

教育新观察

丛书

走进阳光心理

主编 / 胡 卫

副主编 / 张继玺 朱俊红 郭 强

生活·读书·新知 三联书店

教育新观察

丛书

走进阳光心理

主编 / 胡卫

副主编 / 张继玺 朱俊红 郭强

生活·读书·新知 三联书店

Copyright © 2012 by SDX Joint Publishing Company

All Rights Reserved.

本作品版权由生活·读书·新知三联书店所有。

未经许可,不得翻印。

图书在版编目(CIP)数据

走进阳光心理/胡卫主编. —北京:生活·读书·新知三联书店, 2012. 5

(教育新观察丛书)

ISBN 978 - 7 - 108 - 04090 - 9

I. ①走… II. ①胡… III. ①中小学生—心理卫生—健康教育 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 091311 号

责任编辑 麻俊生

封面设计 鲁继德

出版发行 生活·读书·新知 三联书店

(北京市东城区美术馆东街 22 号)

邮 编 100010

印 刷 常熟市华通印刷有限公司

版 次 2012 年 6 月第 1 版

2012 年 6 月第 1 次印刷

开 本 720 毫米×965 毫米 1/16 印张 15.5

字 数 250 千字

定 价 40.00 元

教育新观察 丛书

顾 问：陶西平 王佐书 刘堂江 于 漪

咨询指导专家：尹后庆 孟凡杰 瞿新建

编 委：胡 卫 陈亦冰 唐晓杰 王世虎

张继玺 沈祖芸 朱俊红 郭 强

特约编辑：刘丽秋 徐以立

总序

上海教育科学研究院副院长 胡卫

当前,伴随着经济体制改革的推进和社会的转型,教育改革因涉及到千家万户的权益而成为备受关注的民生问题,甚至成为争议焦点。

在互联网普及和社会趋于多元化的今天,对于教育改革中的热点、焦点事件的争论与思考呈现出鲜明的时代特点:媒体与网络的开放使得所有人都可对教育热点进行评说;除了官方的声音,还有来自民间的看法,中国教育的现实境况由此而更能得到反映;多学科、多专业背景的人参与讨论,使教育事件不再局限于教育圈内,由此而更能体现来自社会各方的思考;各色人群基于自身背景、利益对教育事件的评说鲜明地反映出教育问题与社会的互动。

基于上述特点,我们策划了“教育新观察丛书”,以图定期围绕教育改革进程中的热点、难点问题,以宽宏的态度、开阔的视野,汇集各方的态度和看法。

本丛书拟在以下几个方面着力打造特色和品牌:

内容上:注重理论与实践相结合。对热点事件的分析既有理论深度的思考,也努力结合实践的探索。

选题上:注重宏观与微观协调。选题既有关涉国家、国际层面的教育宏观命题,也有具体到教育微观层面的教师、学生、课堂、教学等主题,这些主题直接或间接地指向体制创新、制度改革、观念革命、方法提升等。

视角上:官方与民间互动。对于教育热点的探讨既有教育行政部门的思考,也有民间对教育的看法,并且两种视角之间可以互动。

层面上:上层与基层呼应。丛书力图反映出教育行政部门对于教育问题的政策思考,我们也希望它反映出政策在基层的实施效果以及基层对它的回应。

具体而言,在每一个教育热点事件展开时,我们会邀约教育圈内外不同领域的

专家、学者、一线工作者、行政工作者乃至教育事件的当事人等为我们提供多种视角的观点和材料,对每个教育热点的分析建议包括事件简介或相关的教育话题背景,人们对该话题的不同看法与声音,理论探讨与实践操作的结合,国内视野与国际经验的互补,相关的延伸阅读等。

总之,本丛书希望通过各种不同观点的良性互动,为公众搭建了解、理解和支持教育改革的平台,为教育行政部门推进教育改革提供决策参考,为教育工作者探求解决问题的办法提供帮助。在此,我们敬请广大读者批评指正。

目 录

新现象

- 接连遭同学群殴 校园暴力事件导致 14 岁男生心理异常 代 晴 李家伟 3
- 花季高中女生相继跳楼 家长吁设“抗压课程” 刘璋景 王颜娟 6
- 心理专家呼吁对中学生日常负面情绪必须及早疏导 沙底桥 10

