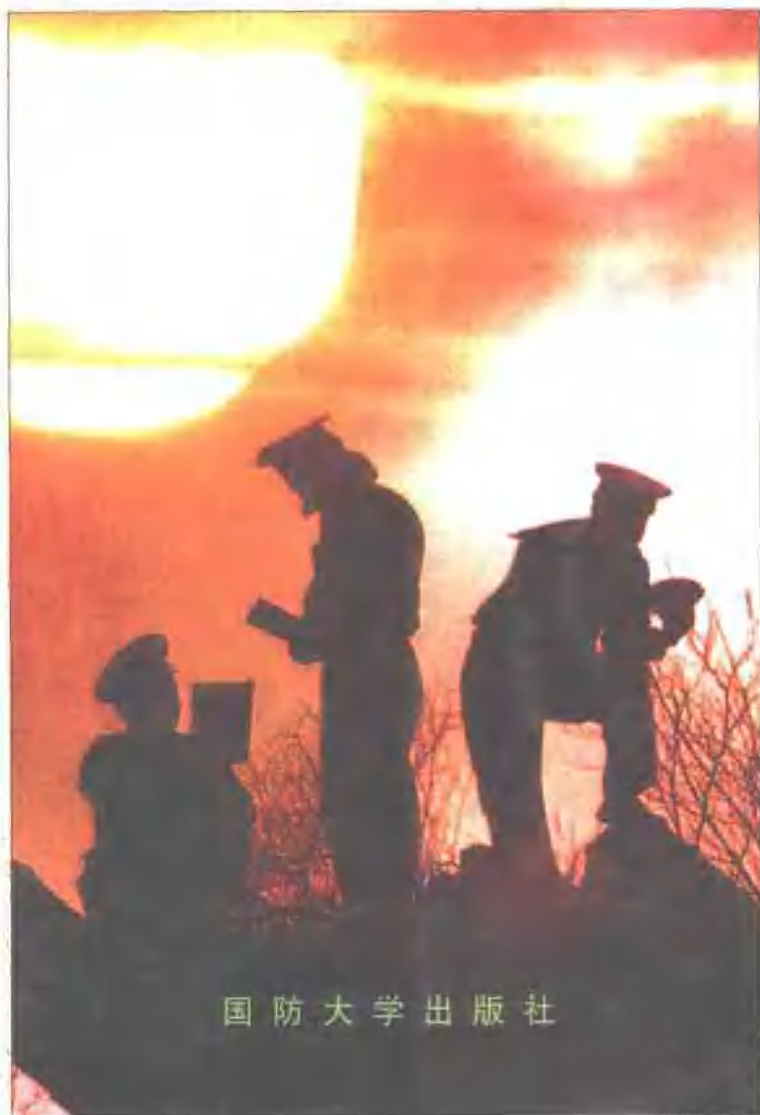


Q N J R X L S D Y S X J Y

主 编 于正泉

青年军人心理疏导与思想教育

QINGNIAN JUNREN XINLI SHUDAO YU SIXIANG JIAOYU



国防大学出版社

青年军人心理疏导 与 思 想 教 育

于正泉 主编

国防大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青年军人心理疏导与思想教育/于正泉主编. —北京: 国防大学出版社, 2000. 1

ISBN 7-5626-0950-0

I. 青… II. 于… III. ①军人-青年心理学 ②青年-军人-思想政治教育-中国 IV. E221

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 12183 号

国防大学出版社出版发行

(北京海淀区红山口甲 3 号)

