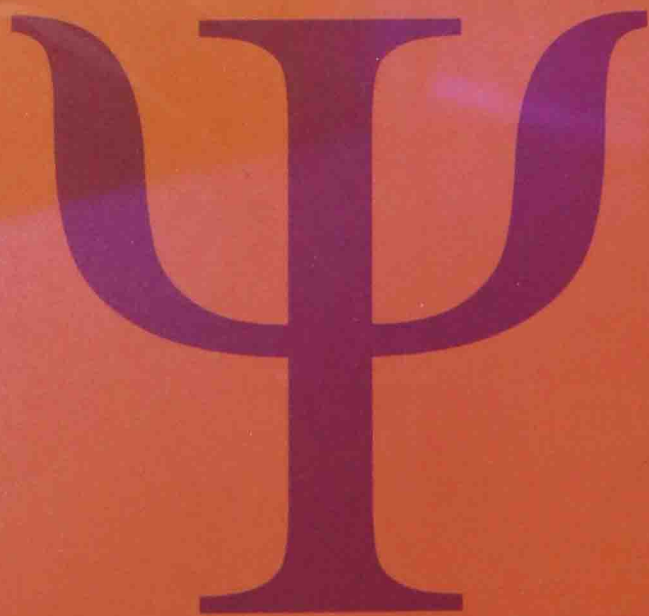


王道阳◎著

# 学校心理健康教育 课程原理与操作

XUEXIAO XINLI JIANKANG JIAOYU  
KECHENG YUANLI YU CAOZUO



安徽师范大学出版社

国家社会科学基金教育学青年课题“不同类型流动青少年  
心理健康教育的衔接与贯通研究”(编号:CBA120108)研究成果

X UEXIAO XINLI JIANKANG JIAOYU  
KECHENG YUANLI YU CAOZUO

# 学校心理健康教育 课程原理与操作

王道阳◎著

安徽师范大学出版社

责任编辑：李俊峰 何章艳      责任校对：潘 安  
装帧设计：丁奕奕              责任印制：郭行洲

### 图书在版编目（CIP）数据

学校心理健康教育课程原理与操作/王道阳著. —芜湖：安徽师范大学出版社，2014.2

ISBN 978 - 7 - 5676 - 0982 - 2

I. ①学… II. ①王… III. ①学生—心理健康—健康教育 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2013）第 230168 号

学校心理健康教育课程原理与操作



出版发行：安徽师范大学出版社

芜湖市九华南路 189 号安徽师范大学花津校区      邮政编码：241002

网 址：<http://www.ahnupress.com/>

发 行 部：0553 - 3883578 5910327 5910310（传真）E-mail: asdcbsfxb@126.com

经 销：全国新华书店

印 刷：安徽芜湖新华印务有限责任公司

版 次：2014 年 2 月第 1 版

印 次：2014 年 2 月第 1 次印刷

规 格：700 × 1000 1/16

印 张：18.25

字 数：280 千

书 号：ISBN 978 - 7 - 5676 - 0982 - 2

定 价：36.00 元

凡安徽师范大学出版社版图书有缺漏页、残破等质量问题，本社负责调换。

# 前 言

2011年5月教育部办公厅印发了《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》，该文件对高校学生心理健康教育课程的课程性质与教学目标、主要教学内容、课程设置与教材使用、教学模式与教学方法、教学管理与条件支持，以及组织实施与教学评估等都作出了明确规定。这是高校顺利实施心理健康教育的指导方针。2012年12月在《中小学心理健康教育指导纲要》颁布十周年之际，教育部对原指导纲要进行了修改，并颁布了《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》。该文件出台是为了深入贯彻党的十八大精神，落实中共中央、国务院《关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》的要求。该文件虽然把学校开设心理健康教育课作为开展心理健康专题教育的重要内容，但对中小学心理健康教育课程实施并未作出明确要求。因此，进一步阐释心理健康教育课程的课程性质、教学目标、教学内容、教学模式、教学方法等有着尤为重要的意义。

本书是构建学校心理健康教育课程教学理论体系的一次有益尝试，是关于学校心理健康教育课程的基本知识、基本理论的阐释和论述，主要包括对心理健康教育课程的性质、理论依据、目标与内容、教学设计、教学过程、教学策略、实施的原则和技术、教学评价以及教学保障等基本问题的探讨。

