



和谐社会
心理化教育丛书

丛书主编：谭锋云 郝向宏

XINLIHUA JIAOYU QIRITAN

心理化教育

七日谈

应力 岳晓东 著



同济大学出版社
TONGJI UNIVERSITY PRESS

和谐社会心理化教育丛书

丛书主编：谭锋云 郝向宏

心理化教育七日谈

应 力 岳晓东 著



同济大学出版社
TONGJI UNIVERSITY PRESS

内 容 提 要

心理化教育是以心理学为核心,全面提升学生的心智品质,培养科学的创新思维,促进学生知识结构的优化,提高社会适应性,有效推动学生的人格完善、学业的不断进步,能真正滋养生命的教育理念。作为心理化教育的积极倡导者,作者以演讲和对话形式,分七讲阐述了有关的核心内容。本书可供广大教育工作者和心理咨询师参考。

图书在版编目(CIP)数据

心理化教育七日谈/应力,岳晓东著.--上海:同济大学出版社,2011.5

(和谐社会心理化教育丛书)

ISBN 978-7-5608-4558-6

I. ①心… II. ①应…②岳… III. ①青少年-心理教育 IV. ①B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 063359 号

心理化教育七日谈

应 力 岳晓东 著

责任编辑 徐国强 责任校对 徐春莲 封面设计 潘向葵

出版发行 同济大学出版社 www.tongjipress.com.cn
(地址:上海市四平路 1239 号 邮编:200092 电话:021-65985622)

经 销 全国各地新华书店

印 刷 宜兴市佳美彩印有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 12.25

印 数 1—5100

字 数 245 000

版 次 2011年5月第1版 2011年5月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5608-4558-6

定 价 26.00 元

写在前面的话

岳晓东

教学心理学化的概念由 19 世纪瑞士教育家裴斯泰洛齐首次提出。这一概念一是就教育目的或结果的意义而言,要求教育教学应使人固有的、内在的能力得到培养和发展;二是就教育教学的活动或过程的意义而言,要求教育教学应与儿童心理发展的特点和规律协调一致,使儿童在获取知识、发展智力和道德情感等诸方面都处于自然主动的地位。

被誉为“科学教育学”奠基人的德国教育家赫尔巴特,在继承裴斯泰洛奇教学心理学化思想的基础上,第一次构建了一个完整的教学心理学化理论体系,以心理学的统觉视角来解释认识过程和教学过程,对教学规律进行了深入探索。

其实,从东西方教育发展史看来,伟大的哲学家、教育家几乎都将心理学核心要素融入到了教育与教学的过程中。西方的柏拉图、亚里士多德、卢梭、杜威,东方的庄子、孔子、释迦摩尼等先哲,都无一例外地提出教育要以心理发展规律作为基础,并进行了孜孜不倦而富有成效的探索。

教育发展到了 21 世纪,一个倡导人文精神与科学技术并举,呼唤人与自我和谐、与家庭和谐、与社会和谐、与自然和谐的时代,我们重新追问教育的本质,重新思考心理化教育的意义,也变得更为迫切而重要。

也许教育的概念如同“幸福”、“自由”、“爱情”那样本源而丰富。也许我们还没有这样的力量,去清晰地界定“教育”的真正意义。然而,当代科学观的重大变迁、多元哲学与文化的相互融合、脑科学突破性的进展、心理学长足的进步、计算机信息技术的迅速发展等等,不仅给了我们重大的启示,同时也给了我们真正的信心和激励。

多年来,我们以走出教育的困境为内在动力,以心理学为理论核心,从问题情境切入,分析探讨教育与身心发展相脱离、教育与生活情景相脱离、教育与社

会适应相脱离、教育理论与实践相脱离,以及由此而产生的一系列教育异化的问题。力求突破学科的藩篱,使科学主义价值取向与人文主义价值取向,在新的教育理想与情境中,融合生成。

我们倡导的心理化教育,力求秉承“爱和科学”的精神,以脑科学、心理学、社会学的发展成果为理论指导,遵循身心发展规律,综合运用心理学的方式方法,通过教育多渠道的积极互动,持续促进个体人格完善、智能生长、幸福提升、生命意义不断彰显。

我们期待心理化教育在探索实践的过程中,能够召唤更多的有识之士,凝聚更强大的社会力量,为促进每一个生命的幸福而一步一步地前行。

让我们共同为此而奋斗!

