

中小学教师干部继续教育用书

中小學生心理 輔導案例

刘振兴 主编 刘艳茹 副主编



華 文 出 版 社

《北京市教育科学“九五”科研课题研究成果》

《中小学生心理辅导案例》

华 文 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

中小学生心理辅导案例/刘振兴主编、刘艳茹副
主编. —北京: 华文出版社, 2000.7

ISBN 7-5075-1041-7

I. 中… II. 刘… III. ①中学生-心理卫生-
研究②小学生-心理卫生-研究 IV. B844.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第63310号

华文出版社出版

(邮编 100800 北京市西城区府右街135号)

网址: <http://www.hwcbbs.com>

电子信箱: webmaster@hwcbbs.com

电话 (010)83086853 (010)83086663

新华书店经销

新世纪印刷厂印刷

850×1168 32开本 11.375印张 290千字

2000年3月第1版 2001年2月第2次印刷

*

印数: 6001-11000册

定价: 17.00元

编 委 会

顾 问：邵怀明 韩以清

主 编：刘振兴

副主编：刘艳茹

编 委：（以姓氏笔划为序）

刘 刚 刘振兴 刘艳茹 佟海剑 张华礼
杨玉玲 沈振玉 单增安 姚凤芹 赵桂兰
殷桂金

课题组成员：

组 长：邵怀明 刘振兴

成 员：（以姓氏笔划为序）

马立存 丰振生 玉宝刚 刘 刚 刘 德
刘向东 刘艳茹 何希国 佟海剑 张华礼
张秀华 张海东 李 坚 李怀银 杜秀芹
杨玉玲 沈振玉 单增安 姚凤芹 赵桂兰
殷桂金 康玉彩

成员校：顺义三中 杨镇二中 沿河中学 马坡中学
天竺中学 沙岭中学 石园小学 天竺中小
马坡中小 北石槽中小 俸伯中小 沙岭中小

前 言

学校心理辅导是 20 世纪教育改革运动中出现的新观念。它作为现代学校的一个标志，受到世界许多国家的普遍重视。开展心理辅导，是学校实施素质教育的重要途径之一，它有利于儿童、青少年的健康发展。

《中小学生心理辅导案例》是北京市教育科学“九五”科研课题《北京农村地区中小学生学习动力不足问题及其心理辅导模式研究》的成果之一，也是各学校开展心理辅导工作中个案研究的结晶。本案例集针对中小学生在学、生活中出现的多方面问题，记录了心理辅导教师所进行的个别辅导过程。全书共收录了心理辅导案例 73 篇，分八类问题，即学习心理问题、青春期困惑、情绪性格问题、人际关系问题、“好学生”常见的心理问题、品行问题、家庭及社会适应问题、早期的神经症问题。

本书的撰稿者多为中小学校的心理辅导教师和班主任中取得优秀成果者。他们既有丰富的实践经验，有又扎实的理论功底。每篇案例分别从学生心理问题的典型表现、成长历程及原因分析、主要辅导过程及初步效果几个方面加以阐述，并通过简短的点评对同类问题进行理性概括。本书力求做到事例真实、体例灵活、内容丰富、措施具体，融知识性、可读性、操作性于一体，从而给广大读者以启示。

合格的教师，应该同时也是一名懂得学生生理、心理卫生知识的心理保健医（对于广大学生家长来说，也是如此）。如果我们的教师和学生家长能善于倾听学生的心声，理解他们的焦虑、

困惑和若恼，并能及时地给予帮助，则对学生一生的成长都将产生深远的影响。《中小学生心理辅导案例》，既是教师和家长的益友，又是中小学生求知与发展的良师。

学校心理辅导工作在国内中小学校尚属起步阶段，我们对心理辅导案例的研究还需继续深入，书中难免会出现不足之处，恳请同行、专家及广大读者提出宝贵意见，编者将不胜感激。

邵怀明

2000年5月

目 录

学习心理问题

•学习无动力	(3)
空白作业本	(4)
边写边玩儿	(7)
他对学习感兴趣了	(12)
爱, 使她恢复了学习热情	(14)
不要放弃她	(17)
•学习、考试焦虑	(22)
她又重返课堂	(22)
摆脱考试焦虑	(27)
她轻松地走进了考场	(32)
告别考试焦虑	(35)
梦中的铃声	(39)
看到试卷就发懵	(44)

青春期困惑

•逆反	(51)
这究竟是谁的错	(51)
爱应有度	(55)
“挣脱者”的觉醒	(60)

