

校園心理綠洲

別說我不成熟

馬季榮 著



少年兒童出版社



班级心理

班级政治

① 失色的职位 3

- ★ 小学生为什么喜欢当干部
- ★ 中学生为什么不喜欢当干部
- ★ “老”干部们怎么办
- ★ 自测题:我是否该竞选班干部

② 民主的意向 7

- ★ 你眼中的民主是什么
- ★ 自测题:要民主还是独裁

③ 不自然的管理 12

- ★ 被人管总是不自然的
- ★ 管人也有不自然的
- ★ 自测题:我服谁管

④ 小报告的背后 15

- ★ 小报告的主导性质是什么
- ★ 老师对小报告的认可情况如何
- ★ 老师对喜欢打小报告的同学态度如何
- ★ 同学对喜欢打小报告的评价如何
- ★ 自测题:我眼中的小报告

学生管理的变量

① 主题班会变奏 20

- ★ 中学主题班会会有哪些主题
- ★ 谁是主题班会的主角
- ★ 你在主题班会里得到什么



★ 自测题:主题班会是否要改变	
② 人际资源占有的不公平	23
★ 我怎么插不上话	★ 我不会与老师套近乎
★ 近墨者就一定“黑”吗	★ 自测题:我该找谁做朋友
③ 对“紧箍咒”的淡化和漠视	27
★ 他们唠唠叨叨的理由	★ 你满不在乎的理由
★ 自测题:我还需要人管吗	
④ 同老师的心理距离	31
★ 老师是否是我们的朋友	
★ 中学生在成长中需不需要老师管	
★ 我们是否应该同老师保持心理距离	
★ 自测题:老师我怕你	
竞争与合作	
① 攀比的软杀	35
★ 自测题:我是否输得起	
② 大话自荐	39
★ 现在中学生愿意自荐吗	★ 有哪些事需要自荐的
★ 你的自荐能得到多少人的认同	★ 自测题:我投自己一票
③ 班级中的小团体	43
★ 小团体的种类	★ 自测题:我与谁为伍
④ 为荣誉而战	47
★ 自测题:荣誉面前我该如何选择	



在校行为

男生 VS 女生

① 校园情缘 55

- ★ 中学生是否可以恋爱 ★ 你是否有心仪的异性同学
- ★ 你是否会公开地表明你与同学的恋爱关系
- ★ 中学生的恋爱是怎样一种感受
- ★ 中学生的恋爱会不会有结果 ★ 自测题:想说爱你容易吗

② 六神无主实有主 59

- ★ 目光的远距离渴望 ★ 若无其事下的紧张
- ★ 故作姿态后的懊悔
- ★ 自测题:面对异性,我心跳加快

③ 秘密被发现 62

- ★ 自测题:恋爱的糖纸包得住火吗

④ 为谁扮酷 66

- ★ 男生眼中的他 ★ 女生眼中的他
- ★ 自测题:我这样穿行吗

管不住的嘴

① 真实的谎言 70

- ★ 通常在怎样的情景下说谎 ★ 说谎时怀着怎样的心理
- ★ 今天的中学生给人有多少信任度



★ 自测题：你还相信我吗

② 绰号满天飞 74

★ 绰号种类

★ 起绰号者的动机

★ 中学生对绰号的接受度

★ 自测题：你叫我什么

③ 脏话的快感 77

★ 校园里流行哪些脏话

★ 中学生讲脏话有何快感

★ 女生也有说脏话

★ 自测题：出口成“脏”

