

YTL当代青少年教育系列丛书
教师培训手册（上）

YOUTH AT THE THRESHOLD OF LIFE

YTL当代青少年教育

（教师版）

自我形象与个人交往

匈牙利YTL项目组 编写
ZDLBOOKS 编译



中国社会出版社



中国红十字会 心灵阳光工程 教师培训教材

RED CROSS SOCIETY OF CHINA SUNSHINE IN YOUR HEART PROJECT

中国疾病预防控制中心
中国健康教育中心

HEALTH AT THE THRESHOLD OF LIFE

YTL当代青少年教育

中国疾病预防控制中心
中国健康教育中心

中国疾病预防控制中心
中国健康教育中心



中国疾病预防控制中心

中国疾病预防控制中心 中国健康教育中心

YTL当代青少年教育系列丛书
教师培训手册（上）

YOUTH AT THE THRESHOLD OF LIFE

YTL当代青少年教育

（教师版）

自我形象与个人交往

匈牙利YTL项目组 编写
ZDLBOOKS 编译



中国社会科学出版社



中国红十字会 心灵阳光工程
RED CROSS SOCIETY OF CHINA SUNSHINE IN YOUR HEART PROJECT

教师培训教材

图书在版编目 (CIP) 数据

YTL 当代青少年教育 (教师版) / 匈牙利 YTL 项目组编写; ZDLBOOKS 编译. —北京: 中国社会出版社,

2006. 9

(YTL 当代青少年教育系列丛书. 教师版)

ISBN 7-5087-1117-3

I. Y... II. ①匈... ②Z... III. 青少年教育

IV. G775

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 096868 号

书 名: YTL 当代青少年教育 (教师版)

编 写: 匈牙利 YTL 项目组

编 译: ZDLBOOKS

责任编辑: 路 广

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话: 66051698 电传: 66051713 邮购: 66050275

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 环球印刷 (北京) 有限公司

开 本: 185mm×260mm 1/16

印 张: 37

字 数: 850 千字

版 次: 2006 年 9 月第 1 版

印 次: 2006 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 88.00 元 (上、下册)

(本材料受版权法保护, 如需复制, 请与我们联系以便获得授权。凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换。)

匈牙利 YTL 项目组成员

阅读材料撰写:戴维·M·罗宾逊,加博尔·格列兹

课程计划:伊瓦·梅尔格勒

游戏与作业:伊瓦·梅尔格勒

授课建议:《YTL 当代青少年教育》东欧/俄罗斯分部主任戴维·罗宾逊

工作组主任:E. Bailey Marks, Jr. 工商管理硕士

项目主任:Blair Cook, 博士

课程开发与编写小组:

Marcia Ball, 博士, 詹姆士·麦迪逊大学健康科学副教授

Beverly Byers, 国际学校工程执行助理

Jinnie Cerullo, 博士, 教育协调员, 阿佐萨太平洋大学副教授

Rex E. Johnson, MFCC; Alan Scholes, 博士; Gary Stanley

参与工作的作者与编辑:

Rebecca S. Cotton, 《国际今日妇女》总编

Christina Creutz, 作家, 全球挑战杂志

Steven Grezlak, 作家, 编辑, 全球挑战杂志

William Horlacher, 《桥牌国际》编辑主任

Richard Morris, 《跨文化领导工作训练》, 作家

Kirsten Wilson, 作家

顾问:

邓尼斯·班希吉, 博士, 匈牙利国家艾滋病委员会协调员

戴维·M·罗宾逊, 《YTL 当代青少年教育》东欧分部主任

加博尔·格列兹, 匈牙利《YTL 当代青少年教育》负责人

Dick Day, 马拉维大学人类发展与家庭研究副教授

Delanyo Adadevoh, 硕士, 《非洲新生活》东部和南部非洲事务负责人

William Beauvais, 硕士, 《YTL 当代青少年教育》地区战略协调员

Moirá Chimombo, 马拉维大学课程与教学研究副教授

Charlotte Day, 马拉维大学人类发展与家庭研究主席

John Harris, 聚合物理学, 夏夜通信, 主任

Daniel LaGue, 《YTL 当代青少年教育》地区战略协调员

Diana Langerock, 《YTL 当代青少年教育》南部和东部非洲协调员

匈牙利语翻译至英语:伊瓦·梅尔格勒

资源开发协调员:Scot Neel

总编:Daniel LaGue, Beverly Blake

高级编辑:戴维·M·罗宾逊

英文翻译至中文及编辑:ZDLBOOKS

特别鸣谢

匈牙利国家艾滋病委员会前任协调员邓尼斯·班希吉博士为在匈牙利创立《YTL 当代青少年教育》工程所做出的贡献。

《YTL 当代青少年教育》课程初创于 1994 年,经过教育界、医疗卫生界、青少年工作者、家长,以及匈牙利国家保健学院等数千名热心人士的大力协助和共同努力,今以第三版问世。在此我们向各界给予大力协助、热情使用和提供宝贵反馈意见的机构和个人致以感谢。

