

校园心灵氧吧

每一位学生都是一朵鲜花,

每一朵鲜花都有盛开的理由,

在团体中,可以沐浴更多的雨露阳光……

学生团体心理辅导与咨询

刘娟 著

山东教育出版社



校园心灵氧吧

学生团体心理辅导与咨询

刘娟 著



山东教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

校园心灵氧吧——学生团体心理辅导与咨询/刘
嵘著. —济南:山东教育出版社,2010

ISBN 978-7-5328-6696-0

I. ①校… II. ①刘… III. ①大学生—心理卫
生—健康教育 IV. ①B844.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第091360号

校园心灵氧吧

——学生团体心理辅导与咨询

刘嵘 著

主 管: 山东出版集团

出版者: 山东教育出版社

(济南市纬一路321号 邮编:250001)

电 话: (0531)82092663 传真: (0531)82092661

网 址: <http://www.sjs.com.cn>

发行者: 山东教育出版社

印 刷: 山东人民印刷厂泰安厂

版 次: 2010年7月第1版第1次印刷

规 格: 787mm×1092mm 16开本

印 张: 22印张

字 数: 350千字

书 号: ISBN 978-7-5328-6696-0

定 价: 47.00元

(如印装质量有问题,请与印刷厂联系调换)

自序

《校园心灵氧吧——学生团体心理辅导与咨询》一书终于要问世了，我怀着感激、感动与感恩的心情向所有帮助我、支持我的导师们和同行们表示感谢！

首先要感谢李庆善先生——原中国社会科学院社会学研究所研究员、中科院研究生院教授及中国社会心理学会秘书长，感谢他对我鼓励与指导。2005年底我在学校和社会上已经比较成功地设计并带领进行了一些团体心理辅导、咨询及工作坊活动。每做完一次团体活动，成员们都感到在快乐的团体中收获很大，能够得到很多的体验和心灵感悟，同时很多成员向我询问是否有此类的书，以便深入学习，这促使我常常想把几年来的实践总结一下并写出来，让更多的心理工作者能够操作应用。这一想法得到了李先生的大力支持与称赞。在这几年的写作与整理中，我经常请教他老人家，他总是不辞辛苦地在百忙中指导与帮助我。他治学严谨，热衷于中国学生心理健康教育工作，在这里我无法用语言来表达晚辈对老一辈学者的崇敬与感激。

2000年，我接受了樊富珉教授的团体心理辅导与咨询系统培训课程。樊教授现为清华大学应用心理学教授、博士生导师，清华大学—香港大学心理辅导研究中心主任，中国心理卫生协会常务理事。跟随樊教授学习了团体的理论和技术后，我感到这是一种非常有效的心理辅导与咨询的方法，于是我便开始实践与应用。在这个过程中，针对不同的成员背景及不同的团体目标，我开始自己设计团体心理辅导与咨询、团体心理工作坊活动方案。近十年来，我在学校（包括大中小学）、医院、机关、银行、企业、监狱等领域带领了无数个团体，看到一批批成员在团体中快乐成长；同时，在助人的过程中我自己也得到了锻炼，心灵也得到

了成长。在实践与应用的过程中,我不断得到樊教授的指导与帮助,在团体心理辅导与咨询及团体心理工作坊的设计中也增加了樊教授和香港大学教授陈丽云女士的“身心灵全人健康模式”的内容。“身心灵全人健康模式”是一种全新的心理辅导模式,它将西方的心理辅导形式和中国传统文化相结合,具有非常鲜明的本土化特征。在新的理论和技术的指导下,我的方案设计水平和带团体的质量不断提高,更加受到社会各界的欢迎。我也更感受到了生命的价值与意义。这些都离不开樊教授的引路与指导。在此我衷心地感谢樊老师!

几年来,对我的成长起着重大作用的还有张承芬教授——全国政协常委,济南大学副校长、首席教授,山东省社会心理学会会长。无论是在心理学理论上还是在我的人生发展道路上,张教授都是支持我。在本书写作与整理的过程中,张教授经常给我理论上的指导。张教授治学严谨、人格秉正,对年轻教师爱护、对学生关爱,这些都激励我更加热爱教育事业,更加热爱心理健康教育工作,也更加激励我要把这本书完成好。我只有继续努力,才能不辜负前辈对我的恩惠!

