

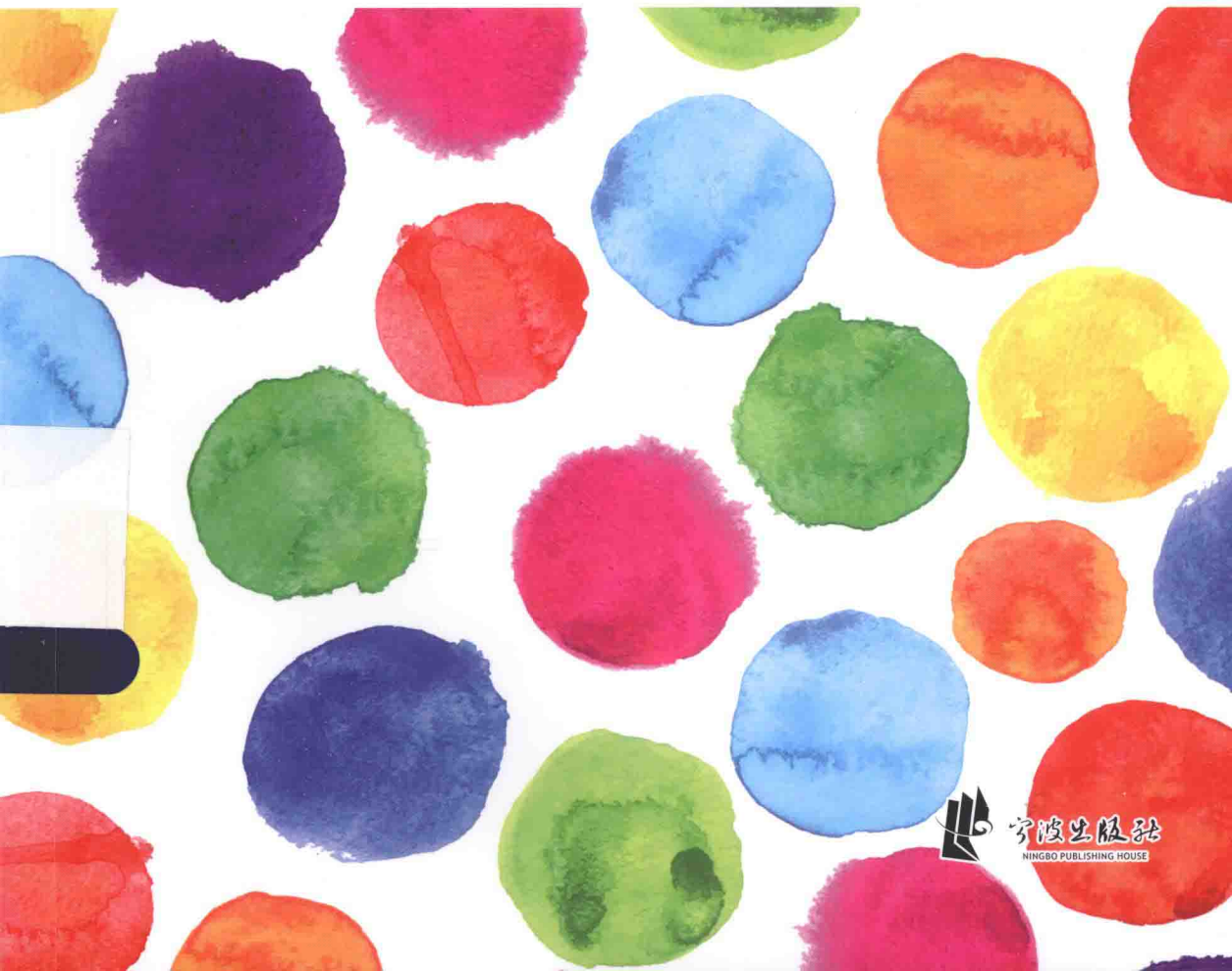
TEACHING TOWARD SOLUTIONS

[美] 琳达·梅特卡夫 (Linda Metcalf) 著 钟爱芳 李晓莉 张春红 译 骆宏 审校

高效教师

焦点解决取向在学校教育中的应用

A Solution-focused Guide To Improving Student Behavior, grades, parental Support And Staff Morale