向成书过程中指导、帮助和支持我们的中国青少年心理化教育中心实践基地、中国青少年网络协会、潍坊行知家庭教育和心理健康指导中心,以及金锐副秘书长、高晶老师、金琰老师、张光年老师,表示我们最诚挚的谢意!

是为序。

2011年3月10日于香港

目 录

写在前面的话

第一讲 应试教育的十字路口

——拷问教育的本质	1
一、主题演讲	1
1. 什么是教育的本质?	1
2. 应试教育目标扭曲,评价极端功利化	3
3. 应试教育特权泛滥,“生存链”恶性循环	5
4. 应试教育堵塞教育途径,生活与教育分离	7
5. 应试教育使知识无活力化,阻碍脑的发展	8
6. 应试教育竞争压力过大,心理发展失衡	10
7. 应试教育与社会需求脱节,个体就业困难	12
8. 应试教育困境的挑战	14
二、思考与对话	15
思考一 应试教育是不是科举制的翻版?	15
思考二 美国学生入大学要参加统一高考吗?	15
思考三 香港、台湾地区有没有应试教育?	16
思考四 为什么知识学得越多,创造力越来越贫乏?	16
思考五 为什么说网络成瘾大多是应试教育的后果?	17
思考六 教育改革能够带来怎样的新气象?	17
思考七 行为主义与应试教育之关联?	18
三、心理视窗	18
海潮效应 让我们成为教育的“万有引力”	18
蝴蝶效应 教育谨记“小事不小”	19
罗森塔尔效应 教育需要有皮格马利翁之心	19

第二讲 心理化教育核心理念

- 教育是生命意义的建构 21
- 一、主题演讲 21
1. 什么是心理化教育 21
 2. 心理化教育是“身心、情理”统整作用的过程 22
 3. 心理化教育是生命多元智能的培养 24
 4. 心理化教育是心灵的倾听与交流 27
 5. 心理化教育是情境的丰富浸润 29
 6. 心理化教育是“家庭、学校、社会”共同体 31
 7. 心理化教育倡导终身学习持续发展 33
 8. 心理化教育研究方法的生态化 35
- 二、思考与对话 36
- 思考一 当代科学观的变迁对心理化教育的启示有哪些? 36
- 思考二 心理化教育从多元哲学文化中汲取了什么? 37
- 思考三 脑科学对心理化教育有哪些重要启示? 37
- 思考四 怎样理解发展心理学对心理化教育的影响? 39
- 思考五 人格心理学对心理化教育有哪些提示? 40
- 思考六 心理化教育从认知心理学中获得了怎样的启迪? 41
- 思考七 临床心理学对心理化教育的影响有哪些? 42
- 思考八 社会心理学对心理化教育有什么启示? 43
- 三、心理视窗 44
- 情境效应 情境中角色与规则的力量有多大? 44
- 南风效应 教育要顺应内在需要 45
- 头脑风暴效应 让“思维共振”成为教育基本策略 46

第三讲 心理化教育策略资源

- 完形-浸润-创新是核心 48
- 一、主题演讲 48
1. 心理化教育元策略的“五个”特征 48
 2. 心理化教育的问题解决策略 50
 3. 心理化教育的共同体策略 53
 4. 心理化教育的阶段发展策略 54
 5. 心理化教育的协作策略 57

6. 心理化教育的差异化策略	58
7. 心理化教育的跨学科策略	61
8. 心理化教育咨询运用策略	64
9. 心理化教育技术运用策略	65
二、思考与对话	67
思考一 婴儿期的依恋对教育有哪些重要提示?	67
思考二 有哪些方法有助于不同人格类型的人进行学习?	68
思考三 如何发挥脑的格式塔效应?	69
思考四 什么是压弹力?	69
思考五 如何化解生活中的压力?	70
思考六 批判性思维的训练是怎样的?	71
思考七 为什么说运用隐喻可以促进创造能力的发展?	72
三、心理视窗	73
边际递减效应 释放雪中送炭的力量	73
高原效应 创造“第二次呼吸”	73
暗示效应 让潜意识的积极力量为你服务	74

