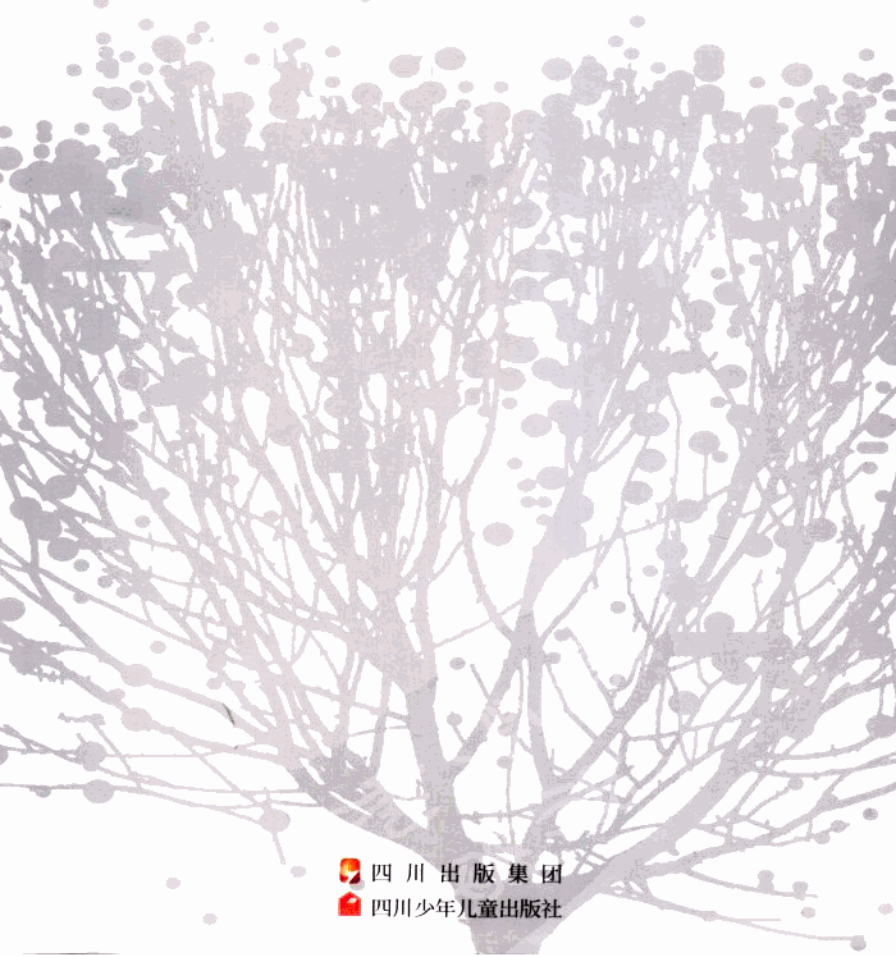


春华秋实

主编/李成伟

C H U N H U A Q I U S H I



 四川出版集团
 四川少年儿童出版社

《春华秋实》编辑委员会

主 编 李成伟

编 委	邹明宏	邓子祥	王 彬	谢学宏	刘静尧
	刘龙兵	刘 刚	蔡 刚	田 明	胡婉波
	王 敏	王德宏	王莹菊	李明东	刘 亚
	王建军	刘 源			

听花开的声音，闻果香的韵味

——写在《春华秋实》出版之前

花的事业是灿烂的，果的事业是甜美的，因为它们都是五官的美好享受。园丁和果农的事业是平淡的，因为在赏景和收获的时节，谁还会去留意那默默无闻的耕耘者和莳弄者呢？

教育科研从事的就是园丁和果农的事业，但决不是平淡的事业，那是幸福的事业：园丁和果农在游人散去、果园沉静的时候，蹲在花前树下，抽上一支烟，喝上一口茶，品味劳动的过程，品味收获的美景，这是怎样的一种幸福呢！

因此，前苏联伟大的教育理论家和教育实践家苏霍姆林斯基才谆谆告诫校长们：“如果你想让教师的劳动给教师带来一些乐趣，使天天上课不至于变成一种单调乏味的义务，那你就应当引导每一位教师走上从事研究的这条幸福的道路上来。”

