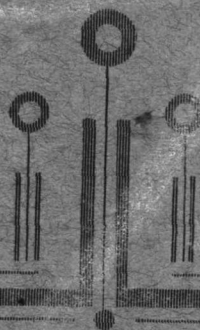


學兒心理衛生

賽門斯著

月古且永泰



上海中華書局印行

Mental Hygiene of the
School Child

Percival M. Symonds

學生心理衛生

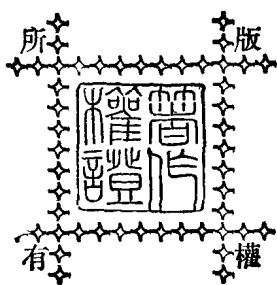
胡祖蔭譯



中華書局印行

民國二十六年二月印刷
民國二十六年二月發行

學校兒童心理衛生（全一冊）



原 著 譯 發 行 印 刷

總 發 行 處 上海福

分 發 行 處 各

陳序

現在的學校，完全是傳授智識和技能的機關，對於兒童人格的培養，品性的陶冶，都沒有十分注意到。國語、算術、自然、社會各科目的學習都有專職的教師分別指導，而整個的兒童却反被忽略，無人過問。傳統學校裏的訓育工作，目的僅在維護學校的規律，保持學校的風紀，更談不到積極的人格感化和品性陶冶。

近年來，教育者對於這種枯偏的教育漸感有改革的必要。教訓合一的主張，固不失為對於傳統教育一種有力的糾正，但傳統的學校訓育的觀念須先改造，才能收教訓合一之效。兩年前，黃翼先生曾在中華教育界發表一篇論文，題為學校訓育的改造，主張從心理衛生的觀點來辦理學校訓育。不久國立中央大學教育叢刊社又有心理衛生專號的編印，而吳南軒先生提倡尤力。心理衛生的意義始漸為國人所注意。

友人胡祖蔭君，鑒於心理衛生的重要和國內是項專書的缺乏，爰將美國心理學者賽門斯博士所著學校兒童的心理衛生一書譯成中文。本書原為一般學校教師和父母而作，故內容切實，文筆通俗；而譯文亦忠實流暢，易於閱讀。本書不但作為大學師範教本頗為相宜，舉凡家庭父母，學校教師以及行政人員，讀此書都可以得着不少的啓迪。個人尤希望負學校訓育的人，能將本書所討論的原則和方法應用到實際問題上去，則造福兒童真是不淺呢！承譯者胡君將譯稿見示，既享先睹的權利，樂盡作序的義務，爰誌數語。

以爲介紹。

學校兒童心理衛生

陳選善

二

原著者序

這本心理衛生的書籍主要地是爲教師而寫的；書中關於心理衛生原則的應用，多半是涉及學校中的情境。心理衛生是教育中一種新的和受人歡迎的觀點，代表幾種思潮的輻合。顧名思義，牠是廣大的衛生園地中的一部分，注重個人的幸福。牠是較新的課程趨向的結晶，這種趨向，重視人格的適應與完成，認爲是教育的重要目標。牠能保藏『整個兒童』的興趣，而是過去學校中分科的課程所要摧殘的。同時，牠將過去所認爲是家庭特權的兒童訓練中最後一部分的工作，局部地轉移到學校中來。牠將訓育的問題集中，在一個新的注意點上，應用最近心理學和人格研究的材料。

雖則這本書原是要將心理衛生的意義向教師們解釋，但是書中所討論的原則，要是真正有效的，必須是在兒童幼年時試行起來；因此這本書是每個父母和教師均應人手一編的。

這本書特別地着重心理衛生之積極的和預防的方面。至於怎樣特別的看重，只有請每位讀者檢視現在所有關於討論心理衛生的書籍以後，才能明瞭。心理衛生的原則，是從變態心理學的知識和精神治療術的設施中發源而出，因此心理衛生的教本，多半是充滿了關於行爲和思想之病態方面的名詞。心理衛生與其他方面的衛生不同，相沿地多注重在怎樣改正不良的心理適應或怎樣治療心理的疾病，而少

注重在怎樣預防不良的心理習慣的發生。關聯到教育方面去，心理衛生在實用上幾是完全注意問題兒童的改正工作。因此，這本書中所包含的積極的建議，相信可以滿足過去繼續感覺的需要。

