

最新养生书籍心得体会(优秀5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

养生书籍心得体会篇一

__教育思想充分体现了以人为本的教育原则，他指出：教育就是为了人，人文精神的核心是关注人的生存状态，关注人的发展空间，为了一切的人，我们不仅要关注教师，要关注一切的人，帮助校长，帮助家长，帮助社会上所有的人去发展。无论他是贫困的，还是富贵的，还是愚昧的，还是智睿的，无论他是健全的还是残疾的，都应该为了他们，同时教育为了人的一切，这是我们的核心理念。

__新教育的目标：新教育的目标追求就是追求理想，超越自我。只有追求理想，超越自我，才能培养积极的认识态度，才能真正地做到让教师，学生和学校一起成长，我们认为参加我们实验的所有的学校的老师都应该有自己的梦，都应该给自己有一种挑战自我的勇气，有一种超越自我的一种精神。每一个老师，每一个学生都要成功，每个学生都要找到成功的感觉，相当部分的老师和学生都能够成材，最后有大的成就。每个老师都要成长，相当多的人能够成功，有一部分人能够成材，成就。所有实验的人都要感觉到自己在不断地进步，在成长着，成长并快乐着。这是我们追求的一种境界。

教育家__的新教育思想，触发我们去思考，我们在县教育局的极力倡导下，这段时间我认真学习了朱老师的《我的教育思想》，体味了朱老师“过一种幸福完整的教育生活”、“建设

书香生活环境”等教育内涵。

一、__新教育思想给我的触动

1、朱老师认为，新教育实验，是一个以教师发展为起点，以帮助新教育共同体成员过一种幸福完整的教育生活为目的的教育实验。他的新教育思想，引人深思，令人深受启发。

2、朱老师的新教育认为，理念：教育是一种生活方式，学习不应该只是“为将来的工作与生活作准备”，教育本该是生活的基本方式，儿童今天在学校里所接受的教育，在为长远的人生与社会理想服务的同时，本身就应该是幸福的生活。新教育强调“过一种幸福完整的教育生活”，这既是对教育终极意义的思考与追求，也是对当下畸形教育提出疗治的愿望与计划。新教育实验提出“教育幸福”，应该是针对现在的一些教育的不良现象和一些“畸形”的教育提出的。

朱老师新教育理念表明：教育既要满足学生最基本的需要。如安全的需要与被爱的需要等，更要促进学生萌发高层次的需要，如爱他人的需要，自我实现的需要，社会认可的需要等等。新教育希望通过自己的努力，能够实现人的“全面和谐的成长”，能够让每个受教育者获得成功的智力，整合的智慧，高尚的德性，丰富的情感。在这样的基本理念下，新教育实验提出了让师生与人类的崇高精神对话，相信教师与学生的潜力，重视精神状态、倡导成功体验，教给孩子一生有用的东西，强调个性发展。

3、__曾说：“我过去是研究教育的。在研究人类教育史的过程中，我发现不管教育怎么变，其中最重要的一项活动——阅读都始终没有变过。阅读是教育中最本质的一个活动，那些最伟大的教育思想家毫无例外地都推崇阅读。通过阅读可以获得终生自我学习的能力，更重要的是拥有了终身学习的兴趣和习惯。

朱老师认为：阅读是教育最重要的活动，新教育将“营造书香校园”列为首要行动，将阅读细化为若干具体的子项目，有效地解决了不同年级、性格与性别的学生，不同水平与学科的教师分别该读什么和怎么读的问题。通过建设浓郁的阅读氛围、开展丰富多彩的读书活动，让阅读成为师生最日常的生活方式，进而推动书香社会的形成。这无疑是对传统教学的一次提升。

