

natural neurosteroid-based intervention for postpartum depression[J]. *Neurobiology of Stress*, 2020.

[8]Cort Pedersen, Jane Leserman, Nacire Garcia, Melissa Stansbury, Samantha Meltzer-Brody, Jacqueline Johnson. Late pregnancy thyroid-binding globulin predicts perinatal depression[J]. *Psychoneuroendocrinology*, 2016, 65.

[9]Amiel Castro R T, Pataky E A, Ehlert U. Associations between premenstrual syndrome and postpartum depression: A systematic literature review. [J]. *Biological psychology*, 2019, 147.

[10]Toru Tigistu, Chemir Fantaye, Anand Susan. Magnitude of postpartum depression and associated factors among women in Mizan Aman town, Bench Maji zone, Southwest Ethiopia. [J]. *BMC pregnancy and childbirth*, 2018, 18 (1).

[11]Jui-Ming Liu, Hsun-Hao Chan, Ren-Jun Hsu. Antepartum urinary tract infection and postpartum depression in Taiwan: A nationwide population-based study[J]. *Urological Science*, 2016, 27 (2): S77.

[12]Naoki M, Maruyama W, Shamoto-Nagai M. Type A monoamine oxidase and serotonin are coordinately involved in depressive disorders: from neurotransmitter imbalance to impaired neurogenesis[J]. *J Neural Transm (Vienna)*, 2017, 5 (14): 196-203.

[13]Kristina M. Deligiannidis, Aimee R. Kroll-Desrosiers, Shunyan Mo, et al. Peripartum neuroactive steroid and γ -aminobutyric acid profiles in women at-risk for postpartum depression[J]. *Psychoneuroendocrinology*, 2016, 70.

[14]Samantha Meltzer-Brody, Helen Colquhoun, Robert Riesenber, et al. Brexanolone injection in post-partum depression: two multicentre, double-blind, randomised, placebo-controlled, phase 3 trials[J]. *The Lancet*, 2018, 392 (10152).

[15]邱天琪, 黄昱静, 高军. 催产素对产后抑郁患者母性行为调节作用[J]. *心理科学进展*, 2020, 28 (03): 456-464.

[16]Lefkovic E, Rigó J Jr, Kovács I, et al. Effect of maternal depression and anxiety on mother's perception of child and the protective role of social support. [J]. *Journal of reproductive and infant psychology*, 2018, 36 (4).

[17]Dennis C L, Vigod S. Preventing postpartum depression: fatigue management is a place to start[J]. *Evidence Based Nursing*, 2019.

[18]Shelton S L, Cormier E. Depressive Symptoms and Influencing Factors in Low-Risk Mothers[J]. *Issues in Mental Health Nursing*, 2018, 39 (191): 1.

[19]Wang G, Deng Y, Jiang Y, et al. Trajectories of sleep quality from late pregnancy to 36 months postpartum and association with maternal mood disturbances: a longitudinal and prospective cohort study. [J]. *Sleep*, 2018, 41 (12).

[20]Samira, Alfayumi-Zeadna, Miron, et al. Barriers to postpartum depression treatment among Indigenous Bedouin women in Israel: A focus group study. [J]. *Health & Social Care in the Community*, 2018.

[21]何凯莉, 陶明, 朱翔贞. 产后抑郁的相关因素分析及防治[J]. *中国妇幼保健研究*, 2019, 30 (06): 705-707.

新时代高中阶段卓越教师个人特质研究

全玲玲

(郑州师范学院 河南 郑州 450000)

摘要对于21世纪的高中阶段卓越教师工作,世界各国相对都非常重视,不但进行了广泛的改革,并出台了相关的法律法规的支持。本文主要从新时代高中阶段卓越教师个人特质的特点和影响因素进行分析,高中阶段教师应该具有哪些特质?这些特质对未来培养人才起到什么作用。

关键词高中;卓越教师;性格特质;沟通能力

DOI 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.07.233

一、高中阶段教师的教学特点

(一)高中阶段课程内容限制性较强

高中阶段课程任务重、科目多,信息量大,繁杂的特征为高中阶段课程内容设置,其需要教师整合、精简、凝练深度,建立各课程内容之间的有效联系。高中阶段教育实际情况呈现为专业学科教学、班级管理、办学等多元化方式以限制教育发展。

(二)教学方式单一化

教师专业结构与教师专业标准相适应,学科教学知识与技能是教师专业化技能的重要体现。学科知识的特有专业标准,而其专业标准、程序、方式方法也具备一定的专业性。微观、宏观层面丰富教学方式。

(三)高中阶段教师时间紧迫

高中阶段学生处于最后冲刺阶段,各科学习处于紧张状态,这个阶段教师无形中随着学生的节奏不断加快,这个阶段教师个人精神压力较大,部分教师精神长时间处于高压之下,会把情绪带入到课堂中,无形中对学生的心理造成伤害。

(四)教学手段缺乏创新

由于高中阶段教学属于基础教育,更多的教学内容受长时间固定模式的影响,造成部分教师长时间采用一种教学手段,致使课堂气氛沉闷,学生长时间一种模式学习,造成学习疲惫状态,学习效果严重受到影响。

