



班级心理学

班级

王 鉴◎ 著

BANJI XINLIXUE |||

这是一本关于班级心理学系统研究的力作。
一本致力于提升班主任专业素养和提高班主任班级心理工作能力的专著。
一本中小学班主任案头当备的参考书。

本书是全国教育科学“十一五”规划课题《学校积极心理辅导的理论与实践研究》的研究成果（项目编号：FBB080554）



班级

心理学

王 鉴 著

BANJI XINLIXUE



这是一本关于班级心理学系统研究的力作。

一本致力于提升班主任专业素养和提高班主任班级心理工作能力的专著。

一本中小学班主任案头当备的参考书。



北京师范大学出版集团

BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP

北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

班级心理学 / 王鉴著. —北京: 北京师范大学出版社,
2011.5

ISBN 978-7-303-12513-5

I. ①班… II. ①王… III. ①中小学—心理健康—健康
教育—研究 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 073043 号

营销中心电话 010-58802181 58808006
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>
电子信箱 beishida168@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京京师印务有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 170 mm × 230 mm

印张: 17.25

字数: 274 千字

版次: 2011 年 5 月第 1 版

印次: 2011 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 28.00 元

策划编辑: 祁传华 郭 瑜 责任编辑: 郭 瑜 祁传华

美术编辑: 毛 佳 装帧设计: 毛 佳

责任校对: 李 茵 责任印制: 李 啸

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

序

郑日昌

班级是学生成长的摇篮，对学校班级心理现象做深入探讨是教育心理学的重要内容，但在我国却长期缺乏系统研究。王鉴先生经多年潜心探索，撰写了这本《班级心理学》，填补了该领域的空白，这是一件可喜可贺的事！

作者将班级定性为一个“小社会”，视班级为一种社会群体、一种社会组织 and 一种成长共同体，并以此作为逻辑起点，提出相应的班级心理学的理论体系，即基于班级社会心理学、班级管理心理学和班级心理辅导建构班级心理学的整体框架。

理论与实践融为一体，继承与创新妥当结合，这是《班级心理学》一书的显著特色。第一，它有厚实的研究基础和实践积淀。作者在深圳市教育科学研究院任职，十余年来一直在深圳市学校心理健康教育领域中工作。“十五”期间，他主持了全国教育科学“十五”规划课题《深圳特区中小学班主任实施心理健康教育理论与实践研究》，以三十余所学校为实验基地扎根于班级开展研究，取得了有价值的理论成果，建立了重实效的工作模式。该书是基于这些研究成果的进一步提升。第二，它有多方面创新性的突破。作者紧跟当代心理学前沿，将积极心理学的理念贯穿全书，变消极问题取向为积极发展取向；同时以系统的视野统观研究，变线性因果思维为系统关系思维，在班级领域进行了开展心理教育尤其是开展积极心理辅导的全新探索。第三，它具有实践指导意义。作者结合实例阐述了如何有效地运用心理策略解决班级生活中的问题；结合教案指导了如何恰当地把握基本技能开展班级团体辅导活动；结合个案示范了如何科学地掌握基本理念开展积极心理辅导工作。本书致力于把心理健康教育领域中心理教师

的专业工作转变成班级领域中班主任的一种职业素养，提升班主任开展班级心理工作的能力。

可以毫不夸张地说，中小学班主任若将此书作为案头必备的参考书，经常翻翻，相信一定对做好学生工作帮助多多，获益匪浅。

我与王鉴相识近 20 年，他一直尊我为师。其实我与他还是亦师亦友的关系，彼此交往颇多，相知甚深。王鉴先生既是一位研究者又是一位实干家，踏实做事，不喜张扬。这本书文如其人，朴实扎实，有理有用。