随着教育改革的推进和时代的发展，现代科学技术成果日益为教育所融纳，教育现代化的课题就被迅速提上了我们的议事日程。但传统的教育理念束缚了我们的思想，旧有的教学模式桎梏了我们的行动，从而影响和阻碍了教育的现代化进程。这就需要改革。近年来，我县广大教职员在教改大潮汹涌而来时，不是惊慌逃避，而是迎难而上，做教改的弄潮儿。他们通过深入的理

论学习，具体的调查论证，广泛而细致的研究，反复不断的实践探索，就像园丁和果农，在新世纪扑面而来的时候，终于将花的期盼浇灌成了果的喜悦，一大批科研成果脱颖而出，我县历史上首届教育科研成果评选终于揭晓。透过收集的 437 项成果和获奖的 175 项成果，我们可以发现：成果涵盖面广，从教育管理到学科教学，从心理咨询到德育研究，从学校教育到社会教育，从宏观调控到微观操作，无所不包，无所不容；研究层次丰富，从国家级课题到个体研究，从分类复杂、跨学科、跨校区的群体课题到只有一人进行的微型课题，面面俱到，丰富多彩；成果主题鲜明，内容创新，注重了理论与实践的结合，实践性得到了加强；课题管理规范，学校重视，教师研究积极性高，研究的传统观念得以改变，浓厚的研究氛围已经形成。

面对这么丰富的成果，我们就是园丁和果农，喜悦，充实，甜蜜，真是一种妙不可言的享受。作为一个教育管理者和人民教师，我希望有更多的教师投身到科研兴校带动质量强校的行列中来，因为与时俱进、提高效率已是现代化教育的特征之一。

历史事实证明，科研兴校，不进则退；现代事实证明，质量强校，不快进则退。

李成伟

2005 年 10 月 13 日

目 录

关注心灵 和谐发展·····	1
中学生学习指导研究·····	21
小学语文课外阅读实践活动研究与实验·····	46
普及高中背景下的农村高中分层教学研究·····	74
促进小学生自主探究学习的教学行为研究·····	117
个性化写作之情景作文教学研究·····	141
运用现代信息技术促进小学生主动学习·····	187
有爱就有希望 自信才能成功·····	222
高中生写作指导·····	249
在语文课外阅读实践活动中培养学生的创新意识·····	266
农村小学心理健康教育活动内容与开展形式的研究·····	287
单设高中办学的实践研究·····	306

关注心灵 和谐发展

——农村中小学深入开展心理健康教育活动的策略研究

单位名称：大邑县教育局德艺体室

研究人员：邹明宏 刘静尧 顾剑波 廖 丹 周兆伦

【摘要】本课题为四川省 2002 年度软科学研究项目、成都市“十五”教育科研重点课题《成都市区域性推进学校心理健康教育的研究》子课题。自从我县 2001 年被确定为“成都市首批心理健康教育实验区”后，我局就把心理健康教育作为全面推进素质教育，进一步增强中小学德育工作针对性、实效性，加强和改进未成年人思想道德建设的重点工作来抓；倡导“人人都是心理健康教育工作者”，提出了“以课题深化心理健康教育，以课堂推进心理健康教育，与其他领域整合发展心理健康教育”的工作思路；在我县的心理健康教育工作中主要采用了活动课的形式，对学生施加心理影响，探索适合我县实际的心理健康教育活动的策略，并以此为切入点，区域性推进我县的心理健康教育工作。

【关键词】中小学 心理健康教育 活动 策略

一、课题的提出

21 世纪，科学技术飞速发展，国际竞争日趋激烈，生活和工作节奏的加快，竞争压力的增加，都对人的心理素质和社会适应能力提出了更高的要求。

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。中小學生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展，社会阅历的扩展及思维方式的变化，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或

问题。如果这些问题不能及时解决，将对学生的健康成长产生不良影响，严重的会导致学生出现行为障碍甚至人格缺陷。尤其是个别中小学生出现的心理问题，由于未能及早认识和发现，导致了一系列恶性事件的发生。因此，在中小学开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。中共中央、国务院《关于适应新形势进一步加强和改进中小学德育工作的意见》和《关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》均对中小学开展心理健康教育提出了明确要求。