邮编: 100091 电话: (010) 66769235

颐航印刷厂印刷 新华书店经销

2000 年 1 月第 1 版 2001 年 4 月第 5 次印刷

开本: 850×1168 毫米 1/32 印张: 10

字数: 245 千字 印数: 11001—16000 册

定价: 15.00 元

《青年军人心理疏导与思想教育》

编 委 会

顾 问 张西南 丁兆军
主 编 于正泉
副 主 编 刘 君

编写人员 （按姓氏笔画为序）

于正泉	王汉业	田荣新
刘 君	刘银忠	李传宏
张传智	陈会田	周大荣
郝兴庄	栗祥平	贾文献
贾洪生	郭立田	钱吉庆

出版说明

于正泉同志主持研究编写的《青年军人心理疏导与思想教育》一书，是一部综合运用心理学和思想政治教育学原理研究解决青年军人现实思想与心理问题的应用性理论专著。旨在通过该课题的研究，了解掌握当代青年军人的心理特点与发展规律，揭示心理疏导与思想教育的内在联系，探讨寻找心理疏导与思想教育相结合的途径与方法，增强思想政治工作的针对性、有效性。

参加研究编写工作的同志，认真贯彻了上述指导思想，既突出了理论性，又注重了实用性，抓住当前青年军人中常见的易于发生的19种心理现象，纵横剖析，立论对策，较科学地回答了基层官兵迫切需要解答的一系列问题。该书的出版，无疑为广大基层干部提供了一本通俗易懂，简便实用的心理教育教材和学习研究青年军人心理问题的参考书。相信，它一定会受到基层广大读者的欢迎。

由于该书研究编写时间仓促，又是多人合作，无论从内容还是文字上都难免存在这样或那样的缺点，敬请广大基层干部和读者对发现的问题和错误，及时反馈士官学校政治部，以便存版时修政。

编者

一九九九年九月

序

心理学以德国著名心理学家冯特(w. wundt)1879年在莱比锡创办世界上第一个心理实验室为标志,成为一门独立的科学。一百多年来,心理学发展迅速,成绩斐然。当今社会,尤其是发达资本主义国家,心理学已成为社会发展须臾离不开的一门基础性学科。由于社会实践的需要,促进了心理学的不断发展或分化,出现了许多专门为不同实践领域服务的心理学分支学科和应用学科,诸如教育心理学、工程心理学、医学心理学、管理心理学、商业心理学、体育心理学、文艺心理学、军事心理学、宇航心理学、旅游心理学、灾害心理学、犯罪心理学等等。心理学研究与应用的角度已深入到人类生产生活的各个领域,与人类的生存息息相关。在我国,心理学的思想、观点源远流长,但科学的心理学毕竟起步较晚。改革开放20多年来,我国心理学虽呈现迅猛发展的势头,令人鼓舞,但从总体上来看,理论研究脱离实际,应用研究亦远远跟不上社会实践的步伐。

记得一位哲人曾经说过这么一句话:实践的呼声是科学生命之所在。这话是颇有见地的。即以军事领域而言,随着我国军队建设事业的深入发展,军队现代化建设和基层建设的实践需要有一部心理疏导与教育方面的专著。摆在笔者面前的《青年军人心理疏导与思想教育》,正是符合这一需要的一部好书。

书稿付梓之前,有幸先睹为快。阅读之后,感慨良多,欣喜不已!笔者以为,本书至少有以下一些显著的特点和优点:

其一,主旨明确,现实性强。早在60多年前,毛泽东同志在

《关于纠正党内的错误思想》一文中就曾经提出，党内的思想政治工作要克服主观主义，使党员的思想 and 党内生活“科学化”。在毛泽东和其他老一辈无产阶级革命家亲身实践的带动下，我军我军形成了重视思想政治工作的优良传统，并积累了相当丰富的经验。这些都是我军思想教育战线的宝贵财富。然而，时代的发展，社会的进步，尤其是改革开放以后我国社会政治、经济、生活各方面发生的巨大变化，对军队思想政治工作提出了许多新的问题。我军广大基层思想教育工作者越来越强烈地意识到在新形势下，必须进一步探索新特点、新规律，创造新经验，进一步实现思想工作科学化。对此，江泽民主席适时地发出了关于重视研究青年军人心理特点的重要指示。本书是运用心理科学原理，进一步增强思想工作有效性的一次成功的尝试。其主旨之明晰，不言而喻。