好友嘱我为其新作写序，吾当义不容辞，于是欣然命笔，将这本《班级心理学》负责任地推荐给广大教育工作者和心理学界同道。

是为序。

2011 年 2 月

于北京师范大学

目 录

第一章 总 论 /1

- 第一节 班级概述 /1
- 第二节 班级的性质 /8
- 第三节 班级心理学的理论研究 /11

第二章 班级心理环境研究 /21

- 第一节 班级心理环境的理论分析 /21
- 第二节 班级心理环境问卷编制 /24
- 第三节 班级心理环境描述性研究 /29

第三章 班级中的师生关系 /37

- 第一节 师生关系的内涵 /37
- 第二节 师生关系的类型与特点 /39
- 第三节 师生关系对学生发展的影响 /41
- 第四节 师生冲突问题 /44

第四章 班级中的同伴关系 /56

- 第一节 同伴关系的概念与意义 /56
- 第二节 同伴关系的发展与类型 /59
- 第三节 同伴关系的影响因素 /62
- 第四节 同伴之间的友谊关系 /68
- 第五节 关系不良儿童的同伴关系及友谊关系 /71

第五章 班级管理心理概论 /80

- 第一节 班级管理思想的演变 /80
- 第二节 班级管理理论与模式 /83
- 第三节 以人为本的班级管理心理策略 /87
- 第四节 班级管理中常用的心理效应 /93
- 第五节 班级中非正式群体 /100

第六章 以人为本的班级管理心理实践 /106

- 第一节 班级管理的特色与艺术 /106
- 第二节 班级棘手问题的处理案例 /113
- 第三节 班级特别学生的转变 /119

第七章 课堂学习氛围 /132

- 第一节 课堂学习氛围的基本认识 /132
- 第二节 课堂学习氛围诸因素分析 /134
- 第三节 营造积极课堂学习氛围的策略 /136
- 第四节 课堂上突发事件处理策略 /142

第八章 班级心理辅导的理论问题 /149

- 第一节 几个基本概念辨析 /149
- 第二节 班级心理辅导模式引发的问题 /154
- 第三节 发展性心理辅导的理论分析 /156
- 第四节 班级心理辅导的角色分析 /159

第九章 班级团体心理辅导通论 /163

- 第一节 班级团体心理辅导的基本内涵 /163
- 第二节 班级团体心理辅导的内容依据 /165
- 第三节 班级团体心理辅导的基本主题 /172

第十章 班级积极团体辅导 /175

- 第一节 积极团体辅导的价值内涵 /175
- 第二节 积极团体辅导的理论框架 /178
- 第三节 积极团体辅导的整体模式 /181
- 第四节 积极团体辅导的设计 /189
- 第五节 积极团体辅导的操作及评价 /196
- 第六节 积极团体辅导的操作实例 /203

第十一章 班级积极心理辅导探究 /222

- 第一节 积极心理治疗概述 /222
- 第二节 心理咨询基本理论流派中的积极因素 /225
- 第三节 积极心理辅导的基本探究 /232

第十二章 积极心理辅导方法与应用 /237

- 第一节 希望心理辅导 /237
- 第二节 叙事心理辅导 /243
- 第三节 焦点解决心理辅导 /249
- 第四节 积极信条辅导 /254

后 记 /266

第一章

总 论

本章主要讨论班级的几个基本问题：班级的产生和发展、班级的基本性质和班级心理学的基本理论。

第一节 班级概述

一、班级的产生和发展

班级有一个充满生机的现在，班级还有一个充满岁月的历史。

学校班级的产生源于班级授课制的出现，而班级授课制是在一定历史条件下萌发的。

在奴隶社会和封建社会，人类社会的生产基本上处在小农经济和手工业的生产方式之下，人们对于教学的需求并不迫切，教育仅限于满足那些掌握一定政治权力的统治阶层的子女的需要。这一时期，教学都是私塾式的个别教学。

（一）夸美纽斯提出了班级授课制

班级教学最早产生于16世纪的西欧。这一时期，西欧的一些教会学校、古典中学开始出现了班级教学的尝试。在此基础上，捷克教育家夸美纽斯(J. A. Comenius, 1592—1670)于1632年发表了《大教育论》一书。书

中首次阐述了“班级授课制”的教学形式，对班级教育的实践作了总结和归纳，并对班级教学的特点、功能、应用等问题，第一次从理论上进行了概括性的阐述和论证，从而奠定了班级教学的理论基础。

