

The Elementary/
Middle School Counselor's
Survival Guide
(Third Edition)

学校心理教师 工作指南

(第三版)

【美】John J. Schmidt◎著
孙菲菲 刘亚茵 喻 莉◎译

The Elementary/Middle School Counselor's Survival Guide
(Third Edition)

学校心理教师工作指南

(第三版)

【美】John J. Schmidt◎著

孙菲菲 刘亚茵 喻 莉◎译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

学校心理教师工作指南 / (美) 施密特 (Schmidt, J. J.) 著; 孙菲菲, 刘亚茵, 喻莉译. —北京: 中国轻工业出版社, 2013.2
ISBN 978-7-5019-9020-7

I. ①学… II. ①施… ②孙… ③刘… ④喻…
III. ①中小学生—教育心理学—指南 IV. ①G444-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第237030号

版权声明

The Elementary/Middle School Counselor's Survival Guide / ISBN 978-0-470-56085-3 / John J. Schmidt
Copyright © 2010 by John Wiley & Sons, Inc.
All rights reserved. This translation published under John Wiley & Sons. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the original copyrights holder.

总 策 划: 石 铁
策划编辑: 阎 兰 责任终审: 杜文勇
责任编辑: 阎 兰 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: 三河市鑫金马印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2013年2月第1版第1次印刷

开 本: 850×1092 1/16 印张: 19.00

字 数: 196千字

书 号: ISBN 978-7-5019-9020-7 定价: 40.00元

著作权合同登记 图字: 01-2012-1051

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65288410

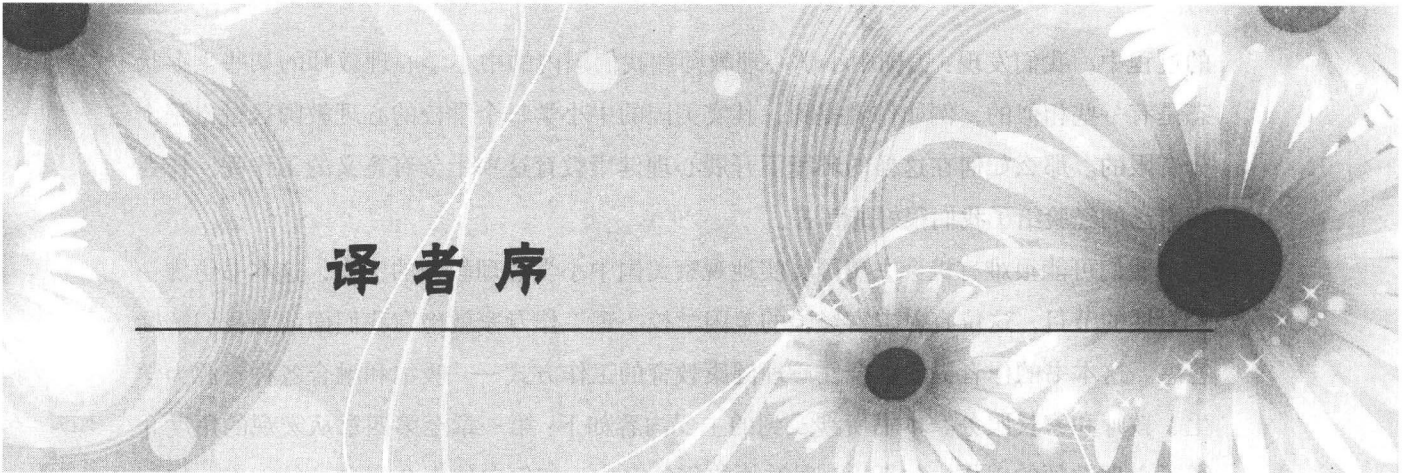
发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanqianedu@yahoo.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

