

心理教育·道德教育丛书

班华 主编

心理 教育活动论

Xinli

Jiaoyuhuodonglun

沈贵鹏 著

高等教育出版社

中山大学出版社

心理教育·道德教育丛书 班 华 主编

心理教育活动论

沈贵鹏 著

高等教育出版社 ·北京
中山大学出版社 ·广州

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

心理教育活动论/沈贵鹏著. —北京: 高等教育出版社. —广州: 中山大学出版社, 2005.1

(心理教育·道德教育丛书/班华主编)

ISBN 7-306-02509-0

I. 心… II. 沈… III. 心理卫生—健康教育—研究
IV. R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 013377 号

责任编辑: 嵇春霞 张礼凤

封面设计: 尔 晗

责任校对: 吴其晖

责任技编: 黄少伟

出版发行: 中山大学出版社

编辑部电话 (020) 84111996, 84113349

发行部电话 (020) 84111998, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275

传 真: (020) 84036565

印 刷 者: 江门市新教彩印有限公司

经 销 者: 广东新华发行集团

规 格: 890mm × 1240mm 1/32 12.5 印张 320 千字

版 次: 2005 年 1 月第 1 版

印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 26.00 元

印 数: 1—4000 册

本书如有印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换

总 序

在我国社会主义现代化建设中，人的建设是根本。人的建设，主要是人的精神建设；人的精神建设有广泛的内容，这里主要是讲思想道德建设和心理建设。精神建设是我们的时代性课题；因而与其最直接相关的思想道德教育、心理教育应是我们学校教育的主要任务。近年来，一些致力于道德教育、心理教育研究的青年学者们，在这些方面作了较为深入的研究。根据作者们的意见，将其所探讨的理论成果集中出版，故形成现在的这一套“心理教育·道德教育丛书”。各个分册的内容不同，其中有属于道德教育的，有属于心理教育的，也有的是属于心理教育与道德教育相结合的。我们把心理教育与道德教育的研究成果放在一套书里面，是因为这二者的关系实在太密切了，二者的教育原理相同、相通之处实在太多了。

学者们重视心理教育、道德教育的研究，是基于对时代、对社会发展的认识，基于对现时代儿童和青少年心理与道德发展的需要。关于社会和时代的发展，人们有过许多描述：“全球化”、“信息化”、“网络社会”、“知识社会”、“信息社会”等等。与此相关的，儿童青少年的心理和思想道德发展也呈现了许多新的特点，形成了一系列新的矛盾，产生了新的心理与精神需求。因此，他们深知，加强心理教育、道德教育的理论研究是时代的呼唤。

我国一贯重视道德教育及其研究，相对于心理教育而言，多年来道德教育方面取得了很多的成绩和经验，理论研究也取得了较多的成果。但心理教育及其研究工作起步比较迟，大约 20 世纪 80 年代以来，我国大陆学校的心理教育才逐渐开展，逐渐得到更多人的重视。因此，在这里我对心理教育与心理教育研究多说几句。应当说心理教育及其研究已越来越被重视，情况越来越好。心理教育活动的开展、心理教育思想理论的宣传普及、心理教育的理论研究都开始出现了许多喜人的景象，包括出版了一批著作，介绍国外心理咨询、心理治疗各种流派的理论与方法；对心理教育理论，心理教育内容，心理教育实施原则、方法以及心理教育管理等方面均作了积极的探索。尤其令人鼓舞的是，近几年来，中央有关加强和改善学校德育工作的文件中，都提出重视心理健康教育问题，而作为国家最高教育行政领导部门，教育部连续颁发了专门的心理教育文件。但总的说，我国学校心理教育还刚刚起步，无论在实践上还是理论上都还有不少不尽如人意的地方，例如：