心理健康教育在我国已有一定的历史，但真正现代意义上的心理健康教育应该说才刚刚起步。然而，迈入新世纪，成都市将进入构建和谐社会、全面建设小康社会、加快现代化建设、与国际社会迅速接轨的发展阶段，社会对人们的要求提出了更高的标准。青少年要在激烈的国内、国际竞争中立于不败之地，顺利完成现代化建设的历史重任，就必须从现在开始打下良好的心理素质基础。

党中央印发的《公民道德建设实施纲要》提出了“爱国守法，明礼诚信，团结友善，勤俭自强，敬业奉献”的基本道德规范，这是中小学生应具备的道德规范。同样也是学校德育工作的重中之重。道德品质的形成与学生心理发展水平密切相关，虽然心理问题与道德问题无论从问题的特性、内容，还是从产生源头上看都不是一类问题，但从现实的教育情景来看，学生的心理问题与品德问题常常是交织在一起的，“心育”和“德育”教育活动应该是一种“以心育心，以德育德，以心育德，以德育心”的教育过程。中小学生心理健康教育应放在德育工作中进行，把心理健康教育作为当前“增强德育工作实效性和针对性的重要突破口”来抓。

现代社会经济的高速发展，生活的都市化和物质享有的丰富，虽然使得青少年的身体成长和生理发育表现出明显的加快趋势，但由于他们大多属于独生子女，从小缺少艰苦生活的磨炼，也无

须承担多少家庭和社会的责任，再加上家庭和社会的某些消极因素的影响，使得青少年良好心理品质的养成在许多方面又表现出滞后或欠缺。这就加重了学生在面对社会变革、社会竞争和面对自己诸多人生课题时的心理困难。我县绝大多数学生来自农村，“留守”孩子占了一定比例（据统计，全县“留守”儿童大约有6000名，占我县学生人数的12%），从小受教育条件差，表现出心理素质发展水平较低、自我效能感未得到充分发展、自信心不足、人际交往较差、心理闭锁性较强、学习生活习惯较差、耐挫力不强、学习方法有待提高等特点。我们试图运用心理健康教育对学生施加心理影响，解决学生心理问题，探索适合我县实际的心理健康教育工作策略。

在2002年以前（申报本课题前），我县已形成了心理健康教育的雏形，着手做了心理辅导和心理健康教育活动课方面的工作。当时许多学校以“心理辅导”为主要工作形式，有部分“先知先觉”的教师组成心理咨询队伍，尝试着开展心理健康教育工作。多数教师对心理健康教育表现出浓厚的兴趣，但明显缺乏相匹配的心理健康教育理念和必要的操作技巧。为此我局做了大量工作，曾经多次邀请一些心理健康教育专家，如张皓教授、刘裕权教授、陈会昌教授到学校举办心理健康教育专题讲座，为教师充电。学校教师对心理健康教育有了比较正确的认识，但苦于没有系统地学习、提升、实践、研究的机会，本课题的申报成功如甘霖般及时地为我县教师搭建了很好的参与平台。

二、课题研究的主要措施

（一）强化教育行为，建立健全心理健康教育的组织管理系统

自从我县被定为“成都市心理健康教育实验区”后，我们倡导“人人都是心理健康教育工作者”，提出了“以课题深化心理健康教育，以课堂推进心理健康教育，与其他领域整合发展心理健康教育”的工作思路，以心理健康教育活动课为我县德育工作的突破口，以点带面，点面结合，区域性推进我县中小学心理健康

教育工作。

1. 完善机构，强化管理。

首先于 2002 年 3 月成立了以教育局分管局长为组长，由德艺体室具体负责，县心理健康教育中心组全体成员为主研人员的课题研究小组，统一计划、协调、指导全县心理健康教育工作，七所试点校（南街中学、安仁中学、大邑外国语学校、南街小学、安仁镇中学、上安中学、邛江小学）也成立了心理健康教育课题组和教研组，逐步形成了以专（兼）职教师和班主任为骨干，全体教师共同参与的工作机制。

