

视障学生心理健康 教育与辅导

SHIZHANG XUESHENG XINLI JIANKANG JIAOYU YU FUDAO

● 张蕾 薛梅 葛玉萍 编著



天津出版传媒集团



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

视障学生心理世界

教育与辅导

教育部《中小学心理健康教育指导纲要》《中小学心理健康教育实施指南》

教育部 教育部 教育部 教育部



教育部 教育部 教育部 教育部

教育部 教育部 教育部 教育部

悠缘特教

走进山东特教丛书

走进山东特教丛书

（910）目次

视障学生心理健康 教育与辅导

SHIZHANG XUESHENG XINLI JIANKANG JIAOYU YU FUDAO

● 张蕾 薛梅 葛玉萍 编著

天津出版传媒集团



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

视障学生心理健康教育与辅导 / 张蕾, 薛梅, 葛玉萍编著.
—天津: 天津教育出版社, 2013.12
ISBN 978-7-5309-7500-8

I . ①视… II . ①张… ②薛… ③葛… III . ①视觉障
碍—学生—心理健康—健康教育 IV . ① G761 ② B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 318492 号

视障学生心理健康教育与辅导

出 版 人	胡振泰
作 者	张 蕾 薛 梅 葛玉萍
选题策划	陈志平 蒋丰祥
责任编辑	赵建荣
装帧设计	戚克娜 陈云美
出版发行	天津出版传媒集团 天津教育出版社 天津市和平区西康路 35 号 邮政编码 300051 http://www.tjeph.com.cn
经 销	新华书店
印 刷	天津金彩美术印刷有限公司
版 次	2014 年 5 月第 1 版
印 次	2014 年 5 月第 1 次印刷
规 格	16 开 (787 × 1092 毫米)
字 数	220 千字
印 张	15.125
定 价	36.00 元

总序一

特殊教育的发展和普及是衡量一个国家教育普及和教育公平程度的一个重要标志，更是衡量一个国家社会文明程度和公民素质的一把重要标尺。因此，党的十七大、十八大报告先后提出“关心特殊教育”“支持特殊教育”。今年党的十八届三中全会报告中又明确提出“推进学前教育、特殊教育、继续教育改革发展”。这些重要报告表明我国特殊教育事业的发展已引起党和国家的逐步重视，也标志着我国特殊教育事业的发展进入了一个新的阶段。同时，也调动了广大特殊教育工作者的积极性，一批批奋战在一线特殊教育学校的校长、教师积极投身到特殊教育的改革与实践中，探索当代本土化的中国特殊教育发展之路。

“走进山东特教”这套丛书就是特教工作者长期实践探索的成果之一，是齐鲁大地上一批优秀的特教人对多年教育、康复实践成果的总结。丛书既汇聚了百年老校烟台聋校多年积累的语文、数学教学实践经验，青岛盲校的视障学生心理健康教育探索历程，又总结了山东一批特殊教育名校近年在教育、康复方面的实践探索，如青岛聋校听障儿童听觉语言康复、菏泽定陶特殊教育学校的智障儿童康复教育、临沂天使国际特殊教育学校的脑瘫儿童康复、枣庄特殊教育学校幸福校园建设等。这些实践凝聚了山东一线校长、教师们的无数心血，也是奋战在我国一线特殊教育学校校长、教师的缩影。他们实践研究，再实践再研究，用自己的实际行动推动中国特殊教育事业的发展，为实现特殊教育的中国梦而努力。



本套丛书实践性强，书中所附的实践案例增强了丛书的可读性、借鉴性和启发性。每一本书的内容都很好地反映了编者们多年的实践功底和对现实需求的准确把握。他们不唯高深的理论，而是把教育康复训练方法、感悟、反思、案例等与一线教师距离最近的内容提炼、升华、呈现，总结实践经验再反哺实践，以此来提升广大一线教师的教育康复实践能力，更具有现实意义。