学习朱老师《我的教育思想》，走近他倡导的新教育并作思考判断，愈发增强了作为一名教育工作者的使命感。

二、__描述的三重“理想境界”对我的启发

1、理想课堂第一重境界为：落实有效教育框架，为课堂奠定一个坚实的基础。__认为：这成为新教育人进行课堂框架研究的起点。“我们希望这个框架，可以成为我们理解课堂的一个工具。”__还认为：这个框架分为教学目标、预习作业、个体学生学习清单和教学板块。“预习”被__称为这个框架的一大特色，“预习是学生独立学习的机会，不应只是为课堂教学做一些准备工作，而应尽可能地针对所有教学目标，是真正的自主学习。”这就重新确立“教为学服务，让学生的学习成为课堂的真正核心”的思想。要让每一分钟都有所计划、富有成效。

2、理想课堂第二重境界是：发掘知识这一伟大事物内在的魅力。

__所讲的“知识”，不能理解为静态的写在书本上的知识，而要视为一个动词、一个有待重新发现的事物奥秘，以及发现这种奥秘的方法和过程。__认为：优秀的课堂教学，就是要重现这一神奇的发现与创造的过程。核心是智力挑战、思维训练。

3、理想课堂第三重境界是：知识、社会生活与师生生命的深

刻共鸣。

__认为，理想课堂不会停留于人与知识的对话这一维度，而要展开三重对话：人与知识的对话、人与他者的对话、人与自己的对话。”只有这样，我们才能说，课堂教学不仅实现了知识的复现，而且也实现了人的复活——师生生命的复活”。

三、__新教育思想对我的又一启示

1、新课程改革和教育发展的新要求：今天的教师应该有自己独特教学个性。那就是不人云亦云，有自己独特的教学思路和主张。老师要善于发现自己的个性和业务方面的独到优势，在夯实自己教学能力的基础的同时，培养出自己独特的教育理念和教学个性。只有这样才能培养出学生个性，要求老师对于自身要有清晰的认识，并善于不断调整自己的定位，在学校环境和个人条件之间寻求平衡。当今教育，教师最缺少的就是独立人格和自由精神，导致培养出的孩子千人一面，缺乏创新能力和独特气质。教学个性本身就意味着创造力。

2、教师对学生要真正做到一视同仁。一个老师通常要面对几十甚至上百个学生，学生性格有好有坏，成绩有优有劣，能够关注每一个学生，并爱护每个学生，是这一类老师所具备的能力。把学生当学生看，把人当人看，不惟成绩论素质，不惟喜好论好恶，不惟家境论高低。有人说，关注每一个学生，就是要做到关注成绩最差的学生。我想补充一句，关注每一个学生，也要做到关注你最讨厌的学生。

3、教师应该对学生严而有度。只有这样才能把班级管理得井井有条，有一整套管理理念和管理手段，并善于进行总结和反思。学生正处于成长发育阶段，难免犯有这样或那样的缺点和错误，所以必须按照学生的言行规范来严格要求他们，又正因为这些缺点错误是难免的，所以对他们的要求应该有度，按照他们的成长规律，给予他们改正缺点错误的时间和机会，不能一味的批评和指责，甚至体罚或变相体罚。老师

的管理应该得到学生的尊敬，使学生心服口服，从心底里得到学生的认同。

总之，通过这段时间的学习，我的教育思想也得到了一次深刻而重大的洗礼。我将在今后的工作和学习中，以__的新教育理念和思想为我所范，努力学习，进一步学习“我的教育理想”，使自己的思想不断进步，工作也有更大的起色。

养生书籍心得体会篇二

在文学史上，有许多的经典名著将要永不垂朽，就象《简爱》这样深深地进入人们的灵魂。读它，给你或许不是瞬间力拔山兮的气量，但却像品一杯香味悠远的清茶，仿佛听一首余音绕梁的名曲。又如撩人的春风醉人的春雨亲吻过越冬的枯枝：外观虽然干裂，生命却已被从内部唤醒。

