


● 主 编 崔景贵

高等学校“十二五”教师教育专业规划教材

学校心理辅导新论

 南京大学出版社

高等学校“十二五”教师教育专业规划教材

学校心理辅导新论

主 编 崔景贵

副 主 编 王晓萍 陆 芳

参编人员 (以拼音为序)

戴玉英 邓亚琴 方翰青 黄 亮

厉飞飞 施兰芳 杨 琛 曾永青

张冬梅 赵晓川

图书在版编目(CIP)数据

学校心理辅导新论 / 崔景贵主编. — 南京 : 南京大学出版社, 2014. 7

高等学校“十二五”教师教育专业规划教材

ISBN 978-7-305-10296-7

I. ①学… II. ①崔… III. ①教育心理辅导—高等学校—教材 IV. ①G448

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 035761 号

出版发行 南京大学出版社
社 址 南京市汉口路 22 号 邮 编 210093
网 址 <http://www.NjupCo.com>
出 版 人 左 健
丛 书 名 高等学校“十二五”教师教育专业规划教材
书 名 学校心理辅导新论
主 编 崔景贵
责任编辑 陆 燕 王抗战 编辑热线 025-83596997
照 排 南京南琳图文制作有限公司
印 刷 常州市武进第三印刷有限公司
开 本 787×960 1/16 印张 22.75 字数 452 千
版 次 2014 年 7 月第 1 版 2014 年 7 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-305-10296-7
定 价 43.00 元
发行热线 025-83594756 83686452
电子邮箱 Press@NjupCo.com
Sales@NjupCo.com(市场部)

* 版权所有,侵权必究

* 凡购买南大版图书,如有印装质量问题,请与所购图书销售部门联系调换

前 言

学校心理辅导是素质教育的重要组成部分。在中小学开展心理辅导,是青少年学生身心健康成长的需要,是全面推进素质教育的必然要求。教育部在《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》中指出,“心理辅导是一项科学性、专业性很强的工作,心理健康教育教师应遵循心理发展和教育规律,向学生提供发展性心理辅导和帮助”;“心理健康教育是一项专业性很强的工作,必须大力加强专业教师队伍建设”。根据《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》的统一要求,加强心理健康教育的科学研究,为心理健康教育实践提供理论基础和科学依据,切实提高专兼职心理健康教育教师的基本理论、专业知识和操作技能水平,编写出版适用、实用的学校心理辅导教材,就成为贯彻落实《纲要》的当务之急。

本书是高等学校“十二五”教师教育专业规划教材丛书之一。本书以教育部《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》和《教师教育课程标准(试行)》为指导,坚持实践取向、发展取向和积极取向,将科学性与实用性相结合,主要涵盖学校心理辅导的基本原理、操作实务、组织管理等三大方面,对学校心理辅导所需要的专业理论和实践技能,包括学校心理辅导的基本概念、发展历程、核心目标、理论基础、一般途径、常用技术,学校心理辅导的重点专题、操作要领,以及学校心理辅导的课程建设、机构管理、应用策略、心理教师专业发展等,进行了系统深入的理论分析与实践总结,阐释在充满挑战的社会环境与教育背景下,如何对90后、00后青少年开展专业心理辅导工作。

本书力求更充分、准确地体现教育部《中小学心理健康教育指导



纲要(2012年修订)》的时代精神与实践要求,以新时期教师必备的专业素养为核心,对教师教育课程模块进行有机的整合,构建开放型、实践化的教师教育心理辅导课程资源体系。本书的编写特色和主要特点:一是坚持立德树人、育人为本,即秉承积极的人性观与辅导观,以人为本、与人为善、助人自助、引人发展,注重青少年学生心理和谐健康,加强人文关怀和心理疏导,运用心理健康教育的知识理论和方法技能,培养中小学生良好的心理素质,促进其身心全面和谐发展;二是坚持服务实践、以实为本,即坚持与时俱进与求真务实,注重心理辅导的实践性与实效性,联系实际、阐释实务、注重实用、追求实效,密切联系中小学校心理健康教育工作实际,贴近中小学生心理发展需求,根据中小学生生理、心理发展特点和规律,把握不同年龄阶段学生的心理发展任务。

