

- 《创新教育研究与实验》总课题“心理健康教育子课题”成果
- 中小学心理健康教育教师培训用书

小学心理健康教育 教师指导手册 (下)

全国中小学心理健康教育课题组
心理素质教育研究中心 编著

开明出版社

图书在版编目(CIP)数据

小学心理健康教育教师指导手册/俞国良、陈虹主编.
—北京:开明出版社,2000.6

ISBN 7-80133-433-7

I. 小… II. 俞… 陈… III. 小学生-心理卫生-健康教育-手册 IV. B844.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 20107 号

总 策 划 焦向英

责任编辑 马小涵

中小学心理健康教育教师培训用书

小学心理健康教育

教师指导手册

俞国良 陈 虹 主编

*

开明出版社出版发行

(北京海淀区西三环北路 19 号外研社大厦 5 层 100089)

保定市印刷厂印刷

新华书店北京发行所经销

开本: 850×1168 1/32 印张: 16.375 字数: 410 千

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 7-80133-433-7/G·372 定价: 20.00 元(上、下册)

编写委员会

顾 问 林崇德 北京师范大学教授·博导
教育部中小学心理健康教育专家咨询
委员会 主任

主 任 阎立钦 中央教育科学研究所所长·教授
“创新教育研究与实验”总课题组组长
焦向英 开明出版社社长·总编辑

主 编 俞国良 陈 虹

编 委 吕同舟 曲连坤 陈 虹 林崇德 俞国良
阎立钦 焦向英 董柏林 樊兴华

前 言

当今世界，知识经济初露端倪，科学技术突飞猛进，国力竞争日趋激烈。在倡导素质教育的同时，人们提出了综合素质的概念，即全面提高学生的思想道德素质、文化科学素质、劳动技能素质和身体心理素质。从一定意义上说，心理素质决定着各种素质的发展方向和发展速度，甚至于决定着学生最终能否成才。心理健康教育的目的是为了全面提高学生的心理素质。

1989年世界卫生组织对“健康”一词作出了新的解释：“健康不仅是没有疾病，而且包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。”换言之，健康不只是不生病，还包括一种积极的心理状态。这一解释打破了人们长期以来的“无病即健康的”认识。

《中共中央关于加强和改进学校教育工作的若干意见》和第三次全国教育工作会议《中共中央国务院关于深化教育改革，全面推进素质教育的决议》中强调“通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力”“加强学生心理健康教育，培养学生坚韧不拔的意志，艰苦奋斗的精神，增强青少年适应社会生活的能力”，在此文件精神的主导下，中小学心理健康教育蓬勃开展起来。

教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》（教基[1999] 13号）中指出：搞好师资队伍建设和提高广大教师的心理健康水平是保障心理健康教育正常、健康开展的重要条件。要积极开展从事心理健康教育教师的专业培训，要把对心理健康教

育教师的培训列入各地和学校师资培训计划。通过培训，使从事心理健康教育的教师提高对心理健康教育重要性的认识，掌握进行心理健康教育所必备的知识能力。

在这样一个广阔背景下，《小学心理健康教育教师指导手册》应运而生。《小学心理健康教育教师指导手册》是一套适合小学教师和教育行政干部阅读、参考的丛书，它既可以作为小学心理健康教育教师培训的参考教材，也可以作为小学教师的自学读本。作为非心理学基础理论和知识的科普读物，该《小学心理健康教育教师指导手册》强调小学教师运用心理健康的知识和理论，提高分析、指导和解决小学生心理行为问题的能力。教师通过阅读手册，一方面可以提高自身的心理健康教育的理论知识水平，另一方面也能够在实践中自觉运用这些理论和知识，结合小学生的年龄特征和小学心理健康的目标、任务，采用科学有效的心理健康教育途径，实现小学生的全面发展。

《小学心理健康教育教师指导手册》作为小学心理健康教育的教师培训用书或自学读本，共分为上下两册，上册偏重理论解说和方法指导，下册侧重实践操作和案例分析。第1—3章，主要介绍心理健康的基本知识和基本原理，以及小学生的生理、心理特点和不同年龄阶段心理健康教育的主要问题，使心理健康教育教师对心理健康和教育对象有一个大致轮廓的认识；第4—6章是教师如何面向全体学生实施心理健康教育，包括学习、人际交往、自我意识、生活和社会适应等方面。教师在对有心理行为问题的小学生进行指导时，应遵循的总原则是预防和指导教育相结合；第7—8章是针对个别学生心理、行为问题的心理健康教育，由于这些学生的心理行为问题较为特殊、严重，所以可采取心理咨询和心理治疗的方法来解决，这里着重介绍教师在从事心理咨询和心理治疗时应具备的知识和条件；第9章阐述了在小学教育、教学活动中，如何有效地渗透心理健康教育，使学校能真

