

心灵的沟通

• 心理与教育

• 学习心理与教育

• 健康心理与教育

• 自我完善与教育

• 社会心理与教育

• 人格心理与教育

• 智力心理与教育

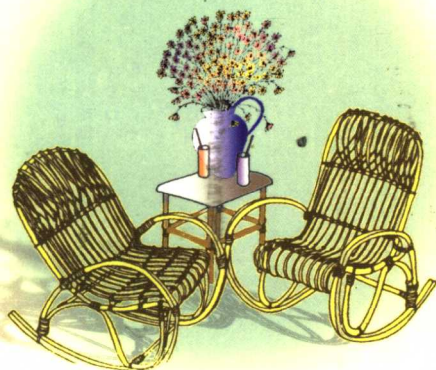
• 情感心理与教育

• 自我完善与教育



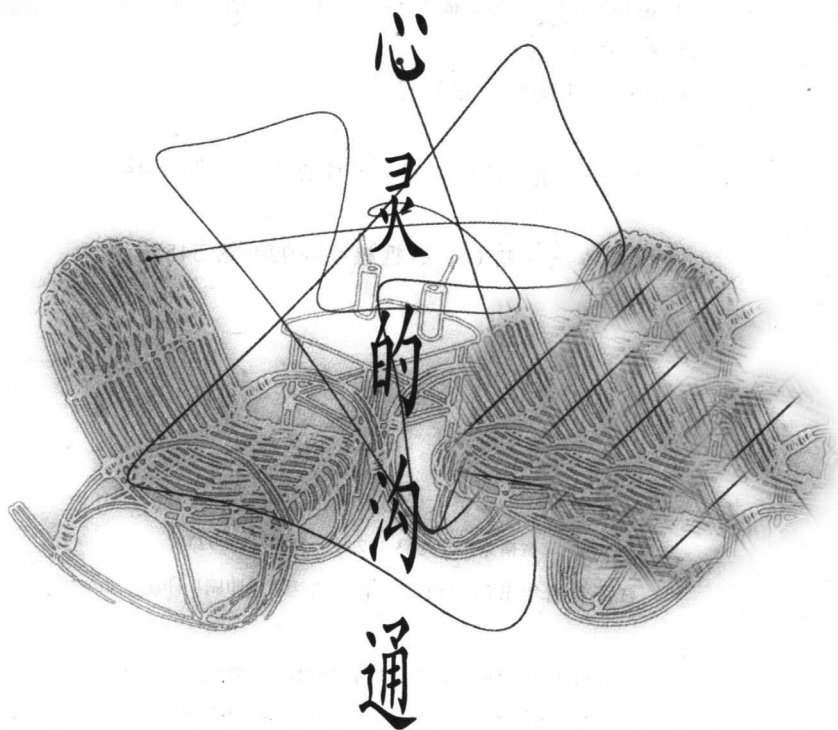
汪笑梅◎主编

南 / 京 / 师 / 范 / 大 / 学 / 出 / 版 / 社



G44/142

顾问：班 华 杨祖恒 朱梦斋 赵炳红



汪笑梅 ◎主编

尤小平 田国生◎副主编

南·京·师·范·大·学·出·版·社

图书在版编目(CIP)数据

心灵的沟通 / 汪笑梅主编. - 南京: 南京师范大学出版社, 1999. 12

ISBN 7-81047-424-3/G·253

I. 心… II. 汪… III. 教育心事学 IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 54556 号

南京师范大学出版社出版发行

(江苏省南京市宁海路 122 号 邮编 210097)

江苏省新华书店经销 南京通达彩色印刷厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张 10.875 字数 233 千

1999 年 11 月第 1 版 1999 年 11 月第 1 次印刷

印数 1-5000

定价: 12.00 元

(南京师大版图书若有印、装错误可向承印厂退换)

班主任与班级心理教育(代序)

班 华

心

灵

的

沟

通



代 序

1

当前,我国大陆上心理教育已迅速推开,其蓬勃发展的景象令人鼓舞。它促使我草就这篇短文,阐述“班级心理教育”与班主任参加心理教育的问题,以便把自己的认识与同行朋友们交流。让我们先从身边的一所学校说开去。

—

说到心理教育,我常常会第一个想到给我印象深刻的南京市金陵中学。这是一所心理教育起步很早的学校。90年代初,金陵中学就在高一年级开设了“心理健康教育”课程,并编写了“心理健康教育”的教材。金陵中学的这一实践,突破了只对少数人心理问题进行障碍性咨询和矫正性治疗的局限,心理教育开始转为面向大多数健康的高一年级学生。也许对心理教育的定位重心在“维护心理健康”上,然而多年的实践,不仅产生了一定实效,还锻炼了教师,积累了经验,为进一步开展心理教育提供了良好的基础。