本书编写组通过研读教育部《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》和《教师教育课程标准(试行)》等相关文件,进一步凝聚共识,把握“积极、发展、自助、实用”的编写理念,始终坚持质量第一,注重教材内涵建设,汲取现代心理科学与教育科学新成果,着力学术思想创新,高标准认真完成编写任务,精心打造高校“精品”教材;在写作风格上突出学校心理辅导的实践策略,避免“教育心理学化”、“学校心理学化”,避免深奥的理论阐述和知识介绍,彰显教材内容的时代性、针对性和可操作性,使得学校心理辅导工作做得更加专业科学、开展得更加富有成效。

本书是江苏省普通高等学校精品课程“心理教育学”的建设成果,是江苏省高校应用心理学专业团队精诚合作、分工协作的研究成果。参加本书编写的各章作者如下:崔景贵(第一、二、四、九章,第十七章),厉飞飞(第三章),张冬梅(第五章),方翰青(第六章),陆芳(第七章),杨琛(第八章),王晓萍(第十章),施兰芳(第十一章),戴玉英(第十二章),黄亮(第十三章),邓亚琴(第十四章),赵晓川(第十五章),曾永青(第十六章)。

江苏理工学院副校长、心理教育研究所所长崔景贵教授担任本书



主编,南京晓庄学院王晓萍博士、盐城师范学院陆芳博士担任本书副主编。崔景贵教授负责拟订本书写作提纲,提出本书编写要求和各章具体编写内容。在各章初稿完成后,负责向各位作者反馈初步修改意见。2013年8月19日,本书编写组在江苏理工学院召开统稿工作会议,南京大学出版社高校教材中心蔡文彬主任、王抗战编辑到会指导,与会的编写人员进行充分讨论、积极交流,统一写作思路和风格,并对个别章节内容进行调整。在作者修改完善的基础上,副主编陆芳负责对第三、五、六、八、十、十一章的书稿提出修改意见,副主编王晓萍负责对第七、十二、十三、十四、十五、十六章的书稿内容提出修改意见,最后由主编崔景贵教授负责全书的统稿和定稿。研究生黄亮协助主编完成本书初稿编排、文字校对、参考文献整理等具体工作。

本书编写得到南京大学出版社高校教材中心蔡文彬、王抗战的悉心指导,得到江苏理工学院应用心理学学科、心理教育研究所和常州市青少年心理研究与指导中心的大力支持,在此表示诚挚的谢意。

编 者

2013年12月18日



目 录

第一章 学校心理辅导概述	1
第一节 学校心理辅导的教育特征	1
第二节 学校心理辅导的教育定位	7
第三节 学校心理辅导的教育使命	18
第二章 学校心理辅导的发展	26
第一节 国外学校心理辅导的发展	26
第二节 我国学校心理辅导的发展	33
第三节 学校心理辅导的模式与走向	40
第三章 学校心理辅导的理论基础(一)	46
第一节 精神分析的理论与方法	46
第二节 行为主义的理论与方法	51
第三节 人本主义的理论与方法	57
第四节 认知主义的理论与方法	62
第四章 学校心理辅导的理论基础(二)	68
第一节 建构主义的理论与方法	68
第二节 积极心理治疗的理论与方法	77
第三节 积极心理学的理论与方法	90
第五章 学校心理辅导的一般形式	106
第一节 课堂心理辅导	106
第二节 个别心理辅导	110
第三节 团体心理辅导	113
第四节 朋辈心理辅导	117
第五节 网络心理辅导	120
第六章 学校心理辅导的常用技术	125



第一节	建立辅导关系的技术	125
第二节	心理测验的应用技术	130
第三节	心理咨询的会谈技术	134
第四节	心理危机的干预技术	142
第七章	青少年心理发展与心理健康	147
第一节	青少年心理发展的一般特点	147
第二节	青少年心理健康标准及其常见问题	154
第三节	青少年心理健康的维护与促进	160
第八章	学会自尊——青春期心理辅导	168
第一节	青春期的性心理辅导	168
第二节	青春期的认知心理辅导	173
第三节	青春期的情感心理辅导	176
第四节	青春期的人格心理辅导	179
第五节	青春期的自我心理辅导	182
第九章	学会学习——学习心理辅导	186
第一节	学习心理辅导的时代主题	186
第二节	学习心态的心理辅导策略	193
第三节	学习习惯的心理辅导策略	196
第四节	升学考试的心理辅导策略	201
第十章	学会交往——人际交往心理辅导	205
第一节	社会交往心理辅导	205
第二节	亲子交往心理辅导	212
第三节	异性交往心理辅导	218
第四节	师生交往心理辅导	222
第十一章	学会适应——生活心理辅导	227
第一节	班集体生活心理辅导	227
第二节	休闲生活心理辅导	232
第三节	网络生活心理辅导	235
第十二章	学会发展——职业心理辅导	241
第一节	职业认知辅导	241