本套丛书既是编者职业生涯的宝贵财富，也是特殊教育的宝贵财富，一定能让广大一线教师、特殊儿童家长或相关研究人员从中受益。

王 辉

南京特殊教育职业技术学院特教与学前教育学院副院长 教授

2013年11月

总序二

随着和谐社会建设进程的加快，作为儒家文化的发源地，同时也是中国第一所聋校诞生地的山东，在政策扶持及无数特教人的不懈付出与努力下，特殊教育取得了令人瞩目的成绩。

作为一个从事特殊教育师资培养工作近 30 年的老特教，可以说是目睹了我国特别是山东省特殊教育的发展，为特殊教育逐渐受到国家重视、社会的“残疾人观”一步步发生变化、特殊教育逐渐被社会大众理解而感到欣慰，尤其是看到更多的高学历、高素质的年轻人不断加入特殊教育师资队伍中来，更是对特殊教育的未来充满了希望。但是，面对残疾儿童类别不断增多等特教新形势，面对一线特教老师无数的困惑疑问，让人难有“万事大吉”的放松。在完成自己日常的教学科研任务之外，我偶尔也有过再做点什么的念头，但考虑到自己的能力和年龄等因素，一次次放下。直到 2012 年暑假的一天，在跟好朋友——北京悠缘华夏文化传播有限公司的蒋丰祥先生通电话时，他的一句调侃“年龄已经成为你偷懒的借口”让我理屈词穷；“山东特教发展取得了那么多成绩，你牵头展示一下山东特教的风采是多么有意义的一件事。”蒋总的“游说”增强了我这个老特教的光荣感和责任感——尽管我知道，凭我的能力和名气来牵头展示齐鲁大地的特教业绩，显然是难负其重，可是为山东特教的发展出一点力应该是我义不容辞的责任。就这样，2012 年暑假我开始着手筹划出书这事儿。

编什么系列？从哪里着手？作为山东省唯一一所特殊教育师范院校的老师，我常年跟一线老师保持着非常好的联系，他们给予我教学与科研无数的启发与灵感，尤其在跟一线老师的密切交流及实地考察中，发现一种较为普遍的



现象：一方面，许许多多的一线教师在多年的特殊教育生涯中用自己的爱心和智慧积累了大量的实践经验，特别是像烟台聋校这样的百年老校（中国第一所聋校）、青岛聋校这样的全国聋教育实验校等，他们视野开阔、经验丰富，这些经验需要整理、升华；另一方面大量的一线老师特别是年轻教师又常有面对各类残疾孩子“束手无策”的尴尬，他们需要理论指导，更需要实实在在的成功经验的借鉴。针对此现状，立足于广大一线教师，抛却过多理论上的“高瞻远瞩”，把康复教育训练方法、感悟、反思、案例等与一线教师距离最近的内容提炼、升华、呈现，成为我们相关各方的共识。因此也就有了“走进山东特教”这套丛书的编写。

本是立足于山东，但随着辽宁王喜军等外省老师的加入，也使得这套书的视野更加开阔，内容也更加丰富。

历经近两年的时间，经过各位编者的辛苦努力，这套书终于跟大家见面了。欣喜之余，更多的是要说出我的感谢：

感谢北京悠缘华夏文化传播有限公司的蒋丰祥先生、戚克娜女士及其他员工，没有他们对特教的关爱、对事业的执着与辛苦付出，也就没有一系列特教作品包括本书的出版发行。2007年因主编《特殊儿童的教育鉴别与评估》一书跟他们相识，直至成为今天的挚友，想来真是我的荣幸。悠缘，有缘！

感谢各位编者。他们当中既有烟台、青岛等地全国知名特教学校的校长，也有扎实肯干、成绩斐然的一线老师；有我多年来因特教结缘的朋友，也有我的同学、学生。当我从蒋总那里接受了“任务”，面对算得上庞大的编写计划，忐忑地跟他们沟通时，他们热切的呼应、积极的作为也成为我巨大的精神力量。作为一线老师或管理者，他们教学、管理任务繁重，但对承诺事情的执着和勤勉，使我这个近几年正慢慢把年龄当资本的闲散惯了的人受益匪浅；他们的谦虚和善解人意，使得我们无数次的沟通都顺畅无比。一起合作的过程，也是我跟他们学习的过程。每当打开电脑看到他们半夜从邮箱发来的材料，常生感动。



