

21世纪高等院校精品教材

学校心理学

学校心理健康教育的理论与应用

XUEXIAO XINLIXUE

主 编 ◎ 张 潮

副主编 ◎ 陈庆平 刘雪萍 张 皖 李利平 卫晓婷

新 华 出 版 社

学校心理学

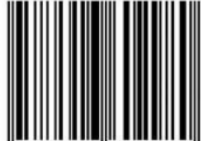
学校心理健康教育的理论与应用

XUEXIAO XINLIXUE

责任编辑：王晓娜 梁秋克

封面设计： 李尘工作室

ISBN 978-7-5166-0298-0



9 787516 602980 >

定价：36.00元

山西师范大学教材基金资助

21世纪高等院校精品教材

学校心理学

学校心理健康教育的理论与应用

XUEXIAO XINLIXUE

主 编 ◎ 张 潮

副主编 ◎ 陈庆平 刘雪萍 张 皖 李利平 卫晓婷

新 华 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

学校心理学：学校心理健康教育的理论与应用 / 张潮主编.

—北京：新华出版社，2013.1

ISBN 978-7-5166-0298-0

I. ①学… II. ①张… III. ①心理健康—健康教育—高等学校—教材
IV. ①G479

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第004941号

学校心理学：学校心理健康教育的理论与应用

主 编：张 潮

出 版 人：张百新

责任编辑：王晓娜 梁秋克

封面设计：李尘工作室

出版发行：新华出版社

地 址：北京石景山区京原路8号 邮 编：100040

网 址：<http://www.xinhupub.com> <http://press.xinhuanet.com>

经 销：新华书店

购书热线：010-63077122

中国新闻书店购书热线：010-63072012

照 排：图雅文化

印 刷：北京旺鹏印刷有限公司

成品尺寸：148mm×210mm

印 张：11.375

字 数：320千字

版 次：2013年1月第一版

印 次：2013年1月第一次印刷

书 号：ISBN 978-7-5166-0298-0

定 价：36.00元

图书如有印装问题请与印刷厂联系调换：010-56249195

前言

《学校心理学》课程是我校心理学专业的主干课程之一，是一门运用心理学知识和手段，面向全体学生及与学生有关人员开展心理服务的心理学分支学科。本课程的主要目标是使学生掌握学校心理健康教育的基本理论和方法，掌握学校心理健康教育的基本途径，一方面为学生的个体成长提供平台，另一方面，为学生以后的就业奠定理论基础和方法论基础。

该教材突出以下特点：

1. 可读性。本书除了介绍学校心理学的基本理论，还增加了知识拓展、心理词典、心理实验、案例、心理学家等板块，使理论得以具体化、生动化和形象化。

2. 时代性。时代性表现在三个方面：第一，以积极心理学的理念为指导思想；第二，吸取新的心理健康教育的理论、方法和表现形式；第三，充分吸收各学校在心理健康教育开展中所创造的各种有效途径。

3. 新颖性。本书以板块的方式来呈现内容，板块的设计充分考虑了当前学生心理特征，内容与形式相得益彰，可充分调动学生的学习兴趣。

4. 实践性。在学习与评价的“思考与实践”和“应用设计”板块，要求学生自己设计，独立或合作完成，培养了学生分析问题和解决问题的能力，拓展了学生的实际操作能力。

本教材各章节具体的撰写者如下：

- | | | |
|-----|-------------|-------------|
| 第一章 | 张 潮（山西师范大学） | 牛腾雀（山西师范大学） |
| 第二章 | 卫晓婷（临汾一中） | 王瑞霞（山西师范大学） |
| 第三章 | 张 皖（山西师范大学） | 张 蓉（山西师范大学） |
| 第四章 | 陈庆平（山西师范大学） | 盛丽君（山西师范大学） |