——依据传统心理咨询范式，研究心理教育方法与技术的多，结合现时代人的发展、科技发展、经济发展、生态发展，研究心理特点与心理教育理论的少；

——对障碍性心理咨询、心理治疗的研究较多，对符合现代教育精神的、积极的、发展性的心理教育研究得少；

——从心理学视野研究心理教育的多，从不同的学科



视野，整合地研究心理教育的少；

（能否说以上情况也适用于国外？）

——介绍国外心理咨询思想理论的较多，适合中国文化背景的心理教育理论研究较少；

——直接搬用国外模式的情况多，对适合我国情况的学校心理教育模式的探索少；等等。

心理教育的实践和理论研究现状表明，亟需加强心理教育理论的研究。这套书也可以看作是对这一研究的参与。

这套书很重要的另一部分内容，是道德教育。心理教育、道德教育都是人的精神教育。

教育本来就是一个整体，我们从整体上把握心理教育与道德教育，从整体上思考问题，也许更有它的好处。

人的建设的需要，社会转型的需要，时代发展的需要，迫切要求我们加强道德教育与心理教育的研究，特别是要认真研究那些崭新的、富有时代特色的课题，例如：

1. 我国社会正经历从农业社会→工业社会→信息社会的转变，青少年的心理、思想、道德有什么新的特点，应当怎样认识学校心理教育、道德教育的任务、内容问题，怎样加强青少年的心理与道德建设，培养青少年的创新精神、科学精神，提高社会适应性，主动迎接未来的挑战。

2. 我国经济体制发生重大变革，我们的青少年的心理、思想、道德、价值观有什么变化；学校心理教育、思想道德教育如何促进经济心理、经济道德社会化（包括劳



动心理、消费心理);我们应当怎样引导、帮助青少年心理、思想、道德的发展。

3. 在对外开放条件下,我国青少年的价值观、情感方式、生活方式、行为方式等,可能有什么变化;应当怎样做好我们学校的心理教育与思想道德教育,既学习国外先进的、科学的教育思想和方法,又从我国的实际出发,寻求中国自己的心理教育、道德教育之道。

4. 网络社会、网络文化给我们青少年心理—道德的成长带来了全新的环境,它对“网童”的生活、学习、心理可能带来什么影响,他们的精神生活、思维方式、学习方式、生活方式可能发生哪些变化(包括积极的、消极的);怎样实施网络心理—道德教育、引导他们的网络生活和网络学习。

5. 在人、社会、自然和谐发展的人类宏观文化结构基础上,心理教育、道德教育如何体现人—社会—自然持续和谐发展的伦理要求;如何引导青少年学会关心,包括关心自我、关心他人、关心社会、关心自然生态,以及培养创新精神和实践能力。探讨如何满足人心理上、道德上的需要,不仅仅满足其具有一般心理—道德素养的要求,而且要满足其具有科学精神、生态道德素养、经济道德、经济心理素养、信息道德、信息素养等方面的要求。

6. 在人们物质生活水平不断提高的情况下,我们的心理教育、道德教育如何引导青少年的精神生活、精神发展,促进人的身心健康,激发人的精神需求,提高人的生活质量,既享受现代文明幸福,又预防形形色色的“现代



病”。

7. 在现代社会条件下, 人际关系有什么新的变化, 怎样帮助青少年学会处理好各类人际关系, 包括自己与父母、与师长、与同学、与集体的关系; 如何引导、帮助青少年在人际关系中学习。

8. 时代在前进, 社会在发展, 人们的价值观、思维方式、情感方式、行为方式都要与时俱进, 心理教育与道德教育如何为青少年终身心理修养、终身道德学习服务, 为他们心理与德性的终身持续发展奠定基础等。

时代性的课题当然还很多, 本丛书试图围绕以上所列诸方面问题, 作不同程度的探讨。各册书在体例、风格上多样, 各显其特色, 但在内容方面力求体现以下共同要求:

1. 研究内容富有鲜明的时代特色。
2. 重视积极的、发展性的心理教育与道德教育的研究。
3. 重视心理教育和道德教育结合的研究。
4. 关注心理教育本土化的探索。

