

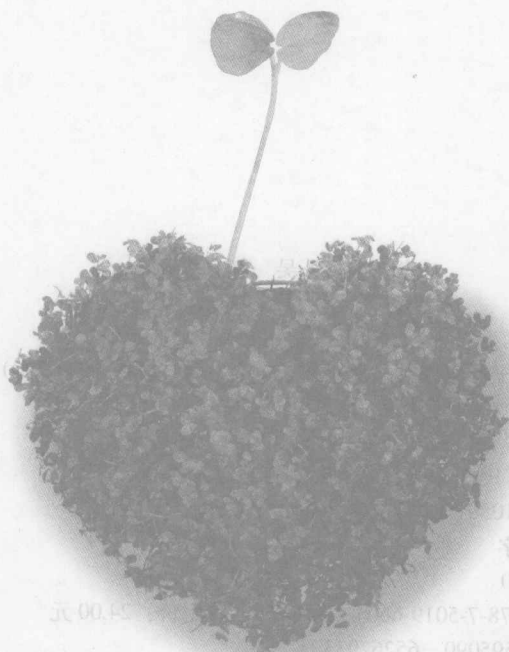
师生心理成长丛书

主编：林崇德 董 奇 副主编：伍新春 石 铁

小学生心理健康教育

(全体教师用书)

傅 宏 王晓萍 编著



责任编辑：吴文君
封面设计：吴文君
出版发行：中国轻工业出版社
地址：北京
邮编：100015
电话：(010) 63996990
电传：(010) 63996991
E-mail: club@clp.com.cn
http://www.clp.com.cn

中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

小学生心理健康教育: 全体教师用书 / 傅宏, 王晓萍
编著. —北京: 中国轻工业出版社, 2008.10
(师生心理成长丛书)
ISBN 978-7-5019-6604-2

I. 小… II. ①傅…②王… III. 心理卫生—健康教育—小学—教学参考资料 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 140366 号

总策划: 石 铁
策划编辑: 吴 红 责任编辑: 吴 红 覃云云
责任终审: 杜文勇 责任监印: 吴维斌

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2008 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 740 × 1050 1/16 印张: 16.00

字 数: 187 千字

印 数: 1—5000

书 号: ISBN 978-7-5019-6604-2/G · 758 定价: 24.00 元

咨询电话: 010-65595090 65262933

读者服务部邮购热线电话: 010-65595091 65241695 传真: 85111730

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换

70783J6X101ZBW

总 序

随着社会的进步和科学的发展，人们越来越认识到，心理和谐是社会和谐的重要组成部分。心理和谐不仅包括个体内心世界的和谐，即心理和谐，也包括个体与外部世界的和谐，即社会和谐。心理和谐是个体幸福的指标，也是社会发展的基石。心理和谐的实质是心理健康，大力开展心理健康教育是实现心理和谐的前提和保证。和其他重要个人素质一样，心理和谐也应从小抓起，切实重视和关注成长中的儿童、青少年的心理健康，“注重人文关怀和心理疏导”，提高广大教师开展心理健康教育的意识和能力，“为青少年健康成长创造良好社会环境”。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现时代发展的要求，完成党的十七大赋予我们的光荣使命。党的十七大报告，明确提出了运用科学发展观全面构建和谐社会的发展目标。和谐社会不仅包括政治、经济、文化、环境、生态等外部世界的和谐，也包括个体内心世界的和谐即心理和谐。心理和谐是个体幸福的指标，也是社会发展的基石。心理和谐的实质是心理健康，大力开展心理健康教育是实现心理和谐的前提和保证。和其他重要个人素质一样，心理和谐也应从小抓起，切实重视和关注成长中的儿童、青少年的心理健康，“注重人文关怀和心理疏导”，提高广大教师开展心理健康教育的意识和能力，“为青少年健康成长创造良好社会环境”。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现“优先发展教育”的要求，落实党提出的育人为本、德育为先、实施素质教育的艰巨任务。当前我国教育改革和发展面临的重大任务和时代旋律，是全面实施和推进素质教育。素质教育的重要内容之一，就是促使学生养成良好的心理素质，提高学生的心理健康水平。而要想培养和发展学生的心理素质，最重要的方法就是全面系统地开展心理健康教育。应该说，最近几年，尤其是2002年颁布《中小学心理健康教育指导纲要》以来，在教育部的组织领导下，全国各地都把心理健康教育看做是德育工作的重要组成部分，许多中小学校开始系统地开展心理健康教育活动，许多教育研究机构尝试开展了系统的心理健康教育培训，在一定程度上提高了广大教师开展心理健康教育的能力，促进了广大中小学生心理素质的健康发展。在开展心理健康教育的研究和实践过程中，人们逐渐认识到：心理健康素质是关系到个体发展全局的、随年龄增长而逐渐形成的重要品质，它直接或间接地影响到个体的生