本书是作者主持国家社会科学基金教育学青年课题“不同类型流动青少年心理健康教育的衔接与贯通研究”（编号：CBA120108）、教育部哲学社会科学研究重大课题委托研究项目“高校突发危机事件中大学生心理应激及其干预”（编号：08FD3042）、安徽高校省级人文社会科学研究重点项目“流动青少年心理干预的长效机制与创新模式研究”（编号：SK2013A080）等课题研究的成果之一，同时也是作者从事“学校心理健康教育”、“心理健康教育课程教学论”等课程教学工作的总结和概括，还有一些是作者开展心理健康教育实践的心得与思考。

在撰写过程中，作者阅读了国内外大量文献资料，引用了诸多有关研究成果，谨向所有的相关作者致以衷心的感谢。齐越、沈艳红、门金泽、胡玥、朱键军等同学为本书撰写搜集了大量资料，对他们的帮助表示衷心感谢。还要感谢安徽师范大学出版社的编校人员，他们对本书提出了宝贵的修改意见。最后感谢我的导师姚本先教授，本书得到了姚老师悉心指导，本书也是姚老师研究学校心理健康教育理论成果的延续。

王道阳

2013年10月1日

# 目 录

|           |   |
|-----------|---|
| 前 言 ..... | i |
|-----------|---|

|                        |   |
|------------------------|---|
| 第一章 学校心理健康教育课程概述 ..... | 1 |
|------------------------|---|

|                         |   |
|-------------------------|---|
| 第一节 学校心理健康教育课程的概念 ..... | 1 |
|-------------------------|---|

|                     |   |
|---------------------|---|
| 一、心理健康教育名称的确立 ..... | 1 |
|---------------------|---|

|              |   |
|--------------|---|
| 二、心理辅导 ..... | 4 |
|--------------|---|

|                |   |
|----------------|---|
| 三、团体心理辅导 ..... | 5 |
|----------------|---|

|                  |   |
|------------------|---|
| 四、班级团体心理辅导 ..... | 6 |
|------------------|---|

|                    |   |
|--------------------|---|
| 五、学校心理健康教育课程 ..... | 7 |
|--------------------|---|

|                         |   |
|-------------------------|---|
| 第二节 学校心理健康教育课程的特点 ..... | 8 |
|-------------------------|---|

|                              |   |
|------------------------------|---|
| 一、学校心理健康教育课程与一般学科课程的区别 ..... | 8 |
|------------------------------|---|

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 二、学校心理健康教育课程的性质 ..... | 11 |
|-----------------------|----|

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 三、学校心理健康教育课程的特征 ..... | 14 |
|-----------------------|----|

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 第三节 学校心理健康教育课程的意义 ..... | 16 |
|-------------------------|----|

|                     |    |
|---------------------|----|
| 一、有利于优化学校课程结构 ..... | 17 |
|---------------------|----|

|                     |    |
|---------------------|----|
| 二、有利于促进学生身心发展 ..... | 18 |
|---------------------|----|

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 三、有利于推进心理健康教育工作 ..... | 20 |
|-----------------------|----|

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 第二章 学校心理健康教育课程教学的理论依据 ..... | 22 |
|-----------------------------|----|

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 第一节 学校心理健康教育课程教学的课程理论依据 ..... | 22 |
|-------------------------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| 一、课程概念的界定 ..... | 22 |
|-----------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| 二、课程理论的流派 ..... | 24 |
|-----------------|----|