心理衛生在過去三四年中已經抓住了教育者的幻想，將牠當作試金石來改正課程中過分專門化的趨向，這種趨向是隨着我們的分科學校而起的。心理衛生應該透入學校中的各部。我們不應將牠視作一班中要教的一種學科，而應該將牠視作在學校各種人的關係中的明燈。這種心理衛生的觀點，就是注重在了解橫於行為之下的動機和設法適應情境中各種的因素，是在很快地取得訓育的舊觀念而代之。著者曾參加在白宮舉行之兒童健康與保障會議，並任該會心理衛生分組會主席，那時就感覺心理衛生的新觀點對於教育的重要。本書寫成之最初的動機是受自多瑪伍德博士 (Dr. Thomas D. Wood)；他力勸我預備一種顯示心理衛生對於教育應用之簡短的和明白的教本。書中許多材料都是選自我所教授『青年的適應』一個學程中。我要乘此向選讀這個學程的許多同學表示謝意，因為他們在過去幾個學期中，曾經貢獻了許多的意見和說明而為本書所收進的。

我應該特別地感謝學校評論 (School Review) 和哈佛教師月刊 (Harvard Teachers Record) 的發行人，因為他們特許我重印我從前在這兩種雜誌中所發表的一部份材料。我要感謝文納特卡的學務監督華虛明博士 (Dr. Carleton W. Washburne)，他准許我在『訓育』一章中收進他在學校評論

(School Review) 中所發表的三個個案研究。本書末章所選的六個個案研究，是選讀我的「青年的適應」一班同學所做的。我也感謝林登高級中學 (Linden Senior High School) 理科主任佛蘭慈先生 (G. E. Franz)，愛倫城中學 (Allentown High School) 副校長兼男生指導李却遜先生 (James W. Richardson)，哥羅拉多大學 (University of Colorado) 助教授米耳士先生 (Hubert H. Mills)，亞力山大黑米耳吞初級中學 (Alexander Hamilton Junior High School) 西頓先生 (James Kirk Seaton)，紐約亨利訪問看護聯合會 (Henry St. Visiting Nurse Association, N. Y.) 貝蕾女士 (Dorothy M. Bailey) 和布魯克林中學 (Erasmus Hall High School, Brooklyn, N. Y.) 台維斯先生 (Estelle Davis) 因為他們準備了這些研究的材料，而准允我收進本書的。

賽門斯 (Percival M. Symonds)

譯者贅言

本書原名 MENTAL HYGIENE OF THE SCHOOL CHILD，著者是美國哥倫比亞大學師範院教育學教授賽門斯博士（PERCIVAL M. SYMONDS），於一九三四年在紐約麥美倫書局（THE MACMILLAN CO.）印行。全書除序文一篇外，有正文二十章，最後附以參考書目及索引。

本書著者曾參加在美國白宮舉行之兒童健康與保障會議，並任該會心理衛生組主席。那時他就感覺心理衛生的新觀點對於教育的重要。他寫成本書之最初動機，是在預備一種顯示心理衛生對於教育應用之簡短的和明白的教本。書中許多材料都是選自他所教授「青年的適應」一個學程中。本書的特點是在着重心理衛生之積極的和預防的方面，代表近來心理衛生研究中一個新的趨向。

誠如著者在原序中所說：「本書原是將心理衛生的意義向教師們解釋，但是書中所討論的原則，要是真正有效的，必須是在兒童幼年時試行起來；因此這本書是每個父母和教師均應人手一編的。」譯者以為非但父母和教師均應一讀此書就是中小學行政人員和研究兒童教育的人們，也可從閱讀此書中得着莫大的裨益。譯者個人於讀譯此書時就感到有一種深切的啓示，使譯者對於了解和處理整個的兒童獲得一種新的觀點，這不能不說是受本書之賜的。

譯者在進行翻譯本書之時，屢承陳鶴琴先生多方指導並蒙賜借原書；譯畢後，又承陳選善先生加以校正，並蒙賜以序文；譯者銘感之餘，特此誌謝。尚有吾友朱君鎮孫對於譯述此書常予鼓勵；吾妻端芳曾將原稿抄寫校閱一遍；亦應乘此表示謝忱。