(五)教师身担多重角色

由于这个阶段学生大多数处于青春阶段,这个阶段的教师往往承担多种身份,如:心理咨询师、父母替代者、教练、朋友等角色的影响,学生与教师关系缺乏融洽,教师身心疲惫,耐心不足。

(六)高中教师教学压力大

高中阶段的升学压力、分数压力、部分学校绩效薪酬与学生分数挂钩,使得教师除了常规完成繁重教学任务外,还要承担学生成绩以及升学压力,还有承担班主任主任工作更是加上责任压力,教师身心不堪重负,这些对于卓越教师培养是不利的。

二、影响卓越教师培养的影响因素

(一)内部因素

首先,个人教育经历和生活环境背景因素不可避免会对个人职业行为的影响。其次,学习能力的培养。卓越教师需要终生学习,不断更新知识有助于提升教学经验。再次,课程教学创新能力的培养有助于卓越教师的重要途径,如:教学模式的创新、教学手段的创新、教学内容的创新等,提升课堂教学氛围,降低教师教学的职业倦怠问题。

(二)外部因素

1. 家庭的理解和支持

卓越教师的职业培养离不开家庭的支持,一是不同家庭背景无形中卓越教师的培养形成直接或者间接的影响。二是学校的文化和价值观的培养,积极向上的团队氛围有利于卓越教师的培养,如:人性化的管理方式、培训进修机制、奖励制度等。

2. 社会的认可度和重视度

社会对卓越教师的认可度直接影响其发展的方向,社会对于卓越教师的认识越重视,形成群体对于卓越教师的价值观、文化等有利于卓越教师的成长。

三、高中阶段卓越教师个人特质培养模式

(一)高尚的品格和积极的心态

卓越教师的特质首先从积极健康的心态进行培养,良好向上的心态非常重要,这种特质通过天生性格和后天强化,后天主要通过培训,如:职业的幸福感和培养、积极乐观的引导方向等。

(二)提升教师薪酬待遇

提升教师薪酬待遇对于卓越教师的特质培养极其重要,薪酬待遇直接间接影响教师生活质量的好坏,健康的人格,良好的心态与生活品质息息相关,部分教师薪酬待遇较低,生活缺乏保障,忧心忡忡,身心处于疲惫状态不利于卓越教师的培养。

(三)良好的沟通能力

高中阶段师生之间多重角色的关系,沟通是促进师生之间的桥梁,不论是教学还是生活对于沟通都是极其重要的作用,良好的沟通能力会转化为一种人格魅力的吸引力,高中教师应具备温和和热情的性格,增加亲和力,有助于沟通能力的培养。

(四)外出培训机会和深造

优秀的老师离不开不断的提升学习,对于更新知识,提升教学质量,更新观念,通过高水平专家老师的指导学习,与行业优秀老师交流学习,不断提升自我。尤其是对于教学模式、教学理念的更新、专业的研讨等起到较大作用。

(五)得体的穿着

卓越教师的言谈举止对学生形成无声的吸引力,高中阶段学生在很多方面还处于朦胧状态,往往容易盲目的个人崇拜,如果教师优雅的举止,不凡的谈吐,对于学生起到示范引领作用。

(六)对教育事业的挚爱和情怀

兴趣是最好的老师,只有热爱教育事业,内心对教育事业一份敬仰的情怀,教师职业需要有奉献精神,对学生有爱心,有耐心,静心投入,兢兢业业刻苦钻研业务,耐得住寂寞。

(八)教学能力的培养

卓越教师的教学能力不是天生就有的,需要通过课堂不断优化,扬长避短,不断的锤炼形成,教学能力直接影响到学生学习效率和学习兴趣问题,教学能力的培养需要长时间的多种培训学习获得,通过课堂教学实践环节也是不可缺少的,专家听课提意见,或者与高校形成联盟协作,与大学教师合作形成导师制,共同探讨教学的方式方法,向名师学习请教。

(九)建立奖励激励措施

对于卓越教师的奖励和激励起到举足轻重的作用,建立不同等级的奖励激励措施,如:评学生最喜欢的教师排名、课程模拟打分、教学大赛等。

参考文献

- [1]石中英. 成为一名卓越的教师[J]. *中国教师*, 2008 (12): 5-6.
- [2]柳海民, 谢桂新. 质量工程框架下的卓越教师培养与课程设计[J]. *课程·教材·教法*, 2011, (11): 96-101.
- [3]陈向明. 实践性知识: 教师专业发展的知识基础[J]. *北京大学教育评论*, 2003 (1): 106-114.
- [4]Grossman, P. Compton, C. et al. Teaching practice: A cross-professional perspective[J]. *Teachers College Record*, 2009 (9): 2055-2100.
- [5]徐美. 加强师范生实践反思能力的培养[J]. *中国教育学报*, 2016 (1) 94-97.
- [6]黄露, 刘建银. 中小学卓越教师专业特征及成长途径研究—基于 37 位中小学卓越教师传记的内容分析[J]. *中国教育学报*, 2014 (3): 99-104.

[本文系河南省教育厅(人文社会科学)研究项目“河南省高中阶段卓越教师评价体系建设研究”(项目编号: 教社科[2019]370号)阶段性研究成果]