

特 / 殊 / 儿 / 童 / 心 / 理 / 健 / 康 / 教 / 育 / 特 / 殊 / 儿 / 童 / 心 / 理 / 健

TESHU ERTONG
XINLI JIANKANG
JIAOYU



特殊儿童 心理健康教育

何侃 等著

江苏大学出版社

TESHU ERTONG
XINLI JIANKANG
JIAOYU

特殊儿童
心理健康教育

何侃等著

江苏大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

特殊儿童心理健康教育/何侃等著. —镇江:江苏大学出版社,2008.1

ISBN 978-7-81130-030-7

I. 特… II. 何… III. 儿童教育:特殊教育:健康教育
IV. G76

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 016252 号

特殊儿童心理健康教育

作 者/何 侃 等

责任编辑/吴明新 许 龙 林 卉

出版发行/江苏大学出版社

地 址/江苏省镇江市梦溪园巷 30 号(邮编:212003)

电 话/0511-84446662

排 版/镇江文苑制版印刷有限责任公司

印 刷/扬中市印刷有限公司

经 销/江苏省新华书店

开 本/787mm×960mm 1/16

印 张/23

字 数/500 千字

版 次/2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978-7-81130-030-7

定 价/36.80 元

本书如有印装错误请与本社发行部联系调换

序

FOREWORD

在《特殊儿童心理健康教育》一书即将面世之前,我很荣幸能够作为第一读者首先拜读。虽然在短短的几天当中,只能够粗略地浏览一下书稿,但其中许多内容还是令我感受良多。

作为一部专门针对特殊儿童的心理健康教育著作,这本书的问世,为国内心理健康教育工作增添了一个新的研究方向,这一点恐怕也是本书的最大特色之一。虽然目前国内已经出版了不少涉及心理咨询治疗以及心理健康教育的图书,但是,专门研究特殊儿童人群心理健康教育的书籍几乎还是空白。如果我们留心搜索一下,在英文的一些学术文献索引中,涉及特殊儿童心理问题与心理训练或辅导的著述还是很多的。非常遗憾的是,在中文图书索引中,除了一些零星的文献之外,系统的学术著作几乎还没有看到。在这种情况下,本书提醒人们注意到了这样一个虽然不是很多、但却是很重要的特殊人群的心理健

康问题。进入21世纪以后,以人为本的精神突出体现在重视每一个人的价值上,包括那些常常容易被我们忽视了的一群所谓“特殊儿童”,他们的内心世界同样需要被关注。其实,他们之所以被称之为特殊儿童,就是因为存在于他们当中的一些成长问题特别突出以至于他们更需要被小心呵护。

从本书对于特殊儿童的内涵和外延界定以及所举证的大量研究事实来看,以何侃老师为代表的这个作者团队不仅在特殊儿童教育方面有了很好的专业思考,而且也已经积累了丰富的实践或临床工作经验。这本书对“特殊儿童”的架构做了非常严谨的学术界定,不仅包括了那些存在器官缺陷和发育障碍的儿童,而且也包括了超常儿童以及那些正在经历特殊环境压力的儿童,诸如单亲和重组家庭儿童、留守与流动儿童、流浪儿童、艾滋病致孤儿童、服刑人员未成年子女等。正是因为基于这样一种界定来编写,全书在整体框架上显得更加完整,而且系统全面。不仅如此,书中的一些内容还针对中国特殊儿童的特定情

况,譬如对流动儿童和留守儿童展开讨论,虽然还只是一个初步的分析,但所涉及的复杂系统问题为今后进一步的学术研究奠定了良好开端。

重视并强调预防和整合的理念是本书的另外一个重要特色,作者在充分根据新近研究成果的基础上,比较系统地梳理和比较了国内外的一些普通儿童和特殊儿童心理健康教育相关研究现状,提出了重视预防教育,将特殊儿童心理健康教育渗透在整个特殊教育中,以及完善和整合特殊儿童心理健康教育的内容等一些具有建设性的思考意见和建议,这些观点很好地归纳了近年来国际学术界在心理健康教育的问题上普遍强调的预防和整合的理念,提升了全书的学术价值。作者的这种建设性的倡导对我国在当前和今后一段时间中特殊儿童心理健康教育工作都具有很好的导向意义。

