

XLJK

张大均 总主编

学校心理健康教育
新视角研究丛书

学校心理素质教育 概论

张大均 主编

xuexiao xinli jiankang jiaoyu xinshijiao yanjiu congshu



西南师范大学出版社

XINAN SHIFAN DAXUE CHUBANSHE

教育部人文社会科学研究“十五”规划课题
“中小学心理素质教育的理论与实验研究”成果

学校心理素质教育 概论

张大均 主编

西南师范大学出版社
XINAN SHIFAN DAXUE CHUBANSHE

图书在版编目(CIP)数据

学校心理素质教育概论/张大均著. —重庆:西南师范大学出版社, 2004. 12

ISBN 7-5621-3266-6

I. 学... II. 张... III. 中小学-教育心理学-研究 IV. G444

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 126904 号

学校心理素质教育概论

张大均 主 编

责任编辑:郑持军

封面设计:梅木子

出版发行:西南师范大学出版社

印刷者:重庆师范大学印刷厂

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:20.5

字 数:335 千字

版 次:2004 年 12 月 第 1 版

印 次:2004 年 12 月 第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-5621-3266-6/G·2033

定 价:27.00 元

总 序

21 世纪是一个被称之为知识经济时代的世纪。今日之世界的国家间、民族间、地区间、团体间、个人间的激烈竞争都集中表现为人的素质的竞争、人自身潜能的开发利用效益的竞争,其中最关键、最具有战略意义的就是培养和造就青少年成为高素质创造性人才的竞争。青少年的素质主要包括生理素质、科学文化素质(含思想道德素质)和心理素质。客观地说,在我国的现实教育中,人们对学生生理素质和文化素质教育是比较重视的,学校也确立了相应的培养目标和课程体系作保障。但原本以培育人为天职的学校教育,却长期忽视“人性”,无视“人心”,教育成了模仿物质产品生产过程的机械运动,这就从根本上违背了教育的宗旨。于是“以人为本,尊重人,理解人,科学育人,全面树人”,实现“人化”教育的呼声越来越高,随之担当“人化”教育重任的心理健康教育的重要作用被重新认识,人们开始认识到了心理素质教育在素质教育中的核心地位和独特的作用,学校应“培养学生良好的心理素质”^①已写入国家的教育纲领性文件之中,从

^① 见《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》,载《人民日报》,1999 年 6 月 17 日。

而使学校心理健康教育与学生心理素质培育的价值得以回归和显现。

近年来,尽管人们已认识到学校心理健康教育是学校素质教育的重要组成部分,但实际上在许多学校,心理健康教育只是针对少数有心理障碍或疾患的学生,忽视多数学生,并没有真正成为学校素质教育的重要组成部分而发挥应有作用,结果使学校心理健康教育往往陷入了“雷声大雨点小”或“只见风不见雨”的尴尬局面。学校心理健康教育出现这种状况原因是多方面的,但就其本身来看,一个重要原因就是学校心理健康教育承袭传统心理卫生或心理健康教育,重视心理健康教育的“适应”性功能,忽视心理健康教育的“发展”性功能,缺乏联系当代教育要求与青少年心理发展实际需要的学校心理健康教育的目标功能、基本内容和有效实施等方面的深入的理论探讨和实证研究。在一些教育者的观念中,学校心理健康教育只是一项工作而不是一门科学,只要运用相应的心理咨询的方法或技术去消除学生的心理障碍(现象或症状)就行了,没有必要从多视角、多层面去系统探讨中国的学校心理健康教育的理论和实践问题。致使我国的学校心理健康教育拘泥传统,照搬西方,注重外显(行为问题),忽视内源问题解决的现象普遍存在。这种重视治“标”,忽视治“本”的心理健康教育,不仅无法从根本上消除学生心理障碍产生的内在根源,提高其维护心理健康的内在能力,而且教育的实效性难以持久,心理健康教育在学校教育中的地位也因其作用难以发挥而大大降低。