教育科研“九五”规划期间,金陵中学心理教育开始了新的历程。该校承担了两项有关心理教育的部、省级课题,一是属于省哲学社会科学的课题“中小学生道德教育与心理教育结合的研究”,一是属于教育部的重点课题“中小学班主任与学生素质发展的研究”。随着素质教育的深入发展和整个心理教育的推进,金陵中学心理教育也开始了新的转折,主要表现在两方面:一是心理健康教育指导思想向前迈进了一步,教育的重点逐渐转移到学生心理素质发展上,自觉探讨心理



教育与道德教育结合的问题。二是金陵中学的心理教育实现了“两全”即面向全体学生,全体班主任参与。由于实现了“两全”,心理教育发生了几个显著的变化:①由障碍性心理咨询转向对正常的健康人的发展性教育;②教育对象由原先只限高一学生,扩大到全校所有年级的学生;③由原来只有一、二名心理教师承担心理健康教育的状况,转变为所有班主任都参与心理教育。由于做到了“两全”,便在全校范围内形成了“班级心理教育”。

二

“班级心理教育”是教育的一种组织形式,或者说心理教育活动的结构方式。它是以班级为单位,以班主任为主导,面向全班学生,旨在促进学生发展的教育组织形式。除金陵中学外,其他参加同一省级课题的试点学校,如苏州的觅渡中学也在全校实施了“班级心理教育”;苏州中学等也在部分年级实施了“班级心理教育”。

在一些心理教育先行的学校,早已采用了“班级心理教育”的形式,因此,实行“班级心理教育”是很平常的事,似乎没有什么了不起。我认为不能这样看,“班级心理教育”标志着学校心理教育自身发展过程的一次飞跃,即由对少数心理疾病问题的障碍性咨询、治疗转向对健康人的发展性教育的飞跃。目前,除上海、港、台等心理教育先行地区外,从全省、全国看,实施“班级心理教育”的学校虽然为数尚少,但是,它却代表了学校心理教育发展的方向,具有普遍意义。它是在实践中形成的,它的产生、发展,是学校心理教育发展的自然历史过程。

(1)“班级心理教育”形式是心理教育迅速推广普及、教育规模扩大的产物;是反映了我国社会现代化发



展、人的现代化发展对提高人的心理素质,开发人的心理潜能,特别是创造性潜能的必然要求。如果只是少数人从事心理教育,用老的办法实施,要想普及心理教育是很困难、很慢的。1996年湖南师大郑和均教授在谈到他的心理教育研究工作时说:“经过六年的艰苦奋斗……投入到实验的学生近40万人。按这个速度,要在中小学生中普及心理教育需要300多年。”如何才能迅速普及心理教育?在历史上,班级教学或班级授课制是适应扩大教育规模,提高教学效率和质量的教学形式。当今,要向全体中小学生推广普及心理教育,普遍地采用“班级心理教育”形式,无疑也是一种高效的措施。这并不排斥针对个别学生情况采取个别辅导的形式。

(2)采取“班级心理教育”的形式也是心理教育的性质特点决定的。心理教育,大体上包括教育、辅导、咨询、治疗^①等不同层次。心理教育的性质、目标也可以从不同层次理解,即补救性的、预防性的、发展性的。本文所言心理教育,主要指发展性的心理教育。心理教育的目标,不止于没有心理疾病,其“最高目标”或“最终目标”是促进学生心理素质的发展,提高心理机能,开发学生心理潜能,促进学生个性发展和整体素质的提高。这就决定了心理教育的对象必然是全体学生,从而决定了在班级中要面向全班学生,决定了班主任参与心理教育的必要性。因为从心理教育性质方面说,它既然不同于障碍性、治疗性的心理咨询、心理治疗,其对象就不能局限在少数人身上,而必须是面向包括大多数心理健康者在内的全体学生。从学生方面看,心理教育既是发展性教育,则所有学生都有受教育权,不应该只是一部分享有接受心理教育权利,而另一

^① “治疗”不完全属于心理教育问题。例如药物的使用便超出了教育范围。



部分学生被剥夺这种权利。既要面向全体学生,便需要迅速推广普及心理教育,扩大心理教育的面。于是“班级心理教育”便为成基本的教育组织形式。而采用班级教育形式,仅仅依靠极少量的专职心理咨询人员是难以承受的,必须有广大的班主任参加。