新视点

- 中学生心理学素养初探 韩国林 刘静波 单欣欣 17
- 环境与个性、行为“变异”
- 高中生个性与行为和家庭、社会、学校环境关系的探究 王丽芳 22
- “问题学生”心理健康问题成因分析及对策研究 谢忠华 28

新经验

| 区域探索 |

- 上海奉贤中学设心理委员了解同学心情 朱晓芳 41
- 宁波悄兴“校园心理剧”热 陈春玲 张骏乐 王莉莉 45
- 云南出台新举措关注学生心理健康问题 文 周 王 云 48
- 中小学心理健康教育的南京模式 沈曙虹 林 静 51

| 学校实践 |

- 从当代中学生心理特点看中学生社团建设 赵 威 58

浅谈心理健康教育在班级管理工作中的应用	路 曼 63
孩子不同成长期的分段式主题教育	
——纵向记录孩子成长过程心得	李洪梅 68
工读学校心理课堂的实践与思考	谢忠华 74

新案例

| 自我认知篇 |

在爱的熏陶下完善认知	
——对一次咨询案例的反思	吴国英 81
调适心理 培养自信	熊玉梅 85
每个女孩都是天使	黄永群 88
走出自恋的泥沼	
——一个自恋女孩的心灵成长历程	王 辉 91

| 情绪调节篇 |

她找回了久违的笑脸	刘 畅 95
他相信有爱了	
——打架行为个案分析	甘海文 100
走出网络性心理障碍	
——青少年上网问题个案研究	刘丽清 105
走出强迫症的藩篱	袁 东 109
孩子眼中的重要事	李 鹃 115

| 人际交往篇 |

倾听学生心声,做学生的知心人	
——谈心理咨询技术在爱生导师制中的运用	姚 俊 117
从孤独中走出来	
——人际交往辅导个案	陈静琴 120
他们之间的鸿沟消失了	易丽仪 125

解开心结,放飞童真	郑维秀	129
让爱抚平心伤		
——对一个离异家庭孩子的心理辅导	郭沂凤	133
用心灵呼唤心灵	孙玉红	137
让沟通来点亮孩子的心灯	邓峰	140
怎样调解学生之间的冲突		
——学生调解员的作用	马瑞鸿	143
 危机干预与生活适应篇 		
学生心理危机干预个案记	刘丽秋	146
一则抑郁性神经症的咨询案例	王辉	149
打开心结,直面人生		
——一个焦虑女孩的心理发展历程	王辉	157
来访者适应不良心理咨询案例分析	赵华	160
 学习心理篇 		
激发动机 创造奇迹		
——以吴江市松陵高级中学学生个案研究为例	王丽芳	165
厌学的孩子成为了优等生	田瑞吉	169
他为何不爱学习		
——单一学业评价体系的弊病及改进方法	马瑞鸿	173
和“后进生”进行心灵对话	孙玉红	176
 青春期心理篇 		
高中生早恋心理成因探究	王丽芳	180
我非要和她做同桌不可	刘鹏志	185
善待“高三恋情”	袁展鸿	189
青春期恋情的心理辅导	徐琳	194
 教学设计篇 		
怎样提高学习效果	殷炳江	203
《与心情共舞》教学设计	刘丽秋	208

藏在书包里的玫瑰

孙云晓 213

新资讯

| 域外视野 |

美国学校心理健康教育的内容、途径与督导 姚本先 朱丽娟 王道阳 221

中日韩美高中生 亲子沟通中国最少 李亚杰 璩 静 226

| 心理故事与常识 |

教育中的“第十名现象” 231

父母要懂的 10 个心理效应来源 232

心理问题等级划分 237

后记 240

新 现 象

接连遭同学群殴 校园暴力事件 导致 14 岁男生心理异常

代 晴 李家伟

14 岁男生在校内接连遭到同学群殴，此事发生在沧州市第三中学，性格内向的受害男生心理状态出现中度异常。

沧州三中男生明明(化名)在 2011 年 11 月 8 日下午上课期间遭到同班及外班多个同学的多次殴打。事后，瘦小的明明出现发烧、呕吐、听见动静就用被子蒙头等症状，经检查，明明心理状态出现中度异常。记者采访时，明明始终低着头，与记者没有眼神交流，回答问题也是几个字几个字往外“蹦”。14 岁的明明说，进入初中后，他经常遭到同学的欺负。