其二，重点突出，针对性强。本书著者系长期同青年军人、基层官兵打交道的思想教育、宣传工作者，了解基层、熟悉情况。故本书从框架体系到内容、观点，从选题、编排到立论、表述，都一改传统心理学读物从概念到概念、从理论到理论之“老面孔”，而与当前火热的军营生活紧密相联系，并准确地“抽取”我军基层干部经常遇到的、青年军人时常出现的有代表性的种种心理困惑、偏差和问题，如见异思迁、清高傲慢、爱慕虚荣、不平衡、消极幻想、逆反、厌倦、消极情绪、放纵心理、补偿心理、悲观情绪、恐惧、嫉妒、多疑、报复、自卑、侥幸、封闭及性渴求心理等，列为专题，分设专章，并运用心理学的基本原理加以剖析、疏导。因而突出了重点，增强了针对性。

其三，通俗易懂，实用性强。本书讲的虽是心理疏导与思想教育的科学道理，但应注意尽量避免运用抽象、晦涩、难懂的心理学术语，而是用浅显、通俗、易懂的语言向读者表述深奥的科学道理，如“山外青山天外天——引导青年军人消除清高傲慢心

理”，“守株待兔成幻影——引导青年军人克服消极幻想心理”，“风物长宜放眼量——引导青年军人调节悲观情绪”等等。读后极易理解，印象深刻。

本书给人最深刻的印象是注重实用。全书由正文和附录两部分构成。正文各章不仅陈述了青年军人容易产生的某种心理问题的表现、原因，剖析了危害，而且着重介绍了如何进行科学的心理疏导与教育的方法途径。在各章的附录中，还就本章所论述的心理问题编成“心理疏导与教育参考提纲”，运用心理学理论，对青年军人出现的种种现实的心理问题进一步加以剖析。叙述中穿插了许多历史典故、名人轶事、寓言童话，以及当前青年军人活生生的典型事例，历史与现实相结合，理论与实际相结合，语言生动，情理相融，雅俗共赏。

总之，这是融思想性、知识性、实用性于一体的难得的一本心理疏导与教育的好书！相信她的问世，会得到广大青年军人和基层干部的认可、青睐和欢迎！

程学超

1999年5月于
山东师范大学

目 录

第一章 导论	1
第二章 守株待兔成幻影	
——引导青年军人克服消极幻想心理	14
〔心理疏导教育参考提纲〕	
理想、现实与奋斗	20
第三章 水滴石穿绳断木	
——引导青年军人消除见异思迁心理	27
〔心理疏导教育参考提纲〕	
坚毅——走向成功的阶梯	
——谈如何立志	33
第四章 蛋画千遍始为画	
——引导青年军人克服学习训练中的厌倦	
心理	39
〔心理疏导教育参考提纲〕	
当兵莫怕苦 苦练出精兵	45
第五章 风平浪静好行船	
——引导青年军人消除烦躁情绪	52
〔心理疏导教育参考提纲〕	
清醒认识烦躁情绪的危害 自觉培养健康	
愉悦的情绪	58
第六章 皇帝断衣难遮体	

——引导青年军人消除虚荣心理	66
[心理疏导教育参考提纲]	
从一条项链的代价谈起	
——关于爱面子的话题	73
第七章 星大星小皆发光	
——引导青年军人克服自卑心理	79
[心理疏导教育参考提纲]	
找准属于自己的“星座”	
——和一名高考落榜战士的谈话录	87
第八章 杯弓蛇影成心病	
——引导青年军人消除多疑心理	94
[心理疏导教育参考提纲]	
信任——人际交往的基础	99
第九章 妒火中烧易伤身	
——引导青年军人消除嫉妒心理	103
[心理疏导教育参考提纲]	
扑灭心底那团“黑色火焰”	
——与青年军人谈谈怎样消除嫉妒心理	110
第十章 风物长宜放眼量	
——引导青年军人克服悲观情绪	118
[心理疏导教育参考提纲]	
抹去心中阴影，营造无限风光	
——谈青年军人应永远保持乐观的情绪和态度	125
第十一章 水缘渠岸方到海	
引导青年军人消除逆反心理	132