（二）贝尔-兰卡斯特的导生制及班级组织的出现

19世纪初在英国出现的贝尔-兰卡斯特的导生制对班级组织的发展产生了重要影响。教师选择一些年龄较大和成绩较好的学生作为导生。教师上课时先教这些导生，然后，让导生将刚学的内容教给自己组的学生。导生不但负责教学，而且还负责检查和考试，完全是教师的助手。有了导生的帮助，教师的教学工作量大大减轻了。导生制作为班级组织的雏形，对于解决在工业革命背景下，尽快普及初等教育带来的教师不足的问题提供了有益的探索。

贝尔-兰卡斯特的导生制在当时并未普及。19世纪初期，各国的小学依然普遍采用个别教学的方法，并未实行班级制。班级组织的实施依赖于国民教育制度相关内容的制定。19世纪前半叶，普鲁士实施了以6岁到14岁儿童为对象的义务教育国民教育制度。当时普鲁士推崇裴斯泰洛齐的教育思想，以他主张的同步教学法为基础的班级组织开始在普鲁士的小学中实施。1872年《小学及教员养成一般规程》公布，对班级组织的相关内容作了规定。这个规程将历来被视为标准的单级小学合并，鼓励多级小学，小学课程为上、中、下三个阶段。且规定80名儿童以上的应设两个班级，120名儿童以上的应设三个班级。这种三阶段的划分促进了六年制城市小学的发展，后来逐步出现了七年制及八年制的小学。

（三）圣路易编制法和巴达维亚法

班级教学逐渐替代了个别教学方式，在学校管理方面也逐渐把班级教学与班级编制视为规划教育的重心。到了19世纪70年代，人们开始关注同步的班级教学与根据个别要求实施教学的矛盾，班级授课制的弊端开始显现。于是，适应个别差异的班级教学组织的改造运动开始在美国活跃起来。这个运动形成两个改革方向：一是编制上的改革方案；二是教学上的改革方案。

根据儿童能力的个别差异改革班级编制的代表方案叫做“圣路易编制

法”。这个方案的思路是根据儿童能力来编制班级，视儿童能力情况予以升级。其方法是：将小学八个年级的学科内容分配在几个学期之内，一个学期以5周或10周计。学期结束时，通过考试编制新的班级，能力达标的予以升级。从教学法角度改造班级教学组织的代表方案叫做“巴达维亚法”。这个方案的思路是在同步教学的过程中，增加个别教学的时间，重在提高个别教学的效果。其做法是：一个班级有50名学生以下的设一名教师；一个班级有50名学生以上的要设两名教师。只设一名教师的班级，教师每天必须有一段时间用于个别教学；设两名教师的班级，其中一名教师专门从事个别教学，另一名教师负责同步教学。

（四）道尔顿制

道尔顿制是班级发展历程中的一项意在创立个别教学制度的重要改革。道尔顿制由美国帕克赫斯特(H. H. Parkhurst, 1887—1973)于1920年在马萨诸塞州道尔顿中学所创始，因此得名。帕克赫斯特认为班级授课制不能照顾到学生的个别差异，她提出以自由与合作为基本原则，给学生充分的自由和满足兴趣的机会，在自主学习活动中学习知识和提高能力。道尔顿制的教学场所是在实验室或活动室进行教学活动，实验室分学科设置。各科实验室备有该学科所需的教具和参考书，并设两名教师指导学生。教师根据学生各自的学习能力和水平，把教学内容按月份进度安排，并与每个学生协商确定本月份学习的主要内容，订立学习公约。学生根据相关的作业指令进入各自的实验室，学习过程主要由学生自主完成，学习结束须考试及格后才能开始下一个月的学习。学习过程中老师则是督促者、指导者。道尔顿制只是针对主要学科的教学采用，而次要学科仍然以班级为单位进行。这里主要学科指数学、语文等，次要学科指音乐、美术等。道尔顿制实施的重要意义在于强调学生的个体差异和学习的自主意识。但道尔顿制在实施中对教师的要求很高，容易导致学生的放任自流。

