

XUEXIAO XINYUXITONG
XIETONG GOUJIAN DE LILUN
YU SHIJIAN

全国中小学教师
继续教育培训教材

学校心育系统协同构建的 理论与实践

郑和钧 著



湖南师范大学出版社

学校心育系统协同构建的理论与实践

郑和钧 主编

湖南师范大学出版社

学校心育系统协同构建的理论与实践

郑和钧 著

责任编辑：艾 莲

责任校对：全 健

湖南师范大学出版社出版发行

(长沙市岳麓山)

湖南省新华书店经销 三河市新科印刷厂印刷

850×1168 32开 12.25印张 329千字

2000年6月第1版 2000年11月第2次印刷

印数：3201—5201册

ISBN7—81031—930—2/G·424

定价：23.00元

序 言

人类已进入信息时代，知识经济初见端倪，越来越激烈的竞争，涉及人类生活的一切领域，其核心是人的整体素质的竞争。哪个国家人的素质高，就成为“头脑国家”，就是胜利者、富有者；否则，就成为“躯干国家”，就是失败者、贫困者。“优胜劣汰”的竞争规律是无情的，它使国与国之间、人与人之间的差距不断加大。人类古代的竞争主要靠体力，弱肉强食。当代的竞争，主要是比创造精神、创造智慧和实践能力。没有创造精神和智慧，科学、技术、管理、生产、经济、文化等一切都会落后，而落后就要挨打。当代中国的经济有了很大的发展，这是有目共睹的，但比较发达国家，差距还相当大。要使中国的经济腾飞，必须全面提高人的整体素质。为此，中央作出了实施素质教育的决策。

什么是素质？素质教育怎么搞？有人认为素质是遗传的，不可变的，教育是无能为力的。有人持教育万能论，否认遗传的作用。显然，两者都有片面性。也有人认为素质是发展的，可以培养的，教育有重要作用。但对教育怎样才能促进素质的发展，人们有一个认识的过程，这一过程可分为四个阶段：开始只重视教育对身体素质和社会文化素质的作用；然后重视智力的开发；再后重视非智力因素的培养；最后重视自我教育。协同教学理论认为，人的素质是一个整体，由生理、心理和社会文化素质有机组合而成。整体素质发展水平越高，人的创造性越强，人对社会的

贡献越大。整体素质的发展水平又决定于心理素质的发展水平。心理素质具有巨大的能动性，在整体素质中居于核心地位，它是整体素质发展的精神基础。心理素质是由智力、非智力因素和自我教育能力三部分组成。其中，智力是操作系统；非智力因素起动力、维持、调控作用；自我教育能力是最高“统帅”，对智力与非智力因素的相互关系起调控作用，对整体素质三大要素的相互关系起调控作用。只有三者协同发展，整体素质才能得到最佳发展。然而，以往的教育忽视心理教育，不重视心理素质培养。30多年前的“文革”将心理学打成“伪科学”，忽视心育走到了登峰造极的地步。心育是教育中最薄弱的环节。由于心理素质发展不好，又严重制约了整体素质发展的水平。

根据以上认识，我们提出一条素质教育的新思路，即以心育为突破口，以自我教育为动力，以构建完整的学校心育子系统为主线，以促进学校教育系统的全面协同，增强其整体功能为内容，以优化学生心理素质，带动整体素质的全面协同、自主构建为目标，全方位实施素质教育，全面提高教育质量和效率，减轻学生过重负担的素质教育模式。为全面加强心育，构建完整的学校心育系统，我们重点抓了五项基础性工作：一是在中小学开设系统的心育课程；二是在学科教学中加强心理素质培养，即学科心育；三是加强活动课心育和心育活动课；四是加强学校心育与家庭和社会心育的协同，形成合力；五是加强教师心育意识和能力的培养。为此，我们从教育思想、教育目标、教育内容、课程结构、教育过程、教学方法和教学评价等方面进行了全面的改革。因此，它也是一项教育整体改革。

这一素质教育的基本思路或模式是符合辩证唯物主义和马列主义全面发展教育思想的，是符合人的整体素质发展规律的，也是符合系统理论及其发展的新分支协同学和自组织理论的。我们在承担全国教育科学“八五”重点项目《小学综合课与学生心理

