

# 幸福婚恋心得体会(优质10篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看。

## 幸福婚恋心得体会篇一

我知道那是一部根据真实故事改编的电影，还未看就看过简介！

的确很好看，也感到很真实，也许本来就是真实的。那是八十年代初的美国，经济不景气的时代。

凡是在一个看起来很糟糕的社会，厉害的角色就会应运而生。所谓乱世出英雄，那只不过是一个内心强大，不甘现状的平凡人的奋斗。《当幸福来敲门》的主人公便是我心目中的英雄，一个在煎熬环境下奋斗成功的人，一个捍卫自己梦想并付诸努力的人，就是这样他成功啦！

作为一个有家室的中年人，他是失败的，连妻子都离开了他。但他又是成功的，因为他并不屈服于命运，为了梦想而不懈努力，后来通过了自己的勤劳拼搏和聪慧的头脑摆脱了困境。

他是普通人，可他又不普通，若是别人或许早就对生活失去了信心，早就放弃啦！但他没有，难能可贵的是，他一直保持着他的乐观。在哪个让我流泪的镜头，我脑海里是不是还会出现，在地铁站的终点站睡觉，还是在厕所里，两父子抱在一起。他，流泪啦，我也跟着流泪。

看完了影片，我觉得生活中的所有困难并不算什么，前提是必须是一个坚强，有信心，乐观并充满希望的人。当然，我

必须做一个好像片中主人公一样的人，拥有勤劳拼搏的精神，因为我也要捍卫自己的梦想。

幸福，每一个人的幸福都不一样。

《当幸福来敲门》给了我很大的勇气去追求属于我的幸福！

我必须做一个好像片中主人公一样的人，拥有勤劳拼搏的精神，因为我也要捍卫自己的梦想。

## 幸福婚恋心得体会篇二

幸福就是定下适当合理的期望，增加内心的满足感，发现生活中点点的美好。改善自己身心，正确影响周围人。而且幸福快乐是一种追求和美德。很多人认为的幸福是“你能给予我什么”。其实，一切寄托在别人身上的快乐都是暂时，任何人在你的生活中都只是配角。幸福，是内心生长出的力量，那是一件只与自己有关的事。一. 一个中心。

一个中心，就是以学生为中心。学生是课堂教学的主要载体，而幸福课堂建设的理论基础和评价标准都要落实贯彻和体现生本教育理念。现代教育观念已从教师为本转变为以学生为本。参考和评价一节课是否是幸福课堂，没有学生是实现不了的。来自淮安的黄亚萍老师的[merrychritmas]这一课就充分体现了这一中心。学生通过情景讨论，解决疑问，再展示学习成果都集中了幸福课堂的内涵。

### 二. 三大定律。

参考孟万金教授的幸福课堂的基本法则中，三大定律就是三大大学习定律，幸福课堂建设要遵循准备率、练习律和效果律。沈云老师与黄亚萍老师的都有明确的体现这三大定律。一节优秀的展示课，教师在课前必定都与学生做了很好的沟通与磨合。一节课的准备如何不光要看师生在课堂上的配合程度，

还有教师，学生的准备情况。这两节课都可以看出教师与学生的准备是十分充分的。在整个教学的过程中，学生都做了大量的练习来巩固知识点的运用。因此就学生的展示成果环节中，可以看出学生的学习效率，课堂效率。我们常常说向40分钟要效率，那么该如何要，这两位老师精彩的课给我们很多的启发。

### 三. 四大要素。

四大要素就是动机激发和维持的四大策略。引起注意——贴切相关——建立信心——满意满足。首先，两位教师都是以学生十分喜爱的歌曲形式来导入新课，引起学生的关注，提起学生的有意注意。其次，老师们学生熟悉的方式呈现新知，有图片，动画等形式激发学习兴趣与动机。然后，教师设计由易到难的练习梯度，分层次练习知识点，减轻学习难度，降低学习中的紧张气氛，使学生在轻松的氛围中建立信心。最后，沈云老师以一则人物介绍来对她的这节课升华，突出这节课的主题“who can try? i can try.”学习是为了更好的提升自己，认识周围的环境，我们的学生才能从学习当中认识自己，改造自己。

世界著名的教育家乌申斯基说：“教育的主要目的在于使学生获得幸福，不能为任何不相干的利益而牺牲这种幸福，这一点当然是毋庸置疑的。”我们小学英语教师让学生能够真正地感受学习的乐趣与幸福，享受成功的体验，就是教育的根本目标。

幸福课堂不仅是学生的幸福课堂，同样也是老师的幸福课堂。有人说过：“教育应当是一种享受，无论对于教育者还是受教育者；学习应当是一件乐事，无论对老师还是学生学习幸福感。”假如每个孩子都对学习充满期待与渴望，带着好奇，探索与追求的目光开始每一节课，那这就是我们的课堂追求，这样的学习历程，才是真正体验生活幸福感的生命历程。

## 幸福婚恋心得体会篇三

幸福是什么？无可非议幸福作为一种具有内化价值和意义的主观心理体验，不同的人有着不同的见解。有人认为“幸福就是人的根本需要得到满足所产生的愉快状态，有人认为”幸福是人在创造物质生活和精神生活的实践中，而得到的精神满足。