另外,我要特别感谢山东教育出版社的领导、编辑以及支持我的同行们。这本专著耕耘了四年多,我一边写作,一边在实践中不断修改完善。在这期间,全国各地的同行们经常要求借鉴某个团体活动方案,我都是毫无保留地将稿件寄给他们,他们也鼓励与催促我尽早出版此书。正是在他们的关怀与帮助下,我才能不懈努力,使这本书与大家见面,以便更有效地为学生服务,促进学生健康成长。

作者
2010.2

目 录

导论篇 关爱学生的健康成长

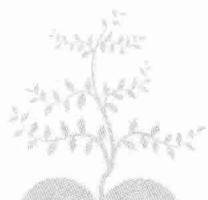
第一章 学生在团体中健康成长	(2)
第一节 学生心理健康新观念	(2)
一、心理健康的含义及标准	(2)
二、学校心理健康教育	(7)
第二节 团体心理辅导与咨询	(15)
一、团体心理辅导概述	(15)
二、团体心理辅导的功能和类型	(19)
三、团体心理咨询的有关理论和常用技能	(23)
四、团体发展的阶段特征和效果评估	(38)
第三节 团体是促进学生快乐成长的地方	(46)
一、学校团体心理辅导的优势	(46)
二、团体心理辅导的一般目标和原则	(46)
三、团体促进大学生的快乐成长	(47)

实务篇 团体心理辅导与咨询

第二章 学生团体心理辅导	(56)
第一节 赢在起跑线——新生心理适应团体心理辅导	(57)
第二节 我是幸运园丁——自我探索团体心理辅导	(74)
第三节 生命是条流动的河——生命教育团体心理辅导	(99)



第四节	有氧学习——有效学习团体心理辅导·····	(122)
第五节	与情绪共舞——情绪管理团体心理辅导·····	(143)
第六节	感情路上慢慢走——两性关系团体心理辅导·····	(155)
第七节	跨越七彩桥——人际关系成长团体心理辅导·····	(174)
第八节	彩绘生命蓝图,让梦想起飞——生涯试探团体心理辅导·····	(193)
第三章	学生团体心理咨询·····	(213)
第一节	生命中的暗礁——挫折团体心理咨询·····	(214)
第二节	向压力 Say Hi! ——压力调适团体心理咨询·····	(230)
第三节	勇敢上考场——考试焦虑团体心理咨询·····	(245)
第四节	风雨兼程——单亲家庭孩子团体心理咨询·····	(257)
第五节	真爱在明天——失恋团体心理咨询·····	(270)
第六节	网络双刃剑——“网络成瘾”团体心理咨询·····	(278)
第四章	团体心理工作坊·····	(291)
第一节	相逢是首歌——成长互助团体心理工作坊·····	(292)
第二节	青春纪念册——自我成长团体心理工作坊·····	(298)
第三节	朋友首日封——人际拓展团体心理工作坊·····	(302)
第四节	珍爱生命——生命教育团体心理工作坊·····	(307)
第五节	人际冲突你、我、他——情绪交通灯团体心理工作坊·····	(311)
第六节	园丁相聚,百花争艳——班主任团体心理工作坊·····	(315)
第七节	同一首歌——辅导员团体心理工作坊·····	(319)
第八节	心灵之光——身心灵全人健康成长工作坊·····	(323)
第九节	岁月如歌——中老年教师团体心理工作坊·····	(330)
第十节	阳光海岸——师生合作与互助团体心理工作坊·····	(333)
第十一节	伴你同行——贫困学生成长团体心理工作坊·····	(337)
后 记	·····	(343)
参考书目	·····	(346)



>> 导论篇

关爱学生的健康成长

众所周知,心理健康是当代学生成才发展的必备素质。学校心理健康教育是学校现代化科学管理的标志之一。学生心理健康教育课程是学校心理健康教育的中心途径,而团体心理辅导与咨询则是一种更加有效的教育方法。

团体心理辅导与咨询是建立在发展心理学、团体动力学、学习心理学和人格心理学基础之上的教育方法,它并非一般人所想象的团体活动,而主要以学生内在需要和发展为内容,其学习的过程是以学生内心经历为主导取向。