第五章 李利平（山西师范大学） 朱金凤（山西师范大学）

第六章 刘雪萍（山西师范大学） 姜海（山西师范大学）

张潮负责通读、修改、定稿。

本书的编写借鉴和引用了大量国内外的研究成果，因多种原因，未能与这些成果的著作权人和作者一一取得联系，在此谨表示衷心的感谢和诚挚的敬意。

由于编者水平有限，疏漏及不妥之处在所难免，敬请各位读者和专家指正，以便进一步修改和完善。

编者

2012.11.5

目 录

CONTENTS

| | |
|------------------------------|------------|
| 第一章 学校心理学总论 | 1 |
| 第一节 学校心理学的对象与任务 | 2 |
| 第二节 学校心理学的发展历程 | 5 |
| 第三节 学校心理教育的发展观与系统观 | 14 |
| 第四节 学校心理学教师 | 27 |
| 第五节 学生心理健康 | 34 |
| 附件 1: 教育部印发《中小学心理健康教育指导纲要》 | 48 |
| 附件 2: 中小学心理健康教育指导纲要 学习与评价 | 50 57 |
| 第二章 学校教育的理论与方法 | 59 |
| 第一节 精神分析取向的理论与方法 | 60 |
| 第二节 行为主义取向的理论与方法 | 91 |
| 第三节 人本主义取向的理论与方法 | 105 |
| 第四节 认知取向的理论与方法 | 140 |
| 学习与评价 | 151 |
| 第三章 学校心理教育中的测量与评估 | 153 |
| 第一节 概述 | 154 |
| 第二节 学校中的智力测验 | 159 |
| 第三节 学校中的学习测验 | 177 |
| 第四节 学校中的人格测验 | 184 |
| 第五节 学校中的行为评估 | 196 |
| 学习与评价 | 202 |

| | |
|---|------------|
| 第四章 学校心理教育的途径和策略 | 203 |
| 第一节 心理健康档案 | 204 |
| 第二节 学校心理健康教育课 | 210 |
| 第三节 学校中的个别心理咨询 | 224 |
| 第四节 团体心理辅导 | 232 |
| 第五节 心理电影 | 242 |
| 第六节 朋辈心理辅导 | 250 |
| 第七节 学科教学中渗透心理健康教育 学习与评价 | 256 267 |
| 第五章 学校中的心理教育干预 | 269 |
| 第一节 学习障碍及其矫正 | 270 |
| 第二节 考试焦虑与辅导 | 282 |
| 第三节 网络成瘾与辅导 | 287 |
| 第四节 人际交往困扰与辅导 | 295 |
| 第五节 自杀心理与预防 | 301 |
| 附件 1: 关于实施中国青少年绿色网络行动切实加强 青少年网络文化建设的通知 | 311 |
| 附件 2: 《全国青少年网络文明公约》 学习与评价 | 315 316 |
| 第六章 教师心理健康 | 317 |
| 第一节 教师心理健康的现状 & 标准 | 318 |
| 附件 1: 教师心理健康的诊断项目 | 328 |
| 附件 2: 教师心理健康状况简便自查量 | 329 |
| 第二节 教师心理健康的影响因素 | 331 |
| 第三节 教师心理健康的维护 | 341 |
| 学习与评价 | 348 |
| 参考文献 | 349 |

学校心理学

学校心理健康教育的
理论与应用

第一章 学校心理学总论

· 本章知识要点 ·

- ◎ 学校心理学的对象与任务
- ◎ 学校心理学的发展历程
- ◎ 学校心理教育的发展观与系统观
- ◎ 学校心理学教师应该具备的基本素养
- ◎ 学校心理学教师的资格认定与培养
- ◎ 健康、心理和心理健康的概念
- ◎ 中小学生学习心理健康的标准

第一节 学校心理学的对象与任务

学校心理学是心理学与学校教育实践相结合的结果，是心理学应用和服务于大、中小学生的具体表现。学校心理学既是一门科学，又是一种职业，具有很强的应用色彩。

一、学校心理学的定义

对于学校心理学，目前还没有一个明确和公认的定义。

我国《辞海》(教育学、心理学分册)对学校心理学的定义是：学校心理学是心理学的一个分支，研究中小学教育过程中心理学方面的问题，如学习、情绪与社会发展方面的测验、诊断与咨询，以指导教师和家长对儿童的学习与情绪障碍作适当的分析和处理，促进儿童身心的健康成长。

台湾《张氏心理学词典》中的定义是：学校心理学属于应用心理学门类之一。学校心理学以在校学生为研究对象，目的在于了解学生身心状态，分析探讨学生在教育环境中成长情形与适应困难，从而协助教师改进教学，以达成学校教育的目的。

美国心理学家考斯尼主编的《心理学百科全书》认为：学校心理学是由学校心理学家在教育情境中，综合运用心理学知识和技术，直接或间接地促进学生最适度学习的一门学科。

美国心理学会(2000)的定义是：学校心理学是一种综合性的专业活动，也是一门为学校教育提供服务的职业心理学，它为学生、家长、教育者以及学校教育过程提供心理学知识和实践指导，为学生在学校、家庭和其他系统中的发展过程提供心理评价、干预、预防、增进健康、计划的设计和评估服务，创造积极的学习环境，促进其身心健康发展。