第二节	职业兴趣心理辅导	248
第三节	职业综合实践辅导	251
第四节	职业生涯规划辅导	255
第十三章	学会实践——技能心理辅导	258
第一节	技能形成的心理特征	258
第二节	技能练习的心理技术	261
第三节	矫正错误技能的心理技术	265
第四节	技能竞赛的心理辅导	268
第十四章	学校心理辅导的课程建设	277
第一节	学校心理辅导课程的教材编写	277
第二节	学校心理辅导课程的教学设计	282
第三节	学校心理辅导课程的教学过程	286
第四节	学校心理辅导课程的教学评价	290
第十五章	学校心理辅导的机构建设	293
第一节	学校心理辅导机构的专业设置	293
第二节	学校心理辅导机构的条件保障	297
第三节	学校心理辅导转介的组织实施	299
第四节	学校心理辅导档案的规范管理	304
第十六章	学校心理辅导的应用策略	310
第一节	学校心理辅导与学科教学	310
第二节	学校心理辅导与班主任工作	314
第三节	学校心理辅导与校园文化建设	317
第四节	学校心理辅导与家校教育合作	321
第十七章	学校心理教师的专业成长	326
第一节	学校心理教师的专业心理障碍	326
第二节	学校心理教师的专业实践理念	332
第三节	学校心理教师的专业发展策略	337
附 录		345
主要参考文献		351



第一章 学校心理辅导概述

学习目标

1. 了解学校心理辅导的概念、分类、目标任务和教育特征；
2. 理解学校心理辅导与素质教育、道德教育及新课程改革的关系；
3. 理解并掌握人格现代化与学校心理辅导的关系。

心理辅导是关注人类心灵世界的复杂系统,是关心人类心理生活的现代理念,是关照人类现代人性的新型教育,是关怀人类精神生命的崇高事业。心理辅导能够使人的生活更加充实,使人的生命变得更有意义,使人的精神境界更为高尚。作为培育青少年现代人格的科学,学校心理辅导具有广阔的发展前景。21世纪是一个需要心理辅导和呼唤心理辅导的时代,也是学校心理辅导全面兴起和大有作为的时代。

第一节 学校心理辅导的教育特征

学校心理辅导是提高青少年学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育,是进一步加强和改进学校德育工作、全面推进素质教育的重要组成部分。学校心理辅导已经成为我国学校教育改革创新和学生自身成长的内在要求。

一、学校心理辅导的界定与分类

(一) 学校心理辅导的概念

学校心理辅导有广义和狭义之分。广义的学校心理辅导,是指教育者运用心理学、教育学、社会学、行为科学乃至精神医学等多学科的理论与技术,通过集



体辅导、个别辅导、教育教学中的辅导及家庭辅导等多种形式,帮助学生自我认识、自我接纳、自我调节,从而充分开发自身潜能,促进其心理健康与人格和谐发展的一种教育活动。狭义的学校心理辅导,专指面对学生的心理辅导,是指学校心理辅导人员对于前来求助的学生从心理上进行指导和帮助的活动。这一界定包含以下三层涵义:

(1) 学校心理辅导的直接目标是提高全体学生的心理素质。其最终目标是促进学生素质结构的健全发展。而人的素质结构应该包括个体独特具备的生理素质、作为中介层面的心理素质和包括道德素养与文化素养两层意义的社会文化素质。

(2) 学校心理辅导是帮助学生开发自身潜能、促进其成长发展的自我教育活动。其基本特征包括:以积极的人性观为理念,以学生的成长、发展为中心,以他助—互助—自助为机制。

(3) 学校心理辅导是以咨询心理学为主的、多学科综合的教育方法与技术。这里强调的是心理辅导在方法上与传统的思想政治教育存在区别,即它不是一种带有指示性的说教,而是耐心细致的聆听和引导;它不是一种替代,而是一种协助与服务。