简爱是个孤儿，在里德舅母家中，她受尽屈辱，形成独立，坚强，自尊的性格。在路德孤儿院，她经历了一生难得的挫折，觅见了真正的友谊。在桑菲尔德庄园，她释放了青春最火热的激情，然后，遇见了美丽的爱情。

每个人都很平凡而普通，吃喝拉撒中成长起来，都会烙下人间烟火的痕迹，并受七情六欲的支配。在桑菲尔德庄园，从相遇相知到相爱，简爱和罗彻斯特先生已然成了融为一体的灵魂。真情告白后，他们度过了简爱生命中最快乐安静的时光，彼时卿卿我我，此时花前月下。

“我要离开你！”

她的理由很简单，“我要尊重我自己！”

从庄园出走的简爱，孤身在广阔的原野上。那一刻，雷电交加，路途迷茫。里德太太的暴力，洛伍德孤儿院的苦难，她

都能挺住，但这一次，她彻底失望了。

当一个人倾尽真情之后，得不到预期的效果，要么加倍的报复，要么无耻的堕落。

《简爱》该何去何从呢？

风雪交加夜，灯火映佳人。从荒原上闯出来的简爱，此时端详宁静。经历了所有该经历的之后，使她变得更加透明，透明的就像眼前跳动的烛光。当然，如果此时罗彻斯特先生出现在她面前的话，她将会重整行装，重新打理。

门开了，眼前并不是罗彻斯特，是一张清俊的面孔，他举止优雅，行为彬彬有礼，话语差点儿打动了简爱。直到此时，她才发现。她的心，一直都在桑菲尔德庄园，眼睛始终盯着罗彻斯特。

她始终坚信：能够尊重自己的女人不会有太坏的结果。

终于他的消息来了。不过，由于经历了家庭的变故，他现在已经成为双目失明的残疾人。可这一切对于简和罗彻斯特来说，结局在料定中会必然发生，正像所有的古典小说结尾那样，有情人终成眷属。

简·爱蔑视财富、蔑视社会地位和宗教的威仪，她认为，“真正的幸福，在于美好的精神世界和高尚纯洁的心灵。”她展现出来的人性美，在那个时代是那样难能可贵。难怪她的信念和行动展现出来的力量，深深的打动了一代又一代读者的心，使生活在金钱万能的社会中的人们的灵魂得到净化。

十几年前，柴静刚刚跨进中央电视台，她几乎不知所措，批评与讥笑几乎生吞了她，她这样写道：“我知道自己身上已经开始发出了失败者的味道……几乎就意味着没有指望了，

很快你就会被盯上，毫不留情的被扑倒在地上，同伴会四处逃散，甚至顾不上看你一眼。”

想想自己，挫败和纠结是我对自己上学期的总结。我在学校一天一天过这一成不变的学习生活，拼命地扎在书堆里，我知道自己基础不如别人，所以更是努力的去做各种练习题，我总是晚上很迟才睡，早上第一个起床，别人吃饭吃20分钟，我只吃10分钟。我奔跑着，在教室，食堂，宿舍之间奔波，在无边的题海里挣扎，但似乎总是事与愿违，成绩总是不够好，搞得自己心中焦虑不已。我觉得自己就是那个跌倒起跑线上的失败者，什么希望都没有，在失望的黑夜中徘徊。借句柴静的话：“这些不是我打心眼里有欲望的题，他们不会触动我。”这也许就是为什么我总是学不好的原因。在夜里，我总是习惯性地将自己蜷成一团，缩在被子里，“我还能实现梦想么？”我一遍一遍的反问自己。“也许，实现不了吧。”我烦躁的将被子盖在头上，却怎么也无法入睡。

