

教育部人文社会科学重点研究基地成果
21世纪应用心理学书系
梁宝勇 主编

学校心理学

李伟健 主编

School Psychology

南开大学出版社

教育部人文社会科学重点研究基地成果
21 世纪应用心理学书系 梁宝勇 主编

学校心理学

李伟健 主编

南开大学出版社
天津

图书在版编目(CIP)数据

学校心理学 / 李伟健著. — 天津: 南开大学出版社,
2006.1

(21 世纪应用心理学书系 / 梁宝勇主编)

ISBN 7-310-02411-7

I. 学... II. 李... III. 教育心理学 IV. G44
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 113972 号

版权所有 翻印必究

南开大学出版社出版发行

出版人: 肖占鹏

地址: 天津市南开区卫津路 94 号 邮政编码: 300071

营销部电话: (022)23508339 23500755

营销部传真: (022)23508542 邮购部电话: (022)23502200

*

河北省迁安万隆印刷有限责任公司印刷

全国各地新华书店经销

*

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

880×1230 毫米 32 开本 12.125 印张 343 千字

定价: 23.00 元

如遇图书印装质量问题, 请与本社营销部联系调换, 电话: (022)23507125

总序

在人类的发展进程中, 21 世纪是一个以知识经济为特色的发展时代。在这个时代中, 创造新知识和应用知识的能力是影响一个民族、一个国家前途和命运的重要的决定因素。一个没有创新能力、不能有效地应用科学技术为人类造福的民族, 难以屹立于世界先进民族之林。

自实行改革开放的基本方针以来, 随着我国社会和经济的飞速发展, 包括心理科学在内的我国科学事业也获得了长足的进步。作为一门科学的学科体系, 心理学横跨自然科学、人文和社会科学, 同人的各项活动息息相关。

心理科学是一门庞大的知识体系, 包含数十个分支学科。如果采用两分法对心理科学分门别类, 则可以将整个心理科学分为基础心理学和应用心理学。基础心理学担负着创造新的心理学知识的使命, 包括发现新的心理学规律、探索新的方法和技术等。应用心理学则不同, 它主要涉及对心理学理论、知识和技术的应用, 即将基础心理学的研究成果应用到人类活动的各个领域, 以便根据人心理活动的规律安排各种工作、学习和生活, 从而最大程度地发挥人的功能作用, 与此同时保证和提高人的生活质量和健康水平。目前, 可以毫不夸张地说, 应用心理学的影响已经遍及人类生活的各个领域。仅仅在高技术领域, 心理学的理论、知识与方法便已经成为人工智能、模式识别和虚拟现实等的重要基础。在我国, 心理学理论和知识已经被广泛应用到教育、医学、工商业、军事、司法和航空航天等领域, 并正在发挥其独特的作用。

中国心理学在最近 20 多年来获得了较快的发展, 心理科学在我国

社会转型时期正在发挥越来越大的作用。但从整体上来看,同西方发达国家比较,中国心理科学尚不够发达,无论基础心理学科还是应用心理学科,都存在较大的差距。面对知识经济时代所带来的发展机遇和挑战,中国心理学必须制定符合国情的发展策略迎头赶超。我们认为,目前阶段中国心理学界应当在适当加强基础心理学研究的同时,加大心理学的应用研究和实践活动的力度。目前我国从事应用心理学研究和实践的心理学工作者太少,远不能适应我国社会经济发展的要求。因此,我们应当保留少数精干力量从事基础研究,而将大多数人力和物力投入到应用领域,为我国社会和经济的发展贡献我们的力量。我们选择编写一套应用心理学书籍,其初衷也正正在此,即为促进我国应用心理学科的发展做点实际的工作。