找回失落的自我·····	(64)
•早恋·····	(71)
爱的萌动·····	(72)
多情少年的烦恼·····	(75)
早开的花早凋谢·····	(79)
•认识自我·····	(85)
假警察·····	(85)
•自卑·····	(93)
现代“祥林嫂”·····	(94)
勇于挑战自我的“小君主”·····	(98)
她终于敢说话了·····	(104)
我真的不笨?·····	(110)
不要剥夺孩子的发展机会·····	(115)

情绪、性格问题

•攻击倾向·····	(123)
“顶牛匠”·····	(123)
从好斗顽童到体育委员·····	(128)
重建信任·····	(132)
•双重人格·····	(136)
不再寂寞的角落·····	(137)
•情绪抑郁·····	(145)
爱,改变了她·····	(146)
她露出了微笑·····	(151)
难道都是我的错?·····	(155)

受伤的“孤雁”归队了·····	(159)
-----------------	-------

人际关系问题

“火烧云”不红了·····	(165)
“事儿奶奶”有了知心朋友·····	(169)
她不再“离群”了·····	(172)
我想和大家一起玩儿·····	(176)
我怎么招惹他们了?·····	(179)
真的没人喜欢她吗?·····	(184)
她勇敢地走进了人群·····	(188)
原来,老师不偏心!·····	(190)

“好学生”常见的心理问题

• 适应不良·····	(199)
生活重又充满阳光·····	(199)
再现消失的笑容·····	(205)
• 不良性格·····	(210)
高傲的“小公主”·····	(211)
万物为我所用·····	(216)
她等爸爸回来·····	(220)
• 耐挫折力差·····	(225)
她走出了情绪低谷·····	(226)
她不再要求转学了·····	(229)
误会终究会解除·····	(233)

品行问题

矫正扭曲的心灵·····	(241)
点燃希望的火花·····	(245)
他变得可爱了·····	(248)
帮他找回好心情·····	(251)
爱的回报·····	(256)
对一个人格与道德缺陷者的心理矫正·····	(260)
他又回到温暖的家·····	(265)
“旁敲侧击”更好·····	(269)
他学会了自控·····	(273)
浪子回头·····	(276)

家庭及社会适应问题

她需要一个属于自己的家·····	(284)
她渡过了难关·····	(288)
心病还需“心药”医·····	(291)
谁来保护他? ·····	(294)
让事实说话·····	(300)
一叶障目，不识泰山·····	(303)

神经症倾向

·强迫倾向·····	(312)
强迫关灯·····	(313)

不必苛求自己	(317)
• 恐怖倾向	(323)
摆脱社交恐怖	(323)
她真的是胆小鬼吗?	(328)
她愉快地上学了	(333)
惧怕继母	(336)
• 抑郁倾向	(343)
走出抑郁怪圈	(344)
• 后记	(352)

学习心理问题

少而好学，如日出之阳；壮而好学，如日中之光；老而好学，如炳烛之明。

——刘向

人不应该像走兽一般地活着，应当追求知识和美德。

——但丁

只有知识……才能构成巨大的财富的源泉，即使土地获得丰收，又使文化繁荣昌盛，愚昧从来没有给人带来幸福，幸福的根源在于知识；知识会使精神和物质的碗薄的原野变成肥沃的土地，每年它的产品将以十倍的增长率，给我们带来财富。

——左拉

学 习 无 动 力

没有求知欲的学生，就像没有翅膀的鸟儿。

——萨迪

良好的习惯，是人存在他的神经系统中的一种道德资本，这种资本在不断增长中，因而它的利息是人终身取不尽的。

——萨迪

空 自 作 业 本

案例介绍：

又是一个新学期，我迎来了一个朝气蓬勃的班集体。面对全班三十几个五年级学生，我满怀欣喜地做了自我介绍。忽然一个瘦小的男生闯入了我的视线。他歪坐在教室的角落里，一副心不在焉的样子，灰色的上衣衬着一张瘦长的脸，显得无精打采。我请他站起来介绍自己，声音还是满洪亮的。

我们相识了，共同开始了新的学习生活。一天早晨，我接和学习委员送来的一打儿作业，随口问道：“齐了吗？”“全齐了。”学习委员回答说。趁早读时间，我批阅着。“啊？作业呢？”我不禁出了声。光有本子，上面空空的，什么也没有。再看封面，写着杨×。是他！就是那个瘦小的男生。