半夜，我掀开被子开了台灯，把自己埋进书里，我看见了柴静，看见了她瘦小却又无比倔强的背影。她在一次又一次的挫折中慢慢改变，慢慢适应，慢慢成长。她最终找到了自己，得到了认可，她依然在追逐梦想的这条路上执着，尽管生活需要她做小改变，她依然一步一步的向着梦想的方向奔跑。对我来说不也是一样的么？若把目标比做靶子，环境需要你脱靶的时候，你可以脱靶，但你不能失去自己的目标。那是堕落。而我，不能堕落。钱学森曾说过“不要失去信心，只要坚持不懈，就终会有成果的。”我需要一步一步坚定执着地走下去！就像柴静一样，领导曾经在柴静低落时告诉她“扶不起来就不扶了”但她没有放弃，她始终坚持，她有目标，她从不屈服！而这正是我要学习的。无论遇到什么，都要坚定、勇敢地走下去。

挺住，是一种坚持，是一种态度，是一种勇气。我每天必须鼓足勇气面对每一件事，用严谨的态度去对待每一次作业，要将勤奋的习惯坚持下去才行。这又有什么难的！

要从容地着手去做一件事，一旦开始，就要坚持到底。新的一学期即将到来，我还将继续前行，我无法预料会发生什么，但我知道，柴静会一直引领我走过每一道坎坷。不管前方的路有多苦，只要方向正确，不管多么崎岖不平，只要勇敢地挺住，都比站在原地更接近幸福！

养生书籍心得体会篇三

在《茶馆》中，我最印象深刻的一段话是剧末了，常四爷的那段感叹：

我自己呢？我爱咱们的国呀，可是谁爱我呢？

我窃以为，这句话，可以当做剧中大多数人物心声的总结。常四爷不必说，一辈子不服软，敢作敢当，看不惯洋人愿自食其力；深究王利发，也可以归纳于这句话之中的，在这个人物避重就轻，懦弱无奈的背后，是对和平年代的单纯向往，是对国泰民安的一种本能渴望，而这种向往与渴望在群魔乱舞的社会现实中被压抑，被限制，使其产生了对于~的恐惧心理，对于时局的回避态度。除了趁乱而起的既得利益势力，无论是革命者，农民，民族资本家，都抱着一定的拳拳爱国之心，而《茶馆》以描述这些人的冷暖人生，悲痛无奈，将社会之狡诈黑暗展现得淋漓尽致。

一些《茶馆》的品鉴者将老舍归结为他是一个嘲讽旧世界腐朽生活的能手，却是描写新生活的蹩脚者。将《茶馆》的意义归结为《茶馆》是反映北京小市民生活的杰作。这部作品通过揭露鞭笞旧世界的腐朽黑暗，从而，从侧面说明只有社会主义才能救中国的道理，这是作品的潜在主题。我觉得都是非常的不科学的，在这一点上，描写新生活的任务不应该也不合适存在于《茶馆》的历史背景之中，《茶馆》的三幕剧分别处于戊戌维新失败后，北洋军阀割据时期与国民党政权覆灭前夕，这些时候，时局混乱，中国都是处于一种对于前途摸着石子过桥的阶段，茶馆位于的北平更是全国的~中心，

因为它具有的强烈的~意义，意味着北京的~立场的转变必须是阵痛而不是循序渐进，既黑又红的重叠一来不符合历史背景也平白增加了写作的难度。可能很多人抱着不破不立的想法，而强加给了这个时代以展示革命力量的责任，在我看来，这已经违反了历史唯物主义的要求了。

第二点，虽然老舍对于旧社会的种种不公有着深恶痛绝的鞭笞，但在这部话剧本身看来，并没有明确的~指向性，所谓的~的命题确实是穿凿附会上的。王利发不是潘冬子，沈处长也不是胡汉三，《茶馆》中百姓与官员~力量的对立并不是对等的，也没有什么逼急了走上革命道路的义举，而是一种更为典型的上下级被压迫的关系。这种不平等的关系，更具有普遍性，因为无论是军阀还是国民政府，都是国家的掌控者，是一种暴力的象征，反抗的代价是巨大的，甚至是戏剧中可通过阅读预见的。因此王利发最后的自尽也并非什么无声的抗议，而是无奈的自绝。倘若非得加上点红色气息，那也得再写部什么《康大力智取沈处长》才行。在《茶馆》的剧本当中，应该说是见不到的。