第一章 学生在团体中 健康成长

本章提要

- 学生心理健康新观念
- 团体心理辅导与咨询
- 团体是促进学生快乐成长的地方

第一节 学生心理健康新观念

一、心理健康的含义及标准

(一) 什么是心理健康

健康的心理是一个人健康成长的基础。随着社会的发展,竞争加剧,许多人不堪重负,心理问题已严重影响到人们的学习、工作和生活,人们也越来越重视心理健康教育。

理论与实践证明,人是生理、心理与社会层面的统一。人不仅仅是一个生物体,而且是有着复杂的心理活动、生活在一定的社会环境中的完整的人。

第三届国际心理卫生大会(1946年)对心理健康是这样定义的:“所谓心理健康,是指在身体、智能以及情感上与他人心理健康不相矛盾的范围内,将个人的心境发展成最佳状态。”这个定义是把心理健康放在与他人的比较中来界定的。如果一个人与其他人相比较,符合同龄阶段大多数人的心理发展水平,那么,这个人的心理状况就是健康

的,反之就是不健康的。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出现。前者是从宏观上要求人应该达到的可能状态;后者是指对未出现的或可能出现的异常行为进行防御与抵抗。

世界卫生组织(WHO,1948)成立时,在其宪章中将健康定义为:“健康乃是一种生理、心理和社会适应都完满的状态,而不仅仅是没有疾病和虚弱的状态。”这个健康概念不仅描述了健康应该包括身体健康、心理健康与社会适应健康三个方面,而且指出了健康是达到一种完满状态。

1989年,世界卫生组织又修改了健康的概念,在原来的基础之上,又增加了道德健康。最近,世界卫生组织又提出了人的身心健康的八大标准,即“五快”、“三良”。

1. “五快”:

食得快:说明胃口好,不挑食,证明内脏功能正常;

便得快:说明排泄轻松自如,胃肠功能良好;

睡得快:证明中枢神经系统功能协调,内脏无病理信息干扰;

说得快:表明头脑清楚,思维敏捷,心脏功能正常;

走得快:证明精力充沛、旺盛,无衰老症状。

2. “三良”:

良好的个性:即性格温和,意志坚强,情绪乐观;

良好的处世能力:即待人接物合情合理;

良好的人际关系:即遇事达观,不斤斤计较,助人为乐。

综上所述,我们可以从广义和狭义两个角度来定义心理健康。从广义上讲,心理健康是指一种高效而满意的、持续的心理状态;从狭义上讲,心理健康是指人的基本心理活动的过程内容完整、协调一致,即认识、情感、意志、行为、人格完整和协调,能顺应社会,与社会保持同步。

(二) 学生心理健康的标准

人体的身高、体温可以用尺子、温度计准确测量,心理健康水平的测试就困难得多了。心理学家和精神病学家提出了判断心理健康或心理正常与否的基本标准。学生心理既有成年人心理的一般特征,又有自身的特点。



1. 心理健康的基本标准

关于心理健康的标准,国内外有关专家进行过种种的阐述,美国心理学家马斯洛(Maslow)和密特尔曼(Mittelman)提出过十条被认为是最为经典的标准:

- (1) 有充分的自我安全感;
- (2) 能充分了解自己,并能恰当估计自己的能力;
- (3) 生活理想切合实际;
- (4) 不脱离周围现实环境;
- (5) 能保持人格的完整与和谐;
- (6) 善于从经验中学习;
- (7) 能保持良好的人际关系;
- (8) 能适度地宣泄情绪和控制情绪;
- (9) 在符合团体要求的前提下,能有限度地发挥个性;
- (10) 在不违背社会规范的前提下,能适当地满足个人的基本需要。

2. 学生心理健康的标准

综合国内外专家学者的观点,黄希庭教授和马建青教授等根据我国学生这一特殊群体的年龄、心理和社会角色特征,提出了八条学生心理健康的标准:

(1) 智力正常

智力正常是学生学习、生活的最基本的心理条件,是学生胜任学习任务、适应周围环境变化所最需要的心理保证,因此也是衡量学生心理健康的首要标准。学生智力正常且充分发挥的标准是:有强烈的求知欲和浓厚的探索兴趣;智力结构中各要素在其认识活动和实践活动中都能积极协调地参与,并能正常地发挥作用;乐于学习。

(2) 情绪健康

情绪健康的主要标志是情绪稳定和心情愉快。这是学生心理健康的一个重要指标,因为情绪在心理状态中起核心作用,情绪异常往往是心理疾病的先兆。

学生情绪健康包括的内容有以下几方面:

① 愉快情绪多于不愉快情绪。一般表现为:乐观开朗、充满热情、富有朝气、满怀自信、善于自得自乐、对生活充满希望。

② 情绪稳定,善于控制和调节自己的情绪,既能克制约束,又能适度宣泄,不过分压抑。使情绪的表达既符合社会的要求也符合自身的需要,在不同的时

间和场合恰如其分地表达情绪。

③ 情绪反应是由适当的情景引起的,反应的强度与引起这种情绪的情景相符合。

(3) 意志健全

意志是人在完成一种有目标的活动时,所进行的选择、决定与执行的心理过程。意志健全者在行动的自觉性、果断性、顽强性和自制力等方面都表现出较高的水平。意志健全的学生在各种活动中都有自觉的目的性,能适时地做出决定,并能运用切实有效的方法解决所遇到的各种问题;在困难和挫折面前,能采取合理的反应方式,能在行动中控制情绪和言行;既不顽固执拗、轻率鲁莽、言行冲动,也不意志薄弱、优柔寡断、害怕困难。

(4) 人格完整

人格指人的整体精神面貌。学生人格完整的主要指标是:人格结构的各要素完整统一;具有正确的自我意识,不产生自我同一性混乱;以积极进取的人生观作为人格的核心,并以此为中心把自己的需要、愿望、目标和行为统一起来。

(5) 自我评价正确

正确的自我评价是学生心理健康的重要条件。一个心理健康的人对自己的认识应该是接近现实的,应该有“自知之明”。对自己的优点感到欣慰但不狂妄自大,对自己的缺点不回避,也不自暴自弃,善于正确地“自我接纳”。

(6) 人际关系和谐

和谐的人际关系,既是学生保持心理健康的途径和条件,也是学生心理健康的标准。其表现在以下几方面:

- ① 乐于与人交往,既有稳定而广泛的人际关系,又有知心朋友;
- ② 在交往中保持独立而完整的人格,有自知之明,不卑不亢;
- ③ 能客观地评价别人和自己,善于取长补短;
- ④ 宽以待人,乐于助人;
- ⑤ 积极的交往态度多于消极的交往态度;
- ⑥ 交往动机端正。

(7) 适应能力强

较强的适应能力是心理健康的重要特征。不能有效处理与周围现实环境的关系是导致心理障碍的重要原因。这里所讲的适应,不是被动、一味的迎合,甚

至与不良风气、落后习俗同流合污,而是在认清社会发展趋势的基础上,主动适应社会发展的要求,不逃避现实,更不妄自尊大、一意孤行,与社会需要背道而驰。

(8) 心理行为符合学生的年龄特征

学生应具有与自己的年龄和角色相应的心理行为特征。一个学生若经常严重地偏离自己所处的年龄阶段和自己的角色应该具有的相应的心理行为特征,则有可能是心理异常的表现。

(三) 克服“亚健康状态”

在长期的探索与实践过程中,人们逐步认识到,健康并非非此即彼,而是一个动态的、相对的、连续变化的过程。“亚健康状态”是由前苏联学者布赫曼(Berkman)提出的,即介于健康与非健康之间的中间状态,是机体在内外环境不良刺激下引起心理、生理发生异常变化,但尚未达到明显病理性反应的程度。从生理学角度来讲,就是人体各器官功能稳定性失调尚未引起器质性损伤。“亚健康状态”主要表现为:各项身体指标无异常,但与健康人相比,生活质量低、学习效率低、注意力分散、生活缺乏动力、学习没有目标、有些茫然不知所措,感觉生活没劲。躯体反映为睡眠质量不高,容易疲劳,身体乏力,食欲不振。尽管亚健康状态并非严重的心理问题,但如果不引起高度重视,极易引发相应的心理问题。

据一项对大学生的调查结果显示,大学生的亚健康状态主要表现为:人生目标茫然,学习目标不明确,学习动力缺失,生活目标随波逐流,常有无意义感伴随,自卑与自负两极振荡,懒散,退缩,恐惧失败等。事实上,任何一个处于亚健康状态的大学生,对于黄金年华、美丽学生生活的感受力都会下降,对自我发展的心理预期也会变得不确定,人际吸引力降低而且自我满足感不高,内在潜能不能够得到充分发掘。