序

我们对下一代寄以怎样的希望？作为教育工作者、青年工作者，特别是作为家长，我们应该成为积极变化的催化剂。

亚伯拉罕·林肯曾指出：“如果你想知道怎样度过一生，就要想一想人们在你死后怎样评价你，然后再回过头来生活。”我们怎样设想未来？作为家长和社区领导以及从事塑造和启发下一代工作的人，我们责无旁贷要为我们看护的孩子们设计高远的未来。

青少年教育工作责任巨大。为什么？马丁·路德·金赞扬教育工作说：“智慧加上品格就是教育的真正目标。”

这一重大挑战常常令我们敬畏，课堂教育困难重重，诸如学术责任、行为问题、社会冲突、误解以及情绪问题等，孩子们仍旧年复一年地入学、毕业。

我们能否给他们的生活带来积极持久的变化？当然能够。要逐步实现。

一天，一位老者在海边散步时，注意到成千上万的海星被海水冲上了海滩。他心里知道，要是这些海星不能回到大海，它们就只有死亡。但是，因为害怕，他站着没动，也什么都没做。海星的数量实在太多了。

过了几分钟，他发现远处一个男孩正在拾起什么东西往海里扔。他便走近前去，发现男孩在试图抢救海星。孩子认真地弯下腰，拾起海星，尽可能远地扔向海里。一遍又一遍地，他这样重复着。

老者走到孩子跟前，对他说：“干什么费这劲？这么多的海星。”

你这样做又能带来什么变化？”孩子没吱声，仍旧又扔了一个海星到海里，转过身来看了看老者，接着一边又弯腰干起来，一边回答说：“先生，变化是一个一个来的。”

回想一下你生活的海滩，能否想起你曾接触过的人？也许你曾帮助过谁也不愿帮助的什么人。谁曾接触过你的生活？不错，在你往日生活的海滩上，有人曾给你带来变化。

温斯顿·丘吉尔说：“活着的意义是什么，就是为高贵的事业而奋斗，为了使这个混乱的世界变得更美好，为了你死后活着的人。”

我们赞扬你对青少年教育所做的贡献。青少年正处在人生门槛上，他们是否已有足够的信心走向未来？你的努力和牺牲会改变他们的生活。你可以帮助他们进入培养更健康的生活方式，做出更好的决定，发展成功的交往关系，从而使他们满怀信心地为社会做出自己的贡献。

青少年一代也将给未来留下遗产，你对他们的影响将代代相传，如同投石入水激起波纹一样，你的工作所产生的影响远远超出其初始范围。你的努力将影响到你学生的生活，他们又将影响其他人的生活，其他人又将影响到更多的人，一代影响一代。

《YTL 当代青少年教育》是一辅助手册，为所有愿意对青少年学生施与积极影响的人提供实用的帮助。我们拥有共同的心灵与梦想，你所面对的工作份量非轻。可是，我们必须紧紧携手，在这项崇高事业中相互帮助，拯救这一代人。

《YTL 当代青少年教育》编写组

目 录



阅读



授课



游戏与作业



授课号码



引论 1



引论 2



引论 3 预备课



1.1



1.2 #1



1.3 #2



1.4



2.1



2.2 #3



2.3 #4



2.4 #5



2.5 #6



2.6



3.1



3.2 #7



3.3 #8



3.4 #9



3.5 #10

YTL 引 论

YTL 哲理与教育基础 3

YTL 课程的重要性 8

放眼未来 12

第一篇 自我形象

他人眼中我为谁 33

理解自己(上) 38

理解自己(下) 50

游戏与作业 69

第二篇 友 谊

一生的朋友 75

赏识他人(上) 88

赏识他人(下) 98

建立友谊 105

应对冲突 116

游戏与作业 134

第三篇 品格与自我价值观

我们能否保持道德中立 139

银色球 144

品格培养 156

承担责任 167

尊重他人 178

	3.6	# 11	品格培养计划	189
	3.7	# 12	品格表现	192
	3.8	# 13	面临选择	194
	3.9	# 14	个人道德的基础	208
	3.10		游戏与作业	217