除了理论观点新颖之外,这本书还具有很强的实用性。全书用大量篇幅讨论了各种心理健康教育方法在特殊儿童中的运用,其中许多方法都是近几年来刚刚被介绍到国内的,包括家庭治疗、游戏治疗和艺术治疗,这些方法应用于儿童心理问题具有很好的针对性,也很容易操作。虽然如何才能把这些方法更好地应用于特殊儿童,很多地方还有待探索,本书对于这些问题也只是做了一些初步的讨论;但是在缺乏先例的情况下,毕竟这已经开始了一个很好的尝试,完全可以成为实践工作者们重要的参考依据和工作基础。

不仅如此,全书在篇章结构的安排上,还专门针对各种不同性质的特殊儿童分别专章做了讨论,这样使得读者对于所谓特殊儿童的特殊性可以有比较完整的了解,而且,作为一部专业书籍,也能够更加系统地分别加以讨论,使得特殊性的含义一目了然。

何侃老师和她的团队,具有很好的特殊教育专业素养,从所著述内容来看,虽然这只是他们的一个初步尝试,其中很多内容还显得不尽周详,但是毋庸置疑,这部书已经开始尝试为我们在特殊儿童心理健康教育这个领域建立起一个不仅理论上比较规范,而且也能够很好地结合实际的研究工作架构。相信这部著作的问世,对于中国特殊儿童心理健康教育事业,乃至整个心理健康教育领域都会起到很好的促进作用。

傅宏

2007年10月5日于南京师范大学



前言

PREFACE

《特殊儿童心理健康教育》一书系江苏省人文社科研究项目“新时期特殊需要儿童心理健康教育研究——心理问题的预防和教育干预的策略”(2004年批准立项)的课题研究成果,也是南京特殊教育职业技术学院开发的特色课程“特殊儿童心理健康教育”(2005年首次开设)的教学用书,更是该院特殊教育专业的学术团队为适应我国和谐社会的构建和广大特殊儿童身心健康发展的迫切需要而倾力研究之作。

就社会需要而言,本书是为全体儿童特别是中国特殊儿童和关心特殊儿童的人所写的,期望能带给中国特殊儿童一份特殊的关怀。

从心理健康教育角度分析,特殊儿童是指那些心理健康较正常儿童更容易受到其生理的、心理的或社会文化的特点影响的儿童。生理影响方面,通常包括听觉障碍儿童、视觉障碍儿童、肢体障碍儿童等;心理影响方面,通常包括超常儿童、智力障碍儿童、情绪行为障碍儿童、学习障碍儿童、多动症儿童、自闭症儿童等;社会文化影响方面,通常包括单亲与离异和重组家庭儿童、流动留守儿童、流浪儿童、艾滋病致孤儿童、服刑人员未成年子女等弱势儿童群体,即社会处境不利儿童。据不完全统计,中国目前18岁以下儿童青少年大约有3.67亿,心理健康视野中的特殊儿童大约有6000万~8000万之多,特殊儿童群体已成为不可忽视的群体。他们同样是儿童,也需要成长与发展,何况他们在成长过程中有更多困惑和适应障碍,在发展过程中极易遭受挫折与失败,并出现心理危机。因此,特殊儿童迫切需要心理健康教育工作者的及时帮助。

然而,我国教育工作中长期忽视儿童的心理健康问题,尤其忽视因残疾、学习困难和因其他特殊性而产生特殊教育需要的以及处境不利儿童的心理健康教育。这些儿童由于其生理、心理和社会文化处境等方面的特点,其心理健康存在一定的隐患,如自卑、孤独、情绪困扰、自我中心、焦虑及不良适应行为等。在提倡素质教育的今天,学校不仅有义务帮助这些最需要帮助的特殊儿童摆脱不健康的行为和心理困扰,走向健康快乐人生,而且更有义务给特殊儿童创造一个能够充分发挥自己潜能,形成健全人格的环境,让所有特殊儿童拥有高质量的生活。