最近几十年间,科学的发展和技术的进步已经在世界范围内极大地改善了人们的生活和工作条件。世界上大多数人已经逐渐从繁重的体力劳动、饥饿和由许多疾病所造成的困苦中解脱出来,人们的预期寿命正在不断地延长。然而科学技术的进步、生活和工作条件的改善,并不一定会带来幸福生活和健康。一些调查表明,伴随着现代社会的迅速发展和物质生活条件的优裕,人们对于生活的满意程度不仅没有提高,反而有所下降。另一些调查发现,严重威胁人类健康、造成成千上万人死亡的疾病种类已经发生变化,同不良生活方式和心理因素密切相关的心身疾病(psychosomatic disease)或称作心理生理疾病(psychophysiological disease),例如动脉硬化性心脏病、脑血管病和恶性肿瘤等,在人类疾病谱和死亡原因排位中都居于前列。另一方面,大量调查证实,近年来精神疾病的患病率明显升高,正在成为当今最为突出的一个健康问题,造成大量的公共卫生资源的消耗和劳动力的损失。上述这些情况似乎令人不可思议。然而,只要我们看一看当今社会发生的诸种变化,我们就不难理解,为什么科学技术的进步和物质生活条件的巨大改善却没有成比例地给人们带来高质量的生活。

著名的诺贝尔奖获得者 DuBois 对于人们当今的生活境况有非常贴切的描述。他写到:“现代人已经……不太需要去对抗饥寒交迫的窘境和其他有伤身体的危险,但是他们必须对付排得满满的日程表、(繁

忙的)交通、噪声、拥挤、竞争和其他人为的紧张情境。”正是这些体现当代社会特点的变化,不断造成人们心理压力的增大以及适应和应对的困难。一个人适应生活、应对挑战的能力总是有限度的。当外界环境的变化太大或过于急剧以至超过一个人的适应和应对能力的时候,他的身心健康就难以保持。

目前,我国已经进入一个十分重要的发展阶段。社会转型时期所发生的许多变化,一方面改善了我们的生活,为我们提供了更多的发展机遇和选择,使我们对未来充满信心和希望;但另一方面,新旧观念的剧烈对抗、激烈的竞争、价值取向的多元化以及社会上发生的许多负性事件,也会剧烈地冲击人们的精神世界,造成心理矛盾、冲突、挫折和应激,心理问题和情绪困扰乃至心理障碍或精神疾病也随之增多,现代社会的所谓“文明病”(例如高血压、冠心病和糖尿病)正在困扰着许多人。另一方面,人民生活水平的提高导致心理保健意识的增强,人们不再满足于身体无病,还要求心情舒畅地生活、学习和工作,以实现自己的潜能,为国家为人民作出自己的一份贡献。

这些情况给我们提出了新的问题,任何有责任心的应用心理学家都不可能无所作为。应用心理学包含十分广泛的领域,我们必须根据目前中国社会的迫切需要来确定我们的选题范围。正是基于这个考虑,我们决定不仅要编写一套应用心理学书籍,而且要特别围绕着健康和疾病问题来确定书目。

《21世纪应用心理学书系》由12部专著组成,它们是医学心理学、临床心理学、健康心理学、心理评估、咨询心理学、心理卫生学、变态心理学、犯罪心理学、学校心理学、运动心理学、教育心理学和管理心理学。

在本书系的编写过程中,作者们始终坚持科学性和实用性、理论和实践相统一的原则,充分体现本书系的应用性质;在内容组织上,不仅介绍本学科领域经典的理论观点和方法,而且要涵盖本领域最新、最具权威性的资料,力求反映国内外研究的新成果、新见解、新经验和新方法;在撰写体例上,力图按照心理学著作国内外通用的规范,做到概念准确、简明,条理分明,理论观点明确,论据充分;坚持百

家争鸣、百花齐放的方针，对于某些有争议的观点和看法，要适当地作出评介，而不是以一家之言作为结论。本书系中，有一些书所代表的学科之间在内容上是有交叉或重叠的。为了适当地照顾各门学科体系的完整性，我们在这些书中保留了这些部分交叉或重叠的内容，但每一本书都有自己的、不同于其他书的侧重点，正是这些侧重点体现了各书所代表的不同学科的特色。

