

广东省教育厅教育科学“十五”规划重点课题成果

# 健康人格 立身之本

——职中生健康人格培养的实践研究

主编 覃利云



广东省出版集团  
广东科技出版社  
(全国优秀出版社)

广东省教育厅教育科学“十五”规划重点课题成果

# 健康人格 立身之本

——职中生健康人格培养的实践研究

顾 问 邓溯明 沈学贤 陈少聪

主 编 覃利云

副主编 林观众

编 委 易 非 朱 萌 黄镜流

王森和 余桂焕 杨 鹰

廣東省出版集團

广东科技出版社

· 广州 ·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

健康人格 立身之本/覃利云主编.—广州: 广东  
科技出版社, 2007

ISBN 978-7-5359-4346-0

I. 健… II. 覃… III. 青年—人格—培养—文集  
IV. B825-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 063112 号

---

责任编辑: 周 莉

封面设计: 龚建辉

责任印制: 严建伟

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www.gdstp.com.cn

印 刷: 清远市第一中学印刷厂

(清远市清城区松岗路 6 号 邮码: 511500)

规 格: 850mm × 1 194mm 1/32 印张 16.375

字 数: 400 千

插 页: 2

版 次: 2007 年 6 月第 1 版

2007 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 35.00 元

---

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。



有关领导、专家及课题组主要成员出席开题大会



广东省教育厅副厅长李鲁等省、市、区领导到校视察



广东省教育厅任洁博士到我校指导教育科研



广东省教科院梁永丰教授等专家到我校指导教育科研



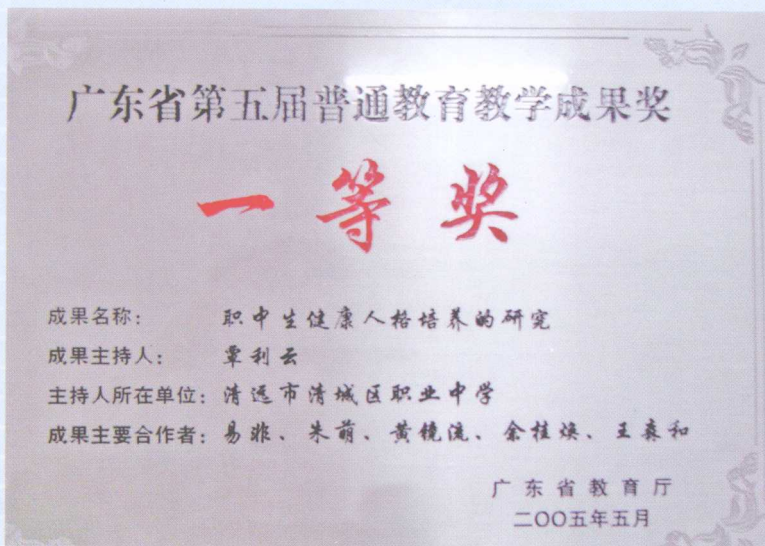
清城区副区长沈学贤等有关领导出席我校成立十周年庆祝大会



课题组举行人格系列特色教育交流研讨会



广东省教科鉴定组专家在我校召开人格课题结题评审会



课题“职中生健康人格培养的研究”  
获广东省第五届普通教育教学成果一等奖

## 前 言

人格是人在社会活动中显现出来的做人的品位，是思想、品德、情感等素养在社会生活中产生的综合评价，是性格、气质、态度等个性特征的总和。健康人格不仅是人类追求的价值目标，而且是做人的立身之本，是人们充分发展所能达到的一种境界。

清城区职业技术学校承担的科研项目“职中生健康人格培养的研究”，于2000年被列为清远市教育科研课题，2002年被批准为广东省教育厅教育科学“十五”规划重点课题。经过四年时间的探索，课题形成了丰富的研究成果。省鉴定组专家认为：“该课题研究具有较高的理论与实际价值，课题研究目标明确，研究框架设计清晰，研究方法运用合理，研究过程较规范，研究成果丰富并达到了较高水平，对学校发展产生积极的促进作用，对同类学校具有借鉴意义和示范作用”。课题于2005年获广东省第五届普通教育教学成果一等奖、清远市教育科研成果特别奖。参与课题研究的教师撰写了一系列有较高理论价值和很强实践指导意义的研究论文，编者从中精选84篇论文编辑成《健康人格 立身之本》一书。

本书从不同侧面对人格教育进行了深入探讨和系统总结。在理论上，从更深层次去阐明人格不仅是做人的基础支撑、体现人的个性品质、揭示人的精神面貌，而且控制着人的行为方式，决定了人的发展方向，具有较强的导向性；从职中生身心发展特点出发，在充分考虑社会对人才需求的变化，以及人才成长过程的全景观察，提出了人格本位教育理念，具有较强的前瞻性；提出了职中生健康人格的六项标准和健康人格培养的