宁波出版社
NINGBO PUBLISHING HOUSE

EACHING TOWARD SOLUTIONS

高效教师

焦点解决取向在学校教育中的应用

[美] 琳达·梅特卡夫 (Linda Metcalf) 著 钟爱芳 李晓莉 张春红 译 骆宏 审校

Teaching Toward Solutions: Improve student behavior, grades, parental support
and staff moral - second edition
Copyright © Linda Metcalf 2003
Simplified Chinese translation copyright © 2015 by Ningbo Publishing House
Published by arrangement with Crown House Publishing Limited.
Through Rightol Media in Chengdu

成都锐拓传媒广告有限公司
ALL RIGHTS RESERVED
版权合同登记号: 11-2015-130

图书在版编目 (CIP) 数据

高效教师: 焦点解决取向在学校教育中的应用 /
〔美〕梅特卡夫 (Metcalf, L.) 著; 钟爱芳, 李晓莉, 张
春红译. — 宁波: 宁波出版社, 2015.8
ISBN 978-7-5526-2067-2

I. ①高… II. ①梅… ②钟… ③李… ④张… III.
①学校教育—研究 IV. ①G4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 067524 号

高效教师: 焦点解决取向在学校教育中的应用

〔美〕琳达·梅特卡夫 著
钟爱芳 李晓莉 张春红 译 骆宏 审校

出版发行 宁波出版社
地 址 宁波市甬江大道1号宁波书城8号楼6楼
邮 编 315040
电 话 0574-87259609
责任编辑 陈 静
装帧设计 金字斋
插 画 小 戚
印 刷 浙江新华数码印务有限公司
开 本 720 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张 20.25
字 数 230 千
版 次 2015 年 8 月第 1 版
印 次 2015 年 8 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5526-2067-2
定 价 45.00 元

如发现印刷质量问题, 请与承印厂调换, 电话: 0571-85155604。

私人方面,本书献给
我的孩子凯莉和赖安,
以及我的先生罗杰。

专业方面,本书献给
教过我的老师、
我认识的老师,
以及我所教过的未来老师。

关于作者

琳达·梅特卡夫博士拥有婚姻与家庭治疗师执照及专业咨询师执照,曾是中学教师、学校心理咨询师,目前是美国德克萨斯州曼斯菲尔德独立学区安全和拒绝毒品学校负责人。

梅特卡夫博士发表了许多有关青少年和儿童短期治疗的文章,并著有三本著作,分别是 *Counseling Toward Solutions*¹ (The Center for Applied Research in Education, 1995)、*Parenting Toward Solutions* (Prentice Hall, 1997)和 *Solution-Focused Group Therapy* (The Free Press, 1998)。

梅特卡夫博士除了在私人诊所为儿童、青少年提供学校及家庭咨询外,同时也在加拿大、澳大利亚和英国各学校系统中担任焦点解决短期治疗顾问。

她和她的先生罗杰住在美国德克萨斯州的阿灵顿,育有两子:凯莉和赖安。若有工作坊和相关咨询需求,可与梅特卡夫博士联络。您可以写信至:

Linda Metcalf, PhD

5126 Bridgwater

Arlington, TX 76017

www.lindaMetcalf.com

E-mail: dr_linda@ix.netcom.com

1 该书已有中文版:《教师、学生和家長焦点难题解决方案》,中国青年出版社,2011.5

推荐序(一)

焦点解决短期治疗(Solution-focused brief therapy,简称 SFBT)深受社会建构论影响,基于后现代哲学观,秉持正向性、整体性,以及尊重人性尊严的信念,一方面承继着百年来心理治疗领域对于人之知觉、心性与行为的探索,一方面又勇健且审慎地颠覆过往看待问题的视框,大幅减降对人们的弱点、失误、问题及病理诊断的强调,转为重视当事人的优势、复原力、成功经验,以及有效用之处。

这样的独特性,让 SFBT 在不到三十年的时间,已经广为世人所知,并已多元、有效地应用于家族治疗、心理卫生、儿童与社会福利、收容机构、医院、不良行为少年与监狱司法系统等范畴。其中, SFBT 在学校系统的应用价值,尤其备受肯定。因为,学校辅导工作的重要特性之一,在于结合着教育目的与教育系统,以促进学生成就、成功与成长所需的支持;学校辅导工作的哲学理念,应为发展性、成长性、支持性者,乃与其他咨询与治疗场域中的病理观点极为不同。因而, SFBT 的理念正与之不谋而合。