活态度、学业成就、人际交往、社会适应、职业发展等，必须引起高度重视。

但是，在看到取得成绩和可喜进步的同时，我们也应该清醒地认识到：心理健康教育绝不仅仅是心理教师的任务，它也应该成为全体教师的重要使命；心理健康教育绝不仅仅是中小学的教育主题，幼儿早期教育和大学专业教育也应该注意渗透；心理健康教育绝不仅仅是辅导技术和教育方法的简单使用，确立“育人为本、德育为先”的教育理念和辅导取向更是重要前提。因此，为了保证心理健康教育朝着全体受益、全面培养、全员参与、全程关注的方向发展，在总结行之有效的既往经验的基础上，我们更要用前瞻的视角规划和引领心理健康教育的发展，使我们的广大教师不仅能明确心理健康教育的基本性质、核心内容、主要途径和组织管理等基本原理，而且能深入了解基础教育各年龄阶段学生心理健康教育的主要方法，科学把握心理健康教育的渗透手段，有效运用心理健康教育的专业途径。

编写《师生心理成长丛书》，为的是要体现教师教育和教师专业发展的要求，贯彻党加强教师队伍建设的战略方针。联系心理健康教育的实践，我们认为，要想有效地开展学生心理健康教育，教师不仅要掌握心理健康教育的理念和方法，更重要的是，要切实重视和提高自身的心理健康素质。最近有关教育心理和教师教育的研究成果表明，在影响学生发展的诸多因素中，先进的教育理念和方法、优良的教育环境和资源等就好像武器，它虽然对教育效果具有重要影响，但真正决定学生发展的根本却是使用武器的人——教师——的素质。最近几年来的心理健康实践也证明，在学生心理障碍的成因中，除学生自身的素质和家庭教育的影响外，最重要的成因就是教师不当的教育方式。造成教师教育不当的根源，在于教师自身的心理状态不佳。为了从根本上减少学生“师源性疾病”的发生，促进学生心理的健康成长，必须切实重视和高度关注教师的心理成长。

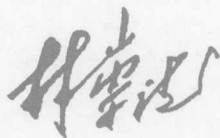
促进教师的心理成长，不仅是开展学生心理健康教育的需要，也是教师作为一名专业工作者个人发展的需要。在认真实践科学发展观、全面倡导以人为本思想的今天，我们应该深刻地认识到：教师的个人成长和专业发展是相辅相成、协调共进的。客观地讲，广大中小学教师身处社会经济飞速发展、素质教育强力推进、课程改革全面铺开的年代，他们自己所接受的专业教育、所处的学校环境、所承载的家长期望，往往与变革求新的时代主题有相当的落差，他们大多承受了较重的工作和专业压力，甚至出现了不同程度的职业倦怠。因此，广大教师如何学

会进行工作压力的自我管理、有效预防职业倦怠的发生，学会人际关系的调适技巧、切实维护自身的健康人格，进而促进职业生涯的合理规划，已经成为教师专业发展和个人成长的重要议题。