就课题研究而言,本课题属江苏省人文社科研究项目,总体方案和子课题设计由何侃负责。本课题研究在国内可谓领先一步,尽管近年来心理健康教育领域相关研究成果丰硕,但尚缺乏对各类特殊儿童的心理健康教育问题全面系统地分析研究。而本课题经过两年多的研究,成果荟萃,无论是在理论体系构建方面,还是在应用指导创新方面均有所突破。尤其是特殊儿童心理健康教育的理念和方法论方面的研究,超越了传统观念和方法的束缚,采纳“把特殊儿童当做特殊儿童”的复杂系统观,并将其融入整个特殊儿童心理健康教育研究和实践中,从而衍生出自组织、自适应、整体涌现的特殊儿童心理健康教育观念和方法论体系。在国内不仅首次系统地提出了特殊儿童心理健康教育的理论和多元整合的方法,而且拓展了心理学、教育学和系统科学等在特殊儿童心理健康教育领域中的应用视野,提升了特殊儿童心理健康教育理论研究的水平。

2006年11月8日,经对南京图书馆藏书的计算机检索“特殊儿童心理健康教育”(模糊匹配),结果为零,而且历年国内外出版的相关书目仅32条。结合手工检索分析和专家咨询,目前国内尚无同类书籍或正式教材出版。有理由认为,本书的出版完善了特殊教育专业学科群的建设,也填补了专业人员对特殊儿童进行心理健康教育的教材空白,为特殊儿童心理健康教育实践提供了具体的指导工具。

就教学用书而言,本书基于特殊儿童发展的心理需求提出了对特殊儿童进行心理健康教育的科学内容,融入了全新的心理健康教育理念,详尽介绍了多元新颖的心理健康教育模式与方法技术,在特殊儿童心理健康教育体系构建方

面进行了有益的探索。在解决特殊儿童的心理问题方面,针对各类特殊儿童容易出现的心理问题与心理障碍,进行归因分析,提出解决策略,体现了预防、矫治和发展相结合之特点,并在特殊儿童心理健康教育机制、具体策略等方面进行系统的研究,为特殊儿童心理健康教育实践提供了理论指导和应用策略。

本书大部分内容已经过南京特教学院特殊教育系学生的专业课教学试用,并在江苏省中小学教师、江苏省特殊学校骨干教师及校长、全国特殊学校骨干教师的特殊教育培训中做过专题讲座和交流,均有较好的反响。不仅对于特殊教育学校的心理健康教育具有较强的指导意义,而且对普通学校特殊儿童(包括暂时归类为普通儿童)的心理健康教育也有指导意义,同时对特殊教育工作者的科研有着重要的借鉴意义。

本书作为高等院校特殊教育专业和应用心理专业课程的最新开发教材,不仅适用于高校师生,也适用于特殊教育学校、普通中小学、幼教教育工作者,特殊儿童家长,关注特殊儿童成长的社会工作者、心理健康教育以及相关理论研究者和公共图书馆馆藏等。

全书共八章。第一章为引论部分,主要论及特殊儿童与心理健康教育,如特殊儿童的界定;特殊儿童的心理需求分析;特殊儿童心理健康教育概要;我国特殊儿童心理健康教育的现状、问题分析与对策探讨。第二章为理论部分,主要探讨特殊儿童心理健康教育的理论基础、基本理念、模式论和方法论。第三、四章为方法部分,分别介绍了对特殊儿童进行心理健康教育的一般方法和特殊方法。第五、六、七、八章为分论部分,分别论述了器官缺陷儿童(听觉障碍儿童、视觉障碍儿童、肢体残疾儿童)的心理健康教育;发展障碍儿童(智力障碍儿童、学习障碍儿童、自闭症儿童、多动症儿童)的心理健康教育;超常儿童的心理健康教育;处境不利儿童(单亲、离异和重组家庭儿童,留守、流动儿童,流浪儿童,艾滋病致孤儿童与服刑人员未成年子女)的心理健康教育。

本书在很大程度上属于创新之作,全书体系构建和内容安排由何侃负责。由于全书内容涉及各类特殊儿童,为体现研究的专业性和综合性,总论部分由何侃完成,分论部分采取了集体创作方式。通过子课题研究,课题组成员几易其稿,终于付梓。全书各章(节)写作分工如下:第一、二、三、四章(何侃);第五

章第一节(韩梅),第二节(李泽慧),第三节(何侃);第六章第一节(何侃、赵艳霞),第二节(施丽萍),第三节(王娟),第四节(何侃);第七章(蒋科星、何侃);第八章(何侃、王娟)。全书由何侃负责统稿、审定。