④ 小道消息 81

★ 大家特别关注哪些小道消息

★ 小道消息有多少可靠性

★ 小道消息会产生什么效应

★ 自测题：谁是情报处长

逃逸的音符

① 校园暴力 85

★ 校园暴力的主要形式

★ 校园暴力的产生根源

★ 自测题：你会用拳头说话吗

② 大哥大和大姐大 88

★ 谁在校园里做大哥、大姐

★ 大哥、大姐们有多少发挥的空间

★ 大哥、大姐们的最终命运如何

★ 自测题：我是否需要他们的保护

③ 恶作剧 92

★ 恶作剧的演职人员

★ 恶作剧的剧情

★ 恶作剧的观众效应

★ 自测题：寻谁开心

④ 超时速消费 96

- ★ 服饰的前卫化和品牌化
- ★ 寻求刺激的玩乐
- ★ 配置永远感觉太低
- ★ 再苦也不能苦了自己的嘴
- ★ 自测题:谁在花钱如流水



驿动的心

失控的成长电梯

① 任性与偏激的组合 103

- ★ 为什么错的总是我
- ★ 我偏不听
- ★ 我高兴这么做
- ★ 自测题:我是一个乖孩子吗

② 我是少年我怕谁 107

- ★ 我怕家长吗
- ★ 我怕老师吗
- ★ 我还怕谁
- ★ 自测题:我的胆量有多大

③ 远离责任 111

- ★ 为什么要我负责任
- ★ 我承担得了责任吗
- ★ 为什么不让我承担责任
- ★ 自测题:责任,你扛得起吗

④ 变脸种种 115

- ★ 爸妈面前一张脸
- ★ 老师跟前一张脸
- ★ 同学眼中一张脸
- ★ 自测题:我会变脸

约束与反抗

① 别理我,烦着呢 120

- ★ 烦什么呢
- ★ 是信号,还是挡箭牌



- ★ 享受孤独的快乐 ★ 自测题:我烦吗? 我怕烦吗

② 只为争口气 124

- ★ 我为父母争口气 ★ 我为自己争口气
★ 我能争到这口气吗
★ 自测题:我是否该加入你争我夺的队伍

③ 坏孩子的感觉很美 128

- ★ 我真的是个坏孩子 ★ 我想学坏孩子的样
★ 自测题:我难道去学坏

④ 面子和里子 131

- ★ 哪些地方需要我撑面子 ★ 哪些是我最需要的面子
★ 自测题:我要脸皮

追求完美

① 苛求和自责 136

- ★ 目标永远 100 分 ★ 我不信办不成
★ 我怎么这么笨呢 ★ 自测题:我严于律己吗

② 一千个伤心的理由 140

- ★ 归因杀手 ★ 不能容忍自己
★ 承认,也是死
★ 自测题:失败需要理由吗

③ 超越不了的自卑 144

- ★ 我的家境不如人 ★ 我的成绩不如人
★ 我的见识不如人 ★ 我的相貌不如人

★ 自测题:寻找我的自信心

④ 兴趣的替代和补偿 148

★ 你的兴趣在哪里

★ 我好表现自己

★ 自测题:我也应该有发言权



校园流行

看不见的手

① 武装到牙齿 155

★ 包装自己

★ 过把瘾就换

★ 自测题:你愿意用金钱打造自己吗

② 今天你喝了没有 159

★ 补钙

★ 什么解馋就吃什么

★ 追逐汉堡文化

★ 自测题:吃,重要吗

③ 校园八卦 162

★ 你认为星座、血型等与人的性格、命运有关吗

★ 你有没有求神保佑的时候

★ 自测题:信不信由你

④ GG 和 MM 166

★ 猎奇,炫耀

★ 好玩,调侃,创造

★ 自测题:我应该走在时尚的最前列吗

⑤ 我的秘密在日记 169

★ 我怎么开始记日记的

★ 我在日记里记些什么



★ 我的日记能守密吗

★ 自测题:我把日记当朋友

我心飞翔

① 星星牵动我的心 174

★ 我为什么要追星

★ 拿什么拯救你,我的偶像

★ 我追,我追,我追追追

★ 自测题:谁是追星族

② 网事悠悠 178

★ 谁在赞美网吧

★ 上网干些什么

★ 网友,天使还是魔鬼

★ 自测题:今天你拒绝上网吗

③ 动漫,心中的神话 182

★ 动漫是梦中的我

★ 我手画我心

★ 一解疲乏

★ 感受大智慧

★ 自测题:你对动漫是否情有独钟

④ DIY,过把瘾 186

★ 校内 DIY

★ 校外 DIY

★ 自测题:我来一试身手

⑤ 玩的就是心跳 190

★ 最好天天都有嘉年华

★ 走进电视

★ 街头运动

★ 自测题:你敢挑战自我吗

我被青春撞了腰

① 老成?叛逆 194

★ 少年成熟的标志是什么

★ 沉默是金

★ 自测题:我可以自作主张吗

② 摆脱不了的忧郁 198

★ 成绩下降

★ 家庭变故

★ 伙伴危机

★ 自测题:忧郁属于我吗

③ 补课,无奈的选择 201

★ 补课,我们能否拒绝

★ 补课是否有效

★ 自测题:我是否该参加补课

④ 期待羽化 205

★ 不可言传的私密

★ 我所面对的难题

★ 尴尬的青春期教育

★ 自测题:我长大了吗



班级心理





班级政治

① 失色的职位

小学里的时候,每次家长会班主任最难抵挡的是一个又一个家长提出,给自己的孩子一个职位,让他管管事,增强责任感,这把班主任们逼得焦头烂额。个别家长的公关意识比较强,有时一张电影票就能给自己的孩子换来一个小队长助理。于是一排早操队伍,好家伙!百分之七十的学生左臂上都挂着杠,平均两个干部领导一个小百姓。没杠的其实也不赖,至少是个小组长或课代表,全班群英会。可是,到了中学就不一样了。那些曾经“官运亨通”的干部,一个个自觉地捋下臂上的袖标,选举时把头压得低低的,对“班长”、“委员”什么的,惟恐避之不及。中学,班干部是个边缘化的人物,职位的金光正在慢慢褪去。

问题 1:小学生为什么喜欢当干部





可以管人:比如哪个同学吃饭慢了,哪个同学作业不交了,拿小本子记下来,过瘾。老师一看,真行!比交警扣违章还厉害。老师可省力了,悠悠地坐在办公室里,反正自己的影子在教室里顶着。