第四篇 爱情、性以及和异性的关系

	4.1		为进入婚姻做准备	223
	4.2	# 15	通往终生承诺之路	234
	4.3	# 16	与众不同的约会	246
	4.4		寻找亲密感	250
	4.5	# 17	是爱,还是别的什么	257
	4.6	# 18	留下遗产	269
	4.7		性的目的与美感	279
	4.8	# 19	如何看待性	285
	4.9	# 20	为什么要等待	295
	4.10		游戏与作业	307

YTL 当代 青少年教育

引 论

引论 1 YTL 哲理与教育基础

我们生活在一个飞速发展而又世态纷纭的时代。面对新的千年，新一代的青少年，你准备好满怀信心地迈步向前了吗？在这个充满着诱惑、疑问和不确定因素的世界里，我们的孩子们能否成长为医治世界创伤的成年人？我们的时代似乎在悄然参与到疾病的进化之中。这些疾病发源于一个削弱我们社会肌体的“病毒”。在世界各地青少年的心目中，生活变得琐碎，价值观被腐蚀，家庭被解体，自我中心享乐观被突显，宿命论与虚无主义成为流行等，这些都体现出这个“病毒”在作怪。

要使我们在新的千年的希望和梦想成为现实，我们就必须真诚地面对这个世界令人悲苦的现状——饥荒、压迫、战争、贫穷、性病、吸毒、吸烟、酗酒和儿童卖淫，这些不为人识的现实，反映着当今世界千百万人的个人悲剧。这些现实的重担不仅沉落在我们的肩上，也将落在下一代人的肩上。下一代人是否已准备好承担这些重负？

当今，许多青少年自尊心低下，无力发展交往关系。他们的生活终日充满着孤独感和不安全感。另外一些青少年出身于问题家庭，父母没时间坐下来倾听孩子的心声，也无力帮助孩子们处理生活中的难题。所有这些都可能对青少年的人生带来负面影响。我们该怎样引起他们的注意并有效地帮助他们呢？

首先，我们应该积极行动起来。作为从事青少年教育的工作者，我们必须主动去发掘那些影响他们健康成长的基本因素，使他们的身、心、灵得以健康成长。

一、面对的问题

YTL 教育计划计划将那些深植全社会并深刻影响我们青年一代人生的需求确定为以下三个领域。

1. 自尊心低下和缺乏持久交往关系

在一个相当新潮而又无序的道德氛围之下，青少年越发难以形成积极的自我形象。如果不给予指导、不给予榜样供其思索，他们在慢慢的人生时光中将遇到不安、迷茫、痛苦和绝望。青少年在发展和维持交往问题上也会存在困难。

YTL 教育计划旨在提供可行的帮助，培养健康的自我形象，发展积极的交往技能，培育建立持久友谊的品格。

2. 潜在性的危险行为（吸毒、酗酒以及艾滋病时代的性行为）

青少年缺乏自尊和有益的交往可能会造成他们的一些不良行为。这些行为的负面结果

可能包括：性病、少年怀孕、毒品滥用（吸毒和酗酒），以及抑郁和自杀等情绪困境。一旦发生这些行为的人数激增，则可能会对整个社会构成威胁。

社会的进步似乎总伴随着某些非人所愿的副作用，如经济危机、社会的重新定义、家庭的解体 and 价值观的危机。应对和解决这些问题的方法很大程度上取决于问题本身的广度和成年人对待这些问题的态度。社会上有大量的青少年走向吸毒、接受放荡的生活方式以及放肆酗酒，但这并不意味着这些行为是人们所希望的、正当的或者应予鼓励的。我们惟有力尽所能，切实帮助下一代准备应对和抵御来自同辈人这些不良行为所产生的压力。

YTL 教育计划的目的之一，就是为青少年提供一种思考方式，帮助他们在等待婚后性行为、如何培养和保持友谊、积极的自我形象的必要因素以及拒绝同辈的不良压力等方面进行正确的思考。

婚前性行为主要的危险之一是感染并可能传播艾滋病毒。迄今为止，地方和国际机构为应对艾滋病传播主要采取两种策略：公众觉悟意识的宣传运动和发放安全套（包括讲解如何以及为何使用）。尽管如此，艾滋病仍在蔓延。看来我们需要加强对这一主题的正式和非正式教育，希望我们的行动能够及时使年轻一代免于面对艾滋病感染的危险。