在全社会高度重视儿童青少年健康成长、高度关注中小学教师素质提高的今天，北京师范大学常务副校长董奇教授、教育心理与心理健康研究所所长伍新春教授、“万千教育”与“万千心理”总策划石铁先生和我一起牵头，组织全国十多位长期从事心理健康教育、潜心研究教师专业发展、有相当学术造诣和社会影响的中青年学者，共同完成了《师生心理成长丛书》的出版。我相信该丛书对于推动我国的心理健康教育事业，对于促进教师的专业发展和个人成长，都将起到积极的作用。

是为序！

教育部中小学心理健康教育专家指导委员会主任



2008年8月6日

于北京师范大学

前言

虽然这是一本写给小学教师的书，但是，其读者大可不必局限于此。无论对父母还是其他儿童教育者来说，了解有关儿童心理成长和心理维护方面的知识都是很有必要的。

针对大多数儿童的心理健康教育应该首先理解为是一种预防教育，而不能仅仅局限于传统意义上的心理咨询和治疗，尤其当读者对象是教育工作者的时候，更应如此。我们很难设想，当那些专门的心理咨询和治疗技术被广泛应用于普通儿童心理教育的时候，这样的一种工作是否还能够被叫做儿童心理健康教育。事实上，从广义上看，治疗本身就不是一个理想的助人理念，它在帮助人们解决障碍和困扰的同时，也在提示人们更多地关注自己或对象的消极面，这往往与人本主义思想倡导的积极关注理念不相吻合。从这个意义上讲，心理健康教育更应是现代积极心理学思想的体现。倡导主动的预防教育，这才是一种更符合大多数人需要、更加主动、正性的心理健康维护工作，这也是本书写作的基本出发点。

对于儿童来说，贯彻心理预防保健的理念，就是使用那些属于他们自己、存在于他们身边、能够为他们喜闻乐见的活动形式，帮助他们增进健康和抵御疾病。这种适应儿童成长特点和需要的心理健康教育也可以比做“润物细无声”的“渗透”教育。基于这样一种理解，本书提出了几个重要的适应小学儿童特点的心理健康教育渗透途径，包括日常行为习惯养成与管理、游戏、绘画艺术、阅读和团体辅导活动等。

我们设计上述这些儿童活动作为心理健康教育的内容，一个重要的考虑就是，这些年来，随着升学意识的逐步强化，现实生活中的很多人，包括广大教师和家长，已经逐渐淡忘了那些原本属于小学儿童的、也是最适合儿童天性的活动项目，而把儿童理解成近乎纯粹知识学习的工具。这样一种类似于欧洲中世纪的“小大人”式的理解，在实践中很容易窒息儿童的天性。为此，我们觉得有责任和义务通

过倡导符合儿童发展特点的活动项目和内容，让读者意识到什么样的心理教育方式才是儿童最需要也是最适合的。

在阅读本书的过程中，读者可能会提出一个疑问，那就是，一些从现代社会中发展起来的儿童游戏方式，特别是像电脑游戏、网络游戏或电视游戏等，为什么在本书中没有特别提及呢？除了作者目前还缺乏比较完备的相关研究资料以外，一个重要的考虑是，我们认为这些方式对于儿童发展的影响作用到底如何，在学术上还存在很大争论和分歧，没有形成比较统一的定论。在目前独生子女比较普遍和缺乏同伴的社会现实中，避免讨论电脑和网络游戏可能会更好一些。至少，这样一种所谓“娱乐身心”的隐形教育，客观上也隐含了一种可能导致儿童青少年寻求逃避现实的驱力。如果说这类活动对儿童还具有一些有益的地方的话，那么在不能有效排除其根本的障碍之前，还是暂时避免讨论这个问题为好，以免误导读者。