120131Y2X101ZYW



译者序

应用心理学建立之初有三大重要使命：第一治愈心理疾病；第二使普通人的生活更幸福、工作效率更高、自我更充实；第三发现并培养有特殊才能的孩子。这囊括了很多人的投身心理学领域的初衷。在基础教育领域工作的心理教师是多面手，肩负以上三大使命。《学校心理教师工作指南》一书，讲述了在美国文化与教育体制下，中小学心理教师是如何工作，承担上述使命的。本书的三位译者刘亚茵、孙菲菲、喻莉均是北京师范大学儿童与青少年心理咨询方向的硕士，并且都在北京的中学从事心理健康教育工作。我们的专业背景和工作实践经验是编辑阎兰找到我们翻译本书的重要原因。分配翻译任务的时候，我们本着兴趣优先的原则进行自主选择。孙菲菲承担导读和一至四章的翻译，刘亚茵承担五至九章的翻译和译者序的撰写，喻莉承担十至十三章的翻译，最终的统稿由孙菲菲完成。

当我们第一次拿到这本书的时候，英文原版书名中的“survival”（生存）让我们颇为惊讶，在我们脑海中架构的美国心理教师应当在学校中扮演着举足轻重的角色，应当和某些国内中小学心理教师的“花瓶”状态是截然不同的，但是这个词却透出了一种不一样的味道，一次教研活动时我把翻译本书的信息告诉了其他中学心理教师，当我把英文原名告诉他们时，大家都觉得“survival”（生存）这个词很适合描述心理教师在中小学的状态——因为和中高考成绩没有直接关系而不被重视没有课时，需要努力为自己争取课时；做着心理咨询工作又因为涉及保密的原则而无法宣传和体现自己的工作；因为在其他人的眼中是个“闲人”，所以会承担各种各样的行政工作；每个学校的心理教师人数有限，很多学校甚至只有一个人，所以无法形成有效的支持和协作……在翻译这本书

的过程中，我们发现：美国中小学心理教师和我们国内的中小学心理教师的某些生存状态是有一些相似的，例如作者提到，其实美国的中小学每个学校的心理教师数量也是十分有限的。那么如何在这样的环境下开展心理健康教育这项十分有意义的工作呢？作者用自己的经验给了我们很好的解答。

我们可能很难有机会去美国真实地观察美国中小学心理教师的工作，这本书仿佛一个对话的节目，这位有着丰富经验的美国学校心理工作专家就坐在我们面前为我们解疑答惑。这本书的作者提倡综合性心理健康教育的工作方式——吸纳和融合各种资源为学生、教师和家长服务。本书所涉及到的主要内容如下：第一章至第四章从宏观的角度介绍了心理教师的工作，包括：心理教师的角色定位、如何向他人介绍自己的工作、如何管理好自己的时间、如何制定计划协调资源、选择哪种助人方式。本书的第五章至第九章则介绍了具体的工作方式，并且给出了具体的工作步骤，分别介绍了如何将心理健康教育和学校的课程相融合、如何服务特殊的学生、如何进行危机干预、如何为有一般困扰和严重困扰的学生提供针对性的服务。第十章至第十三章介绍了如何融入学校系统，并与同事、家长、社区建立有效的个人与职业关系并在此基础上开展心理健康教育工作以及心理教师自身的个人成长问题。

也许你是一位在读的心理学专业的学生，正计划投身中小学心理健康教育工作，也许你是一位刚刚到中小学工作的心理教师，抑或你已经从事了多年的中小学心理健康教育工作，你都可以通过阅读本书，在上述各个方面获得资源和启发，帮助你更好地在学校开展心理健康教育的工作。如果你是带着一些具体的问题或困惑来阅读的话，那么你可以参考目录，在相关的章节中寻找对于这一问题的解答。本书还可以在心理教师研修或成长活动使用，它可以引发各种主题性学习与讨论。

另外，虽然本书看起来是一本送给“中小学心理教师”的礼物。但是正如作者所言，心理健康教育绝不是心理教师一个人的工作，应该是所有教育者共同的责任。如果你是国家、省市、区县教育主管部门的领导，尤其是德育和心理研修部门的领导，那么本书可以帮助你更加有效地指导你所负责区域的心理工作。如果你是一所学校的领导，你想了解如何更好地发挥心理教师的独特作用，从而助力学生的发展，本书是一个很好的选择。本书同样适合中小学的非心理教师，里面所涉及心理工作的态度、理念及方法，有助于你更好地帮助你的学生和他们的家长。也许你不属于上述我提到的人群，但是你对中小学心理健康教育感兴趣或者想要了解美国中小学心理教师的工作，这本书也是你的