正成为小学生心理健康教育的主阵地；第10—11章介绍了小学心理健康教育的专题讲座/课程以及具体的教程、教法、教案等；第12章强调要建立学校、家庭、社区三位一体的心理健康教育网络；第13章对小学生心理健康的测量与评价进行了论述，强调实施心理健康教育切忌出现医学化倾向，要谨慎使用量表等评价工具。同时对教师在学生心理健康测量与评价中应该注意的一些伦理、道德问题做了论述。

《小学心理健康教育教师指导手册》是在中央教育科学研究所“创新教育实践与研究”课题统筹规划下，由中央教科所和开明出版社组织全国部分教育科学研究所（院）为心理健康教育的全面研究和实验提供参考和依据，为小学心理健康教育教师的培训和提高提供服务 and 指导而编撰的。

以下是各章具体编写人员：第一章 俞国良 罗晓兰，第二章 俞国良 罗晓兰，第三章 曲连坤 王玉霞，第四章 李钟山，第五章 刘凤华，第六章 朱桃英 张桂兰，第七章 张金宝，第八章 高思刚，第九章 张俊晨 叶彩娟 吴斌 傅文第，第十章 刘凤华 甘诺，第十一章 董柏林，第十二章 樊兴华 傅芝安 阎友梅 李少娟 王红，第十三章 王莉 成新娟。

《小学心理健康教育教师指导手册》编写过程中，参考了国内外许多相关著述，吸收了有关的研究成果，并得到了某些单位的大力支持和帮助，在此一并表示感谢。

作 者

2000/7/10 于北京

目 录

下 册

第八章 小学生的个别心理咨询与心理治疗

第一节 小学生的心理诊断	(273)
一、小学生心理诊断的意义	(273)
二、小学生心理诊断的方法	(274)
三、小学生心理诊断的步骤	(278)
第二节 小学生的心理咨询	(280)
一、小学生心理咨询的过程	(281)
二、小学生心理咨询的原则	(284)
三、小学生心理咨询的方法	(286)
四、小学生心理咨询的技术	(289)
五、小学生心理咨询教师的素质	(293)
六、小学生心理咨询室的建设	(294)
第三节 小学生的心理治疗	(295)
一、小学生心理治疗的特点	(296)
二、小学生心理治疗的方法	(297)
三、小学生心理治疗的策略	(300)
第四节 小学生心理健康问题的预防	(302)
一、三级心理预防保健网络的建设	(302)
二、小学生常见心理健康问题的预防	(306)

第九章 学校教育教学活动中心理健康教育

- 第一节 课堂教学中的心理健康教育 (313)
 - 一、课堂教学是心理健康教育的主渠道 (313)
 - 二、课堂教学渗透心理健康教育的目标 (315)
 - 三、课堂上进行心理健康教育的原则 (319)
- 第二节 学科教学中的心理健康教育 (323)
 - 一、学科教学特点与心理健康教育 (323)
 - 二、课堂教学中心理健康教育的实施 (324)
 - 三、学科教学中的心理健康教育 (327)
- 第三节 品德教育中的心理健康教育 (331)
 - 一、品德教育与心理健康教育的关系 (332)
 - 二、品德教育过程中实施心理健康教育的目标 (334)
 - 三、品德教育中个别心理辅导 (337)
 - 四、德育活动中进行心理健康教育 (340)
- 第四节 班主任工作中的心理健康教育 (343)
 - 一、了解学生个性是班主任工作中进行心理健康
教育的前提条件 (343)
 - 二、集体心理辅导是班主任工作中进行心理教育
的重要内容 (344)
 - 三、个别心理生活指导 (346)
 - 四、塑造优良个性心理品质 (347)
- 第五节 校园文化环境的心理教育作用 (349)
 - 一、通过课外文化活动进行心育 (349)
 - 二、物质文化环境对小学生心育的作用 (350)
 - 三、精神文化环境对小学生心育的作用 (352)