虽然《茶馆》并没有展示出太浓厚的作者的~立场，但是它所展现的阶级矛盾，社会矛盾，依然可作为我们政府部门管理工作时候现在值得借鉴参考的案例，宋恩子吴祥子这类仗权鱼肉的恶霸现在有没有？唐铁嘴这样的封建余毒清没清？说不好，也不能乱说，然而我们理论上可以开诚布公地去谈，因为现在这可是人民内部矛盾。至于管理的效果如何，那也不妨留心一些坊间有没有大傻杨这样打竹板的调侃世事的段子，嬉笑怒骂皆成文章，爱恨情仇皆故事，说不定调研出个猛料，百姓的生活也就能更太平些了。

养生书籍心得体会篇四

高靖听了大吃一惊道：“什么？这是真的？他是哪个门派的？”别说高靖吃惊了，就是老三听了也很吃惊，他知道我厉害，但也不知道我变态到这个程度，对于这些龙组的客卿来说，

他一直是高山仰止的，以前还不知道他们是哪来的呢，一直以为他们是隐士，代表华夏修行界的最高存在，现在也是国家觉得应该让世俗修行界知道一些隐世门派的存在，让他们不要自满有新的目标才让这些客卿跟来自世俗修行界的人同堂一会的，那只第一次就吓着他们了。“他们是哪个门派的不能说，这是规矩！你们也不例外！现在说的已经有点超标了！”流云为了打消高靖的问话直接说不能告诉他，让他死心。高靖也不是一般人，虽然也有好奇心但饿知道有些事情是他也不能知道的。于是说道：“既然如此，那我们就不要去硬拿了。但是秦皇古墓对我们国家来说还是很重要的，我们一定不能放弃。这样吧，惊云，你跟他们最熟，就由你去交涉，至于怎么交涉，你就看着办吧！没问题吧？”“我知道该怎么做！”老三点了点头道。

初级的帮派只能收1000帮众，一个帮主两个副帮主，十个队长；中级的可以招10000，一个帮主，两个副帮主，十个堂主；高级的100000，一个帮主。两个副帮主，十个坛主；超级的没有限制，里面什么样也随便你分配。从初级到中级要100万，中级到高级要500万，高级到超级要1000万。申请一处办事处要100万，办事处也是可以升级的，虽然办事处的大小跟帮派的么关系，就算你只有最小的办事处，也可以升级到超级大的帮派。但是帮派人多了，可能还用一个小的小的办事处吗？不怕挤死啊。升级办事处也不便宜，只比升级帮派便宜两成。以后还要申请驻地，然后升级建城。不过这是以后的事了，听说还要建城令的。但是现在我建帮的钱都不够。但我不愿兑钱进来，那样就太没水准了。到时再说吧，先升一下级，把级数赶上去了，以后招人也有面子是不。反正要是这么快建成了帮派虽然能名声大振，但是也会成为其他想建帮的人的众矢之的。于是我还是接着升级，爆技能书，技能书可是能卖好价钱的，我现在最缺的就是钱。由于我把小彩的一半经验也也被我给剥削了，所以我的经验长得很快。很快就窜上了等级榜。