2. 建章立制，确保运行。

教育局加强了全县中小学心理健康教育工作的指导、检查和督促。2002 年制定了《大邑县中小学心理健康教育实施意见》，规划了我县未来 3~5 年中小学心理健康教育的发展目标，把各校的心理健康教育工作纳入了学校的德育工作目标进行考核，占学校德育工作考核的 20%；2002 年我们在新制定的班主任工作手册和学校德育工作手册上均开辟了心理健康教育活动课记载和辅导记录专栏；实验初期统一征订了《心理健康教育》1~9 年级教材并下发到各校。在实验过程中我们发现，统一征订的教材有许多内容与我县各学校的实际情况不符合，针对性和指导性不强。于是，我们决定自行开发校本教材。近年来，南街小学、上安中学、安仁中学、南街中学等校已逐步形成了自己的校本教材；全县各中小学都能按每周 0.5 课时开展心理健康教育活动课，做到了师资、教材、课时三落实。

（二）加强队伍建设，努力培养合格的心理健康教育师资

为了建设一支思想素质和业务水平较高的心理健康教育师资队伍，在课题研究初期，我县引进了部分大专院校学习心理学专业的学生作为学校专职心理健康教育教师，但由于我县经济较落后，专业毕业的教师对于全县 60 所中小学来说无疑是杯水车薪，远远不能满足需求。于是，我们又探索出班主任兼任心理健康教

育教师这条路子，要求班主任承担心理健康教育任务。

表一：大邑县中小学心理健康教育专（兼）职教师统计

学校 \ 任 职 教 师		专 职 教 师	兼 职 教 师
中 学	初 中	4 人	302 人
	高 中	4 人	168 人
小 学		1 人	352 人
合 计		9 人	822 人

1. 加强培训，提高专（兼）职教师的理论水平。

第一，大力提高心理健康教育教师理论水平。全县各校均购买了心理健康教育方面的书籍，订阅了《中小学心理健康教育》《心理学报》《心理与健康》等多种杂志。为了培养教师，县教育局编辑了《心理健康教育专辑》一书，2002年编辑了《大邑教育报·心理健康教育增刊》，做到了全县教师人手一册，让每一位教师在实施心理健康教育过程中学到了更多理论知识掌握了更多操作技巧。在教材的使用过程中，要求各校教师及时地总结教学中的得失，并对教材提出建议、意见，写出教学体会等，从而不断提高全县心理健康教育教师的理论水平与实践经验。

第二，采取了“实验带培训”的形式对教师进行培训。如南街中学、南街小学等校，其指导模式为“指导教师做个案→主研教师上示范课→实验教师上课→课后评课、教师质疑→准备下次活动”。两年来，所有的班主任教师都在校内上了公开课，从而基本解决了学校教师欠缺的问题。

第三，加强不同层次的人员培训。近年来，我们分别对教育局行政人员、县教师进修校人员、各中小学校长和其他不同层次的教师进行了心理健康教育业务培训。2003年，我们与北京师范大学心理学研究院共同举办了“发展与教育心理学”研究生进修班，有130多名教师通过了考试，获得研修班结业证书，成为了我县开展心理健康教育的骨干。2002年至2004年，我们先后在德

育工作会和班主任工作会议上对近 600 名团队干部、班主任教师、心理健康教育专(兼)职教师进行了培训。两年里,我县共组织实验学校主研人员和各校心理健康教育骨干教师参加市级培训、观摩课共 200 多人次。2004 年起,我县又对全县 1000 多名班主任分别进行了十期为期三天的脱产培训,培训内容中专门安排了心理健康教育,培训考核合格方能上岗。

表二:大邑县教师参加心理健康教育各类培训统计

培训级别 学 校		国家级	省市级	县级	校级
中学	初中	9 人	125 人	116 人	4902 人
	高中	5 人	36 人	292 人	433 人
小 学		2 人	71 人	131 人	529 人
合 计		16 人	232 人	539 人	1452 人

从上表可以看出,我县共有 2000 多人次参加了校级以上的心理健康教育培训,占到了全县教师人数的 60% 以上,为实现我县提出的“人人都是心理健康教育工作者”的目标奠定了坚实的基础。

2. 加强教育科研,促进教师快速成长。

第一,从 2002 年开始,我县开始了心理健康教育区点教研活动,通过“以研代培”的形式,两年共组织教研观摩活动 50 余次,培训教师近 1000 人。同时,许多学校为了提高本校教师的心理健康教育水平,也开展了相应的校内教研活动。

