

全国教育科学“十五”规划重点课题
军校学员心理健康状况与心理教育研究

当代军校大学生

心理教育指导

梅清海 主编

解放军出版社

全国教育科学“十五”规划重点课题
军校学员心理健康状况与心理教育研究

当代军校大学生心理教育指导

主编 梅清海

编委 李俊丽 丛建波 史桂生
周建新 计惠民

解放军出版社

京新登字 117 号

书 名：当代军校大学生心理教育指导

编著者：梅清海主编

出版者：解放军出版社

〔北京地安门西大街 40 号/邮政编码 100035〕

印刷者：石家庄陆军指挥学院印刷厂

发行者：解放军出版社发行部

开 本：880 毫米×1230 毫米 1/32

印 张：18

字 数：501 千字

版 次：2004 年 2 月第 1 版

印 次：2004 年 2 月（石家庄）第 1 次印刷

统一书号：55065·2206

《军校学员心理健康状况与心理教育研究》

成果鉴定委员会成员

主任委员

郭念锋 中国科学院心理研究所教授、博导

委 员

黄希庭 西南师范大学心理学院教授、博导

申继亮 北京师范大学发展心理研究所教授、博导

毕文波 南京政治学院军事哲学教授、博导

苗丹民 第四军医大学心理学教授、博导

刘红松 军事科学院心理学研究员

孙临平 总政宣传部院校局局长

课题指导组成员

戴旭光 白求恩军医学院政委

刘爱国 白求恩军医学院院长

黄庆军 白求恩军医学院心理学博士

王京生 北京军区陆军学院心理学博士

张 倩 北京军区总医院心理学博士

董 燕 空军总医院心理学博士

刘学敏 军械工程学院心理学硕士

南克勉 武警医学院教务处处长

全国教育科学“十五”规划重点课题
军校学员心理健康状况与心理教育研究

此项研究成果，指导思想正确，研究目的明确；研究规范，资料翔实；对军校学员心理现状调查及影响因素分析的结论可信；提出的教育对策切实可行，能够为落实军校大学生心理健康教育提供有力的保证，在我国的心涯健康教育领域中，这项成果在结论和方法上均有创新，是一项优秀的研究成果。

——黄希庭
(西南师范大学教授、博导)

有严密的逻辑性，研究目标十分一致，分工明确，所以最后的“对策研究”显得非常坚实，使心理测验的软指标具备了硬指标的某些特征。这样的系统研究在中国是首创，在国外也比较少见。

——郭金祥
(中国科学院教授、博导)

所运用的调查工具种类之多、涉及的维度之全面以及样本量之大，在国内同类研究中都是不多见的，对所得数据进行统计分析是客观的、适宜的，结果是可靠的。

——中继亮
(北京师范大学教授、博导)

课题研究具有科学性、时代性、规范性和可操作性。以按照现代科学方法进行的大样本、深层次、多维度的情况调查为基础，以当今时代变革和流动中的多种内外因素互动关系的系统分析为视阈，以构建一套保证目标实现而又避免烦琐苛求的合理有序的军校心理教育模式为指归，是一项国内心理教育领域内领先的成果。

——毕文波
(南京政治学院教授、博导)

在军校大学生心理教育理论方面作了全新和有价值的探索，在全军心理学研究领域走在了前面，是指导军校大学生乃至全军基层干部战士心理教育的一项很重要的理论成果。

——刘红松
(军事科学院研究员)

课题的一个突出特色是从不同角度详细论述了当今军校大学生心理教育对策，有很强的实用价值，对其它院校也有很强的指导意义。

——雷丹民
(第四军医大学教授、博导)

课题研究成果为今后一个时期内军人心理学研究及部队心理教育的开展，提供了坚实的基础。也对增强新形势下军队思想政治工作的科学性，培养全面发展的高素质新型军事人才具有重要意义。

——孙临平
(总政宣传部局长)