本书在编写和审定过程中,得到南京师范大学教育科学学院副院长傅宏博士和江苏大学出版社吴明新社长、总编办汪再非主任等的极大鼓励和鼎力相助。他们的修改意见和热情支持,使本书得以完善和及时出版。在此,还要由衷感谢南京特教学院党委书记蒋云尔博士和丁勇院长,长期以来对我和各位同仁的勉励与呵护,没有他们对学术团队的悉心指导,就不可能有我们今天的成绩。同时还要感谢课题组全体同仁的无偿付出,大家不辞辛苦,拨冗与我通力合作,无非是凭借对特殊教育“特殊对待”的事业心和对特殊儿童“特殊关怀”的责任感。本书参阅、引用了大量国内外同行的成果和文献,因文中未能一一列明出处,在此致谢并致歉!

因仓促成稿,书中定有诸多不当之处,权当抛砖引玉,深望读者秉持理性批判的态度,不吝赐教,提出宝贵意见,以便今后修改、完善。此外,为更好地指导特殊儿童心理健康教育实践,本课题研究的相关成果——《特殊儿童心理健康教育案例集》正在整理完善中,不日另行出版。

何侃

2007年10月于南京

目 录

第一章 特殊儿童心理健康教育引论

第一节 心理健康与心理健康教育 (1)

第二节 特殊儿童与心理健康教育 (8)

第三节 特殊儿童心理健康教育的现状与问题 (23)

学习评价 (32)

第二章 特殊儿童心理健康教育的基本理论

第一节 特殊儿童心理健康教育的基本观 (33)

第二节 特殊儿童心理健康教育的模式论 (46)

第三节 特殊儿童心理健康教育的方法论 (55)

学习评价 (65)

第三章 特殊儿童心理健康教育的一般方法

第一节 心理教育法 (66)

第二节 心理咨询(治疗)法 (72)

第三节 行为矫正法 (83)

第四节 家庭疗法 (94)

学习评价 (104)

第四章 特殊儿童心理健康教育的特殊方法

第一节 游戏疗法 (105)

第二节 箱庭疗法 (115)

第三节 艺术疗法 (125)

第四节 感觉统合疗法 (139)

学习评价 (151)

第五章 器官缺陷儿童的心理健康教育

第一节 听觉障碍儿童的心理健康教育 (152)

第二节 视觉障碍儿童的心理健康教育 (163)

第三节 肢体障碍儿童的心理健康教育 (174)

学习评价 (187)

第六章 发展障碍儿童的心理健康教育

第一节 智力障碍儿童的心理健康教育	(188)
第二节 学习障碍儿童的心理健康教育	(200)
第三节 自闭症儿童的心理健康教育	(208)
第四节 多动症儿童的心理健康教育	(220)
学习评价	(233)

第七章 超常儿童的心理健康教育

第一节 超常儿童的心理健康	(235)
第二节 超常儿童的心理问题及其成因	(242)
第三节 超常儿童心理健康教育的实施	(248)
第四节 超常儿童的自我中心问题研究	(255)
学习评价	(261)

第八章 处境不利儿童的心理健康教育

第一节 单亲、离异、重组家庭儿童的心理健康教育	(262)
第二节 留守、流动儿童的心理健康教育	(275)
第三节 流浪儿童的心理健康教育	(288)
第四节 艾滋病致孤儿童的心理健康教育	(296)
第五节 服刑人员未成年子女的心理健康教育	(304)
学习评价	(311)

附录

附录一 3~4岁幼儿心理健康问卷	(312)
附录二 4~5岁幼儿心理健康问卷	(315)
附录三 5~6岁幼儿心理健康问卷	(317)
附录四 小学生心理健康评定量表	(319)
附录五 中学生心理健康诊断测验	(323)
附录六 拉特儿童行为问卷	(328)
附录七 阿肯巴克儿童行为量表	(330)
附录八 康纳氏量表	(336)
附录九 儿童多动症调查问卷	(338)
附录十 儿童自闭症评定量表	(339)
附录十一 感觉统合问题检核表	(342)
附录十二 多元智能评量表	(345)