针对我国学校心理健康教育存在的上述问题,西南师范大学心理健康教育研究中心从20世纪90年代初就开始了学校心理健康教育与学生健全心理素质培育的研究。“九五”(1996~2000)期间先后承担了国家社会科学基金项目《我国

社会变革时期青少年心理问题及对策研究》、教育部“九五”人文社会科学规划项目《中小学生心理健康教育的理论与实验研究》、重庆市“九五”人文社会科学规划项目《中小学生心理发展与素质培养研究》、教育部师范教育“九五”科研项目《高师生心理素质发展与培养研究》、教育部高等师范教育面向 21 世纪教学内容与课程体系改革项目《师范生心理素质教育的理论与实践研究》等多项与青少年学生心理健康教育与心理素质培育密切相关的科研课题。“十五”(2001~2005)期间,又承担了全国教育科学规划重点(国家)项目《学生心理素质培养模式及其实施策略研究》、《大中小幼心理素质教育衔接研究》和《中学生学业压力应对的心理机制研究》,教育部人文社会科学“十五”规划首批项目《中小学心理素质教育的理论与实验研究》等多项相关科研课题。为了更好地完成上述课题研究,推动心理健康教育工作的开展,我们组织了“学校心理健康教育与学生心理素质培育研究”全国协作组,在全国多个省市建立了数百个实验研究基地或学校,参加心理素质教育实验的仅中小學生已达数百万人次。课题组从全面实施素质教育的大背景出发,在系统探索学校心理健康教育的理论和实践问题的基础上,逐步形成了以学生心理健康维护为前提(标),以学生健全心理素质培育为基本目标(本),以指导学生积极适应,促进学生主动发展为主要任务的学校心理健康教育及其研究的新思路。为了贯彻这一新思路,推动整个实验工作的有序、有效进行,课题组在理论探讨和实证研究的基础上,充分发挥集体的智慧和力量,组织编写出版了五套学生心理健康教育教材:(1)小学心理健康教育教材《小学生心理素质训练》(学生用书和教师用书共 9 册,西南师范大学出版社,2000 年);(2)中学心理健康教育教材《中学生心理素质训练》(学生用书和教师用书共 8

册,西南师范大学出版社,2000年);(3)幼儿心理健康教育教材《幼儿心理素质训练》(幼儿用书和教师用书共10册,西南师范大学出版社,2002年);(4)家庭心理健康教育《家庭心理素质教育丛书》(家长用书8册,贵州人民出版社,2002年);(5)大学心理健康教育教材《大学生心理健康教育——诊断·训练·适应·发展》(学生用书4册,西南师范大学出版社,2004年)。这五套教材纵向上覆盖了个体从出生到大学整个儿童青少年人生阶段,横向上覆盖了从家庭到学校等儿童青少年主要生存、生活和受教育的环境,为学校和家庭系统开展儿童青少年的心理健康教育提供了载体,推动了心理健康教育及研究的开展。但我们在指导学校和家庭开展心理素质教育中感到:由于心理健康教育与学生心理素质培育长期被忽视,对教师和家长来说是一项陌生的教育活动,多数学校都没有专业教师,大多由班主任或思品课教师兼任,因而急需提高教师和家长的心理健康教育的专业理论素养,为其提供实施技术和方法等方面的指导。2002年11月、2004年6月中国心理学会科普委分别在重庆和福建召开的“全国学校心理素质教育研讨会”上,来自全国的大、中、小学从事心理健康教育的教师及研究者也纷纷提出了类似的要求。为此,我们课题组在现有理论和实证研究的基础上,对多年来开展心理健康教育实验和实践研究成果进行了总结,并重点针对当前学校开展心理素质教育普遍存在的主要问题及各学段亟待解决的问题和实际需要,撰写了这套《学校心理健康教育新视角研究丛书》。

