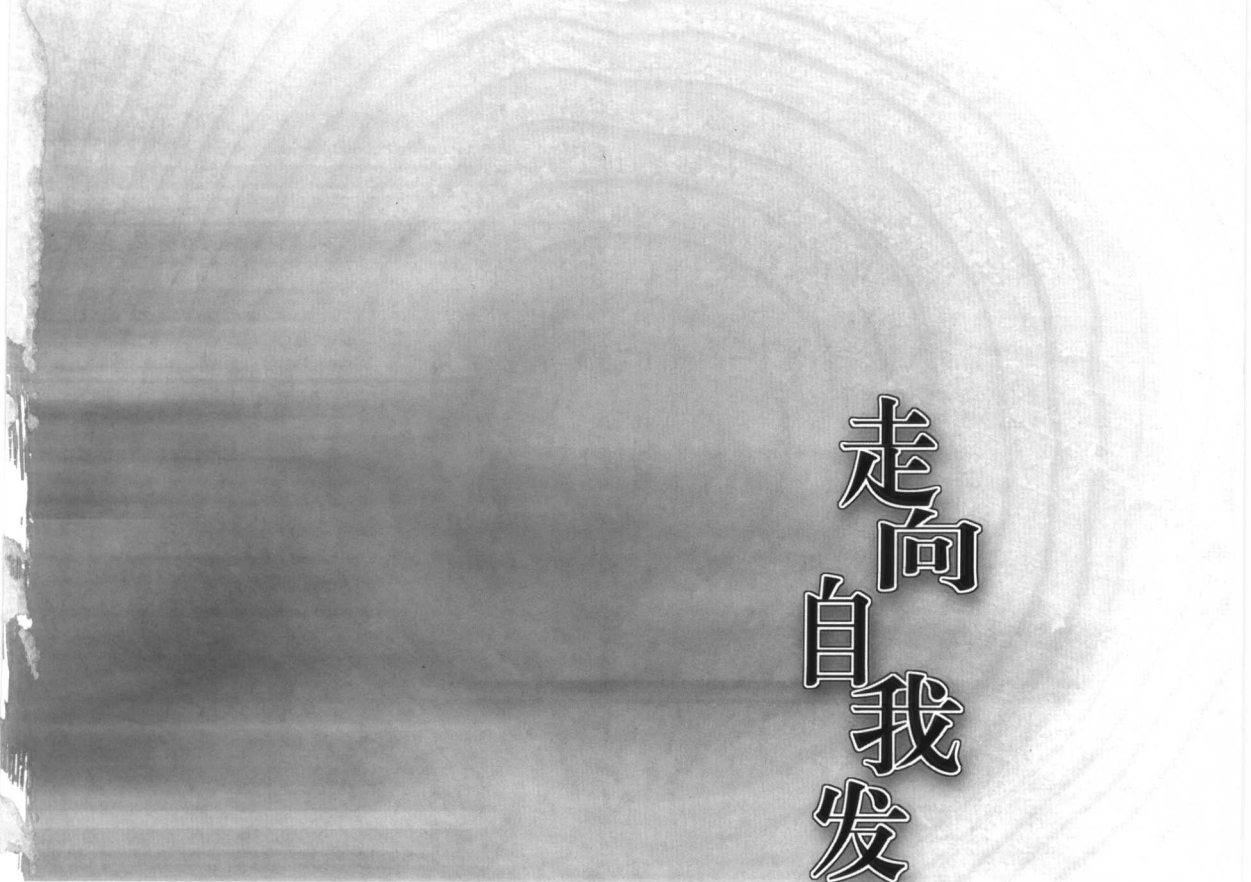


走向 自我发展

任
洁
◎
著

广东高等教育出版社





走向自我发展

任洁
◎ 著

广东高等教育出版社

广州

图书在版编目 (CIP) 数据

走向自我发展/任洁著. —广州: 广东高等教育出版社, 2006. 8
ISBN 7 - 5361 - 3360 - X

I. 走… II. 任… III. 自我教育 IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 070879 号

广东高等教育出版社出版发行

地址: 广州市天河区林和西横路

邮编: 510500 营销电话: (020) 87553335

佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷

开本: 787 毫米×960 毫米 1/16 印张: 15.25 字数: 275 千字

2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月第 1 次印刷

印数: 0 001 ~ 3 000 册

定价: 30.00 元

走向自我发展

任
洁◎
著

走向自我发展

任
洁
◎
著

责任编辑：林宏新
责任校对：清平乐
封面设计：智慧
版式设计：跃升



第一章 自我发展与教育目的

第一节 自我发展——教育的本原目的	(1)
一、人类教育目的	(1)
二、自由自觉的活动	(3)
三、自我发展	(6)
四、自我发展教育	(10)
第二节 目的与目标	(16)
一、目的引导下的目标	(17)
二、在目标实现中逼近目的	(25)
三、强化目标意识的教育	(29)
第三节 目标操作策略	(35)
一、个体目标操作策略	(36)
(一) “有的放矢”策略	(36)
(二) 目标自我激励策略	(41)
(三) 目标差异引导策略	(44)
二、群体目标操作策略	(47)
(一) 群体目标设计策略	(47)
(二) 快乐例会策略	(51)
三、在自定向中学会做人	(55)
四、在做入中学会自定向	(57)

第二章 自我发展的心理学基础

第一节 自我的心理学理论	(60)
一、人格与自我	(60)
二、自我的人格心理学理论	(62)
(一) 弗洛伊德的自我发展理论	(63)
(二) 荣格的集体无意识理论	(63)

(三) 阿德勒的个体心理学理论	(64)
(四) 埃里克森的自我心理学理论	(64)
(五) 班杜拉的自我调整理论	(64)
(六) 人本主义的自我实现理论	(65)