民國二十五年三月胡祖蔭於上海

學校兒童心理衛生

目次

陳序

原著者序

譯者贅言

第一章	心理衛生在學校課程中的重要	一
第二章	積極的心理衛生	九
第三章	學習	一三
第四章	驅迫力	一七
第五章	行為的機構	二九
第六章	行為模型的分析	四三
第七章	發展良好心理衛生的普遍原則	六五

第八章	養成心理衛生之積極的習慣	六九
第九章	避免消極的習慣	八七
第十章	性的適應	九三
第十一章	教師啓發心理衛生的工作	一〇三
第十二章	訓育	一一五
第十三章	適合心理衛生原則的學校組織	一四一
第十四章	爲問題兒童所設置特殊心理的設施	一五一
第十五章	心理衛生的測驗工作	一五七
第十六章	訪問與個案研究	一六九
第十七章	問題兒童的改正工作	一七九
第十八章	教師的適應	一九五
第十九章	學校中心心理衛生的組織	二〇七
第二十章	個案研究選例	二二一
參考書目		

學校兒童心理衛生

第一章 心理衛生在學校課程中的重要

假如任何人追溯學校發展的程序，他可以看出教育的意義以及教育在社會中的地位和功能的演進。很久以前，學校是爲準備特殊職業的，如牧師和律師。晚近以來，課程的範圍是擴充了，但是注重點仍舊是在知識的獲得和技能的發展，使得個人能更有效率地生活。

最近以來，我們對於這種有限制的教育觀念仍覺不適當，因爲這種教育觀念，單是建立於書本的學習或技能的獲得之上的。任何個人，假如要成爲一個快樂的和滿足的兒童，將來能成爲社會中一個良好的適應者，必須獲得行爲上和思想上某種良好的習慣。這些習慣是他的教育的一部份，正如讀法和算術是學科中的一部份一樣。在過去的時候，社會是比較地靜止的，因此這些習慣，多少是在家庭和教堂的監督之下養成。現在的社會中文化日趨複雜，對於這些行爲和習慣不能置之不問，而需要負教育青年之責的人加以有計劃的指導。這種指導非但足以維護社會，而且也可以維護個人，可使個人得着更加快樂的和更加滿足的生活。

有許多怪癖的和有神經病的人，從來不能應付他們所遇見的情境；他們解決問題的方法，但不能使他們自身滿足，實際上反而使他們不快樂和憂慮，這是多麼的可憐！從各方面看起來，我們常見許多人由教育而造成的行為模型，多是不適當的。這些人是胆怯的和退縮的，魯莽的和暴戾的，有過失的和犯罪的。現在的學校不能只自認為是一種教書的場所，可使兒童在內學得讀法、寫字、算術、地理、歷史等科，這些科目仍是傳統的學校課程。澈底講起來，乃是整個的兒童進入學校，因此學校也要對在校的整個兒童負責——非但對兒童的學業負責，也要對兒童在社會環境中的行為負責。

心理健康應是普通健康中之一方面。健康是指着身體全部在極大的能力中正常地工作着。身體中每個器官應是健強的，而且還要與其他各部合作，以達到整個完全的有機體。神經系統是身體的一部；牠的功能是在結成個人與他的環境之間的各種關係，這些關係可以使他良好地適應他的環境。這樣看來，我們要靠我們的神經系統以養成種種的技能，例如：得到食物，尋找伴侶，建造房子，供給衣服，尋求娛樂和進行其他各種的生活動作。當我們的神經系統是在極大的能力中工作，而所養成的習慣和技能，又能使有機體良好地適應環境，這時我們就有一種心理的健康。

從另一方面看，假如神經系統是被紊亂了，或是牠的效率是被妨礙了，因而不能正常地工作，而使得有機體去完整地適應環境，這時我們就有一種心理的疾病。這種神經系統的情狀非但可由疾病，器官組

繼發炎，和細菌的發生而產生，而且也可因學習和疲勞的結果而產生。總之，假如個人所獲得的習慣和技能，不足以良好地適應他的環境，我們可以說他在心理健康方面是有問題的。

在這種的適應環境之下，反應機構的各部都要合作，可使個人用全副的精神去參加各種活動，而且並不過慮於反應的不良而致失敗。根據此種廣泛的觀點，我們可以看出心理健康乃是與一個人的全部教育相關，這種教育乃是假定足以幫助他適當地應付問題的。

