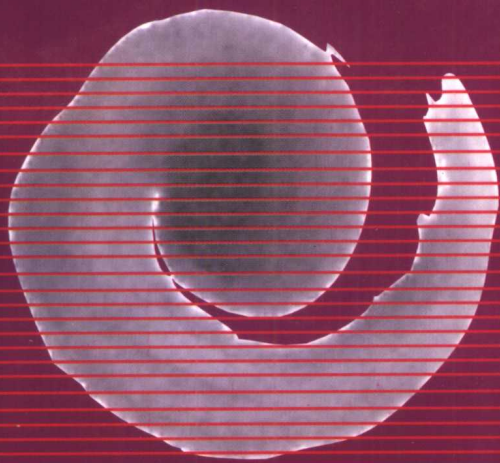


徐光兴 著

学校心理学

— 心理辅导与咨询



XuexiaoXinxue

XuexiaoXinxue



华东师范大学出版社

学 校

学
校
心
理
学

心理辅导与咨询

徐光兴 著

华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

学校心理学:心理辅导与咨询/徐光兴著. —上海:
华东师范大学出版社, 2000. 6
ISBN 7-5617-2229-X

I. 学… II. 徐… III. 教育心理学 IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 60502 号

学 校 心 理 学

著 者 徐光兴
责任编辑 翁春敏
特约编辑 彭呈军
封面设计 高山
版式设计 蒋克

出版发行 华东师范大学出版社
发行部 电话 021-62571961
 传真 021-62860410
社 址 上海市中山北路 3663 号
 邮编 200062

印 刷 者 华东师范大学印刷厂
开 本 850×1168 32 开
印 张 10.25
字 数 243 千字
版 次 2000 年 5 月第一版
印 次 2000 年 5 月第一次
印 数 6000
标准书号 ISBN 7-5617-2229-X/B·129
定 价 13.00 元

出 版 人 朱杰人

前 言

本书是受国家教育部 1998 年度“优秀年轻教师基金”资助而完成的研究成果，这一基金是国家教育部为了培养我国高等院校新一代学术骨干和学科带头人而设立的。著者结束在国外近十年的留学、科研生活，回国任教后不久既获所在大学的推荐，取得这项基金的资助，这充分体现了国家对海外归国人员的重视，使著者心中充满了奋斗激情和创业责任感。

近年来，学校心理学越来越多地受到世界各国教育界的重视，这不仅是因为它是一门关于学校教育与健康心理关系的学问，而且从长远来看它对民族素质的提高也有重大意义。纵观目前国际学校心理学的发展态势，我们应看到：

第一，学校的心理健康教育、心理辅导和咨询的对象，不仅包括学生，而且包括学生的父母和学校的教师。家长和教师整体心理素质的提高，是保证儿童、青少年拥有良好心理健康水平的重要因素；做好教师和家的工作，与做好学生的工作一样，也是学校心理健康教育、心理辅导和咨询的重要组成部分。因此，学校心理辅导和咨询必须从“仅仅是针对学生”的误区中走出来。目前，我国在这方面与发达国家还有一段距离，必须迎头赶上。

第二，学校心理辅导和咨询把学生的学习问题、适应问题和身心发展问题作为三大核心领域，从发展、预防和治疗“三层次介入”理论上着手；在理论和实践方法上，它综合了发展心理学、教育心

理学、行为心理学、学习心理学、临床心理学、神经生理学及教育管理学等学科的最新研究成果。因此，它的研究面不能仅仅停留在“心理辅导”上，而要加强拓宽，成为一门研究儿童、青少年全面发展的新兴教育科学。

第三，从事学校心理辅导和咨询的教师要走专业化、资格化、规范化的道路，所以对他们的教育培训也应该成为学校心理学研究的重要课题之一。

本书在写作过程中参阅了大量的国外学术资料和我国近期的一些研究成果，力图介绍学校心理学的最新理论观点。本书的写作目标就在于介绍这门学科在国际上的发展趋势，实现国内国际学术的接轨。此外，本书研究和论述的着眼点与其说是偏重于学术的总结和概括，倒不如说是着重于学术的开拓和创新。因而，本书在内容、风格和研究视点等方面均不同于目前国内已出版的各种心理辅导和咨询著作。如本书的第九章“大学生的心理健康与咨询”、第十章“家庭心理咨询”和第十一章“教师的心理健康”，在国内外同类著作中都属比较新的内容。当然，由于著者水平所限，本书肯定有不少不成熟和欠缺之处，恳请国内外同行专家批评和指正。

