

广东省中小学心理健康教育指导中心推荐用书

中小学心理健康教育指导丛书

小学生心理健康教育

个案分析

主 编 郑希付

广东高等教育出版社

小学生心理健康教育

个案分析

——

《小学生心理健康教育》

◎ 主 编 郑希付

小学生心理健康教育 个案分析

广东高等教育出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

小学生心理健康教育·个案分析/郑希付主编. —广州: 广东高等教育出版社, 2004. 6

(中小学心理健康教育指导丛书)

ISBN 7-5361-2985-8

I. 小… II. 郑… III. 小学生-心理卫生-健康教育-文集
IV. G479-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 038288 号

广东高等教育出版社出版发行

地址: 广州市天河区林和西横路

邮政编码: 510076 电话: (020) 87557232

湛江蓝星南华印务公司印刷

890 毫米 × 1 240 毫米 32 开本 10.625 印张 308 千字

2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

印数: 1 ~ 5 000 册

定价: 16.00 元

序 言

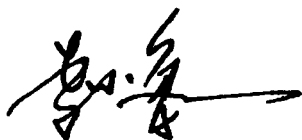
心理健康教育是提高中小学生心理素质的教育，良好的心理素质是学生全面素质中的重要组成部分。中小学生正处于身心发展的重要时期，随着生理心理发育和发展、社会阅历及思维方式的扩展和变化，他们将面临着学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等诸多方面的心理困惑及社会压力的问题。开展心理健康教育是坚持以人为本科学发展观，促进中小学生全面发展的需要，是构建现代德育体系，提高德育科学性和实效性的需要。中小学心理健康教育是培养 21 世纪创新人才的重要的基础工程。

2001 年初，广东省教育厅成立了“广东省中小学心理健康教育指导委员会”，下设“广东省中小学心理健康教育指导中心”，省教育厅委托华南师范大学心理系承担对全省中小学心理健康教育进行业务指导的任务，建立起教育行政主管与专家业务指导相结合推进中小学心理健康教育的工作机制。三年来，广东省中小学心理健康教育指导中心在广东省中小学心理健康教育指导委员会和广东省教育厅思想政治教育处的指导下，在全省中小学开展了心理健康教育师资培训、科研课题立项审定、科研论文评奖、“教案”征集评奖、“案例分析”、“个案分析”征集评奖、示范学校评选、教育指导和工作交流等一系列活动，有效地推动了全省中小学心理健康教育工作的开展，取得了一定的成效。

三年来，全省各地中小学校在开展心理健康教育方面进行了积极的探索，提供了可借鉴的经验和做法。为指导我省中小学心理健康教育向科学化、规范化发展，广东省中小学心理健康教育指导中心在举办全省中小学心理健康教育科研论文评奖、“教案”征集评奖、“案例分析”、“个案分析”征集评奖的基础上，组织编辑出版《中小学

心理健康教育指导丛书》。《中小学心理健康教育指导丛书》的出版，是三年来全省中小学教师心理健康教育辛勤劳动的结晶，是我省中小学心理健康教育的教学成果和经验汇编，是心灵培育、教书育人和素质教育实践的升华和科研的硕果。虽然《中小学心理健康教育指导丛书》的出版有些仓促，内容难免有些不尽如人意，但它为从事中小学心理健康教育的教师提供入门指南，提供教育参考资料，其启迪意义影响深刻；它为从事中小学心理健康教育的教师提供一个相互学习交流的平台，对推动全省中小学心理健康教育及其教学研究的深入发展，促进心理健康教育从经验型教学向遵循规律发展，进而走向科学化、规范化，具有积极的指导意义。

《中小学心理健康教育指导丛书》的出版，得到全省广大中小学教师和校长、各级教育行政部门的领导以及华南师范大学心理系专家的大力支持。在此，我对《中小学心理健康教育指导丛书》的出版表示祝贺，并且向工作在心理健康教育第一线的中小学教师表示崇高的敬意！向支持和关心《中小学心理健康教育指导丛书》出版的有关领导和专家表示衷心的感谢！



2004. 6. 2

编者的话

《中小学心理健康教育指导纲要》指出，良好的心理素质是学生整体素质的重要组成部分，心理健康教育是提高学生心理素质，实施素质教育的重要内容。中小學生正处于身心发展的关键期，随着生理心理发育和发展、社会阅历及思维方式的扩展和变化，他们将面临着学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等诸多方面的心理困惑及社会压力等问题。因此，加强对中小学生的心理健康教育是很有必要的。