刘翔平教授认为，学校心理学是应用心理测量、心理咨询、心理治疗和其他心理学知识解决学生的心理健康问题和教育工作者面对的

心理问题，促进学生和教师对适应学校生活的适应的心理应用分支。

徐光兴教授认为，学校心理学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。

综上所述，学校心理学是学校心理学教师在教育情境中运用心理学知识和手段，帮助学生解决各种心理问题，促进其心理成长和发展的一门学科，属于应用心理学的分支学科。

二、学校心理学的服务对象

西方学校心理学，注重辅导和咨询模式，他们把工作重点放在问题儿童上，注重对问题儿童的辅导、咨询和治疗。我国学者曾经认为，学校心理学家的工作重点是5—18岁的问题儿童、青少年或学生。但是，随着社会的发展，学校心理学的服务对象也在不断扩展。

我国在《中小学心理健康教育指导纲要》中提出心理健康教育必须坚持“面向全体学生”的基本原则。作为实施心理健康教育的基础和主题，学校心理学需要扩大自己服务的对象。

此外，我国正处于转型期，整个社会越来越开放和自由，社会变化的速度和前进的步伐也越来越快。为适应我国经济、社会的飞速发展，我们需要改变观念，以更宽广的胸怀来审视和理解学校心理学，扩大学校心理学的服务对象：既为中小學生服务，也为大学生服务；既为问题学生服务，也为正常学生服务。



知识
拓展

学校心理辅导的三个层次

我国学者徐光兴教授根据学校心理健康教育体系的目标，将学校心理辅导划分为三个层次。第一个层次是发展性心理辅导，面对青少年开展心理健康工作，提高全体学生的心理素质。第二个层次是预防性心理辅导。面对的是部分在学习上、心理上及生活适应上有可能发生问题或问题刚出现苗头的学生。第三个层次是治疗性心理辅导，面对的是心理、学习、社会事业方面产生重大问题或不正常状态，性格出现偏差，非常需要心理指导的学生。

由于学生在成长中遇到的各种各样的发展性问题及障碍性心理问题，可能会受到家庭、教师、同伴等多种因素的影响。所以，根据学生所遇到的具体问题，学校心理学的服务对象也包括家长、教师等。

三、学校心理学的任务

学校心理学的根本任务是为在校学生的心理成长和发展提供专业化的服务，这一任务包括如下内容：

心理卫生：一方面对学生进行心理健康知识的传授，另一方面，预防学生在校期间可能出现的各种心理行为问题，以便他们心理健康地发展，顺利完成学业。特别是在中小学衔接阶段（包括中考、高考）和心理发展的敏感期或转折期，注意采取心理卫生措施，加以监督控制。



敏感期

敏感期一词是荷兰生物学家德·弗里在研究动物成长时首先使用的名称。后来，蒙台梭利在长期与儿童的相处中，发现儿童的成长也会产生同样现象，因而提出了敏感期的原理，并将它运用在幼儿教育上，对提升幼儿的智力有极卓越的贡献。在心理学领域中，敏感期是指特定能力和行为发展的最佳时期，在这一时期个体对形成这些能力和行为的环境影响特别敏感。

学习指导：总的来说，是帮助学生解决愿不愿学、能不能学、会不会学的问题。具体来说就是指学校心理学教师运用心理健康教育的理论和技术，对学生的学习态度和动机、学习方法和策略以及学习潜能等与学习有关的问题进行辅导，解决学生在学习过程中的各种心理困扰，引导学生开发自己的学习潜能，培养良好的学习品质，提高学习效率，顺利完成学习任务。

自我意识的指导：帮助学生科学地认识自我、悦纳自我、激励自我、调适自我、管理自我，促进学生良好自我概念的形成和自我意识的发展，形成自尊、自信、自重、自爱、自强、自制的健康人格。

人际关系的指导：通过对学生的人际交往过程和人际交往活动的

指导，增进学生的人际互动和社会适应，克服学生人际交往障碍，提高学生人际交往质量，进而促进学生人格的成长和成熟。

行为矫正：行为矫正既是学校心理学的任务，也是学校心理学的技术。是对学生语言方面、认知方面、人际交往方面、行为方面的问题进行心理学干预，具体地帮助道德越轨、学习困难、情绪挫折和社会性发展不适的学生获得正常的发展。