学校心理辅导的对象主要有三类:一是在生活、学习、交往及升学择业过程中产生心理困扰的正常学生;二是患有学习障碍、交往障碍、情绪障碍、人格障碍、性心理障碍及各种特殊障碍的心理偏常学生;三是在教育学生过程中产生困扰的家长 and 教师,其中尤以中小学生家长为多。在上述三类人中,第一种和第三种是学校心理辅导工作的主要服务对象,即以开发智能、健全人格为宗旨的发展性辅导是学校心理辅导的重点。而对患有严重心理障碍或心理疾病学生的诊断治疗,因人数不多,也超出了学校心理辅导人员的能力范围,一般不属于学校心理辅导的工作对象。

2012年,教育部在《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》(简称《纲要(2012年修订)》)文件中指出,“学校心理辅导的主要内容包括:普及心理健康知识,树立心理健康意识,了解心理调节方法,认识心理异常现象,掌握心理保健常识和技能。其重点是认识自我、学会学习、人际交往、情绪调适、升学择业以及生活和社会适应等方面的内容”;“心理辅导应从不同地区的实际和不同年龄阶段学生的身心发展特点出发,做到循序渐进,设置分阶段的具体教育内容”。

具体说来,学校心理辅导承担三方面任务:第一,贯彻预防为主方针,通过心理健康活动课、讲座、团体辅导、改善校园心理氛围等途径,努力推行学校心理健康教育计划,对学生实施有效的学习辅导、生活辅导、交往辅导及升学就业辅导,促进全体学生心理素质的提高。第二,向教师和家长宣传普及心理学知识,



帮助他们掌握儿童、青少年的心理发展规律及教育心理学的基本原理,转变教育观念,改善教育方法,建立民主、平等的师生关系和亲子关系,为学生健康成长创造良好的心理社会环境。第三,通过晤谈、观察及心理测验等方法,对心理偏常学生进行鉴别,对有轻微心理障碍的学生给予个别或小组辅导矫治,对少数有严重心理障碍即患有心理疾病的学生加以转介,由专业机构给予治疗。总的看来,我国的学校心理辅导相当于欧美国家学校心理学者的工作。

(二) 学校心理辅导的分类

从内容上,学校心理辅导主要分为四大类:一是学习心理辅导,如学习动机辅导、学习策略辅导、考试心理辅导;二是人格心理辅导,如自我意识辅导、青春期心理辅导、情绪情感辅导;三是生活心理辅导,如人际交往辅导、休闲消费辅导;四是职业心理辅导,即升学和择业问题辅导,帮助学生学会选择职业、准备职业、适应职业,可以从测验和鉴定、信息服务、咨询三方面着手。

从目标上,学校心理辅导可分为适应性心理辅导和发展性心理辅导。

1. 适应性心理辅导

适应性心理辅导主要是针对学生在各个年龄阶段以及相应阶段的生活和学习中遇到的各种问题,结合他们的认知特点和行为特征,提供一些必要的指导,帮助他们提高学习效率,处理好人际关系,学会自我心理调适,更好地处理环境变化带来的各类问题,增强环境和自我的适应能力,从而能够解决面临的现实生活问题,很好地完成各个时期的学习任务。

适应性心理:辅导的对象是身心发展正常,但带有一定的心理、行为问题的学生;辅导着重处理或解决的问题,是学生的正常需要与其真实状况之间的矛盾冲突;强调教育的原则,重视辅导对象理性的作用。工作侧重于学习指导、交往指导、生活指导、升学就业指导等方面。辅导伴随学生学校生涯的整个过程,关注他们的身心状况,支持和帮助他们适应各阶段的学校生活,指导他们完成各年龄段的自我发展任务。

2. 发展性心理辅导

发展性心理辅导的目标主要在于帮助学生提高心理素质,健全人格,增强学生承受挫折、适应环境的能力。

发展性心理:辅导的对象是心理健康、身心发展正常的学生,但在发展方面仍有潜力可挖,心理素质尚待完善;辅导所着重解决的问题,是引导学生在一个更新的层面上认识自我,开发自我潜能;强调发展的原则,即促进心理素质的发展;发展性辅导是现代学校教育的一个重要组成部分,应纳入学校教育的总体目标和实施过程中。