目
录

第一部分 军校大学生心理教育理论研究

- 第一章 中国古代心理教育思想 (3)
- 第二章 现代心理教育理念 (9)
- 第三章 心理教育在军校教育中的地位和作用 (17)
- 第四章 军校大学生心理教育与人才培养 (22)
- 第五章 军校大学生心理教育与素质教育 (27)
- 第六章 军校大学生心理教育与高技术局部战争 (32)
- 第七章 军校大学生心理教育的价值、目的和原则 (38)
- 第八章 军校大学生心理教育的基本内容 (43)

第二部分 军校大学生心理状况调查研究

- 第一章 军校大学生症状自评量表调查分析 (52)
- 第二章 军校大学生艾森克个性问卷调查分析 (76)
- 第三章 军校大学生学生生活应激问卷调查分析 (90)

第四章	军校大学生简易应对方式问卷调查分析	(111)
第五章	军校大学生防御方式问卷调查分析	(121)
第六章	军校大学生社会支持评定量表调查分析	(152)
第七章	军校大学生自我和谐量表调查分析	(165)
第八章	军校大学生情感量表调查分析	(176)
第九章	军校大学生心理调查结果综合分析	(186)
第十章	对军校大学生心理健康状况调查结果的思考	(222)

第三部分 军校大学生心理影响因素研究

第一章	时代背景对军校大学生影响的心理分析(概述) ...	(235)
第一节	科学技术的迅猛发展对军校大学生心理的冲击	(239)
第二节	西方文化传播对军校大学生心理的冲击	(243)
第三节	信息量的剧增对军校大学生心理的冲击	(246)
第二章	社会环境对军校大学生影响的心理分析(概述) ...	(249)
第一节	改革开放的环境与军校大学生心理的关系 ...	(253)
第二节	价值取向与军校大学生心理的关系	(258)
第三节	社会风气与军校大学生心理的关系	(261)
第三章	历史文化对军校大学生影响的心理分析(概述) ...	(265)
第一节	军校大学生对历史文化选择的心理冲突	(269)
第二节	军校大学生对传统道德选择的心理冲突	(273)
第三节	军校大学生对以往习俗选择的心理冲突	(278)
第四章	家庭状况对军校大学生影响的心理分析(概述) ...	(282)
第一节	军校大学生心理与家庭地位的相关性思考 ...	(287)
第二节	军校大学生心理与家庭教养方式的相关性思考	(290)
第三节	军校大学生心理与家庭生活事件的相关性思考	(294)
第四节	军校大学生心理与家庭支持的相关性思考 ...	(298)

第五节 军校大学生心理与是否独生子女的相关性 思考	(304)
第五章 军校特点对大学生影响的心理分析(概述)	(309)
第一节 军校大学生教、学、管、考的心理审视	(314)
第二节 军校大学生人际关系的心理审视	(318)
第三节 军校大学生文化环境的心理审视	(322)
第四节 军校大学生专业志向与职业选择的心理审视	(326)
第五节 军校大学生培养目标与个体追求的心理审视	(330)
第六章 生理差异对军校大学生影响的心理分析(概述) ...	(334)
第一节 体魄差异对军校大学生心理的影响	(337)
第二节 性别差异对军校大学生心理的影响	(341)
第三节 健康状况对军校大学生心理的影响	(346)
第七章 “知情意”三过程对军校大学生影响的心理分析 (概述)	(350)
第一节 认知因素在军校大学生心理中的作用	(355)
第二节 情绪情感因素在军校大学生心理中的作用 ...	(358)
第三节 意志行为因素在军校大学生心理中的作用 ...	(362)
第八章 个性差异对军校大学生影响的心理分析(概述) ...	(366)
第一节 军校大学生需要与动机的心理解读	(372)
第二节 军校大学生性格与气质的心理解读	(376)
第三节 军校大学生能力与成就的心理解读	(379)
第四节 军校大学生性与婚恋的心理解读	(382)
第五节 军校大学生挫折与应对的心理解读	(387)
第六节 军校大学生理想与信念的心理解读	(390)