第四讲 心理化教育评价系统

——让评价成为永继不竭的动力	76
一、主题演讲	76
1. 心理化教育评价的基本原则	76
2. 心理化教育的真实性评价策略	79
3. 心理化教育形成性评价策略	81
4. 心理化教育的多重交互评价策略	82
5. 心理化教育的心理与行为评估策略	84
6. 心理化教育评价的整体设计策略	86
7. 心理化教育评价的问责策略	88
二、思考与对话	90
思考一 如何理解评价是对教育价值的追问?	90
思考二 目前学校教育评价存在哪些主要问题?	90
思考三 什么是测量、教学、评价的关系?	91
思考四 价值观除了在日常行为中体现,它是否能够被测量?	92
思考五 什么是教育评价的实效性与发展性?	93

思考六 教师评语是否具有激励与指导功能?	93
思考七 个体自我评价、自我调整的前提是什么?	94
思考八 个体的自我意识与反馈的关系?	94
三、心理视窗	95
成就动机效应 请呵护孩子那份纯真的动机	95
心理加减法效应 教育的方式方法需要巧用	96
偏见效应 莫让偏见遮住了你的双眼	97

第五讲 心理化教育家庭系统

——营造气氛激发心智潜能	98
一、主题演讲	98
1. 家庭教育的生命发展周期视角	98
2. 家庭教育系统的四大特征	100
3. 关注教育目标的整体发展性与个性化	102
4. 构建“主主关系”的有效交流模式	105
5. 注重生活自理与独立性的日常养成	107
6. 培养积极的自我意识与自律能力	110
7. 提高情绪管理与冲突解决的能力	111
8. 家长如何成为推动孩子学业进步的力量	114
9. 培养孩子健康的性意识和正确的爱情观	117
二、思考与对话	118
思考一 怎样理解家庭教养风格?	118
思考二 怎样围绕家庭生命周期开展教育?	120
思考三 家长自我反思有哪些内容?	121
思考四 孩子社会性发展的主要内容有哪些?	122
思考五 如何正确看待孩子的情商和智商?	122
思考六 什么是情绪的调节策略?	123
思考七 如何建构相互尊重的家庭性格?	124
思考八 怎样发展孩子的胜任感?	125
思考九 营养—锻炼—睡眠对孩子成长的意义?	126
三、心理视窗	126
禁果效应 警示强硬地阻断会适得其反	126
依恋效应 不要吝啬你真切的关怀	127

德西效应 开启“内在发动机”	128
第六讲 心理化教育学校系统	
——优化教育促进智慧生长	130
一、主题演讲	130
1. 如何理解科学的知识观与认识论	130
2. 学校需要确立为建构意义而教的理念	132
3. 理解影响学生发展的多元因素	136
4. 如何优化教学方法提升智慧品质	138
5. 推动元认知能力的发展	141
6. 重视学习环境的整体设计	143
7. 提升艺术与运动的教育功效	145
8. 重视教师的职业发展	148
二、思考与对话	150
思考一 有意义的学习怎样调动积极的自我?	150
思考二 同辈群体对学生有哪些影响?	151
思考三 学生的归因方式与学习效能之间的关系?	152
思考四 什么是思维顿悟说?	154
思考五 怎样进行有效的课堂管理?	154
思考六 什么是学习的高效记忆策略?	155
思考七 观察学习具有什么意义?	156
思考八 有效激励对学习有哪些促进?	157
三、心理视窗	158
系列位置效应 变换内容的位置有助于记忆	158
积极心态效应 让绝处逢生的希望伴随我们	158
遗忘曲线效应 不要等墙倒塌了再来造墙	159
第七讲 心理化教育社会系统	
——共同行动促进社会性角色的发展	161
一、主题演讲	161
1. 理解社会教育的独特意义	161
2. 充分重视互联网的教育作用	164
3. 文化与习俗对个人的影响	166