素质协同发展和培养的实验研究》和“九五”重点项目《中小学协同教学与心理发展》时，就是按照这一素质教育的基本思路进行实验研究的。10年的实验，取得了明显的成效，教育质量全面提高，减轻了学生过重的负担。实践证明：以优化心理素质为突破口，带动整体素质的全面协同、自主构建，是全方位实施素质教育的一条成功之路，普遍受到师生和家长的欢迎。实验由小学发展到中学，由湖南推广到全国17个省市、2000多所中小学，先后有近200万人次的师生投入实验。10年来公开出版的著作7部，约80万字，发表论文近100篇，约80万字。仅湖南的实验学校的实验成果获省部级奖的就有20项。一批学校成为先进学校，涌现了一批骨干教师。可见，协同教学实验具有强大的生命力，教育实验既出成果，又出人才。

我们的“九五”研究成果是对10年心育实验的初步总结和理论概括，它集中地体现在即将出版的《中小学心育丛书》中。这套《丛书》共6本，约160万字。其中《学校心育系统协同构建的理论与实践》是总论，它论述了学校心育系统构建的重大意义和作用，心育的目标、内容、原则、途径和方法，心育实验的方法和结果，全面论证了学校心育的理论和实践。《中学心育的目标和内容设计》一书，以“六个学会”即“学会学习、学会思考、学会创造、学会自我教育、学会生活、学会关心”为总目标，根据中学生的年龄特征和心理实际，系统地介绍了中学心育的内容。《小学语文心育研究》、《小学数学心育研究》、《中学语文心育研究》、《中学数学心育研究》系统地介绍了我们在学科教学中加强心理素质培养，即学科心育的初步探索，这对将素质教育落实到课堂教学主阵地，提高全体教师的教育及心育能力，全面提高教育质量和效率，减轻学生过重的负担，有重要意义。由于精力和财力有限，我们在活动课心育等方面的研究成果还未很好地总结。尽管我们的实验还不够深入和完善，今后的研究任务

还很重，但是，“九五”成果加上“八五”成果——《协同教学与素质发展》、《小学生素质协同发展》丛书，已经初步地构建了中小学心育系统的较完整的体系。我们的“九五”成果是理论与实践相结合的产物，理论上有所创新，实践上有较强的操作性，成效是明显的。随着实验的深入，学校心育系统将更加完善，它在教育系统中将发挥更大的作用，更有利于学生整体素质的发展。对此，我们充满信心。

“十五”期间，我们将在学科心育和活动课心育方面进行更全面更深入的研究。在进一步完善中小学语文和数学学科心育的基础上，将学科心育的研究扩展到其他学科，力图形成中小学学科心育的初步体系，使学科素质教育落实到每一门学科。这项研究需要多学科联合攻关，对研究者的素质要求高，难度极大，工作量极大。但是，我们有了一支能团结合作、勇于拼搏的队伍，积累了初步的经验，特别是有全国有识之士的支持和参与，这一目标是可以实现的。

全国教育科学“九五”重点项目
《中小学协同教学与心理发展》课题主持人

郑和钧

2000年3月

目 录

序言	(1)
第一章 学校心育系统概论	(1)
第一节 心理素质与人的整体素质	(1)
第二节 心育系统与学校教育系统	(7)
第三节 中小学心育目标体系	(12)
第四节 中小学心育系统的协同构建	(23)
第二章 中小学心育课程	(29)
第一节 心育课程在课程结构中的地位和作用	(29)
第二节 心育课程在心育系统中的地位和作用	(33)
第三节 中小学心育课程的结构与设计	(37)
第四节 心育课教学原则	(49)
第五节 心育方法	(65)
第三章 学科心育	(71)
第一节 学科心育的地位与作用	(71)
第二节 学科心育与三维教学目标的协同构建	(74)
第三节 协同教学原则与学科心育	(81)
第四节 协同教学过程与心理发展	(106)
第五节 学科心育模式探索	(120)
第六节 学科协同教学课堂评价与心理发展	(133)
第四章 活动课心育与心育活动课	(145)
第一节 活动课程概述	(145)
第二节 活动课程的心育功能	(156)
第三节 心育活动课	(179)