五项原则，进一步完善人格培养的理论体系。在实践上，通过系列调查研究，揭示当代职中生的人格状况，确定健康人格的培养目标，形成了人格系列校本教材；以意志品质、合作精神、心理承受力和适应能力等四大素质为主线，把培养目标、内容、途径、方法、管理和评价等要素系统横向贯通、纵向衔接，整体构建了人格培养体系；同时，在研究过程中把发现的问题整理成案例，探索出比较新颖有效的人格培养模式，为人格教育提供可借鉴的新思路、新方法、新机制。

研究结果表明，人格是一种使人成才的内驱力。清城区职业技术学校通过人格课题研究，不断完善和创新育人工作，有力地促进了学生全面素质和综合职业能力的提高，也极大地提升了就业率和就业质量。毕业生以其良好的职业道德和健康人格不仅受到企业的普遍欢迎，而且为学校赢得了社会声誉和效益，促进了学校持续稳步发展。

随着社会的向前发展，面对 21 世纪人才培养的更高要求，新的人格教育理念必将得到社会的认同和关注，人格教育的趋势将会出现一个崭新的局面。我们将紧跟时代发展步伐，不断研究新情况，解决新问题，形成新认识，开辟新境界，开创职业教育改革与实践的新局面。

本书编写工作，由于时间仓促、能力有限，在选题、编辑、审稿等方面难免有疏漏或不妥之处，恳请读者不吝指正和批评。

编 者

2006 年 12 月

## 目 录

## 结 题 报 告

- 职中生健康人格培养的研究报告 ..... 覃利云 (1)
- 职中生健康人格培养的工作报告 ..... 易 非 (28)

## 人 格 调 查 研 究

- 现代企业对职中生人格要求的调查报告 ..... 朱 萌 (37)
- 卡特尔十六种人格因素测试分析报告 ..... 覃利云 (41)
- EPQ 人格测试分析报告 ..... 易 非 (55)
- 职中生人格状况调查报告 ..... 朱 萌 (65)
- 人格调研信息反馈分析报告 ..... 易 非 (75)
- 培养诚实美德 塑造健康人格 ..... 王森和 (80)
- 人格教育 职教成功的根本 ..... 胡汉波 (84)

## 人 格 理 论 研 究

- 试论职中生健康人格的培养 ..... 朱 萌 (87)
- 以“六育”培养学生学会做人 ..... 梁 丽 (96)
- 浅谈职中生不良心理的疏导 ..... 钟建明 (102)
- 浅谈学生行为规范养成教育 ..... 胡燕敏 (107)
- 职中新生焦虑心理分析 ..... 陈丽文 (111)
- 职中生心理挫折问题及其对策 ..... 张艳平 (117)
- 栽出承受风雨之花 ..... 温蔚健 (122)
- 优秀学生人格的示范作用 ..... 陈文泓 (128)
- 以人格为本位 探索职教德育新途径 ..... 王森和 (133)

## 教师人格塑造

- 试论教师高尚人格的塑造 ..... 林观众 (138)
- 论教师创新人格的构建 ..... 朱 萌 (149)
- 如何塑造人民教师形象 ..... 黄镜流 (155)
- 谈职校教师人格塑造 ..... 张振华 (159)
- 内强素质外塑形象 提高教师人格感化力 ..... 易 非 (163)
- 教师人格塑造应强化四种意识 ..... 林浩辉 (167)
- 谈教师人格的“自化”与“化人” ..... 周英慧 (171)
- 终身学习是 21 世纪教师必备的素质 ..... 王杜明 (174)
- 培养良好性格 加强情感调控 ..... 郭建新 (181)
- 敬业 爱生 ..... 陈瑞菊 (184)

## 人格课程试验

- 关于伦理道德教育的思考和做法 ..... 董承港 (187)
- 不如换一种想法 ..... 冯金娣 (193)
- 直面挫折 活出精彩 ..... 龙汝清 (199)
- 引导帮助 笑迎挫折 ..... 张燕芬 (205)
- 伦理道德课程试验研究报告 ..... 余桂焕 (210)
- 人生哲理课程试验研究报告 ..... 朱 萌 (220)
- 就业指导课程试验研究报告 ..... 余桂焕 (226)

## 学科人格教育

- 学科教学与人格教育 ..... 黄镜流 (235)
- 运用课堂教学主渠道 塑造学生健康人格 ..... 杨 鹰 (241)
- 在教学中培养学生的健康人格 ..... 黄仲华 (245)