4. 发展职业岗位培训与实施 EAP	167
5. 自然环境教育的两个方面	169
6. 环境教育的特点	171
7. 我们为保护环境做什么	173
二、思考与对话	174
思考一 以自我为导向的社会教育对生活的意义?	174
思考二 美国职业教育有哪些重要特点?	175
思考三 什么是企业的 EAP 的服务?	175
思考四 什么是环境——行为理论?	176
思考五 天气对人有什么影响?	177
思考六 环境心理学怎样引导对环境负责任的行为?	178
思考七 庄子生态教育观是什么?	179
三、心理视窗	181
破窗效应 不放弃任何一个学生	181
詹森效应 重视过程以保持心态的平稳	181
罗密欧与朱丽叶效应 要疏导而不是勒令	182
参考文献	184

现在的教育怎么了？它冷漠无情，没有真正的力量去唤醒人的智慧，反而鼓励去沿袭某种模式，阻碍了人的和谐与发展。

——(印度)克里希那穆提



第一讲

应试教育的十字路口

——拷问教育的本质

一、主题演讲

1 什么是教育的本质？

让我们来先举三个事例：

● 事例一

“我不喜欢这个世界。学习的压力真的很大，让我喘不过气来……我希望你们都能够好好读书，考个好大学，有个好的将来，不要像我竟然输给了学习。所以，我必须选择离开。”

2004年3月11日下午，重庆两名高中女生在写下这遗言后，拥抱着从楼顶跳下。

● 事例二

1998年高考的语文作文题是《坚韧——我追求的品格》。某省上万名家庭完整的考生，开题竟都虚构“我自幼父母双亡，独自一人承担家庭重负成长至今……”

● 事例三

2009年，某一权威机构对十二所名校，其中包括四所小学、四所初级中学、

四所高级中学的三万多名学生作了问卷调查。调查结果显示:70%以上的学生,最讨厌的事情竟是上学!

当我们听完以上事例后,每一个尊重生命,热爱生活的心都会难以平静。不言而喻,生命比任何知识、荣誉都神圣而珍贵。敬畏生命、关怀生命,不容置疑是教育永恒的命题。

请大家试想一下,教育如果没有了真正的对话、深切的理解、温暖的抚慰,那又会怎样?在应试教育的压迫下,如花一般蓬勃而脆弱的生命可能因之而凋谢。

更不难想象的是,当教育变成了一件令人厌烦而又无法逃避的事情时,那鲜活的生命定是无助、苦恼且压抑的。在这漫长熬人的教育过程中,我们无法让其倾注真正热情,也无法让其坚持努力发挥其智慧潜能。我们对知识的热望会逐渐消失,幸福感也将一点点被吞噬。

美国脑科学家麦克连(Maclean)对这种教育现象进行了研究,提供了一个科学的解读:当一个人处在威胁或过大压力时,大脑会换低档运行。按照其“三脑说”模型,人会从大脑新皮层逐步地降格到更古老的、更自动化的本能行为。这时候,脑的许多高级的认知功能将受到严重的影响。比如,脑的索引能力会降低,记忆的机能将受到抑制。创造性思维、解决问题的能力 and 感知模式的能力,会不断弱化甚至消失。

概括地说,这种情况影响了我们大脑的优化运作,阻止我们充分地去发展严格意义上“人”的素质。

教育的本质到底是什么?我们需要获得怎样的启示?

当人们面临重大的问题时,往往会不由自主地回到那个遥远的起点,去追问,去感受那永恒的精神力量。

让我们重提一个古老而永恒的话题:人类生活的意义是什么?人类坎坎坷坷一路走来,都孜孜不倦探寻着这个问题,但殊途同归。西方的亚里士多德曾言:“幸福是终极的和自足的,它是人类行为的最终目的”。东方的老子也说:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”老庄生命哲学告诉我们:每一个生命的意义在于围绕“道”,与社会互动、与自然互动中,自然而然地促进其本性充分而和谐地展开。

由此看来,东西方的智者、贤人都把人与环境和谐共处,完善其本性、追求其幸福、实现其人生价值,看做是推动人类发展的永恒动力。而更为重要的是,人类漫长进化过程本身——这一自明性的无可辩驳的生存事实,也早已证明了人类生存的意义。

在这样一个关注生存价值的大前提下,以服务于人类生活为使命的教育,也自然要以促进人的幸福,提升自我价值感为使命。

然而,现在的教育却难以让我们看到这样美好的光景。

在“应试教育”一统天下的我国,教育的本质被曲解了:教育特权日益滋生,教育的目标扭曲,教育评价极端功利化,教育与生活严重分离,教育的途径狭隘、形式与方法在日复一日中日益刻板而僵化。

“应试教育”的诸多弊端已经成为社会的共识,普遍被人所诅咒。我们在忧心忡忡中不禁叩问:教育怎么了?我们孩子的明天会是怎样?