心理教育的性质和目标也决定了班主任有可能参与心理教育。障碍性心理咨询和心理治疗只能由这一方面的专业人员承担,他们接受了专业教育与训练,掌握了有关咨询和治疗的方法、技术。而作为发展性心理教育的实施,对教师在心理咨询技术上的要求就不那么高,不需要那么专和深,班主任经过一定的培训即可承担。

(3)采取“班级心理教育”形式,也是班级社会组织的性质决定了的。上文已就班级授课作为一种教学制度说明“班级心理教育”作为心理教育基本组织形式,具有高效性。这里再从班级组织的性质角度说明“班级心理教育”的优越性。班级作为一种社会组织具有一般社会组织共有的性质,但同时又有其自身的独特性。这种独特性主要指它具有“教育性”,育人的“目的性”。正是这种独特性赋予了通过“班级组织实施心理教育”的优越性。班级组织是按照教育方针,培养目标的要求,依据一定的教育原理组建的,其目标就在“育人”。如同美国心理学家班尼在其所著《教育社会心理学》一书中所言,班级学生是“为着学习的目标或目的而集中到一起的”。班级作为“教育性”组织不同于“生产性”组织。“生产性”组织的功能在于生产物质产品,其目标是指向组织以外的特质产品,班级组织的功能在“育人”,其目标是指向组织自身内部成员的成长发展。这样的班级社会组织就成为学生心理发展最切近的成长环境。这样的组织适宜于实施心理教育,有利于心理发展。这样的教育性组织有班主任和任课教师



的指导,对学生的发展有导向功能;这样的班级组织中的社会助长作用和社会比较作用具有促进学生积极进取,奋发向上的激励功能;班级组织中良好的文化心理氛围,对学生优良心理的形成和发展具有潜移默化的陶冶功能。

三

班主任的职责和教育劳动的特性赋予了班主任参加心理教育的使命和有利条件。

(1)班主任的职责决定了他应当承担起心理教育的任务。班主任是学校任命、委派的负责组织、教育、管理班级的班主任教师,班主任职责即班主任教育劳动的主要内容是组织、教育、管理好班级,是全面关怀学生成长,关心学生体、智、德、美多方面素质的发展。因此班级心理教育是班级教育的组成部分,也是班主任职责的组成部分。班主任的角色地位也赋予了他参与心理教育的有利条件。班主任是班级的组织者、教育者、管理者,是全面关心学生成长的主要教师,是班级学生主要的精神关怀者。班主任特殊的制度性角色,在班级教育中的特殊地位和作用,使得他在学生心中有比一般教师更高的权威性,学生对他也有比一般教师更多的信任感。这一切是他参与班级心理教育特殊的有利条件。

(2)班主任教育劳动性质和心理教育的性质是一致的。班主任的劳动是以心育心、以人育人、以素质育素质的精神劳动。心理教育正是以心育心,培养优良心理素质开发心理潜能的教育。这里的关键在“心”字和“育”字上。心理教育必须真正达到“育”心的效果。现行的心理教育,有的做得很好,在培育心理素质方面真正起了“育”的作用。但也有一些心理教育的教学,传授了许多心理学知识,并没有真正地起到“育”的作



用。而要达到“育”的要求,就要用“心”育人,以“心”育心。这正是班主任劳动的一种境界。达到这种境界就为“育”创造了必要的前提。

(3)班主任是班级教育时间和空间的富余者。与其他的科任教师比,这是班主任参加班级心理教育又一个有利条件。这使班主任与学生的接触的机会更多,对学生的了解更多,与学生的关系更为密切,更易于进行思想感情的交流,更易于取得好的育人效果。对此,日本筑波大学编撰的《现代教育学基础》作了更具体的阐述:“①班主任教师在接触所在班级学生的机会方面,比别的教师更多,条件更优越,所以能够很好地理解每个学生的个性、能力、交友关系、家庭状况及其他问题。②在此基础上,能够在综合地、移情地理解学生的前提下,通过各种机会,有计划地针对每个学生进行适当的持续的指导。③每个学生总是抱有某个问题并要求给予适当的指导的,这种指导从上述的理由看,班主任是最适当的。”

班主任的职责和教育劳动的性质,他在班级教育中的地位作用,他所拥有的教育的时空,使他成为学生最接近的老师,最经常地、在更广范围内全面关心学生成长的老师。同时也使他与班级群体的关系成为一种特殊的师生关系,成为影响学生价值观、态度、行为的一种隐性课程。