（五）作业共同体与生活共同体

对于班级本身的积极认识，可以追溯到20世纪初的德国。在德国，班级主要是基于教学效率的需要而产生的组织。长期以来，人们认为个别教学优于班级教学，而从根本上改变传统班级观念的是劳作学校的思想与教

育社会学的理念。德国教育家凯兴斯泰纳(G. Kerschensteiner, 1854—1932)倡导以“作业共同体”作为学校教育改革的核心理念。他提出公民教育的指导思想, 劳作学校则是实施公民教育的机构。他认为教育的目的在于培养有用的国家公民, 学校教育的重点在于进行公民知识教育和职业能力的培养、技能的训练。他主张, 学校应该以自由作业为中心, 构成活动的共同体。就班级而言, 由此形成了“作业共同体”的班级思想, 形成了新的班级观。作为“作业共同体”的班级, 实行的是人类多方面教育的社会场所, 学生作为班级组织的一名成员从事作业活动。学生的个体生活与团体生活是相辅相成的, 每个学生既要发展独立的个人生活, 又要与其他同学一起经营团体生活。班级则是陶冶学生个性化发展和社会化发展的场所。

以“生活共同体”为基础的班级观, 强调从学生的共同生活出发, 使班级组织成为一个学生成长训练和培育的场所。“生活共同体”的思想最早体现于“乡村教育之家”和“自由学校共同体”之中。利茨(H. Lietz)所创设的乡村教育之家, 把学校当做一种家的形式的“生活共同体”, 借此进行教学活动。自由学校共同体是温纳肯(G. Wyneken)创设的, 它以自治原理为教育之本, 师生处于平等地位, 共同商讨学校的事情。

(六) 中国的班主任制

1862年, 清政府在北京开办的京师同文馆中开始采用班级授课制, 1901年, 清政府废科举兴学堂, 班级授课制在我国学校里开始普遍推行。1932年, 国民政府规定在中学实行级任制。1938年, 国民政府又将级任制改为导师制, 每个班级或每个年级设一名班导师或级导师。与此同时, 在苏区和解放区的学校内, 实行了级任制或班主任制。

新中国成立之后, 我国在教育上主要学习苏联的理论, 将原来的级任制或导师制一律改成了班主任制。1952年, 教育部颁布了《小学暂行规程(草案)》和《中学暂行规程(草案)》, 其中分别规定: “小学各班采取教师责任制, 各设班主任一人”, “中学每班设班主任一人, 由校长在各班教师中选聘, 在教导主任和副教导主任领导下, 负责联系各科教员, 指导学生生活和学习”。从这时候开始, “班主任制”正式确立。

改革开放以来, 班主任的地位不断提高。1963年和1978年的《全日制

中学暂行工作条例(试行草案)》中都指出：“学校应当加强对班主任工作的领导，选派政治觉悟较高和较有教学经验的教师担任班主任。”1988年，原国家教委颁布了《小学班主任工作暂行规定》和《中学班主任工作暂行规定》，对班主任的职责作了更为具体、明确的规定，并重申了班主任在学校教育中的重要作用。2006年，教育部颁发《教育部关于进一步加强中小学班主任工作的意见》，特别提出了班主任角色的新时代定位：中小学班主任是班级工作的组织者、班集体建设的指导者、中小学生学习成长的引领者，是中小学思想道德教育的骨干，是沟通家长和社区的桥梁，是实施素质教育的重要力量。2009年，教育部印发了《中小学班主任工作规定》，对班主任的重要作用进一步阐明：班主任是中小学日常思想道德教育和学生管理工作的主要实施者，是中小学生学习成长的引领者，班主任要努力成为中小学生学习的人生导师。班主任地位的提高和角色的深化包含了班级内涵的新发展。