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 三、课程的基本类型 .....                 | 28 |
| 第二节 学校心理健康教育课程教学的团体动力理论依据 ..... | 30 |
| 一、团体动力理论的缘起 .....               | 30 |
| 二、团体动力理论诞生的理论基础 .....           | 32 |
| 三、团体动力理论的演变 .....               | 35 |
| 四、团体的意义与团体决策理论 .....            | 38 |
| 第三节 学校心理健康教育课程教学的群体心理理论依据 ..... | 41 |
| 一、学校群体 .....                    | 42 |
| 二、学生班级与班集体 .....                | 45 |
| 三、学生非正式群体 .....                 | 49 |
| 四、学校群体心理理论 .....                | 53 |
| 第三章 学校心理健康教育课程的历史、现状与展望 .....   | 65 |
| 第一节 学校心理健康教育课程的历史 .....         | 65 |
| 一、学校心理健康教育课程的演变 .....           | 66 |
| 二、学校心理健康教育课程的确立 .....           | 72 |
| 第二节 学校心理健康教育课程的现状 .....         | 76 |
| 一、学校心理健康教育课程形式多样 .....          | 76 |
| 二、学校心理健康教育课程内容丰富 .....          | 79 |
| 三、学校心理健康教育课程目标模糊 .....          | 81 |
| 第三节 学校心理健康教育课程的展望 .....         | 82 |
| 一、学校心理健康教育课程体系趋于完善 .....        | 82 |
| 二、学校心理健康教育课程形式与时俱进 .....        | 84 |
| 三、学校心理健康教育课程内容相对统一 .....        | 87 |
| 四、学校心理健康教育课程目标逐渐清晰 .....        | 90 |
| 第四章 学校心理健康教育课程的教学目标与内容 .....    | 93 |
| 第一节 学校心理健康教育课程的教学目标 .....       | 93 |
| 一、学校心理健康教育课程的情感目标 .....         | 93 |
| 二、学校心理健康教育课程的认知目标 .....         | 97 |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 三、学校心理健康教育课程的阶段目标 .....     | 98  |
| 第二节 学校心理健康教育课程的教学内容 .....   | 101 |
| 一、学校心理健康教育课程教学内容的结构要素 ..... | 102 |
| 二、学校心理健康教育课程的具体内容 .....     | 103 |
| 三、学校心理健康教育课程教学内容的组织方式 ..... | 107 |
| 第五章 学校心理健康教育课程的教学设计 .....   | 108 |
| 第一节 学校心理健康教育课程教学目标设计 .....  | 108 |
| 一、认知目标设计 .....              | 108 |
| 二、情感目标设计 .....              | 111 |
| 三、阶段目标设计 .....              | 113 |
| 第二节 学校心理健康教育课程教学内容设计 .....  | 114 |
| 一、建立信任的活动 .....             | 115 |
| 二、自我探索的活动 .....             | 118 |
| 三、价值澄清的活动 .....             | 122 |
| 四、脑力激荡的活动 .....             | 126 |
| 第三节 学校心理健康教育课程教学形式设计 .....  | 128 |
| 一、角色扮演 .....                | 128 |
| 二、价值澄清 .....                | 131 |
| 三、榜样引导 .....                | 134 |
| 四、行为强化 .....                | 135 |
| 第四节 学校心理健康教育课程的教学主题设计 ..... | 137 |
| 一、学校心理健康教育课程的教学主题设计原则 ..... | 138 |
| 二、学校心理健康教育课程的单个主题设计 .....   | 141 |
| 三、学校心理健康教育课程的系列主题设计 .....   | 148 |
| 四、学校心理健康教育课程的综合主题设计 .....   | 149 |
| 第六章 学校心理健康教育课程的教学过程 .....   | 156 |
| 第一节 学校心理健康教育课程的教学组织 .....   | 156 |
| 一、学校心理健康教育课程的教学准备 .....     | 157 |