导致学生亚健康状态的原因很多,除由于过度疲劳造成的精力、体力透支,人体生物周期中的低潮时期,以及身体疾病等因素外,心理疾病也是一个非常重要的原因。人体若处于亚健康状态时,容易患病,身心感到不适,对学习、生活和身心健康会造成不良影响,不能很好地发挥体力和心理上的潜力。因此应重视学生的亚健康状态,采取有效的措施使有缺陷或障碍的身心功能得到改善、增强或补偿,使学生从亚健康状态转归到健康状态。为预防与消除亚健康状态,学生

应注意以下几方面:

(1) 适度运动。“生命在于运动”,学生应坚持适宜的活动内容和活动方式,或者选择参加各项能延缓人体各器官的衰退老化的健身运动,如游泳等。

(2) 全面、均衡、适量的营养。人体对各种物质的需求量都有一个度,过量摄入将会适得其反,高糖、高盐、高脂肪食物的长期过量进食,尤其是饱和脂肪酸过量摄入,会导致亚健康状态。因此均衡适量的营养是维护健康的基本手段之一。

(3) 保持心理健康。长期的精神刺激和压力以及长期的压抑愤怒等负性情绪,也是导致亚健康的一个因素。良好的心态、乐观豁达、奋发进取的精神,是防治亚健康的精神基础。学生可适当培养一些爱好,如读书、听音乐、练字画等。

(4) 提高自我保健意识。日常生活中戒除不良习惯和嗜好,如吸烟、酗酒、偏食等,做到饮食有节,起居有常,不过度劳累,提高自我保健意识,自觉构筑控制亚健康发生的第一道防线。克服不良生活方式是防治亚健康状态的身体基础。

(5) 适时干预。采取药物预防、保健品调理、体育锻炼相结合的干预措施,缓解失眠多梦、口腔溃疡、消化不良和躯体疼痛等症状。还可适当采用药物治疗、理疗或心理治疗等方式,使机体转归健康。

二、学校心理健康教育

当前国际上学校教育的三大势力:学校教学、学校行政管理和学校心理健康教育。学校心理健康教育有其目标、内容和途径。

(一) 学校心理健康教育的目标

学校心理健康教育的目标是学校开展心理健康教育的导向和基本依据,它决定着心理健康教育的内容,直接影响心理健康教育途径和方法的选择,也是检验和评估心理健康教育工作的“航标”和“方向盘”。

学校心理健康教育的目标包括总目标、中间目标和具体目标三个层次。

1. 总目标

学校心理健康教育的总目标如下:

- 1) 维护学生心理健康;
- 2) 开发学生心理潜能;
- 3) 帮助学生形成良好的心理素质;



4) 促进学生人格的健全发展。

具体地说,学校心理健康教育的总目标就是形成、维护、促进受教育者的心理健康,提高全体受教育者的心理素质,增强全体受教育者的心理机能,并使受教育者的个性得到充分和谐地发展,从而为受教育者的全面发展提供良好的基础。学校心理健康教育的总目标即能反映学校心理健康教育的基本精神,将心理健康教育和其他教育活动区分开来。

学校心理健康教育的总目标应着眼于学生心理素质的提高、心理机能的充分发挥及个性的充分和谐地发展,而不应该着力于对学生问题心理及行为的防治。整个学校心理健康教育的目标体系理应体现发展为主、防治为辅的精神,否则学校心理健康教育的开展必将步入误区。

2. 中间目标

学校心理健康教育中间目标如下:

- 1) 发展性目标;
- 2) 预防性目标。

学校心理健康教育的中间目标是对总目标的分解,反映总目标的构成。学校心理健康教育中间目标从对象看,可以分为正常学生和少数异常学生;从纵向看可以分为矫治性目标、预防性目标和发展性目标;从横向看,三个纵向层次的目标又可以集中分解为认知、情意、个性和行为等几个领域。

需要说明的是,对不同的对象,目标要求自然也应有所不同。例如,对少数有心理问题的学生,首先应以矫治目标为主,以预防性、发展性目标为辅。如果忽视对这一类学生的辅导与介入,将会使有心理问题的学生的数量增多,范围扩大,从而影响到全体学生的发展。

3. 具体目标

学校心理健康教育的具体目标即在学生各年龄阶段的进一步具体化,既反映青少年学生不同阶段心理健康发展的不同任务,又体现阶段性和连续性的统一。结合发展心理学原理和学校教育的实际,大学阶段应着重于增强选择能力、社会适应能力、人际交往年能力和自我调节能力,积极开发自我潜能,能以更为成熟的自我意识和社会责任感去对待生活、学习和工作。