(七)现代班级内涵的发展

在现代教育的发展中，人本主义思潮成为改革进程的主流，教育比以往任何时候都更关注学生作为人的发展。

教育的价值取向一直在两个方面寻求着均衡：促进社会的发展和促进人的发展。然而在历史上，总是把教育促进社会发展的价值放在第一位，人的发展是服从社会发展的。新中国成立后的教育经历了这样几个阶段：教育为工农兵服务，为生产建设服务；教育为无产阶级政治服务；教育为社会主义建设服务。教育是社会系统的一个子系统，它必然要服从社会的整体需要。

20世纪80年代以来，全世界经济发展的速度明显加快，引发社会运行的体制和机制发生着日新月异的变化，人们似乎感觉到社会进程的走向隐含越来越多的变数。经济发展，科技为先，人才为本。随着社会的发展，人才的价值逐渐显露出来，教育的地位也日益突出。我国的教育理论界开始关注教育与人的发展的问题。于是，教育把促进人的发展置于案头，人本主义思想涌动着聚成大潮。

人们终于关注且有能力关注人类自身的发展，这并非是把教育价值的

筹码简单地从促进社会发展挪向促进人的发展。社会发展本身包含着人的发展，两者是相辅相成的，而社会发展的终极目标是人的发展。社会发展完善着满足人的发展的条件，人的价值从社会价值中凸显出来。

正是人本主义的教育观念丰富了班级工作的内涵，导引了班级理念的升华，我们今天已经感受到了班级里发生的变化：“一日班长”让每个学生体验做“领导”的感受；“班级日志”记下每一天班级成长的故事；“竞争上岗”让每个学生感受现代社会的人事机制；“自主管理”让每个学生学习人的独立性成长……班级不仅是一个学习组织，更是一个社会组织；班级的任务不仅是让学生获得知识性成长，更主要的是获得社会性成长。我们重新对班级充满好奇和希冀，以新的心态、新的视野体察班级，品味班级的心理世界。

二、班级的构成和特点

班级作为学校组织的一个基本单位，它是由组织的机构、成员、目标、制度、活动等要素构成的。我国内地学校的班级尤其具有组织的稳定性和相对长期性的特点。

班级的组织机构由班主任领导下的班委会、学习小组组成，以及由学校少先队大队领导下的少先队中队委员会、少先队小队和由学校团委领导下的团支部、团小组等组成。班委会是班级组织机构的核心行政组织，由班长、班委等组成，负责全班的班务工作。班主任是班级教育的主导者，班级学生是班级施教的对象。成员中存在隶属关系，分工负责。组织目标是班级工作的导向，通常是学校培养目标的实施细化。

班级的组织类似于成人社会的团体机构。这一点使得教育工作者对基于班级的教育改革冲动不已，对于班级社会教育功能的探索兴致盎然。而且，教育工作者希望通过教育的过滤和干预手段，在班级里营造一种理想社会的机制，培养建设理想社会的人才。

班级作为学校的基本学习组织，又有与成人社会组织不同的特点。

第一，它有明确的学习目的。班级里的学生为着一个共同的学习目标

走到一起来，在学习生活中健康成长是每个学生的期望。

第二，班级成员之间的关系是平等的。同学是一种单纯的关系，就一般意义来说，不存在利益冲突，也不存在权势之争，完全是一种平等、互助的关系。

第三，班级成员的生理、心理水平是相近的。这一点，主要是教育教学活动的需要。学校为着完成教育教学任务的目的组成班级，保持学生心理成长的基本一致是十分必要的。

第四，班级人数有一定限制。为了提高学校教育教学的效率，人们总是希望班级人数尽可能地多，但人数太多又影响教育教学的效果和个性化教育。一般来说，50人的班级负载已经较重了。

第五，班级成员有组织纪律的要求。学校班级以教育教学活动为主，学习的提高要求循序渐进、日积月累、持之以恒，要求班级全体成员同步性发展，这就一定要有组织纪律作为教育活动的保障。

第六，班级成员受班主任和任课教师持久而深远的影响。教育本身就是施加影响，而且这种影响主要来源于教育教学活动中教师的言行举止。对于中小學生来说，班主任和任课教师的影响比其他人物的影响都要大，有些影响甚至是终身的。