在广东省中小学心理健康教育指导委员会、广东省教育厅思想政治教育处和广东省中小学心理健康教育指导中心的领导下，三年来我省各地中小学全面开展对中小学生的心理健康教育，取得了很大的成绩，取得了不少的经验，也取得了丰硕的教育科研成果，形成了有特色的心理健康教育。但是，由于心理健康教育是一项专业性要求很强的新工作，也由于全省心理教师绝大部分不是心理学专业出身，因而在教育运作管理、操作过程中难免出现不规范的环节，这是发展中客观存在的问题。

为进一步推动我省中小学心理健康教育工作的全面开展，提高我省中小学心理健康教育工作的科学性、针对性、实效性，不断提升我省的心理健康教育质量水平，三年来，省中小学心理健康教育指导中心先后举办了全省中小学心理健康教育优秀“论文”评奖、优秀“教案”评选和优秀“个案分析”评比活动，并评出优秀“论文”、“教案”、“案例分析”和“个案分析”一批。优秀“论文”、“教案”、“案例分析”和“个案分析”反映了我省中小学心理健康教育的状况和水平。在此基础上，省中小学心理健康教育指导中心组织专家主编《中小学心理健康教育指导丛书》。丛书的出版，旨在为全省

心理教师提供心理健康教育的教学参考资料，提供一个相互学习和相互交流的机会，提供一个教育规范的参照。

《中小学心理健康教育指导丛书》共分6册，各册均有自己的特色，并从某一角度反映中小学心理健康教育的情况。如《中小学心理健康教育·实验专题指导》主要是反映中小学心理健康教育的实践与科研情况；《中学生心理健康教育·教案荟萃》和《小学生心理健康教育·教案荟萃》主要反映中小学心理健康教育的教学和活动情况；《中学生心理健康教育·案例分析》和《小学生心理健康教育·个案分析》主要反映中小学心理健康教育的个别咨询与辅导情况；《中小学心理健康教育·实作与管理》主要是指导中小学心理健康教育的实际操作与管理。

为了充分反映《中小学心理健康教育指导丛书》的特色和作者的教育灵活性，我们既注意整套书的内在联系和内容要求，在形式与体例上又注意保留作者的原创性和独特性，做到百花齐放。例如，“案例分析”、“个案分析”中的每个案例，我们有统一规定的“内容范围”、统一要求的“撰写形式”，但也允许作者有灵活的空间。又如，“教案荟萃”中的每个备课教案，我们有备课形式的统一规定，要求有“教学指导思想”、“教学目的”、“教学重点”、“教学难点”、“教具准备”、“教学班级”、“教学时间”和“教学步骤”等的格式，但又不要求每个教案都必须包含所有格式，千篇一律，作者可根据教学课型、教学内容形式和学生特点的需要，自定备课形式。这样，每个教案既具备课规范，又各有特色，符合教学特点。

《中小学心理健康教育指导丛书》的出版过程，得到各级教育部门的领导和广大中小学校长、老师的大力支持，在此我们表示衷心的感谢！

编者
2004年6月

目 录

一、学习辅导

如何激发和保护小学生的学习兴趣	易小坚 (2)
浅谈小学后进生心理问题的成因与辅导	卢婉玲 (7)
从“丑小鸭”到“小天鹅”的蜕变	郑 薇 (13)
让学困生重整旗鼓	蔡丽华 (19)
对“双差”型后进生的辅导	梁雄英 (24)
从“小捣蛋”到优秀科代表	苏爱美 (29)
厌学≠无药可救	何慧婵 (34)
长其善而救其失——发掘闪光点	陈森冰 (38)
“我不会令你们失望!”	谢玉枝 (41)
为学生找回失去的学习动力	张传林 (46)
学习心理和策略的辅导	吴彩燕 (48)
如何转化后进生	吴再兰 (52)

二、性格辅导

他自信,他快乐	黄玲玲 (56)
内外结合,塑造良好的个性	张伟华 (61)
矫正性格偏差 扬起生活风帆	邱晓琳 (67)
用心点灯	雷润霞 (74)
关于“才俊”人际关系调适的探索	曾月云 (79)
不再哭泣的“骆驼”	谭招娣 (84)
点燃孩子希望的火种	贾晓瑛 (88)
没有伙伴的男孩	叶润英 (92)