不二之选。

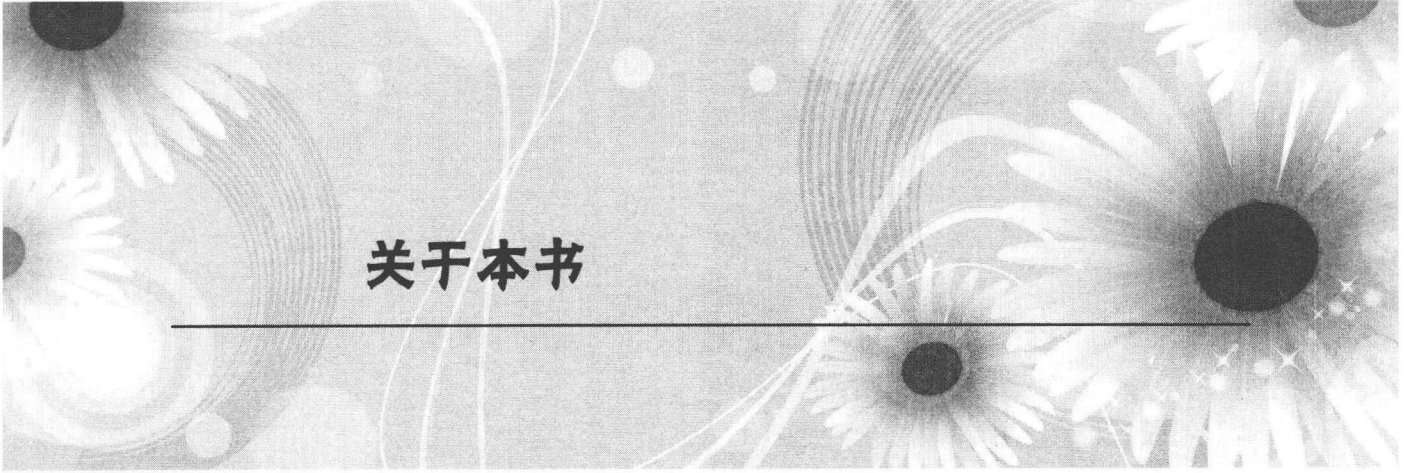
虽然这是一本很好的手册，翻译和学习这本书的内容会给我们的工作实践带来很多帮助，但是这毕竟是一本基于美国文化教育背景的手册，我们能够学习和掌握一些理念和方法帮助我们的实践，但是我们不可能完全照搬照抄。因此，我们建议，本书作为一本工作手册，可以为心理教师的工作提供一些参考或借鉴，但我们更要立足于本国学生、学校、教育的实际，去探索适合于自己的路。未来，我们可以根据自己的实践和经验，基于中国的文化教育背景，来编辑出版一本属于我们自己的手册。

翻译的过程中，我们多次就一些术语进行讨论，看如何翻译才能够更贴近原著的表达，或是方便于大家的理解。然才学有限，在翻译的过程中不免会存在一些疏漏，如给您的阅读造成的不便还请多多谅解。

感谢家人、朋友、同事在翻译的过程中给予我们的精神和物质上的支持，感谢万千心理编辑阎兰，在她的努力下，本书才得以顺利翻译并与读者见面，谨以此序共勉。

译者

2012年11月21日于北京



关于本书

《**学**校心理教师工作指南》(第三版),继承了本书第一版的理念,并拓展了它在实际中的应用。本书鼓励你开拓综合性的学校心理健康教育工作,对学生、家长、教师们多个人群提供服务,最终帮助所有在校学生获得学业和人际关系上的成功,并帮助他们探索职业信息及职业兴趣。

该版本在全书的十三章里都较上一版有所拓展,每一章都从一个与本章主题相关的场景开始。这样的设计,使本书里的内容与心理教师的实际工作结合在一起。十三章里都给出一些工作单和专栏,你可以在自己的工作中使用它们。

这本工作指南能帮你:

- 为所在的中小学做综合性心理工作的计划,为学生、家长和教师们提供心理服务,评价你的工作效果。
- 把你的心理工作与学校的基本任务结合起来。
- 选择适当的咨询、辅导和协调性工作,促进学生的发展、帮助学生面对问题,并对工作的有效性进行评估。
- 工作时,遵守心理咨询的专业伦理和相关法律准则。
- 兼顾好作为个人的你自己和作为心理教师的自己。