|                                     |            |
|-------------------------------------|------------|
| 二、学校心理健康教育课程的教学导入 .....             | 159        |
| 三、学校心理健康教育课程的教学展开 .....             | 161        |
| 四、学校心理健康教育课程的教学结束 .....             | 164        |
| 第二节 学校心理健康教育课程的教师教学行为 .....         | 165        |
| 一、教师角色定位恰当 .....                    | 165        |
| 二、教师行为改进 .....                      | 168        |
| <b>第七章 学校心理健康教育课程的教学策略 .....</b>    | <b>170</b> |
| 第一节 学校心理健康教育课程教学策略的内涵 .....         | 170        |
| 一、学校心理健康教育课程教学策略的含义 .....           | 171        |
| 二、学校心理健康教育课程教学策略的特点 .....           | 175        |
| 三、学校心理健康教育课程教学策略的类型 .....           | 179        |
| 第二节 学校心理健康教育课程教学策略的选择 .....         | 181        |
| 一、学校心理健康教育课程教学策略的选择原则 .....         | 181        |
| 二、学校心理健康教育课程教学策略的选择方法 .....         | 189        |
| <b>第八章 学校心理健康教育课程实施的原则和技术 .....</b> | <b>194</b> |
| 第一节 学校心理健康教育课程实施的原则 .....           | 194        |
| 一、面向全体学生, 关注个别差异 .....              | 195        |
| 二、整体设计目标, 重视学生发展 .....              | 196        |
| 三、强调活动过程, 倡导体验分享 .....              | 198        |
| 四、以学生为主体、教师为主导, 建立良好师生关系 .....      | 201        |
| 五、注重知行教导, 履行保密承诺 .....              | 203        |
| 第二节 学校心理健康教育课程实施的技术 .....           | 204        |
| 一、倾听技术 .....                        | 205        |
| 二、引导技术 .....                        | 211        |
| 三、同感技术 .....                        | 217        |
| <b>第九章 学校心理健康教育课程的教学评价 .....</b>    | <b>222</b> |
| 第一节 学校心理健康教育课程评价的特点 .....           | 222        |

---

|                                  |            |
|----------------------------------|------------|
| 一、学校心理健康教育课程评价的内隐性 .....         | 222        |
| 二、学校心理健康教育课程评价的发展性 .....         | 225        |
| 三、学校心理健康教育课程评价的多元性 .....         | 227        |
| 第二节 学校心理健康教育课程评价的类型 .....        | 228        |
| 一、学校心理健康教育课程诊断性评价 .....          | 229        |
| 二、学校心理健康教育课程形成性评价 .....          | 230        |
| 三、学校心理健康教育课程总结性评价 .....          | 231        |
| 第三节 学校心理健康教育课程评价的实施 .....        | 234        |
| 一、学校心理健康教育课程评价体系构建 .....         | 234        |
| 二、学校心理健康教育课程评价操作步骤 .....         | 243        |
| 三、学校心理健康教育课程评价具体要求 .....         | 247        |
| <b>第十章 学校心理健康教育课程的教学保障 .....</b> | <b>249</b> |
| 第一节 学校心理健康教育课程的设计 .....          | 249        |
| 一、设计形式 .....                     | 249        |
| 二、设计方法 .....                     | 253        |
| 第二节 学校心理健康教育课程的校本教材开发 .....      | 260        |
| 一、指导原则 .....                     | 260        |
| 二、具体方法 .....                     | 263        |
| 第三节 学校心理健康教育课程的教学研究 .....        | 270        |
| 一、问题提出 .....                     | 271        |
| 二、研究方法 .....                     | 272        |
| 三、论文撰写 .....                     | 275        |
| <b>主要参考文献 .....</b>              | <b>278</b> |

# 第一章 学校心理健康教育

## 课程概述

心理健康教育课程是学校心理健康教育专门途径之一。学校心理健康教育的专门途径有两条：一条是对全体学生开设心理健康教育课程，另一条是对有心理困扰的学生进行心理咨询与辅导。在学校心理健康教育体系中，心理健康教育课程是最核心的组成部分，是学校心理健康教育最主要的工作内容。它以课程的形式，向学生传授心理保健的知识、训练学生的心理素质、陶冶学生的心理品质，以达到全面提高学生心理健康水平的目的。心理健康教育课程能促进个体身心健康，以个体经验为载体，以活动为中介，使学生获得学习、生活、社会适应与发展的技能。它以个体的发展为基本出发点，可以极大地调动学生学习的主动性和创造性。

### 第一节 学校心理健康教育课程的概念

学校心理健康教育课程的概念是伴随着“心理健康教育”概念的确立而确定的，而“心理健康教育”概念是经历一段曲折才最终被政府以文件的形式确定下来的。

#### 一、心理健康教育名称的确立

自 20 世纪 80 年代以来，全国各地有许多大中小学开展了心理健康教育，虽然内容、目标、形式和方法等都是是一致的，但是提法各异。比较常见的、至今仍在使用的有：心理卫生教育、心理品质教育、心理素质教育、心理健康教育（简称为心育）。这类提法涵义基本一致，即离

