

班 华 主 编



心育论

The title '心育论' is written in large, stylized, grey characters with a white outline. To the left of the title is a large, dark red, stylized graphic element resembling a star or a flower. Above the title are several overlapping, detailed illustrations of autumn leaves in shades of orange and brown. A vertical line runs through the middle of the page, separating the decorative elements from the title.

徽 教 育 出 版 社

图书馆

XIN YU LUN XIN YU LUN

B84
87

心育论

097119

班 华 主 编 XIN YU LUN XIN YU LUN



女子学院 0103456

安徽教育出版社

责任编辑:陈龙银

封面设计:应梦莺

心 育 论

主 编 班 华

安徽教育出版社出版发行

(合肥市跃进路1号)

新华书店经销 合肥南方激光照排部照排

合肥商中印刷厂印刷

*

开本:850×1168 1/32 印张:9.75 字数:220 000

1994年8月第1版 1999年7月第5次印刷

印数:10 001—13 000

ISBN 7-5336-1582-4/G·2023

定价:10.80元

发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换

目 录

引言	(1)
第一章 心育论的学科性质	(9)
第一节 心育概念	(9)
一、心育的涵义	(9)
二、心育与其他各育的关系	(10)
三、心理素质的特点与心育	(14)
第二节 心育论与其相关学科的关系	(18)
一、心育与心理卫生教育	(18)
二、心育与心理咨询	(20)
三、心育与青春期教育	(26)
四、心育与教育心理	(27)
第二章 心育的个体发展功能	(29)
第一节 心理素质与人的发展概述	(29)
一、发展的概念	(29)
二、心理素质在人的素质整体中的地位与作用	(32)
第二节 心育对素质全面发展的作用	(34)
一、心育在素质发展中的地位和作用	(34)
二、心育对智性素质发展的作用	(35)
三、心育对德性素质发展的作用	(37)

四、心育对美感素质发展的作用	(41)
五、心育对身体素质发展的作用	(43)
第三节 心育与心理潜能的开发	(46)
一、人的潜能是巨大的,有待开发、利用	(46)
二、心育在心理潜能开发中的作用	(48)
第三章 心育的社会功能	(49)
第一节 心育与人的现代化	(50)
一、现代化与人的现代化	(50)
二、现代人的素质与现代人的心理素质	(52)
三、中国现代化进程的独特性及心育对中国现 代化的意义	(56)
四、心育与跨世纪的一代人	(59)
第二节 心育与精神文明建设	(61)
一、精神文明建设与社会文化心理	(61)
二、心育与文化建设	(62)
三、心育与思想道德建设	(64)
第三节 心育与民族素质的提高	(66)
一、民族素质与民族心理素质	(66)
二、民族心理素质的形成	(70)
三、心育对提高民族素质的作用	(72)
第四章 心育目标与心育内容	(75)
第一节 心育的目标	(75)
一、心育的性质与心育目标	(76)
二、全面发展的教育目的与心育目标	(78)
三、素质教育目的与心育目标	(79)
四、心育目标的构成	(80)
第二节 心育的基本内容	(83)

一、学习心理的指导	(84)
二、情感教育	(84)
三、性心理教育	(85)
四、人际关系的指导	(86)
五、健全性格的培养	(86)
六、耐挫能力的培养	(87)
七、自我心理修养的指导	(87)
第五章 心育课程	(89)
第一节 实践中建立心育课程的初步探索	(90)
一、建立心育学科课程的探索	(90)
二、心育渗透在各科教育和学校各种教育活 动中	(91)
第二节 心育学科课程	(92)
一、心育学科课程设置的必要性	(92)
二、心育学科课程的性质	(96)
三、心育学科课程的目标	(97)
四、心育学科课程的内容	(99)
五、心育学科课程的开设方式	(101)
六、心育学科课程的教学方法	(103)
七、心育学科课程的考核	(104)
第三节 心育在其他学科课程中的渗透	(105)
一、心育是各科教学的自然组成部分	(105)
二、各科教学在心育中的作用与任务	(107)
第四节 心育活动课程	(112)
一、心理训练课	(112)
二、学校各种教育活动中的心育	(113)
第五节 心育环境课程	(117)

一、环境与心理的关系·····	(117)
二、心育环境的建设·····	(118)
三、心育在其他环境课程中的渗透·····	(119)
第六章 心育的原则与方法·····	(121)
第一节 心育原则·····	(121)
一、发展性原则·····	(122)
二、非价值性评价原则·····	(125)
三、主体性原则·····	(127)
四、相容性原则·····	(129)
五、协同性原则·····	(130)
六、活动性原则·····	(133)
七、成功性原则·····	(136)
第二节 心育的方法·····	(138)
一、心育方法选择的依据·····	(138)
二、心育方法的分类·····	(139)
三、心育的基本方法·····	(140)
第七章 学习心理的指导·····	(143)
第一节 学生学习心理的发展与学习心理指导的重要性·····	(143)
一、学生学习心理的发展·····	(143)
二、学习心理指导的意义·····	(148)
第二节 学习心理指导的要求与内容·····	(152)
一、明确学习目标,努力实现学习目标·····	(152)
二、培养、激发与维持良好的学习动机·····	(153)
三、培养正确的、积极的学习态度·····	(154)
四、培养学习中智力活动的良好品质,提高学习活动能力·····	(156)