第十章 小学心理健康教育课程教法设计

第一节	小学教师队伍的建设	(361)
一、	教师的重要性	(361)
二、	教师的心理素质	(362)
三、	学校心理教育工作者的基本条件	(366)
第二节	心理教育活动课的特点	(370)
一、	心理教育活动课的内涵	(370)
二、	心理教育活动课的课程特征	(373)
三、	活动课特征	(374)
四、	心理教育活动课的外显特征	(375)
第三节	心理教育活动课程的设计原则及步骤	(377)
一、	心理教育活动课的设计原则	(378)
二、	心理教育活动课的设计步骤	(379)
第四节	心理教育活动课的目标与内容	(381)
一、	心理教育活动课的目标	(381)
二、	心理教育活动课的内容	(383)
第五节	心理教育活动课的途径与实施	(385)
一、	心理教育活动课的途径	(385)
二、	心理教育活动课的实施	(390)
第六节	心理教育活动课的教法	(391)
一、	课前准备	(391)
二、	课堂组织	(392)

第十一章 小学心理健康教育优秀教案/个案

第一节	小学心理健康教育优秀教案	(399)
一	照镜子	(399)
二	心理素质教育活动个案	(401)

三	亲情写真	(404)
四	别了,“我不行”先生	(406)
五	心理健康教育活动案例——科技活动课 活动	(409)
第二节	小学心理健康教育优秀个案	(415)
一	用代币制矫正小学生行为习惯的个案	(415)
二	改选风波	(421)
三	训练小毅完成作业	(424)
四	挖掘自我矫正的潜能	(428)
五	“雪莲花”真美	(430)

第十二章 小学生心理健康教育网络

第一节	家庭与小学生的心理健康	(435)
一、	家庭在小学生心理发展中的地位和作用	(435)
二、	影响子女心理发展的家庭因素	(436)
三、	家庭教育促进儿童心理健康发展的基本要 求	(440)
第二节	社区与小学生的心理健康	(442)
一、	社区在小学生心理健康发展中的地位	(442)
二、	社区环境对小学生的心理健康的影响	(443)
三、	营造有利于学生心理健康的社区环境	(445)
第三节	教师的心理健康及调适	(446)
一、	教师也存在心理问题	(446)
二、	教师心理健康的自我调适	(449)
第四节	家长的心理健康与调适	(453)
一、	家长的心理问题	(454)
二、	家长的心理调适	(456)
第五节	建立学校、家庭、社区心理健康教育网络	

.....	(459)
一、家庭心理健康教育是核心	(459)
二、学校心理健康教育是心理健康教育的主导	(460)
三、社区是心理健康教育的阵地	(461)
四、建立学校、家庭、社会心理健康教育网络	(461)

第十三章 小学生心理健康的测量与评价

第一节 小学生心理健康测量与评价概述	(465)
一、小学生心理健康测量与评价内涵	(465)
二、小学生心理健康测量与评价功能	(465)
三、小学生心理健康测量与评价标准	(468)
四、小学生心理健康测量与评价内容	(470)
五、小学生心理健康测量与评价的原则	(470)
第二节 小学生心理健康测评的一般过程和方法	(474)
一、小学生心理健康测评的一般过程	(475)
二、小学生心理健康测评的方法	(478)
第三节 常见的小学生心理健康测验	(491)
一、《小学生心理健康评定量表》	(491)
二、艾森博克儿童行为量表	(492)
三、Rutter 儿童行为量表	(493)
四、婴儿——初中生社会生活能力量表	(494)
第四节 与小学生心理健康相关的其他测验	(495)
一、韦氏儿童智力量表	(495)
二、学习适应性测验	(496)
三、TAT 测验	(497)
四、中小学非智力因素调查问卷	(498)

五、品格教育测验	(499)
六、卡特尔的人格因素测验	(500)

第八章

小学生的个别心理咨询与心理治疗

小学生心理健康教育必须面向全体学生，培养其良好的心理素质，开发其心理潜能，增进其心理健康。儿童在发展过程中，难免会出现这样那样的心理困扰，需要通过心理咨询得到相应的指导和帮助。极少数儿童由于各种原因还可能产生不同程度的心理障碍或心理疾病，在这种情况下，我们需要对他们进行积极的心理治疗，帮助其恢复心理健康。

本章将着重介绍小学生的个别心理咨询与心理治疗的一些基本原理和具体的操作方法、技巧等。教师可将心理咨询与心理治疗的思想、理念、原理、方法等创造性地应用于平时的教育教学过程中，维护学生的心理健康。

第一节 小学生的心理诊断

小学生的个别心理咨询与心理治疗是在心理诊断的基础上进行的。心理诊断是指以心理学的方法和工具为主,对个体或群体的心理状态、行为偏差或障碍进行描述、分类、鉴别和评估的过程。其中心理测评技术在心理诊断中占有重要的地位。