我们虽然已经写完了这本书，但还是有些欠缺的感觉，最主要的是在很多方面缺乏充足的文献支撑。譬如，阅读治疗，编者觉得这是一种非常好的陶冶儿童心灵的形式，但总感觉很多地方没法充分展开，搜寻许久，却很难找到几本适合儿童需要的相关读本，许多资料需要借助西方文献的支撑。也许是编者能力所限吧，但是，我们深感增强相关应用研究对于国人十分必要。也许这恰恰说明了编写本书的必要性。我们在这里需要感谢陶琳谨、崔映飞、季秀珍、贾利君、邓文君、李湘晖、王浩和嵇明霞等人，他们为本书的完成提供了大量的原始资料和素材。同时，特别要衷心感谢林崇德先生，正是因为他的“渗透”教育理念的指引，才使得本书得以面世。

目 录

第一章 小学儿童心理成长与环境	1
第一节 “独生之树”能成“栋梁之材”	2
第二节 解读儿童成长的“生物—心理—社会”性	8
第三节 小学儿童心理成长的阶段性特征	11
第二章 学校生活与儿童社会性的发展	23
第一节 心理健康与儿童的学校生活	23
第二节 小学儿童人际关系及其社会性的发展	28
第三节 小学儿童情绪的发展	36
第四节 小学儿童自我的发展	39
第三章 行为规范的养成与小学儿童的成长	45
第一节 行为管理与小学儿童的成长	45
第二节 行为管理的基本原理	54
第三节 行为管理有效性的原则	61
第四节 行为管理有效性的策略	66
第四章 游戏——儿童通往社会的桥梁	71
第一节 儿童游戏的发展阶段	72
第二节 游戏与儿童的全面发展	76
第三节 游戏辅导、游戏治疗与儿童的健康成长	83
第四节 游戏辅导在小学团体心理辅导中的应用	99
第五节 游戏活动在小学学科教学中的渗透	111

第五章 在艺术的热情中表现自我	125
第一节 儿童艺术表达的发展阶段	126
第二节 用艺术表达内心感受	131
第三节 艺术作品和创作过程	136
第四节 小学儿童的艺术活动	154
第六章 让阅读成为美好享受	169
第一节 阅读——伴随儿童生命的自我成长	170
第二节 阅读——有价值的治疗	173
第三节 阅读治疗书目介绍	188
第四节 小学儿童阅读活动中的心理健康教育渗透	192
第七章 成为更有效的教育者和抚养人	201
第一节 阿德勒方法下的成人辅导理论基础	202
第二节 师生、亲子沟通技巧	217
第三节 针对师生的辅导实践	229
第四节 针对家庭的辅导实践	236
参考文献	241
1. 艾利斯. 合理情绪疗法	第1章
2. 艾利斯. 合理情绪疗法	第2章
3. 艾利斯. 合理情绪疗法	第3章
4. 艾利斯. 合理情绪疗法	第4章
5. 艾利斯. 合理情绪疗法	第5章
6. 艾利斯. 合理情绪疗法	第6章
7. 艾利斯. 合理情绪疗法	第7章
8. 艾利斯. 合理情绪疗法	第8章
9. 艾利斯. 合理情绪疗法	第9章
10. 艾利斯. 合理情绪疗法	第10章
11. 艾利斯. 合理情绪疗法	第11章

第一章

小学儿童心理成长与环境

即使是最普通的孩子，只要教育得法，也会成为不平凡的人。

——爱·罗素

影响儿童心理成长的因素十分复杂，目前具有明确共识的方面包括个人与生俱来的生物因素、一些既有的心理行为因素以及后天外部世界中的社会文化因素，它们共同作用并影响个体的心理成长。因此，在这里我们首先需要对这三方面的因素做一些探讨。同时，在这三者当中，社会文化因素属于后天可改变的因素，其操作性最强，探讨这个问题，对于合理地认识和运用心理健康教育的各种方法极有价值。