心理咨询：学校开展心理咨询，主要对象是学生，其次是家长和教师，目的是帮助学生解决心理发展中的各种疑难问题和障碍。

诊断性评价：学校心理学工作者与任课教师、家长等一起会诊，分析学生有关心理症状，掌握学生确切的征兆，筛选学生心理方面的问题，以便提出排除障碍的措施。

职业指导：即对学生选择适当职业进行指导。通过心理测验等了解个体的方法，以考虑学生个人的能力、性格、体力、家庭、经历等，通过调查、统计等手段，得到职业所需要的某种特长和训练，以提供有关职业方面的信息。

第二节 学校心理学的发展历程

学校心理学首先产生于美国，是心理学的分支学科之一，于19世纪末在一定的社会背景和理论背景下应运而生。1945年，美国心理学会重组，学校心理学第一次以心理学分会（第16分会）的形式成为全国性的统一组织，这标志着学校心理学的独立，推动了学校心理学的迅速发展。学校心理学的发展经历了萌芽、产生、发展和繁荣等阶段。

一、学校心理学的萌芽期（1890—1920年）

学校心理学作为心理学的分支学科之一，产生于19世纪末的美国，

当时，美国机能主义思潮的产生为学校心理学的产生埋下了伏笔。19世纪末 20 世纪初，社会变革运动兴起，义务教育、心理测验、特殊教育、心理健康和心理卫生等运动出现与兴起，是学校心理学萌芽的直接动力。

萌芽期标志性的事件：

(1) 赖特纳·韦特默被认为是学校心理学的创始人，他于 1896 年在宾夕法尼亚大学成立了全美第一所心理学诊所。韦特默的诊所为来访者提供综合教育和临床干预的心理服务，并且对学习与心理上有问题的学生和儿童进行咨询与治疗，同时也对教师们进行心理学方面的培训。

(2) 斯坦利·霍尔是美国心理学会的创始人，也是第一任会长。他整个职业生涯都在研究儿童的成长、发展和进化论，试图找出这一群体的规律性特点。韦特默和霍尔的学生们慢慢将他两人的研究方式和成果结合，打造了今天美国学校心理学的基础，尤其是为以后的心理测试运动奠定了基础。



斯坦利·霍尔

斯坦利·霍尔 (Granville Stanley Hall, 1844.02.01—1924.04.24)，美国心理学家、教育家，美国第一位心理学哲学博士，是美国心理学会的创立者，发展心理学的创始人，将精神分析引入到新大陆的第一人，也是冯特的第一个美国弟子。

(3) 1908 年，职业指导的先驱之一帕森斯在马萨诸塞州的波士顿创立了一家具有公共服务和培训性质的职业介绍所，率先对公立学校的毕业生开展职业指导，同时于 1909 年出版了系统阐述职业指导理论的专著——《选择职业》。帕森斯的开创性工作为未来学校心理咨询的发展奠定了第一块基石。

二、学校心理学的产生期（1920—1940 年）

随着学校心理服务的深入，人们认识到学校心理学家需要正规的

培训, 1925年, 美国第一个学校心理学培训项目在纽约大学成立, 包括本科和硕士项目。1930年, 出现了第一个学校心理学的博士项目, 并且美国政府首期在纽约州和宾夕法尼亚州批准了学校心理学家证书。在1920—1940年期间, 已经出现了学校心理学作为一个职业的两个重要标志: 培训和证书颁发。

产生期标志性的事件:

(1) 1937年美国应用心理学家协会(AAAP)成立, 学校心理学从业者主要属于AAAP的临床科和教育科。但他们中的大多数都没有AAAP的会员资格。这个时期美国还没有出现独立的州立学校心理学协会。

(2) 明尼苏达大学的帕特森和威廉森创立了著名的明尼苏达指导模式。1938年两人合作出版了《学生指导技术》, 第二年, 两人再次合著《怎样对学生咨询》。该书不仅对当时环境下的学校心理辅导与咨询的理论与实践做了较为全面的概括, 同时也促进了以整个人格为对象的咨询活动的开展, 推动了许多学校尤其是大学建立起专门的心理咨询机构。

(3) 1942年, 心理学大师罗杰斯出版了《咨询和心理治疗》一书, 针对当时社会急剧变化给人们带来的心理、情绪、人际关系等方面的困扰、不适应, 提出了非指导性咨询或来访者中心疗法。这一思想对学校心理咨询的发展产生了巨大的影响。

三、学校心理学的发展期(1940—1969年)