三、中小学生自我意识的发展状况	(66)
(一) 中小学生自我意识特征差异	(67)
(二) 中小学生自我意识性别差异	(68)
(三) 小学生自我意识性别差异	(70)
(四) 中学生自我意识性别差异	(70)
第二节 自我发展教育的心理基础	(71)
一、品德的心理结构	(72)
二、品德教育是自我发展教育的重要组成部分	(73)
(一) 自我是品德的重要组成部分	(73)
(二) 品德教育是自我发展教育的重要组成部分	(74)
三、关于中小学生自我发展教育的思考	(75)
(一) 自我发展教育的关键——自我意识的发展	(75)
(二) “四自四导”操作模式——自我发展教育的 基本操作途径	(80)
(三) 三个世界——自我发展教育的学习领域	(87)
(四) 两次飞跃——自我发展教育的关键	(93)
(五) 一本《自我发展手册》——自我发展教育的 轨迹	(98)
第三节 人际交往与自我发展	(98)
一、非智力因素的功能	(98)
(一) 动力功能	(99)
(二) 维持调节功能	(99)
(三) 补偿功能	(99)
(四) 定型功能	(99)
二、非智力因素和人际交往	(100)
三、人际交往和自我发展	(101)
(一) 师生关系和自我发展	(101)
(二) 同伴关系和自我发展	(102)
(三) 亲子关系、家庭关系和自我发展	(103)

第三章 影响自我发展教育的因素

第一节 自我发展与教师因素	(104)
一、教师的智慧力量	(104)
二、教师的平等意识	(114)
三、教师的情感因素	(121)
四、教师的人格力量	(127)
五、教师的评价因素	(129)
第二节 自我发展与同伴因素	(131)
一、群体的自我发展	(132)
(一) 自爱育班	(132)
(二) 自主治班	(135)
二、群体活动与自我发展	(138)
三、个体交往与自我发展	(146)
(一) 师生交往	(147)
(二) 生生交情	(150)
(三) 合作交流	(151)
第三节 自我发展与家庭因素	(154)
一、家长的教育资源	(157)
二、家长的管理智慧	(158)
三、亲子教育	(160)
第四节 自我发展与信息时代	(165)
一、网络丰富了学生的生活	(167)
二、网络改变了学生的学习方式	(170)
三、网络给德育带来了机遇与挑战	(179)

第四章 自我发展手册的设计与使用

第一节 《自我发展手册》的由来	(194)
一、从一个教育实验说开去	(194)
二、师生心灵平等沟通的平台	(196)
三、学生自我发展的平台	(196)
四、在现实中的超越	(199)
五、在实践中的效果	(200)