本书系的作者绝大多数是目前正活跃在应用心理学教学、科研和实践工作第一线的中青年专家，他们来自于北京大学、南开大学、中南大学、山东大学和吉林大学等十余所高等院校。他们大多数是心理学博士和教授，具有丰富的科学研究、教学和临床工作经验。本书系汇集了集体的智慧，是大家精诚合作的结果。虽然大家已经尽心尽力、力求完善，但由于时间和学识水平有限，书中难免缺陷乃至错误之处，我们欢迎读者批评指正。

本书系的编写得到了教育部社会科学委员、国务院学位委员会心理学科评议组成员和召集人沈德立教授的关心和指导，并被作为教育部人文社会科学重点研究基地成果出版。在此，我们向沈德立教授表达我们由衷的感谢和敬意。在本书系的编写过程中，我们参考和引用了国内外大量的研究资料，不能一一提及，谨表达我们的谢意。此刻，我们也要感谢南开大学出版社的领导和本书系的策划编辑莫建来博士及诸位责任编辑，没有他们的远见卓识和精心的工作，就没有本书系的顺利出版。

梁宝勇 谨识

二零零五年元月十五日于天津

目 录

第一章 学校心理学：职业与科学	1
第一节 学校心理学的定义.....	1
第二节 学校心理学的历史与现状.....	5
第三节 学校心理学与相关学科的关系.....	15
第四节 学校心理学在基础教育改革中的作用.....	20
第五节 作为职业的学校心理学：学校心理学家的角色.....	25
第六节 作为科学的学校心理学：学校心理学的研究方法.....	30
第二章 学校心理学的发展观与系统观	37
第一节 学校心理学的发展观.....	38
第二节 学校心理学的系统观.....	44
第三节 学校心理学的新途径——发展观与系统观的整合.....	55
第三章 学习理论与应用	58
第一节 人本主义学习理论与应用.....	59
第二节 信息加工理论与应用.....	64
第三节 建构主义学习理论与应用.....	73
第四节 多元智能理论与应用.....	81
第五节 动机理论与应用.....	87

第四章 学校心理教育评估	96
第一节 学校心理教育评估的定义及原则.....	96
第二节 学校心理教育评估的常用方法.....	101
第三节 学校心理教育评估的常用智力测验.....	108
第四节 学校心理教育评估的常用适应性行为测验.....	125
第五节 学校心理教育评估的常用行为问题测验.....	134
第五章 学校心理卫生与咨询	144
第一节 学校心理卫生与心理辅导.....	144
第二节 精神分析的心理咨询技术.....	152
第三节 认知疗法的心理咨询技术.....	162
第四节 来访者中心疗法的心理咨询技术.....	172
第五节 后现代主义的心理咨询技术.....	181
第六节 学校心理辅导活动课的设计与组织.....	196
第六章 学校中的行为分析与干预	206
第一节 行为主义的理论与观点.....	206
第二节 行为与行为改变的测量.....	211
第三节 学校中常用的行为矫正技术.....	221
第四节 认知行为疗法.....	229
第五节 系统脱敏法.....	233
第七章 学生心理、行为问题与干预	239
第一节 学习障碍及其矫正.....	239
第二节 学生的情绪与人格障碍及矫治.....	249
第三节 学生的行为问题及矫治.....	264
第四节 学生的社会技能缺陷及其训练.....	272

第八章 学校中的生涯辅导.....	280
第一节 生涯辅导概述.....	280
第二节 各级学校中的生涯辅导.....	297
第九章 学校组织中的学校心理学家.....	322
第一节 人本主义的学校管理.....	324
第二节 教师工作动机.....	327
第三节 学校组织的领导与文化.....	334
第四节 维护教师心理健康的学校心理学家.....	341

