

理论卷

方法卷

案例分析报告

团体训练卷

吉林人民出版社

理论卷

学校心理咨询百科全书

Xuexiaoxinlilizixunbaikéquanshu
Xuexiaoxinlilizixunbaikéquanshu

主编/刘晓明

学校心理咨询概述 □ 内涵与作用 □ 运作方式 □ 目标与内容 □ 学校心理咨询的操作技术 □ 操作过程 □ 咨询关系
咨询目标 □ 一般咨询技术 □ 学校心理咨询的理论基础 □ 心理学基础 □ 小学生心理发展特点 □ 初中生心理发展

特点 □ 高中生心理发展特点 □ 大学生心理发展特点

学生心理发展特点 □ 行为主义

心理学 □ 人本主义心理学

主编 刘晓明

学校心理咨询 百科全书

理论卷

吉林人民出版社

(吉)新登字 01 号

学校心理咨询百科全书

主 编 刘晓明
责任编辑 于秀魁
责任校对 于秀魁

封面设计 翁立涛
版式设计 柯 文

出 版 者 吉林人民出版社
(长春市人民大街 124 号 邮编 130021)
发 行 者 吉林人民出版社
制 版 吉林人民出版社激光照排中心 0431—5637018
印 刷 者 吉林市华美印刷有限公司

开 本 850×1168 1/32
印 张 132.625
字 数 3015 千字
版 次 2000 年 9 月第 1 版
印 次 2000 年 9 月第 1 次印刷
印 数 1—3 200 套

标准书号 ISBN 7-206-03511-6/B·113
定 价 208.00 元(全四册)

如图书有印装质量问题,请与承印工厂联系。

主 编：刘晓明

副主编：朱达明 王丽荣 丁明仁

编著者：刘晓明 张宝来 郑晓艳 王海英 王宏伟 付桂芳
姚玉红 杨长君 张 野 周 楚 黄丽娜 魏宝岩
刘 娜 魏义梅 张树东 王丽娟 张庆国 张 明
路海东 陈 宏 钱福永 王晓刚 沈 健 迟毓凯
陈彩琦 隋光远 李天娇 李佳一 李海峰 刘春蕾
刘国权 纪国和 王义军 毛 锋 王静茹 边丽艳
田 锐 韩 凯 单松涛 王殿春 付红霞 金秀彬
金宏章 傅学生 常 春 王宝庆 张宏亮 孙伟志
周颖华 别晓梅 付 春 赵玉良 万 红 李 伟
刘东慧 王建强 高金铎 李丽平 高逢龙 付 有
邢晓川 杨海燕 徐文杰 李建国 段 绪 崔 亮
汪宏珠 夏红艳 耿艳华 李秀丽 李秀丽 周立芳
姚士秀 陈丽坤 赵 红 李叶宏 叶宏波 李 辉
马铁英 朱立民 付大同 张德臣 贾智会 李 范
金哲洙 于 岩 蒋东力 项守志 李 巍 金 怀
李 可 田 蕾 港春丽 王海阳 陈卫东 尹 全

《学校心理咨询百科全书》前言

学校需要心理咨询

刘晓明

随着社会的发展与进步,心理咨询以其迅猛的速度逐渐深入到人们生活的各个领域,并以其独特的理论与方法在社会生活中起着越来越重要的作用。心理咨询的历史可追溯到古希腊时期,那时,人们在精神上感到困惑时,常到巫医、哲人和牧师那里去寻求劝告和帮助。20世纪初,伴随着职业指导、心理测验技术和心理治疗的兴起,心理咨询才作为一门新兴学科而出现。如果说心理学是“认识你自己”的学科,那么心理咨询就是一门“帮助你认识自己”的科学。

