

育心养德

主 编 韦俊卿
副主编 叶发钦 周国成

本书重点研究
心理健康教育及其与
学校教育、
学科教学、
学校科学管理协调发展
这些成果具有很强的实践性、
实用性、针对性，
具有一定学术价值
和应用价值，
对于提高中小学
心理教育质量
有一定借鉴意义。



广西科学技术出版社

育心养德



广西科学技术出版社

主 编：韦俊卿
副主编：叶发钦 周国成

图书在版编目 (CIP) 数据

育心养德 / 韦俊卿主编. —南宁: 广西科学技术出版社,
2008. 10

ISBN 978-7-80763-187-3

I. 育… II. 韦… III. 中小学—心理健康—健康教育—
经验—广西 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 137878 号

育心养德

主编: 韦俊卿

出版发行: 广西科学技术出版社

(南宁市东葛路 66 号 邮政编码 530022)

印刷: 广西地质印刷厂

(南宁市建政东路 88 号 邮政编码 530023)

开本: 890mm×1240mm 1/32

印张: 18

字数: 539 000

版次: 2008 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-80763-187-3/R·34

定价: 42.00 元

本书如有倒装缺页, 请与承印厂调换。

2008 年是我国改革开放 30 周年。胡锦涛同志在中共中央十七大报告中指出：“改革开放是决定当代中国命运的关键抉择，是发展中国特色社会主义、实现中华民族伟大复兴的必由之路；只有社会主义才能救中国，只有改革开放才能发展中国、发展社会主义、发展马克思主义。”改革开放 30 年，中国共产党领导中国人民以一往无前的开拓进取精神和波澜壮阔的改革创新实践，谱写了一曲曲中华民族自强不息、顽强奋进的壮丽诗篇，使我们伟大祖国的面貌发生了日新月异的根本改变，人民的物质文化生活水平得到极大改善。改革开放的辉煌成就及其宝贵经验，将载入史册，千古流芳。

广西中小学心理健康教育是在改革开放大潮中蓬勃兴起的，并在推动中小学全面实施素质教育、全面提高教育质量的创新教育实践中起着良好的促进作用。当改革开放 30 周年来临之际，我区中小学第一线的老师和学校领导及部分市、县教育局教研室的同志将自己近年来在学校心理教育辅导和心理健康教育实验研究活动中辛勤积累的点点滴滴经验和体会进行总结归纳，并加以理性的思考，形成论文、实验（研究）报告、教育随笔、活动设计、辅导个案等形式，汇集成《育心养德》一书，作为纪念改革开放 30 周年的一份礼物。这是十分有意义的创新行动。这些文章侧重记载和反映广西中小学校近年来进一步加强心理健康教育与学校德育、学科

教学、学校管理等方面相互联系和相关渗透以推动学校整体和谐发展的研究与探索，这是十分珍贵的精神产品。尽管这些研究以及文章中所提出的一些观点、做法和结论尚有商榷、探讨的地方，但对于心理健康教育还处在刚刚起步阶段的中小学校、对于推进我区心理健康教育的深入开展、对于进一步提高中小学校心理健康教育的综合效应等方面来说，这些经验成果、研究和操作无疑具有可资借鉴的实用价值。

本书的编辑出版，得到了许多学校领导和老师的热心关注和支持，文章作者也付出了艰辛的劳动，广西教育学院杨鸿展教授和桂平市教研室梁健培、柳州市西鹅中学吴春莲、宜州市实验高中梁昌豪、平南县大安镇中心小学肖社燕等老师为本书审稿、组稿做了许多工作，广西科学技术出版社梁冰编审及有关人员为本书的出版付出了艰辛劳动，在此一并表示真诚谢意！对于书中一些作者引用有关文章、资料的观点材料作为佐证资料，在此亦对原作者表示感谢！

主编 韦俊卿

2008年9月20日

目 录

课题研究成果

结合百色实际推进中小学心理健康教育深入开展	杨胜奎 / 1
桂平市中小学心理健康教育探索与实践	伊 腾 梁健培 / 4
心理健康教育为道德教育保驾护航	管升起 覃沛华 / 10
实施封闭式管理的重点高中学生心理健康状况调查分析	 黄荣伟 韦 韧 莫维杰 符晓玲等 / 15
优化心智 创建特色	覃源滋 黄湖清 唐秀璜 苏 机 覃 宁 / 23
让每个学生都获得成功	凌俊文 杨晓光 / 29
让学生成长的道路洒满阳光	邓文勇 / 34
心理健康教育给校园芳草带来无限生机	陈庆红 / 40
德心共育 培养学生健全人格	梁宇萍 李开梅 / 45
加强农村初中生心理健康教育的实践与研究	曾伟杰 丘 凌 / 51
学生心理障碍的师源性因素初步研究	梁国富 / 59