参考文献	(348)
-------------------	-------

第一章

特殊儿童心理健康教育引论

【内容提要】

就心理健康教育而言,特殊儿童是指那些心理健康较正常儿童更容易受到其生理的、心理的或社会文化的特点影响的儿童。特殊儿童在成长过程中,有其独特的心理需求和发展特点,其心理健康发展即为一重要方面。但各类特殊儿童由于其自身特点及其他影响因素易产生心理问题,特殊儿童的心理健康不容乐观,亟待落实心理健康教育。因此,有必要探讨特殊儿童心理健康教育的理论与实践问题。

本章是开篇首章,分三部分。第一部分主要介绍心理健康及心理健康教育的基本问题;第二部分探讨特殊儿童与心理健康教育的关系,通过对特殊儿童发展过程及其影响因素的分析,指出特殊儿童心理健康教育的意义,提出特殊儿童心理健康教育的目标、内容和原则。第三部分对目前我国特殊儿童心理健康教育中存在的问题与解决对策进行探讨与分析。

第一节 心理健康与心理健康教育

一、心理健康概述

(一) 心理健康的定义

健康一直是人类生存极为重要的内容,它对于人类的发展,社会的变革,文化的更新,生活方式的改变等都有着决定性的作用。对于现代人而言,健康已不单纯是有病或无病。根据世界卫生组织(WHO)所提出的衡量标准,健康是身体无病和心理健康,也即完整的生理、心理健康状态及良好的社会适应能力^[1]。可见,心理健康已是人类健康不可分割的重要部分。

1948年第三届国际心理卫生大会对心理健康的定义为:在身体、智能以及情感上与其他人的心理健康不相矛盾的范围内,将个人心境发展成最佳状态^[2]。具体表现为:身体、智力、情绪十分协调;适应环境,人际关系中能彼此谦让;有幸福感;在工作中,能充分发挥自己的能力,生活有效率。

此外,学者们对心理健康的解释可谓众说纷纭。《简明不列颠百科全书》(1991年版)

解释:心理健康是指个人心理在本身及环境条件许可范围内所能达到的最佳功能状态,但并不是十全十美的绝对状态;心理学家英格里希(English)认为:心理健康是一种持续的心理状态,当事人在那种状态下能作出良好的适应,具有生命的活力,且能充分发展其身心潜能;心理健康乃是一种积极的丰富的状况,不只是免于心理疾病。社会学家波蒙(Boehm)认为:心理健康就是合乎某一水平的社会行为,一方面能为社会所接受,另一方面能为本身带来快乐。我国有关专家从综合的角度概括,认为心理健康至少应当包括3个方面:正常的心理状态、协调的人际关系、完善的社会适应能力^[3]。

2007年中国卫生部在《精神卫生宣传教育核心信息和知识要点》^[4]中提出:心理健康是指个体能够恰当地评价自己、应对日常生活中的压力、有效率地工作和学习、对家庭和社会有所贡献的一种良好状态。主要包括以下特征:智力正常,情绪稳定,心情愉快,自我意识良好,思维与行为协调统一,人际关系融洽,适应能力良好。

总之,心理健康是个体内外协调的良好心理功能状态。广义的心理健康是指人能够在社会环境中健康地生活,保持良好的情绪状态,适应社会生活变化节奏,能与人正常交往;狭义的心理健康是指人能够预防心理障碍或异常行为。前者是从宏观上要求人应该达到的可能状态;后者是指对未出现或可能出现的异常行为进行防御与抵抗^[5]。

(二) 心理健康的标准

国内外许多学者从不同的社会文化背景、研究立场、观点和方法对心理健康的标准做了不尽相同的表述,可以归为以下4类^[6-8]:

1. 生理学标准

此标准源于传统的医学领域,较为被动消极,只是指出了心理健康没有哪些不正常的表现,却没有指出应该具有哪些表现。既然健康就是没有疾病,那么心理健康就是心理上没有疾病或不存在心理病理症状。此标准在临床医学和心理辅导中应用较广,可让当事人凭自己的经验来感觉或描述是否有以及有哪些不良体验;咨询者或辅导者依据临床经验来判断当事人是否有以及有哪些心理病理症状;对照权威机构的临床诊断标准来判断,如《中国精神疾病分类与诊断标准(CCMD)-3》、《国际疾病分类(ICD)-10》、《美国精神疾病诊断分类手册(DSM)-4》等;对照有关专家或自行编制的心理与行为问题问卷进行判断^[9]。