四

“班级心理教育”继承了班级教学制度的优越性,又超越班级教学的局限性。班级教育的基本形式是“课堂教学”,“班级心理教育”远远超出“课堂教学”,而是通过整个班级教育系统实施。班主任实施心理教育,不限于为学生开设“心育课程”,主要是借助于自己操作的整个班级教育系统进行心育的教育。所谓“班



级教育系统”是以班主任为主导的,由班级教学、班集体、班级活动、班级文化、班级管理以及班内外(含家庭、社区)各种教育力量整合而成的班级教育体系。其中的班级教学是班级教育经常的、基本的途径,也是促进学生心理发展的基本途径。除了心理课程的教学外,结合各学科教育实施心育,应是心育课程的重要组成部分。这也是值得研究的课题。

但是班级教学是由各科教师参与的,它不属于班主任实施素质教育的特殊操作系统。班主任的特殊操作系统是不同于一般科任老师的,主要是由班主任操作的最具特色的教育操作系统,包括班集体建设、班级活动的组织、班级文化的营造、班级管理以及协助整合班内外教育力量。

班集体 建设集体是班主任工作的目标,又是教育学生的手段。要建设有利于学生个性发展的集体。而只有以发展学生个性为出发点和归宿建设的班集体,才能成为发展个性的教育力量,才能为优良的个性心理发展提供参照群体,才能成为满足学生个性心理发展需要的舞台。

班级活动 活动是优良心理素质生长发展的基础,是主体与客观外界相互作用的过程,是主体与外界进行物质、能量、信息交换的中介。班主任对学生的心理教育,不是把优良素质当作某种“物”传递给学生。组织各种社会实践活动,让学生在活动基础上,在与外界相互作用中自主建构,也就是让新的心理特征、属性在外界影响下经过内部的“自己运动”逐渐生长、发展、成熟。

班级文化 人的发展,从“生物人”变为“社会人”或“文化人”,是在文化环境中经历“社会化”或“文化化”的过程。学生在校大部分时间生活在自己的班级中,营造积极健康的班级文化,促进积极健康的心理发



展。这是十分重要的对心理素质熏染、濡化的隐生教育过程。

班级管理 日本《现代教育学基础》认为班级管理有“维持现状这一消极的方面”，但同时又“具有扩充教育本身的创造作用这一积极的方面”，使班级管理“适应个性和能力或环境条件”，发挥其“最大限度地促进人的成长与发展的管理运筹的职能”。要帮助学生在民主管理中形成民主意识；在自我管理发展中发展自主性；在知情意合一的班级的管理模式中，协调发展自己的知情意。

班级教育合力 每个人的心理、道德素质都是在校内、校外、正式的、非正式的，有意识的、无意识的种种因素综合影响下形成发展的。把班内外、校内外各种教育力量变为整合一致的影响，是班主任实施心理教育的重要方面。

班级教育系统的各个部分都是相互联系相互制约的，共同构成了班主任实施心理教育的特殊操作系统。

五

我们怀着尊敬和激动的心情，看到辛勤劳动在教育第一线的班主任们所发挥的创造精神，他们在自己的教育实践中，在独特的素质教育的操作过程中，创造了丰富的、鲜活的心理教育经验，例如：

——利用周会、晨会、班会，结合全班学生普及心理知识，激发学生求知欲，好奇心，激发学习热情，教学生学会做人，学会做事；

——在课外活动中，举办“心语沙龙”，自编自演“心理剧”，既培养学生创造精神，又让学生在艺术熏染中感悟生活；

——组织学生在社会实践中经受挫折，锻炼意志，理解、感受、体悟人生；

——布设心理图书角,丰富学生的精神生活,为学生自主地学习,自主地发展创造良好的条件;

——组织学生办《方舟》、《心声》等各种心理教育小报,让学生进入多彩的心理世界,表现自我,发展自我;

——组织“小记者”,为他们提供社会交往机会,培养人际交往能力和实际工作才干;

——运用“周记”开展师生之间的对话,交流思想,沟通感情;

——在“操作评语”中倾注师爱,激励学生积极进取,奋发向上;

.....