一、小学生心理诊断的意义

小学生心理诊断主要包括学习诊断、智能诊断、人格诊断、行为诊断以及心理健康综合诊断等内容。这些心理诊断在提高教育教学质量、加强学校的科学管理、搞好因材施教与特殊教育以及提高心理咨询、心理治疗的效果等方面都具有十分重要的意义。

(一) 有利于全面提高教育教学质量

教育教学质量的提高,是有许多前提条件的。从教学评价来看,无论是教师的“教”还是学生的“学”,都应有一定的客观参照系作为衡量标准。传统的教学评价主观经验色彩较浓,要把教学评价建立在现代科学的基础上,就必须使用心理诊断的方法和技术。以心理诊断为核心的诊断性教学评价就是适应这一需要而产生的。诊断性教学评价对于改进教与学的过程、提高教学效率和教学质量具有十分重要的作用。可见,将心理诊断的方法和技术广泛应用于教育教学过程,对全面提高教育教学质量有积极作用。

(二) 有利于加强学校的科学管理

学校的科学管理,需要依靠多种科学的管理手段,心理诊断

就是其中的一种。通过心理诊断，学校领导可以客观地了解学生、教师的教育教学情况以及有关家庭教育、社会环境影响等多方面有用的信息，从而为教育决策服务。通过心理诊断获得的师生关系的信息，可为改善师生的人际关系、创造和谐的校园气氛提供决策依据；通过心理诊断获得的学生兴趣、爱好方面的信息，可为丰富学生的课外活动、满足学生的正当心理需求提供决策依据。实践证明，心理诊断在学校管理中具有不可低估的作用。

（三）有利于因材施教和搞好特殊教育

学生的智力、兴趣、爱好、气质、性格等都是存在一定差别的。学生心理的个别差异与教育有密切关系，许多教育中产生的问题常常是由于对学生的个别差异认识不足引起的。教育工作能否取得预期效果，一个很重要的因素就是教师能否从学生的实际出发，进行因材施教，而因材施教必须以心理诊断为前提条件。从特殊教育的发展来看，弱智、残疾和超常等特殊儿童的鉴别、筛选和培养，也同样要以心理诊断作为基础。

（四）有利于提高心理咨询和心理治疗的效果

学生的心理咨询和治疗工作必须以心理诊断为基础或中介。在当前的学校心理咨询与治疗工作中，有些咨询或治疗的效果之所以不够明显，往往同不重视诊断或诊断的结果不甚准确有关。因此，从事学校心理咨询与治疗的人员应熟练地掌握心理诊断的基本方法和技能，这样，才能保证自己胜任本职工作，圆满地完成维护与增进学生心理健康、提高学生心理素质的任务。

二、小学生心理诊断的方法

心理诊断有许多方法。小学生心理诊断常用的方法有观察法、谈话法、问卷法、测验法等。

（一）观察法

观察法是在自然的条件下，诊断者通过感官直接获得受诊者的各种信息，并作出记录与评价的方法。观察法是小學生心理诊断的一种基本方法，具有具体客观、方便实用等优点，其缺点是不易重复、难以量化，无关因素较难控制。根据观察的时间、内容、方法以及观察者身份的不同，可分为长期观察和定期观察、全面观察和重点观察、直接观察和间接观察、参与式观察和非参与式观察等形式。

不论采用何种观察形式，为使所获得的观察资料真实可靠，诊断者除了要坚持实事求是的原则外，还应注意以下几点：

（1）观察的目的要明确具体，对所要观察的行为或现象要有清楚的界定，以便于操作。

（2）观察要突出重点。每次观察的事项不宜太多，把注意和记录集中在重点对象上。

（3）不要以任何方式干扰被观察者的行为，使用观察器械时，应尽量隐蔽。

（4）在记录观察的结果时，不可将观察事实与观察者的推论混在一起。

（5）对观察的背景应作充分的描述，包括观察的时间、地点以及与问题有关的细节等。

（二）谈话法

谈话法是由诊断者通过与受诊者面对面交谈收集资料的一种调查方法，也是最常用的心理诊断方法之一。当调查的内容比较敏感，比较深入，很难用文字表达清楚时，或者对被调查者进行书面调查有困难时，可采用此种方法。其优点是可以当面澄清问题，获得许多重要的附加信息，不足之处是费时、费力，可变因素多。

使用谈话法应注意以下几点：