1980年，《中共中央关于控制我国人口增长问题致全体共产党员、共青团员的公开信》明确将“提倡一对夫妇只生育一个孩子”表述为：“这是一项关系到四个现代化建设的速度和前途，关系到子孙后代的健康和幸福，符合全国人民长远利益和当前利益的重大措施。”从此，“独生子女现象”成为当代中国一种独特的社会文化现象；“独生子女教育”也成为当代中国社会、学校、家庭、个人面临的一个重要问题。正因为如此，“独生子女”群体成为本书的一个重要考察视角。

通过学会使用一些咨询和治疗的专业方法来帮助儿童缓解甚至消除心理障碍，这固然是一件非常重要的事情，不过，对于广大非心理教育专业的教育工作者来说，可能更重要的事情是，要学会通过各种日常校园活动来渗透心理健康教育理念。预防为主，通过协助儿童增进身心健康来更好地抵御心理疾患，是撰写本书的基本目的。为了达成这一目的，本书重点讨论渗透到儿童日常生活中的一些心理健康教育理念和所采取的心理训练方法，包括日常行为管理、游戏、阅读和绘画等活动中的心理行为训练方法，以及一些协助家长和子女有效沟通的方法等。学习这些方法，

实际上就是学习通过儿童日常生活环境来渗透心理健康教育，这也是最广泛意义上的、重视预防和面向未来的心理健康教育。

儿童的心理成长先天所固有的生物因素与后天的环境、教育因素既相互制约又相互依存。由于社会文化、教育的影响，儿童的发展具有很强的可塑性，我们在聚焦儿童成长的“生物、心理、社会”诸因素时，更需要关注人为促进其成长的各种策略。

本章结合中国的国情和文化特点，对诸如独生子女家庭和三代家庭等特殊文化现象对儿童心理成长的影响做了深入的探讨，分析了儿童成长的“生物—心理—社会”性，介绍了小学儿童心理成长的阶段性特征，对小学儿童成长中的一些特殊现象，诸如“幼小衔接”问题、中年级儿童“自立实践”的逆反行为、青春期早期的一些内心冲突等，进行了深入的剖析，并提出了相应的教育和指导策略。

第一节

“独生之树”能成“栋梁之材”

面对一个变化的时代，我们观察的是大变化时代的一群新人。现在，第一代独生子女已逐渐长大成人，“独二代”正在成长之中。政府、学校、教育工作者和家长，你们准备好了吗？

一、“独生子女”是“问题儿童”吗

作为一个世界性的近现代社会现象，西方和日本对“独生子女”的研究远比中国早。在相当长的一段时间里，独生子女被看做“问题儿童”。

19世纪末，美国心理学家G. S. 霍尔率先研究独生子女问题，分析了独生子女的特异性。霍尔曾经指出：“独生子女本身是一种疾病。”由于研究者把有兄弟姐妹的家庭作为人类家庭的常态，独生子女自然被作为一种偏离常态的“变态”来看待。因此，许多研究者就沿着这样的思路去思考独生子女的特异性。日本儿童心理学家山下俊郎的《独生子女的心理与教育》（1986）一书就曾经列出了施梅英格所归纳的独生子女的特性，共计19项：利己主义、自负、潜心钻研、自暴自弃、对自己身心过敏、健康不佳、感情过于微妙、忧郁、神经质和歇斯底里、独来独往的

自我中心性行动、钻牛角尖、吹毛求疵、高傲自大、不合群、没有勇气、对解决实际问题无能为力、想象力过强、吹牛、智能高但学业差。

但是，山下俊郎不同意把独生子女作为“问题儿童”来对待。在对前人的研究成果进行仔细辨析之后，山下俊郎明确指出：“独生子女未必就是‘问题儿童’这一点已经反复论证过了。”他认为，独生子女的“问题”是由于独生子女成长过程中的各种环境因素所导致的。基于这样的认识，山下俊郎将独生子女的教育问题分为“父母的教养态度问题和社会生活问题”两个方面来思考。其实，此前，H.F. 胡克等人（1928）就发表了一系列研究论文，强调家族关系在人格形成中的重要性，把独生子女与家族联系起来加以研究。