本书的撰写得到了不少国外学术机构的帮助，著者还要感谢国外的学术界友人，他们给著者提供了国外最新的研究资料和信息，使本书在编著过程中始终能瞄准国际学术前沿。本书的大部分内容曾在华东师范大学心理学系95、96级本科生、部分研究生和上海市的一些中小学教师培训课程中讲授过，得到了不少有益的反馈和建议，使本书能及时得到修改和充实，著者在此一并表示由衷的感谢！

著者还要真诚地感谢对此书的编写给予热情鼓励和大力支持的领导、专家同行以及华东师范大学出版社的编辑们。没有他们的关怀和支持，本书是无法完成的。最后，再次对国家教育部授

予科研基金资助“学校心理学研究”的完成致以由衷的谢意!

著 者

1999年12月于华东师大

目 录

前 言	(1)
第一章 学校心理学概述	(1)
一、“学校心理学”的国际定义	(1)
二、学校心理学的发展历史与国际展望	(3)
三、我国学校心理学的现状	(7)
四、学校心理学与其他心理学科的关系	(10)
五、学校心理学的研究方法	(13)
第二章 学校心理学的基本内容	(17)
一、学校心理学的基础理论构成	(17)
二、学校心理辅导的“三层次介入”理论	(18)
三、学校心理辅导与咨询的三大领域与对象	(20)
四、学校心理学研究和实践的五大原理	(23)
五、学校心理辅导的教育特征	(29)
第三章 学校心理辅导教师	(32)
一、学校心理辅导教师的职业特性	(32)
二、学校心理辅导的校内组织与管理	(38)
三、学校心理辅导教师的资格与培养	(41)

四、学校心理辅导教师的进修和培训·····	(45)
[附]学校心理辅导教师的自我测量与考核·····	(52)
第四章 学校心理咨询的理论与技术 ·····	(58)
一、心理咨询面接的方法与技术·····	(58)
二、“来谈者中心”心理咨询技术·····	(69)
三、“精神分析法”的心理咨询技术·····	(74)
四、行为疗法的心理咨询技术·····	(79)
五、国际上其他心理咨询技术介绍·····	(87)
第五章 学校心理测量与诊断的技术 ·····	(95)
一、学校心理测量与诊断的基础知识·····	(95)
二、学校心理测量的技术与分类·····	(99)
三、学校心理诊断的技术·····	(106)
四、对儿童、青少年的心理理解与其他测量方法·····	(120)
附[一]树木人格投影测量法·····	(130)
附[二]中国心理学会心理测验工作者的道德准则 ·····	(139)
第六章 学习心理辅导与教育咨询 ·····	(141)
一、学科教育与学习心理辅导·····	(141)
二、培养创新能力的学习辅导·····	(149)
三、学习的诊断性评价与形成性评价·····	(154)
四、学习困难儿童的诊断与辅导·····	(161)
第七章 学校适应的心理咨询 ·····	(167)
一、学校压力症·····	(167)

二、学习不适应问题	(173)
三、问题行为	(179)
四、学校不适应的心理咨询注意点	(188)
[附]国外优秀学校心理咨询案例介绍	(190)
第八章 学校精神卫生与心理临床	(197)
一、学校精神卫生问题	(197)
二、情绪障碍	(201)
三、不良性行为	(211)
四、自杀的心理与预防	(213)
五、精神疾患问题	(217)
[附]SIMH 精神卫生自评表 I(SCL—90)	(227)
第九章 大学生的心理健康与咨询	(232)
一、大学生的心理健康问题	(233)
二、大学生的成长与危机	(243)
三、大学生的人际关系	(249)
四、国外留学的心理与适应	(255)
五、大学生与外国留学生关系	(262)
第十章 家庭心理咨询	(266)
一、家庭心理咨询概述	(266)
二、亲子关系的研究	(270)
三、亲子关系与心理健康	(281)
第十一章 教师的心理健康	(291)
一、教师的职业压力症问题	(291)