作为心理咨询最重要的领域——学校心理咨询,也迅速在我国各级各类学校中得以普及和推广,逐渐成为由传统教育向现代教育转变的重要标志。学校心理咨询已不单纯是一种教育方法,也不只是解决心理问题的一种权宜之计,它已成为现代学校教育的一个重要组成部分,纳入到学校教育的总体目标中,为学生成才提供坚实的基础,以使他们适应未来的需要,适应纷繁复杂的社会生活,成为现代化建设的优秀人才。在走入21世纪的今天,学校心理咨询更是以心理健康教育的形式在我国各级各类学校迅速普及,成为我国21世纪教育的新潮流与新走向。《面向21世纪中国教育振兴行动计划》中明确提出,实施心理健康教育,培养学生具有健康的心理和高尚的情操。1999年8月13日,教育部下发的《关于加强中小学心理健康教育的几点意见》,把中小学开展心理

健康教育作为推进素质教育一项重要措施。并明确提出,“从2000年秋开学起,大中城市有条件的中小学逐步开展心理健康教育”。使学校心理咨询在我国学校教育中的地位得到了进一步的确认,加快了学校心理咨询走入学校教育中的步伐。

(一)如何认识学校心理咨询

所谓学校心理咨询,顾名思义,就是在学校中开展的心理咨询工作。从80年代初期发展起来的我国学校心理咨询工作,经过近20年的积累和准备之后,在21世纪来临之际,开始步入了一个全面发展的新时期。开展心理咨询的学校大幅度增加,心理咨询在学校教育中的地位得到进一步确认,学校心理咨询开始得到社会的普遍重视。应该说,今天的学校心理咨询,已经不单是一种教育方法,也不只是解决学生心理问题的一种权宜之计,它实际上已成为现代学校的标志,是传统教育向现代教育转变的重要推动力量。

学校心理咨询一般专指面向学生的心理咨询。指学校内的心理咨询人员对于学生从心理上进行指导和帮助的活动。咨询人员根据学生的具体情况,运用心理学的知识和原理,通过与学生谈话和讨论的形式,在与学生建立相互信任、理解的良好人际关系的基础上,帮助其发现自己的问题及根源,改变原有的认识结构和行为模式,以提高学生处理学习和生活问题的能力,促进他们的发展和成长。学校心理咨询伴随于学生学习、生活的整个过程,实行全过程的监护和指导。由于学校的管理比较集中、规范、系统、正规,也使得学校心理咨询通过与学校各项工作的紧密结合,成为一项正规、规范和系统的工作,从而大大地提高它的工作效能和作用,使它对学生的指导和帮助更加及时、深入和系统。随着学校心理咨询的发展,目前的工作方式已经超出了教师在咨询室等待的范围,不仅使用了电话、通信等手段,而且还开创了心理健康课程、进行心理普查、建立心理档案等工作方式,使学校心理咨询的深度和广

度有了一步的拓展,不仅仅停留在事后处理和调适上,而与普及知识、事前预防结合起来,使它在学生的成长和进步中发挥了更重要的作用。

(二)学校心理咨询的类型与任务

如果按程度加以划分,学生的心理问题在正常到不正常之间可以划分为三大类:即发展性心理问题、适应性心理问题和障碍性心理问题。

所谓发展性心理问题,实际上是指学生在自我发展过程中尚待完善的心理素质的不同侧面。对个体而言,他可能并未认识到这是一种问题,但从发展的角度来看,他的身上确实有尚待完善的地方,需要通过培养与训练得以提高。

适应性心理问题是指学生在自身成长或学习、生活过程中所产生的各种心理困扰,属轻微心理失调。个体能够意识到问题的存在,出现了行为、情绪等的变化,干扰了日常活动,但仍然可以通过自我调节予以控制。可能是因环境适应不良所带来的心理问题、也可能缘于自身适应不良所带来的心理问题。

障碍性心理问题也称心理障碍、心理疾病,是由不良刺激引起的心理异常现象。如果说适应性心理问题是身体上某处有些不舒服或是有点感冒,而障碍性心理问题就像感冒所导致的呼吸道感染,包括神经症、人格障碍、心身疾病、性变态、精神病等。