我们重视心理教育、道德教育的理论探讨, 同时, 也积极关注、发现我国现有学校教育中的新现象, 总结我国学校心理教育、道德教育的新经验, 帮助克服认识上的误区和实践中的偏差, 特别帮助克服心理教育认识上、实践中的误区和偏差, 促进学校心理教育、道德教育的健康发展。

我们愿意投入这项教育事业, 力求探索这一领域的前



沿问题，力求以新的思维来认识问题，希望反映时代特点，希望在理论上有所前进。但探索工作刚刚才开始，我们处在探索过程之中，因此不当之处必然很多，诚恳地希望各方面的读者提出批评指正意见，同时更企盼有更多的人关注、参与心理教育与道德教育的研究。

原国务院学位委员会学科评议组成员
南京师范大学教授、博士生导师 班华
2004年10月

序

20 世纪 80 年代，心理教育开始进入学校教育领域，并逐步为人们所理解与接纳。在新的世纪里，心理教育正日益显示其勃勃生机。可以预言，心理教育将是新世纪教育领域的热点问题，培育心理健康的一代新人是现代教育的必然选择。

心理教育首先是一种教育理念，其宗旨是开发人的心理潜能、促进心理的健康成长。随着信息社会的到来，社会生活的巨变对人们心理上的冲击是前所未有的，青少年一代首当其冲，培育他们能够适应社会、调控自身、友爱他人、合作共处等良好的心理品质已成为教育共识，也是现代教育追寻的目标。那么，如何把心理教育理念转化为实践，直接指导青少年教育的实践？《心理教育活动论》无疑能够提供较为满意的答案，据笔者所知，以此命名的研究类著作，到目前为止是国内惟一的。

心理教育的基石是在活动领域，心理教育研究也是一项直面现实的探索性研究，心理教育活动无疑是沟通理论与实践的桥梁。《心理教育活动论》正是基于这一结合点上展开系统而全面的研究。作者对心理教育有着深刻而独特的理解：心理教育是张扬人性的教育、心理教育是发展性教育、心理教育是幸福教育。《心理教育活动论》正实践了上述理念，通过综合实践考察、案例研究、专题访谈和文本分析等，作者呈现一幅心理教育活动的全程图：详尽地诠释心理教育活动内涵，系统地分析各类心理教育活动文本，细致考察心理教育活动的活动过程，集中剖析集体、小组、个别等三类心理教育活动，深刻论证心理教育活动方式与评价问题，等等。全书内容体系严密，理论分析与实践探索浑然一体，语言表达清晰，研

究方法合理，反映了作者深厚的理论功底和精湛的实践技能。

心理教育研究刚刚起步，《心理教育活动论》是研究的先驱者之一，也是一项富有原创性的研究，对推进心理教育事业具有独特的价值。对于广大心理教育实践者来说，这无疑是一本难得的好书。愿作者进一步拓展心理教育的研究领域，为人们奉献更多更好的精神食粮。

江苏省心理学会理事长

南京师范大学教授、博士生导师 谭顶良

2004年11月11日

目 录

总序	班华 (1)
序	谭顶良 (1)
导 论	(1)
一、心灵的呼唤	(1)
二、现状点击	(3)
三、研究思路	(8)
第一章 心理教育	(11)
一、心理教育概念解读	(11)
二、心理教育的拓展性理解	(16)
第二章 心理教育活动	(37)
一、为什么要凸显心理教育活动	(37)
二、什么是心理教育活动	(43)
三、心理教育活动设计的基本问题	(54)
第三章 心理教育活动文本	(81)
一、心理教育活动的特性：从教材到文本的转换	(81)
二、心理教育活动文本的多元分析	(86)
三、心理教育活动文本编制的思考	(124)
第四章 心理教育活动过程	(132)
一、心理发展的空间：情境考察	(132)
二、心理互动的进程：交往考察	(148)
三、心理建构的前提：自主考察	(160)