从事教育工作的人，每天面对一群嘈嘈不停的学生，忙着处理一件件永远做不完的事情。做教师的幸福感在哪里呢？教师的幸福感源于学生的成功和学生对教师的真情回报，源于教育教学工作的成就，源于家长、社会的信任、尊重，源于领导的肯定和支持，源于豁达的生活态度、自觉高雅的生活情趣，源于和谐的人际关系。

教师被誉为人类灵魂的工程师，承担着“传道、授业、解惑”的神圣职责。教师的一言一行除了关乎自己的形象以外，还会潜移默化地影响到学生的成长。因此，教师的幸福感除了本身客观的内涵以外，还应有较宽的外延。

教师是普天之下最神圣的职业，我们天天面对的不是默默无语的机器，而是一群富有朝气的、将来要服务于社会的年轻人。教师通过每天的言传身教，潜移默化地启发学生智慧、感召学生心灵、促进学生个性健康成长，使他们一个个学有所成、青出于蓝而胜于蓝，此时每一个当教师都莫不不会有莫大的成就感。人生有三乐，“得天下英才而教育之”该是教师独有的职业幸福感。

教师是受人尊敬的职业，收入条件也越来越好，教师学业上可以如“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”般毫无保留地传授给学生，生活上已大可不必“照亮别人必以毁灭自己为前提”了。教师应该与全体人民一起富裕起来，而且要先富裕起来，无忧无虑、幸福自在、全身心地投入到教书育人当中去，这才是符合时代发展的教师幸福发展观。

作为教师，我们应多看到学生的长处，多看到学生取得的成绩，满面春风地去面对学生，让明媚的阳光照到学生心坎上。这样，即使是问题学生、给您恼气的“坏孩子”，也会浪子回头金不换，成为时代的俊杰。学生进步了，您也快乐了，学生和您的幸福指数都提高了，何乐而不为呢！相反，您如果板着一副严肃的面孔，或者将自己不愉快的东西，转嫁到同学身上，那学生们当然会不领情，您自己也会觉得不爽，教学效果和师生感情都会大打折扣。

幸福不只是仅有开头、结尾，取得幸福得有一个过程。如果经常关注取得幸福的每一步，收集自己幸福的一点点，你会发现原来自己生活在幸福的海洋里！一个人来到世界上，如果不快乐工作每一天，不享受丰富多彩的生活，那人生岂不真的“从无到有，从有到无，忽然而已”，与草木无二了。没有十八盘艰难的跋涉，哪有玉皇顶如释重负、一览众山小的心境；没有红军两万里的长征，哪有中国革命如此绚丽的乐章；没有吃过苦，哪能知道甘甜是如此美好。重视过程，活在当下，乐在其中，才是正确的人生态度。

适当的生活预期，可以激发人们的潜力、斗志，最终体会到来之不易的幸福。但盲目的攀比，则会使人应达不到目标而产生挫败感，最终远离幸福。其实，从幸福感知的角度讲，幸福与收入、地位并不显著相关，被攀比者尽管看起来收入高、地位高，但他未必比攀比者幸福。我们经常只是一个设想，说别人家如何如何幸福？有谁能体会到他们的真正感受呢？幸福只能是主观评价，不好说一个乞丐就比一个百万富翁更不快乐。

幸福不仅是得到爱和关怀，更是用爱心去关爱他人，并从他人处去获得幸福。所谓“赠人玫瑰，手有余香”，“爱人不外己，己在所爱之中”，都告诉我们一个朴素的道理：多献爱心、多做善事，会使自己幸福感增加；多献爱心、多做好事，会使我们的社会更加温暖。现在或者将来，我们社会肯定还会存在弱势群体、困难群体，他们比一般人更需要关爱、

需要帮助，这一方面需要政府做出不懈的努力，也需要社会个体之间的互助，只有这样才能做到社会整体和谐。

现代人社会责任较大，家庭负担较重，合理分摊压力非常重要。从压力的来源来说，除了单位、集体给您分担一部分以外，更重要的是家庭如何吸收一部分，朋友如何替你担当一部分，自己如何释放一部分。如果一个人亲情度和友情度高，社会支持强，则这个人很容易转苦为乐，转忧为喜，从不幸转为幸福。作为自己本人，也要有的放矢，有所为、有所不为；要善于掌控自己的情绪，学会拿得起、放得下，尽量不招来不必要的烦恼；适当时候，也可以考虑换位思考，使自己尽快从烦恼、困惑中解脱出来。

也许“水顺其势成就其昌，海纳百川乃成其大”更能诠释一个幸福的老师的真谛。像顺着水流之势去遵从教育的规律去教育他们，学生的发展、成就必得其昌；像大海一样的胸怀去接纳每一个学生和学生的错误，你的世界也会像大海一样的湛蓝而深远。

让我们都成为一个幸福的人吧，一个有幸福感的教师，幸福地生活，幸福地工作吧！

## 幸福婚恋心得体会篇四

xxxx年9月27日上午，我认真聆听了最美教师李xx老师的讲座。李老师的演讲题目很新颖——《用思想飞翔，做幸福教师》。

李老师是如何让学生那么喜欢上数学课的，是如何将曾经倒数的班级教到正数第一，这些她没有多讲，联系《泰迪的故事》，不难猜到，其中鼓励的力量不可小觑。从小，我就喜欢语文，不太喜欢数学，语文成绩一直名列前茅。上了初中，数学老师特别严厉，常常是一道计算题错了就挨个体罚，我为此吃了不少苦头；上课，老师提问题，很多同学都举手了，对于没举手的，老师总是冷嘲热讽，就这样，我背负着很大