第三节	学习心理指导的方法·····	(157)
一、	培养、激发与维持学习动机的方法·····	(158)
二、	指导学习过程中智力活动的方法·····	(162)
第八章	情感教育·····	(167)
第一节	儿童、青少年情感发展的特点及情感教育 的重要性·····	(167)
一、	儿童、青少年情感发展的特点·····	(167)
二、	学生情感教育的重要意义·····	(173)
第二节	儿童、青少年良好情感品质的培养·····	(178)
一、	儿童、青少年良好情感品质培养的要求和 内容·····	(178)
二、	学生情感教育的途径和方法·····	(182)
第三节	儿童、青少年不良情感的消除·····	(187)
一、	紧张情绪·····	(187)
二、	急躁情绪·····	(188)
三、	孤独·····	(189)
四、	嫉妒·····	(191)
五、	自卑·····	(192)
六、	焦虑·····	(193)
第九章	性心理与性教育·····	(195)
第一节	儿童、青少年性心理的发展与性教育的 重要性·····	(195)
一、	儿童、青少年性心理的发展过程与特点··	(195)
二、	儿童、青少年性教育的自然状况和性教育 的重要意义·····	(202)
第二节	儿童、青少年性教育的要求与内容·····	(206)
一、	儿童、青少年性教育的要求与内容概述··	(206)

二、各年龄段性教育的要求与内容·····	(207)
第三节 性教育的原则、途径和方法·····	(210)
一、儿童、青少年性教育应遵循的原则·····	(210)
二、儿童、青少年性教育的途径和方法·····	(213)
三、儿童、青少年不良性心理、性行为的矫 治·····	(215)
第十章 人际关系的指导·····	(222)
第一节 儿童、青少年人际关系发展的特点及 指导的重要性·····	(222)
一、儿童、青少年人际关系发展的特点·····	(222)
二、儿童、青少年人际关系指导的重要性·····	(230)
第二节 人际关系指导的要求与内容·····	(233)
一、交际艺术与交际才能的指导·····	(233)
二、交友原则与方法方面的指导·····	(234)
三、常见人际关系现象的指导·····	(235)
四、几类特殊对象的人际关系指导·····	(237)
五、异性同学人际关系的指导·····	(238)
第三节 学生人际关系指导的方法·····	(239)
一、教育学生运用有关知识处理好人际关系·····	(239)
二、鼓励学生主动与同学交往·····	(242)
三、指导学生掌握处理好人际关系的一些具体 方法·····	(243)
第十一章 健全性格的培养·····	(249)
第一节 儿童、青少年性格的发展与教育的重 要性·····	(249)
一、性格概述·····	(249)
二、中小学生性格的发展·····	(250)

三、培养学生良好性格的重要意义·····	(252)
第二节 性格教育的要求·····	(257)
一、对自己、对他人、对集体、对社会态度 方面的教育要求·····	(257)
二、性格的情绪特征方面的教育要求·····	(258)
三、性格的意志特征方面的教育要求·····	(258)
四、性格的理智特征方面的教育要求·····	(258)
第三节 性格教育的实施·····	(259)
一、针对不同性格类型实施性格教育·····	(259)
二、根据性格发展的不同阶段实施性格教育···	(259)
三、从性格的特征要素入手,实施性格教育···	(261)
四、根据性格的指向性要求实施性格教育·····	(262)
五、通过良好的教育态度、教育方式影响学生 性格·····	(263)
六、运用群体规范的心理气氛进行性格教育···	(265)
七、利用角色换位进行性格教育·····	(265)
八、注意独生子女的特殊性,实施性格教育···	(266)
九、以培养学生自我塑造能力为核心,实施性 格教育·····	(267)
第十二章 耐挫能力的培养·····	(269)
第一节 儿童、青少年受挫特点及培养耐挫能力的 重要性·····	(269)
一、儿童、青少年受挫的特点与范围·····	(269)
二、培养儿童、青少年耐挫能力的重要性·····	(272)
第二节 耐挫能力培养的要求与内容·····	(273)
一、使学生认识挫折是难免的·····	(273)
二、全面认识挫折对个体的影响·····	(274)