纵观目前我国学校心理咨询的现状,仍然处于心理咨询发展的初期,依然没有摆脱心理治疗的模式,基本上是以心理障碍的个别咨询为主,这实际上偏离了学校心理咨询的主体,与心理咨询在学校教育中的地位是不相称的。从心理咨询的自身发展来看,国际心理科学联合会编辑的《心理学百科全书》(1984年)认为心理学咨询应遵循两种定义模式,即教育模式(educational model)和发展模式(development model)。指出:“咨询心理学始终遵循着教育

的而不是临床的、治疗的或医学的模式,咨询对象(不是患者)被认为是应付日常生活中的压力和任务方面需要帮助的正常人。咨询心理学家的任务就是教会他们模仿某些策略和新的行为,从而能够最大限度地发挥其已经存在的能力,或者形成更为适当的应变能力”。“咨询心理学强调发展的模式,它试图帮助咨询对象得到充分的发展,扫除其正常成长过程中的障碍。”因此,学校心理咨询的发展不应将重点放在心理疾病的诊治上,应该由治疗转向预防和发展。

从心理问题的不同内容出发,学校心理咨询也可以划分出三大类型,即发展性心理咨询、适应性心理咨询和障碍性心理咨询。

发展性心理咨询主要是指导学生确立正确的自我认知,特别是关于自我能力、素质方面的认知,帮助他们认识和开拓自身的潜能,不断突破自我的种种局限,有效地解决自我发展过程中遇到的各种问题,实现全面而充分的发展。我们可以将其称之为“心理素质教育”。

发展性咨询的目标主要在于帮助学生提高心理素质,健全人格,增强学生承受挫折、适应环境的能力。它将针对不同年龄阶段学生的心理特点,遵循人的认识发展规律,通过有针对性的教育和训练,帮助学生培养起良好的心理素质,塑造健康、完整的人格,成为一代适应现代社会需要的合格人才。

发展性咨询的特点为:

1. 咨询的对象是心理健康身心发展正常的学生,但在发展方面仍有潜力可挖,仍有心理素质尚待完善。

2. 心理咨询所着重解决的问题,是引导学生在一个更新的层面上认识自我,开拓自我潜能。而这种潜能的开拓因为更具有突破自我认识局限性的特征,往往使学生在能力发展、信心重建等方面,实现巨大的跃升,使自己得到更充分的发展。

3. 强调发展的原则,发展性咨询虽然也对学生的学习、适应、发展、择业等问题给予指导与帮助,但更侧重在“发展”方面,即促进心理素质的发展。它对学生所做的一切工作,包括指导学生调节和控制情绪、改善精神状态、建立自我信心等,都是以学生能够更好、更充分的发展为目标的。

4. 发展性咨询将成为现代学校教育的一个重要组成部分,终将纳入到学校教育的总体目标和实施过程中,为学生的充分发展和成才提供强有力的保证。发展性咨询将按预先制定的教育计划,安排一定的课程,学习有关知识,参加有关训练,以此有目的地开发心理潜能,提高心理素质。

适应性心理咨询主要是针对学生在各个年龄阶段以及相应阶段的生活和学习中遇到的各种问题,结合他们的认识特点和行为特征,给他们提供一些必要的指导,帮助他们提高学习效率,处理好人际关系,学会自我心理调适,更好地处理因环境变化带来的各类问题,增强对环境和自我的适应能力,从而能够很好地解决面临的现实生活问题,很好地完成各个时期的学习任务。

适应性咨询具有以下几方面的特点:

1. 咨询的对象是身心发展正常,但带有一定的心理、行为问题的学生。或者说,是“在适应方面发生困难的正常人”。

2. 心理咨询所着重处理或解决的问题,是学生的正常需要与其现实状况之间的矛盾冲突,大部分工作是在咨询对象的认识水平上来加以帮助,教育者并不是要亲自帮助其直接去解决问题,满足其需要,而是帮助他分析情况,提出合理解决的途径和办法。