第一章 学校心理学：职业与科学

学校心理学既是一门科学，又是一种职业。本章着重讨论学校心理学的定义，学校心理学的历史与现状，学校心理学与相关学科的关系，学校心理学在基础教育教学改革中的作用，以及学校心理学家的职业角色和学校心理学的研究方法。通过本章，读者将会对学校心理学这门学科和职业有一个大致的了解。

第一节 学校心理学的定义

什么是学校心理学 (School Psychology)? 有人认为“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，促进学生和教师对学校生活的适应的心理应用分支”^①。将学校心理学视为运用心理学知识促进师生对学校生活的适应的应用心理学分支之一，可以说是心理学知识在学校的应用。这可能是许多人初次对“学校心理学”的理解。有人认为学校心理学的实质是“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”^②。将学校心理学视为在学校场合进行的心理辅导和咨询的学问，可以说是心理辅导与咨询在学校的应用。什么

① 刘翔平. 学校心理学——学生心理教育评估与干预. 北京：世界图书出版公司北京公司，1996：2

② 徐光兴. 学校心理学——心理辅导与咨询. 上海：华东师范大学出版社，2000：1

是学校心理学,这在国际学校心理学界至今还没有统一的界定,面对歧说,有人索性就采取不争论的态度,转而分析学校心理学的性质、任务和对象。^①

要给学校心理学下个确切和公认的定义,可能是件困难的事情。不过,我们也许可以从学校心理学的服务对象和任务入手,来界定学校心理学的含义。

一、学校心理学的服务对象

有人认为学校心理学的对象主要是身心有缺陷的儿童青少年和学习有困难的儿童青少年。学校心理学家,大部分在中小学工作。换句话说,学校心理学家的工作重点主要放在 5~18 岁“问题”儿童青少年或学生的身上。^②这是根据国内外以往的学校心理学的实践情况所得出的。不过,随着社会的发展,学校心理学的对象也在不断扩展。

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体,学校心理学需要扩大自己服务的对象。此外,当前我国正处于转型期,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。大学生们有更多的选择、自由的同时,也必然承担着各种价值观、人生观等相互冲撞的心理冲击,在为社会的变化、发展兴奋的同时,也必然要承受更大的心理压力。随着高校的扩招,接受高等教育的人数激增,出现心理障碍或问题的大学生的绝对人数也必然随之上升。

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:既为中小学生服务,也为大学生服务;既为“问题”学生服务,也为正常学生服务。

① 林崇德,辛涛,邹泓.学校心理学.北京:人民教育出版社,2000:4

② 林崇德,辛涛,邹泓.同上

二、学校心理学的任务

有人认为学校心理学的主要任务是在中小学进行心理预防和心理卫生、心理咨询、诊断性评价、行为矫正、学习指导和职业指导等工作。^①

心理预防，即预防学生在校期间可能出现的各种心理行为问题。在心理卫生方面，要引导学生情感良性发展；根据学生气质、性格和能力方面的特点，因材施教，充分发挥他们的潜能。学校开展心理咨询与辅导，主要对象是学生，特别是那些“问题”儿童青少年和“学习”处境不利儿童青少年，其次是家长和教师。开展学校心理咨询与辅导，是帮助学生学会解决心理发展中的各种疑难问题，克服各种心理障碍。诊断性评价，是指根据一定的理论和标准，使用心理学的方法和工具，对学生个体的心理状态、行为异常或障碍以及学生的成长环境进行描述、分析、归类、鉴别、评估的过程。行为矫正涉及对学生行为的分析和矫正，通过识别环境和某一特定行为之间的相互作用关系，分析学生该行为产生的原因，从而实施某些程序和方法，来帮助其改变行为。学习指导，是指帮助学生实现教育目标，以教材为媒介所进行的各种活动，包括学习内容的安排，学习方法的辅导，学习成绩的评估及其反馈等。职业指导，即对学生如何选择适当的职业加以指导。它主要通过心理测量等手段，对学生的能力、性格、体力、家庭、经历等进行全面的考察，并向学生提供职业信息，指导学生选择合适的职业。