本工作指南是非常重要的资源,它关注于上述专业行为和能力,帮助你在心理工作上获得最佳的表现。



关于作者

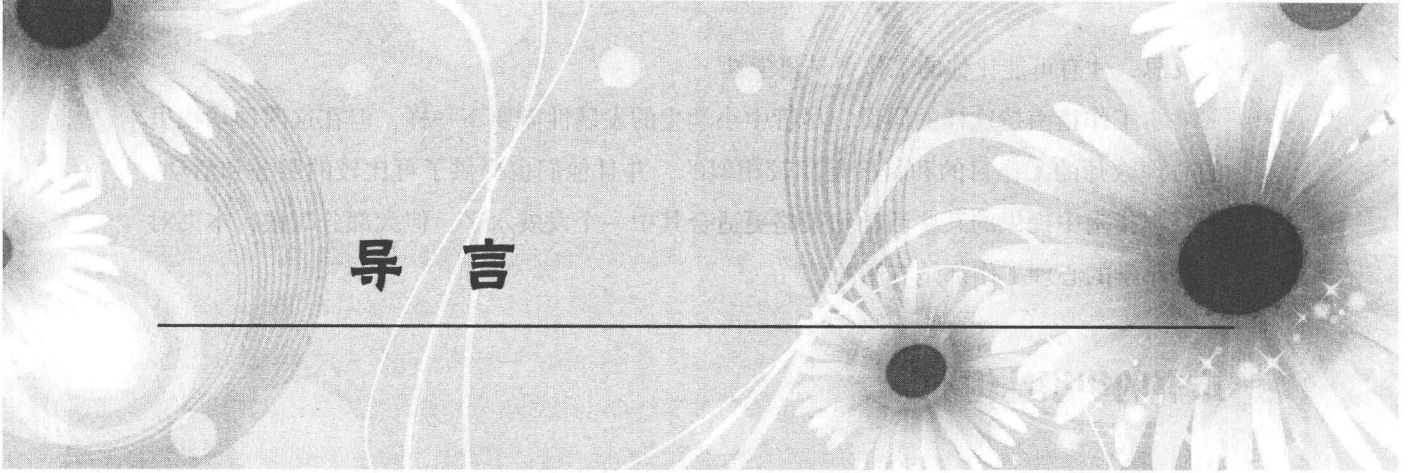
John J. (Jack) Schmidt, 教育学博士, 是美国北加利福尼亚格林威治东卡罗里那大学 (East Carolina University) 咨询师教育专业的名誉教授。在他的职业生涯中, Schmidt 博士曾经做过社会研究教师、中学咨询师、地方学校咨询和测试服务督导、州学校心理工作协调专家、高校教授和系主任。2006—2009 年, 他曾任潜能开发国际协会的执行主席 (www.invitationaleducation.net)。

作为一名活跃的作者和演讲者, Schmidt 博士发表了 50 多篇文章、书评和手册, 出版了众多书籍。他出版的书有:《学校咨询: 为全体学生提供回应性服务》(*Counseling in Schools : Comprehensive Programs of Responsive Services for All Students*)、《咨询的社会和文化基础及人类服务》(*Social and Cultural Foundations of Counseling and Human Services*)、《策划性助人: 看护关系专家的哲学》(*Intentional Helping : A Philosophy for Proficient Caring Relationships*)、《交朋友、维护友情: 用于建立关系的课程、故事和活动》(*Making and Keeping Friends : Ready-to-Use Lessons, Stories, and Activities for Building Relationships*)、《过有策划的生活, 让生活发生》(*Living Intentionally and Making Life Happen*), 与 William W. Purkey 博士合著了《潜能咨询: 提升自我概念的专业实践》(*Invitational Counseling : A Self-Concept Approach to Professional Practice*), 以及与 Purkey 博士和 John M. Novak 博士合著的《从冲突到安抚: 如何应对困难情境》(*From Conflict to Conciliation : How to Defuse Difficult Situations*)。