3. 强调教育的原则,重视咨询对象理性的作用,强调发掘、利用其潜在积极因素,自己解决问题。对于环境的改善,也是在现有条件基础上提出改进意见。

4. 适应性咨询的工作侧重于学习指导、交往指导、生活指导、

升学就业指导等方面,解决在这些方面学生所遇到的各种心理问题,也涉及一些心理障碍方面的问题。

5. 适应性咨询伴随学生学校生涯的整个过程,关注他们的身心状况,支持和帮助他们适应各阶段的学校生活,指导他们完成各年龄段的自我发展任务。

障碍性心理咨询主要是针对学生的心理异常,帮助他们消除、矫正或缓解所存在的症状,调整异常行为并重建人格。它是通过影响学生的认知、情绪和行为,调动主体积极性,促进机体的代偿功能,改善和消除病理状态,使心理疾病得到好转和康复。因此,障碍性心理咨询对咨询者有较严格的要求,需要咨询者接受过系统的心理学和医学专业训练。我们可以将其称之为“心理治疗”。

根据上述学校心理咨询的不同类型,我们认为,目前我国学校心理咨询的重点应当是发展性咨询和适应性咨询,因为当前我国学校心理咨询工作者大都缺乏心理学和医学的专业训练,难以胜任心理治疗的工作,而且我国各大医疗机构也相继开设了心理咨询门诊,可以承担起心理治疗的任务,因此,应及时将患有障碍性心理问题的学生转介到医疗部门接受治疗。学校心理咨询工作者应切实承担其发展性咨询和适应性咨询的任务。

1. 采取讲座和课程等形式有意识地培养和提高学生的心理素质,切实将发展性咨询落到实处。例如:

通过“认知发展教育”,使学生了解自己认知发展的特点及自身认知发展水平,掌握认知训练的方法,挖掘自身的智慧潜能。

通过“情绪发展教育”,使学生了解人的情绪的正常值及自身情绪变化特点,通过掌握有效的调控手段,使之学会科学地调控自己的情绪,从而避免心理失衡,培养积极的情绪状态。

通过“意志发展教育”,使学生充分了解意志在成才中的作用,以及自身意志品质的特点,学会应付挫折刺激,增强心理承受力,

形成果断、持久、坚强的意志品质。通过“个性发展教育”，使学生了解健康个性的标准及自身的个性特点，并通过有意识的训练形成开朗、活泼、具有同情心和正义感的良好性格。

2. 通过学校心理咨询室或心理辅导中心及时解决学生所面临的各种适应性心理问题，从而将团体训练和个别辅导紧密结合起来，帮助学生更好的成长和发展。通过适应性心理咨询，使学生积极适应自身、环境及社会的各种变化，学会调控学习、生活中的各种烦恼，结合其生理、心理变化的特点，调动其自身积极因素，解决他们所面临的各種心理问题，从而达到良好的学习适应、人际适应、生活适应，提高其心理健康水平。

作为学校心理咨询的两大重要组成部分，适应性咨询主要解决学生与环境的协调问题（这里的环境包括主观环境和客观环境），而发展性咨询则致力于把学生的发展水平带到一个新的高度，它侧重于学生整体素质的提高。当然，二者彼此衔接、相互渗透的，在实际的咨询工作中，几乎是融合在一起的。只是在面对具体的咨询对象时，或是在选择咨询方式时，才视情形有所侧重。比如要解决适应性问题的时候，其目标是指向发展的，而要解决发展的问题，只有在良好适应的基础上才可能实现。所以在实际操作中，单一的适应性咨询和发展性咨询往往是不完整的，也难以真正取得良好的效果。因此，应将二者有机地联系在一起，形成整体优势。