第五章 个别心育	(186)
第一节 个别心育及其理论依据.....	(186)
第二节 个别心育的过程.....	(192)
第三节 个别心育的途径、原则和方法.....	(197)
第六章 自我教育	(207)
第一节 自我教育概述.....	(207)
第二节 自我教育与整体素质发展.....	(214)
第三节 自我教育能力的发展.....	(224)
第四节 自我教育能力的培养.....	(236)
第五节 自我教育能力培养的具体模式.....	(248)
第七章 教师心育能力的培养	(257)
第一节 教师心育能力结构的形成与培养.....	(257)
第二节 心育能力培养与师范教育改革.....	(266)
第八章 学校心育系统协同构建的实证研究	(279)
第一节 小学一年级学生生活自理能力培养的实验研究	(279)
第二节 小学二年级学生社会性发展与培养的实验研究	(294)
第三节 小学三年级学生学习策略培养的实验研究.....	(304)
第四节 小学四年级学生创造性思维能力培养方式的实 验研究.....	(319)
第五节 小学五年级开设思维训练课培养儿童智力的实 验研究.....	(331)
第六节 小学六年级学生生态心理素质培养的初步实验 研究.....	(351)
第七节 中学心育系统协同构建的实验研究.....	(364)
参考文献	(380)
后记	(382)

第一章 学校心育系统概论

第一节 心理素质与人的整体素质

一、素质的含义

素质是主体先天遗传因素与后天环境因素（包括自然、社会、教育等）相互作用过程中形成的比较稳定的素养、品质和体质的有机整体。它是一个多要素、多层次的动态的开放系统。上述素质概念与传统的心理学上所讲的“素质”是不同的。心理学所讲的“素质”是指先天的遗传素质，即人的生理素质，它是感觉器官、运动器官、神经系统，特别是大脑结构和功能等一系列生理特点的综合物，也就是说，它主要是指人的自然属性。作为一个历史概念，它有明显的局限性。人是自然实体和社会实体的统一物，人既有自然属性，又有社会属性。讲人的素质，只讲一面，是片面的，不妥当的。人的本质属性，即素质，就其现实性而言，它更是“一切社会关系的总和”。人的自然属性也受社会属性的影响、制约，被打上社会的“烙印”。正因为如此，人才与动物区别开来。人的发展过程是动物性逐步减少、人性（社会性）不断增长，并占主导地位的过程。因此，随着科学的发展、时代的进步，素质的概念也应有所发展。

传统素质概念的局限性还表现在它的固定性上。它强调先天

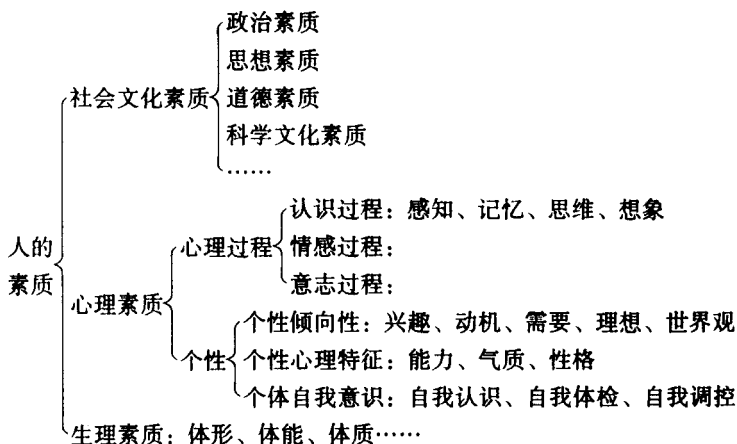
遗传特性的不变性，用静止的眼光看素质，也是不可取的。实际上人的素质是不断发展的，它是在先天遗传因素与后天环境因素的相互作用过程中不断发展的，表现为人的动物性主导地位逐步减弱，人性不断增加，如人的知识技能增长、潜能得到开发、智力发展、能力增强、适应力提高、个性发展等。人的素质发展是按生理、心理和社会三因素互动的模式发展的。人的素质可以提高、可以发展、可以培养、可以优化，人有巨大的发展可能性、极大的可塑性。人应该对自身素质的发展充满信心、充满希望。素质教育的任务，就是要探索素质发展的规律，就是要按科学规律去提高人的素质，优化人的素质。持动态的素质观，人们就会坚信，素质教育大有可为。