研究独生子女，必须考虑影响独生子女和非独生子女身心发展的各种因素，如家庭结构、家庭经济条件、家长文化程度、家长教养类型、家长和教师期望对独生子女心理发展的影响等。只注意“独生”这一家庭环境，而忽视其他有关条件，研究结论往往就会有问题。

独生子女成长的特点，就在于其所处社会生活条件的“独”，即独生子女成长于没有兄弟姐妹的家庭环境之中。兄弟姐妹之间的交往是儿童社会生活中最早的一项重要内容，对儿童社会化有重大影响。这一“独”字，对独生子女社会化既带来了一些有利影响，也带来了一些消极影响。其中，对独生子女成长有利的方面包括更优裕的经济生活条件，更充分的父爱和母爱，家长更多的关怀、激励，以及更好的成长计划等，这一切为独生子女身体、大脑、智力、情绪等方面的发展创造了良好的条件，有利于独生子女形成自信心、进取心和荣誉感。在独生子女的日常学习和生活中，我们可以观察到，他们中的许多人具有突出的优点——活泼、开朗、自信心强、知识面广等。当然，独生子女的社会化发展也存在一些不利的方面，如成人对其的过多照顾、过分保护、过度放任、过高期望，独生子女感受到太多的精神压力等。此外，独生子女由于在家庭中缺少同龄小伙伴、个人单独活动多，易形成孤僻、不合群等不良性格特征。他们中的许多人会表现出自私、任性、自我中心、不合群等缺点。

其实，独生子女与非独生子女之间并没有先天固有的差异，父母的家庭教养方式和成人的引导对发展中的儿童会产生非常重要的影响作用。儿童的成长需要“爱、指导和限制”，当父母独特的教养方式与个体发展所需要的爱、指导、限制有效地结合在一起，与家庭所处的文化中普遍存在的其他重要价值进行有效的整

合，并充分考虑到儿童所处的独特生态环境背景时，儿童就能得到最佳发展。此外，父母的教养方式还必须与儿童的独特特征相吻合，有效的教养方式需要父母敏感地适应各个孩子独特的特征。研究表明，当父母能够成功地适应孩子，在教养实践和儿童的独特特征之间创造一种良好的和谐氛围时，儿童就更有可能获得良好的发展。

二、中国当代“家庭之变”与“独生子女”问题

如前所述，中国的独生子女问题是伴随着中国的人口政策被提出来的。中国的人口政策和最终实现改革开放一样经历了不平坦的历程和论证过程，新中国建立以后，国内就有关于人口政策的不同声音。中国的独生子女政策所带来的家庭结构的变化对儿童的成长会产生怎样的影响呢？

由中国的国策所决定，现在大部分的家庭中（尤其是城市家庭中）都只有一个孩子。同时，现代社会生活方式的发展，促使传统的以家族为单位的几代同堂的大家庭逐渐瓦解，而转变为父母和自己的孩子生活在一起的小家庭。

这种三位一体的家庭结构，与传统家庭结构的差异主要表现在：首先，父母在抚育孩子上无法进行尝试和比较，没有更多的学习机会。很多父母因而诚惶诚恐，不能放开手脚。其次，这种家庭结构还减少了父母可以对子女进行公平教育的机会，也使得孩子在家庭中失去了同伴和很多学会互助及自助的机会。不过，这种结构问题在孩子进一步长大之前还不明显，“对独生子女的打击通常来自以后（例如，在学校中），即当他不能在学习中成为关怀的中心时”（赫根汉，1986）。但是，这种家庭结构的优点也是存在的，因为孩子从小便和成人生活在一起，受到了较多的理性和认知熏陶，在智慧和言语表达方面发育较好。