可以评优:当班干部出头露面的机会多,凭着这惯性,将来升学没准可以上推荐名单。

家长风光:现在不都是独生子女嘛,竞争从娘胎里就开始了,不能输在起跑线上,领先一步,没准就领先一生。爹妈带着儿女出门,谦逊里透着骄傲:“这小鬼,没出息,弄来弄去是个小队长。”就这句话,把亲朋好友噎得出不了声。

小学里你会对老师的班级管理风格产生一种崇拜,你会通过模仿老师的管理来实现自己的表现欲。小学生对老师的依赖性很强,在班级管理中,老师是小干部的坚强后盾,在老师的支持下,小干部的管理往往非常有效,总能得到老师的大加赞赏。

在小学,当干部成了一种荣誉。荣誉是一朵花,人人争着戴。

问题 2:中学生为什么不喜欢当干部

含金量少:中学是凭本事吃饭,考分是惟一的通行证,你当个班长又能怎样?分数不到线,重点学校的门就不会向你打开。再说,一当上班长、团支书、课代表,事情特多,把自己做功课的时间给耗了,只能



每晚挑灯夜战。一不留神,成绩滑下来了。此时的家长不以你为荣了,嘀咕着干那么多杂事干吗?

同学不好管理:中学里那帮主,好管吗?不是说那年纪是心理反抗期吗?谁怕谁呀,你班长一道指令下去,理你的人也没有,地得自己去扫,作业得盯着催,就说擦黑板吧,都快成专业户了。更难的是,有时老师与大家犯别扭,处理事情时,你站在同学们的立场上反对老师不好;你站在老师的立场上反对同学也不好,大家会把你看成个十足的叛徒。简单的事办不好,同学那里不讨好,老师那里又挨批,一天下来,净是怨气。

中学时代,是一个学生个性心理的重要发展期,人的自主意识开始强化,独立、自由成为强烈的追求,你会既不希望去管别人,也不希望被别人管。此外,中学的学业加重,需要你用更多的精力投入,过多承担班干部工作会影响学习,而在评价机制上,班干部在升学时很难体现录取优势,你往往会更现实地选择“两耳不闻窗外事,一心只读圣贤书”。

在中学,当干部成了一种责任。责任是一座山,谁都担心压力太大,翻不过身。

问题 3:“老”干部们怎么办

解套:主动向老师提出不做吧,那太摆谱了,这明显是不求上进,只能等改选。可到了改选,谁都不吱



声,大家把目光又都投向你。老师还得走走形式,大家投票吧。一唱票,你,高票当选。新一轮的痛苦又开始了。

迎难而上:往细里想,在中学当干部也有好处,它真的锻炼人,你如果能把同学都摆平了,建立起威信,那是一呼百应。如果你又能把大家往正道上引,谁不都说你好?这时候你就是领袖级人物了,感到自己一下子成熟了。

中学里的班干部,多少给人少年老成的感觉,像模像样的会议开始增多,遭遇问题,你会拿到会上讨论,尽管很多多次讨论是没有结果的。但是,对一个人的锻炼也正是从这个时候开始的,你会发现你的智慧可以引导或者改变大家的行为,你的友善可以把同学凝聚在你的周围,你的自律使你更趋于崇高。困难的是,你需要处理好工作与学习的关系,对聪明的你,这又有何难?

自测题:我是否该竞选班干部

- 1.你认为在中学当干部有利可图:()
A.是的 B.说不清 C.不是的
- 2.如果老师做你思想工作,让你竞选干部,你的选择是:()
A.干 B.找理由推辞 C.明确不干
- 3.你觉得在管理同学上,你的能力:()
A.绰绰有余 B.比较困难 C.根本管不了





4. 你觉得家长是否希望你当班干部:()
A. 是的 B. 无所谓 C. 不希望
5. 你觉得当班干部会耽误你的学习:()
A. 不会 B. 不一定 C. 会影响
6. 你看到你的好朋友当了班干部, 你会:()
A. 很羡慕 B. 无所谓 C. 觉得傻
7. 你看到比你能力差的同学当了班干部, 你会:()
A. 很不服气 B. 无所谓 C. 等着看笑话
8. 你会心甘情愿地接受班干部对你的管理吗:()
A. 接受 B. 听之任之 C. 不接受
9. 你希望班干部轮流做吗:()
A. 希望 B. 无所谓 C. 不希望
10. 你觉得当班干部对你能力有提高吗:()
A. 有 B. 不一定 C. 没有

当你有三分之二选择A时, 你可以当个班干部, 而且会有信心做好。如果过多地选择B, 就不适合去当班干部, 因为你比较中庸。如果有二分之一选择C时, 就不适合当班干部了, 因为动机和动力对你做事影响很大。

② 民主的意向

“今天咱们发扬民主, 上回活动听你们安排, 这回得听我的了。”同学如是说。

“今天咱们发扬民主, 大家说说, 这班长该选谁?” 老师