“靠，没有不会去找啊！我就不信京城这么大的地方就找不到

一个骨头痒的。”我说道。“嗯!有点道理，可是去哪找啊?”天行被我说得意动了。“随便找。这样吧，她们这些女的都自己玩去，反正你们逛街永远也逛不累。我们呢，也自己去找乐子，呃!不对，是去找架打。”我说道一半突然觉得自己说的话有歧义连忙改了过来。“去吧，去吧，我们自己去逛街，你们也自己玩去吧。”静萱她们正在讨论等会要去哪里逛买些什么，听见我们的话就想赶快把我们打发走了。我们当然是很乐意地被她们打发走了。然后就在京城里乱逛，期待能找到一个能跟我们打架的。功夫不负有心人，果然给我们找到了点线索，为什么说是线索而不是说找到了有架可以打呢，那是因为我发现了一个熟人的气息在飞速地移动，而且还透露出一股杀气，这下我们高兴坏了，跟着他走肯定有架打。到时就是不帮他也能在他料理了对手后怒气没有发泄玩的时候帮他发泄一下，嘿嘿!于是，我们就追了上去。

养生书籍心得体会篇五

《生活体验研究——人文科学视野中的教育学》是北美“现象学教育学”的领袖人物之一——马克斯·范梅南的经典之作。同布列钦卡的《教育科学的基本概念》一样，该书同样是一本介绍研究方法的方法论的著作，然而，却是与布列钦卡的研究思路大相径庭。范梅南介绍的是作人文科学研究的一种崭新的方法——他对阐释型的现象学研究方法提供了详尽的方法论上的解释，并且详细地介绍了如何从事现象学实践和写作。

该书反映了作者在反思传统教育学的基础上对教育学的重新审视。在传统的教育学研究中，当原初形态的“教育智慧”逐渐升华为“教育理论”，并由此构筑起体系结构相对完整的“教育学”时，教育学在对“学”的眷注中却日渐失去了对其根底——教育生活——的思考，这使得教育学的发展之路潜藏着深刻的危机。在危机意识的驱动之下，作者开始思考：如何使教育研究从对教育知识的过度眷注中走出来；如何克服教育研究中的抽象化倾向；如何使教育学者的目光重返现实

生活世界？这本《生活体验研究——人文科学视野中的教育学》不仅对教育学研究中存在的问题进行了深刻的反思，更重要的是为解决问题提供了独特的研究思路。

在读了布列钦卡的《教育科学的基本概念》之后来读范梅南的这本《生活体验研究》，强烈的对比，让人有种“原来还可以这样研究的”的感慨。布列钦卡的哲学基础是分析哲学，采用的是自然科学的逻辑推理和概念分析的研究方法，对研究者的要求颇高。而范梅南的哲学基础则是现象学的，他从人文科学的角度，吸收解释现象学的许多研究成果，对教育问题进行了几乎是全新的阐释，使教育学的研究更趋多样化，使得我们对教育问题的思考越来越开阔，也越来越深刻，也更加适合普通大众进行教育学研究。

体表象又关注生活体验的本质。“首先是对生活体验的具体表象的关注。书中介绍到现象学的描述，比如萨特关于羞涩脸红的描述，详细、细腻，只有对生活中的各种现象、体验有广泛而深入细致的关注，并且，包含感情了因素，描述才有可能如此详细、细腻的。如果对生活经验冷漠而不关心，这样的描述是不可能完成的。

其次是对生活体验本质的反思。描述只是第一步，而反思才是解释现象学的重点。“在解释现象学写作中对日常生活现象的意义进行反思是教育学研究的根本目的。”反思什么？反思“本质”。在范梅南看来，本质并不是什么抽象的深不可测的东西，本质是一种生动的实在。因此，反思的是生活经验的意义，反思在某种情境中，我们怎样做对孩子是好的。在范梅南的另外一本著作《教学机智》中，提到“教育意向”一词。他说：鉴别和区分哪些情境具有教育意向和哪些情境没有教育意向非常重要。

以下是个人在读了该书以后的一些具体的想法和思考：

- 1、关于理论与实践。范梅南在书中极富批判性地指出，现代

教育与理论研究似乎面临三个主要问题：

- (1) 教育理论与日常教育对话的基本形式的混淆；
- (2) 抽象化的倾向及由此引起的与儿童生活世界失去了联系；
- (3) 难以发现生活世界的普遍教育意义。由此他说：“教育的意义与实质并不存在于枯燥的理论中，也不存在于理论的应用中。”他认为实践是第一位的，实践和理论的关系应该是实践在先，然后在实践当中进行反思，理论应该是反思实践而产生的结果。在作者看来，指向教育的人文科学的显著特征是：它的理论概念与研究工作紧密联系生活实践。