第二节 手册的设计与使用	(204)
一、《自我发展手册》的特点	(207)
二、《自我发展手册》具体栏目设计与使用范例	(209)
三、《自我发展手册》使用技术	(218)
主要参考文献	(238)
后记	(240)

第一章 自我发展与教育目的

教育目的是教育的起点和归宿。自我发展教育的目的,是培养自由自觉地活动的人。这就是说,自我发展教育要培养主动自觉地学习、认识、掌握和运用自然规律、社会规律和自我规律的学生。它不同于一般的说法。为了培养学生成为自由自觉地活动的人,必须有达到这一教育目的的教育目标,并且有引导学生自定目标、实现目标的策略。

第一节 自我发展——教育的本原目的

一、人类教育目的

教育,究竟是为了什么?这似乎是明白不过的事情。因为许多年来已有一定的说法,大家也认真地说和做。然而当我们问什么是人类教育的本原目的时,不少人似乎一下子也说不清。



案例 1-1

案例导读:在小学生心目中,制定班级目标、小组目标和个人目标这三栏是 27 栏活动内容中他们认为是“棒极了”的内容,这令不少人重新思考教育的目的。

2005 年春天,广东外语外贸大学附设外语学校小学部对 2 000 多名学生发了问卷,调查他们对三年来使用《自我发展手册》的意见,其中有关自定目标的栏目统计如下:

表 1-1 自定目标栏目统计表

项目 序号	栏目名称	棒极了	一般	不喜欢
5	自定小组目标	83.4%	15.0%	1.6%
6	自定班级目标	83.2%	14.7%	2.1%
7	自定个人目标	83.7%	11.7%	4.6%

上表中的序号(5、6、7)是把 27 个栏目按学生填写“棒极了”的

百分比从高到低排列得到的，可见，在孩子们心目中，自己来确定自己的发展目标具有十分重要的地位。

以自定班级发展目标为例，学校往往都采用由学生经过集体讨论、交换意见，以至投票来确定班级发展目标。在深圳市岗厦小学开展的“正气教育”中，每个班级都要物色一位正气朋友，有说姚明的，有说周恩来的，还有说王二小的……。各人说各人的理由，最后由全班同学投票，确定本班本学期的“正气朋友”。接着，在这个学期里，开展几次有关这位“正气朋友”的主题班会、实践活动、文艺活动。这些活动基本上是由学生自己组织进行的。在佛山市南海大沥实验小学，由师生共同商定了班级目标后，就在每一周写上一个班级目标，张贴出来，让每一个同学都把这一周的班级目标抄在自己的手册上，提醒自己。中山市华侨中学也是师生共同讨论制定班规，自定目标。广东外语外贸大学附设外语学校的小队小组目标，也是如此产生的。分了小队小组后，首先是为小队起名，有“超级蓝猫”、“勤学蜜蜂”、“自由飞马”，也有“海豚船长”、“喜气羊”……。一个个儿童色彩浓烈，不仅起名字，而且自己创作小队目标、队歌。如“喜气羊小队，聪明有智慧，团结又健康，什么我都会”。又如“海豚船长，海中飞翔，心中拥有，远大志向，为了目标，奋勇前往！”每个学生都把小队目标抄在本子上，集合、开会时不忘声音嘹亮地喊上几次，振奋小队，自我振奋。广东外语外贸大学附设外语学校的中学生就不这么“幼稚”了，他们有的以“诗育志”。如：

开朗的我，对学习有着无比的热情，
喜欢自由，讨厌束缚，
对英语兴趣浓厚，
数学虽是我的弱项，但我相信：
经过老师帮助，自己的不懈努力，
一定会蒸蒸日上！

有的以对某一问题的反思来表示目标的选定。“开学初班主任陆老师就讲过，初中的学习除了‘自觉’还有‘主动’。在经过一个星期的学习后，我也感觉确实如此。初中的老师普遍都是上完课就没事了，根本不会追着你补习。……我想‘自觉、主动’应当成为我初中学习的座右铭。”——有位学生如是说。