不开“心理”二字，但最终落实还在于教育。还有一类提法也比较普遍，如心理咨询、心理辅导、心理治疗、心理诊断、心理卫生等，这类提法沿用了专业的心理咨询、心理治疗的术语，但涵义十分广泛，多指心理健康教育。

在党和国家的重要文件和法规中，有关提法也在不断发展变化。1988年12月，《中共中央关于改革和加强中小学德育工作的通知》中提出“对学生的道德情操、心理品质要进行综合的培养和训练”，这是现在可以发现的、较早的一种关于心理健康教育的提法。1993年2月，中共中央、国务院颁发的《中国教育改革和发展纲要》明确提出学生的心理素质是受教育者全面发展的标准之一，要求“中小学要由‘应试教育’转向全面提高国民素质的轨道，面向全体学生，全面提高学生的思想道德、文化科学、劳动技能和身体心理素质，促进学生生动活泼地发展”。1994年8月，《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》中第一次正式使用了“心理健康教育”语词，指出：“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。”1998年4月，《中小学德育工作规程》中指出：“德育即对学生进行政治、思想、道德和心理品质教育”。1999年1月，国务院批转教育部制定的《面向21世纪教育振兴行动计划》，在“实施‘跨世纪素质教育工程’，提高国民素质”中指出：“继续加强爱国主义、集体主义、社会主义理想教育，遵纪守法和社会公德教育，进行中华民族优秀传统文化和革命传统教育，实施劳动技能教育以及心理健康教育。”1999年6月，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定》中，再一次明确指出：“针对新形势下青少年成长的特点，加强学生的心理健康教育，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。”至此，大中小学、新闻媒介、重要文件法规以及领导人讲话中，“心理健康教育”这一术语的使用，逐渐增多并统一起来。

1999年8月，教育部第一次就学校心理健康教育问题专门颁发了《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，文件中正式提出了“心

理健康教育”的概念，这对大中小学规范、统一使用这一术语起到了十分重要的作用。2001年1月，中共中央办公厅、国务院办公厅颁发的《关于适应新形势进一步加强和改进中小学德育工作的意见》中指出：“中小学校都要加强心理健康教育，培养学生良好的心理品质。”2001年3月，第九届全国人民代表大会第四次会议通过的《中华人民共和国国民经济和社会发展第十个五年计划纲要》中也明确要求：“大力倡导社会公德、家庭美德和职业道德，特别是加强青少年的思想政治、道德品质、心理健康和法制教育”。这是我国第一次把青少年的心理健康教育列入国民经济和社会发展的五年计划之中。2001年4月，教育部颁发了《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》，这是继1999年8月教育部就中小学生学习心理健康教育问题专门颁发文件后，又一次针对大学生心理健康教育问题专门颁发文件，两个文件都正式提出了“心理健康教育”这一名称。2001年6月，《国务院关于基础教育改革与发展的决定》中明确指出：“加强中小学生的心理健康教育。”2002年8月，教育部颁发的《中小学心理健康教育指导纲要》中明确要求：“各地应根据中央和教育部的文件精神，对此项工作统一规范称为‘心理健康教育’。”2004年10月，中共中央、国务院《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》中明确指出：“要重视心理健康教育……要制定大学生心理健康教育计划，确定相应的较学内容和教学方法。”2005年3月，教育部、卫生部、共青团中央在《进一步加强和改进大学生心理健康教育》中提出了大学生心理健康教育的总体要求。由此看来，“学校心理健康教育”这一术语和名称已被越来越多的人所接受，并有逐步统一的趋向<sup>①</sup>。

但是，从现实情况来看，也存在特殊性。在具体的理论研究和实践操作中，有关提法因人们的理解和认识水平及角度而有所差异。例如，心理健康教育是相对德、智、体、美、劳等“五育”提出的，心理素质教育是基于素质教育的内涵及思想道德素质、科学文化素质、身体素

---

<sup>①</sup> 姚本先. 学校心理健康教育基本概念辨析 [J]. 课程·教材·教法, 2001(6): 64-67.