从这个意义上来理解学校心理咨询，可以看出适应和发展是学校心理咨询的核心内容，这既符合学校教育的特点和优势，同时也反映出了我国学校心理咨询的发展方向：

1. 从学校心理咨询的工作对象来看，它主要是针对各级各类学校的学生，主要是全日制大、中、小学校的学生。而学生时代是每个现代人完成社会化，走向成年的一个必须经历的阶段。在这

个发展阶段中,每个人都会遇到各种各样的问题,尽管这些问题在成年人看来甚至是微不足道,但由于青少年学生缺乏社会经验、心理脆弱,这些问题对他们来说则可能是不可逾越的,很容易导致各种心理问题的发生。而学校心理咨询则可以帮助他们有效地解决所面临的问题,较好地完成自我发展的任务,以一个比较完善的个体形象步入社会。也就是说,学校心理咨询是在每个人成长和发展的关键时期,给他们提供适当的支持和帮助,它无论是对人的个体的发展还是社会整体进步都有着举足轻重的作用。

2. 从学校心理咨询的效能看,由于各级各类学校的学生,特别是全日制学校的学生,正处于一个人心理发展的动荡和不稳定时期,学生的心理问题是大量的,因此,学校心理咨询的工作也是大量而经常的,它伴随于学生学习、生活的整个过程,实行全过程的监护的指导。由于学校的管理比较集中、规范、系统、正规,也使得学校心理咨询通过与学校各项工作的紧密结合,成为一项正规、规范和系统的工作,从而大大地提高它的工作效能和作用,使它对学生的指导和帮助更加及时、深入和系统。至于学校心理咨询在提高学校的教育质量,促进学生全面、充分发展方面的作用,更是显而易见的。

以适应和发展构建我国学校心理咨询的运作模式,确定我国学校心理咨询的发展方向,才能使心理咨询真正成为我国学校教育的重要组成部分,并保证心理咨询在学校教育中发挥出更大的作用。

(三)学校心理咨询在素质教育中的地位与作用

“素质”是从心理学界定过来的一个概念。心理学中认为,素质是指人的身体和心理发展的客观基础。人的发展,是从量的积累到质的变化连续不断的过程。每一阶段新质的出现,都作为下一个阶段的基础而促成其新的水平上生长,人的可教育性,就是

在不断提高基础水平的嬗变中体现出来的。因此,素质是一个人身处处在发展中的“基础条件”。个体的素质结构,主要包括生理、心理两大基本要素,生理方面主要指受教育者身体的发育、机能的成熟和体质、体力的增强;心理方面则指受教育者认识、情感、意志、个性的发展和完善,其外显形式表现为受教育者在智、德、美等几方面的发展。

为了使受教育者在身心两大素质方面得到健康全面的发展,教育者则有必要对其实施有针对性的教育,因为就受教育者个体而言,其内在的身心发展的素质结构,必须通过同外部影响的结合,即教育的作用,才能得以形成。这就为素质教育的提出和实施提供了必要的前提。而素质教育也相应可分为身体素质教育和心理素质教育。由此可见,心理素质教育是素质教育的重要组成部分,是有目的、有计划地对受教育者的心理施加影响,使他们提高心理健康水平、全面发展个性的过程。心理素质教育的方式多种多样,而学校心理咨询则是心理素质教育的最重要内容和主导方式。

1. 从内容上看,学校心理咨询是素质教育的前提和基础。

从一定角度而言,学校心理咨询应该是素质教育的前提和基础。因为人类自身的行为活动不外乎生理活动和心理活动两个方面,生理活动的外显形式是身体活动,它可以通过体育来求得发展。心理活动是内隐的,它可以直接表现为人的认识、情感、意志、个性等心理现象,也可以通过道德行为、智慧行为、审美行为及劳动行为等外显形式表现出来。因此,德育、智育、美育、劳动技术教育等都是心理素质教育的组成部分,是学校心理咨询的具体内容和途径。如德育的最终目标是引起个体行为的变化,而行为变化又依赖于心理活动的变化,这些变化包括认识、情感、意志及个性等一系列心理活动,晓之以理、动之以情、导之以行、持之以恆就是