《学校心理健康教育新视角研究丛书》的编写遵循“素质教育—心理素质培育—心理健康维护”的认识逻辑,尝试从理论和实践的结合上系统探讨并有针对性地回答以下我国学校心理健康教育亟待解决的重要问题:(1)学校心理健康

教育的根本目标是什么?这一根本目标在不同年龄段、在各级学校如何具体体现和达成?(2)学校心理健康教育的内容体系是什么?这一内容体系在不同年龄段、在各级学校的具体教育中怎样落到实处并发挥应有的作用?(3)如何科学有效地实施学校心理健康教育?在不同年龄段、各级学校应采取哪些科学有效的途径和策略?

学校心理健康教育“新视野”,主要是指学校心理健康教育的探讨以“学生心理素质培育”为理论探索和实践研究的中介(或主线),上位与学生整体素质发展相联系,下位与学生心理健康维护相衔接。从学生整体素质与其心理素质关系看,学生心理素质不仅是其素质的重要组成部分,而且是制约其他素质(如文化科学素质)形成和发展的中介变量,学校素质教育的实施必须以学生现有的心理素质水平为起点、为契机,同时素质教育又必须以形成和培养学生健全心理素质为归宿。因此,开展学生心理素质培育,是素质教育的客观要求,是促进学生心理健全发展的根本要求。素质教育的根本目标是提高学生的整体素质,学生的素质主要包括生理素质、科学文化素质(含思想道德素质)和心理素质。相对而言,传统教育对前两种素质比较重视,而学生心理素质培养却一直没有纳入学校教育的目标,长期被忽视。实际上传统教育中存在的弊端(包括学生的心理问题),在很大程度上都与忽视学生心理素质培育有关。因此,素质教育只有包括心理素质教育才是完整的教育,要提高学生的整体素质就必须重视学生健全心理素质的培育。从学生心理素质与其心理健康的关系看,心理素质和心理健康都属于人的心理现象,但二者处在人的心理现象两个不同的层面。心理素质是一种稳定的心理品质,一般是内隐的;心理健康则是一种积极、良好的心理状态,总是外显于人的行为之中。从心理素质的

功能来看,心理素质的高低与心理健康的水平有直接关系。一般情况下,心理素质健全且水平高的人,较少产生心理障碍,即使出现了心理问题,一般也能进行自我调适,其心理经常处于健康状态;相反,心理素质不健全或水平低的人,则容易产生心理障碍或一旦出现了心理问题也难以进行自我调适,其心理可能经常处于不健康状态。也就是说,心理健康是心理素质健全的功能状态和外显标志之一。从心理素质的内容要素与功能作用的统一性意义来看,心理健康只是心理素质的表现层面,即功能性层面。考察人的心理素质不仅要考察心理素质的内源性的基本人格层面,而且要考察心理素质体现在个体与社会交互作用中而达到和谐的行为习惯和心理状态层面,即心理健康层面。所以我们把心理健康看作心理素质的一个重要层面。心理素质是一个包含从稳定的内源性心理基质到外显的适应性行为习惯的多层面的自组织系统,而心理健康作为外显的表现状态是心理素质的一种功能性反映,同时亦可通过人的心理健康状况去了解人的心理素质水平。因此,从总体上看,心理素质与心理健康的关系是“本”与“标”的关系,学校心理健康教育应标本兼治,治本为纲。这是我们为什么主张从学生心理素质培育的新视角探讨学校心理健康教育的根本出发点。

《学校心理健康教育新视角研究丛书》主要是反映我们承担的国家社会科学基金项目《我国社会变革时期青少年心理问题及对策研究》、全国教育科学规划“十五”重点(国家级)课题《学生心理素质培育模式及实施策略研究》等课题的结题成果,但又不囿于这些课题的研究,也适当借鉴国内外心理科学及相关学科的有关研究成果,联系素质教育的现实需要和学生心理素质发展要求,不仅对以“学生健全心理素质培育”为目标的学校心理健康教育的理论与实践问题作了