[心理疏导教育参考提纲]	
树须打杈方成材	
——由一封信引出的话题·····	141
第十二章 敞开心扉沐春风	
——引导青年战士消除封闭心理·····	146
[心理疏导教育参考提纲]	
引导青年战士消除封闭心理·····	153
第十三章 河边行走鞋易湿	
——引导青年军人消除侥幸心理·····	158
[心理疏导教育参考提纲]	
把握自己,创造辉煌·····	166
第十四章 矛盾相攻两受伤	
——引导青年军人消除报复心理·····	172
[心理疏导教育参考提纲]	
引导青年军人消除报复心理·····	179
第十五章 欲望之马须驾驭	
——引导青年军人正确对待性渴求心理·····	184
[心理疏导教育参考提纲]	
用理智之鞭,策欲望之马	
——青年军人性心理卫生漫谈·····	193
第十六章 无限风光在险峰	
——引导青年军人消除恐惧心理·····	200
[心理疏导教育参考提纲]	
用热血书写生命的答卷	
——实弹演习动员教育授课	
参考提纲·····	210

第十七章 风筝高飞须线牵

——引导青年军人克服离队后的放纵

心理..... 220

[心理疏导教育参考提纲]

自控自律——成熟的象征

——军人在任何时候都要严守纪律..... 227

第十八章 山外青山天外天

——引导青年军人消除清高傲慢心理..... 234

[心理疏导教育参考提纲]

金无足赤，人无完人

——谈如何正确评价自己..... 239

第十九章 秤砣平衡方称物

——引导青年军人调节不平衡心理..... 247

[心理疏导教育参考提纲]

走好人生的“平衡木”

——与青年军人谈谈怎样保持心理平衡..... 258

第二十章 露润禾苗不图报

——引导青年军人克服补偿心理..... 265

[心理疏导教育参考提纲]

我为理想尽风流

——谈如何看待“当兵吃亏”..... 271

附录一 青年战士主要心理特点..... 280

附录二 心理诊断常用方法..... 296

后 记 304

第一章 导 论

学习运用心理科学,增强思想政治教育的科学性、有效性,是近年来在军内提出的一个崭新课题。尤其在江泽民主席强调各级领导和政治干部要重视研究青年官兵心理特点,学一点管理学、社会学、心理学等方面的知识后,全军上下兴起了学习运用心理科学,探索研究新形势下思想工作特点和规律的热潮。我们根据基层部队当前的实际需要,研究选择了“青年军人心理疏导与思想教育”这个课题,以辩证唯物主义和历史唯物主义为指导,以心理科学和思想政治教育学的基本原理为依据,围绕如何增强思想工作实际效果做了一些有益的探讨,试图揭示青年军人思想与心理、思想教育与心理疏导的内在联系,寻找心理疏导与思想教育相互结合的基本方法和途径,为基层干部带兵育人提供一种理论与实践的参考,以充实、完善、拓展思想教育的科学体系。

一、心理疏导与思想教育研究的意义

重视做好思想工作是我军区别于其他国家军队的重要标志之一。我党我军在长期的实践中总结形成了系统的思想教育和内容和方法,成为我军克敌制胜的传家之宝。现在,根据国内外形势的发展变化,在继承、弘扬我军思想教育优良传统的同时,“引进”心理科学的理论,开展心理疏导、心理教育,这是顺应我军教育对象思想和心理特点的变化,保持和增强思想教育优良传统的生机与活力的需要,是思想教育科学化的重要举措,是思想教育不断充实、完善和发展的具体表现。