二、教师的素质修养	(293)
三、教师的教育咨询和心理辅导能力	(297)
主要参考文献	(303)

第一章 学校心理学概述

一、“学校心理学”的国际定义

学校心理学(School Psychology)在国际心理学术领域里有其特殊含义,研究领域以学生的人格、身心发展以及认知、学习、适应等为主,同时也根据学校教育工作的内容和要求,对教师、家长进行适当的心理援助和咨询。实质上它是一门关于在学校教育领域中如何开展心理辅导与咨询的学问。

学校心理学萌芽于1896年,由当时美国宾夕法尼亚州大学儿童心理咨询所所长维特曼(Witmer, L.)创立。1932年起在美国作为正式的教育专业用语,到70年代这门学问才得到确立和迅速的发展。从学校心理学这门学科在世界各教育先进国家中的发展轨迹来看,它是一门将教育心理学、特殊儿童心理学、发展心理学,特别是临床心理学等知识加以综合运用的学问,是心理咨询与辅导领域内的新兴学科,在日本等国家中又被称为“学校临床心理学”(School Clinical Psychology),具有很强的实践、应用色彩。

要理解什么是学校心理学可以从“学校”与“心理学”两个方面着手。这里所说的“学校”并不是指某个教育场所或教育机构,而是指学校教育(Schooling)或者定名为教育事业。它涉及的范围包括中小学与大学。这里的“心理学”指的是受过专业训练、具有实际经

验的专职人员,即学校心理咨询人员或学校心理辅导教师(Professional Psychologist)进行的心理学方面的教育指导、咨询活动。学校心理辅导教师关心学生在学习、心理、适应三方面的发展,并对学生的认知、情绪、行为方式、性格、社会人际关系等进行指导。专家的作用,在于研究如何进行教育指导,用什么方法、措施进行心理咨询,以及用什么样的心理学知识体系来辅导学生。

心理辅导(Counseling)是指,心理辅导者(Counselor)对某个特定的对象——心理求助者(Client)在自我成长、人格、适应等问题上予以心理援助,使其问题得以解决,从而得到更好发展的一种心理学应用性技术。心理辅导中求助者与援助者的关系从本质上讲是一种援助的、咨询的人际关系。

心理辅导和咨询的范围涉及到各种各样的领域,有以经济活动为背景的企业心理咨询,也有对患有心身障碍或疾病的人在医院中进行的医疗心理咨询,及对人们的社会、家庭、婚姻、文化观念等问题进行的社会心理咨询等。此外,根据对象的不同,有儿童心理咨询、婚姻心理咨询、妇女心理咨询、老年人心理咨询等;根据理论与技术的不同,有精神分析的心理咨询、来谈者中心的心理咨询、精密型心理咨询、生活分析心理咨询、综合的心理咨询等。

而以学校教育活动为背景的心理辅导和咨询,国际上称之为“学校心理辅导”,归属于学校心理学研究领域,主要以儿童和青少年的学习、适应、人格成长作为中心问题予以心理援助。被援助者有时不仅仅是学生,也包括学生的家长和学校的教师。学校心理辅导范围包括以学校教育为背景的校内问题(学校恐怖症、厌学症、学习困难、考试焦虑症……),学校外的家庭教育问题(拒食、失眠、夜尿症、神经质、手淫……),以及社会地区内的问题(不良行为、盗窃、暴力、自杀……)等。

此外,在高等院校中的大学生心理辅导和咨询,也属于学校心

理辅导和咨询范围。但是学校毕业或退学者、成为社会上的职业人,或者利用业余时间 in 各级各类学校中进修学习的社会上的职业者、专业人员,他们的心理辅导和咨询问题,不属于学校心理学研究范畴。

二、学校心理学的发展历史与国际展望

1896年,美国心理学家维特曼为了培训教师、家长,并对大学生进行教育咨询而创立了学校心理学。尔后在学校中进行的个人能力差异的研究,及19世纪末20世纪初心理测量运动的兴起,促进了学校心理学的发展。