表三:大邑县中小学心理健康教育教研活动开展情况

开展情况 学 校		已经开展 教研活动	教研活动开展情况			
			每周 一次	每半月 一次	每学期 一次	每半学期 一次
中学 (共 30 所)	初中	22 所	4 所	2 所	12 所	4 所
	高中	4 所	2 所	0	2 所	0 所
小学 (共 30 所)		26 所	2 所	8 所	9 所	7 所
合 计		52 所	8 所	10 所	23 所	11 所

第二，因为我县的心理健康教育活动课主要由班主任承担，从区域性推进的角度来说，只有班主任的心理健康教育工作水平提高了，全县的工作才好推进；但不论是县上组织培训还是区点教研，都仅仅是一部分班主任参加。为此，从2003年开始，我们分别组织南街中学等七所实验校骨干教师到农村学校开展了心理健康教育送课活动，使农村学校的所有班主任教师都得到了学习提高。

3. 改革评价制度，提高教师的积极性。

在学校工作中，如何评价一位专（兼）职心理健康教育教师的工作，心理健康教育教师的职称如何评定，这些都是非常困难的。在近年的探索中，我县逐步把心理健康教育教师的职称纳入到了政治课、思想品德课和班主任工作的评聘范围，各个试点校在年终考核评优时，都对心理健康教育主研人员和教师实行了加分和优先考虑的政策，县教育局在近两年的年终工作中，对部分优秀的心理健康教育专（兼）职教师进行了表彰，这些措施都极大地鼓舞了广大心理健康教育工作者的信心，提高了他们参与这项工作的积极性。

（三）突出学生主体，全方位探索心理健康教育工作的途径

课题实验校的全体实验教师在实践中不断总结，探索出了学校心理健康教育的有效原则，如客观性原则、实践性原则、整体性原则、发展性原则、适应性原则、趣味性原则等。这些指导性原则均来自实验校大量有针对性的教育实验，完成了“理论—实践—反思—再实践—再反思”的验证工作。在这些原则的指导下，探索形成了适合我县开展心理健康教育工作的有效途径。

1. 多渠道地营造心理健康教育的宣传学习氛围。

近几年来，我县各中小学校加强了对心理健康教育的宣传。98%的学校利用学校现有的资源（板报、广播等）对学生进行心理健康教育，这对全体学生健康心理的形成起到了促进作用。80%的学校坚持每学期开展1~2次全校性的心理健康教育专题讲座，通过组织讨论、听专家讲座等方式大力宣传和全面普及心理健康

教育知识。全县共有 14 所学校利用心理小报对学生进行心理健康教育，如南街中学的《心灵之声》小报已出刊 10 期，在家长、老师和学生中产生了极大的反响。现在我县部分学校已在筹建校园网络，利用现代化教学设备对学生进行教育。

表四：大邑县中小学心理健康教育宣传途径

途径 学校		心理健康教育宣传途径				
		板报	广播	心理小报	网络	其他
中学	初中	26 所	10 所	7 所	0 所	2 所
	高中	4 所	3 所	3 所	2 所	0 所
小学		29 所	17 所	4 所	1 所	6 所
合 计		59 所	30 所	14 所	3 所	8 所

2. 高效率地开设心理健康教育活动课。

各实验校教师通过学习、培训后，有了一定的心理健康教育知识，于是开始尝试上心理健康教育活动课。刚开始，面临着许多问题，如：说教性较严重、有思想品德课倾向、内容形式单一等。随着老师们不断尝试、不断思考，终于形成了自己的教学原则、教学模式，并搜集整理出教学的内容及形式。如：南街中学张秋杰老师上的“拍卖人生”课、杜月书老师上的“亲子沟通”课、南街小学冯建英老师上的“做一个自信的我”课等，充分体现了心理健康教育活动课对学生及家长的独特教育作用。同时，也对教师自身素质的提高起到了积极作用。在实验校老师的带动下，从 2003 年开始，我县各中小学校由教务处统一安排，政教处负责实施，每周按 0.5 课时全面开展了心理健康教育活动课。我们选择了适合我县学生特点的教学用书以及自编的校本教材，通过知识讲座、情境模拟、角色扮演、操作训练、作品交流等多种形式，帮助学生认识自我，学习自我调节的方法，解决在学习、生活、工作以及休闲中遇到的各种心理困惑，取得了良好的效果。