- 计算机课程与人格教育 ..... 潘 俊 (249)
- 体育教学与学生的个性发展 ..... 黄润就 (254)
- 在历史教学中塑造学生健康的人格 ..... 朱远红 (258)
- 在音乐教学中培养学生的创造意识 ..... 江艳红 (263)
- 在美术教学中培养学生优良的人格 ..... 吴素茹 (272)
- 在语文教学中塑造学生的健康人格 ..... 杨 鹰 (277)
- 寓品德教育于英语教学中 ..... 李少梨 (282)
- 亲身体验胜过千言万语 ..... 冯盛良 (286)
- 会计诚信教育研究报告 ..... 余桂焕 (289)

### 人格素质研究

- 培养适应能力 适应社会需要 ..... 王森和 (299)
- 不以规矩 不成方圆 ..... 冯婉香 (306)
- 浅议诚实教育中的“放”与“收” ..... 黄静华 (312)
- 职中生人际关系的培养 ..... 邱冬燕 (315)
- 点面结合 培养学生的心理承受力 ..... 陈利芬 (318)
- 知行一体 提高学生的心理承受力 ..... 罗松好 (323)
- 心理承受力教育研究报告 ..... 覃利云 (326)
- 发挥学生主体性 培养合作精神研究报告 ..... 谢 琳 (341)
- 培养学生合作精神研究报告 ..... 李 琼 (350)
- 培养学生自我责任心研究报告 ..... 刘灼明 (357)
- 培养学生交往能力研究报告 ..... 江珊珊 (362)
- 培养学生创新能力研究报告 ..... 郑晓华 (370)

### 人格整合研究

- 构建学校家庭社会整合性人格教育 ..... 曾宪航 (376)
- 重视人格教育 培养学生健康人格 ..... 覃利云 (384)

- 立本固元 让职中生的人生光辉灿烂 ..... 杨 鹰 (392)
- 在班级中创建竞争与合作的氛围 ..... 潘建荣 (399)
- 巧用优点自主管理 善待缺点化弊为利 ..... 张 莹 (403)
- 重视自我教育 提高综合素质 ..... 单红丽 (409)
- 学会自我激励 实现自我再造 ..... 朱丽芳 (413)
- 不经历风雨 如何见彩虹 ..... 赵惠敏 (417)
- 职中生健康人格培养的九种方法 ..... 林观众 (422)

### 人格案例研究

- 孤岛里亮起了明灯 ..... 曾志弟 (429)
- 他终于走出了心灵的阴影 ..... 彭 芸 (436)
- 爱的呼唤 ..... 刘彩勤 (443)
- 迷海里亮起了航灯 ..... 钟永红 (450)
- 死水微澜 再现曙光 ..... 苏艳嫦 (458)
- 唤醒诚实的心灵 ..... 刘灿辉 (464)
- 沟通从心开始 ..... 曾丽娟 (469)
- 摒弃旧我 重塑新形象 ..... 邱丽容 (474)
- 太阳照在这里 ..... 林彩银 (478)
- 受伤的翅膀飞了起来 ..... 朱爱银 (484)
- 寻找闪光点 走出心灵阴影 ..... 谢琳琳 (489)
- 用心育人 ..... 黎丽云 (494)
- 良好意志力的培养 ..... 林少玲 (500)
- “牛皮灯笼”点亮了 ..... 朱桂开 (504)
- 心灵的感悟 ..... 黄小莹 (508)
- 卸下心里的包袱 ..... 邱丽英 (511)

# 结题报告

## 职中生健康人格培养的研究报告

覃利云

“职中生健康人格培养的研究”于2000年被列为清远市教育科研课题，2002年被批准为广东省教育厅教育科学“十五”规划重点课题，2004年完成课题研究。四年来，我们课题组成员和全体教师一起认真学习现代教育理论，吸收最新科研成果，研究过程坚持科学性、把握针对性、注重实践性，课题研究取得了较好的实际效果，现综述如下。

### 一、课题研究背景

人格是一个涵义非常广泛的抽象概念，迄今为止尚无统一定义，归纳起来大致可分为3类：一是指人品，与品格同义，这是最广义的社会学解释；二是指权利义务主体的资格，这是法学意义上的解释；三是指人的个性，这是从心理学角度作出的解释，这一领域的解释在心理学史上主要分为五大流派：①以弗洛伊德为代表的精神分析学派，认为人格是由本我、自我、

超我3部分组成；②以阿德勒为代表的社会文化学派，提出人格形成是由社会文化所决定；③以奥尔波特为代表的特质论学派，提出多种特质组成了一个人的人格；④以斯金纳为代表的行为论学派，认为人格是个体独特行为方式的组合；⑤以马斯洛为代表的人本论学派，认为人格是自我与现实之间的和谐。尽管这些理论不相一致，但却为我们扩展了知识面，加深了对人格概念的认识。