家庭角色结构演变是家庭结构变化中最重要的部分。中国的家庭角色结构，已经从传统社会中以父亲或家族中的长者为核心的形态，逐步转向为一种以孩子为核心的形态。这种变化的特点是，处于中心位置的人物易位了。它使得独生子女享有更多的权利，更容易形成自我中心的意识。因为这个位置是很早就获得了的，所以，独生子女没有尊重他人和忍受压力的经验。不过，尽管如此，这种变化仍然是表面的，因为以特定个人为核心的传统倾向没有变化，只是这个核心由父亲、尊长开始转向了孩子。

这种以孩子为中心的结构形式使儿童获得了不合理的自我认同。他通常处于被

全家人溺爱的地位。正如阿德勒所说：“娇宠的孩子永远不能自立。他缺乏通过自己的努力获得成功的勇气。”他一方面表现出有雄心和抱负，另一方面又显得懒惰，不愿意为之付诸努力。“懒惰表明这种雄心搀和着悲观。他的雄心如此之高，以致自认根本没有实现的希望。”（Adler, 1931）因此，这样的孩子在性格上是脆弱的。

从家庭结构的变化来看，最初，当两个独立的男女结合在一起宣布成立家庭时，他们便获得了夫妻的角色，并彼此尽职。接着，当有了孩子之后，他们便又获得了另一组角色，即父母。可问题是，往往许多人在成为父母之后，因为过于重视孩子，便开始淡忘了夫妻角色，并很少再为之尽职，这是很危险的。如果母亲或父亲都只是努力地用行动去向孩子表示：“你是我生活中最重要的，在这个世界上，我所做的一切就是为了让让你过得更好。”这时，孩子便开始获得一种错误的信号，即父母彼此之间的感情关系是不重要的，唯有我是最重要的。这种信念往往成为儿童日后同伴关系的基础。当他们把这种信念引入社会生活的时候，他们便开始犯类似的错误了：一方面，依恋父母，缺乏独立能力；另一方面，又蔑视同伴关系，强调自我中心，希望受到过分的重视。实际上，在这种情况下，父母已经通过自己的态度在无形中教育了孩子，并使孩子发生了潜移默化的改变。

从家庭经济结构变化来看，社会经济水平的变化对家庭和个体心理是有直接影响的，其中主要的一点便是：人们的需要开始从基本的生存需要和安全需要向较高层次的精神需要转变，这种需要转变的心理学含义实际上也就是一种定向转变，是个人从一种以生存为中心的目标定向向以自我满意为中心的角色定向的转变（格拉瑟，1995）。

随着社会经济水平的发展，在变得相对富裕起来的家庭中，人们的观念开始发生根本性的转变：具有目标定向的父母努力在孩子身上投入关怀，并以此来弥补自己的缺憾。这时，逐渐成长起来的孩子在定向上已经悄悄地发生转变：开始从目标定向转向了角色定向。他们开始注重追求个人价值的实现，变得更加强调自我满意、注重享受生活和追求直接兴趣。这时，他们选择参与生活与否的理由只有一条，那就是“我喜欢”或者“我不喜欢”。在这种情况下，定向的特点进一步强化了现代家庭中孩子们的自我中心意识。不过这种角色定向比起目标定向来，也并非一无是处。因为这种定向是以自己的喜好为前提决定的，所以，具有角色定向的人通常在工作上显得更少受约束和更加投入。

由于家庭结构的复杂变化，我们针对这种现象进行的教育训练也应该是综合

的：一方面要考虑对父母进行理解和沟通训练，帮助他们学会做好榜样；另一方面，在对儿童的教育训练上要注意针对独生子女的特点，加强团体训练，协助他们获得竞争、合作、互助等社会适应技能；进一步，对于大部分儿童来说，还应该协助他们进行承受生活压力的耐受力训练和生活计划性练习。