营口的王喜军老师更是把 QQ 个性签名改为：自从参与编书，就爱上了熬夜。有的老师为了把照片弄好，费尽心思，精益求精。在佩服他们、感谢他们的同时，也为我们的特殊教育有这样一些拼命三郎而甚感欣慰。

写到这里才发现一套学术著作的序言被我写成了充满人情味的感言，见谅！我想学术的严谨与人情味的浓郁并不矛盾，特殊教育更是如此。

本套丛书首期出版的分别是：刘本部、郑芳、刘美芸等著的《听障儿童听觉语言康复研究与实践》，徐东升主编的《聋校数学生活化教学探索》，李岩、孔玲主编的《聋校语文读与写》，张蕾、薛梅、葛玉萍编著的《视障学生心理健康教育与辅导》，孔祥英、陈承杰主编的《智障儿童康复教育概论》，陈庆莲主编的《脑瘫儿童康复训练指南》，郑建刚、刘莹、冯杰主编的《建设幸福特殊教育学校》，李淑英、王喜军、刘迪编著的《特殊儿童感觉统合训练理论与实践》等。所有编者或是经验丰富的一线骨干教师，或是专家型的校长，他们丰富的特教从业阅历及实践经验使得这套书的“实践性”特色突出，其中为数不少的实践案例分析更是增强了书的可读性与可借鉴性。可以说每一本书的内容皆是编者老师们多年实践经验的总结与反思，是这些编者老师职业生涯的宝贵财富，也是特殊教育的宝贵财富，想必定会对广大一线教师、特殊儿童家长或相关研究人员起到一定的参考或借鉴作用。

由于各位编者多来自特教一线，教学及管理任务繁重，时间有限，加之多是第一次编书，虽尽心力而为也难恐有疏漏或不足之处，还望各位读者朋友批评指正。

李淑英

潍坊学院幼教特教师范学院 副教授

2013 年 11 月



本书序

《视障学生心理健康教育与辅导》的编撰与出版是非常适时、必要的。随着我国特殊教育的蓬勃发展,视障教育事业也在向纵深发展,急需有关视障儿童生理与心理的翔实资料 and 有效教学方法作指导。本书的撰写与出版正是为久旱禾苗心焦的农夫送去了些许甘霖。

国际卫生组织(WHO)对“人体健康”赋予了新的概念,那就是健康不仅仅是身体没有疾病,而且应有正常的心理活动和良好的社会适应。因为生理健康和心理健康相互制约、互为一体。教育实践告诉我们:由于视障学生视觉功能的缺损,因此获取社会信息和感知客观世界的能力都受到一定的影响,因而衍生的心理障碍比明眼学生要严重得多。所以视障学生的心理健康教育是学校极其重要的教学任务之一。

纵观我国特殊教育事业的发展可以看出,有关视障学生心理健康专题的研究活动十分缺乏,成果不多,文章与专著更少。当前,视障学生心理健康教育理论体系尚不完整,没有切合现实的适用教材,师资水平参差不齐。许多从事视障教育的教师,特别是担任心理健康教育课程的老师,苦于缺乏经验,忙于收集资料,苦于编写教材。

本书的撰写者都是青岛从事盲校教育和教学管理十几年甚至几十年的优秀教育工作者,他们不仅有系统的理论知识,也拥有丰富的实践经验。书稿内容全面地阐述了视障学生心理健康教育的意义、目标及原则要求,深刻地解析了视障学生心理障碍的各种表现,系统地介绍了对视障学生心理健康辅导的有



效方法，详细列举了对视障学生进行心理健康教育的生动课例。

我相信本书的出版会为各视障教育学校开设心理健康教育课程提供成熟可行的经验，为我国培训视障心理健康教育师资提供便捷的参考资料，也必将对我国视障教育学校进行心理健康教育向纵深发展产生积极的推动作用。