三、正确对待别人遭遇的挫折·····	(274)
四、培养对挫折的容忍力·····	(274)
五、培养对挫折的超越力·····	(275)
第三节 耐挫能力培养的方法·····	(275)
一、培养学生坚强的意志品质·····	(275)
二、指导学生树立适合自己特点的抱负水平··	(276)
三、发展学生的内部控制点·····	(278)
四、创设挫折情境·····	(279)
五、角色扮演·····	(280)
六、情绪疗养·····	(281)
第十三章 自我心理修养及其指导·····	(283)
第一节 儿童、青少年自我心理修养发展的特点及 指导的重要性·····	(284)
一、儿童、青少年自我心理修养发展的特点··	(284)
二、儿童、青少年自我心理修养的重要性····	(287)
第二节 自我心理修养的要求与内容·····	(288)
一、自我心理修养在认知方面的要求与内容··	(289)
二、自我心理修养在情感方面的要求与内容··	(289)
三、自我心理修养在意志方面的要求与内容··	(290)
四、自我心理修养在性格方面的要求与内容··	(291)
五、自我心理修养在气质方面的要求与内容··	(292)
第三节 自我心理修养的指导·····	(293)
一、激发和保护自我心理修养的动机与愿望··	(293)
二、教育学生运用有关知识进行自我心理 修养·····	(294)
三、指导学生制定心理修养计划，进行自我 修养·····	(294)

四、引导学生在社会实践中加强自我心理 修养.....	(295)
五、指导学生掌握有关自我心理修养的一些具 体方法.....	(295)
后记.....	(300)

引 言

—

心育论或称心理教育论、心理教育学，是研究有目的地培养人的良好的心理素质、提高人的心理机能、发挥人的心理潜力的教育理论。

心育论的形成与心育问题的提出是不可分的。由于改革开放的深入发展，人们认识到在我国实现社会主义现代化不仅仅是工业、农业、国防、科技方面的现代化，重要的还有人的现代化，也就是说现代化不仅要重视物质技术的现代化，而且要重视精神文化因素，重视人的现代化，要先“化人”后“化物”。人的现代化就是人的素质的现代化，特别是要在人的心理、思想、态度和行为方式上经历一个现代化的转变过程。这是社会变革中最深刻的变革，它甚至比经济体制、政治体制的改革还要深刻。社会现代化和人的现代化呼唤着心育和心育理论。

由于实行对外开放，国外当代各种心理学理论、脑科学理论得以迅速介绍到我国。人们认识到人的潜能是巨大的，目前只运用了其中的极少部分（不到10%）。巨大的脑力资源有待开发、利用，不开发、不利用是多么可惜！心理潜能开发的巨大可能性和当前实际发挥的有限性的矛盾，推动着人们去思考：怎样才能培养人良好的心理素质，提高人的心理机能，使人的潜能得到更好的发挥？从而导出研究心理教育问题。

心育论和心育问题的形成是 80 年代至今我国教育理论和实践发展的产物。80 年代初人们已经提出素质教育问题。1985 年 5 月《中共中央关于教育体制改革的决定》中提出：“教育体制改革的根本目的是提高民族素质，多出人才，出好人才。”1988 年的《中共中央关于改革和加强中小学德育工作的通知》以及国家教委制定的《中小学德育大纲》中，都明确提出了心理素质培养的问题。在素质教育的理论探讨中，心理素质的培养受到了教育工作者的重视。80 年代，我国一些中小学在教育改革和教育实验中，开展了青春期教育、情感教育、意志品质教育、创造教育、能力培养等活动。尽管当时没有用“心育”这个术语，但实际上这些教育改革实践都是不同形式的心理教育，是心理教育的一个部分、一个方面。1987 年“心育”概念的提出实际上得到上述教育实践的支持。

进入 90 年代，面对未来的挑战，人们思考着：21 世纪需要什么样的人？今天的教育是为未来社会培养人的，应培养适应未来社会的人的素质。未来的国际竞争集中表现为人的素质的竞争。江泽民同志曾指出：“一个民族的新一代没有强健的体魄和良好的心理素质，这个民族就没有力量，就不可能屹立于世界民族之林。”^①我们要在竞争中取得主动，必然要求人的素质现代化、全民族素质现代化。因此，变唯升学教育、应试教育为素质教育已成为教育改革的迫切任务；对青少年的心理教育和心理教育研究也必须提到重要的位置上来。在唯升学教育、应试教育向素质教育转轨中，人们愈益认识到提高心理素质的重要性。如果说 80 年代提出“心育”概念有的学者尚持保留态度的话，那么 90 年代心育概念已愈益为更多的人所接受并得到广泛运用。不少中小学开展了不

^① 见《中国教育报》1990 年 10 月 16 日。

同形式的心理教育活动，把“心理教育”作为研究课题。南京市教育科学研究所还编写了《心理培育纲要》（1991年）。可见，心育理论的研究是当前教育理论和教育实践发展的必然要求。