的压力，越怕上数学课，数学成绩就越差，如此恶性循环，父母也为此愁得不行。此刻我想，如果当年，我的数学老师，可以像李老师一样，时常鼓励我，哪怕一个眼神、一句简单的话语，或许我不会落得后来严重偏科的地步。后来，我身为人师，也常常听到身边有同事对学生冷嘲热讽，说特别难听伤人自尊的话，我深知那样的教育方式只会适得其反，老师们脾气上来时候，应该理性地克制，不然，摧残的可是祖国未来的花朵。

“当有人告诉你你的梦想不可能实现时，你要变成‘聋子’，对别人讥讽的话语充耳不闻”，只有这样，你才能不被他人左右，不被自己的怯懦吓到，才有可能实现梦想。作文课上，我让学生写《我的理想》，孩子们纷纷举起小手，或大胆或害羞得说出了自己的理想。有的孩子想当科学家，有的想当歌唱家，有的想当作家……当一个学习成绩不太好并且非常内向的孩子，站起来怯生生地说自己的梦想，是当一位作家的时候，其他孩子哄堂大笑起来。我很严肃地制止了他们，并说：“你们没有权利去嘲笑别人的梦想，梦想总是要有的，万一实现了呢？如果你连想都不敢去想，那根本不可能实现的。最起码这位同学敢于说出自己的梦想，这应该是被尊重的。”其他孩子听了，都会意地点了点头。古往今来，多少伟人小时候只是个默默无闻甚至被人嘲笑的角色，长大后却都令人刮目相看，在学术等领域造诣颇深。牛顿、瓦特、爱迪生，这些例子数不胜数。李老师怀揣着简单的梦想，每一步踏踏实实地走着，抱着将生命折叠51次的信念，终成一代名师。老师们虽处于平凡的岗位，但是肩负着每个学生的命运，与祖国未来的发展息息相关，所以，应尊重并善待每个孩子的梦想，哪怕是不切实际的。

李老师身为一名数学老师，竟然能坚持阅读，坚持写反思，真的令我这个语文老师汗颜。她提出的观点很赞，“将阅读进行到底，让数学七十二变，借反思破茧成蝶”。我可以改为“将阅读进行到底，让语文七十二变，借反思破茧成蝶”，并以此为今后的奋斗目标，不断提升自己。每次外出培训，

李老师都要坚持写反思日志，哪怕条件再苦再难，当李老师讲到，由于久坐电脑前码字，居然忘了头顶上有电视机，一站起来磕得头生疼生疼的。李老师是用十分轻松的口吻讲她的故事，听到此，大家笑了，可是其中的辛苦，恐怕只有亲历的人才能体会吧。xxxx年，李老师写了50万字的随笔。20xx年10月的研修茶座，她又写了10万字。这些数字，足以令在场所有的语文老师汗颜。是啊，我们才二十多岁，教学生涯刚刚起步，正值风华正茂、精力充沛的时期，可是我们整天除了上课，就是玩手机、玩电脑，没有阅读，没有练字，更没有花费时间跟学生交流，更别说抽出时间写反思了。而李老师却能数十年如一日，笔耕不辍，更何况她还是个数学老师。我们身上欠缺的太多太多，社会浮华，人心浮躁，电脑让人们的大脑和手变得慵懒。专业知识的匮乏，教育理论的缺失，社会阅历的不足，都是年轻教师致命的弱点。我们应该充分利用好身边的资源，利用好电脑设备，像李老师一样，可以建个微博，每天坚持写日志，这样可以与不同思想的人交流，还可以提升自己，何乐而不为。大概是李老师喜爱阅读，她的女儿也因此受到了熏陶，也爱上了读书和写作吧，六年级就坚持写小说了，真了不起！这样说来，如果我们养成了阅读书籍的好习惯，将来我们的孩子、学生们也会受到影响，会爱上阅读的，还能提升个人素质，一举两得！

之前，我还在默默抱怨，怎么偏偏安排我们假期来培训，可是李老师开场就说，羡慕我们，还有培训的机会，专门有人来给我们指导。想来也是，李老师不也牺牲了假期时间，来给我们做讲座么？“听君一席话，胜读十年书”，尊敬的李老师，晚辈受教了。

## 幸福婚恋心得体会篇五

“读书破万卷，教学如有神。”教师的生命成长靠读书，教师的终生幸福靠读书。无论是大学教授还是小学老师，无论你身处繁华闹市还是偏僻乡村，无论你是语文老师还是音体美老师，你都能从这些人物身上找到自己的榜样，让每一个

听众产生“心向往之”的怦然心动：“如果我也能象他们一样读书写作，是否也能体验到‘教学如有神’的快乐？”是的，记得一位教育者说，任何一个老师，只要你愿意摒弃浮躁之气，静心读书，你就能触摸到“幸福”，与“幸福”亲密接触。