在上述的案例中，人们会感觉到学生喜欢自己为自己拿主意、定目标，想自己成为理想的人，学到优秀的品质，有本领、有能力。这些愿

望说明了孩子们正在向着“自由自觉”的方向发展，尽管还有相当的距离，但是最可贵的苗头已经出现，开始自由地确定目标，开始自觉地为目标行动。

当然，通过上述案例，人们还会认识到：学生的自由追求，自觉行动，不是盲目、自发的。这些追求和行动，是在学校教师创设的教育氛围中，学生的情绪被激发，思维被激活，在班级、小组里热烈交流和教师的引导下产生的。这说明了两点：第一，学生要成为“学会自由自觉地生存的人”，是不能离开教育，不能离开学校，不能离开教师的。第二，学生的自由追求，自觉行动，应当与社会的需要、学校的要求相一致。如果不一致，这种“自由”，这种“自觉”很可能走向歧途。

看着学生们对由自己来选择，确定自己和小队、班级发展目标的那种热情和思考，人们不由得思考着这样一个带根本性的问题：人类发展是为了什么？教育又怎样去实现人类发展的根本目的？

关于教育目的，有过多种说法。其中，最权威、最有影响的说法是认为教育要培养学生在德智体美劳等方面全面发展。然而，教育有没有它的本原性目的呢？所谓本原性目的，是指作为人类生产（不是生产经济产物的生产，也不是生产精神产物的生产）自身的目的，是根源于人种的繁殖，让新一代更好地生活生存下去这一目的。作为人类生产的基本领域的教育，当然要生产出“学会生存”的一代新人。这“学会生存”便是教育的本原性目的。那“学会”又是什么意思？我们认为当学生在学习过程形成了“自由自觉的活动”的人类特性时，便是他们“学会”了的时候。概括起来，“培养能通过自由自觉的活动更好地生存的学生”便是教育的本原目的。

二、自由自觉的活动

马克思在他的名著中指出：“自由自觉的活动恰恰就是人的类的特性。”^①

自由，是对必然性的认识和掌握运用。人类正是在长期的生产、生活中认识自然发展规律，认识社会发展规律，认识自己的发展规律，并掌握和运用这些规律更好地生产和生活，取得了自由。自觉，是对自发的超越，人类最初的生产和生活是由于生命本来的冲动和需求进行的，处于一种盲目的、自发的状态，逐步地自悟自醒，能有目的、有计划、会协调、会预见地进行生产，遇到困难也能坚定不移地前进，这便是人

^① 马克思. 1844年经济学——哲学手稿. 50页. 北京：人民出版社，1979

类的特性。事实正是如此：人类正是在不断的“自由自觉的活动”中进行经济生产、精神生产，使社会不断向前发展。

由此看来，人类对自己新一代人的要求，说到底，还是希望能够更好地具备人类的这种特性。这便是教育的本原目的。

那么，这种培养自由自觉的活动，能否从学校教育中开始呢？让我们看看在佛山市顺德胡锦超职业技术学校沈老师上的一节挫折反思课。



案例 1-2

这是数控班的一堂《公差与技术测量》实验课——游标卡尺的读数。当老师简单复习了游标卡尺的刻线原理和读数方法及操作规程后，同学们就迫不及待地开始练习读数。不一会儿，就有许多学生嚷着要老师帮他检查是否读对了。经过对 20 位同学的检查，发现有三分之二的学生读数不准，而且读数速度过慢，这时候老师问：“你们有没有在测量之前先想想，有没有又准又快的高效读数法？现在请大家停止测量，仔细观测游标卡尺的副尺上刻线有何规律？”几分钟后，同学们七嘴八舌地列出了好几条。老师因势利导地又问到：“谁注意观察到读数为整数时，副尺上前后两条‘0’刻线与主尺刻线间有何关系？请读 16.00。”同学迅速将尺子对到 16.00，发现副尺上前后两条‘0’刻线分别与主尺上的 16（即所读整数）即任意刻线对齐。接着老师又请同学们读 16.10、16.30、16.50、16.70、16.90；最后接着读 16.12、16.14、16.16、16.18。不到 10 分钟，全班同学都能读准读数了，许多人脸上露出得意的笑容。随后老师又问到：“谁能在 6 秒钟内完成任意给定读数？”学生脸上露出无奈的神色。接着老师又问：“谁能想出既快又准的高效读数法？”实验室里一下子静了下来。这时老师请同学们将注意力又一次放在副尺刻线上，如果将其 50 条刻线分成两段（即 0—5、5—9），会有什么效果时？同学们恍然大悟，“分段法”不就是高效读数法吗？！在后来的游标卡尺读数测验中，有的同学将“分段法”进一步细化为“多段法”，使读数精度和速度大大提高。在后来的测验中，全班同学都能在 6 秒钟内准确地完成读数，有近一半同学读数的速度甚至达到 3 秒左右。