Schmidt 博士是北加利福尼亚咨询协会和北加利福尼亚咨询师教育和督导协会的前任主席。他领导的专业协会和所在高校对他有极大的认可度; 其在学校咨询领域的研究

和出版物，也受到极大的赞许。他还是小学心理教师的时候，曾获得了北卡罗里那学校咨询师协会 1978 年的年度奖，两次获得北卡罗里那学校咨询师协会的 Ella Stephens Leadership 奖（1997，2007），于 2002 年获得了北卡罗里那学校咨询师协会的 Ruth C. McSwain 杰出专业服务（Distinguished Professional Service）奖。1999 年，东卡罗里那大学的教育学院授予了他杰出教授的称号，以褒奖他的授课能力、超人的学识和为大学所做的贡献。2005 年，获得了北卡罗里那 Greensboro 大学的教育学院颁发给他的杰出职业奖。

Schmidt 博士是 Chi Sigma Iota 的成员。这是一个国际咨询荣誉社团。他供职于多个董事会，包括北卡罗里那的专业咨询师认证董事会（1997-2004），国家认证咨询师董事会（2005-2008）。



导 言

成功的中小学心理教师为有效地提供服务，会不停地寻找有用的信息和想法。《学校心理教师工作指南》是一个资源，它可以帮助心理教师确认你是谁，你能做些什么；让你更有能力提供服务、合理利用你的时间、提供有效的服务，并最终把心理工作做得“枝繁叶茂”。本书的第三版延续了第一版的理念，帮助中小学心理教师建立综合性工作，提供回应性服务，适应专业设置，并满足学生、家长和教师们的其他需求。

作为一名中小学教师，你可能会发现下面的对话有点熟悉。两个心理教师在咨询会议上进行了下面的谈话。一个新手小学心理教师说：“我要做的事真多，但我却很少有时间去做。我总是从一个危机情况转向另一个危机情况，或者从一个行政性工作转到下一个行政性工作。”另外一个中学心理教师回应道：“我也是！太多事把我从学生身边带走了——光为测试做协调工作和向其他机构转介特殊学生就占去我好多时间，更别提“低能行为的 504 条”的实施所花的时间了。我需要一些实用的想法和策略，以处理学生的问题及学校里发生的其他事情。”从这一交谈可以看出来，这两个心理教师都在同他们的身份认同做斗争，由于需要考虑各方面的因素因而质疑自己满足需求的能力，要照顾的头绪太多了。他们想要更能满足学生们的需求，也在寻找能解释他们的学校工作的方法。对他们和许多学校心理教师来说，从学习咨询的艺术和科学性，到能艺术地、科学地从事心理工作，是一个非常大的挑战。

单纯地学习艺术不会让你成为优秀的艺术家。只有做足够的练习并对学到的技术进行个人化，才能让你达到艺术家的水平。与之相似，学习研究对某特定问题的观点，不能让你成为一个科学的实践者。持续地应用这些知识，对结果进行评价和对你的工作进行

行反思，才有可能让你的工作更具科学性。

本工作指南持这样的假设，尽管中小學生的发展性需要不一样，但在这两种学校里的心理教师的工作目的和目标是比较相似的，并且他们也提供了可比较的服务和活动。尽管本指南中提供的某些活动和策略更适合其中一个发展水平，但大部分时候，本书对于中小学的心理工作都是有用的。

本书的组织结构

第一章到第四章，本书对综合性学校心理健康教育工作的各个方面进行了概述。综合性心理工作包括对心理教师的职业身份和角色进行清晰的界定和描述；寻求你服务的人的参与及有效使用时间的策略。要想有效地使用工作时间，需要对工作做计划、做一些协调工作、对工作进行评价以及有目的地选择回应性服务。

从第五章到第九章本书则给出了一些思路和策略，让你能够把心理工作和你学校的总体任务结合起来。内容包括把你的心理工作和学校课程匹配起来；聚焦于全校学生的教育发展；提供对不同人群的服务；为学校 and 社区危机事件做预防以及帮助学生应对妨碍其学习和发展的多种问题。这些章节的目标是提升你作为一名中小学心理教师的能力，并强调了在测评工作的有效性时，“可说明性”也十分重要。

第十章到第十三章则聚焦于你与同事、家长和社区的关系，也聚焦于作为心理教师的你。心理工作的牢固程度等同于发展中教职工给予的支持和指导的程度。同样的，你对学生的帮助所起作用的大小，因家长和监护人在咨询过程中的参与程度的不同而不同。此外，你的胜任力受你自身健康的影响——你个人和职业健康的影响。职业健康包括工作能遵守伦理规范、州和联邦法律；具备专业能力和遵守当地教育政策。