全面系统的探讨,而且结合课题组编写的大中小各学段“心理健康教育教材”,分别对各级学校、各学龄段的心理素质教育的理论和实践问题进行了具体分析,并有针对性地提出了学校心理素质教育的途径、方法和策略。我相信本丛书的出版对广大从事学校心理健康(或心理素质)教育的教师和管理者的工作有一定的指导作用,对从事学校心理健康(或心理素质)教育的研究者也有参考价值。

本丛书编写的主要目的:一是系统总结课题组多年来的研究成果,从心理素质培育视角探讨学校心理健康教育的理论和实践问题。二是配合心理健康教育教材使用和心理素质培育的需要,有针对性地进行理论和实践总结,推广前期研究成果,为把课题研究和学生心理素质教育引向深入,扩大实验范围、更深层次地推动学生健全心理素质培育服务。三是抛砖引玉,希望有更多的同仁关注、参与该领域研究,为我国学校心理健康教育科学有效地开展而共同努力。为达成这三个目的,在撰写中力求做到理论与实践紧密结合,科学性与应用性紧密结合,专业性和可读性紧密结合;力求探索植根于中国文化、中国教育背景条件下的“学校心理健康教育的理论和实践”。

古人云:初生之物,其形必丑。本丛书从“学生心理素质培育”视角探讨学校心理健康教育的理论和实践问题,这本身就是探索性的尝试;学校心理素质教育对多数教师来说是一项新的教育活动,对研究者来说也是一个崭新的研究领域,无论是理论还是实践都在探索之中,因此,本丛书中涉及的理论、方法及实践问题不少也是探索性的。虽然全体编写人员都以严肃认真的科学态度参与本书系的撰写,但终因相关参考资料少、需要探讨的新问题多、撰写时间紧等原因,各书中不妥甚至错误的地方难免,热忱欢迎同行专家、教师和

广大读者不吝赐教,共同为有效开展学校心理健康教育、培养学生健全心理素质而努力!

我们能在不太长的时期内推出本丛书的首批著作,既是课题组全体同仁通力合作的结果,也是西南师范大学出版社的领导和编审人员支持的结果,尤其是社长周安平编审、副社长米加德副编审为本丛书的出版付出了辛劳。在本丛书付梓之际,谨向所有参与、关心、支持本丛书编写出版的各方面人士表示衷心地感谢!

张大均

2004年5月1日于西南师大

前言

《学校心理素质教育概论》是《学校心理健康教育新视角研究丛书》中的一本,作为该丛书的“概论”,主要从理论上构建学校心理素质教育的基本理论框架和基本内容体系,为本套书的编写奠定理论基础。该书的编写除遵循《学校心理健康教育新视角研究丛书》的基本要求外,特别强调科学性、理论性、基础性和创新性。科学性主要体现在无论是概念、观点或理论的提出、表述都力求持之有据,符合科学规范、反映客观规律;理论性主要表现为对学校心理素质教育的重要理论与实践问题的高度理论概括和深刻的理论分析,为整套丛书做好理论铺垫;基础性主要表现为本书立足于探讨学校心理素质教育的基本问题,为其余各书(针对大中小幼各学段的)编写奠定基础;创新性主要表现在理论上的推陈出新,即提出并界定新概念、新思想、新理论,使之形成一个相对完善的理论体系。

撰写此书的主要目的有二:一是系统梳理和总结我们课题组基本理论研究的成果,尝试构建中国心理健康教育的理论体系;二是为心理健康教育者提供理论及方法论的指导。

《学校心理素质教育概论》全书共九章,主要从理论上探讨了素质与素质教育、心理素质与心理素质教育、心理素质

教育的目的系统、心理素质教育的内容体系、心理素质教育的过程与模式、心理素质教育的原则和途径与方法、心理素质教育的设计与实施策略、心理素质教育的制约因素、心理素质教育的测评等基本问题。上述问题虽然不是心理素质教育涉及的全部理论问题,但的确是其重要的理论问题。对这些问题深入系统的探讨不但有理论价值和现实意义,而且对心理健康教育工作者和研究者也是有参考价值的。

学校心理健康教育和学生心理培育是随我国素质教育全面实施而兴起的新的教育领域,学术理论界对其的研究刚刚起步,诸多理论和实践问题尚处于探索之中。因此,本书也只是我们课题组在该领域探索的初步成果,难免管中窥豹,欢迎同行方家和广大读者批评指正!