艾滋病的高危群体是这样的一群人：性欲活跃、经常交换性伴侣者；静脉吸毒者或卖淫者。艾滋病运动常见的主要预防性措施是使用安全套，认为那些高危性行为者应使用安全套保护自身。这就是安全套运动所提倡的主要内容。

不幸的是，在这一主要内容之下，对于那些并未处于危险之中的人们，即那些性欲并不活跃的青少年和行为并不放荡的成人似乎有潜在之意。他们听到了这项运动之中所未明言却又清晰可辨的潜在之意。这个潜在之意好像在说：来吧，让性欲活跃起来！活跃的性欲是正常的举动，跟每天的穿衣戴帽一样正常！这一潜在之意会将我们引向何处？最近在南北美洲和非洲的 10 个艾滋病最高发的国家进行了一项调查，其中 9 个国家的调查结果都突出地显示：越是性欲活跃的人群，越容易发生一些人们所不希望的后果，例如少年怀孕、堕胎和性病（包括艾滋病）等。

3. 缺乏价值观和人格发育不健全

人格决定我们的自我感觉、行为和交往关系。人格植根于我们的价值体系。我的行为、交往和态度，特别是我的品格，是由自我所信以为真的事物来塑造的。多年以来，我们一直深知我们身处道德危机的时代。我们的社会很久没得到安宁，而且总是在不断运动，非欧洲仅此，全世界皆然。

人类社会在改变，人际关系已被重新定义，一切都被一种称为“既得利益”的无形价值体系束缚在一起。这并非出自对他人、对社区、对家庭或者对社会的关心，而是出自于私利。我们所使用的词汇中最重要的几个词是“我”和“我的”。相信纯粹的动机被看作天真，同自我开战常导致不幸的危机。

私利似乎已越出自己固有的界限，为了自己的需求而越发厚颜无耻，甚至毫不脸红地将他人践踏在脚下。那种约束有度、使人们得以专心致志的价值观不知何时已消失无存。一度普遍通行的绝对价值观不复存在；人人都在制定自己的价值观，结果个人价值观相互冲突。谁能决定怎样的价值观才算正确呢？

青少年感觉到了这种价值观危机。他们为适应这种生活规则已经自我调整了好长时

间。而这些规则总是不断变化，我们又能指望什么？家庭是儿童学习价值观的首要场所，而家庭也陷入危机之中。解体或者不和睦家庭的数量高得惊人。而教育体系之所以越来越多地担当起传递价值观的角色，其主要原因之一正在于此。

从来就不可能不带偏颇地传授伦理和道德。每当教师与学生相互交流之时，他总是在通过言语、行动和态度传递着自己的价值观。教师这样做是身不由己——这是身为人师者身体力行的一部分。

YTL 教育计划发源于匈牙利，下面列出的事实显示出这个国家价值观危机的状况（请用自己国家或世界其他地方的数据替换着比较一下）。

(1) 自我感觉危机。毒品交易在东欧方兴未艾，其部分原因是国家间过境管理的放松，某些调查发现，每两个中学生就有一个尝试过某种毒品。

(2) 尊重他人人身及财产的观念陷入危机。犯罪事件成倍上升，过去几年间，未成年人犯罪占到已报犯罪的 15%~18%。布达佩斯警察署下属的家庭、儿童和青年保护局局长吉奥尔吉·加布里尔博士指出：“每一起犯罪事件的背后都有一个命运不幸和生活破碎的青少年。”

(3) 家庭危机。非婚生儿童的数量剧增。20 世纪 70 年代非婚生新生儿占 10%，1997 年上升到 25%，而现在的布达佩斯，三分之一的儿童是未婚妇女所生。

(4) 整个社会的危机。据 1994 年 4 月出版的社会杂志《后共产主义匈牙利的青年》文章，有这样的一段话：这一代人感到自己置身于社会变革之外，表现出玩世不恭和缺乏政治参与意识的特点，他们一有机会就脱离和逃避生活中的障碍。

(5) 军队的危机。不符合到军队服役条件的青少年数量显著上升。30%~35% 的应征士兵不够服役资格，20% 的应征士兵由于情绪或人际交往原因（无法与他人在一起共同相处）而不合格，每个不合格的个案都有着家庭关系不良的背景。如果这个国家要在未来保卫自己国土的话，那么他就需要拥有着健康生活和健康自我形象的士兵。青少年只有生长在重视道德价值观的家庭才能符合这样的条件。