一、内向男孩一下午多次遭同学群殴

明明老家在东北，因父母离婚，他上小学三年级时被姑姑接到了沧州，其性格十分内向。现在，14 岁的明明在沧州市第三中学上初中。12 月 1 日下午，明明向记者断断续续讲述了发生在他身上的骇人一幕。

明明说，11 月 8 日下午他去上学，刚走到班门口，同班一个男生突然上前一脚把他踹到窗下的暖气管上，接着又一脚把他踢翻在地，边踢边问：“你骂李×了吧？”明明回答“没有”。“再说没骂！”这个男生说完又使劲踢了他几脚。接着，有两个女生上来揪明明的耳朵并扇他耳光，边打边问他有没有骂李某。此时，本班和外班很多男生都聚了过来。有人不知从哪儿拿来一只灌满凉水的气球，一下子就朝明明的头上砸去，砸了足有五六个。

明明说，当时他已全身湿透，视线模糊，身边男女生一起上来对他拳打脚踢。一个男生一拳砸在明明的脑袋上，当时就打出一个大包。明明说，当时他被十几个人包围着扇耳光，直到上课铃响起对方才停手。

然而,事情并未因此结束。第一节课下课后,又有人用脚踢明明的肚子,扇他的脸。到了第四节课大扫除时,明明又被那群人轮流揪耳朵、扇耳光、拳脚相向。“我的脸又肿又疼,被他们挠得都是血印子。两只眼睛也肿了,疼得看不清东西。”当天下午放学后,满身伤痛的明明只能推着自行车,慢慢走回家去。

二、被打男孩上初中后一直受欺负

明明说,他已记不清这是第几次被打了,早在初一时他就受同学欺负。他说,11月6日,同学王某还用校服蒙住他的头,叫来多个男生对他拳打脚踢。他课桌里的书也被撕了个粉碎。此外,明明说,还曾经有同学在校外拦住他向他要钱。

明明的姑姑刘月英看着侄子,忍不住掉下泪来。第二天,她找到学校反映此事,明明也被送到医院进行了检查。随后,明明又出现了发烧、呕吐等症状,并且一听到动静就用被子蒙头。刘月英说,直到出了这事,明明才告诉她自己一直受欺负。之前之所以不说,是因为“担心姑姑身体不好”。为什么接连受欺负呢?明明说,他挨打时不还手,而且有同学威胁他,他不敢告诉老师。

更让人心疼的是,据刘月英介绍,经过沧州市人民医院心理CT系统测试,结果显示明明存在轻度到中度的思维障碍,想问题的条理性差,思考效率较低,有严重焦虑倾向,自杀倾向明显。检查结果显示:明明心理状态中度异常,建议找专业人员进行系统的检查和治疗。

三、学校仍在协调双方家长处理此事

12月2日上午,明明的班主任赵老师告诉记者,明明性格特别内向,不爱和别人说话。因为明明与同学交往存在问题,他不止一次跟明明谈过,甚至还专门找到明明的小学同学,不过,这些都没取得明显的效果。对于明明所说的从初一开始就经常受欺负,赵老师说,据他所知,初一下半学期时曾有两个学生在路上向明明要钱,但明明当时没挨打。

对于此次明明的遭遇,赵老师说,确实是一帮学生欺负明明一个。据他当时调

查,参与殴打明明的有10个学生(包括外班一个)。事发后,他组织了专题班会,好多参与打人的学生都后悔得哭了。

沧州三中政教处赵副主任说,学校已经分别给予打人学生严重警告、记过等处分,而且积极协调双方家长解决此事。但现在双方都不认可对方的解决方案,在赔偿数额等问题上也有很大意见分歧。“目前,学校只能随时关注明明的恢复情况,进一步在双方家长之间做调解工作。如果实在调解不了,那就只能走法律程序了。”赵副主任说。

另据介绍,因为明明的姑姑情绪较为激动,所以学校为安全起见让几个当事学生在这段时间回了家,有的打人学生已办理了转学手续。

沧州三中初中部一位负责人承认,事情发生在学校,学校不能说一点儿责任都没有。

四、培养孩子的核心价值体系迫在眉睫

本是天真烂漫的年纪,本是同一间教室里的同学,明明何以遭受如此野蛮对待?“培养孩子的核心价值体系是当今社会以及学校需要抓紧落实的工作。”沧州师范学院教育系副教授郭中然说。有些学生把对同学的伤害当成是一种娱乐,觉得好玩就一拥而上,这暴露出有些学生在道德认知标准上的缺失。“让孩子有把道德标尺不仅是学校和老师的责任,家长对此也责无旁贷。打人孩子的家长试问一下自己,平时给孩子灌输的思想正确吗?是不是只忙于工作而忽略了对孩子的教育?”