第二次世界大战爆发后, 新的心理学理论和心理治疗与干预方式陆续被推出和运用, 心理学在美国慢慢发展起来, 并且被政府和整个社会所认可, 受到了多方面的支持, 学校心理学得到了快速的发展。

发展期标志性的事件:

(1) 美国心理学会的第16分会——学校心理学分会(APA-Division 16)在1945年正式成立, 其最终目标是提高儿童、青少年和成人在学校、家庭与社会中作为学习者和有工作能力的国民的地位。该分会的成立代表了学校心理学在美国心理学界正式被公认和接受。美国心理学会

学校心理学分会的成立给其他学校心理健康教育组织的成立起了开头的作用。

(2) 1954 年的塞耶会议重点说明了对学校心理学未来的建议和预言, 包括:

①学校里培训和业务分两个等级, 两级都可以发证书。硕士一级的开业者只提供有限的、受监督的服务;

②对已从事服务的心理学工作者提供更多的在职博士生学习的机会;

③美国教育部的两级证书同培训和鉴定挂钩。

会议还预言未来对学校心理学家仍将有很大需求。这次会议为第 16 分会 (APA) 的工作作了日程安排, APA 开始着手完成会议的建议。第 16 分会还成功地提出了美国职业学校心理学家的培训指标和资格认定。

(3) 1969 年, 美国全国学校心理学家协会 (National Association of School Psychologists 或 NASP) 正式成立。它把全美的学校心理健康教育者召集起来, 正式给予这一专业团体一个稳定的身份和定位, 并巩固了这方面专业人员的职业认同。美国全国学校心理学家协会的成立结束了美国学校心理学发展史上的混合期, 并为此专业打开了一个新的历史篇章。



知识
拓展

美国心理学会

美国心理学会于 1892 年 7 月在马萨诸塞州的克拉克大学成立, 斯坦利·霍尔 (Stanley Hall) 是它的创始人, 也是第一任会长。美国心理学会是一个代表美国心理学职业和心理学科学发展的组织。它的使命是推进心理学的发展, 把其作为一门科学、一门专业, 作为一种促进健康、教育, 促进人类兴盛的手段。美国心理学会全面鼓励所有心理学分支以最广泛和最自由的方式发展, 提倡心理学研究和研究方法条件的提高, 改进心理学工作者的资格, 制订与保持使学会会员达到最高标准的专业道德和操行, 并且通过会议、讨论、报告与发行材料

等方式增加和发扬心理学知识。

四、学校心理学的繁荣期（1970 年至今）

学校心理学从 1970 年开始一直延伸到今天，这一时期的主要特点是学校心理健康教育学科的统一，与其他心理学分支的区分，专业培训项目的增多，专业人员和专业机构数目的不断增长，规章制度和专业结构的完善化，学术和研究方面的扩展和深入等，所有这些为学校心理学专业体系的稳定作出了贡献。20 世纪 80 年代后，美国学校心理学逐渐从集中重视学生的“评估和安置”转变到以“优先评估、干预和至少为高风险群学生们做二级预防”为中心理论的角色和功能。

繁荣期标志性的事件：

(1) 美国学校心理学协会于 1972 年创刊了《学校心理学文摘》(现为《学校心理学评论》); 1986 年又创刊《国际学校心理学》(现为《学校心理学季刊》)。除此之外，还创刊《国际学校心理学》、《教育心理学评估杂志》、《学校特殊服务》等杂志，并出版了《学校心理学手册》等 20 多部有关学校心理学的著作。

(2) 1972 年成立了国际学校心理学会，这是唯一一个国际性学校心理学组织，现有来自 40 多个国家的会员。这一组织的使命是促进学校心理学的合理应用；促进国际专业人士间的交流；在没有此专业服务国家鼓励对学校心理学工作者的培养和聘用；推动全球儿童拥有心理健康的权利；开创并促进与国际学校心理学会目的相同的机构的合作；谴责种族、宗教或性别歧视行为，并建议本会会员在其专业生涯中遵守这一原则。

(3) 1975 年，美国国会通过了障碍儿童普及教育法 (Education for All Handicapped Children Act) 或称公共法律 94—142(Public Law 94—142 或 P.L.94—142)。此法规定所有公立学校必须为所有儿童、青少年 (3—21 岁)，包括有各种障碍的儿童提供义务的、适当的公共教育。这一法律的通过引起了学校心理学的热潮，导致学校心理健康教育者人数的大幅度增长，从 1970 年的 5000 人到 1988 年的 20000 人。如今全美有大约 25000 多位学校心理学家。随着专业人士人数的增长，