我们赞同匈牙利国家艾滋病委员会协调员邓尼斯·班希吉尔博士的说法，他说：“我们必须着手应对这个问题。”青少年在发育成熟走向成人的过程中，人格的成长与加强起着关键的作用。当他们在我们当今这个“流行文化”时代所提倡的咄咄逼人的价值观面前需要进行选择时，应该从哪里汲取道德力量？YTL 强调良好的判断力、纪律性、勇敢向前和先人后己等素质。经过这样的实践，青少年的自尊心将大大发展，成长为健康、乐观而负责的成年人。

德国哲学家黑格尔曾写道：“（人生的）道德领域不仅重视现实的东西，同时也重视理想的东西。”YTL 在帮助青少年迎接未来的过程中，寻求在现实（即世界现状）与理想（即青少年在不远的将来可能有的发展）之间的平衡。

YTL 的课程分析并解决当代青年文化中的关键问题。我们发现，青少年所面对的许多问题具有某些道德因素，而这些却常被忽略和未能给予正确对待。

二、YTL 材料的目标

“YTL 当代青少年教育”教材本着面向当今青年迫切需要的具体目标而编写，但愿它能引发学生们对他们所听到和所探讨的信息进行思考。因此，本教材不主张对统计材料和事实的重述和记忆，而是要求通过小组讨论、互动学习和提出建议的方法使其应用于日常生活之中。“YTL 当代青少年教育”教材将完成如下目标：

(1) 提高学生的自尊心和交际能力，帮助他们树立良好的自我形象，建立持久的友谊；

(2) 减少性混乱，从而减少性病、少年怀孕和艾滋病的发病几率；

(3) 提高学生对毒品滥用的危害的认识程度，教会他们如何向毒品说“不”，从而减少吸毒；

(4) 帮助青少年加强道德根基，培育价值观和人格发展，帮助他们成熟地面对成长、婚姻和家庭问题。

三、YTL 教育计划简史和收效介绍

1994 年匈牙利国民健康促进会艾滋病分部发起 YTL 教育计划。此期间，戴维·M·罗宾逊博士和他的同事加博尔·格列兹完成了头版的 YTL 课程教材。为了向全国各地的教学人员提供这些材料，开始举办周末培训会，培训会不断取得成功，几百所学校的几千名教师先后参与了培训。此后，经过我们国际联络机构的努力，该项目传至四十多个国家，不仅在小学和中学开设，师范学校、支持团体、夏令营等也开设了课程，并且其内容也被保健专家和其他机构所使用。本书是匈牙利 Youth at the Threshold of Life 的中文版。为便于中文版的编写，我们特将 Youth at the Threshold of Life 缩写成 YTL，并作为书名使用。

四、课程内容与设计

教材共分七篇。每一篇用多个章节对某一主题进行具体探讨，每一篇都含有阅读材料，以帮助教师了解背景信息，指明我们在每一主题上所采取的立场。每个阅读材料之后均附有授课计划，可方便地向学生传达主题信息。每一篇的结尾均附有补充游戏和作业，可用作课程计划的游戏和作业的补充或替代物。

本材料的首要目的不是为了传达事实，而是为了提出新的视野。因此，课程安排的顺序和课后作业都由教师酌情而定。当然，书中材料的组织顺序反映了特定的思维流程，为各论题提供一种建议性途径。有些课程计划的内容前后相扣，密切联系，很难打乱这些课程的讲解顺序，也很难放过其中的任何一部分不讲；另外，还有一些课程则各自独立，可

以酌情灵活处理。

课程作为一个整体，其设计目的是帮助大家应对青少年和成年人在平常的探讨中普遍感到难以回答的敏感问题。我们并不希望这里提出的概要束缚住大家与学生们讨论这些问题的思路。课程中的材料和信息只是为实际问题的解决提供一种可能的途径。

您现在见到的这套教材不仅仅是两册书这么简单，它涵盖了您解决问题所需要的最为重要的各方面信息。教材的其他部分都建立在这些信息的基础之上。在整理这些材料的过程中，我们仔细斟酌了能使您在课堂有效分析青少年需求所必需的一切。结果我们发现仅有教师用书是不够的，还需要补充材料。于是，本套教材就产生了两册教师用书（上、下册），涵盖了本课程所有论题应传达的要点。