我向他的原班主任了解情况，结论是：这孩子聪明，就是贪玩，不爱做作业。

放学以后，我把杨×请到办公室，摸着他的头笑着问：“你昨天的作业呢？”“交了。”他不假思索地瞪大了眼回答。我不急不恼地翻出他的作业本，问：“是这个本吗？作业呢？”“我……”他开始支吾了，眼睛骨碌骨碌地转动着，看样子在等待着我发火。我让他坐下来说说为什么。他说：“本来想写来着，不能让新老师对自己没有好印象。可刚要写，家里来了几个人，同我爸妈打麻将。打开书，又有不会的题，眼睛看着书，耳边听着大人的说话声和哗啦哗啦的响声，实在想不出，就看电视去了。再想

起来写作业，眼睛困得睁不开了。所以就……”

原因分析：

我初步断定，杨×不完成作业，与其家庭不良氛围有直接关系。我不再同他谈作业的事，而是说起家常。从谈话中我得知：杨×的父亲一天到晚在外面赚钱，从不过问孩子的学习情况。他的母亲没有职业，聊天、串门、打麻将将是她的全部生活内容，也很少关心孩子。杨×上了四年学，换了六个班主任，老师还没完全了解学生呢，就换掉了，杨×不良的学习习惯没有得到及时的纠正，用他的话说：“开始少做，到后来就干脆不做。”看来，家长、老师对杨×均缺少及时有效的监督指导，从而使其惰性得以滋长，意志力丧失，以至于不能完成学习任务。我对杨×说：“今天你交了个新本，说明你想有个新的开始，对吗？”他勉强地点点头。我告诉他：“学习是没有捷径可走的，图清闲、偷懒，永远也不能学到知识。你很聪明，再加上毅力，你一定能成为拔尖儿的好学生。”

送走杨×，我想，要纠正他不良的学习习惯，首先得做他父母的工作，为他养成良好的学习习惯创设一个良好的家庭环境。于是我决心先去家访。真巧，一进他家的院子，就听见了“哗啦啦”的声音。杨×紧跑几步上了台阶高声喊着：“妈，我们老师来了！”随着门开处，一个又高又胖的中年妇女走出来，嘴里说着：“您请屋里坐，屋里坐。”我随着走进了装修得很讲究的宽敞的客厅，其中时兴的家具电器齐全，中间是一张铺着绿色台布的麻将桌。桌前的几位见我的到来都纷纷告辞。我接过他母亲给我的一杯水，说：“我是杨×的班主任老师，今天想了解一下他在家里的学习情况。”他母亲抢先说：“这孩子放了学就看电视，或者出去野跑，天不黑不回来，有时吃了晚饭还跑出去，说他也不听，您得好好替我管教管

教。”看来这位母亲是把教育孩子的任务全部交给了学校和老师，她却推得一身清闲，只养不教。我说：“教育孩子需要老师、家长紧密配合。”他母亲又抢过话头：“嘿，我们没什么文化，他不会的东西，我们也一窍不通。再说他爸成天外面跑，哪有功夫顾他，有老师教，我们就放心。”我说：“您说得不对。教育孩子，不是让您帮他解决他不会的难题，而是让您培养他良好的学习习惯，这比传授知识更重要。比如帮他形成良好的起居习惯，支配好课余时间；帮他养成良好的学习习惯，如先完成作业后看电视、做作业时集中精力不看电视；为他学习创设一个良好的环境，如他学习时不打扰他，不分散他的注意力，不为他的学习设置障碍等；更重要的，我们大人要为他成长树立榜样，大人的言谈举止、行为方式对孩子有潜移默化的影响，父母谈吐不文明，孩子说话就不会很文明，父母好玩成瘾，孩子肯定受影响……”这时杨×说：“其实我每天晚上也想看会儿书，写写作业，可他们一玩上麻将，乱糟糟的，我也就学不下去了，再看看电视也就困了。”听了儿子的话，母亲显出愧色。我接着说：“孩子毕竟还小，考虑问题不全面，意志力差，很需要我们大人的督促和引导，不能放手不管，养育子女，我们要尽职尽责。”

这次家访，足以证明了我的推断：外界良好影响的缺失，使杨×学习动机不明，动力不足，没有良好的学习习惯，缺乏意志力。

经过思考，我又设计了几方面的辅导方案。

辅导过程：

首先，建议家长为其创造一个良好的学习环境。在我的建议下，家长为杨×布置了书房，腾出了书桌，并商定杨×放学后学习期间，父母不看电视，不做其他影响孩子学习的事情。我经常用电话或面谈了解杨×的思想、行为变化情况，向家长传授些家