骆宏博士及其团队多年来一直致力于 SFBT 的各方推广。除了提供训练之外,愿意承担翻译 SFBT 系列书籍的繁重任务,实属难得。《高效教师》一书

的作者琳达·梅特卡夫,是 SFBT 重要代表人物之一。一直以来,她由于自身的实务经验与教养孩子的经验,十分投入 SFBT 在校园各教育者的训练工作。最为难得的是,她能以教师角色的立场来撰写此书,并能多方考量极为重要的面向,如班级经营、师生沟通、课程设计、学习困难、特殊学生辅导、行为管教、学校系统等。所以,相信阅读本书的教育工作者,能因为经验的贴近,将能在会心一笑的共鸣中,快速吸收书中含有案例与实践的可贵知识。

SFBT 正向导向、发展导向、未来导向、目标导向、解决导向、行动导向、短期导向的实务要素,不仅对于主要负责校园青少年咨询的心理健康教师极有助益,也相当能提升学校行政领导、教师辅导能力以及家长亲职效能。诸多实务与研究皆已证明,若班主任及各科教师这些接触学生的一线人员能接受 SFBT 的理念与操作方法,不仅是莘莘学子之福,更是任重道远的教师莫大的赋能力量!

台湾师范大学教育心理与辅导系教授 许维素

2015 年 3 月

推荐序(二)

让焦点解决之光洒向每一间教室

2015年3月底,第一次捧着骆宏教授的杭州团队翻译的《高效教师》这本书,正是在刚刚结束了第二期焦点解决取向的教练式教师培训之后,处于筹备高效焦点解决心理教练国际认证培训之前。全然浸泡在焦点解决实践运用中的我,看到了这本书,心里颇为兴奋,特别感动,也很踏实。兴奋的是,广大教育工作者终于可以近距离地感受焦点解决的魅力了;感动的是,骆宏教授杭州团队多年来一直努力推进焦点解决又结出了硕果;踏实的是,有了这些教材,广大心理学同行就能更方便地推动中国教育领域的后现代心理应用了。

和本书的译者骆宏教授一样,我也是焦点解决教练的痴迷者、践行者和传播者。虽然离2013年举办第一届中国传统文化与后现代心理学应用学术研讨会只有两年时间,但是焦点解决疗法培训、焦点解决学术沙龙、焦点解决心理教练项目已经如火如荼,正兴高采烈地在中国科学院心理研究所起步,在全国各地散漫开来,点燃着更多后现代同行的热情与活力,越来越多的焦点粉丝们汇聚、受益,并沉醉于此。从先后与赵然教授、骆宏教授、许维素教授接触,并开始

熟悉焦点解决的那时候起,我便深信焦点解决方法的简洁明快、积极正向、大道至简,其对于现代社会人们生活的方方面面,必将具有变革性的影响价值,因此开始全力以赴地与前述几位教授及后现代心理学同行践行自己的期待和设想,也一直盼望着更多经典之作能进入国人的视线。我也一直坚信,后现代心理学理念、焦点解决取向的方法与技术与教育教学的结合最具价值、最有意义、最富潜力。如今这本译著应运而生,细致透彻地呈现了焦点解决取向如何运用于教育领域,开阔了后现代同行的国际化视野,提升了焦点解决的专业化发展,也促进了其本土化发展,有着广阔的应用发展前景。该书的出版可谓后现代心理学工作者、焦点解决爱好者和教育工作者的福音。

《高效教师》涉及学校教学和教育管理的方方面面,分章呈现了教育者关心的重要议题,如班级建设、师生关系、学习动机、问题诊断、学校建设等。该书是一本操作性手册,既科学严谨,又通俗易懂,其中丰富的实例说明、个案研究和练习活动让人爱不释手又跃跃欲试。焦点解决教师的身边不再是一群问题学生,而是一个个怀有良知和愿望并付出诸多尝试的小专家,他们闪烁如星、潜能无限。