新版增加的内容

此书本版中每章都至少增加了一个场景，它描述了一些理念的实践意义和本书所给建议在实际中的应用。虽然场景是虚构的，但它是基于本人多年的学校咨询实践、做督导的经验和在心理教师准备工作中的教学经验。为此我们还在一个工作坊中，就这些场景的可操作性和现实性，请一些心理教师对它们进行了检查和测试。

此版本的一个重要变化是增加了第九章“帮助有严重困扰的学生”，它聚焦于学生的更严重的问题。这一版加入的新内容还有：ASCA 国家模型的最新内容；当前和正出现的交流和学习的科技产品；你的咨询理念和咨询有效性之间的关系；创伤和灾后服务；网络欺负（cyberbully）；自我伤害的学生；贫困的影响；学校心理教师的竞争和你遵守职业伦理准则的责任。

总体目标和重点

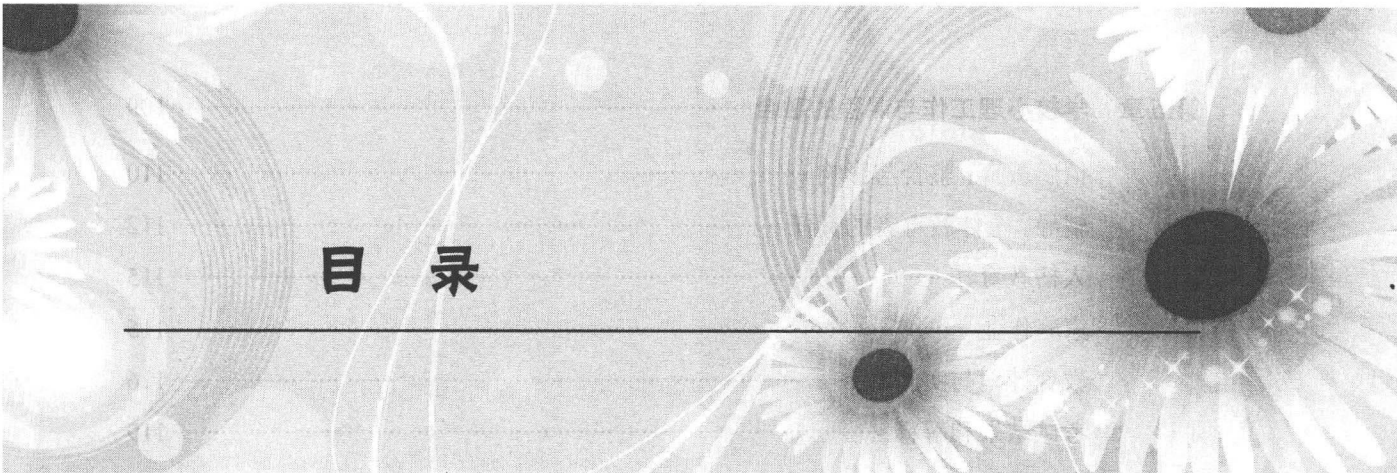
本书在理论和实践之间架起了一座桥梁。咨询理论帮你理解人类的行为和发展，让你能选择可靠的方法从事专业助人工作。本书提供的实践策略和资料，让你有机会构建有用、有效的助人行为的理论观点。本书提供的实践观点，鼓励你把许多人纳入到设计和实施综合性学校心理工作中来，这些人包括教师、家长和学生。

本书给了你一个舞台，你可以在其中确定你想要成为什么样的中小学心理教师。它教给你一些方法，使你能获得更多听众、拓展知识面、提升咨询技能及测评你心理工作的有效性。每一章的理念，都帮助你从挣扎着做一名中小学心理教师到成为一名有旺盛生命力的心理教师。挣扎召唤出令人绝望的忍耐，而旺盛传达出繁荣的意思，并引起对你能成为什么人的积极的想象。本书鼓励你超越基本生存技能，而进化成有前瞻性的咨询师，为你所在的学校和社区提供综合性工作及回应性服务。