广大班主任老师的种种创造把心理教育、道德教育、审美教育融合在一起了。目前他们正以执着的敬业精神,继续耕耘着、创造着;“班级心理教育”必将日益显示其生命力,日益发展,日益完善。

心

灵

的

沟

通



代 序

目 录

班主任与班级心理教育(代序) … 班 华(1)

自我完善篇

在成长中完善自我·····	喻旭初(3)
遗憾·····	(5)
陌生的我·····	(6)
名言,我的朋友 ·····	(8)
阳光女孩·····	(9)
我能行 ·····	(11)
关于黑板报 ·····	(13)
“美”的含义 ·····	(15)
小议“手掌机” ·····	(17)
说“小节” ·····	(19)
我最想做的事 ·····	(21)
朗诵的故事 ·····	(23)
“青春时尚之我见” ·····	(25)
说句心里话 ·····	(27)
我看中学生的打扮 ·····	(29)
向自己挑战 ·····	(31)
我的成长 ·····	(34)
不要长大 ·····	(36)
认识自己 ·····	(38)
十六岁的礼物 ·····	(40)

心

灵

的

沟

通



目 录

力不从心	(42)
轻装上阵	(44)
我的梦想	(46)
庸人自扰	(48)
中国现代文明结核病	(50)
随笔	(53)
一个团支部书记的思考	(55)
爱拼才会赢	(57)
减肥轶事	(58)
另一种珍爱	(59)
生日	(61)

情绪调控篇

让学生拨亮心灵的灯	朱德勇 (67)
男孩的困惑	(69)
无题	(71)
给杨老师的一封信	(72)
我的烦恼	(75)
面对误解的迷惘	(77)
好成绩带来的苦恼	(79)
老师,我怎样才能提高自控能力?	(81)
自信与骄傲	(83)
理?	(85)
优等生的苦恼	(87)
期待	(89)
我讨厌理性和逻辑	(91)
变化	(93)
痛苦的纽带	(95)
私语	(98)
梦中的小白船	(101)





给心情放个假·····	(103)
“爱心使者”·····	(105)
我与电影·····	(107)
面对挫折·····	(109)
我的苦恼·····	(111)
谈爱情·····	(113)
我的爱情观·····	(115)
失败是成功之母·····	(117)

学习进取篇

走出地平线·····	叶海忠(121)
秋的颜色·····	(123)
心灵的荒漠·····	(125)
在时间中长大·····	(127)
宁搬山而不搬家·····	(129)
生活中的小事·····	(131)
钻头的启示·····	(133)
无题·····	(135)
迷茫的心·····	(137)
“副”课究竟要不要上? ·····	(139)
谈考试·····	(141)
害怕考得好·····	(143)
我的思想·····	(145)
泪夜·····	(148)
小议“失败是成功之母”·····	(150)
分数,我想对你说 ·····	(152)
与老师谈谈我的苦恼·····	(154)
困惑与无奈·····	(156)
报分数的那一刻·····	(158)
恐怖测验·····	(160)

	踏上新的征途·····	(162)
	买书断想·····	(164)
	高一心语·····	(166)
心	我的独白·····	(168)
	考试以后·····	(170)
灵	由“不准放风筝”想到的·····	(172)
	学习苦吗? ·····	(175)
	枉学了那么多年·····	(177)
的	我,永不言败 ·····	(179)
	随感·····	(181)
沟	化学竞赛后随想·····	(184)
	雨季啊,雨季 ·····	(186)
通	如果不是为父母,管它什么考试上大学! ·····	(188)

人际交往篇

中学生的人际关系·····	徐 飞(193)
一只孤独的小鸟·····	(195)
误会·····	(197)
男生和女生·····	(199)
班主任十问·····	(201)
后果·····	(203)
致董老师的一封信·····	(205)
真正的友谊·····	(207)
心灵的沟通·····	(209)
微笑·····	(211)
我们为什么会忘了父母的生日·····	(213)
理解老爸·····	(215)
我与父亲的故事·····	(217)
世界有爱才美丽·····	(219)
也谈“代沟”·····	(221)





目 录

家庭“审问”·····	(223)
问好·····	(225)
如果振作·····	(227)
老师的微笑·····	(229)
用你的真情换我的心·····	(231)
妈妈变了·····	(233)
爷爷,我想对您说·····	(235)
苦闷与思索——给妈妈的日记·····	(237)
给一位同学的一封信·····	(239)
我理解了老师·····	(241)
我的苦恼·····	(243)
真正的体会·····	(244)
巧和父母·····	(246)
友情·····	(248)
给朋友的一封信·····	(250)
困惑·····	(252)
谁为我拨开迷雾·····	(254)
谈谈“早恋”·····	(256)
敬佩·····	(258)
给初中同桌的一封信·····	(260)
我希望与同学友好相处·····	(262)
没有她的时候·····	(264)
呼唤真诚·····	(266)
徐老师,你有点不对头·····	(268)
我和朋友·····	(270)
呐喊·····	(272)
周铨,我亲密的“敌人”·····	(275)
有这样一位同学·····	(277)
失去的珍贵·····	(279)
天下父母心·····	(281)
男女同学之间不能有纯真的友谊吗?·····	(282)