二、学校心理辅导的目标与任务

正确认识学校心理辅导的目标,是有效实施这项工作的前提条件。心理辅导作为学校教育的一部分,其目标应与教育目的相一致,但其性质又不同于学校其他工作,它直接指向提高全体学生的心理素质,包括解决问题与发展潜能两个方面。这一性质体现在教育目标上,就要侧重于学生心理品质的提高,改善学生的心理与行为,促进学生人格的健全发展,主要包括培养学生良好的心理品质,维护增进学生的心理健康,充分开发学生的心理潜能。

(一) 学校心理辅导的目标

学校心理辅导的总目标是:提高全体学生的心理素质,培养他们积极乐观、健康向上的心理品质,充分开发他们的心理潜能,促进学生身心和谐发展,为他们健康成长和幸福生活奠定基础。

学校心理辅导的具体目标是:使学生学会学习和生活,正确认识自我,提高自主自助和自我教育能力,增强调控情绪、承受挫折、适应环境的能力,培养学生健全的人格和良好的个性心理品质;对有心理困扰或心理问题的学生,进行科学有效的心理辅导,及时给予必要的危机干预,提高其心理健康水平。

学校心理辅导的重点目标是:培养正确的人生态度与合理的价值观念;建立积极的自我形象并学会接纳自己;培养自主精神,学会自主抉择,承担起个人的责任;学会沟通,发展良好的人际关系;学会管理自己的情绪;掌握学习策略;掌握应对压力的技能,增强心理自助的能力。

学校心理辅导在不同教育阶段的工作目标各有侧重。学前阶段的目标是亲子关系。小学阶段的目标是认识自我,控制和调节自我,养成良好的学习习惯,合群、乐学、自立,培养对学校的适应能力。初中阶段的目标是培养自尊、自立、自爱、自信的独立人格,建立良好的师生关系和同伴关系。高中阶段的目标是增强意志的自觉性、果断性、坚韧性,增强社会责任感、面对升学或就业的调适能力。大学阶段的目标是处理好恋爱、人际关系、环境适应,增强耐受挫折的能力。

心理学不同流派对心理辅导目标的把握也各有侧重,如精神分析法的目标是帮助来访者克服潜意识冲突;行为主义疗法的目标是消除不良行为,代之以更有效的行为;认知疗法的目标是帮助来访者找出不合理的、扭曲的观念,并建立较为现实的认识问题的思维方式;而来访者中心疗法的目标则是提供一个安全和信任的辅导气氛,使来访者进行自我探索。

(二) 学校心理辅导的任务

学校心理辅导的主要任务是:全面推进素质教育,增强学校德育工作的针对性、实效性和吸引力,开发学生的心理潜能,提高学生的心理健康水平,促进学生



形成健康的心理素质,减少和避免各种不利因素对学生心理健康的影响,培养具有社会责任感、创新精神和实践能力的德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。

学校心理辅导应该以学生的心理需求为出发点,为学生提供有针对性、及时性和灵活多样性的心理服务。学校心理辅导要面向全体学生,开展预防性和发展性的心理健康教育;面向少数有困扰和心理障碍的学生,开展补救性和矫治性的心理咨询与辅导,使学生不断认识自我、悦纳自我,增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力;培养学生健全的人格和良好的个性心理品质;对少数有心理行为问题和心理障碍的学生,给予科学有效的心理咨询和辅导,使他们尽快摆脱障碍、调节自我,形成健康的心理素质,提高心理健康水平。

从内容来看,学校心理辅导包括心理素质培养与心理健康维护两项任务。前者主要是教育与培养个体形成各种良好的心理素质,以助其学业、事业成功;后者主要是使个体形成并维持正常的心理状态,从而能适应社会,正常地成长、发展。学生健康心理发展的目标包括:身体、心理、精神的整体和谐,自我认同、自我更新与成长,关怀、尊重与合群,国际理解、地球公民意识,创造性人格,应对挑战与困难。

从性质来看,学校心理辅导则包括发展性辅导与补救性辅导两项任务,应以发展性目标为主、补救性目标为辅。

发展性辅导主要是有目的、有计划地对学生心理素质与心理健康的培养促进,使学生的心理品质不断优化。发展性目标即一般性目标,指通过提高全体学生学习、生活、人际交往和社会适应性等方面的心理素质,充分开发他们的潜能,促进心理健康。发展性心理辅导主要面对正常发展的学生,是提高性的,包括自我意识的发展与培养、人际交往技巧训练、学习认知策略开发、情绪情感认知与调节能力训练、性意识发展与完善、个性品质的培养与训练、休闲与消费意识开发、决策能力训练和升学就业指导。