(一) 把心理科学引入思想教育，是时代发展的必然要求

客观地讲，我们一些传统的思想教育已自觉或不自觉地运用了心理学的某些知识或理论，如动之以情，晓之以理，导之以行，因材施教，“一把钥匙开一把锁”，典型引导等等，都包含着丰富的心理学思想。但是从总体上来说，思想教育最重视的是政治思想观念的灌输，工作的基点是政治态度、思想觉悟。实际上，人的行为不仅受政治观点、思想观念的支配，而且还受其认识、情绪、情感、意志以及能力、气质、性格等心理活动的影响或调节。有许多具体的问题并非思想认识、思想觉悟问题，而主要是心理问题。对此，在教育过程中，必须具体情况具体分析，分别对待，是什么问题就讲什么问题，就按什么办法去解决，切不可把心理问题当做思想问题来对待，使问题人为地复杂化。

当今社会已进入信息时代，现代科学技术特别是高新技术飞速发展，日新月异地改变着整个世界的面貌，人们的生活节奏不断加快，生产方式、生活方式乃至社会经济、文化等各个领域都在发生着深刻的变化。随着我国改革开放的深入，市场经济的进一步发展，竞争日益激烈，人们的观念和人际关系都发生了重大变化，心理承受的压力明显增大。而军事领域历来是高新技术最先涉足、最为集中的领域。如同历史上的每一次科技进步一样，现代科学技术尤其是高新技术已把它的长长触角伸向了军事领域，极其深刻地推动着军事领域的变革。现代战争从军事理论到作战样式，从武器装备到编制体制，都出现了许多前所未有的新特点，这对人员的素质提出了更高的要求。比如，在高技术战争中，高技术武器装备具有极高的作战效能，武器装备的质量在决定战争胜负中所占的分量也越来越重，而我军武器装备现阶段仍处于相对劣势，且短期内难以有大的改变，使人们易于产生悲观情绪；再比如，现代条件下作战行动的机动性、突然性增大，各种大威力、高精度远程兵器已被广泛运用，战争的激烈程度和残

酷性增大，在战争初期，人们易于产生慌乱和恐惧现象等等。因此，在新的形势下，我们必须在始终不渝地抓好思想教育的同时，加强对青年军人的心理疏导和心理训练，不断提高我军的整体素质尤其是心理素质，铸造革命英雄主义精神，培养勇敢、自信、大胆、果断、沉着、机智、坚韧、稳定等心理品质，提高青年军人的自我控制、心理调节能力。

另一方面，随着改革开放的深入和现代化建设的发展，我国社会生活正发生着深刻的变化，利益调整、观念碰撞和竞争的加剧，给人们造成了剧烈的思想震荡，心理极易产生不平衡；相对封闭的生活环境、严格的纪律约束和高强度的训练，易造成军人焦虑、紧张、厌倦等心理；现代家庭的优越条件和对独生子女的宠爱，使这些官兵心理承受能力脆弱，自控能力和适应能力较差；部队对军人无私奉献、无条件服从命令的要求，与地方经济生活中的等价交换原则和一些自由化思想形成鲜明对照，导致部分青年军人产生逆反、无奈等心理；青春期的性成熟和部队性别的单一性，易造成一些青年官兵的性好奇、性矛盾心理。对于青年军人的这些心理问题，如果只从政治思想和道德品质上找原因，单纯地进行思想政治教育，不针对心理特点加强心理疏导，是很难真正解决问题的。弄不好，就可能事与愿违，使问题复杂化，诱发新的思想、心理问题。因此，在新的历史时期开展思想教育，应根据时代发展的特点，把握官兵心理活动的特点和变化规律，对从思想上、心理上全面分析官兵发生认知偏差、消极情绪、不良行为等问题的客观原因，综合运用心理疏导和思想教育的方法与手段加以解决。尤其是不能简单化地将官兵的心理需求和心理素质方面的问题，当做思想觉悟或道德品质问题，采取简单的行政手段去解决或一味地进行思想教育。而应摸清情况，依据相对应的心理科学原理，选择恰当的时机，采取有效的方法进行有针对性的心理疏导。只有这样，才能真正把工作做到官兵心坎上。

(二) 把心理科学引入思想教育, 符合人的思想发展规律

辩证唯物主义认为, 心理和思想是一脉相承的。二者虽然存在着明显的差异, 但在本质上是一致的。它们相互交叉, 相互影响, 在一定条件下还可以相互转化。

1. 心理与思想是辩证的统一体

什么是心理?