另外,整个校风校纪的氛围对培养学生的价值观也具有关键作用。郭中然说,学校的教育工作者不应只注重孩子学习,更应该教会孩子做人的基本准则。

对待像明明这样的孩子,郭中然希望老师们能倾注更多的关爱,多做心理疏导,多做沟通交流,让他们从自闭抑郁的阴影中走出来。

(来源:燕赵都市报 2010-12-03)

花季高中女生相继跳楼 家长吁设“抗压课程”

刘璋景 王颜娟

2010年2月26日凌晨4点,湖南省永州市祁阳二中宿舍天台,该校高二347班学生黄玉萍从这里跳楼身亡。3天以后,相同的惨剧在相隔不到20公里的祁阳县四中重演,该校高三330班女生何超男从教学楼5楼跳楼身亡。为何短时间内祁阳连续发生两起学生自杀事件?什么样的压力让这些年轻人轻易地选择了死亡?是学校的管理出现问题,还是现在的中学生意志薄弱?为此,记者赶赴祁阳,对事件背后的深层原因进行调查。

一、事件记录之一

时间:2010年2月26日凌晨

地点:祁阳县二中女生宿舍楼

逝者:祁阳县二中高二347班女生黄玉萍

1. 太累了 16岁女孩从宿舍楼只身跳下

2010年2月26日凌晨4点,祁阳县甘泉路桂林米粉店的张老板像往常一样出摊。打开门的那一瞬间,他差点没有叫出声来,只见门前躺着一名白衣女孩,一动不动,身下的血迹让人看了触目惊心。张老板壮着胆子凑了过去,但发现女孩子的身体已经冰凉,没有了呼吸。

祁阳警方很快封锁了现场。经法医检验,女孩死亡时间应该在1小时以前,而死者的位置上方正是祁阳县二中女生宿舍。很快,女孩身份得到确认,死者名叫黄玉萍,今年16岁,是祁阳县二中高二347班学生。

对于小黄的死亡,警方调查结果为“自身因素引起的意外死亡”,并认为其可能患有忧郁症。

2. 遗书称生活学习太累了

“生活太累了，学习太累了，死了就算了……”民警在事发大楼的阳台上还发现了一份遗书。这是女孩自杀的直接证据，也是她告诉家人为何选择自杀的原因。

与黄玉萍熟悉的同学的说法从另一方面印证了警方的调查结果。“她的学习成绩一直比较优秀，但是性格比较孤僻，平常很少与同学沟通，经常一声不吭地坐着。”据小黄生前好友阿莲介绍，在出事前一天，学校公布了上学期期末考试成绩，黄玉萍在本班的分数排名跌到了五十多名，为此她大哭了一场。

“家庭压力也是她走向不归路的重要原因。”阿莲表示，为了考大学，小黄家里借了不少钱，成绩的下滑让她感到十分愧疚。

小黄的母亲曾在多个场合表示，“如果考不上大学，你就别回家啦。”一位熟悉小黄家庭情况的老师这样告诉记者。

二、事件记录之二

时间：2010年3月1日下午

地点：祁阳县四中教学楼

逝者：祁阳县四中高三330班女生何超男

1. 又一个年轻的生命

她当着许多人从五楼纵身而下，谁也没想到的是，又一个年轻的生命走了。

3月1日下午2时，祁阳县四中高三330班优秀学生何超男没有和其他同学一样走进教室参加读报活动。此时，她正独自一个人站在学校的操场边发呆。作为学校“尖子生”的何超男表现出厌学情绪，此事很快传到了学校政教处，女生指导员杨晓玲为此专程找到何超男“谈心”，就在两人分手5分钟后，何超男在近百师生的眼前，从学校五层高的教学楼跳下。

当时很多上体育课的学生都看见了那一幕。“恐怖！”这是很多学生在目击后的感觉。“眼前一闪，似乎有个阴影掠过，紧接着一声闷响传出，一个女孩躺在地上，当时就没救了。”

3月3日，祁阳县公安部门经过两天的调查取证后宣布，这是一起自杀案件。