假如我们把“应试教育”比作一个生命体,那毫无疑问,当下的它正处在身心严重失调,社会功能逐渐丧失的病态之中。

在生命的十字路口,它会往哪里走?

它该往哪里去?

拓展阅读(1)

罗素的教育理想

诺贝尔文学奖获得者、哲学家罗素在其《教育论》一书中探讨了“教育理想”问题。他指出:“我们所应追求的未来的教育制度,是能使每个人都获得最优发展机会的制度,它必定是民主的”。

罗素认为,从人性发展的理想与品格发展的规律看,只要顺应自然法则,使儿童的本能或冲动得到良好的引导和积极、充分的发展,就可以培养出完美的或理想的人来。

他说,“在我看来,以下四种特征的结合便可构成理想品性的根据:活力、勇气、敏感和智慧。”活力,是正常的健康人具有的精力,它是形成理想品性的首要基础;勇气,是指人在内心深处真正彻底克服恐惧情绪,而不是出于外部压力的要求去压抑恐惧;敏感,它也是理想品性的一个必备要素,敏感性具有矫正和指导徒有勇气者行动的功能;智慧,它包括实际的知识与技能和接受知识的能力两个方面。

一个人理想品性的本质内涵,实际上可归结到爱与知识的结合,罗素深信教育是打开美好人生的钥匙。

2 应试教育目标扭曲,评价极端功利化

应试教育以“高分为目标”,以“成绩至上”为宗旨,因而,所有的教育活动,只

为机械僵化的考试而开展。教育专权机构指定了考试的内容、形式和评价系统，这就决定了教师教什么、如何教、怎样评。在教育过程中，广大学生被无情地剥夺了自主选择的权利，而这个权利往往事关个人的命运。

在这样的教育体系中，学校教育、家庭教育和社会教育的内涵被大大地省略，只是围着“分数至上”这一教育目标忙乱着，心往一处想，劲往一处使。此正所谓，“千好万好，不如成绩好”，“千辛万苦，只要能过高考独木桥”。

从这一目标出发的教育，更多地把每个个体当作一个需要不断填充的容器，教育只是简单、机械、孤立的信息灌输。教育往往等同于教学，教学等同于刻板的标准化的记忆训练。这样的教育漠视人的感受力、理解力、问题解决能力的培养，忽略人格健康发展的多样化需求。

我们看到，教育的神圣感正在逐渐丧失，教育的科学性、艺术性也难再有其真正的内涵。

人，是自然的人，也是社会的人。人是在与他人与环境互动过程中一步步成长的。一个违背生命发展规律，无视个人与社会需求的教育，难道不应该重新审视吗？

中国杰出的科学家钱学森，在晚年不止一次向国务院总理温家宝谈起他的忧虑：“现在中国没有完全发展起来，一个重要原因是没有一所大学，能够按照培养科学技术发明创造人才的模式去办学，没有自己独特的创新的东西，老是‘冒’不出杰出人才。这是很大的问题。”2009年8月6日，钱学森与温总理的最后一次见面，他依然说：“培养杰出人才，不仅是教育遵循的基本原则，也是国家长远发展的根本。”其言之殷殷，意之切切。

我们知道，凡事都有一个极限，一旦越过了它，必定会受到惩罚。但可怕更可悲的是，应试教育之畸形发展，首先受到惩罚的却是学生，其次才是教育的决策者、教师及家长。但我们千万别忘了，教育的成与败最终将关乎民族的命运。

在痛苦的思索和探求中，我们期待不远的将来，教育秉承“爱和科学”的精神，向本真的教育目标回归，向每一个人真实的生活回归。

拓展阅读(2)

