。既然如此，年輕老師就不要希望誰能來打造你，一定要自己成長，自己培養自己。

教師怎麼培養自己，實現專業成長呢？老師的成長，始終要伴隨着四個“自覺”：自覺地實踐，自覺地思考，自覺地閱讀，自覺地寫作。

## 一、自覺地實踐

課堂是教師實踐教育教學理論的主陣地。一個教師，首先要課上得好，有大量的教學實踐，對課堂教學有深刻的感悟，才能在專業發展的道路上走得遠一些。自覺地實踐意味着教師要勇於承擔。勇於承擔公開課、觀摩課、教育教學主題研討課。課要上得好，參加各種公開課、觀摩課是一條很好的鍛煉途徑，它能較快地促進教師的專業成長。同時，實踐要有創新，要有思考，不能簡單盲目地操作，實踐和思考密不可分。

## 二、自覺地思考

如果一位教師能善於思考如何提高教育教學的實效性，那麼他就已經踏上專業成長之路了。我們一線教師，有大量的教學實踐，具有教學研究的豐富寶藏。我們要自覺思考自己的教學，從教學細節入手，從小問題開始思考、研究，比如：新課的導入、主問題的設計、對學生質疑興趣的激發、課堂生成問題的引導、訓練的有效性探索等等。教師要自覺地思考每天遇到的教學難題，思考教學設計是否適合該班學生，思考遇到一個後進生怎麼轉化。把思考所得用於自己的教育教學實踐中，從實踐中得出難題的處理方法。再進一步地，把實踐中積累的難題經過思考、歸類、整理，難題變課題，就是最後的教育科研。

## 三、自覺地閱讀

宋代大學問家朱熹在《觀書有感》中寫道：問渠那得清如許？為有源頭活水來。作為新時代的教師，要想輕鬆駕馭課堂，實現自身的專業成長，就要自覺地閱讀，不斷地從書籍中汲取營養，不斷接受新事物，才能保持思想的活躍與進步。

教師要閱讀哪幾類書籍呢？首先，閱讀教育理論專著、教育報刊雜誌，瞭解最新的教育成果，瞭解專家、同行在想甚麼。其次，閱讀人文書籍，哲學的、政治的、歷史的、藝術的書籍，甚至經濟類的書籍都可以閱讀，這和教文科教理科沒有關係。每一個教育者都應該是知識淵博的人，多閱讀，多思考，博採眾長才能觸類旁通。再次，教育工作者還應該讀學生愛讀的書，這樣能讓我們保持一顆童心，能讓我們的心保持青春的狀態，讓我們和學生有共同語言。

生命不息，閱讀不止。讓我們從閱讀中感悟教育！從閱讀中收穫專業成長！

## 四、自覺地寫作

寫作的過程是一個思考的過程，會促使你去閱讀相關的書籍。著名學者肖川先生說：“造就教師書卷氣的有效途徑，除了讀書，大概就是寫作了。寫作是最能體現一個人的綜合素質的。”筆者也堅信，能夠寫好文章的人，也一定能上好課。所



以，教師想要在專業上有所成長，需將寫作內化為一種自覺的行為。

寫作是需要素材的。教師寫作的素材從哪裡得來呢？可以從平時教育教學的困惑、思考中探求，可以從聽課記錄本上的“意見或建議”欄中尋覓，可以從他人的言談中意外拾荒，可以從業餘的閱讀中採擷。好記性不如爛筆頭，只要平時有了一點寫作的靈感，都及時記錄下來，日積月累，你也會像李鎮西寫最新著作《給教師的36條建議》、蘇霍姆林斯基寫《給教師的100條建議》那樣，積累成一本你自己的教育教學寶典。自覺地寫作，教師的專業成長將水到渠成。

能自覺重視專業成長並享受專業成長的教師是幸福的。日本作家池田大作說過：幸福不是別人賜予的，而是一點一滴在生命中築造起來的。想做個幸福教師，實現專業成長關鍵還是要靠自己的自覺，自覺是教師專業成長的內驅力。所以，既然已經站在教師講台上，就讓我們自覺地實現專業成長，站得優雅而幸福吧！🌱

### 【參考資料】

李鎮西（2017）。自己培養自己。上海：華東師範大學出版社。

### 葉龍鳳

澳門坊眾學校（中學部）中文科教師