知识和文化修养是感受和创造幸福的关键，教师是培养祖国人才的核心力量，因此学习就显得更为重要，诸如现在所倡导的“把终身学习看作是生存的需要和实现幸福的重要途径。”有人说，当老师太没劲了，也确实，人生大部分时间呆在学校里，就捧着几本书教来教去，活得无色无味。但我觉得我们既然选择了教师这职业就应该去感受它的快乐与幸福，并创造幸福，虽然教材不变，但是孩子却是每天都在改变，每一届的学生都不同，都在渐渐的成长，和孩子们在一起本身就是一种幸福。

我们教师要每天坚持理论学习，不断给自己充电，很好地解决教学中遇到的问题。我们不要把学习看成一种负担，而应把它当成一种乐趣。久而久之，你便会感受到学习的乐趣，自然就会在学习中感到幸福。应该把学习视为一项重要的工作，这样才能获得更多的幸福，才能用知识创造出更高层次的幸福。通过学习才能形成一种积极的、向上的、对人类生活充满爱的心态。现在我周末经常去书店或图书馆阅读书刊，来丰富自己的知识面，我现在感觉自己精神上，知识上都是充实的。

教师的幸福是一种通融、豁达、敞亮、满足和感激，是智慧之上的智慧。教师的教育生命便是满足和宽容、感恩与和谐。相对安静、安宁、安心才能打开心障，体察自我，寻找和发现教育的幸福。幸福既在心灵深处，也在我们眼前手边，所以我们要满足于学生的点滴进步，感激生活中的每一点理解、宽容、信任，甚至是压力、埋怨和怨愤。

带着幸福感做教师，正如揣着理想上路，不仅在做的过程中

使幸福变成目的，而且必然会带来一个副产品，使教育教学变得精彩。为了祖国的下一代，为了民族的未来，我就要勇担责任，就要去感动自己，感动学生，感动社会，就要去体验教育的快乐，感受教育的幸福，就要“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。”这才是教师的人生的至高境界！这才是教师完美的人生！

做一名幸福的教师，必定是拥有爱心的教师，师爱是师德的核心，师爱也是师魂！读懂了这种爱，我们便能更好地诠释我身边平凡事例中那炽热的爱心，做一名幸福的教师，必定肩负着无限责任，充满着坚定的信念。文人们歌颂：教师是太阳底下最光辉的职业。确实，教师是引领孩子们成长的导师，有着绝对的主导作用。但是同样，教师为人师表的特点决定了它崇高的责任感。一个没有责任心的人不论其职位高低，是无法在其所处的岗位上敬业奉献的。有了强烈的责任感与事业心，教师才会乐业、敬业。责任感也就成为了优秀教师的重要条件。教师的责任感源于对教育事业的热爱及愿意献身教育事业的坚定信念。唯有这样的坚定信念，才能为我们的内心带来满足与幸福。尼采曾说过一句话：“假如上帝不给我欢乐，我就为自己创造欢乐。”尼采为自己执着追求的哲学理念献出了近乎完整的一生，他是个孤独的盗火者，他的行为不是人人能够效仿得了的，但是，他的这样的执着的追求快乐与幸福的精神却是永远值得我们学习的，相信纵使平凡的我们也能凭着这样的信念和追求抵达幸福的彼岸。

## 幸福婚恋心得体会篇六

随处可以读到一些介绍优秀教师的事迹，基本上都是一样的面孔与经历，我很仰敬他们对于教育事业的忠诚与无私的奉献，但是，这种奉献是否一定要以牺牲自己的健康为代价，或者置自己的家庭于不顾？这些行为，更准确的说是一种英雄行为，英雄在每个时代都是有的。可是，对于更多的不是英雄的我们呢？自己的生命价值点落在何处？传媒所宣扬的优秀教师的大多以苦难者的形象介入我们视野的，苦难不一定是

坏事，可以造就更坚强的人，可是，绝大多数教师是没有他们相似的苦难经历的，那么，是否就没有享受教育成功喜悦的机会呢？当我们的政治从伪圣化艰难的蜕变出来的时候，我们的教育可能还在苦苦的挣扎！不过，幸运的是，在价值多元化的今日，平民化与普遍性成为无数平凡教师的新的成长视角，他们不再为自己成为不了传媒所造就的优秀形象而苦闷与自卑，而是满怀信心的寻找属于自己的成长道路——做一个幸福的教师！

## 什么是真正意义的教师的幸福

很多教师都知道目前的教育窘境：素质教育的理想化与应试教育的现实化陷入了两难的困境。我们的教育良知逼迫我们要不断的提高学生的素质，把仅有的宝贵的时间挤压出一点点来培养学生各方面的能力；可是，教育的现实社会的需求以及学校、教师的生存发展的需要，又必须把我们的学生推向残酷的应试教育的竞技场，进行智能与体能的肉搏，这个搏击的过程与结果，教师必须全程参与，自然与学生一样经历精神与肉体的疼痛，于是便有了教师如上的慨叹！

## 教师的幸福是自己创造出来的

有教师认为，现在的教育压力如此之大，哪里还会有幸福可言？其实，幸福的意义并不以压力大小计，无论怎样的压力与艰难，都无法阻挡教师独立的追求自己的幸福，也许，幸福是短暂的，可追求是永恒的！