这一标准在实际操作中的一个重要前提或假设是心理不健康者肯定有心理疾病或行为不良症状,没有这些症状即心理健康。这种观点在医学领域中较突出,教育领域中也有人赞同,其突出表现就是把用于精神医学临床诊断的工具直接用于心理健康教育中。

2. 统计学标准

此标准基于对一般群体的某些心理和行为特征或功能的测量和统计,认为心理健康和不健康之间没有绝对的界限,只是程度的差异。一个人的心理和行为特征或功能越是接近于普通人群的平均值,则心理越健康;越是偏离平均值,则心理越不健康。

这一标准在心理健康的评估中运用非常广泛。其优点在于它以数据资料为依据,具有客观性和可操作性,更有可比性。但以统计学为基础的标准也不是绝对的标准,有许多心理问题并不是常态分布,也有许多测量工具本身并不具备客观性及可以比较的常模。所以,仅有统计学的定量标准是不够的,还应结合实际情况进行定性分析。

3. 社会适应标准

此标准受人本主义心理学的影响,在理论阐述中非常多见。此标准认为心理健康是一个动态的概念,具有相对性,是一种积极的社会适应,是健全的人格发展。它把心理健康描述为一种在现实生活中大多数人较难达到的理想状态,并作为对人们进行心理辅导或心理卫生工作的目标。目前,此标准从观念上几乎被人们普遍接受。

不同的理论和实际工作者对健康心理的特征提出了不同的看法^[2,3]:如把心理健康的标准归纳为10项,即为认知健康适应、情感饱满适度、意志坚强可控、个性和谐统一、人际关系和谐、杜绝心理异常、自我意识客观、社会适应良好、人生态度积极、行为表现规范;也有其他学者归纳为正常的智力发展水平、基本的自我认识能力、基本的个性协调能力、能够控制自己的情绪、基本的生活适应能力、基本的社会交往能力等。

4. 主观经验标准

此标准体现了心理健康的主体感受性,认为心理健康与否依赖于个体的自我感觉,即个体自己认为是否有心理困扰,是否需要得到支持和帮助。美国心理学家斯考特(Scott)认为,判别一个人是否异常,要看他是否体验到忧郁、不愉快等负向情绪,或是不能自我控制某些行为,从而需要帮助;同时也要考察别人认为他是否正常。此标准从某种程度上讲,具有真实体验感,而不是外在的或硬性的判断。

综上所述,对于心理健康的判断必须是多维度的、综合的。因此,对心理健康的维护也必须从认知到行为多方面着手,使个体能善于自我平衡内在情绪,自我称赞和自我肯定,提高对周围环境中人、事、物的应对能力。

(三) 心理健康与心理异常、心理障碍

心理健康是相对于心理不健康,也即心理异常、心理障碍而言的。那么,如何理解心理健康与心理障碍、心理正常与心理异常呢?

事实上,每个人都处在极健康和极不健康的两端连线上的某一点,而且人的心理健康状态又是动态变化的,它只是反映在某一特定时间的特定状态。我们所说的心理健康是指在较长一段时间内持续存在的健康状态,而不是一时的偶发现象。

从静态角度看,心理健康是一种状态;从发展角度看,心理健康则是在一定范围内,围绕健康常模不断上下波动的过程。所以,又可以说心理健康是一个动态平衡状态。这种动态平衡状态被打破(即心理健康状态的破坏),可能会随时发生。心理问题即个体心理与环境之间不相适应的状态;心理障碍则是由于近期所面临的心理问题不能解决而产生的暂时的、

单一方面的心理功能失调状态;而由于多方面的心理障碍没有得到矫治而产生的长期的、多方面的心理功能失调状态即为心理疾病。

其实,在心理正常和异常之间存在界限,这是确定无疑的。但心理正常却没有一个固定不变的、处处适用的绝对标准,心理正常和异常的界限随时代的变迁与社会文化的差异而变动,这种界限是相对的。只有将个人的心理状态和行为表现放在当时的客观环境、社会文化背景中加以考虑,通过与社会认可的行为常模比较,并与其本人一贯的心理状态和人格特征加以比较,才能判断其是否心理异常以及心理异常的程度。如果一个人能够按社会认为适宜的方式行动,心理状态和行为方式为常人所理解,即使有时出现轻度情绪焦虑或抑郁,也不能认为其心理状态超出正常范围。换言之,心理正常是一个常态范围,在这个范围内允许存在一定程度的差异。