本书由张大均主编,各章撰写者分别为:张大均(第一、二章)、郭成(第三、七章)、冯正直(第四、八章)、陈旭(第五、六章)、余林(第九章)。全书由主编提出理论架构并负责统稿、定稿。

编著者

2004年4月28日

《学校心理健康教育新视角研究丛书》 编委会

总主编 张大均

编 委 (以姓氏笔画为序)

冯正直 刘衍玲 江 琦

余 林 吴明霞 张大均

杨国愉 陈 旭 郭 成

目 录

第一章 素质与素质教育	(1)
第一节 素质及其含义	(2)
第二节 素质教育	(13)
第二章 心理素质与心理素质教育	(30)
第一节 心理素质及其结构	(31)
第二节 心理素质教育的理论思考	(45)
第三节 实施心理素质教育的基本条件	(55)
第三章 学校心理素质教育的目标系统	(64)
第一节 构建学校心理素质教育目标系统的依据	(65)
第二节 学校心理素质教育的分层目标	(74)
第三节 学校心理素质教育的分类目标	(95)
第四节 学校心理素质教育的分段目标	(100)

第四章 学校心理素质教育的内容体系	(106)
第一节 学校心理素质教育内容构建的理论依据和总体构想	(107)
第二节 小学心理素质教育的内容体系	(112)
第三节 中学心理素质教育的内容体系	(120)
第四节 大学心理素质教育的内容体系	(133)
第五章 学校心理素质教育过程与模式	(139)
第一节 学校心理素质教育过程	(140)
第二节 学校心理素质教育模式	(152)
第六章 心理素质教育的原则、途径与方法	(164)
第一节 学校心理素质教育的原则	(165)
第二节 学校心理素质教育的基本途径	(178)
第三节 学校心理素质教育的方法	(190)
第七章 心理素质教育的设计与实施策略	(197)
第一节 学校心理素质教育的设计	(198)
第二节 学校心理素质专题训练的基本程序	(205)
第三节 学校心理素质教育的基本策略	(211)
第八章 学校心理素质教育的制约因素	(235)
第一节 影响学校心理素质教育的主体因素	(236)
第二节 影响心理素质教育的学校因素	(244)
第三节 影响学校心理素质教育的家庭因素	(257)
第四节 影响心理素质教育的社会因素	(267)
第九章 心理素质教育的测评	(273)
第一节 心理素质的测量	(274)
第二节 心理素质教育的评价	(290)

第一章 素质与素质教育

随着我国素质教育的全面推进和深入开展,心理素质教育的重要地位和作用越来越受到学术界和教育界的普遍关注和高度重视。这是因为,心理素质不仅是人的素质的重要组成部分,而且是制约其他素质(如科学文化素质)形成和发展的中介变量,学校素质教育的实施必须以学生现有心理素质水平为起点和契机,同时素质教育又是以形成和培养学生健全心理素质为归宿。因此,开展心理素质教育,是素质教育的客观要求,是学生素质发展的基本需要。心理素质教育是一项科学性和专业性很强的教育活动,对广大教师来说,也是一项较为陌生的教育实践,对其中的一些基本概念和理论不甚了解。因此,要探讨心理素质教育的理论与实践问题,首先应对素质及素质教育等有关的基本概念和理论有比较清楚的认识,为开展心理素质教育研究奠定相关理论基础。