我衷心祝愿本书顺利出版！

曹正礼

原国际视障教育学会 (ICEVI) 中国区主席

2013 年 9 月

前 言

联合国专家曾预言：“从现在起到 21 世纪中叶，没有任何一种灾难能像心理危机那样带给人们持续而深刻的痛苦。”让人们始料不及的是，这种“持续而深刻的痛苦”也会像瘟疫一样蔓延到儿童、青少年身上。在教育教学中，我们发现视障学生除了要背负明眼学生要背负的重压外，还要忍受因视力障碍而导致的生理及心理的痛苦，很多视障学生不同程度地存在着心理问题，如社会的认知偏差，明眼人的不理解或误解，生活、学习中的各种困难，使他们备受挫折；他们的交往圈子偏小，很难找到知心朋友诉说心事，生活中往往充满着压抑；目前按摩仍是视障者最主要的就业方式，不喜欢从事按摩的学生对未来充满着迷茫；视力障碍使他们活动范围受限，兴趣、爱好和娱乐方式也不多，生活比较单调、乏味；青春期的视障学生更是易发心理问题，空虚、偏执、早恋、生命无动力等现象屡见不鲜，他们急需要得到正确的心理护理和专业的心理帮助。

视障学生存在的心理问题，不仅影响着教育教学的质量和效果，更重要的是影响着视障学生的健康成长，也影响着他们的未来发展。如何让视障学生心里充满阳光、快乐地生活学习、健康成长？如何让视障学生能够找到生活中的快乐与幸福？如何让视障学生消除心理障碍？这些问题是视障教育学校的老师们关心、关注的问题之一，也是视障教育研究的重要课题之一。

近年来，随着我国教育观念的更新和素质教育的不断深化，各级政府和教



育行政部门都开始重视学校的心理健康教育工作，各视障教育学校也通过心理辅导、心理课程等形式开展心理健康教育工作，使我国视障教育学校的心理健康教育工作从无到有、由点到面地开展起来。

我们编写《视障学生心理健康教育与辅导》一书的初衷，是想将学校开展心理健康教育与辅导的经验与同行们分享，希望能为视障教育学校的心理健康教育工作提供一些参考，希望对视障教育学校心理健康教育与辅导工作有所推动和助益，共同促进视障学生心理健康水平的提高。

在《视障学生心理健康教育与辅导》一书的编写过程中，我们借鉴了很多专家及前辈的优秀研究成果，在这里表示衷心地感谢。在本书编写过程中，北京师范大学钱志亮教授和原国际视障教育学会中国区主席曹正礼先生给我们提出了宝贵的意见和建议，青岛盲校杜本友校长给予了大力支持，我们在这里表示诚挚的感谢！

由于时间仓促，再加上我们的经验、水平所限，书中不当之处在所难免，希望各位专家和视障教育工作者提出宝贵的意见和建议。书中若有纰漏和错误之处，敬请读者指正。

编者

2013年9月

第一章 概 述

- 第一节 视障学生心理健康教育的重要性 / 1
- 第二节 视障学生心理健康的标准 / 2
- 第三节 视障学生心理健康教育的目标与内容 / 7
- 第四节 视障学生心理健康教育的原则 / 11

第二章 营造有利于视障学生心理健康的环境

- 第一节 健康的校园环境 / 15
- 第二节 和谐的家庭环境 / 24
- 第三节 融合的社会环境 / 27

第三章 课堂教学中的心理健康教育

- 第一节 在学科教学中渗透心理健康教育 / 33
- 第二节 校本课程中的心理关注 / 52
- 第三节 视障教育学校心理健康教育课程与教学 / 66
- 第四节 视障学生的职业生涯规划 and 人生规划辅导 / 76

第四章 教育活动中的心理关注

- 第一节 德育与团队活动中的心理关注 / 81
- 第二节 班级工作中的心理健康教育 / 91
- 第三节 朋辈心理互助社团建设 / 99



第五章 视障学生心理辅导与咨询

- 第一节 个别心理辅导及咨询 / 113
- 第二节 团体心理辅导 / 122
- 第三节 心理健康教育专题讲座 / 128

第六章 视障学生主要心理障碍及调适

- 第一节 视障学生心理特征及存在的主要心理问题 / 131
- 第二节 视障学生主要心理问题的调适 / 142
- 第三节 特殊境况下视障学生的心理护理与调适 / 161