其一，是需要教师拥有属于自己的教育思想。人有思想，才有魅力，教师更是如此。有魅力的教师是幸福的，会得到学生的热爱与同事的尊重。有许多教师，会被“思想”两个词吓住，以为这是大师的专利，其实，每个人都能也都应该拥有自己的思想。大师有大师的思想，作为平凡的教师有平凡教师的思想；大师的思想如火把，我们的思想可以为蜡烛；火把可以照亮更广阔的空间，蜡烛至少可以烛照一间教室的灵

魂，可以让平庸无处藏身，教师的灵魂的洞彻，才能引导着自己学生的灵魂向更高更远处健康的发展，学生思想的进步就是教师幸福的源泉！

其二，需要教师拥有属于自己的教育个性。一位有个性的教师，一定是一位拥有自己的生活理念与拒绝从众心理的教师，他们始终保持自己独立思考的精神状态与独立的行为准则，不会受到社会浅层的流行观念与世俗意识的干扰！

其三，需要教师打造属于自己的儒雅风度。如果说，拥有自己的思想与个性是教师的精神形象，那么，儒雅风度只是教师必须具备的外在形象，当然外在形象与内在精神是统一的。作为人类灵魂工程师的教师，曾经被照上很多灿烂的光环，教师职业内涵的理解与界定的变更，一直困扰着每一位教师！儒雅风范体现了教师的形象魅力与内在气质，自然会赢得学生与家长的尊重，成为教师幸福的源头之一。

其四，需要教师建造属于自己的精神家园。生活的多彩与多元，会有不同观念与形式影响着我们的现实生活与精神生活，但是，当这样的影响变成左右我们精神的时候，我们就会失去独立的价值判断与取向，会自觉不自觉的在与人攀比的过程中，产生强大的心理落差，这个落差如果得不到及时扭转，就有可能导致我们的精神观念的偏向。如何真正的避免这样的心理落差呢？我以为最好的途径就是建造属于自己的精神家园，这个家园是独立的而宁静的，可以排斥尘世的纷扰，可以固守自己的见解，可以外圆内方的处世，也可以棱角分明的展示自己的才华……当我们的生存压力致使我们的肉体与灵魂双重疲惫的时候，首先需要的就是找一个属于自己的独立的精神空间，来安抚自己的伤痕累累的灵魂，一般说来，这个空间只对同道之人开放。

最后，我想说的是，任何一项的创造都需要代价的，教师的幸福人生需要我们用辛勤的汗水与泪水来滋润我们疲惫的身影与苍老的额头，当一切成为往事的时候，倘若我们能够坦

然的迎接自己教育过的每一位学生的笑脸，那才是教师幸福的最高境界！

## 幸福婚恋心得体会篇七

一个幸福的教师会享受课堂。要成为一个幸福的教师要懂得享受课堂。课堂是教师生命最重要的舞台，一个懂得享受上课的人，课堂便自然会成为其享受幸福的重要舞台，营造一个充满生命活力的课堂，和学生一起痛苦、一起欢乐，你就会少了许多教学的焦虑和烦恼。

上课之前如果你认真而又细致的备好了课，微笑着走进教室，投入而又熟练的传播知识，你会惊喜地发现孩子们也很投入，精力集中、思维活跃，个个都想表现自己，而这正是我想要的。

我们要放正心态，学会“有教无类”地接纳身边的每一个学生，学会以每一个学生为基准，对孩子多一份宽容，让学生学会做自己人生舞台上的主角，从它的幸福成长中获得幸福！当你发现给了学生一份相信和鼓励，自己却得到了更多的尊重、快乐和幸福！这样的课堂真是一种享受！

一个幸福的教师会始终走在学习的路上。求真、求善、求美的过程既是感受幸福的过程也是创造幸福的过程。知识和文化修养是感受和创造幸福的关键，教师是培养祖国人才的核心力量，因此学习就显得更为重要，就应该把终身学习看作是生存的需要和实现幸福的重要途径。我们教师就更应该用知识来武装自己的头脑，不断“充电”，实现“工作、学习、生活一体化”。诚然我们的基本状态是时间紧、任务重、压力大，工作和学习矛盾十分突出，但这并不应成为我们不加强学习理由，我们应该把学习视为每天的一项重要工作，每天不断继续学习通过学习才能形成一种积极的、向上的、对生活充满爱的心态，这样就能创造出更高层次的幸福。

一个幸福的教师会每一天都从微笑开始。真挚的微笑如夏日的凉风、冬日的暖流令人心情舒畅，倍感温暖，教师间的微笑可以使同事之间气氛融洽，更可以使自己消除工作中的疲劳和减轻心理的压力。

教师的微笑对学生的作用是举足轻重、独一无二的。你的微笑就像是冬日的阳光融化了他们心中的冰霜；像春雨滋润着他们心田的嫩芽。透过微笑他们会去接纳你，会喜欢你，使他们有一种积极的心态面对学习与生活，这会使你的教学很轻松，效果明显。更为奇特的是他们就像是千万部复印机，会复制你的情绪然后马上还给你。给同事一份微笑，给学生一份微笑，生活也会回报你一份微笑，也许一天的幸福就从这儿开始了。