特色课程 大野芳菲	俞燕寒 / 63
众手浇花花更红	陈冬寒 张 宇 / 67
努力将学校建成师生健康成长的乐园	唐 玲 陆惠美 / 70
修德育人 构建和谐	唐美红 黎桂宁 / 75
人文见长 创建特色	柯 宇 陈 慧 / 80
实施心理健康教育 促进学生健康成长	
..... 韦柳容 何丽清 章 健 韦德孙 / 86	
孤儿学生心理健康教育探究	黄淑娴 / 91

二 辅导研究成果

论心理健康教育与德育协调发展	李兆丰 / 95
初中生公德教育实践与探索	曾 鹏 / 99
唤醒学生的“自觉”是实现道德内化的关键	薛 萍 彭 艳 / 103
关注未成年人的心理健康	田 昕 / 107
浅谈学生自我意识的培养	周烈葵 杨 全 / 113
唤起自我意识 促进个性发展	黎 毅 / 116
走进学生心灵 与学生共鸣	付雪梅 / 120
当前青年学生不良行为与心理健康问题预防探析	莫尚军 / 124
人格培养 从“心”开始	黄 玲 / 128
对未成年人进行感恩教育的实践与思考	黄 玲 / 132
寸草报春晖——学生感恩情感的教育和培养	李 妮 / 136
浅议如何提高德育实效性	林菊华 / 140

浅谈中学生的情感教育	李凯茂 / 143
构建心理监护系统 提高耐挫心理素质	刘精军 / 147
中学生心理障碍成因及对策	梁国忠 赵艳珍 / 153
高中生逆反心理成因与防范	易振仁 / 157
克服猜疑心理 构建和谐人际关系	杨征宏 冉孟永 / 161
中学生人际交往的研究与教育培养	何 清 / 165
浅谈和谐师生关系的建立	黄 芳 / 169
中学德育工作中的心理篇	李广莉 / 173
对中学生进行自私心理调适的尝试	韦云腾 / 178
注重心理健康教育 促进学校和谐发展	赵 忝 / 182
让后进生与学优生共享同一片蓝天	冯 鹏 / 186
心理辅导和德育教育相结合转化后进生的尝试	黄叶青 / 190
论“差生”的心理成因及教育途径	华庆水 / 194
浅谈学生自卑心理的克服与消除	蒋 婵 / 198
浅谈学困生的转化对策	原桂才 / 203
浅谈教学中如何善待学困生	莫丽强 姚建贤 / 208
“皮格马利翁”效应给学习困难学生插上腾飞的翅膀	姚仕元 / 213
浅谈学困生学习激情的培养	梁海理 / 218
浅谈如何培养与提高初中学生心理素质	唐宏强 韦琼芬 / 223
农村初中生心理健康教育探索	程运山 / 228
浅谈农村初中心理健康教育的形式	李波俊 / 232
农村中学生早恋原因分析及对策	岑勇峰 / 236
培育健康心理 促进学生全面发展	覃静宇 / 240

中学生心理辅导的尝试	吴春莲 / 243
成长路上 有爱相伴——我是这样做心理教育的	蓝建宣 / 246
了解生情解心结	黎永勤 / 250
改进德育方法 培养合格人才	黄先超 陈雯燕 / 253
利用民族习俗调适学生心理健康问题初探	莫荣练 莫克利 / 256
利用笔谈进行心理健康教育的体会	覃丹妹 / 259
小月卡 大作用	李献玲 / 263
浅谈如何让学生在微笑中接受批评	黄莉芬 / 266
理解会使蒙垢的玉石重新发光	梁伟芬 / 271
一个曾令父母心灰意冷的男孩的转变——学生问题行为的矫治的探索	黄 超 / 274
浅谈小学生良好学习心理的培养	黎礼权 黎绪贵 / 278
农村中学“留守儿童”教育管理缺失弥补之我见	覃德昌 / 281
农村小学“留守儿童”的心理健康教育初步尝试	姚贤芬 / 285
请为“留守儿童”擎起一片蓝天	黄超英 / 288
让“留守儿童”走出心灵的沼泽地	吴聚友 / 291
浅谈人民教师的素养	莫惠玲 / 295
品味我们的教师生活——写给我的同事们	唐 玲 / 301
人民教师当为学习的促进者	张凤仙 / 304
蹲下来 做孩子的知心朋友	宋运志 / 307
谈教师职业倦怠及对策	李静琳 / 310