1905年,法国心理学家比纳与医生西蒙(Binet, A. & Simon, T.)受法国教育部委托制定智力测验量表,使学校心理学在欧洲也开始繁荣发展起来。1910年,德国的斯腾(Stern, L.)提出需要培养大批的学校心理咨询专业人员,并首次提出“学校心理辅导教师”(School Psychologist)这一术语。1915年,美国耶鲁大学儿童发展心理咨询所所长盖塞尔(Gesell, A.)正式在学术杂志上确定“学校心理辅导教师”的称谓,为学校心理学的发展做出了具有历史意义的贡献。

但是一直到50年代初,除了美国巴顿(Bardon, J. I.)是著名的学校心理学研究者以外,当时能称为学校心理学专家的人几乎很少,而且研究学校心理学的理论书籍也几乎看不到。

当时作为新兴学科的学校心理学受到教育心理学、哲学、心理测量运动、特殊教育、学习理论和精神卫生运动等学术研究的广泛影响。其中影响最大的是心理测量运动、特殊教育及临床心理学。根据巴顿的叙述,美国的学校心理学发展概况如下:

法国比纳的智力量表经过斯坦福大学研究人员的修订后,在

美国的教育界得到广泛普及。这一智力测量活动与弱智儿童特殊教育联结在一起,即在当时城市中规模比较大的公立学校里,为了对不适合主流教育(Mainstream of Education)的儿童,有效地实行特殊教育,需要以斯坦福一比纳量表进行心理测量。在这一领域里进行教育研究的人,被称为学校心理学者。

学校心理学的建立与发展受到 20 世纪上半叶临床心理学(Clinical Psychology)发展的巨大影响。临床心理学在发展初期与学校心理学相似,也是从心理测量运动出发,对人格、适应问题等进行检查、诊断,然后发展到对人格、适应问题的心理咨询、治疗阶段上来。然而临床心理学关心的领域与学校心理学不同,它不局限于学校的教育领域,还涉及到社会、家庭各个生活方面,包括医院、法律、企业、机构等各种领域。学校心理学者以对儿童、青少年的智力、非智力因素、特殊能力、一般能力等进行测量为主。因此,与学校心理学者相比,临床心理学家需对社会各个方面的要求做出应对,担负着更多样的任务。

第二次世界大战后,临床心理学有了很大的发展。这体现在两个方面。一是由于世界大战的动乱,使欧洲的心理学家,特别是一些著名的精神分析学家带着自己的研究成果和学问移居美国,促进了美国临床心理学的迅猛发展。二是美国参加大战的士兵在心理、人格、情绪上经常出现障碍,当时的临床心理学者与精神医学者一起参与了对他们的精神诊断和治疗。当二次世界大战结束后,士兵的复员、社会的复兴都需要临床心理学家的心理援助。在这种背景下,临床心理学人才的培养成为社会的需要。而临床心理学的兴旺发展又促进了学校心理学的发展。

50 年代到 60 年代,美国社会和教育界对学校心理学者的任务规定如下:

第一,对儿童、青少年的智力、社会性和情绪的发展状况作出

评定与解释。

第二,对特殊儿童(Exceptional Children),即具有特殊才能或能力缺陷等的学生作出判定,并与其他教育专家一起制定出个别、具体的教育计划。

第三,开发和促进所有学生的学习能力,制定提高学生适应能力的教育方法。

第四,研究学校教育中所产生的问题和解决的方法,并解释调查研究的结果。

第五,对学生的人格、接受教育水平等问题进行测量,并制定辅导计划。

尽管在二战期间,学校心理学的发展处于暂时停滞阶段,但到了20世纪60年代,又开始兴盛起来。到了70年代北美的美国、加拿大,欧洲的英国、法国、奥地利、瑞典、丹麦,亚洲的以色列,非洲的南非,南美的巴西都是学校心理学比较发达的国家。在美国,学校心理学更已成为四大咨询职业心理学之一。