## 幸福婚恋心得体会篇八

泰戈尔曾说过：“花的事业是尊贵的，果实的事业是甜美的，让我们做叶的事业吧，因为叶的事业是平凡而谦逊的。”“十年树木，百年树人”，踏上三尺讲台，也就意味着踏上了艰巨而漫长的“育人之旅”，教师就像那默默奉献的绿叶，时时刻刻衬托着鲜花的娇艳。

教育是一种感动！这个感动又是一个艰辛、美丽、幸福的过程，要想享受幸福，拥有美丽，那就必须付出艰辛！

这学年，我接受了一个新的班级，仅仅几天，问题暴露无遗。孩子们表现自由散漫、责任心不强，有些同学连作业都完不成，更不会关心集体的荣辱得失。这么多问题，我该怎么办？我咨询经验丰富的老教师，再一次拜读魏书生老师的《班主任工作漫谈》，书中谈到“控制”原则，从学生的道德思想，班级的纪律，学科学习，采取有效的办法加以控制，强化学生的自律；李镇西老师的《爱心与教育》，让我感受到老师对学生的爱应是纯粹而真挚的，是一个灵魂对一群灵魂的呵护。他“对错误零度宽容，对灵魂无限爱护”，由于他的严

慈相济，造就了一个美好、团结、积极上进的班集体；罗恩克拉克《优秀是教出来的》等著作，我认识到纪律的约束，爱心的付出，是管好班级的法宝。我召集了班委的几名同学商议后，召开了班会。希望同学们把原来的一些好的习惯、做法带进来。并且共同制定班规—班级约定，我提醒大家：“这个约定一旦定住就要说到做到。”随后小组展开了讨论，最后我们共同的约定是：按时上学不迟到，完成作业不懒惰，认真倾听不说笑，卫生积极不打闹，拒绝零食身体好。

同时约定：课间可以做自己喜欢的游戏，要有良好的秩序，要注意安全。做课间操时，快、静、齐，排队到操场。试用一段时间，果然有了明显的改观。

看到孩子们有了转变，我趁热打铁，采取了一系列激励措施，调动孩子们的积极性。在班内开设各种星的评比活动：纪律星、卫生星、学习（作业）星、路队星、标志星。每个孩子的名字都在“光荣榜”上，每周都有专人负责进行优秀评比。最后是每月评星，根据各方面的表现评出各种星。在评比过程中，我看到了每个学生都有不服输的心理，都想努力使自己做到最好。这种做法调动了学生的积极性，还约束了调皮、捣蛋的同学。随后，开展的走进东进、队列队形比赛、走近家乡的桥、走进敬老院等一系列活动，激发出了孩子的潜能，也培养了孩子们的集体荣誉感，其自我约束能力大大加强。

老子曰：“天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能胜。”那么，师爱如水。

当时班里的几个孩子曾庆东、韩怡松、马天浩、王悦辰，没有良好的学习习惯，课堂上做小动作，影响其他同学。那学期蒋老师给我班上《品社》，她与我协商，看能不能对这几个孩子进行心灵的救治，激发他们学习的动力，即使取得点滴成绩，也是很大的收获。

此后，我便在课堂上更加关注他们，刘老师也适时鼓励，课下找他们谈心。同时，我也多次与家长取得联系。苏霍姆林斯基说过：“如果没有家庭的高教育素养，那么不管老师付出多大的努力，都收不到完美的效果。”因此，开家长会时，我主动留下他们的家长与其沟通，希望他们不论多忙，都要抽出时间，对孩子多一份关爱、支持与鼓励，多帮助孩子辅导落下的功课，培养孩子一些学习的信心。蒋老师则经常电话联系。

几次沟通后，有一天，曾的妈妈很激动地告诉我，他在家的一些情况。说：“这孩子的进步很大，现在回家后能主动拿出书本写作业了，能主动问问题了，有时缠着我把语文、数学全写完。”妈妈在孩子面前表现出了自信与乐观。

功夫不负有心人，这些被爱遗忘的孩子，终于在爱的感召下，激发出了最大的潜能。期中考试后，开家长会时，我当着全班家长的面，表扬了这几位同学，上课知道听了，作业也很努力去写，考试成绩有了很大进步，韩怡松还被班级评为“进步之星”，我为他们照了相，打印后张贴在“我是班级小明星”的位置。同时表扬了曾庆东的母亲，我说：“她回家后一道题一道题地帮着孩子辅导，那段时间都是陪着孩子学习。”刘老师要我转告她：“你是很了不起的母亲，很伟大的妈妈！”说到这里，看到曾的母亲早已泣不成声，我知道这泪水中既有艰辛，又有孩子得到认可的喜悦，或许也有孩子被关爱的欣慰吧。会后，韩怡松的母亲拉着我的手说：“孟老师，怡松中午回家很激动，一再叮嘱，下午不能去晚了，老师给照相了，让我早点来看看，还催了我好几遍。”边说边泪流不止，其中的滋味也许只有当母亲的才有所体会。他还说：“我们老师对我们很好。”这是一群知道感恩的孩子，已不记得老师多次对他严厉的批评。

还记得，那天是圣诞节，我刚刚踏进校门，曾庆东就飞奔而来，他一边把包裹得很漂亮的橙子和苹果送到我手中，一边喊着：“老师，祝你圣诞节快乐！”还说：“老师，苹果代

表平平安安；橙子，是我诚心诚意送的。”那一刻，我的眼角湿润了，我的心底是满满的感动。那一刻，我是幸福的。我深深地知道，这个孩子，他能记住这样的话，他的妈妈要交代多少遍啊！