本书提供了大量具体策略、助人原则、网址和可再生的表格，你可以把它们用在综合性学校心理工作中。这些也许并不一定都适合或者能运用在你学校的心理工作中，你应选择适合你用的，自由地调整那些不能直接用的，以创造出新的和更好的策略。

致力于让本书成为专业心理教师的实用、可读性强的资源，我简略地设计了参考书目和索引。在本书的最后，你能发现有相关作品和网站的列表，它们是提供给你的拓展资源。尽管我做了各种努力，让资源尽可能跟上时代发展，但现在迅速发展的信息时代使这一点变得不太可能。我希望本书提供的信息可以给你开个头，让你去编辑自己的资源列表。

谢谢你允许我跟你分享我的经验和建议。祝你作为一名专业的心理教师，在职业上有好的发展。希望本书中提供的策略和工具能帮助你在科学的工作框架中，提供更高艺术水平的心理服务。



目 录

第一章 了解学校心理工作的情况：内容、负责人、进行的方式	1
描述学校心理工作	3
寻求他人或其他组织的加入	14
定义你所做的事情：广义的回应性服务	20
第二章 发展角色，确立身份	27
确定谁做什么	28
确立心理教师的身份	31
平衡你的时间	36
第三章 扬帆起航，乘风破浪	43
制订计划	44
协 调	59
第四章 识别回应性服务	75
咨 询	76
指 导	91
评 估	102

第五章 学校心理工作与课程的融合	109
情感教育：整合与影响	110
辅导：全体教育者的责任	112
人格教育	115
家庭作业	115
教育计划与实施	116
考试结果和解释	119
生涯发展	122
良好行为习惯的建立	125
第六章 服务特殊的学生群体	127
总原则	128
特殊儿童	130
第七章 危机干预	141
危机的概念和描述	142
危机团队和计划	144
对教职员工进行培训	151
预防性活动	153
危机咨询	155
创伤后的工作	159
第八章 为有困扰的学生提供帮助	161
欺 负	162
网络欺负	165
离 婚	166
放学后的看护	169
孤独感	170

搬 家	171
压 力	173
学业不良	174
科 技	176
第九章 帮助有严重困扰的学生	179
儿童抑郁和自杀	180
自伤行为	186
儿童虐待	187
慢性疾病和绝症	189
物质滥用	190
丧 失	196
贫 穷	197
暴 力	198
学校恐惧	199
第十章 融入学校并与之同在	203
建立关系	204
建立个人关系	206
在职业上建立联结	210
与之同在 VS. 为之做	219
第十一章 让重要他人参与	223
了解家庭和社区	224
沟通与信息	228
父母教育项目	238
第十二章 根据规则工作	245
法律事项和资源	246

伦理的考量	250
伦理实践的通用法规	256
第十三章 自助助人	267
自我评估	268
对自己个人的关心	270
专业上的照顾	277
结 语	281
索 引	283

第一章

了解学校心理工作的情况： 内容、负责人、进行的方式

场景 1.1：学校为什么需要心理教师？

在一次家长会中，有一位家长问道：“学校为什么需要心理教师？”另一个接着问：“在促进学校职能方面，心理教师的基本目标是什么？”这些问题都是老生常谈了。教育者、咨询师、家长、政策制订者以及一些其他相关人士无数次问到过类似的问题。作为一名学校心理教师，如果你听到这样的谈话，你会怎么回答呢？你为什么在学校里工作，你的目标是什么？

对于场景 1.1 中的提问，一个可能的回应是：你在学校的工作，是去帮助人们更能胜任他们各自的职责。作为一名学校心理教师，你帮助学生更好地学习；帮助其父母更好地养育孩子；帮助教师为所有的学生提供真正有益的教育。总之，一名学校心理教师做的所有事，即你所做的任何项目、你所提供的任何服务，目标都是帮助学生、家长、教师以及学校在成长和学习过程中更有效能。

你在学校工作，是要帮助人们更有能力。如果同意这个结论你可能也会同意为达到这一目标，你也需要提高自己的专业知识和技能。想要更胜任专业心理教师的工作，你就要摆脱战战兢兢工作的状态，对自己的工作更自信和有把握，这样你会变成可识别的、有能力的、可获得的和负责任的工作者，这是成功学校心理教师的四个特征。可识