第四部分 军校大学生心理教育对策研究

第一章 全程贯穿、全面展开、全员参与的心理教育模式

(概述)	(397)
第一节 军校全程实施心理教育的举措	(401)
第二节 军校全面铺开心理教育的举措	(405)
第三节 军校全员投入心理教育的举措	(409)
第二章 科学武装、环境熏陶、人格塑造、目标导向相贯	
通的心理教育模式(概述)	(413)
第一节 军校大学生心理教育中心科学的武装	(418)
第二节 军校大学生心理教育中校园文化环境的构建	(422)
第三节 军校大学生心理教育中健康人格的塑造	(427)
第三章 “四个贴近”的心理教育模式(概述)	(431)
第一节 贴近时代和社会现实的心理教育渠道	(436)
第二节 贴近军校大学生心理实际的心理健康教育渠道	(440)
第三节 贴近军校大学生培养目标的心理健康教育渠道	(443)
第四章 德、智、军、体、心五育一体的心理教育模式	
(概述)	(448)
第一节 军校大学生德育教育中心心理教育的实施	(453)
第二节 军校大学生专业学习中心理教育的实施	(457)
第三节 军校大学生军体训练中心理教育的实施	(461)
第五章 知识灌输、群体辅导、个体咨询的心理教育模式	
(概述)	(465)
第一节 军校大学生心理知识灌输的途径	(469)
第二节 军校大学生群体心理辅导的途径	(471)
第三节 军校大学生个体心理咨询的途径	(475)
第六章 知、情、意、信、行相一致的心理教育模式	
(概述)	(482)
第一节 军校大学生心理教育中坚持情与理的一致性	(487)
第二节 军校大学生心理教育中突出知与行的一致性	(491)

第三节 军校大学生心理教育中加强教育与养成的一致性	(495)
第四节 军校大学生心理教育中注重他育与自育的一致性	(499)
第七章 主课讲授与学科渗透的心理教育模式(概述)	(502)
第一节 心理学课教学中的心理教育取向	(508)
第二节 专业课教学中的心理教育取向	(511)
第八章 心理调查、心理实验、心理训练合一的心理教育模式(概述)	(515)
第一节 心理调查在军校大学生心理教育中的应用 ...	(519)
第二节 心理实验在军校大学生心理教育中的应用 ...	(522)
第三节 心理训练在军校大学生心理教育中的应用 ...	(526)
第九章 专职、兼职、骨干三结合的心理教育队伍建设模式(概述)	(531)
第一节 专、兼职心理教育工作者在心理教育中的作为	(535)
第二节 学生骨干在心理教育中的作为	(537)
第三节 军校三级心理保健网络在心理教育中的作为	(542)
主要参考文献	(547)
课题组成员	(558)
后 记	(560)

第一部分

军校大学生 心理教育理论研究

第一章 中国古代心理教育思想

近年来提出的“心理教育”理念，已被社会所公认，已被人们所接受。特别是在教育领域引起强烈反响。它对院校教育质量的提高、对教育改革的深入、对人才的缔造和培养，犹如注入了一支烈性的“兴奋剂”。各级政府部门以文件形式，要求院校尽快开展和实施心理教育。可见重视之高、进展之快、作用之大、意义之深。那么，心理教育思想的源头在哪里，提出的历史依据是什么？这是我们在研究和实施心理教育时，都不能不涉及和不得不弄清的首要问题。心理教育尽管只有简短的历史，但却有长期的过去。如果说“心理学的第一个故乡在中国”，那么，让我们就在这“故乡”之中寻找童年的痕迹。