四、心理内化的基础：体验考察·····	(167)
五、心理成长的归宿：践履考察·····	(176)
第五章 集体心理教育活动·····	(183)
一、集体心理教育活动的内涵·····	(183)
二、专题性集体心理教育活动·····	(192)
三、融合性集体心理教育活动·····	(223)
第六章 小组心理教育活动·····	(238)
一、小组心理教育活动的内涵·····	(238)
二、小组心理教育活动的基本形式·····	(242)
三、小组心理教育活动过程的实践考察·····	(267)
第七章 个别心理教育活动·····	(278)
一、个别心理教育活动的内涵·····	(278)
二、个别咨询活动·····	(283)
三、自我教育活动·····	(306)
四、网络心理教育活动·····	(321)
第八章 心理教育活动的方式与评价·····	(335)
一、心理教育活动方式·····	(335)
二、心理教育活动评价·····	(354)
结 语·····	(378)
主要参考文献·····	(381)

导 论

一、心灵的呼唤

人类已进入一个全新的时代，这不仅仅是字面意义上的 21 世纪，而且是每一个人都能体验到的一种全新的价值理念和生存方式，时代巨变对人心理的冲击和震撼也是以往任何一个时代所没有的。当今社会，科技发展突飞猛进、社会生活起伏跌宕、生存竞争激烈异常、价值体系杂乱迷惘，还有生态、能源、环境、人口等诸多问题，严峻的生存现实导致人类整体心理的脆化和畸变。于是，对人心理的关注和呵护已经成为令人瞩目的热点问题，这也是一个非常现实的教育问题。传统教育较少关注人的心理及其心理教育问题，当今教育则无法回避来自现实的挑战，培育心理健康、向上、成熟、完满的新人已成为时代教育的主题，也是心理教育得以产生、发展、壮大的动力源泉。从某种意义上说，这是一个充满挑战的时代，也是一个充分关注人、尊重人且能发挥人的潜能和价值的时代，人类能否把握这个时代关键在于能否把握自己。

心理教育思想可以溯源到久远的古代，而自觉的心理教育实践则是从现代起步的。心理教育提法在我国大陆始于 20 世纪 80 年代中期，心理教育的兴起则始于 20 世纪 90 年代，其直接动因是社会转型期人的心理上的动荡、矛盾、不适应等问题。学生的生存境遇自然成为人们关注的热点，也常常有一些学生由于心理困惑、心理障碍、心理疾病而影响学业，使人际交往受阻，带来社会适应的困惑，甚至不珍惜人生的价值而自我毁灭，有的还触犯法律。青少年

一代严峻的生存状况对学校教育提出了挑战，也迫使教育者反思，我们的教育在做什么？该做什么？能做什么？正是在对年青一代病态的生存状况的反思中，心理教育的理念逐步显露出来，并自觉地转化为心理教育实践。

在近 20 年的发展历程中，我国学校心理教育已有了长足进展，心理教育的科学性、规范性、艺术性都显著增强，其中最为关键的是广大教育工作者对心理教育的理解已从最初的“矫正性”取向演变为“发展性”取向，即从狭隘的“消除心理障碍”步入全面的“发展心理机能”的发展轨道。取向性的变化是心理教育深入的标志，教育家杜威关于学校教育训练的见解也印证了这种观念：“当重点放在矫正错误行为而不是放在养成积极有用的习惯时，训练就是病态的。”^①但从总体上看，我国学校心理教育仍处在启动时期，亟需适切的理论指导，在整体反思的基础上进行深层的理论建构。

心理教育的宗旨是开发人的心理潜能，促进人的心理成长。根据人本主义心理学家的观点，每一个人都有无限的发展潜能及其自身的价值，潜能决定价值，潜能的发挥就是价值的实现。人有高于一般动物的各种潜能，因而人也有高于一般动物的多重价值，尽管人本主义心理学家认为人具有“迫切趋向”的生长本能，但人的潜能的发掘与价值的实现不是自发完成的，是需要精心培育的。正如心理学家弗洛姆所言：“如果我们说，种子现在已潜伏着树木的存在，那么，这并不意味着每一粒种子势必会长成一棵树。潜能的实现有赖于一定的条件，例如，在种子这种情况下，条件就是适当的