教育部《中小学心理健康教育指导纲要》中指出，心理健康教育的主要内容包括：普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，了解简单的心理调节方法，认识心理异常现象，以及初步掌握心理保健常识，其重点是学会学习、人际交往、升学择业以及生活和社会适应等方面的常识。心理健康教育是学校心理学的重要任务。教育部《中小

① 林崇德，辛涛，邹泓. 学校心理学. 北京：人民教育出版社，2000：5

学心理健康教育指导纲要》所提出的心理健康教育任务，为我国当前学校心理学指明了工作方向。

三、学校心理学概念的界定

学校心理学萌芽于 1896 年，以 Lightner.Witmer 在宾西法尼亚大学建立心理诊所为标志。他认为一般的教学方式对儿童的某些问题不起作用，强调利用心理学知识来解决这些问题，尤其是与教育有关的问题。1932 年，学校心理学在美国成为正式的教育专业用语，但却直到 20 世纪 70 年代才得以确立和迅速发展。^① 学校心理学首先是作为一个职业而非一门专业发展起来的，职业实践是学校心理学的基本特征，也是推动其发展、壮大和被社会接受的基本动力。

从学校心理学的发展上，我们可以看出，学校心理学最初是作为一种临床心理学形式出现的。此外，学校心理学的职业化和应用性十分明显。这与临床心理学、心理咨询十分相似，再加上临床心理学和心理咨询的一些方法和手段也常在学校心理学中运用，因此学校心理学常被认为是临床心理学或心理咨询的一种表现形式。但随着学校心理学的发展，学校心理学的有关理论不断发展，从业者人数不断增加，各种专业杂志和期刊纷纷出版发行，各种正式或非正式的组织纷纷建立起来，学校心理学最终成为一门独立的心理学分支学科。

综上所述，我们认为学校心理学是一门运用心理学知识和手段，面向全体在校学生开展服务的心理学分支学科。具体来说，学校心理学的服务对象不仅包括中小學生，也包括高校學生；不仅面向有心理障碍或问题的學生，也面向正常的學生。学校心理学的任务不仅包括对有问题的學生进行心理评估、咨询和辅导等，还包括普及心理学知识、进行心理健康教育等更积极的预防性举措。

① 徐光兴. 学校心理学——心理辅导与咨询. 上海：华东师范大学出版社，2000：1

第二节 学校心理学的历史与现状

学校心理学的发展历程大致可以分为萌芽、产生、发展和繁荣等阶段。由于“学校心理学从其产生到发展，理论中心一直在美国”^①，在此介绍学校心理学的历史与现状，基本上是指美国学校心理学的发展情况。在某种意义上来说，美国学校心理学的过去，可能就是我国学校心理学的现在；美国学校心理学的现状，可能就是我国学校心理学的将来。因此，借鉴美国学校心理学发展的得失，既可以为我国学校心理学发展提供一个参照，也有利于我国学校心理学的快速、健康发展。

一、学校心理学的萌芽期（1890~1920年）

学校心理学的萌芽，与社会的发展密切相关。随着社会的发展，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，是学校心理学的萌芽的直接动力。

义务教育是学校心理学服务背后的一种决定性的力量，它直接影响着对儿童的研究和临床心理学的发展。随着义务教育的普及，教育规模、范围都迅速扩大，出现学习问题和心理问题的学生的人数不断增加。在这种背景下，各种各样的心理测验应用于学校，对儿童智力和行为等问题进行分析和诊断。这些测验为学校心理学的产生提供了有力的工具。随着社会的发展，人们不再把智力落后的儿童当作是无法教育的对象；而是对他们的智能和受教育权利进行科学、客观的评估，并努力制定一套行之有效的办法帮助这些儿童。其中一个重要的问题就是要用可靠的测验方法来鉴别那些智力落后的孩子，以便将他们分到特殊班级中进行特殊的教育。这样，社会各界开始认识到学校