补救性心理辅导的目标主要是通过对学生心理问题的预防、矫治,促进学生心理健康。心理问题包括情绪情感问题、人际交往问题、学习认知问题、性认知与发展问题、个性发展问题等。补救性辅导是矫正性的,主要针对心理处于不良状态或心理出现问题的学生进行专门的帮助,使之恢复正常状态。

三、学校心理辅导的特征与形式

学校心理辅导是整个学校教育的重要一环,它不仅要针对“问题儿童”或有心理障碍的学生进行心理健康教育,更重要的意义和作用在于要促进儿童、青少年的身心发展与成长,为实施良好的素质教育打下基础。



（一）学校心理辅导的教育特征

学校心理辅导的主要教育特征如下：

第一，学校心理辅导通过开设专门课程或选修课，通过心理健康知识与技能的训练和教学来帮助学生解决成长过程中的心理问题，健全学生的心理素质和人格水平，这是整个学校教育计划的一部分。

第二，学校心理辅导特别重视开拓的、发展的心理健康教育活动，即对学校不适应、问题行为等进行积极的预防，防患于未然，尽量消除其发生的根源；对广大精神健康、人格健全的学生进行建设性的、开拓性的、教育性的心理辅导。

第三，学校心理辅导的主体是全体教师。心理健康教育是在学校内开展的，在学校中兼职的心理辅导人员和专职的心理辅导教师毕竟是少数，而大部分则是语、数、外等学科的专任教师。学校心理辅导必须发挥全体教师的协作优势，在日常的教育、教学活动中全面渗透心理健康教育。

第四，学校心理辅导需要全员参与。学校心理辅导教师要与校长、教导主任、年级学科组长、班主任、团队辅导员和家长紧密协作，促进儿童、青少年的德智体美全面发展。校长、教务人员、班主任、心理辅导教师等协同努力、配合教育，才能发挥更大的作用。

第五，学校心理辅导的重点是学生的学习问题和适应问题。对于学生的学习困难、厌学和考试焦虑等问题，如何进行教育教学方法的改革，学习心理辅导至关重要。其中学习计划与步骤的制订、课堂笔记方法、知识记忆的方法、辞典与参考书籍的利用方式、预习复习的方法、考试和答题的心理技巧等，在学校心理辅导中占了很大的比重。此外，学习问题常常会引起不适应问题，或者不适应又造成学习问题，因此对学生的性格、情绪、行为、生活习惯、学习态度等适应问题，也应加强心理辅导的力度。

第六，学校对家庭的心理辅导与教育也必须时常进行。因为儿童、青少年的许多神经症问题，性格、情绪、行为等适应问题都与家庭生活关系密切。对家庭教育辅导成功，常常意味着对问题学生的心理辅导接近成功。

（二）学校心理辅导的教育形式

学校心理辅导是一个教育的历程。在辅导过程中，受过专业训练的辅导人员，运用其专业知识和技能，协助被辅导者了解自己、认识世界，根据其自身条件（如能力、兴趣、经验、需求等），建立有益于个人和社会的生活目标，并使之在教育、职业及人际关系等各方面的发展上，能充分展现其能力，从而获得最佳的生活适应。

学校心理辅导可以采用多种教育形式，主要有开设心理辅导讲座、开设心理辅导活动课、结合班级团队活动开展心理辅导、学科教学渗透心理辅导、小组辅导、个别辅导、家庭辅导、朋辈辅导、电话心理辅导、网络心理辅导。最常见的三



种形式是个别辅导、团体辅导及开设心理健康教育课程。

学校心理辅导要善于运用教育策略,常用的策略有:积极关注,对任何学生都无条件地关注;反馈引导,引导学生自我探索、认识自我;指导阅读,引导学生通过阅读有关书刊,从而自己解决自己的问题;改变认知,通过暗示、说服等方法,促使行为的改变;行为训练,通过布置一定的作业,增强学生的自信心和勇气;角色扮演,在自然、自发的气氛下,演出希望的、害怕的角色行为,促进个人的心理成长;示范作用,教师在每一个活动之前首先做示范;同伴互助,学生带学生,弥补教师力量的不足;家庭会议,教师、学生、家长三方面共同制订计划,帮助解决问题;自我管理,让学生学习自我控制、自我指导,以达到自立自助的目的。