亲子之间的日常用语

独生子女 非独生子女

早出门：快吃，再慢妈妈要迟到了。 出门小心，带好弟弟。

（担忧孩子的安全，上班前） （常规提醒，信任孩子，易分手）

要送孩子到学校，每天分离（困难）

下班：想妈妈吗？ 今天你们听不听话？

（亲子相互依恋） （关心孩子群体）

学习：阳阳，老师今天布置什么作业？ 你们的作业都写完了？

（只是提醒孩子玩之前要完成作业）

（学习责任分担）

玩：妈妈陪你玩。 找哥哥/姐姐玩去。

（拉近孩子，没有清晰的代际角色） （把孩子从父母身边推远）

（学习责任分担）

评价：你总是……/看别的孩子…… 向姐姐学习/你看姐姐……

（关注缺点，与别家的孩子比） （关注自家孩子优点，鼓励先进）

吃饭：阳阳，洗手吃饭。哎呀，怎么不吃蔬菜？ 吃饭啦，别抢，大家分分。

（强调孩子间平等）

（营养担忧，迫使孩子吃得更多）

睡觉：阳阳，妈妈陪你去睡。 该睡觉了。

（依恋，模糊的代际角色） （提醒，清晰的代际角色）

（陈一心、王玲，2006）

如今，第一代独生子女已步入青年期，有的正在大学校园深造，有的已走上

工作岗位。人们曾经担忧“独生子女”成为“被抱大的一代”“被宠坏的一代”，担忧“独生”之树难以成长为“栋梁之材”，人们的这些担忧似乎并没有成为现实。独生子女的成长现状支撑了人们对独生子女乐观的看法。独生子女大学生与非独生子女大学生具有诸多共同的个性特征，再次证实了社会环境、时代特征和学校教育对大学生的个性形成有着强烈的影响。独生子女大学生的某些个性特征优于非独生子女大学生，这可能是由于独生子女家长更有时间和精力倾注他们的爱抚、关怀和教育，对子女寄予较多且较高的期望，不会出现多子女家庭中可能存在的对某一个孩子忽视的现象。独生子女一般生活在营养多、安抚多、知识多、期望多的环境里，易形成活泼、开朗、自信、好学上进、对成人充满信任的性格特征，智力发展水平也较高。也就是说，独生子女具有更好的德、智、体全面发展的条件和可能。研究充分证明，独生子女所处的家庭环境并不是他们产生自私、任性、神经质等性格缺陷的必然条件。独生子女的家庭条件，既有不利的方面，也有有利的方面，关键取决于家长的素质条件和教育方式。大多数独生子女的家庭环境对他们的成长具有良好的影响。如果以独生子女和非独生子女来区分他们行为和性格上的优劣，这显然是不客观的，也是不公正的。简单地把独生子女看成是“被宠坏的一代”，更是一种没有科学根据的偏见。凡是处在良好的家庭教育、学校教育和社会环境条件下的独生子女，都能够被造就为德、智、体全面发展的优秀人才。

三、中国“独生子女”正长大成人

尽管学术界对“独生子女”的看法不尽一致，但大多数研究者倾向认为，独生子女在遗传体质方面与非独生子女无大的差异，但由于独生子女在家庭中所处的地位特殊，容易养成其性格上的特异性。有的学者重视把独生子女与家庭、家族联系起来加以研究。无论从什么角度对“独生子女”进行研究，有一点是毋庸置疑的，这就是当代“独生子女”必然会给中国传统的教养方式带来革命性的变化。这种教养方式必然会培养出 and 传统教养方式培养的完全不一样的“独生子女”。如果我们撇开“独生子女”和“非独生子女”优劣论的单一描述视角，还有一点也是肯定的，今天的“独生子女”在人格、心理、世界观和价值观等方面也具有其独特性，这必然会给我们传统的教养方式带来挑战。

独生子女与非独生子女的成长，具有同样的身心发展规律。但在儿童社会化