理想人格究竟是什么样的

教育的宗旨是培养理想的人格，但理想的人格在不同的国家，不同的心理学派看来具有不同的理想人格标准，以下列举若干(表1-1)：

表 1-1 理想人格标准

代 表	标 准	要 点
马斯洛	自我实现的人	正确认识现实的能力 愉快地接受自我、他人及人性 创造的欲望、高度的自主性 完成工作的使命感 好奇心、幽默感和不断深化的体验 与人为善的待人方式、积极的合作精神 享受孤独、高峰体验
罗杰斯	功能完善者	对外开放态度,能接受一切经验 自我与经验协调一致 自由选择、个性因素发挥作用 高度创造性 与他人和睦相处
荣 格	获得平衡者	意识与无意识的平衡 阿尼玛和阿尼姆斯的融合 思维和情感的平衡 直觉与思辨的平衡 人格面具与真实自我的平衡 内向性和外向性的平衡
儒 家	君子	多才多艺、重义轻利、安贫乐道 智勇兼备、自强不息、坦荡宽容 入世的精神、“仁”“知”内外合一
道 家	得道之人	自我和谐、与他人和谐、与自然和谐 虚静、循德、辩证相对、反思与自我修正 内圣外王、自然而为

3 应试教育特权泛滥,“生存链”恶性循环

曾有过这样的报道:在某年高考录取中,有 11 名内地各省市的高考“状元”报考了香港大学,但被香港大学拒之门外。内地教育界震惊,因为我们的逻辑一向是,高考状元=精英=人才=香饽饽。但对于香港大学来说,分数只是一方面的考虑,关键要看综合素质。换言之,他们不需要高分低能的“状元”。

任何一种教育,都有其产生和发展的社会和自然环境。它是整个生态系统中的一个子系统。教育系统与政治经济制度、社会意识形态、文化与习惯、科学技术水平都有着错综复杂的关系。由此看来,应试教育的形成和非理性发

展也有它的“肥沃土壤”。多年来,应试教育已经在权力与利益的相互滋养和相互强化中形成了一条恶性循环的“生存链”,而其核心的环节就是教育的专制特权。

专制特权掌控着研究生考试、高考、中考、会考等各级考试的指挥棒,从而使统一的考试内容、教学大纲、教材和教辅显示出绝对的权威和价值。请大家试想一下,如果它们之间的这种联系松散了,人们就可以根据自己真正的需要,选择教材和创新各种教育与教学方法,那教育专权将受到致命的打击。

据权威部门统计,全国中小学的课本定价、教辅定价再加上试卷等有关费用,每年总额要突破 1 000 亿元。如果根据 2004 年 8 月曝光的四川省教材回扣案,教材和教辅的回扣费用约在 30% 左右,也就是说每年约有 300 亿元左右的回扣,流入专权的各级教育管理机构 and 有关人员手中。从中可以看出专制教育特权之贪婪,资源浪费之巨大。

也曾有报道,国家发改委接受举报的六大热点中,教育乱收费高居首位。据有关部门保守的估算,10 年来教育乱收费超过 2 000 亿元人民币。这些乱收费项目,还没有包括指定教材和教辅的回扣在内。

20 世纪 90 年代末,教育倡导改革,当时就有许多专家一针见血地指出了“标准制定者、管理者和执行者”三位一体的严重危害。本世纪初,国家新课程及标准出台,上上下下开始全面推广。而课程改革过程中,依然有人用三重身份在行事——“以官员身份制定新课程,以学者身份宣讲新课程,以商人身份从新课程中获取利益。”

教育特权泛滥的种种后果不断向我们警示:教育的根本制度不改革,应试教育这架大机器仍会不停运转,而其他的做法也只是徒劳。

拓展阅读(3)

美国义务教育书本的循环利用

在美国,学校的课本都是循环利用的。美国实行 12 年义务教育,学生读书全免费,课本通常都由学校免费提供。学生在校读书期间,书本只是相当于学校借给他们使用的,它们像课桌和椅子一样,是学校公共财产的一部分。每本教材的封二都印有一张表格,表格中有该本书的编号,空白处要分列填写借书人姓名、借书时间等内容。书本如果受到任何损害或被学生遗失,学校会向借书者索取赔偿。学生手中的课本,全部都是硬皮封面的,印刷精美。学生对书都很爱