二、人的整体素质结构

系统科学认为，系统的结构决定系统的功能，反过来，功能也影响结构。同理，人的整体素质结构越完善、越完整，内部关系越协调，素质的功能就越大、越强，人的适应能力、创造力就越强，人对社会的贡献就越大。因此，我们要提高人的素质，首先要弄清素质的整体结构是什么。

素质结构是由多种要素按一定关系组合而成的有机整体。要弄清素质结构，首先要弄清它是由哪些要素（基本素质）组成的；其次要弄清这些要素之间的相互关系。要素的数量和质量及其组合方式不同，系统的结构就不同，其性质和功能也不同。人刚出生时，先天遗传素质（生理素质）是主要的，心理素质和社会文化素质还未发展起来，人与动物的差别就小，适应能力就差，印度“狼孩”就是一个很好的例子。要素相同，但要素之间的组合方式不同，相互关系不同，系统的功能也就不同。这有如一个领导班子的成员没变，过去相互不配合，工作效率低，经过整顿后，大家团结合作，工作效率大提高。

人的素质结构由以下要素组成（见下表）：



人的素质由生理素质、心理素质和社会文化素质三大要素构成。三类素质的性质、发展顺序、层次、地位和作用都是不同的。它们既有联系，又有区别，有各自相对的独立性，它们相互影响、相互促进，但不能相互替代。

生理素质的性质是先天遗传的，具有相对的稳定性。生男生女、个子高矮等是不以人的意志为转移的。但后天环境可以影响生理素质的成熟和质量。生理素质在整体素质中处于最低层次。生理素质是整体素质存在和发展的物质基础，是心理素质、社会文化素质的载体。生理素质，特别是神经系统先天发育不全，就会影响智力发展，造成智力发育不全，进而影响心理素质和社会文化素质的发展。因此，优化整体素质要从优生抓起。“身体第一”、“身体是革命的本钱”的口号，表明了生理素质的重要性。

心理素质的性质是先天遗传因素与后天环境因素相互作用所产生的“合金”，或者说心理是脑的机能，是客观现实的反映。生理是心理的物质基础和前提，只有当大脑的发育比较成熟时，心理才能产生、发展。因此，从发展顺序讲，它晚于生理发展，先于社会文化素质出现。心理素质在素质整体结构中属于中间层

次，或称核心地位。心理是社会文化素质发展的心理基础，它决定着社会文化素质发展的水平，也制约着生理发展的速度和质量。情绪不健康，严重影响身体健康，甚至危及人的生命。智力发育不良，或者兴趣、动机、情绪、意志力、性格等非智力因素不健康，则会影响社会文化素质发展的水平。在人的整体素质结构中，心理素质具有独特的性质和地位，具有巨大的能动作用，它是整体素质不可缺少的组成部分。

社会文化素质是后天学得的，其本质是社会性，在阶级社会里它具有阶级性（自然科学知识是无阶级性的）。它是在生理和心理的基础上发展起来的，在发展顺序上出现最晚，属于整体素质结构的最上层。社会文化素质决定整体素质发展的方向和本质。社会文化素质包括政治素质、思想素质、品德素质、科学文化素质等。人的社会文化素质越高，对社会的贡献就越大。

人的整体素质是由生理、心理和社会文化三大素质有机组合而成的统一整体，三者缺一不可，缺少了某个方面，或者某一方面比较弱，都会破坏素质的整体结构，削弱其整体功能。素质教育的任务就是要使三类素质获得全面协同的发展。^{[1][2]}