心理衛生可從各種觀點來解釋。第一，心理衛生可認為是一種適應。假如一個人能够有效率地和適當地應付每天各種的情境，這人即算有了良好的適應。假如一個人的習慣和技能足以滿足他的需要，填滿他的慾望，和給予他一切的滿足，他可說是適應了。假如在一種新的情境中，一個人能用他的智力適當地去應付，這時他也有了良好的適應。不能適應的個人，是指着他的習慣和技能是不適當的，不足以應付情境的需要，或者他缺少應付每日生活上各種問題的能力。這種人常是退縮，常用情緒的反應去應付情境，以及常表現與真實生活分離的各種行為的方式。這些不完全的適應永不能使人滿意，而且可以阻礙個人充分發揮他的能力，使他不能成為社會中一個健全的份子。

適應與品格，常被人認為是互相衝突的。從一方面看，品格是社會希望個人所達到的各種行為標準。一個人要有健全的品格，必須要有各種的美德，如誠實、可靠和合作；但是這些美德常與個人的衝動相反，

因此個人要保全這些美德，常要盡量地節制和限制自身的衝動。從另一方面看，心理衛生學家常是主張解放個人的節制和限制，以與個人的衝動調和。許多主張品格教育者似乎忽略個人的心理，而未能注意到個人的衝動和欲望常與社會的標準衝突。心理衛生學家則嘲笑社會的標準和習俗，而主張個人自由的表現。他們主張個人不必為社會的標準和習俗而憂慮煩惱，這樣才可達到心理上的安定。這樣看來，心理衛生學家似乎是忽略了教育之社會的觀點。其實，這兩種理論，都不是真正的品格教育論者和心理衛生學家所主張的，個人真正的適應是包括社會的適應以及個人心理上的完成。因此，個人的適應和社會的適應之間的衝突，是不必有；一種最完全的和最滿意的適應，乃是在這兩種觀點之間所得到的一種協調。個人有時雖能將他的情緒暫時解放而求得暫時的滿足，但是不久遇着現實仍舊要失敗的。我們必須一方面認識社會上的標準，一方面認識個人解放憂慮與緊張狀態的需要，才可得到一個真正的平衡。從根本上講來，心理衛生學家和品格教育論者所主張的利益是相同的。

心理衛生也可認為是一種完全。個人如能努力求得環境與他自身之間的適應，他可被認為是一種完全的個人。假如他用一貫的精神和全部的努力去進行一件事情，他的整個有機體是集中全部的力量以達到整個的目的。這種一貫的精神和全部的努力乃是人格的完全；除非個人達到此種完全，他的心理衛生不能認為是滿足的。人類較下等動物多有適應環境的能力。因為這種能力，個人常有片斷的適應。假

如這些片斷的適應不能前後一致，對於心理健康是大有妨害的。有些人在一種情境下所有的行為的方式，和在他種情境下所有的行為的方式衝突，原因就是缺少心理健康的人所應有的人格的完全。所以心理衛生的第二個理想，就是在各種情境下要有一貫的行為。這種一貫的行為非但是指個人的誠實和正直，並且是包括完全的人格，而不是人格的分化。

心理衛生在現時比較在從前任何時代更加重要。從前，人們過着一種簡單的戶外生活，他們多能用他們的手、工具和技能去解決他們的困難情境；那時生活頗為簡單，所以人類的有機體可以應付裕如。但是，自從文化進步，工業主義發達和城市興盛以來，生活，特別是社會的生活乃日趨繁雜，因此要有完全的適應，頗覺不易。生活的速度是增加了，我們的行動是加快了，我們在空間可以很快地行動和飛行，我們每日的活動也增加了不少。我們現處的機械世紀帶來了不少的嘈聲，這種嘈聲對於心理上的安定將發生不良的影響。這種高度的刺激和緊張，日有增長，而為從前所無的。社會的關係是日趨複雜，而社會上的治安則日趨不定。家庭和其他社會上的聯繫也日趨鬆懈。工業的結果使得經濟的情形不穩定，因此一般人對於他們經濟上的生活，也覺得比從前缺乏保障。人們對於工業的結果所產生的不安，比較在農業生活中所感到的水災或旱災還要恐懼。在現代生活背後的戰爭恐慌也是一種的不安。所以從各方面看來，前代經濟的和工業的發展，已使生活上增加了許多的不安，這種不安的狀態乃使一般人不能像從前那樣