班级就是这样一个学习型组织，如同生长中的一池秧苗，扎根泥土，汲取养分，沐浴阳光，相互影响着、牵连着长大。当教育擎起“以人为本”旗帜的时候，班级心理也正在成为焦点话题。其实，不管我们是否关注这一话题，班级心理氛围都一直在真实地影响着学生的发展。

三、班级的矛盾因素和动力机制

鲜活的生命是在适应与发展的矛盾历程中成长的。人的生活状态是一种与社会环境的适应，而人的生命生长又是一种突破原有适应的发展。人总是在追求新的境界，体验新的适应。对于中小學生来说，成长、发展是硬道理，能不能发展比会不会适应更为重要。班级成员的心理成长的历程就是不断突破旧我、形成新我的过程，这一过程伴随着烦恼，也充满着快意。

班级中存在着团体共性要求与个人发展需要的矛盾因素。对于每个人来说,存在着个人成长的个性化与社会化的整合任务。班级需要制定人人遵守的行为规范来保障完成学校教育任务;同时,每一个个性不同的学生也希望按照自我的方式成长。每个学生的成长要考虑自身的因素和社会的因素,既使“这一个”学生的自我充分的发展,又使“每一个”学生适应社会的发展。

班级因为学生而存在,因为学生的学习活动而存在,也因为保障学校的教育功能而存在。班级的内在动力机制来源于班级成员的成长需要,外在促进机制则是学校教育的目标要求。每个学生都在调节自身,以适应班级集体环境;同时,班级也在营造自身,使其能够促进学生的良好发展。

人的心理成长是一个社会化的过程。社会化是指使人们形成个性并学习所在社会的生活方式的过程。社会化是在人与人相互影响中发生的,是通过人类文化的传承活动进行的。班级是学生社会化发展过程的小社会环境。作为学生,首先要适应班级这样一个集体学习环境,然后在这样的环境中发展自己。

第二节 班级的性质

关于班级已经有了很多研究成果,我们对于班级心理现象也有了很常识性的认识。但是把班级心理现象作为一门学科来考察的时候,首先要理清一些基本问题:如何界定班级心理学的内涵?如何构建班级心理学的理论框架?思考这两个问题,需要对班级的性质有一个学理性分析。

班级是一个“小社会”。那么,班级是一个什么性质的社会团体?如何认识班级的社会属性?

一、班级团体是一种社会群体

班级团体作为一类人的集合，首先是一种社会群体，这是对于班级社会属性的一个基本认同。一个社会群体至少具有以下几个特征：共同的全体活动；一定的成员关系；持续的相互交往；共知的整体规范；明确的群体意识。

作为社会群体，班级成员有以学习为主的共同活动；有同学之间的成员关系；有长达3年或至6年的持续交往；有学生共知的班级规范；有学生共识的班级文化和班级氛围。

意识到班级团体是一种社会群体，其教育活动就有了社会的意义。学生的活动不仅是个人的行为，还是反映班级群体环境的行为；学生的表现不一定是个人意愿的真实反映，还可能是受班级其他成员意愿影响的表现。即是说，在班级中一个学生的行为，是其个性特征与班级环境共同作用的结果。学校的教育活动促进学生的社会性成长，是通过教师的教学活动和学校环境、班级环境的影响多方面进行的。

班级中的成员交往有着十分重要的教育意义。交往实质上相当于广义的教育，从某种意义上可以说教育就是一种交往的实践活动。人们在交往的过程中会追求一种平等而真诚的人际关系，同学间彼此保持着相互理解与内心沟通，共同分享意义，不断达成共识，相互印证自我的存在与成长。个体正是在这种交往中不断进行着社会化过程。

二、班级机构是一种社会组织

班级机构是一种社会组织，这是对于班级社会属性进一步的认识。社会群体有松散团体的意味，作为一个人群的集合来说，社会组织比社会群体更体现出团体的整体性和人际关系的密切性，其成员间存在更深程度的相互交往。社会组织有三个要素：明确的组织目标；正式的组织机构；清楚的组织规范。显然，班级有学校教育指向学生发展的目标；有维持班级