三、心理素质与人的整体素质

人们对生理素质和社会文化素质的作用认识较早，也较清楚。这是因为这两类素质外在表现形态上具有直观性，其作用具有直接性。人的性别、体形、体能、体质等许多特性，从人的外表可以看出。人类一开始就与自然界打交道，人要战胜洪水、猛兽，求得生存，必须有强健的身体。因此从古代起，人对生理素质的重要作用就有所认识。人类要生存和发展，就必须认识自然和社会，掌握自然和社会发展的规律，否则就要失败，无法适应自然和社会。人们在劳动生产活动等社会实践中不断总结经验教训，逐步形成了自然科学和社会科学。人们认识到只有掌握丰富的自然科学和社会科学知识，形成多种生产、生活和社会技能，

才能适应自然和社会,进而改变和创造新的生存环境来适合人的生存和发展的需要。“科学技术是第一生产力”的提出,标志着人们对科学技术的重要作用的认识达到了很高的水平。

由于心理素质的内隐性、潜在性、作用的间接性,人类对于心理现象的认识最艰难、最晚、最肤浅,甚至产生许多错误认识而长期得不到纠正。直到百多年前,心理学方成为一门独立的科学,但它还很年轻,很不成熟。20世纪60年代,受中国“文革”“左”的影响,还把心理学打成“伪科学”、“唯心主义”。可见人类对自身心理的认识是多么不容易。正因为如此,至今许多人对于心理素质在整体素质结构中的独立地位和重要作用还缺乏正确的认识,患“心理盲”者大有人在。“心理盲”与高科技社会很不相称。我们不仅要扫除“文盲”、“科盲”、“法盲”,还应扫除“心理盲”,而且要一并进行,只有这样,“扫盲”才能顺利进行,收到的效果才会更好。要扫除“心理盲”,首先就要弄清心理素质在整体素质中的重要地位和作用。

尽管人的素质结构是极其复杂的,许多问题还难以回答,但是,长期以来,人类还是在努力认识自我心理素质,并积累了一些经验,尤其是近百年来,心理科学有了长足的发展,只要我们认真学习和总结已有的知识经验,就会对心理素质的独立地位和作用有一个初步的基本认识。

心理是在生理的基础上发展起来的,反过来,它对生理发展产生很大的反作用。例如邓亚萍身材矮小,作为一个世界级运动员,她的生理素质先天不足。教练员选材时把她排除在外,也是有根据的。但是,邓亚萍并不灰心,反而更加刻苦训练,吃大苦耐大劳,敢打敢拼,勇敢顽强,充满必胜的信心,不怕失败,不断进取,不断超越自我。她凭着自己良好的心理素质,终于成为了世界冠军。邓亚萍的成功,充分说明了良好的心理素质,可以弥补生理上的某些不足,可以促进生理素质的发展:坚强的意志

力，使她刻苦磨练自己，体力增强了、机能更灵活、稳定性提高了；她肯动脑、善思考、智勇双全，形成了一套“以矮制高”、“以己之长制敌之短”的打法；强烈的爱国之情，使她有战胜困难的强大动力；很强的自我教育能力，使她胜不骄、败不馁；她有必胜的信心，一上场就握紧拳头，两眼射出两道寒光，让对方顿生畏惧。良好的心理素质，使邓亚萍的整体素质发展到很高的水平，产生了 $1+1>2$ 的协同效应，综合实力大大增强，弥补了她个子矮小的弱点。人的任何较量都是整体素质的较量，谁的整体素质好，谁就是胜利者。我认为，邓亚萍成功的基本经验，就是以心理素质的优化，促进整体素质的高水平发展，靠强大的综合实力取胜。研究张海迪等无数英雄人物的成长过程，人们可以得到同样的经验。深入研究，人们会发现这条经验具有普遍性。

“愁一愁白了头”，“笑一笑十年少”，说明情绪对人的身体健康有很大的影响。生理健康与心理健康是密不可分的。中医的辨证施治和现代医学提出的“生理——心理——社会”医学模式，都体现了系统理论的整体观。心理是社会文化素质发展的内在基础。智力发展水平低，不会观察、记忆力差、不会思维、想象贫乏、注意力不集中，学习效率就低，社会文化素质就不可能发展到高水平。当前不少儿童青少年，智力并不差，可就是缺乏学习兴趣、学习动机，意志力不坚强、情绪不稳定、学习动力不足、责任心不强，学习仍然搞不好，这样，社会文化素质也就不能达到高水平。这是令许多家长和老师头痛的问题。