班级管理应用

高中班主任心理辅导的认识和策略探索	赵珏玲 全亮息 / 314
班主任工作与心理健康教育	梁昌豪 / 320
用心做好班主任工作的体会	覃雪英 吴文超 / 325
以情育人 发展个性——谈基础教育课程改革中的班主任工作	杨海群 / 329
一种永恒的美丽——班主任做好后进生转化工作的几点体会	韦淑婵 / 335
反思班主任育人中的心理误区	李妙松 / 339
让每个孩子都抬起头来走路	金 丽 / 343
浅谈班级管理中的心理健康教育	赵德佳 / 348
从学生的“归属感”到“班级建设”	何佩琳 / 352
让评价走进孩子的心灵	刘粉梅 / 355
班级管理中的心理暗示	韦祖华 / 359
浅谈班主任与学生	吴炳申 / 364
爱心感化后进生	雷 丹 / 367
谈班主任工作的体会	孔娜莎 / 370
班主任对学生进行责任意识培养的几点做法	熊 媚 / 374
谈班主任如何转变后进生	谭成莲 谭晓杰 / 378
职业学校班主任管理工作点滴谈	莫翠环 / 381
心理健康教育与班主任工作	梁 冰 / 387

浅谈班主任工作中的心理教育艺术	陈琼贤 唐永伦 / 391
班主任班级管理工作“六到位”	谢秋燕 / 394
班主任开展德育工作的探索	刘秋玲 / 399
成功班主任“三部曲”	唐红梅 / 403
班主任工作中心理健康教育的几点经验	梁春梅 / 406

学科教学渗透

论课堂教学随机渗透心理健康教育	林秀明 谢天奎 / 410
浅谈在语文教学中培养学生的心理素质	马海斌 / 415
走进乐园般的语文课堂	何润红 / 420
中学语文教学渗透心理健康教育的探索	梁香金 / 425
语文教学中培养创新思维能力初探	覃爱仙 / 429
语文教学中学生心理气氛调节探索	农在明 / 433
语文教学中的心理健康教育	杨浩文 / 438
浅谈作文教学中学生主体性的体现	曾彩红 / 442
语文教学中渗透心理健康教育的探索	唐卓贤 李秀萍 / 446
小学语文教学中渗透德育的尝试	龙玉群 / 451
浅议历史教师的心理角色意识	杨奕宁 / 455
浅析心理活动课组织技巧	杨 艺 / 458
心理教育活动设计：“学会感恩”	江 琴 / 462
英语教学融入情感教育探索	龙著海 / 465
浅谈英语课堂教学中渗透心理健康教育	潘燕娟 / 470

浅析英语教学中学生注意力的控制	吴祥芬 / 474
让学生体验成功保持学习英语的兴趣	凌春秀 / 480
在数学教学中进行德育渗透的点滴尝试	罗利荣 / 484
积极渗透心理健康教育 促进数学教学中学生的认知理解	唐立飞 唐立民 / 490
试论数学解题思维中模式识别的定势心理效应	玉明志 / 494
浅谈数学课堂教学中学生问题意识的培养	甘海任 / 498
激发艺术类学生的数学学习动机的策略	郑芳燕 / 501
小议面对数学学困生	黄小良 / 505
浅谈物理教学中情感渗透的作用	蒋 惠 / 510
中学化学教学中渗透绿色化学理念探微	庞延宾 / 514
调整不良的心理 提高高三地理复习效率	莫晓明 / 519
体育教学中培养学生良好心理品质的探索	黄炳辉 / 523
试论新课程体育教学中渗透心理素质教育	李梅强 李梅琼 / 526
体育与健康教学中的心理健康教育	林禄文 陈连勇 / 530
语言表达在体育教学中的运用	莫翠环 / 534
少数民族地区高三学生备考心态分析及疏导策略	陆 飞 / 537
用心理学来指导学习方法	覃克平 / 542
结合教学对进城务工人员子女进行心理健康教育的探索	唐五一 / 548
高三冲刺阶段学生常见的心理问题及调节方法	黄 葵 / 552
通过教学与活动对小学生进行心理健康教育的尝试	陈日秋 / 557
新课标下教师教学能力提高的探索	李开盛 / 560