解决道德认识、道德情感、道德行为和道德意志的问题；智育的目标是掌握知识、发展能力，而掌握知识的标志就是将客观存在的知识结构转化为大脑中的认识结构，其本身就是心理活动过程，其引起的变化也是心理变化。由此不难看出，德育、智育、美育、劳动技术教育归根到底都是心理素质教育，而心理素质发展既可以通过德育、智育、美育、劳动技术教育得以实现，也可以通过对认识、情感、意志、个性等的发展性咨询和适应性咨询来完成，后者往往更直接、更有效。

2. 从实践上看，学校心理咨询是素质教育的突破口。

就全面发展的标准而言，一个学生应该具备良好的思想品德素质、知识技能素质、身体素质和心理素质四个方面。可以说，前三方面的素质在学校中都有相应的手段和途径。如思想品德素质由各种思想教育和品德课来培养，身体素质可以通过体育课和课后体育锻炼来提高，知识技能素质更是学校的重头戏，有大量的时间和丰富的手段，惟有心理素质的培养却找不到相应的途径和手段。

那么是不是学生的心理素质已经很不錯了呢？回答自然是否定的。许多学生问题恰恰是由于心理问题引起的。从考试怯场到害怕发言、从人际紧张到抑郁孤僻等等。是不是心理素质不重要呢？回答也是否定的。心理素质恰恰在很大程度上决定着一个人的成败。现在人们已经认识到情商比智商更重要。一个人情绪稳定、乐观、充满自信，善于与人相处、合作，往往能够更成功地应付生活的荣辱浮沉，也就更容易成才和发展。用时下盛行的“木桶理论”也更容易说明这个问题。这个理论讲的是由多块板构成的木桶能盛多少水，并不取决于多块板中最长的一块，而是取决于其中最短的一块板的长度。也就是说，心理素质这块板很短，其它板再长，也是盛不了多少水的。现在的学生中几乎都是独生子女，由于

独生子女在其成长过程中受到来自家庭以及社会的多方面的不良影响,他们的心理素质问题也就更为突出,提高他们心理素质的任务也就更加紧迫和繁重。

当然,并不是说我们的各级学校和广大教师培养学生心理素质方面什么也没做。实际上许多学校和老师在这方面也进行了积极的探索,做了许多工作,取得了一些成绩。但也应该指出,这些工作基本上是自发的、无序的,也是经验型的,既缺乏系统的规划和有计划的实施,也缺乏科学的手段和方法,更谈不上各级学校之间的衔接和配合了,而且地区之间、学校之间工作也很不平衡,存在很大的空白。因此也就很难适应学校教育和学生成长的需要。现在各级各类学校学生中心心理问题大量存在,得不到及时解决。出现自杀、伤人、出走等恶性事件。这都说明了目前学校教育在这方面存在的不足。

学校心理咨询,则以系统的理论、完善而丰富的手段和方法,关注学生的身心健康,有效地指导和帮助学生克服各种心理问题。同时,学校心理咨询通过进行心理诊断、建立心理档案、开展个别和团体心理咨询、面向全体学生开展工作,系统、规范、有针对性地指导不同发展时期的学生,有效地提高学生的适应水平。并在此基础上,指导学生塑造健全完整的人格,由于学校心理咨询人员具备较高的专业素养,也使他们在指导学生处理各种问题方面有独到的优势,能够获得良好的效果。我们可以说,走过了几十年发展历程的学校心理咨询,在走入中国各类学校的时候,适时地填补了我们教育中的一大空白,在中国教育向现代化发展的过程中将发挥其应有的作用。