学校在过去或是将来,都是因为学生的存在而真正意义上“成为学校”。学校面临的挑战包括:社会转型期的人格特征,积极教育价值取向的确立,适应网络技术变化发展的需要,终身教育与学习理念的培养,多元思想文化对校园的冲击,等等。积极应对这样的挑战,学校需要家长的参与、教师的合作、社区的支持与同伴的关心。心理辅导将会面临更大的机遇和挑战,而学校心理辅导正在为应对明日的挑战做着准备:学校心理辅导将提供对家庭教育的指导,对班主任工作和学科教学的积极渗透,对教师自我发展与管理工作的专业支持,引入社区专业心理资源,开展同伴心理互助与社团活动,等等。可以相信,随着对心理辅导认识的深入以及人类社会经济的进一步发展,学校心理辅导必定有着光明美好的未来。

第二节 学校心理辅导的教育定位

学校心理辅导是全面贯彻党的教育方针、实施素质教育的重要举措,是加强和改进德育工作的重要途径和手段,是学校教育工作的重要组成部分。与日常教育、教学工作相比,学校心理辅导更加人性化、个性化;与心理治疗相比,学校心理辅导则是一种更具教育性、发展性的专业工作。

一、学校心理辅导与素质教育

在认识和对待心理辅导与素质教育或全面发展教育关系问题上,我国学者的观点基本趋于一致,即心理辅导是素质教育或全面发展教育不可缺少的重要内容或组成部分,重视心理辅导“是我们在教育领域、教育理念、教育思想方面的



一种整体性超越,是在更清醒的理智水平和更深沉的情感层次上对学生健康成长的有效关照”^①。心理辅导是促进人心理素质发展的教育。心理辅导对人的素质发展的作用是由心理素质在人的整体素质中的地位和作用决定的。“要想构建场域,就必须辨别出在场域中运作的各种特有的资本形式;而要构建特有资本的形式,就必须知晓场域的特定逻辑。”^②

(一) 心理素质与整体素质结构

关于素质和心理素质两个概念的认识,理论界多有歧义。但基本的共识是:心理素质是人的整体素质的重要方面和组成部分。人的素质按其发展水平或发展层次可以分为生理素质、心理素质和社会文化素质三类。这样的划分与辩证唯物主义把人看作“生理—心理—社会”统一体的观点是一致的。人的发展是这三类素质统一的发展过程,每一类素质都是整体人发展的不同方面,但这三类素质并非平行的并列关系,而是按照从生理到心理再到社会性的顺序发展,这种顺序反映了发展的水平和层次。

心理素质在人的整体素质结构中占有特殊的地位,发挥着特殊的作用。“心理素质是核心素质,心理素质是基础素质,心理素质是第一素质。”^③心理素质居于素质结构的中间层次,是先天生物因素和后天社会因素的结合。心理素质为生理素质、社会文化素质的发展提供了必需的心理基础。它影响着生理素质的发展,中介着社会文化素质的积淀。人的整体素质特别是社会文化素质的发展水平取决于心理素质的发展水平。

素质是人性的基本特质,它是十分复杂的身心现象,从而显示出以下八种基本的特征:系统性与整体性,静止性与稳固性,可塑性与可变性,差异性与共同性,实践性与活动性,自然性与社会性,局限性与难全性,难估性与难测性。^④心理素质有着与一般素质共同的特点,这就是心理素质的整体性、稳定性、变异性和差异性,同时也有自己的特殊性,如隐蔽性、潜在性等。认识这些特性有助于认识心理辅导产生的“场效应”。

(二) 学校心理辅导的场域“观照”

与素质分类相对应,素质教育也可以分为身体素质教育、心理素质教育、社会文化素质教育,三类教育相互联系、相互渗透,共同构成素质教育的整体。但

① 张佩珍.转化与泛化:心理健康教育与价值观教育的关联性[J].教育发展研究,2001,(3):59-61.

② [法]皮埃尔·布迪厄,[美]华康德.实践与反思——反思社会学导引[M].李猛,等译.北京:中央编译出版社,1998:147.

③ 王希永,瑞博.心理教育概论[M].北京:开明出版社,1999:8.

④ 周冠生.素质心理学[M].上海:上海人民出版社,1998:77.