^①（美）约翰·杜威著：《学校与社会》，赵祥麟等译，人民教育出版社 1994 年版，第 148 页。

土壤、水分、阳光等。”^① 人的潜能与价值何以得到实现？这无疑是个教育问题，更具体地讲，它更多地涉及心理教育的问题。当今时代，对人的心理潜能的认识愈益深入，珍视人的价值的呼声也日甚高涨，更为重要的是现代人已置身于日益复杂的社会情境中，人们需要心理教育，以开发心理潜能、消除社会适应中的心理问题，从而更好地生存发展，这对成长发展中的年青一代更显重要。通过心理教育可促进其心理机能的改善与提高，使低智者增智、高能者更能，使人的情感更丰富、人格更完满，促使人不断成长，不断追寻人的价值，从而使人生富有意义。总之，通过心理教育发挥心理潜能、改善心理机能，它贯串于人的自然成长和精神成长的全过程，是每一个个体生命的内在呼唤。

二、现状点 击

心理教育就其名称而言是现代人的创造，就其内涵而言则可上溯到久远的过去。在古代一些教育家的论述中就有关于心理教育的主张，从某种意义上讲，传统教育中也不乏心理教育的意涵。当然，现代意义上的心理教育内涵更为丰富，研究的视角也更为广阔。

（一）西方及我国台港地区学校心理教育的现状

西方现代心理教育的源头是 20 世纪初的心理卫生运动。1908 年美国入比尔斯（C.W. Beers）根据自己患躁狂抑郁症住在精神病院的切身经历与体验写成了《一颗找回自我的心》（*A Mind That Found Itself*），呼吁社会对精神患者的关注，并在康涅狄格州成立世

^① （美）弗罗姆著：《自为的人》，孙依依译，转引自《弗罗姆文集》，改革出版社 1997 年版，第 233 页。



界第一个心理卫生协会，其宗旨是：“维护心理健康，防止精神疾病，改善精神病人待遇，普及心理疾病知识，与心理卫生有关的机构合作开展工作。”从此以后，心理卫生运动逐步席卷全球，1909年成立全美心理卫生协会，该协会于1917年创办《心理卫生》杂志。1930年，在华盛顿召开了第一届国际心理卫生大会，它标志着心理卫生运动已成为世界性潮流，在较大的范围内得到研究和应用；1948年，在英国伦敦召开第三届国际心理卫生大会，通过了《心理健康与世界公民》纲领，成立了世界心理卫生联合会。1961年，世界心理卫生联合会出版的《国际心理健康展望》中明确提出：心理卫生的任务是在生物学、医学、教育学和社会学等最为广泛的方面，使居民的心理健康达到尽可能高的水平。这是心理卫生运动发展的一个飞跃，它标志着心理卫生已超越了传统的病理学模式，形成了崭新的“生物—心理—社会”的综合医疗模式，向广阔的社会生活领域拓展。20世纪60年代以来，人本主义心理学的兴起，进一步推动了心理卫生运动的发展，旨在重视人的价值、发展人的潜能、培养健全人格的健康心理学使心理卫生运动更密切地贴近人的生存领域。尤其是学校领域，心理卫生运动在学校教育领域的拓展使其成为学校教育的一个组成部分，即“学校心理学”，其服务的范式也由医学范式（矫正性）向教育范式（发展性）转化，从单纯的心理咨询、心理治疗拓展到促进学生心理的健康成长。但从整体上看，在心理卫生运动背景下发展起来的西方学校心理教育实践与研究的侧重点仍在矫正领域。

我国台湾和香港地区的学校心理教育的起源与欧美有直接关联，在这些地区通常称之为“心理辅导”。台湾地区学校心理辅导始于20世纪50年代，主要是仿效欧美的心理辅导逐步建立自己体系的。60年代以后，台湾心理辅导逐步规范化、制度化。1968年，台湾实施九年制国民教育，创立国民中学（初中），在匡定的课程标准中增加“指导活动课程”（当时称辅导为指导），每周一课时，