通过这个案例，我们可以看到：首先，学生是完全可以认识和掌握事物的规律的。“游标卡尺的读数”当然不是很困难的问题，但是也有读数的规律性。一是准确读数的规律性。二是快速读数的规律性。前者通过仔细看游标卡尺上的刻线规律，并进一步发现到尺上前后两条“0”刻线与主尺刻线间的关系，从而有利于准确读数，后者通过注意到尺的 50

条刻线分成两段来读，便可以快速读数，有的学生还运用这个规律提出了“多段法”，从而全班学生能在规定的6秒内顺利读数，甚至近半数学生能在3秒内读数。看来，这便是通过一节课学生取得的“自由”，尽管只是小小的一点“自由”。其次，这个案例还说明了让学生掌握规律——不是口头上而是理性与实际上都掌握——要有一种好的教学方法。沈老师实施的挫折—反思教学，采取了“简述—试读—挫折—引导—反思—再读”的教学流程。让学生主体在试读实践中受挫折，激起追求心理，引导反思学习方法、思考方法，然后再读。这种对自己最初想法进行反思、调整（实践）、检验的教学，便是提高自觉性的教育。

下面再看一个在佛山市南海大沥实验小学发生的培养学生协调性的案例。



案例 1-3

小全是本学期从九江转学来的孩子，到班上没几天，对他的投诉就如雪片般飞来：有的说他上课搞小动作，影响别人听课；有的说他特别爱给别人起花名，粗口更是满天飞；有的说他爱打别人，把人家打哭了还不肯认错道歉……。这样，老师开始了对他的转化工作。首先，经常找他谈话，让他发现自己的优点和缺点，做到全面认识自我。经常关心他的饮食起居，询问他的学习情况，了解他的思想动态，以老师和朋友的心态拉近彼此的心理距离。让他感觉到老师时时在关注他，在企盼他进步。为了让他全面认识自己，通过自我总结、同学提示、老师建议等方式让他认识自己的优点和缺点，并让他提出自己的努力方向：本期末做学校优秀进步生。其次，发掘他身上的闪光点，增强他的自信心。例如有一次，老师倡议同学每人带几本书来班上。结果有些人没带一本，而他一下子就带来了10本。这让老师获得了一个表扬他的好机会。为此，老师在班上表扬他这种集体主义精神，号召大家向他学习，并让他当班级的图书管理员。后来学校开展礼仪小品表演时，老师看到小全敢于大胆表现的特点，在剧本中为他量身定做了一个角色，让他上台表演，结果他发挥得出奇地好。老师后来又让他当了一名班干部，让他管班级纪律，他工作的主动性和积极性不断提高，人变得乐观自信起来了。老师还组织学生成立互助组帮助、监督他。当有缺点时，组员们都帮他指出来，监督他改正；有困难时，组员们都热情地帮他解决。这使他的行动计划顺利进行，逐步达到他的各周目标。在经过多次反复后，小全的日常行为规范有了明显好转，信心增强了，违纪减少了，上课认真了，

特别是和同学关系融洽了，很多同学把他当成了好朋友。

每个班总有几个较为调皮的学生，如何转化他们，引导他们把自发的积极性、特长用到形成良好的行为、品质上去，养成一定的自由自觉性，是教师面前的一项任务。佛山市南海大沥实验小学的教师采取了5点措施来教育小全：①关心。在班级中形成老师、同学对小全关爱的氛围，促使他提出自己的目标——期末做优秀进步生。②表扬。教师注意小全关心集体的闪光点，用表扬来放大、强化他的优点。③当干部。让小全当班干部，管纪律！这主意绝了，管人家首先就得管住自己。④定标。让小全每周定下目标、计划，自己管自己。⑤互助。与同学组成学习小组，互相学习，互相督促，终于，经过“多次反复”，小全成为一名进步明显的学生，这个“进步明显”，不正是小全在学习上、行为上自由自觉性的表现吗？