一、“三部经典”中的心理教育思想

远古的三部经典即《尚书》、《易经》和《诗经》，是中国文化的原始文献，其中包容着丰富的心理教育思想。

《尚书》中，在倡导“德”、“善”、“爱”和“亲民”的基调下，提出一种关于“心理教育”的实践性思想。舜帝命令后稷播时百谷，命契为司徒主管五教，并告诫契说：百姓不亲，无品不逊。汝作司徒，敬敷五教，在宽。同时命夔主管典乐，并通过典乐的形式进行内在的心理教育和人格的培养。就是《尚书·舜典第二》中所记载的：“命汝典乐，教胄子。直而温，宽而栗。刚而无虐，简而无傲。诗言志，歌永言。”典乐诗歌的本意，皆在教育 and 培养人格；正直坦率而又温文尔雅，胸怀宽大而又庄严敬谨。刚正勇敢而不以强凌弱，简洁明了而不妄自称大……可见，这已勾画出了一理想人格的特征，也是一种心理教育的实际规范。到了禹帝

时期，参辅政事的皋陶，又把这种人格教育阐发为“九德”，实际上即是人的九种人格品行特征，是一种心理教育的准则。在《洪范》中，根据“五行”的观念和规律，提出了相应的“五事”，即人的五种基本心理品质，作为对人事，对人的心理和行为的基本规范。“貌曰恭，言曰从，视曰明，听曰聪，思曰睿；恭作肃，从作刈，明作哲，聪作谋，睿作圣。”在《孔传》中有这样的注解：“五事在身，用之必敬，乃善。”言教用五事，从顺五行也。在天惟五行，在人惟五事；以五事参配五行，运用教化，便能够使天人相合。这种运用“五行”的基本原理，可以达到对“五事”即五种基本心理品质、以及人事品行的培养和把握，在其本质与本意之中，已经包含了心理学的意义和心理教育的思想。

在《易经》中，同样包含着丰富的心理教育的思想及意义。如“天行健，君子应自强不息”；“地势坤，君子以厚物载德”。以及提出的“君子以果行育德”、“君子以遏恶扬善”、“君子以独立不惧”、“君子以虚受人”、“君子以立不易方”、“君子以自昭明德”、“君子以见善则迁，有过则改”、“君子以慎德，积小以高大”……显而易见，这些都包含有对人的性情、品德、性格或人格，以及动机、行为等的规范和教导，所以也就包含了深刻的心理教育的思想，以及心理教育的意义。正如《易经·系辞传》中的解释：“圣人立象以尽其意，设卦以尽情伪，系辞焉以尽其言，变而通之以尽利，鼓之舞之以尽神”。《易》“能说诸心，能言诸虑”，并提出“圣人以此洗心”的主张，这实际上也是阐述一种心理教育的目的和意义。

《诗经》中有常为心理学家所引用的“他人有心，予付度之”等心理名言，同时还有涉及心理规律的深刻论述，如“荏染柔木，君子树之。往来言行，心焉数之”（《巧言》）；“我心匪鉴，不可以茹；我心匪石，不可以转；我心匪席，不可以卷”（《国风·邶·柏舟》）等等。在《诗谱序》中有这样的描述：“欲知源流清浊之处，则循其上下而省之；欲之风化芳臭泽之所及，则傍行而观之。此诗则大纲也。举一纲而万目张，解一卷而众篇明。于力则

鲜，于思则寡，其诸君子，亦有乐于是也。”可见，《诗经》之本意包含着一种实践性的心理教育。在心为志，发言为诗。在中国文化心理学的理念中，诗歌音乐皆为心生，所反映的是人心、民心，而诗歌所起的教化作用，也必然包含了心理教育的意义。正如孔颖所提出的：礼者，非从天降，非从地出，人情而已……礼乐本于民，还以教民。