质等提出的，心理卫生教育是相对生理卫生教育提出的，心理品质教育是相对思想道德品质教育提出的，等等。这些名称和术语反映了人们对心理健康教育的性质、目标、任务、内容、方式等方面的认识不同，但就其总的倾向而言，与国外的学校心理健康教育一样，都重视心理咨询与辅导，维护学生的身心健康，开发学生的身心潜能，促进学生素质的全面提高。当然，作为一门学科或技术，学校心理健康教育中的一些基本术语和概念都尚未定论，众说纷纭，缺乏必要的科学研究范式，这说明这门学科或技术在我国理论研究和实践应用的水平尚不够理想，属于初始阶段，需进一步发展。同时，这一现状也反映了广大理论和实践工作者积极探索和勇于创新的学术氛围。当前，较常使用的概念有“学校心理健康教育”和“学校心理教育”。总的来看，有逐步统一的趋势和需要。

因为名称不尽相同，所以相应名称的涵义也有所差异。就当前使用的学校心理健康教育这一名称来说，很有必要明确其涵义。《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》以及中共中央、国务院《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》等重要文件中，对学校心理健康教育的目的、任务、目标都进行了不同程度的阐述，这些构成了学校心理健康教育概念的重要内涵。教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》更为明确地对学校心理健康教育进行了定义：“中小学心理健康教育是根据中小学生生理、心理发展特点，运用有关心理健康教育方法和手段，培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的教育活动；是素质教育的重要组成部分；是实施《面向 21 世纪教育振兴行动计划》，落实‘跨世纪素质教育工程’，培养跨世纪高质量人才的重要环节。”这一定义比较现实、准确和科学地反映了当前我国学校心理健康教育的内涵。

## 二、心理辅导

辅导（guidance），在汉语里，“辅”是帮助、佐助、辅助的意思，“导”是指引、带领、传导、引导的意思。英语里辅导泛指有关专业人员对当事人的协助与服务。心理辅导（psychological guidance）是学校

教育者和辅导人员根据学生心理发展的特点与规律,在一种新型的、建设性的人际关系中,运用心理学等专业知识和技能,设计与组织各种教育性活动,为学生提供适合其需求的协助和服务,帮助学生准确地认识自己,适应环境,设立符合自身实际情况并且有助于自身发展的目标,在成长的过程中克服困难,增强自身各方面的适应能力,从而形成良好的心理素质,充分发挥个人潜能,进一步提高心理健康水平的过程。近年来,有些学者开始使用这一词“心理辅导”这个术语,其涵义具有广泛性,多数情况下,就是指心理健康教育。

### 三、团体心理辅导

团体心理辅导是从英文“group counselling”翻译而来的。“group”译为小组、团体、集体,“counselling”较多地译为咨询、辅导。目前,我国心理辅导工作者经常使用团体咨询、集体咨询、小组辅导、团体心理辅导等多种概念,其含义基本相同。但在推行学校心理辅导的过程中,“团体心理辅导”的叫法更为通俗,更易让教师们接受,故将“group counselling”译为“团体心理辅导”。团体心理辅导是在团体的心理环境下为成员提供心理帮助与指导的一种辅导形式,即以团体为对象,运用适当的辅导策略或方法,通过团体内人际的交互作用,促使个体在交往中通过观察、学习、体验等认识自我、探讨自我、接纳自我,调整和改善与他人的关系,学习新的态度与行为方式,提高适应能力,以预防或解决问题并激发个体潜能的心理辅导过程。从定义上看,我们可以从两个方面对其加以理解:第一,它是心理辅导的一种形式;第二,它是通过“团体”的方式去辅导他人。在团体中,个人实际上改变了平时的生活规则,转而进入一个新的角色,发掘真实的自我,此时的交流是真实自我之间的交流。团体是社会的缩影或反射,被一些学者称为“微型社会”。

团体辅导的特点是:第一,它在团体情境下提供心理帮助与指导。以领导者为中心,有一定的组织和形式,具有共同的目标,成员了解并体验到自己是被其他人支持的,教育资源被广泛利用,近似于社会情境,并有很强的感染力。第二,它是通过团体内人际交互作用来促进个