· 课题研究成果 ·

结合百色实际推进中小学 心理健康教育深入开展

杨胜奎*

百色市位于广西西部，与云南、贵州两省交界，与越南社会主义共和国有 360 千米的边界线。滔滔右江水自百色流经西江、珠江汇入大海，南昆铁路贯通百色全境。百色是大西南各省物产出海通道的咽喉，具有光荣的革命传统。全市 367 万人口中，壮、苗、瑶、彝、回、仫佬等少数民族占总人口的 80%，百色的经济发展总体水平相对滞后，曾被称为老、少、边、山、穷地区。改革 30 年来，百色的社会政治经济及文化教育面貌发生了巨大变化，基础教育得到了很大发展，全市现有小学 1843 所，初中 228 所，高中 32 所，中小學生共 66 万多人。自 1997 年以来，部分中小学增设了心理健康教育课程，标志着民族教育新的变化和进步，标志着民族地区素质教育的深层次发展。我们根据百色实际情况，坚持以科学发展观为指导，深入开展中小学心理健康教育工作。

一、建立健全工作机构，分类推进心理健康教育工作

早在 1997 年，百色市就成立了中小学心理健康教育辅导站，百色高中、百色中学、百色市一中、百色八一希望学校等率先开展学校心理教育辅导工作。我国教育部和广西壮族自治区教育厅关于深入开展中小学心理健康教育专项文件下达后，百色市教育局先后下发了《关于贯彻落实〈中小学心理健康教育指导纲要〉实施意见》《关于贯彻落实〈中等职业学校心理健康教育指导纲要〉的实施意见》，通过

* 作者单位：广西百色市教育科学研究所



指导城市中小学开展心理健康教育取得一定经验后，逐步向农村学校推行。2008年1月，我国卫生部、教育部等17个部门联合印发《全国精神卫生工作体系发展指导纲要（2008～2015年）》，百色市教育局专题研究后，又专门下发了《百色市教育局关于进一步加强中小学心理健康教育工作的意见》专项文件，对我市中小学开展心理健康教育作了全面的规定和要求，各县（区）教育行政部门及时转发了百色市教育局的文件，并结合当地学校的实际，专门召开学校领导会议进行宣传贯彻，强调心理素质教育与德育融合，以进一步全面推进素质教育，增强德育工作的针对性、实效性和主动性。为加强对心理健康教育工作的指导，百色市教育局领导要求德育科一名副科长全职做心理健康教育工作，又成立了百色市中小学心理健康教育指导中心领导小组，下设办公室挂靠在百色市教科所管理，各县（区）教育（教科）局也相应落实了组织机构和工作人员，示范性高中和部分城区学校先后招聘了专业的心理辅导教师，全市中小学心理健康教育工作初步形成网络。

二、抓好心理辅导教师培训

搞好心理健康教育关键是师资的培训和提高。我市中小学心理健康教育工作起步早、规划较好，但底子薄，专（兼）职教师专业知识和心理辅导技能需要加以提高。我们尽量组织各县（区）心理健康教育辅导教师参加全国和自治区的培训。几年来，我们先后组织教育行政部门及各校部分领导、班主任、心理健康教育专（兼）职教师到北京、南宁参加学习培训，人数达900多人次。本局还组织市级心理健康教育培训会和交流研讨4次，开展各种专题讲座，举办心理活动示范课，举行论文评比等，参加学习和研讨的人数达1200人次，使心理健康教育工作者开阔视野，增长知识，不断提高知识水平和工作能力。我们还请国内、区内的专家学者到学校讲学指导，并把参加心理健康教育学习培训列为评选心理健康教育先进学校的重要条件，组织专业人员到部分中小学对全校教师进行心理健康教育辅导培训，对教师进行心理健康教育团体辅导和个别心理辅导知识与技能培训，部分乡镇初中和中心学校也将心理健康教育工作列入学校工作的议事日程，部分村级学校也开始重视此项工作。



三、抓重点，以点带面促进心理健康教育工作深入开展

每学年和学期初，市、县（区）教研部门和学校制订工作计划时都把心理健康教育列入工作内容。在心理教育内容上，我们强调全面贯彻教育部和广西壮族自治区教育厅关于中小学心理健康教育指导纲要规定的内容，针对我市青少年学生特点，还将民族心理教育、人格教育、耐挫力培养以及农村“留守儿童”学生心理教育作为重点加以探索和实践。我市农村小学和初中“留守儿童”学生有8万多人，教育难度比较大。我市还确定百色高中、百色八一希望学校等10所中小学为心理健康教育示范性实验学校，2所中小学为心理健康教育实验学校，在广西壮族自治区心理健康教育指导中心和百色市教育局的指导下，发挥示范和辐射作用，使全市中小学学有榜样，赶有目标，带动面上工作不断深入开展。为使学校正常开展心理健康教育工作，百色市教育局在开展中小学教育教学管理督导检查中，将心理教育工作督导评估列入检查内容检查指导和监督。学校将此项工作列为学校常规教育计划长期坚持开展教育活动。