由心理素质不良，发展到厌学、逃学、离家出走的现象相当普遍，甚至自杀、犯罪等严重问题也时有发生。这些事实从反面教训人们，心理素质不良将阻碍整体素质的发展。

正反两面的事实都说明，心理素质尤其是自我教育能力和非智力因素具有很大的能动性，它可以促进整体素质的发展，也可以阻碍整体素质的发展。当前，在整体素质中，心理素质还是一

个最薄弱的要素，抓好心理素质的培养，就抓住了提高整体素质的“牛鼻子”，抓住了主要矛盾，其他问题就迎刃而解。1999年6月第三次全国教育工作会议明确提出，素质教育的重点是培养创新精神和实践能力，再一次指明了心理素质与整体素质的密切关系。

有些人口喊心理素质重要，但他们屈服于“应试教育”的压力，仍然跟着“应试教育”跑，他们并不真正相信，优化心理素质，可以促进整体素质发展这条基本规律，实际上仍是一个“心理盲”。看来，扫除“心理盲”势在必行，刻不容缓！

第二节 心育系统与学校教育系统

一、学校教育系统的完备性

人的整体素质的发展离不开教育。教育是由教育者、受教育者和教育目标、内容等要素有机结合而成的非线性开放系统。完整的学校教育系统应包括体育、心育和社会文化素质教育三大子系统。由于人们忽视心育，学校心育系统没有形成，学校教育是不完整的，不利于素质教育的实施，严重影响人的整体素质的发展。

古人对生理素质的重要性早有认识。古人要与洪水猛兽斗争，就得有强健的体魄，要与其他部落争夺生存空间，非有强壮体格不可。为了竞争求生的需要，摔跤、骑马、射箭等就成了普遍的健体活动，这就是最初的体育。可以说人类的教育最早是从体育开始的。随着教育的发展，学校出现后，体育就成了学校教育的重要内容，有体育教学大纲、有教材、有课时保证、有专职体育教师、有体育教研室、有校医、有医务室，学校设置了体育课、生理卫生课等。一句话，学校有一个完善的体育保健系统来

促进身体素质的发展。为了增强人的体质，医学科学发展起来，形成了一个包括解剖学、生理学、病理学等学科在内的强大的学科群。社会和学校体育、保健系统越来越完善，为生理素质发展提供了基本保证。

人要生存发展，就要认识自然和社会。随着生产和社会的发展，自然科学和社会科学也发展起来，并且成为学校教育的重要内容。各门学科有教学大纲、有教材、有教参、有配套的教学设备、有专职教师、有课时保证，有教研室、教务处、教育处等专门的组织机构。也就是说，学校有一个强大的德育系统、智育系统、劳技教育系统、美育系统来促进社会文化素质的发展。尽管受“应试教育”的干扰，学校体育和社会文化教育系统也有不完善之处，但还是有所保证。

心育即心理教育，是教育者有意识、有目的、有计划地对受教育者的心理施加影响与受教育者心理的自主构建相互作用，从而培养受教育者良好的心理素质，增强其心理机能，开发其心理潜能，发展其个性的教育。

《教育改革和发展纲要》把心理素质作为整体素质的有机组成部分，江泽民同志“五自”题词指明了心育的目的和内容，这标志着我国对心理素质和心育的独立地位和作用有了明确的认识。这是教育思想上的大飞跃，将对我国教育的发展产生重大而深远的影响。现在的关键是如何落实中央的指示。然而，学校没有心育大纲、没有心育教材、没有专职的心育教师，心育没有纳入课程结构、没有列入课表，无时间保证，没有心育评估体系，没有相应的组织机构。也就是说，学校没有一个心育系统，因此，心育的任务无法落实，素质教育难以实施。学校教育大系统中有德育、智育、劳技教育、体育、美育等系统，唯独没有心育系统。显然，学校教育系统是不完善的，其整体功能就差。要完善学校教育系统的结构和功能，必须建立学校心育系统。