心理异常的表现可能是严重的,也可能是轻微的。据世界卫生组织的估计,在同一时刻几乎有20%~30%的人有不同程度的心理异常。严重的心理异常可称之为“心理障碍”,它通常指没有能力按社会认为适宜的方式行动,以致其行为对本人或社会产生不利后果。这种“没有能力”可能是器质性损害或功能性损害的结果,也可能两者兼而有之。

(四) 儿童心理健康

儿童时期是培养心理健康素质的重要时期。儿童心理健康是指儿童整个心理活动和心理特征的相互协调、适度发展、相对稳定,并与客观环境相适应的状态^[10]。

尽管心理健康与不健康没有绝对的标准,但从实践角度而言,没有心理健康的标准就无法判断心理健康状态,更谈不上心理健康维护。为此,国内外学者依据儿童身心发展的规律及需要,提出了儿童心理健康的参考标准^[10]:①经常保持愉快心情,有幸福感;②符合年龄特点的自我认知和社会认知;③具有健全的人格,富有和谐思想和习惯;④恰当的自我控制,行为符合常规和年龄;⑤能适应环境,热爱生活,乐于学习和工作;⑥乐于交往,易相处,能得到社会的公认;⑦身体健康,智力正常;⑧能根据自身年龄特点,循序渐进。

上述标准似乎已成定论,但智力的高低能否作为心理健康的评估标准?因为尽管智力落后者伴有心理问题与障碍,但也有一些存在心理问题和障碍者智商正常甚至更高。可见,心理健康水平与智商各有不同的评估条件和方法,属于两类不同性质、逻辑不相容的概念。正是基于此,我们才有理由构建特殊儿童(尤其是智障儿童)的心理健康教育。

二、心理健康教育

(一) 心理健康教育及其相关概念

心理健康教育是指培养儿童良好心理素质,提高儿童心理机能,充分发挥其心理潜能,促进其个性发展的教育,是教育者与受教育者心理的自主构建及其相互作用的社会活动过程^[11]。对于心理健康教育,有广义和狭义之分。广义的心理健康教育是指一切有助于培养

学生心理健康素质和健全人格的教育活动,包括学校、家庭、社会的有关教育、学科渗透和社会影响等;而狭义的心理健康教育是指在学校范围内的、以心理健康素质和健全人格的培养为目的的专门教育。一般来说,心理健康教育主要是指后者。

与“心理健康教育”含义相近或使用范围接近的表述通常有“心理卫生”、“心理辅导”、“心理咨询”、“心理治疗”、“心理教育”、“心理素质教育”等^[3,5,7,8,11-15]。尽管不同的表述关注的核心问题都是“维护和增进心理健康”,但反映了人们对心理健康教育的性质、目标、内容和方式等的不同认识。

心理卫生,又称精神卫生,是相对于生理卫生而言的。心理卫生是研究如何维护和增进人类心理健康的一门学问,也是运用有关心理学知识和技术增进人们心理健康的一种服务。在消极方面,它以预防心理疾病、防止心理不健康为目的;在积极方面,它以保持心理健康、增进心理抵抗力为目的。由此可见,心理卫生和心理健康实质上是同一问题的不同表述。倘若严格区分,心理健康则是心理卫生的目的,而心理卫生则是达到心理健康的手段。

心理辅导,是港台学者常用的概念,类似于我们常用的“心理健康教育”。我们使用“心理辅导”一词时,更强调以全体正常人为对象,关注对象的未来,注重预防和发展。而港台学者使用“心理辅导”一词时,注重对象内在需要的满足和潜能的展现,关注的是个体的具体问题,重视个别差异,且心理辅导是一种自下而上的服务。

心理咨询,是对各种心理困扰者诊断其心理问题及其产生原因,切实补救而解决问题。心理咨询主要以正常人中有心理问题者为对象,关注对象的现在,直接针对某些具体的目标解决问题。咨询通常是在意识层面上进行,更重视教育性、支持性和指导性。心理咨询和心理治疗关系密切,实践中两者常常结合。如在咨询过程中的干预阶段,可以运用某些心理治疗的方法;而在心理治疗中,也采用咨询的各种技术。