2014年在杭州举办中国传统文化与后现代心理学术研讨会的时候,骆宏教授告诉我关于后现代焦点解决在教育领域的一系列前期工作、近期设想和未来规划,我就特别兴奋。骆宏教授身边聚集的杭州焦点解决研究与应用团队,一直是我非常敬重的理论与实践并重的后现代心理学专家团队。他们在杭州扎扎实实、精心培育、逐步渗透,在中国后现代心理学应用的开拓和发展上倾注了大量心血。如此佳作的翻译出版可谓杭州团队的又一重量级成果。身为他们的同行和伙伴,他们的工作热度、涉及广度、学术深度,都让我深感敬佩。我常常带着对浙江余姚王阳明“心即是理、致良知、知行合一”的心学文化的敬佩和热切,关注和欣赏着同样在浙江生活、实践、反思的杭州后现代心理学伙伴,他们所进行的焦点解决教育领域的理论探索和实践应用活动,不正是传统心学文

化与后现代心理学的最好结合,不正是对先圣王阳明心学文化最好的传承吗?

近期,我也正与骆宏教授、曾海波博士、刘正奎教授、赵然教授、祝卓宏教授、李焰教授、李明博士、高德明院长、张非凡教练、陈子涵教练等后现代心理学同行,一同探讨后现代“合作式教育”模式在中国教育中的应用与推广。“合作式教育”所提倡的欣赏、链接、空间、具体、互动、关系、即兴,推动建构、创造、叙事、生成,或将成为中国教育的重要拐点、当今社会的一剂良药。焦点解决所呈现的积极正向、简洁高效、注重一小步、聆听—选择—建构,借助诸多刻度化问句、结果问句、关系问句、奇迹问句、例外问句等问句的具体对话技术,与合作式教育深厚的后现代哲学理念相结合,必将打开更多教育教学的对话空间,在教育领域必将创造出更多的可能性,产生1加1远大于2,“一生二、二生三、三生万物”的效果。

最后,我们共同期待本书的出版成为焦点解决方法及后现代心理学应用在教育领域的标志性事件,期待它能为更多的读者所熟悉,从而激发出更多为解决当今教育瓶颈和困惑的有价值的尝试,也期待使用本书的教师和教育工作者,不断发挥并拓展焦点解决技术在教育领域中的应用。让焦点解决之光洒向每一间教室,让更多的校长们得以轻松管理,让更多的教师们得以自在地教学,让每一个孩子回归阳光灿烂、智慧灵巧、童心活跃、创造力无限!

中国科学院心理研究所心理健康促进中心主任 史占彪

2015年4月

推荐序(三)

自然亲切 启智导行

“高效教师”的提法,对大众而言或许陌生,但在过去的十年间,“成为高效能教师、建设高效能学校”却是教育界里探讨和探索的一个重要方向。教育界人士在探讨“高效教师”时,并没有明确的定论。有的人认为“高效教师”就是能立竿见影地提高学生成绩的老师,帮助学生在优胜劣汰的激流中扬帆直抵以分数为旗杆的彼岸。有的人认为“高效教师”是善于鼓舞学生及课堂管理的老师,此说代表者为美国教育界最高荣誉“贺拉斯·曼教育家奖”获得者黄绍裘博士,他认为“高效教师”特质有三:积极期望,在课堂教学过程中,以语言、态度、表情、体贴等各种关怀与行动方式鼓舞学生;课堂管理,从来不会用纪律来约束自己的学生,而是非常善于在一致连贯的教学氛围中引导学生约束控制自己的行为;掌握课堂,从来不会在课堂上大喊大叫、发号施令,而是恰如其分地引导学生自主学习。而琳达·梅特卡夫博士总结了自己多年以来作为教师、学校管理者、焦点解决心理专家的实践和研究成果,在本书中给出了更清晰的“高效教师”的目标和特征——“关注学生的才能与资源,而非他们的缺陷或失败”,

提升学生自身能力、培养学生尊重和负责的态度。毋庸置疑,高效教师是塑造卓越学校文化的中坚力量,一位善于培养兼具应试“高分”和终身学习能力的学生“精英”的教师是能以学生为本,能够把握住教育本质的,这与学校及社会对人的培养目标更是一致的。