二、“诸子百家”的心理教育思想

春秋战国时期，诸子百家各抒己见，各种学科尽显端倪，其中论述了非常丰富的心理教育思想与观念。

孔子和孟子都是儒家的代表。若是从心理学视角来读孔子的《论语》，那么其中的心理教育思想是丰富而深刻的。最为突出的是孔子规范了一种人格的典范——“君子”：“君子惠而不费，劳而无怨，欲而不贪，泰而不骄，威而不猛”；君子应有九思：“视思明，听思聪，色思温，貌思恭，言思忠，事思敬，疑思问，忿思难，见得思义”；君子应有三变：“望之俨然，即之也温，听其也厉。”……这种以“君子”为规范的人格特征，对中国后人的影响颇大，发挥了极其深远的人格教育或心理教育的作用。孟子进一步发挥了儒学中的心理教育思想，他用“心”来揭示儒学的真谛：恻隐之心、羞恶之心、恭敬之心、是非之心，人皆为之，并称为仁义礼智。君子所性，仁义礼智根于心。在《孟子·尽心章句上》中，更有“尽其心者，知其性也。知其性，则知天矣。存其心，养其性，所以事天也”的论断。孟子有著名评说：饥者甘食，渴者甘饮，是未得饮食之正也，饥渴害之也。……人能无以饥渴之害为心害，则不及人不为忧矣。人心亦有害，人心也需要营养和护理，其实质是心理教育的需要。

老子是道家的创立者，庄子是老子的继承者。他们在创立和发展道家思想中，包含着丰富的心理教育的内容。《道德经》三十三章中提出：知人者智，自知者明，胜人者有力，自胜者强。这既揭示了“知人”与“知己”的关系，更强调了心理学“认识自身”之本质内涵。老子描述了道家人格的心理典范，这种胸境悠然，气

象恢宏的人格形象是：慎重、警惕、威仪、融和、敦厚、空豁、浑朴、恬静、飘逸，这种道家的理想人格，对后世产生了深刻的影响。在《逍遥游》中，庄子借助于鲲鹏的比喻，提出了“充实自我”的主张，即水的积累达到一定深度，才有力量负载大船；风的积累达到一定厚度，才有力量负起大鸟。庄子提出的“缘督以为经”，倡导心理教育；借庖丁解牛，描述自我实现的心理境界；用“仲尼和颜回”的对话，阐述了“心斋”的心理教育原则。“若一志，无听之以耳而听之以心，无听之以心而听之以气！耳止于听，心止于符。气也者，虚而待物者也。唯道集虚。虚者，心斋也。”（《人间世》）

荀子是发展了儒家学说，又吸收了道家思想的一位特殊人物。在《劝学篇第一》中说道：“君子之学也，入乎耳，著乎心，布乎四体，形乎动静……古之学者为己，今之学者为人。”据此，他提出“学莫便乎近其人”，一种鲜明的包含着心理教育的思想主张。墨子发挥了这一思想，认为：古之学者，得一善言，以附其身；今之学者，得一善言，务以悦人。荀子关于“治气养心之术”的主张和策略，直至今天仍然有着实际的教育意义。

在管子的思想中，心理教育的论述更加明确和鲜活，他提出的“善心安爱”、“修心正形”等观念，可称为经典的心理教育思想。《管子·心术下》中说：形不正者，德不来；中不精者，心不治。正形饰德，万物毕得。翼然自来，神莫知其极。明知天下，通于四极。是故曰：无以物乱官，毋以官乱心，此之为内德。管子还提出了明确的心理教育原则，他说：凡心之形，自充自盈，自生自成，其所以失之，必以忧、乐、喜、怒、欲、利，能去忧、乐、喜、怒、欲、利，心乃反济。凡道无所，善心安爱。“心静气理，道乃可止……道也者，口之所不能言也，目之所不能视也，耳之所不能听也；所以修心而正形也……”（《管子》）治之者心也，安之者心也。可见，管子的主张有着深刻的心理教育的意义。

三、中医学的心理教育思想

中国传统的医学，可以说是一种充满了心理学气氛的医学，在中国医学理论和医学实践中，有着丰富而深刻的心理教育思想。