通过开展心理健康教育工作，我市中小学素质教育进一步落实，德育工作增强了针对性和实效性，涌现了一批先进学校、优秀教师和学生，高考上线人数连年上升，教育教学质量不断提高。2007年度我市有3位教育干部获全国心理健康教育先进工作者奖，百色高中等10所中小学获“广西壮族自治区心理健康教育先进学校”称号，18名教育行政干部、学校领导获“广西壮族自治区心理健康教育先进工作者”称号，有38名教师获广西壮族自治区心理健康教育优秀教师奖，有13位教师论文获广西壮族自治区心理健康教育优秀成果奖，有30多所学校获百色市心理健康教育先进集体奖，40多位学校领导和教师获百色市先进个人奖。我市中小学心理健康教育工作正在有序地深入开展。



桂平市中小学心理健康 教育探索与实践

伊 腾 梁健培*

桂平市中小学心理健康教育从 1997 年秋开始启动,至今已经历了 11 年的探索与实践。11 年来,我市认真贯彻落实了中共中央、国务院《关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》《中小学心理健康教育指导纲要》等文件精神,围绕“塑造新一代健康心灵”这一目标,按照“试点先行、积累经验、以点带面、滚动推进”的工作思路,不断学习、探索与实践,取得了一些成绩,积累了一些经验。如今心理健康教育已经成为桂平市中小学素质教育的重要组成部分,为中小学全面实施素质教育和促进基础教育的发展开创了新的途径。

一、加强和重视全市中小学校的心理健康教育

十年来,桂平市中小学心理健康教育主要做了如下几个方面的工作。

1. 成立学校心理健康教育领导机构和业务指导机构,确保全市中小学心理健康教育工作的顺利开展

为加强学校心理健康教育的领导,1999 年以来桂平市教委(教育局)先后下发了《关于开展心理健康教育的通知》《桂平市中小学心理健康教育实施方案》,以“行政领导,专业指导”为原则,成立了桂平市中小学心理健康教育工作领导小组和市中小学心理健康教育研究中心,制订了心理健康教育的保障措施和评估方案,明确学校领导 and 教师的工作职责,增强了他们抓好心理健康教育的责任和意识,

* 作者单位:广西桂平市教育局



提高了做好心理健康教育工作的积极性、主动性和创造性，确保了全市中小学心理健康教育工作的顺利开展。

2. 加强心理健康教育师资队伍培训，建设一支素质较高的心理健康教育师资队伍

建设一支素质较高的心理健康教育师资队伍是做好心理健康教育的前提和基础。因此我市非常重视加强心理健康教育师资队伍的培训，10多年来全市参加过各种形式培训的心理健康教育辅导教师达4000多人次。主要有三种途径：

第一，请进来，走出去。10多年来，我市邀请了北京师范大学、浙江省和广西中小学心理健康教育指导中心、广西师范大学、广西师范学院专家学者到我市进行讲学，还选派老师到京、蒙、浙、鲁、沪、渝及区内的南宁、百色、北海、宁明等地学习、考察培训，不断提高心理辅导教师的业务水平。第二，设立心理健康教育辅导站。我市分别在桂平市一中和桂平镇中心小学成立了桂平市中小学心理健康教育辅导站，并以此为心理健康教育的师资培训基地，负责指导全市中小学心理健康教育工作和教师培训工作。10多年来，共举办了12期中小学心理健康教育教师培训班，参加培训的对象有中小学校长、教导（或政教）主任、团委书记、少先队大队辅导员、女生辅导员、班主任等，初步形成了一支素质较高的心理健康教育师资队伍。第三，把心理健康教育列为教师继续教育培训内容。市教育局明确要求学校将心理健康教育内容的作为中小学教师继续教育的内容，通过校本培训，不断提高教师的心理健康水平和实施心理健康教育的能力。

3. 制订规划，确定心理健康教育的内容和任务

我市以教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》及《中小学心理健康教育指导纲要》等文件精神作为依据，制订心理健康教育的实施方案，有目的有计划地开展教育辅导活动。

我市心理健康教育的基本任务是面向全体学生，传授学生维护心理健康的基本知识，培养学生良好的心理素质；对个别有心理问题或出现心理障碍的学生，通过个别辅导，促进转变，健康成长。心理健康教育的基本内容为：①学习心理教育；②健康情感教育；③坚强意志教育；④人际适应教育；⑤反应适度教育；⑥青春心理教育；⑦升