为何他有两张脸	陈晓欣 (96)
防微杜渐	曾小英 (100)
打开学生人际交往中的枷锁	林淑珍 (105)
培养承受挫折能力 促进身心健康发展	林科学 (109)
点亮心中自信的明灯	陈少梅 (116)
“我不是好孩子”	邓穗玲 (122)
真诚关心, 塑造良好的行为	袁哲笑 (126)
告别虚假和欺骗 做个诚实正直人	曾柳华 (134)
受欺侮儿童的心理辅导与教育	陈黎 (139)
学会倾听孩子的话	李皖岐 (145)
让受伤的“小鹰”振翅飞翔	李祖文 (149)
迷途的“鸽子”从这里起飞	吴书华 (153)
赏识自己	陈淑琼 (158)
让自信扎根心灵	温雪琼 (162)
打开心灵的窗户	郑雪绮 (168)
爱心辅导	林海健 (171)
他滤过了适应关	张小平 (176)
矫正孤僻, 充实生活	区荣森 (179)
让虚荣心不再滋长	刘月初 (186)
脱掉“紧身衣”	葛萍 廖慧芳 (190)
一位优等生的烦恼	黄小慧 (195)
一个不愿回家的女孩	王卫敏 (201)
真爱育新苗	张群欢 (206)
人际关系的建立和维护	钟焕连 (211)
让学生学会自律	马波 (214)
一个好动学生的转变	辛燕芬 (218)
片片真情牵引他走出自弃的“围城”	庞剑 (222)

三、情绪辅导

从容应对考试焦虑	李雪丽 (228)
----------------	-----------

给孩子一个宽松的学习环境	张金萍 (233)
化解攻击行为, 建立友好交往	石俊芝 (238)
解读孩子的心灵	布 虹 (244)
如何战胜嫉妒心	伍润带 (248)
爱的力量	黄志红 (255)
青春期性心理健康教育	甄雪莹 (259)
点燃爱的火炬, 照亮冰封的心	黄艳芳 (262)
正确与异性交往, 培养良好的心理	谭翠欢 (266)
用爱把创伤抚平	黎东明 (272)
可喜的飞跃	刘 岸 (278)
情绪的认识与自我调节	邓建芬 (283)
从有口难开到侃侃而谈	谢美娇 (287)
不经一番彻骨寒, 怎得梅花扑鼻香	黎少姬 (292)
她终于走出了嫉妒的阴影	罗尧虹 (297)
“蜡像”复活了	常春丽 (300)
在学生的心灵播撒阳光	文华梅 (304)
卸下心里的包袱	黄爱民 (309)
让孩子敞开心灵之扉	李学军 (313)
冲破障碍 迈向成功	黄国好 (318)
他为何反复拿别人的东西	李丽耘 (322)



学习辅导

如何激发和保护小学生的学习兴趣

云城区教师进修学校附小 易小坚

不少孩子在喊：“为什么要我写字？为什么要我上学？”常听到一些老师发出这样的感慨：“现在的孩子越来越难教了！”“我们的孩子怎么了？”

社会的进步给孩子们带来的感官刺激太多了，精彩的电视节目、乐而忘返的游乐场、不忍撒手的游戏机……对比之下，在每节课必须度过40分钟；每天作业必须完成等众多条条框框里，孩子的脚步显得多么艰辛！

学习是人类进步的基础，孩子却不感兴趣。“兴趣是开启智慧大门的魔咒”。我们发现，只要是孩子感兴趣的东西，他们很快就会学会，可是他们认为乏味的东西，随你软硬兼施，收效也不大。就像我们吃东西，爱吃的可以吃很多，不爱吃的硬迫着吃下，弄不好还会反胃呢！但人总是要吃东西的，也不能总挑爱吃的，如何调理胃口才是根本。那么，怎样才能激发学生的学习兴趣呢？下面我谈谈几点看法。

一、维护老师的崇高地位，用“感”动学生

父母从小就经常给孩子灌输这样的思想，上学要听老师的话。因此，老师在孩子的心目中至高无上。有这样一个例子，小权非常喜欢吃饺子，他尝过各种各样的饺子，还是觉得奶奶包的饺子最好吃。可是有一天，李老师让小权尝了她包的饺子，实际上，论口味，远远不及奶奶包的饺子，但小权认为李老师包的饺子是世界上最好吃的饺子。不是孩子的味觉发生了变化，而是饺子里融进了李老师的情感，让孩子感觉发生了变化。许多家长也说：“孩子喜欢听老师的话。”这种情感是多么宝贵啊！可是在教学工作中，学生的这种情感却容易被老师遗忘。