3. 全方位地开展学科教学渗透心理健康教育。

在实施心理健康教育的过程中，我们最初是将心理健康教育

同学校德育工作结合，有针对性地帮助学生克服学习上的困难，机智灵活地处理学习过程中出现的各种心理问题，调节和优化学习心理状态，建立和谐的师生关系，提高教与学的效率。后来我们认识到“人人都应该是心理健康教育工作者”，只是在德育中渗透心理健康教育是远远不够的。所以从 2003 年起，我们结合各学科特点和学生心理特点，改革教法，在相关学科教学中渗透心理健康教育，培养学生的科学意识和创新精神。许多学校还在课外活动、班级活动、社会实践活动中渗透心理健康教育，充分利用第二课堂，多方面发展学生的兴趣爱好，有计划地培养学生的操作能力、独立思考能力、想象力、创造力以及坚强的意志品质，通过丰富多彩的活动培养学生的人际交往能力、团结互助能力等。

4. 多层次地建立心理辅导室，进行心理辅导。

许多学校根据自身特点，遵循针对性、实践性和操作性的心理辅导原则，通过电话咨询、来信咨询及个别辅导、团体辅导等方式对学生进行心理疏导。目前，南街中学、实验中学等校已开通了咨询热线，全县有 20 所学校有了专门的心理辅导室。

表五：大邑县中小学心理辅导室建设情况

建设情况 学校		有心理辅导室	有工作制度	已建心理档案
中学	初 中	7 所	7 所	8 所
	高 中	4 所	4 所	2 所
小 学		9 所	9 所	8 所
合 计		20 所	20 所	18 所

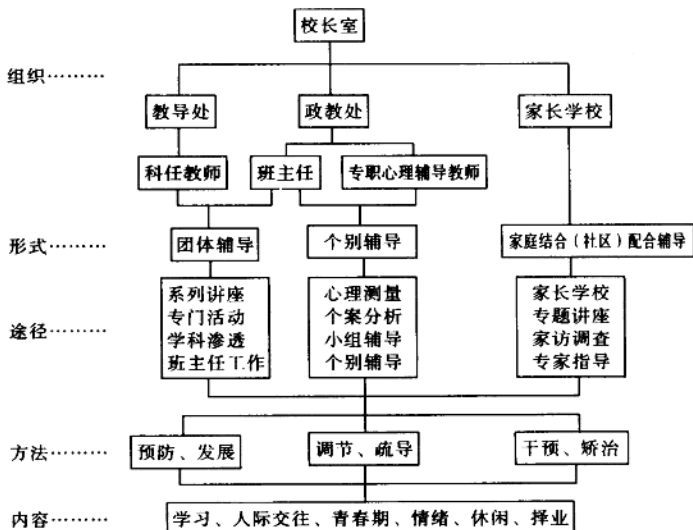
5. 多方面地整合社会资源，发展心理健康教育。

在全面实施心理健康教育工作中，我们除了以学校为主阵地，还加强了学校与家庭、学校与社区的联系，充分利用社会资源和家长资源，全方位对学生实施心理健康教育。如南街中学近年来搞的“亲子活动”，2004 年《知心姐姐》杂志社到我县为 2000 多名家长做的“关注孩子心灵成长”等活动。