心理学告诉我们, 心理是人脑对客观现实的能动的反映。它是我们每个发育正常、处于清醒状态的人, 都随时随地意识或体验得到的种种心理活动。在这个活动过程中, 大脑是人的心理发生的器官, 而客观现实是人的心理源。人的大脑好比一个“加工厂”, 客观现实就是“原材料”, 通过实践活动, 大脑与客观现实发生联系, 产生能动作用。由此可以看出, 心理既是自然的产物, 又是社会的产物, 它所反映的客观现实有自然现象, 又有社会现象。它既受自然规律的制约, 又受社会规律的影响。

人的心理现象错综复杂、丰富多彩, 心理学家为了研究方便, 将统一的心理现象分为心理过程、心理状态和个性心理三大部分(图1-1)。心理学就是研究心理现象及其规律的科学。

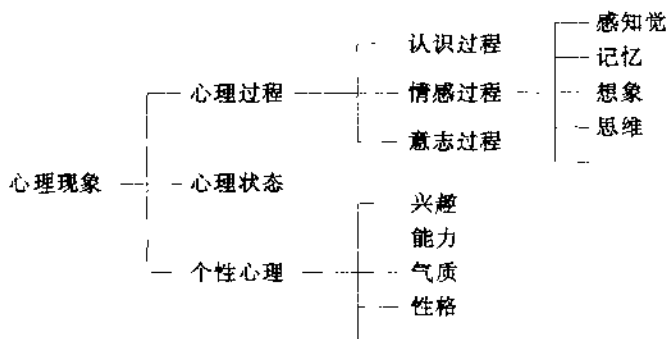


图1-1 心理学研究对象的结构关系示意图

心理有健康和 unhealthy 之分。一般来说，凡是心理比较稳定，具有较强的自控和适应能力，能使自己始终处于一种积极、乐观、向上、稳定的状态者，属于健康心理；反之为不健康心理。

什么是思想？思想和心理是什么关系？

思想，亦称“观念”，是客观事物反映在人的头脑中，经过思维活动产生的结果。毛泽东同志对思想有过一段精辟的论述。他认为，人们在社会实践中开始得到的是感性认识，“这种感性认识的材料积累多了，就会产生一个飞跃，变成了理性认识，这就是思想”^①。其实，思想是一个具有多重含义的概念。反映在哲学上，思想指人们对客观事物的理性认识。在心理学上，思想既可在广义上当做意识来使用，又可在狭义上当做认识活动的结果来使用。在思想政治工作领域，思想不仅指理性认识，而且指感性认识、情绪、感情、意识，以及制约人们行为的各种精神因素。人的思想，既包括人的世界观、人生观、政治立场和政治观点，也包括人的道德意识、审美意识和其他社会意识。

人的思想有正确与错误之别，一切根据或符合客观事实的思想是正确的思想，它对客观事物的发展起促进作用。不符合客观事实的思想是错误的思想，它对客观事物的发展起阻碍作用。

综上所述，心理与思想在本质上是一致的，二者都是以人脑为物质器官，都是以客观现实为源泉，都是以实践活动为桥梁，都是以感知为基础，都是人脑对客观现实的反映，都属于意识范畴。但二者之间也存在着一定的差异。一是反映水平不同。心理是人人都有的，无论成年人还是婴儿，它包含不同水平的反映，可能很高也可能较低。而思想则是具有思维尤其是抽象逻辑思维水平的人对客观事物进行的高层次的反映。二是反映的性质不同。心理是反映的过程，而思想是反映的结果，是通过思维活动完成的

① 《毛泽东著作选读》下册，人民出版社1981年版，第839页。