国外有关人格理论研究，主要分为美国、欧洲两大部分。早期美国比较重视对病态人格的研究，其中马斯洛提出了“健康不仅是没有疾病”的著名论断，弗洛姆提出了人格是文化的产物而不是生物学的产物这一重要见解。后期美国在反思社会问题的成因之后，理论界人士指出人格教育应当居于优先地位。在欧洲也很重视人格研究，其中前苏联在教育理论研究方面，有着一些具有特色的系统实验和理论总结，如彼德罗夫斯基对个性的形成与评价的系统研究，苏霍姆林斯基从理论和实践相结合的角度，对塑造人的良好个性有深入的研究与总结。这些论述具有把人的个性心理与社会发展、道德建设相结合的特点，对本课题研究与实践提供了强有力的理论支持。

我国的人格研究拥有很长的历史，在中国传统文化中有着鲜明的伦理倾向，许多典籍中贯穿着强烈的道德教诲，从春秋战国时代起就充满了对理想人格的设计。这一方面的突出体现主要有儒家的理想人格，追求内在道德与外在行为的和谐统一，这种理想人格成为古代中国社会中占主导地位的人格范式。改革开放后，我国人格理论有了长足进步，人格研究随之具有浓重的心理学色彩，代表理论主要有：上海师大燕国林提出的非智力因素论；北京社科院许金声提出的智慧、道德和意志等人格三因素论。20世纪90年代，国内学者在借鉴西方人格研究成果的基础上，努力构建本土化的人格理论体系，探索人格教

育对国民素质的促进作用，并取得一定成果。但有关中等职业技术学校领域的人格培养至今尚未有实证研究。

## 二、课题理论构想与研究目标

### (一) 理论构想

1. **人格**。我们在研究心理学对人格的多种解析和职中生人格发展现状的基础上，提出人格的内涵是：人格是人在社会活动中显现出来的做人的品位，是思想、品德、情感等素养在社会生活中产生的综合评价，是性格、气质、态度等个性特征的总和。人格的外延是：因主要人格特征结构而产生的个人形象，以及对周围人群的影响力。

2. **健康人格**。本课题的职中生健康人格，主要涵盖 6 个要素：正确认识自我；良好个性特征；情绪稳定乐观；人际关系协调；良好道德品质；正确择业适应社会。这一界定与其他人格理论中的界定有所不同，主要基于以下两方面的认识：

其一，人格的主体是一个人的各种与社会行为有关的个性品质，具有独立性和社会性。正确认识自我是人格主体的基本点，个性品质是人格结构的核心，情绪调控是显现人格的重要因素。同时，人格又以一个人的价值观念、道德情操等思想素养为灵魂，个性品质和思想素养都不可能抽象地存在，最终它们都表现在人与他人、与社会的关系之中，共同构成通过社会行为外显的人格特征。人格总是在一定的思想观念指导下相对稳定的心理倾向和行为表现，人格培养不仅仅是心理素质的训练和培养，还应包括道德品质的养成与塑造，一个拥有良好心理素质却缺少基本道德修养的人，显然是不能归入人格健康之列的。

其二，职中生作为我国基础教育中一个比较特殊的群体，其美好人生的首要前提是要有健康的人格，相应地，也需要一个切合实际的价值标准，才能科学地把握人生。本界定不仅是



衡量一个人人格健康的尺度，同时也是为职中生改善自己的人格提供具体的努力方向。另一方面，人格是心理学的一个重要组成部分，人格教育必须与心理健康教育有机结合，相互渗透。既没有离开人格的单纯的心理，也没有离开心理的单纯的人格。心理健康是人格健康的前提，健康人格通过良好的心理素质得到外显，把人格教育看作心理健康教育的核心内容，把培养健康人格作为实现心理健康的主要途径。

**3. 人格培养。**人格培养是以现代心理学为基础，以人的认知、情感、意志的和谐发展为目标导向和价值追求，重点是着眼于心灵改造和品格塑造，核心是学会做人，赋予人的社会活动以人格精神。人格培养也是一种对学生素质现状有目的、有计划地运用心理教育、心理训练、心理建构的方式和方法对学生施加影响，促使其人格系统健康发展的教育活动。通过有针对性的教育和训练，使学生心理结构中知、情、意、行诸要素协调发展，具有高尚情操，强烈的求知欲、规范的社会行为和价值标准。本课题特别强调学校人格教育应当面向全体学生，应当以全面培养学生的健康人格为主体，兼顾矫治少数学生的人格障碍。

## （二）研究目标

1. 深入研究人格、健康人格的涵义，解决理论认识问题；开展调查研究，分析职中生人格特点，开发人格校本教材，解决课程设置滞后于社会需求和学生人格发展的问题；深入研究学科课程和活动课程的二度开发，解决课程实施不能使人格得到健康发展的问题，有效地实践人格教育理念。

2. 系统研究整体构建人格培养体系，探讨人格培养目标实现的可能性、内容设置的可接受性、方式方法的可操作性，探索出面向市场经济、具有职教特色和推广价值的人格培养模式体系，为当前的教育教学改革服务。