3. 从效能上看,学校心理咨询有利于素质教育目标的实现。

心理健康是学生能够接受各种教育的基础。学校心理咨询通过自己卓有成效的工作,指导和帮助学生解决各种心理问题,消

除心理障碍，提高他们的心理健康水平，使他们情绪稳定、状态积极、各智力要素处于最佳程度，学习的效果自然会大大提高，实际上影响学生学习的恰恰是学习以外的诸多因素，比如情绪波动，难以自制；厌学倦怠，状态不佳；放纵自己、缺乏自律；学习无方，效率下降；畏缩自卑，信心不足等等。而许多学生家长，包括老师们，长期以来却习惯于一般的说服教育，往往在解决这些问题方面不得要领，心理咨询则注意针对不同的年龄阶段学生的心理特点，遵循人的认识发展和转变的规律，通过有针对性的指导和各种训练强化手段，帮助学生克服不良因素的影响，创造良好的心理状态，从而较好地完成各种学习和发展任务。特别是现在的中小学生，学习负担比较重，而自身又处在一生中最充满矛盾困惑的时期，外在的压力和内在的矛盾使他们身心健康受到很大的影响。这就更需要学校心理咨询给他们提供及时而有效的帮助，并在促进他们身心健康、能够从容地完成学业的同时，指导和帮助他们塑造健康的、完整的人格，成为一代适应现代社会需要的合格人才。可以说这是我们素质教育的目标，而心理咨询在其中发挥着不可替代的作用。

学校心理咨询是以发展性咨询为主要内容的。它对学生所做的一切工作，包括指导学生调节和控制情绪、改善精神状态、建立自我信心、改进学习方法等等，都是以学生能够更好、更充分的发展为目标的。它对学生指导和帮助的有效性不仅得益于它系统和丰富的理论、手段，也得益于它专注于每个学生的具体特点，这使得它的帮助更加深入、更加切中要害。这除了帮助学生克服问题之外，还更加注意引导学生在一个更新的层面上认识自我，开拓自我潜能，而这种潜能开拓因为更具有突破自我认识局限性的特征，往往使学生在能力发展、信心重建等许多方面，实现巨大的跃升，使自己得到更充分的发展。这种个体的充分发展

之无疑也是现代社会所期待的，可以说，这也是现代教育在其发展过程中急于解决的课题。因而学校心理咨询也必将以其在促进学生充分发展这方面的独特建树而日益受到重视和欢迎。开展学校心理咨询工作，既是学生自身健康成长的需要，又是社会发展对人才素质要求的需要。如何适应 21 世纪我国学校素质教育的发展趋势，如何将心理健康教育落到实处？掌握学校心理咨询的知识和技能，开展学校心理咨询工作，是实施素质教育的重要途径。但与此相应，目前我国各级各类学校的教师普遍缺乏心理咨询方面的知识和技能，急需一部系统、全面、科学、实用的学校心理咨询工具书予以指导和帮助。

本书的编写者均为多年从事学校心理咨询工作的大、中、小学校心理咨询的理论与实践工作者，有着深厚的理论素养和实践经验，保证内容充实、简洁实用，有较强的科学性与实践性。

本书立足学校教育的实际设置体系与内容，包括理论卷、方法卷、案例分析卷和团体训练卷。前后贯通，总分有序，和谐完整。理论卷重点介绍学校心理咨询的概况、大中小学生的心理发展特点以及心理咨询的理论基础；方法卷介绍了 230 多种学校心理咨询的治疗与矫正方法以及心理咨询的诊断与测量方法、心理咨询的科研方法；案例分析卷主要结合学校心理咨询案例系统介绍了近 400 种学生常见心理问题的形成原因、表现与咨询方法，以生动有趣的形式帮助教师提高解决学生心理问题的能力，以对少数有心理困扰的学生，给予科学有效的心理辅导，使他们尽快摆脱心理困境，调节自我，提高心理健康水平，增强发展自我的能力。团体训练卷针对不同年级学生的心理发展特点，设计了近 400 个心理训练的方案，从小学一年级至高中三年级，系统全面，循序渐进，针对性强。通过团体训练对全体学生开展心理健康教育，使学生不断正确认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力，培养学生健全的人格和良好的心理品质。