心理治疗,即在良好沟通的基础上,由经过专业训练的治疗师采用心理学的方法和技术,协助人们解决心理问题和行为问题,恢复心理健康。心理治疗是以心理健康水平较低或心理机能失调及有心理障碍者为对象,关注对象的过去。心理治疗的重点是矫治,根本目标是纠正与治疗心理与行为的失常问题,恢复心理健康。心理治疗较费时间,需几次至几十次,甚至需要配合药物方可完成。当然,一提到“治疗”就很容易想到“疾病”。实际上心理治疗的对象不仅仅是有心理疾病的人,它可以服务于所有的人。

心理教育或心理素质教育,强调通过有目的的心理素质优化训练提高人的心理品质。心理品质好坏直接关系到学校教育的成效,因而学校教育的根本在于心理素质教育,要以优化心理素质作为发展智力、培养能力、提高德育成效的突破口,使学生德、智、体和个性协调地发展。

心理健康教育是一广义的概念,其主要目的是发展学生的心理素质,培养学生的健全人格,维护和增进心理健康。上述相关概念的解释是狭义的,而在实际开展心理健康教育的活动中,这些概念的使用有交叉和重叠。现行普遍的提法是“心理健康教育”,这一词实际上也包括了以上各类表述,因为仅仅使用某一个概念涵盖心理健康教育都是不全面的。所以,使用

心理健康教育这一概念不仅是学术上的慎重选择,更是教育现实状况和实际需要的反映。

(二) 心理健康教育的目标和任务

从根本上说,心理健康教育是素质教育的重要组成部分。心理健康教育的目标也要服从素质教育的总目标,即要以提高全体国民的素质和民族创新能力为根本宗旨,培养适应社会发展需要的、全面发展的人才。

1. 心理健康教育的目标

心理健康是良好心理素质的重要标志,学校心理健康教育的根本目标就是要全面提高青少年儿童的心理素质。具体而言,心理健康教育的目标包括3方面:首先使儿童形成健康的心理素质;其次,维护儿童的心理健

康,减少和避免影响其心理健康的各种不利;最后,根据儿童成长发展的需要和特点,采取多种形式和方法,促进心理健康,提高心理健康水平。心理健康教育的目标具体到每个儿童,即为:帮助他们正确地对待自己、接纳自己,认识自己的内在潜力,充分发挥潜能,塑造健全人格;确立符合自身发展的生活目标,培养责任感、义务感和创新精神;学会认识环境,正确处理各种人际关系,更好、更快地适应生活和学习环境;掌握社会规范,形成良好的道德品质、积极的人生观和价值观、积极的情绪情感、坚

2. 心理健康教育的任务

从宏观上说,学校心理健康教育的主要任务,一是在全体儿童中开展心理健康教育,使儿童不断正确认识自我,增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力,培养儿童健全的人格和良好的个性心理品质;二是对少数有心理困扰或心理障碍的儿童,给予科学有效的咨询和辅导,使他们尽快摆脱障碍,提高心理健康水平,增强发展自我的能力。

就每一个对儿童心理健康负有责任的教育者来说,无论在学科教学、专题讲座、团体咨询还是在个别咨询中,都应该做到:满足学生的基本心理需求;为学生的身心发展提供指导;及时发现学生的心理和行为问题,防患于未然。

安全感、得到他人的承认和接纳、受人尊重等是个体的基本心理需求,这些心理需求是否得到满足直接关系到一个人能否拥有健康的心理。因此,心理健康教育的重要任务应该是教育者要关爱儿童,尊重儿童,满足儿童的这些心理需求;对他们成长过程中带有普遍性的问题,教育者要在其尚未出现或刚出现时给予指导、积极干预,让他们有所了解、有所准备;对他们已出现的一些消极心理或行为问题,教育者要及时采取措施加以补救。

(三) 心理健康教育的途径和方式

心理健康教育旨在提高全体儿童的心理素质。因此,提供面向全体儿童的心理健康教育是实现这一目标的主要途径,即心理健康教育应贯穿于学校一切教育活动之中,全面渗透在学校教育的全过程之中。各项学科教学、教育活动和班主任工作,都应注重对学生的心理