在我们的邻国日本,学校心理学的发展可谓大器晚成。直到90年代初,日本才开始逐步地发展学校心理学。1993年,大阪教育委员会向全国发行了两本题为“什么是学校心理学”和“现在为什么需要学校心理辅导教师”的宣传手册,要求开始正式确定学校心理辅导教师的资格问题。鉴于日本教育现状与存在的问题,开展学校心理咨询的研究与应用已经迫在眉睫。首先,日本中小學生“登校拒否”(日本教育界专用语,指中小學生不能去学校学习的一种心理障碍现象)问题严重,具有这类问题的学生往往已形成神经症,一听到要去上学,就可引起他们头痛、发烧、腹泻、腹痛、呕吐等诸多症状,而只要不去上学,症状即会自然停止。据调查,在1995年全日本约有15000多名中小學生出现这种情况,并且大学生中也有“不登校”的问题。其次,日本儿童中学习障碍(Learning Dis-

abilities)问题也一直有待更深入地研究,以便更好地教育这些儿童。此外,对于现代学生身心发展,至今仍没有一个较完善的评价体系;更重要的是缺少进行学校心理咨询的专业心理学家。目前,日本学生中存在三大问题:第一是学校恐怖症、压力症问题严重;第二,高年级学生对低年级学生的欺侮问题,并引起受欺侮的学生自杀;第三,校园暴力,如在1997年神户发生的15岁中学生残杀12岁弱智学生的案例。这些问题都促使日本心理学界希望尽快地开展学校心理学的研究。

综观国际上学校心理学的发展过程,及学校心理学者的活动、作用,可以从历史的角度作出三个水平阶段的概括:

第一阶段:心理测量的水平。这是学校心理学发展初期的水平。主要是对有弱智或有发展障碍的儿童进行心理测量,智力诊断、分类。然后根据诊断、测量的结果进行解释,对教师、家长提出建设性教育参考建议。

第二阶段:心理咨询和教育辅导活动的水平。第二次世界大战之后,临床心理学的发展促进了学校心理学者对“问题儿童”的关心。他们作为教育心理咨询家,对教师、家长、地区组织等介绍过来的“问题儿童”进行心理诊断,对儿童、青少年的认知、情绪、学习态度作出明确的分析并提供辅导对策。

进入60年代后,学校心理学者不仅进行心理测量,还深入到教育现场,到学校里、教室中去观察学生,通过集体心理辅导或一对一的面接心理咨询等,理解“问题学生”,制定对学生、家长的心理援助教育计划,甚至参与到班级、年级,乃至整个学校教育改革计划中去。

第三阶段:综合的学校心理教育活动水平。最近的国际教育发展动向是学校的教育心理辅导和咨询不仅仅是针对学生,而且面向全体教师和家长,同时对学校行政领导、社会教育工作者、地区

文明建设者等进行心理健康知识的教育,增进整个国民教育素质,改善整个民族的教育水准,形成一种全社会关心学校心理健康的环境气氛。学校心理辅导活动是一种科学的网络化系统工程。

三、我国学校心理学的现状

学校心理学目前在中国尚是一片有待开拓的领域。在观念上,有些人往往将学校心理学工作内容与教育心理学相混淆,或者是将它与临床心理学混为一谈。也有不少的学校,应该由专业学校心理辅导教师来担当的工作落在了没有受过专门心理学教育的普通教师身上。学科领域的空白并不意味着没有问题存在,恰恰相反,现实中的问题有很多。首先,在世界范围内,亚洲中小学生的升学压力可谓最重,而在亚洲,中国的升学压力是首屈一指的。沉重的升学压力是导致学生心理异常、适应不良的巨大诱因。其次,产生升学压力的应试教育弊端在一定时期内不能根本改变。尽管不断地提倡素质教育,但如果衡量一个学校重点非重点的标准仍停留在升学率的高低上,素质教育为应试教育让步的实际情况就不可能根本改变。第三,目前在中国的教育界极其缺乏学校心理学咨询专家。至今,我国仍没有一套正规的研究学校心理学,培养专职学校心理辅导教师的教育训练体系。许多地方只是为了赶时髦或者是为了完成教委的任务而设立学校心理辅导课,而这些课在开设不久就变成了思想品德课。第四,普遍存在中小学校教师、学生和家长心理不健康的现象,急需对他们进行心理指导和援助。

中共中央在《关于进一步加强和改革学校德育工作的若干意见》中明确要求:“通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育 and 指导,帮助学生提高心理素质,健全人格,增强承受挫折、适应环境的能力。”此外,在我国一些心理健康教育开展较好的