二

心理教育有一个长远的过去。无论是中国古代的思想家、教育家，还是古希腊的思想家、教育家，在他们的教育思想与教育实践中都蕴含着心理教育的成分。在中国先秦的教育家里，孟子的教育思想中就包含着丰富的心理教育思想。孟子道德教育的基本观点就是发展人的道德心理能力。孟子有所谓“四心”之说，即恻隐之心、羞恶之心、辞让之心、是非之心。这“四心”即道德心理能力，是所谓“善端”，而所谓道德教育就是扩充这“四端”的。道德的缺损不是别的，就是“四心”的丧失，道德教育就是“求其放心而已”^①。古希腊教育家的思想中同样包含着丰富的心理教育思想。柏拉图的学习观就是一种心理教育观。他认为学习就是“灵魂回忆”。他把灵魂分为三等，即理性、意气和情欲。理性在头部，相当于哲学王的灵魂；意气在胸部，相当于武士的灵魂；情欲在横膈膜之下，相当于劳动者的灵魂。柏拉图对灵魂所作的划分是“西方心理学上最早的知、情、意三分法”^②。柏拉图所设计的教育正是发展这三种不同灵魂的教育。尽管他的教育思想有历史局限性，却也是从心理教育出发的。西方教育史上形式教育派的主张有它的片面性，但重视心理能力教育却是它的特征。形式教育也有所谓“心智训练”、“心智陶冶”。这一教育思想本身

^① 见《孟子·告子上》。

^② 刘恩久、李铮等编著：《心理学简史》，甘肃人民出版社1985年版，第41页。

就源于古希腊、古罗马的心理教育思想，同时它又是以官能心理学为其理论基础的。在当代教育思想与教育实践中，心理教育思想愈加丰富起来，如赞可夫、苏霍姆林斯基的教育理论和实践中就含有很丰富的心理教育内容。赞可夫关于“教学与发展”的实验研究，其“一般发展”指的就是心理发展。本世纪初国外兴起的心理卫生运动、职业指导、心理测量等，以及由此而发展起来的心理咨询，实际上就是心理教育的一个方面。当然，心理卫生、心理咨询和心理教育在服务的性质和内容、服务对象上是有区别的，其学科研究对象和学科性质也是不同的。

我国近代学者王国维提出过“心育”，但他所说的“心育”是智、德、美三育的总称。他的“心育”具体来说是指智、德、美三育，并不是从三育中分化出来的概念，因此与我们当前所说的心育内涵不同。我们所说的“心育”是从智、德、美各育中分化出来的概念，是作为相对独立的教育活动来看待的。当然，心育仍然渗透在智、德、美各育中。心育论既要研究智、德、美各育中如何渗透心育，更要研究作为独立教育活动的心育。我们认为，人的心理素质和智性（知识、智力或科学文化素质）、德性、美感素质有联系也有区别，因而心育论和智育论、德育论、美育论也是有区别的。

考察教育的历史发展，我们可以看到历史上有丰富的心理教育思想，但是心理教育从未成为一种独立的教育活动。

三

心育论的学科性质是由其研究对象决定的，是新兴的教育学科。心育论研究有目的的心理教育问题。心理教育属于教育范畴，具有一般教育共有的结构，其中心育主体、心育内容（心育课

程)、心育方法等要素以一定的方式相互联系而形成统一的心理教育整体。心育论有着广泛的心理学理论基础,包括普通心理学、发展心理学、教育心理学、能力心理学、创造心理学、气质心理学、性格心理学、社会心理学等。当然教育学的各分支学科也为心育论提供了教育理论基础。心育论是心理学和教育学结合的产物,是从心理学逐步走向教育学的分支学科。从研究目的来看,心育论是一门应用学科。

心育论有其独立的研究领域,有不能为其他学科所代替的专门研究对象,如心育的实质、心育的功能、心育目标、心育课程、实施心育的原理和方法等。心育论的任务主要有两方面:

(一)探讨心理教育规律,并论证、表述其规律,这是心育论的主要任务。

要探讨心育规律,就要认识心育的实质;既要研究心理教育的史源,又要总结、分析当前已有的心育实践经验,通过对心育材料的搜集、整理、分析、抽象和概括,形成反映心育活动规律的理论体系。

(二)为实际工作者实施心育提供理论指导和方法。

这也就是说使他们按照心育规律进行心理教育和训练,促使心理教育科学化,提高心育的实效性,从而促进人的素质现代化,进而促进民族素质现代化以及社会主义精神文明的发展。教育,包括心理教育,可以促进人的素质发展,为培养人才、造就人才作出贡献;但不正确的教育作为不良的心理刺激,也可能给心理发展带来负面影响,可能摧残人才、压抑人才。心育论应当从心理学角度,重新审视教育实际上所起的作用,应当研究心育如何培养良好的心理素质,如何提高心理机能,防止不良刺激。