体发展良好适应性的一种助人自助的过程。主要通过讨论、评鉴和判断以及指导者的评价,促使团体成员增进自我了解、自我抉择、自我发展,进而自我实现,有助于培养成员的社会性,学习社会规范,适应社会生活。第三,它适用于正常人,其目的在于为正常人提供一种可以促进其人格进一步成长的学习机会和学习环境。讨论的问题多半属于知识性问题,可增进对知识的了解,特别注重团体本身的利益与学习,帮助成员得到充分发展,清除成长发展中的障碍,提供预防问题发生的最佳策略。

#### 四、班级团体心理辅导

班级团体心理辅导是以团体心理辅导及相关理论与技术为指导,以学生个体发展取向为主导,通过班级中的合作互动活动方式,促使学生自我探索、体验与感悟,从而激发每个学生的主动性,促进学生认识自我、开发自我潜能、获得自主能力,解决学生成长中的问题,促进学生健康人格形成的团体辅导课程。

我国学者李坤崇教授认为,班级团体辅导以全班学生为对象,运用适切的辅导策略或方法,借助团体互动,协助学生重新评估自己的思想、情感和行为,调整认知与增进应用能力,以便预防或解决问题并激发学生潜能。徐西森教授认为,许多辅导工作者努力将团体动力的精神与内涵、团体辅导的理论与方法融入班级情境中,形成“班级团体辅导”、“班级经营”的理念。吴武典教授认为,实施班级团体辅导的基本原则是使学生的个性充分发展,同时不损及群体性。换言之,要使个人在“大我”中完成“小我”,完成“小我”又能促进“大我”,使“大我”与“小我”和平相处而并进。要使班级团体做到这一点,必须了解班级团体心理,运用团体辅导策略。另外,吴增强教授认为,所谓班级心理辅导,是指以团体心理辅导及相关理论与技术为指导,以解决学生成长中的问题为目标,以班级为单位的集体心理辅导活动。刘华山教授认为,心理辅导是根据学生的身心发展特点和社会需要,有目的地对学生施加旨在促进其更有效地适应学校学习和社会生活的一种教育,它的表现形式可以称为活动或课程。

## 五、学校心理健康教育课程

心理健康教育课程是指学生在学校情境中获得的关于心理健康发展、心理素质提高方面的全部教育性经验。心理健康教育课程是以发展和提高学生的心理品质为目标，是全体学生主动参与的辅导活动课。广义上心理健康教育课程包括心理健康教育学科课程、心理健康教育活动课程、心理健康教育环境课程和心理健康教育融合型课程等。狭义上心理健康教育课程仅仅指心理健康教育活动课程。本书采用狭义的理解。

在实践中，心理健康教育活动课有不同的称谓，有的称为“学校心理课程”，有的称为“心理辅导课程”，有的称为“心理健康教育活动课程”，有的则不愿称其为课程，代称为“心理素质培养”或“心理健康教育活动”。这些称谓很相似，但在实际运用中，不同的人对其赋予不同的内涵。目前主要存在三种观点：一是认为心理健康教育活动课是新增加的，同一般学科课程一样，主要向学生讲授心理学知识，比如，一些学校把改版的七年级思想政治课变成了普通心理学知识传授课，或将普通心理学知识以讲座形式教给学生。这种倾向的存在，主要是因为对心理健康教育缺乏全面的、深刻的认识，不了解心理健康教育活动课的实质。二是认为心理健康教育活动课主要是针对学生的问题开展团体辅导和个别辅导，把辅导内容局限于学生的问题，把辅导形式局限于团体辅导与个别辅导，把辅导的对象局限于个别学生，使心理健康教育目标问题化。三是认为心理健康教育活动课是一种面向全体学生的、以正面教育为主的活动课程，辅导目标重在发展、预防。我们倾向于第三种认识。开展心理健康教育活动课，并不是要新增加一门学科，而是使其自身的特点在其他教育形式中加以明确和突出，以便更好地发挥心理健康教育的实效。实践证明，心理健康教育活动课成了最受学生欢迎的课，丝毫不加重学生的负担，反而促进了学生的学习。

2012年，教育部《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》中规定：“心理健康教育课应以活动为主，可以采取多种形式，包括团体辅导、心理训练、问题辨析、情境设计、角色扮演、游戏辅导、心理情景剧、专题讲座等。心理健康教育要防止学科化的倾向，避免将其作