记得夏丐尊先生说过：“教育之没有情感，没有爱，如同池塘没有水一样。没有水，就不成池塘，没有爱，就没有教育。”是啊，教师的爱，尤其是班主任的爱，是照亮学生心灵的盏盏烛光。身为班主任，必须恪守对学生“一视同仁”的原则，尤其学困生，智力有残疾的孩子，更需付出更多的爱心与耐心。

世上有一种东西，你给予的越多，收获的就越多，那就是爱。每年的教师节，当一束束姹紫嫣红的花朵，一张张饱含谢意的精致卡片，从四面八方飞到我的身边，我的心里总是充盈着一种骄傲，一种自豪。那一刻，我体验到了无与伦比的幸福。

是的，幸福真的很简单，它是感悟教育真谛后的一种快乐；幸福真的很简单，它是看见孩子笑脸时的一种感动；幸福真的很简单，它是收获学生成长与发展的一种喜悦。罗曼罗兰说过：“世界因为生命而有色彩，生命因为感动而有灵性。要撒播阳光到别人心中，总得自己心中有阳光。”所以，我坚信，我们都是一群心中满载幸福的教师，都会将这幸福的种子播撒于孩子的心灵间，因为我们心中有阳光！

“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”。不为别的，就为这些天真无邪的孩子，我也要把工作干好。不求轰轰烈烈，但求踏踏实实；不求涓滴相报，但求今生无悔。

## 幸福婚恋心得体会篇九

陶老师在报告中常说：，读书破万卷，教学如有神。‘作为教育者的陶老师，足迹遍及大江南北，他用自己的所见之事所

闻之人告诉听众：教师的生命成长靠读书，教师的终生幸福靠读书。他在报告里讲了全国各地的老师们的故事，取例之广，让每一个听众都能产生共鸣：无论你是大学教授还是小学老师，无论你身处繁华闹市还是偏僻乡村，无论你是语文老师还是数理化老师，你都能从这些人物身上找到自己的榜样，让每一个听众产生‘心向往之’的怦然心动：‘如果我也能象他们一样读书写作，是否也能体验到‘教学如有神’的快乐？’是的，陶老师说，任何一个老师，只要你愿意摒弃浮躁之气，静心读书，你就能触摸到‘幸福’，与‘幸福’亲密接触。知识和文化修养是感受和创造幸福的关键，教师是培养祖国人才的核心力量，因此学习就显得更为重要，诸如现在所倡导的，把终身学习看作是生存的需要和实现幸福的重要途径。‘有人说，当老师太没劲了，也确实，人生大部分时间呆在学校里，就捧着几本书教来教去，活得无色无味。但我觉得我们既然选择了教师这职业就应该去感受它的快乐与幸福，并创造幸福，虽然教材不变，但是孩子却是每天都在改变，每一届的学生都不同，都在渐渐的成长，和孩子们在一起本身就是一种幸福。

我们教师要每天坚持理论学习，不断给自己充电，很好地解决教学中遇到的问题。我们不要把学习看成一种负担，而应把它当成一种乐趣。久而久之，你便会感受到学习的乐趣，自然就会在学习中感到幸福。应该把学习视为一项重要的工作，这样才能获得更多的幸福，才能用知识创造出更高层次的幸福。通过学习才能形成一种积极的、向上的、对人类生活充满爱的心态。现在我周末经常去书店或图书馆阅读书刊，来丰富自己的知识面，我现在感觉自己精神上，知识上都是充实的。

教师的幸福是一种通融、豁达、敞亮、满足和感激，是智慧之上的智慧。教师的教育生命便是满足和宽容、感恩与和谐。相对安静、安宁、安心才能打开心障，体察自我，寻找和发现教育的幸福。幸福既在心灵深处，也在我们眼前手边，所以我们要满足于学生的点滴进步，感激生活中的每一点理解、

宽容、信任，甚至是压力、埋怨和怨愤。

带着幸福感做教师，正如揣着理想上路，不仅在做的过程中使幸福变成目的，而且必然会带来一个副产品，使教育教学变得精彩。为了祖国的下一代，为了民族的未来，我就要勇担责任，就要去感动自己，感动学生，感动社会，就要去体验教育的快乐，感受教育的幸福，就要，衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。‘这才是教师的人生的至高境界！这才是教师完美的人生！

做一名幸福的教师，必定是拥有爱心的教师，师爱是师德的核心，师爱也是师魂！读懂了这种爱，我们便能更好地诠释我身边平凡事例中那炽热的爱心，做一名幸福的教师，必定肩负着无限责任，充满着坚定的信念。文人们歌颂：教师是太阳底下最光辉的职业。确实，教师是引领孩子们成长的导师，有着绝对的主导作用。但是同样，教师为人师表的特点决定了它崇高的责任感。一个没有责任心的人不论其职位高低，是无法在其所处的岗位上敬业奉献的。有了强烈的责任感与事业心，教师才会乐业、敬业。责任感也就成为了优秀教师的重要条件。教师的责任感源于对教育事业的热爱及愿意献身教育事业的坚定信念。唯有这样的坚定信念，才能为我们的内心带来满足与幸福。尼采曾说过一句话：‘假如上帝不给我欢乐，我就为自己创造欢乐。’尼采为自己执着追求的哲学理念献出了近乎完整的一生，他是个孤独的盗火者，他的行为不是人人能够效仿得了的，但是，他的这样的执着的追求快乐与幸福的精神却是永远值得我们学习的，相信纵使平凡的我们也能凭着这样的信念和追求抵达幸福的彼岸。