在学校心理健康教育的具体目标中始终贯穿着认知、情意、个性和行为四个方面的知识,以使学生的心理结构得到全面发展。

（二）学校心理健康教育的内容

学校心理健康教育的内容是学校开展心理健康教育的核心,其内容的设定要遵循并符合一定的原则。

1. 确定学校心理健康教育内容的原则

1) 目标性原则

学校心理健康教育的根本目标在于促进学生的健康发展,提高学生的基本素质,培养学生优良的心理品质,提高学生的生存和适应能力,开发学生自主发展的潜能。围绕这些目标,学校心理健康教育的内容不仅应包括人生观与价值观教育、人格培养、情绪情感训练、意志力的培养、自我觉察与认识、生存训练和潜能开发等主题内容,还包括与之相关的心理测验、咨询辅导、课程安排和活动训练等各项工作。

2) 现实性原则

要根据本校的实际情况、教师的实际教育能力、学生发展的实际水平和需要,有针对性地选择、确定适宜的心理健康教育的内容。

3) 发展性原则

确定学校心理健康教育的内容时应“面向全体、注重发展”,选择具有普遍意义的、有代表性的主题内容,重视发挥心理健康教育的“预防、促进”功能。

4) 差异性原则

不仅要尊重个体差异,还应尊重年级差异。考虑不同年级、不同学生的心理需要,这是保证学校心理健康教育效果的前提。

5) 活动性原则

在确定学校心理健康教育的内容时应突出活动为主的特点,把心理健康教育的内容渗透于灵活多样、富有情趣的活动中,发挥心理教育活动的优势,注重活动过程的教育作用。

2. 学校心理健康教育的内容

学校心理健康教育的主要内容包括以下三个方面:

1) 维护学生心理健康

维护学生心理健康是指以全体学生为主、通过常规的教育训练来培养学生心理品质及提高学生基本素质的教育内容。具体包括以下几个方面:

(1) 智能训练,即帮助学生对本质的本质建立科学认识,并针对智力的不同



成分,如注意力、观察力、记忆力等,设计的训练活动等。

(2) 学习心理指导,即帮助学生对学习活动的本质建立科学认识,培养学生形成健康积极的学习态度、学习动机和学习习惯的训练以及对学习方法的指导等。

(3) 情感教育,即教学生学会体察和表达自己的和他人的情绪情感,学会有效控制、调节和合理疏泄消极情感,并进行相关技巧的训练,如敏感性训练、自我表达训练和放松训练等。

(4) 人际关系指导,即围绕亲子、师生、同伴三大人际关系,指导学生正确认识各类关系的本质,并学会处理人际互动中各种问题的技巧与原则,包括冲突解决、合作与竞争、学会拒绝等互动技巧以及尊重、支持等交往原则。

(5) 健全人格的培养,即关于个体面对社会生存压力及要求所应具备的健康人格品质的培养,如独立性、进取心、耐挫能力等的培养。

(6) 自我教育,即通过训练和教导帮助学生对自己建立科学的认识,并在自身的发展变化中始终能做到较好地悦纳自己,如悦纳自己的优势和不足以及自信培养、良好自我形象建立等。

(7) 性心理教育,即关于性生理和性心理知识的传授与分析,帮助学生建立正确的性别观念和对性别的认同,指导学生正确认识和掌握异性交往的有关知识与技巧,如异性同学交往指导、早恋心理及调适等。

2) 矫正学生心理行为问题

矫正学生心理行为问题是面向少数具有心理、行为问题的学生开展心理咨询、行为矫正训练的教育内容,多属矫治范畴。具体包括以下几个方面:

(1) 学习适应问题,主要指围绕学习活动而产生的心理行为问题,如考试焦虑、学习困难、注意力不集中、学校恐怖症、厌学等。

(2) 情绪问题,主要指影响学生正常生活、学习与健康成长的负性情绪问题,如抑郁、恐惧、焦虑、紧张、忧虑等情绪。

(3) 常见行为问题,主要指在学生生活、学习中表现出来的不良行为特征,如多动、说谎、打架、胆怯等行为。

(4) 身心疾患,主要指因心理困扰而形成的躯体症状与反应,如神经衰弱、失眠、疑病症、神经性强迫症、癔病等身心疾患的治疗和矫正。

(5) 性行为问题,主要指由于性心理障碍而产生的各种性变态行为等。