作为一名教育辅导市场的从业者,我对“高效教师”的关注,源于对乱象丛生的教育辅导市场的思考。在传统的补习机构甚至是一些知名的培训机构中存在的黑幕不计其数,其主要表现在过度宣传师资这一普遍顽疾上,他们所包装炒作的“名师”头衔非常耀眼,而补习效果甚微。应该如何去定义所谓的“名师”不仅是学生和家长的困惑,更是教育界和社会的难题。在过去的十年里,中国中小学生的应试压力不但没有减弱,而且从校内延伸至校外,让学生受到死记硬背、一味训练应试技巧的戕害。补习机构出于商业利益的考虑,使其整个教学服务在基于增加学生课耗的逻辑下运转,引导从业教师成为学生的拐棍,不仅走向提升学生自身学习能力的反面,从业教师提高教学效率的内驱力也因此受到了抑制,与“高效教师”背道而驰。

在信息渠道高度发达的今天,这种运行体制已经严重掣肘了机构的发展。严格的规定不能控制老师的流失率,谨小慎微的名师打造也不能避免优秀师资的在线转移,对于已经渗透进每个人生活的互联网时代,传统教育却依然保持封闭低效状态,没有放开胸怀,去主动迎接这个时代的变革。这给社会画上了一个巨大的问号:应该如何解放教师?如何从机制上激励教师做一个“高效教师”?这些年,我和我的伙伴们怀着解放教师、成就高效教师的梦想创办了365好老师网站,致力于打造真正的“高效教师”,并与中科院心理所联合开发了“青少年成长教练”培训课程,这套课程正是基于焦点解决教练技术,与本书作者琳达·梅特卡夫博士所使用的理念和方法相同,目前这套课程因简洁、有效、易于掌握,迅速得到了教师们和家长们的欢迎和肯定。2014年11月,在第二届中国传统文化与后现代心理学应用学术研讨会上,我又有幸结识到本书翻译团队负

责人骆宏教授,进而有机会先睹为快地拜读了琳达·梅特卡夫博士这本经典之作《高效教师》。

琳达·梅特卡夫博士在“高效教师”领域研究和实践上,无疑远远领先于国内的探索,对于我们而言有一种醍醐灌顶、相见恨晚的帮助和喜悦。本书理念理论根基扎实、实操性强、案例丰富、应用场景广泛,对于教育工作者而言,阅读本书会是一次更新思维、解决困惑、开启全新工作模式的、令人愉快的发现之旅。于我而言,捧读本书,恰如“高效教师”之于学生,自然亲切、启智导行。

我相信,将本书引入国内对中国的教育界来说是一件功德无量的事情,亦将引领高效教师的培养及推广潮流。感谢骆宏教授!

“365 好老师网站”创始人兼 CEO 王伟宁博士

2015 年 5 月

译者序

小学时,我们几个要好的同学,常常一下课就跑去找老师聊天,当然那时候并非是出于什么心灵的交流、知识的碰撞,而只是想与老师亲近。初中时,也会因为老师一句“你是最有可能冲刺重点高中的人”,就会全心投入、废寝忘食地学习。

尽管对求学期的很多事情已渐渐遗忘,但是,若要说对我个人成长影响最深的人都有谁,其中必然有“老师”,且不止一位。正是在老师的“循循善诱下”,我一步步从小学升初中、高中,考大学,直至研究生毕业。在我朦胧懵懂时,是老师的谆谆教导让我有了选择,有了前进的方向。

尽管从师范大学毕业后并未从事教师工作,但因为所学心理专业,在工作中也时常遇到咨询学习问题、孩子教育的情况。接触下来也越发发现,如今,老师与学生、学生与家长、家长与校方,这些关系之间似乎存在某种“断裂”,如台湾作家龙应台所言,“彼此深爱却互不相识,向往接触却找不到桥梁,渴望表达却没有语言”。

机缘巧合,在导师骆宏教授的推荐下,我拿到了此书的英文书稿,并着手翻译。过程中,我时常被文中分享的观点和理念所感动。这是一种全新的教学思

维。关注的是当问题不存在或该发生而没有发生的时刻,关注的是营造一种让学生体验尊重、信任和负责的教学氛围,关注的是学生个人的自我成长。这不正是当下教育领域想要实现的目标吗?!