## 幸福婚恋心得体会篇十

每个人对幸福感的认识有所不同，要通过各种形式在广大教师中宣传正确的幸福感观念，打消那种只计较个人得失，不注重工作成绩的幸福观。教育教师树立正确的幸福感。做到象一位教师在其博客上写的那样：“在我的教学生涯中，深

深体验到了作为一名教师的幸福。当我全身心地投入到教学工作中，每个孩子都吸引着我，我对工作的结果愿意有一份承诺，于是我全然忘掉了时间，我感到幸福；当我营造一个充满生命活力的课堂，和学生一起克服困难、一起享受成功，我感到了幸福；当我所教的孩子成绩有所提高，思想有所进步的时候，我感到了幸福；当我渐渐地发现，知识得到不断地充实，自身得到不断完善时，我感到了幸福。”为此我们学校经常对广大教师进行奉献精神的教育，一是教育教师要学习魏书生等名教师的先进事迹，守住寂寞，甘愿奉献，为教育事业做出贡献。二是寻找身边的典型人物，每年都进行一次师德演讲，在教师中树立学习的榜样。

学校领导在学校的工作中要充分发挥教师们的主观能动性，有事多和老师们商量，不搞一言堂，让老师们感觉到自己是学校的主人。要经常开展提合理化建议活动，收集教师们对学校工作的意见和建议，倾听他们的心声。多年来，我们每学期都至少组织两次征求合理化建议活动，每年组织一次教工代表提案，合理化建议又分为综合性建议和单项工作建议，对于教工的合理化建议，学校都通过多种途径进行答复，须改正的及时改正，能采用的督促各部门落实，对于落实情况定期检查。对于教工代表的提案，我们都是召开教工代表大会，有校长代表学校给予答复，教工代表反映良好。另外学校领导还经常深入到教师中去，召开座谈会倾听他们的心声，校长经常告戒领导班子成员，要和老师们打成一片，不要高高在上，要求老师做到的领导首先做到，在作息上早到晚走，工作上起好带头作用。

特别是在职称评定、评先评优、绩效工资发放、干部提拔选用方面要公正、公开、透明，不挫伤教师的积极性。让老师们知道只有干好工作才是正道，让干工作的老实人不吃亏。在这一方面我们特别重视学校教代会的作用，学校各项重大开支，各种评先评优、职称评定、绩效工资发放等都要经过教代会的讨论通过，同时，及时公开各种信息，增强透明度。

身体是工作的本钱，身体不好就没有什么幸福感，要关心教师的身心健康，我们每年组织教师查体，学校建立了教师健康档案，做到有病早知道早预防。在讲无私奉献的同时我们不鼓励教师带病坚持工作。同时学校在力所能及的情况下，要适当的发放一定的福利，对老师们的工作给予肯定。福利的发放要有利于调动广大教师工作的积极性，仅几年来，我校三八节为女教师、重阳节为教师家中70岁以上老人等都发放一定的纪念性礼品。为全体教师入了意外伤害保险。

开展文体活动是活跃教师生活的重要途径，如果一个学校老师们只知道埋头工作，不开展活动，就象一潭死水没有生气，也就没有了幸福感，同时，通过开展活动，也可以锻炼教师们的身体。我校每年都组织开展女教工跳棋比赛、男教工象棋比赛、乒乓球比赛、篮球比赛、羽毛球比赛、教工运动会、新年汇演、课间健身操等活动活跃教工生活。

学校就象老师们的家一样，要体贴老师，要关心他们生活和疾苦，当他们有困难的时候，要伸出温暖之手，他们会感激不尽，会体会到集体的温暖，会以百倍的干劲用到工作中去，会体会到幸福。学校建立了困难职工档案，定期走访慰问，每当职工家中出现困难或重大事情时，学校领导和工会领导都是及时到达，表示慰问，并在经济上给予适当的补助。

教师与家长的关系是教育过程中不可忽视的重要关系之一。正确处理好教师与学生家长之间的关系，对于教育教学工作的顺利开展，学生的健康成长有着重要意义。学校要教育教师要尊重家长，主动与家长保持联系，充分发挥家长对学校工作的多方面作用，并通过家长开发教育资源；要帮助家长提高教育子女的艺术，取长补短。学校还要通过家长会、致家长一封信等方式争取家长要理解、支持、配合学校与教师的工作，经常沟通，及时了解孩子在校的各方面表现，有针对性地教育子女。教师与家长密切配合，那教师在工作中也就会更得心应手，工作的幸福感也自然会加倍提升。

总之，从我们站在学校的角度上看，学校应在力所能及的情况下更加关心教师，尽量为教师营造一个“以人为本”的环境，建立合理的考核和奖惩机制，让老师们感觉辛勤付出是值得的。