事实上，作者在著作中所表达的观点，不仅对于我们从事教育学研究具有启发意义，而且对我们重新思考教育，重新确定教育的方向也具有重要的价值。正如作者所言，“教育不仅是一种观察行为，更重要的是它必须是一种具有教育意义的行为”。教育是内在于生活的。勿宁说，教育本身就是一种生活。儿童在教育中成长，其实也就是在亲历一种独特的生活。因此，对于任何的教育者和教育研究者而言，既要关注生活的教育意义，同时更不能忽略教育的生活意义。任何的教育活动都不可能不以知识作为自己的中介。但是，根据人文科学的观点，教育是一种生活，“生活在根本意义上是一种体验而不是知识。”“不仅知识不是体验，而且执著于知识会妨碍或延迟我们的体验”。从这个意义上说，马克斯·范梅南教授在《生活体验研究》一书中提醒我们关注生活体验，告诫我们警惕教育理论中的抽象化危机，这对于我们克服教育研究中的流弊确实是一种“不失时机的忠告”。

当然，范梅南并没有完全否定“抽象化”理论的作用，我们所学习的理论知识当然不是一无是处的，而且是相当必要的。作者只是在提醒我们要警惕理论的“抽象化倾向”，强调要时刻关注生活体验。那么，如何对待理论知识，以避免抽象化的危机呢？范梅南说“质疑这些知识，提示其肤浅性、矛盾性

和其他掩盖起来的特性。”因此，保持一种对理论的质疑性，对于现象学研究来说，就显得尤为重要。

2、关于关注与反思。“现象学所关注的问题总是具有双重特性：既关注生活体验的具感性。深入细致的关注生活体验，并且敏感地发现现象中隐藏的教育意义，敏感于成人与儿童相处过程发生的种种教育情境中存在的问题，进行反思、写作、研究。

3、关于人文科学与自然科学。本书的研究关注的是真实的具体的日常生活。范梅南似乎对一些固有的概念不以为然。他说：“只允许使用一种正式的论述方式，去试图用一个平淡抽象的概念和逻辑系统来捕捉人类的经验，这样只会短视而不是加深我们对生活的理解。许多社会科学所提供的知识形式都因为囿于科学理论化的条条框框和术语而变得死板，将人类生活的生动意义反而掩盖起来，最后生活自身都无法辨认出来。”他反对“概括”，甚至说“现象学所允许的唯一概括就是‘永远不要概括’！”“概括化的倾向会阻碍我们发展继续关注人类体验的独特性的理解力。”他还说“教育在终极意义上是深不可测的、不可定义的。”本书的副标题就是人文科学视野中的教育学。可见本书是用人文科学的研究方法来探讨研究的。

而概括则是自然科学的方法，比如布列钦卡试图概括出“教育”的普遍适用的概念。人文科学与自然科学，两者之争也是由来已久了，并且从未有过定论。实际上，无论是自然科学还是人文科学，都是科学，只不过是两种截然不同的研究思路。自然科学强调的是数理逻辑，分析判断，而人文科学更关注人的因素，强调对人的情感的研究。两者并不对立，不能说哪种方法就是对的或错的，应该说，解决的问题不一样，适用的方法也不一样。对于普遍性的问题，宏观的理论问题，就需要像布列钦卡的那种自然科学的研究方法，而像范梅南的这种人文科学的研究方法，则适用于研究个别特性问题，适合研究微观现象。两者各有利弊也各有其适用。

在读完这两本关于方法论的著作之后，我想我们应该做的就是学着打开自己的思维，拓宽自己的研究思路。