第七章 建立视障学生心理健康教育的保障体系

- 第一节 视障教育学校心理健康教育现状 / 185
- 第二节 建立视障学生心理健康教育的保障体系 / 187
- 第三节 完善心理建康教育工作的管理 / 191

第八章 视障教育学校心理健康教育课参考课例

- 第一课 训练注意力 / 201
- 第二课 遵循记忆规律增强记忆力 / 205
- 第三课 尊重别人就是尊重自己 / 209
- 第四课 开启快乐的密码 / 215
- 第五课 富有的生命旅程 / 219
- 第六课 编织自己的人生故事 / 224

参考文献 / 228

第一章 概述

第一节 视障学生心理健康教育的重要性

《国家中长期教育改革和发展规划纲要》（以下简称《纲要》）在总体战略中明确提出：要以学生为主体，充分发挥学生的主动性，把学生健康成长作为学校一切工作的出发点和落脚点。要尊重教育规律和学生身心发展规律，关心每个学生，促进每个学生主动地、生动活泼地发展，为每个学生提供适合的教育，并且明确提出要加强心理健康教育，要重视生命教育，促进学生身心健康，提高学生综合素质。

在各省市中长期教育改革和发展纲要中，心理健康教育也都有明确的内容，并且对学生心理健康教育提出了更加明确的要求，如，《山东省中长期教育改革和发展规划纲要》明确提出要“坚持学校德育与心理健康教育有机结合，在大中小学校全面普及心理健康教育”。再如，《青岛市中长期教育改革和发展规划纲要》明确提出了到2015年实现校校有心理健康教师的具体要求。同时还提出要关心教师身心健康，健全教师心理维护机制，引导教师以人格和学识魅力教育感染学生，做学生健康成长的指导者和引路人。

《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》明确指出：“中小学心理健康教育，是提高中小学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育，是进一步加强和改进中小学德育工作、全面推进素质教育的重要组成部分。”同时还指出：“在中小学开展心理健康教育，是学生身心健康成长的需要，是全面推进素质教育的必然要求。”



在《国家中长期教育改革和发展规划纲要》第十章“特殊教育”中，提出要“提高残疾学生的综合素质。要注重潜能开发和缺陷补偿，培养残疾学生积极面对人生、全面融入社会的意识和自尊、自信、自立、自强的精神”。这些素质的培养都是与残疾学生的心理健康分不开的，良好的心理素质是其他素质发展的基础，是其走向成功的基石。

与之相应的，为了督促学校落实学生心理健康教育，各级教育行政部门采取了更加有效的举措，如青岛市在《青岛市特殊教育学校办学水平发展性督导评估体系（试行）》中的三级目标中单独列出了一项“C14 心理健康教育”，提出了对学校健康教育的要求和标准：“重视残疾学生心理康复训练和心理康以及行为矫正教育；设立心理咨询室，管理制度健全；适时开展多种形式的心理辅导与咨询。”“C38 心理咨询室设施配备要达到《山东省特殊教育教学仪器配备目录的要求》，且要对家长进行专题心理教育。”

视障中小学生正处在身心发展的重要时期，经历着青春期、叛逆期，特别是还要面临视力缺失产生的种种障碍，他们在学习、生活、自我意识、情绪调适、人际交往和升学就业等方面，会遇到各种各样的心理困扰或问题。对于视障学生来说，没有健康的心理素质，就不可能真正地融入社会生活、平等地参与社会生产生活，更谈不上立足社会、服务社会。

因此，在视障教育学校开展心理健康教育与辅导，对视障学生的心理问题予以辅导非常必要，也非常重要。这是视障学生身心健康成长的需要，也是全面推进素质教育的必然要求。

第二节 视障学生心理健康的标准

心理健康与健康是密切相关的，心理健康是健康的一个重要指标。

一、健康的概念与标准

关于健康，心理学家给过定义，世界卫生组织也下过定义，而且不同时期