^① 林崇德，辛涛，邹泓. 学校心理学. 北京：人民教育出版社，2000：25~37



开展心理诊断的重要性。这一社会需要是学校心理学产生的重要动力。此外,心理健康和心理卫生运动的兴起,使广大民众希望通过学校心理咨询等活动,预防心理疾病的发生。

学校心理学萌芽时期的标志事件主要表现在以下几个方面:

(一) 学校心理服务出现

Lightner. Witmer 和 G. Stanley Hall 被认为是学校心理学的创始人。学校心理学服务是从 Witmer 于 1896 年在宾西法尼亚大学建立的心理诊所开始的,他也因此被称为“临床和学校心理学之父”。他认为学校教室里的一般教学方式对儿童的一些特殊问题不起作用,强调利用心理学知识来解决这些问题,倡导培训能够治疗多种疑难病症的心理学专家。1899 年, Hall 所领导的儿童研究运动对芝加哥公立学校建立第一个在公立学校内运作的诊所——“科学教学法和儿童研究系”——有着重大的影响,该诊所很快就发展成为学校提供心理服务的主要机构。

(二) 学校心理诊所和心理测验的兴起

在 Witmer 和 Hall 等人的努力下,学校和非学校基地的诊所(研究局或儿童研究所)在美国的各大城市学校中纷纷建立起来,它们通常采用“临床心理学”的形式。虽然这类服务多是教育心理学和临床心理学的综合,但较之于现代的教育和临床心理学,它们更类似于现代的学校心理学。心理测量和心理科学的发展为个别差异和测验标准的研究奠定了基础,并有利于学校很好地将学生划分为包括特殊教育在内的不同教学小组,这使学生受益匪浅,乐意接受学校心理学服务,从而使学校心理学服务得以推广。

(三) 学校心理学家的主要职责

“学校心理学家”一词首次出现在 Stern 翻译的德文文献中。在萌芽期,学校心理学家主要应用心理和教育测验对学生进行诊断和分类。这样,心理和教育测验很快就成为鉴定在校工作的心理学家身份的主

要特征。对这些测验的管理和解释成为早期学校心理学家的主要职责。这一时期，干预还只是学校心理服务的次要方面。在整个萌芽期，学校心理学家主要职责是为特殊教育提供诊断服务，这些诊断服务促成了学校心理学的重要作用模式——心理评估模式。

二、学校心理学的产生期（1920~1940年）

在萌芽期，学校心理学缺乏作为职业的许多重要特征，如工作者自主性、职业的培训规定、证书颁发和业务等。在产生期，学校心理学逐渐具备了作为一门职业所应有的某些重要特征。^①

（一）有关学校心理学家的培训和证书颁发

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。20世纪20年代中期，纽约市的学校采用学校心理测验员的聘用考试。参加考试的人若想合格，首先必须在纽约州立大学的评议员所认可的大学修完心理学硕士学位课程，其次还必须有测验员董事会认可的智力测量工作经验。因此，美国纽约大学开设了第一个硕士研究生和研究生水平以下人员的培训项目。到了20世纪30年代末，纽约和宾西法尼亚成立了州教育证书颁发局，宾西法尼亚州立大学开始提供学校心理学方面的博士培训。

这样，到1940年为止，美国至少已经有两个州通过州教育局给学校心理学工作者颁发资格证书，也至少在纽约州进行了一次未来心理学家的正规考试。另外，1921年到1927年间试行过美国心理学会（American Psychology Association, APA）成员短期的全国证书颁发项目（Sokal, 1982），虽然这个项目在当时没有取得成功，但它至少是全国水平的证书颁发的一个开端。到了20世纪40年代，APA美国职业心理学测验者董事会和20世纪80年代的美国国家学校心理学协会（National Association of School Psychology, NASP）又开始颁发全国性

^① 林崇德，辛涛，邹泓. 学校心理学. 北京：人民教育出版社，2000：37~42