每个学生的自由自觉性形成的道路会有不同，会有差异，但每个学生的自由自觉性总是要在学校教育的大环境形成的，这里面当然要靠教师的尊重个性，因材施教的耐心、关爱和引导艺术。

大量的案例告诉我们，让学生成为“自由自觉地活动”的人才，虽然是一个理想的目的，基础教育阶段的学生不可能一下子达到这个目的，但是培养学生能“自由自觉地活动”的教育却是必须而且可能从学校教育阶段就开始。因为根据心理学的研究成果，从幼儿到少年、青年，自觉性的培养具有阶段性特征，它将逐步经历自觉性的萌芽期—自觉性形成的最佳期—自觉性形成的突变期—自觉性形成的成熟期。所以，应当按照学生不同阶段提出“自由自觉地活动”的具体教育目的，引导学生努力实现各阶段的教育目的，成为每个阶段“自由自觉地活动”的学生。

三、自我发展

“培养”一词，原出自“培”，即在植物根株上壅土，引申为培养、补养，再引申为教育造就人才。在日常的理解中，是由教师去培养学生，这也不错，然而任何事情不能走向极端。没有教师的培养是不行的，但是单有教师的培养就行了吗？肯定不是这样的，必要条件不是充分条件。要充分条件还得看植物自身的生命力、生长力，还要看学生在接受教育过程中能否自我教育、自我成长，尤其是所要培养的是具有人类的特性：自由自觉地活动的学生时，就是自我发展了。

联合国教科文组织在1996年的报告《学习——财富蕴藏其中》中指出，“扩大的教育概念应该使每一个人都能发现、发挥和加强自己创造

潜力”。这就是说培养不仅指教师的教，还指通过教师的教，让学生自己发现自己的创造潜力，自己发挥自己的创造力，自己加强自己的创造潜力，换句话说，在接受教育中学会自我教育、自我发展。

可见，根据“扩大的教育概念”来认识，“培养”既包含教师的培养，还包含学生的自我培养；“教育”既指由教师来教育，又指学生的自我教育。



案例 1-4

案例导读：一个学生，尤其是有特点的学生，他是怎样朝着良好的方向自我发展的呢？他又怎样才能实现这个发展呢？在深圳市岗厦小学开展的“正气教育”中，该校穆老师提供了这样一个真实的案例。

梁玮群（化名）^①同学，一个长得牛高马大的胖女孩，热情，爱集体，讲义气，有点男孩子性格，有时还打人、骂人，有点小毛病。在“正气教育”的氛围中，她一周一个目标努力地自己教育自己，自我认识、自我体验、自我监控，在不断地进步着。请看她的每周目标和感悟：

第二周：少说话，不打人，不和数学老师顶嘴。

感悟：这周我好几次从陈浩座位前走过，很想踢他一脚，但我好多次都忍住了，就踢了他3次。数学老师批评我没写作业，我只小声地说：“补上就是啦。”虽然我的心里很闷，可听到老师的表扬就感觉好多了，我还要做得更好。

第三周：帮老师做事，写完作业，要当上“正气朋友”。

感悟：老师的生日快到了，我给老师做了一张大大的贺卡，写上了我对老师的祝福。班级的后门坏了，我去找师傅来修好，还帮老师安装了“班训牌”。老师夸我比她强，还说，男孩子才能做好的事情，我却做得很好，我听了很高兴，决心还要多为班级做事。

第四周：要天天做值日，多为班级做事。

感悟：我终于被选为“正气朋友”，我很兴奋，心“咚咚”地跳。我知道这是老师和同学们对我的鼓励，可也有一些同学不同意选我，说我爱上课说话，不能认真完成作业。老师要我多向正气人物学习，要给自

^① 本书中案例出现的名字均用化名，不一一标识。