(一) 培养师生感情

我们回想当学生时曾有这样的感觉：喜欢哪一位老师，哪一门功课就学得比较好，这实际上是情感起作用。从教育心理学角度上说：良好的师生情感中产生的互相尊重、热爱的“相思力”，就是一种凝聚力，是学生学习的动力，也是教师做好教育工作的推动力。学习时调动了大脑的兴奋神经，大脑产生了愉悦的情绪，处于兴奋状态，就会产生学习兴趣。

社会结构的调整使现在的孩子缺乏与人沟通的环境，忙于工作的家长提供给孩子的玩伴是电视、玩具、游戏机。大部分独生子女内心是非常孤独和寂寞的，他们多么渴望朋友啊！做学生的朋友，就要让学生从心底里喜欢你。退到与学生同一起跑线上，才是行之有效的好方法。

每个老师都当过学生。给学生讲述自己的学生生活，让学生体验着自己同样的心理，同样的看法，情趣会大增。我们常会想：如果可以重新再来，我会这样……当对自己的经历作追悔式评价时，学生们笑了，他们知道老师也曾有过和他们同样的心态，不但增加了彼此的亲切感，缩小了师生间的距离感，而且从侧面认识了自己不当或错误的言行。培养师生间的情感还有许多其他方法，如让学生帮助老师制作教具、请学生到家里做客、在班上祝贺学生生日快乐或给学生送生日贺卡、节日卡等。让学生感受到朋友般的尊重与信任，不仅能起到激励作用，还能确保学生在学习中的主体地位。教师不再是灌输知识，而是让知识轻松地“流”给学生；学生不再是被动地接受，而是主动地吸收。

(二) 发挥与家庭联系的积极意义

在对待后进生的教育问题上，有许多教师以为和家庭取得联系就是要将学生的缺点告知家长，让家长协助教育。学生犯了错，心里本来就不好受，已经受到老师的批评教育，回到家里再次受到父母的训斥或责打，会觉得非常厌烦。久而久之，这种教育便成了孩子心目中的噪音，没有教育效果可言。甚至学生心里产生惧怕，引起自我防护的逆反心理，反而把怨恨聚集在教师身上，对教师产生畏惧之心，敬而远之。哪里还有学习的热情呢？重视与家长联系无疑是正确的，教

师应当利用这种机会了解其家庭结构、经济状况等，掌握了学生家庭的基本情况，才能有的放矢地对学生进行对照、启发，开展榜样式教育，从而增强学生的学习兴趣和积极性。

（三）让学生“抬起头”

现在的学生都很会看老师的“脸色”。在教育方法上，有的教师首先考虑的是用什么手段镇压学生。开始就给学生一个“下马威”，让学生知道厉害，以后就不敢轻举妄动，纪律就好管了。“下马威”也许让学生噤若寒蝉，但这并不意味着老师在学生面前拥有威信。然而，学生亦不会因为惧怕老师而努力学习。记得有一位学生，测验又拿了最后一名。新班主任传他到办公室，他惯例地做好让老师责骂的准备，但走到办公室，老师让他坐下，摸摸他的头和他闲聊起来，并和这位学生分析试题。这位学生感到前所未有的温暖，学习兴趣大增。十年后，这位学生成为了某名牌大学的高才生。这摸摸头的效应是老师也始料不及的。学生脆弱的学习兴趣可能会因为老师的一句话而夭折，也可能会因为一句表扬或一个充满关怀的动作而得到巩固。

以一种居高临下的姿态去看待学生，只能让学生敬畏。学生需要的不是讽刺、挖苦，也不是打骂、呵斥，而是感动。充满爱心的教师才能真正激发学生的学习兴趣，因为学生信任、依赖这样的老师，觉得这样的老师是自己的朋友，就会督促自己努力学习，作为对老师的回报，习惯成自然，渐渐地学生就感到学习是一种乐趣。

二、善于赏识孩子，发挥表扬的作用

虽然我们不断地提倡素质教育，但不少教师还是以成绩去评价学生，用成绩给学生定格。拿第一的，人人称羨，老师喜欢，提什么要求都得到满足；分数低的，就像是老师的负累，稍有不慎，便是一顿斥责。为什么有些后进生总是屡教不改呢？无论是优生还是后进生，都想得到老师的尊重和称赞。老师是学生所敬佩的人，而受到来自他们所敬佩的人的伤害，伤痛将愈难复合。

（一）承认个别差异

成绩并非衡量人的惟一标准，而在于是否相信自己。历史上汉高

祖刘邦与楚霸王项羽争夺天下时，屡战屡败，一般人早就心灰意冷了，但刘邦认定自己是帝王之命，因而毫不气馁，屡败屡战，最终成就大业。人生中需要的各种品质和能力比成绩更重要，这是素质教育的真正意义所在。