不过,这不是一本理论指导用书,而是包含和引用了大量来自教育实践的案例,并注解了详细说明书的书。这是一本高效教师的实用手册,背后所持的焦点解决理念注重“不究其原因、关注解决”、“跳出问题看问题”……

全书共分九章。第一、四、八、九章由钟爱芳主译,第三、五、六章由李晓莉主译,第二、七章由张春红主译。

第一章主要分享了焦点解决理念在教学情景中的引入,并介绍了一项“例外化的教学计划”。第二章强调教师学会利用自身和学校资源的能力,罗列了一些适用于学生干预的具体方法。第三章通过真实个案提议教师,重新检视自己对待学生的观点和行为,并进一步探讨了更多方法、细节。第四、五章呈现了“例外化的学校项目”在不同学龄阶段的应用,描述了何为焦点解决班级,及有利于营造积极氛围的各种方法。第六章对学生问题的诊断重新进行了定义,并提供了策略建议。第七章告诉教师,即使面对最暴躁的学生,换个角度,也能改变其态度。第八章围绕“社会适应能力”展开讨论,帮助教师教会学生自己解决自己问题的新策略。最后一章,则为学校行政人员描绘了一幅美好的教学蓝图,并提供了大量可重复应用的指导原则。

琳达·梅特卡夫博士精心撰写的这本书,每章都有看点。尽管主要面向学校教师,但是学生家长也能从中收获一些知识技能或感悟。

在本书翻译的过程中,台湾师范大学教育心理与辅导专业许维素教授(也是本书台湾版翻译及总校阅)和台湾心理出版社总编辑林敬尧先生得知我们团队也正着手翻译时,无私提供了他们的书稿供我们参考及进一步完善和改进。

随着此书书稿的交付,最需要感谢的是我的导师——骆宏博士,正是他的推荐和鼓励,我们才有机会翻译此书,并且在过程中收获良多,对心理学的生活

化应用也有了更深层的理解。同时,黄玉琛、陈小立、江玲等也无私协助我们翻译,海棠对书稿进行了译校,一并谢过。

还需提及的是,感谢“焦点解决”!正是因为它,我的生活圈子从此打开,结交了不少志同道合的朋友;也正是因为学习了“焦点解决”,我的视野和思维变得更为宽阔,人生也有了更多可能。希望更多人能从“焦点解决”的学习中受益。

最后,感谢每一位曾给过我知识、教过我道理的小学、初中及高中老师,因为他们,我一路成长。当然,由于水平有限,译文中难免有不妥和错误之处,还望读者指正。

钟爱芳

(心理学硕士,杭州市健康管理中心骆宏焦点解决工作室成员)

致 谢

本书总结了我当学生、教师以及指导未来教师的一些经验与想法。我努力为那些致力于教育事业的工作者提供一种新的思维方法。创作本书,我也承担了较多的风险,因为本书所宣扬的思想可能会挑战教师们的原有思维,同时也可能会激发某些其他思考。不过,我由衷地希望本书对读者你能有所帮助。

本书的完成,是多人努力、合作的结果,他们一同帮助我在书中呈现这些理念和策略。同时,他们也在生活中努力实践着这些想法。

感谢拉丽莎·考克斯老师,他不但成功地吸引了我儿子的注意力,还说服他顺利地完成了高中学业。感谢实习老师托伊·安杰尔,他具有建立关系的才能,那是我们大多数人梦寐以求的。特里·克罗斯,感谢你提供乔斯的故事,感谢你向我们展示教师创新性的回应是如何改变一个学生的生活的。感谢佩姬·埃尔罗德,你的经验彰显出你的仁慈,让我们即使在崎岖不平的道路上仍旧能走得更远,也感谢你帮我收集了教师需求的问卷调查表并进行了分析。吉姆·利伯和戴夫·科尔伯恩,感谢你们为本书需包含哪些重要的内容提供了建议。拉里·弗曼扎克,再次感谢你在本书写作过程中给我们提供的指导,能作为你的学生一定相当幸运!谢谢本·弗曼,你在重组团队方面的意见令人耳目