三、课题的研究成果

通过两年多的探索与实践，课题组取得了一系列研究成果，并逐步在全县各中小学进行推广。

(一) 构建了我县学校心理健康教育辅导系统



图一 学校心理健康教育辅导系统

(二) 初步形成了心理健康教育工作的评价体系

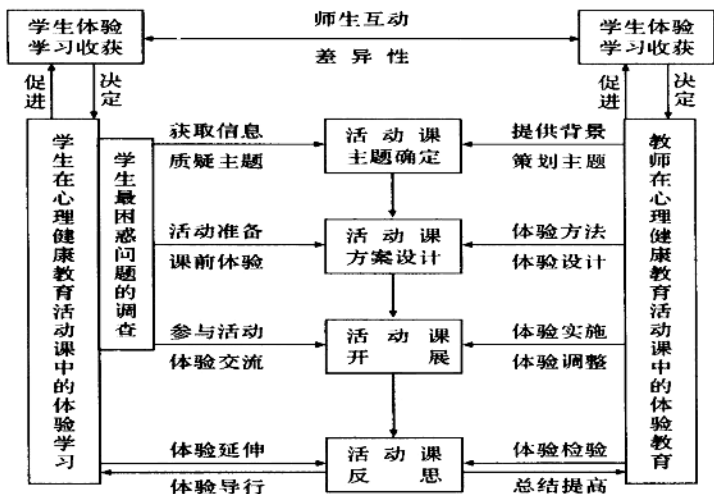
从2002年开始，我县将心理健康教育纳入德育工作进行管理，占学校德育工作考核的10%。后来我县逐步增加了分值，至2004年，心理健康教育的考核分值达到了20%。在总结实验校研究成果的基础上，我县进一步改革教学评价制度，逐步完善并建立了心理健康教育评价体系，坚持每学期对全县各校的心理健康教育进行评价评估，评估内容包括组织建设、教育教学、咨询辅导、师资建设、校园文化建设和特色经验等方面。通过现场学生调查、家庭社会访谈，查看相关工作情况、心理健康教育活动课课堂评价等形式，对学校心理健康教育工作实行考核，并作为学校教学

水平和办学水平的重要指标。

(三) 制定了大邑县心理健康教育活动课课程指导纲要

从2001年开始,我县被确定为“成都市首批心理健康教育实验区”以后,教育局充分利用这一契机,以心理健康教育活动课推进各中小学心理健康教育工作。在3年多的研究实践中,教育局广泛听取了多方意见,从本县实际出发,在总结各实验校经验和成果的基础上制定了《大邑县中小学心理健康教育活动课课程指导纲要(试行)》。以文件的形式,明确规定各中小学校必须开足心理健康教育活动课,并就活动课目标、内容、原则、开展形式、操作策略等方面作了相应要求,为心理健康教育活动课的顺利开展提供了政策和理论支持,为区域性推进心理健康工作铺平了道路。

(四) 形成了心理健康教育活动课体验教育模式



图二 心理健康教育活动课体验教育模式

我们可以以我县实验校所开展的活动课为例,对该模式进行

解读。

四、课题研究带来的成效

(一) 学生的变化

1. 表现出对心理健康教育活动课的强烈兴趣。

我县绝大多数学生来自农村，从小受教育条件差，表现出心理素质发展水平较低，自我效能感未得到相应发展，自卑感较强，人际交往差，心理闭锁性较强，学习生活习惯较差，学习方法策略有待提高等特点。通过各种形式的心理健康教育活动课以后，学生的认识水平在潜移默化中得到提高，对心理健康教育活动课的兴趣浓厚，他们盼望上心理健康教育课，上课积极参与活动，积极思考和回答问题，并能以愉快的心情投入到学习生活中去，从而提高了学习成绩，促进了综合素质的发展。

2. 学生心理调控能力明显提高。

学生碰到心理问题，能自己用心理健康方面的某些知识对自己的行为或心理问题进行调控，不能调控成功的能够主动参加心理咨询，学生的心理素质明显提高。

表六：学生心理健康状况前、后测对比统计表

对比项目 检验 时间	喜欢上心理课		与父母沟通好		对学习有信心		会处理同学关系	
	实验 学校	非实验 学校	实验 学校	非实验 学校	实验 学校	非实验 学校	实验 学校	非实验 学校
前 测 (2002.3)	20%	18%	22%	25%	36%	30%	26%	28%
后 测 (2004.12)	85%	35%	75%	40%	78%	40%	46%	39%

从上表可以看出，全面开展心理健康教育活动课以后，许多学生自我意识普遍提高，个性倾向性得到发展，学生的学习方法、习惯优化，心智潜能也得到了很大的发展。许多学生在教师的指导下能较准确地评估自己在德、智、体方面的现状，估计自己的潜能，并运用自己了解掌握的心理知识指导自己的学习生活、人际交往，形成良好的心理素质，消除自己的心理困惑、心理失衡，