各异的先天的遗传、天赋；不同的家庭环境：各有特色的早期教育，让每个孩子都有各自的特点。我们应该学会平静地接受学生之间的差异。成绩差的学生本来心理负担就重，除了受到同学的轻视之外，如果还要面对老师、父母的责备，会更加害怕学习。学生终归是学生，错误、缺点在所难免。试想哪一位父母会用讥讽的眼光来看待孩子学步时的摔跤呢？

（二）鼓励后进生

教师应学会宽容后进生，这类学生多数是受惯了各种嘲讽，内心是自卑和孤独的。而这个时候，只要抓住他丁点的进步或闪光点加以表扬，便能成为动力，对学习产生兴趣。记得一位特级教师上课时说：“同学们，练习做好了吗？做得不好不要紧，老师同样喜欢做得不好的同学……”老师的话鼓励了学生，学生们变得非常认真，气氛十分活跃。

人生没有永远的第一，也没有永远的最后。一个湖南小山村的放牛娃，家中贫困，学习时牵挂几头，无法专心，又要照看年幼无知的弟妹，又要时刻惦记着放学后到田间放牛，所以学习成绩总排在倒数几名。久而久之，老师和同学都看不起他，他有了强烈的自卑感。一天，上体育课，同学发现简易操场上竟然散落着一堆还冒着热气的牛粪，都在犹豫怎么办，只有这位放牛娃二话没说，走出队伍，挽起衣袖，用他那一双长有冻疮的小手，利索地捧起牛粪抛到旁边的菜地里。这件小事打动了班主任，班主任赞扬男孩勇敢、不怕脏，破格让这位学生担任劳动委员。班主任的赏识、信任给了放牛娃巨大的成长动力，学习热情高涨。从此，忙家务时还在背课文，放牛时还用小树枝在地上演示着数学题……放牛娃顺利地读完小学、初中、高中，高考那年，出于对班主任的崇敬，放牛娃报考了师范院校，并被录取。大学毕业后，放牛娃成为一所重点中学的教师。以班主任为榜样，他

特别关爱那些后进生，用赏识唤起他们的学习兴趣。在短短半年的时间里，将原来排在倒数几名的年级，创下了毕业会考全市第一名，合格率100%的突出成绩！由于成绩显著，放牛娃由优秀教师提拔为校长，后来更成为李阳疯狂英语在全国推广讲学的总策划、总指挥。放牛娃的一生转折离不开老师的赏识。每个学生都希望得到老师的赏识，哪怕只是一个肯定的点头或微笑。作为学生的领路人，请不要吝啬你的赞扬。

三、平衡学习与玩的天平

许多孩子心里纳闷：为什么大人们总是不让我玩呢？有些父母、老师就是不让孩子玩，认为是浪费时间，忽略了“玩”的收获。有的老师经常占用学生的课间时间，甚至连早上、中午上课前的时间也要求学生坐在课堂里。

其实玩大有学问，它正是培养孩子浓厚兴趣和强烈探索精神的学习过程。爱玩是孩子的天性，爱玩的孩子才会有灵性，爱玩的孩子对什么都感兴趣，感兴趣了就会有强烈的求知欲。但迫于老师的权威，孩子不得不放弃玩的时间，可是心有不甘，身在曹营心在汉。一旦发现学生心不在焉，自然少不了一番数落，结果本来已经很委屈的孩子要么背着老师搞地下活动，要么在那发呆，这下更没心思学习了。“磨刀不误砍柴功”。玩，索性让孩子玩得痛快，玩得没有负担，将心灵放纵。比尔·盖茨在9岁时就迷上了电脑，曾一度影响学习，但在父母适当的引导下，他平衡了学习与玩之间的关系。一个伟大的帝国——IT业的巨头“微软”公司就是这样在玩中创建出来的。“如果把玩的时间花在学习上，学习会更好的”。要是你还是用这种思想指导你，那么你已经间接地扼杀了孩子的学习兴趣。

“人之初，性本善”，每个孩子都有向善的心，每个老师都想做个好园丁，孩子有天生的求知欲，我们不难把他们的潜能引导出来。当然，丰富多样、生动活泼的课堂形式是吸引学生的重要手段，但小学生的学习兴趣是逐渐产生的，而且缺乏持久性，其保护更重于培养，而老师的理解与爱能给他们最好的呵护和营养。