

教育发现书系·课程

教育发现书系·课程



使人成为人

体验式心理健康教育新课程

司家栋 张付山 商燕岭 付强 著

山东文艺出版社

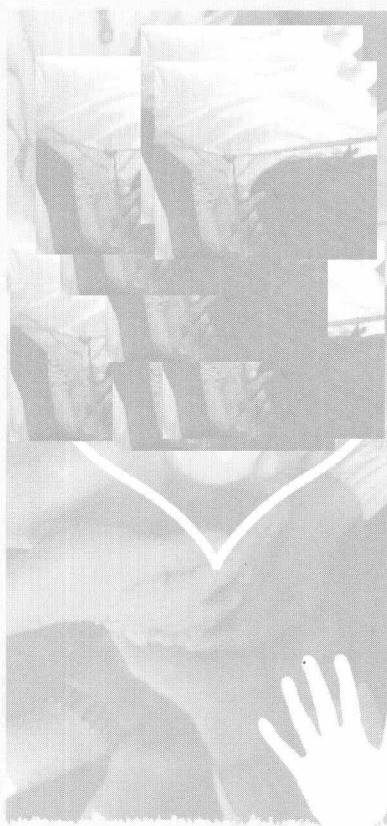
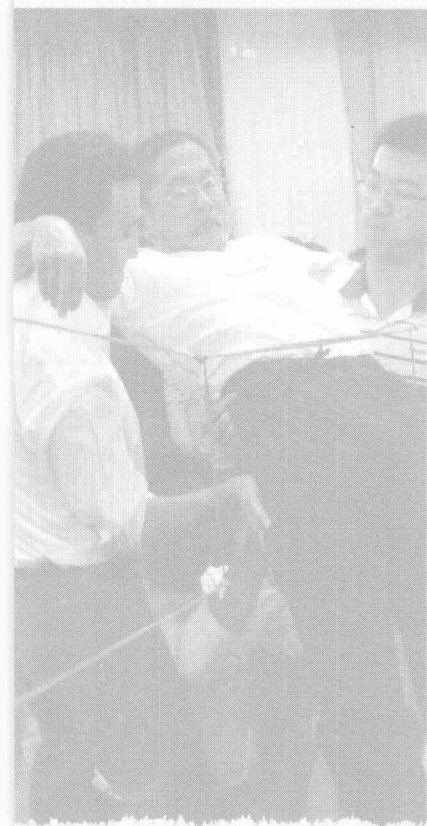


教育发现书系·课程

使人成为人

体验式心理健康教育新课程

司家栋 张付山 商燕岭 付强 著



山东文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

使人成为人:体验式心理健康教育新课程/司家栋等著. —济南:山东文艺出版社,2009.12
ISBN 978-7-5329-3133-0

I. 使… II. 司… III. 心理卫生—健康教育—中学—
教学参考资料 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 211694 号

主管部门 山东出版集团
集团网址 www.sdpress.com.cn
出版发行 山东文艺出版社
电子邮箱 sdwy@sdpress.com.cn
地 址 济南经九路胜利大街 39 号
印 刷 山东新华印刷厂
版 次 2009 年 12 月第 1 版
2009 年 12 月第 1 次印刷
规 格 开本/170×240 毫米 16 开
印张/19.75 插页/2 千字/335
定 价 32.00 元

目录

导言 /1

第一章 体验式心理健康教育课程概述 /15

第一节 心理健康教育课程简介 /16

第二节 体验式心理健康教育课程性质及基本理念 /23

第三节 体验式心理健康教育课程特点 /28

第四节 体验式心理健康教育课程设计思路 /37

第二章 体验式心理健康教育课程的理论基础 /41

第一节 体验式心理健康教育课程理论基础 /42

第二节 初中生生理发展特点 /46

第三节 初中生的心理发展特点 /48

第三章 体验式心理健康教育课程目标与内容 /67

第一节 课程目标 /68

第二节 课程内容 /74

第四章 体验式心理健康教育课程实施 /85

第一节 教学过程 /86

- 第二节 教师的教学行为 /91
- 第三节 课案编写 /97
- 第四节 研训一体的教研活动 /99
- 第五节 课程评价 /101
- 第六节 课程与其他教育活动的整合 /107

第五章 体验式心理健康教育课例 /115

- 课例 1 大家小家 /116
- 课例 2 组徽组歌 /121
- 课例 3 欢乐列车 /125
- 课例 4 信任之旅 /129
- 课例 5 同心杆 /135
- 课例 6 环环相套 /140
- 课例 7 孤岛护宝 /144
- 课例 8 搭塔比赛 /148
- 课例 9 征友启事 /151
- 课例 10 老师您好 /155
- 课例 11 跳行长蛇 /160
- 课例 12 飘球接力 /164
- 课例 13 盲人排队 /167
- 课例 14 单人彩球接力 /171
- 课例 15 数字传递 /175
- 课例 16 怪兽比拼 /179
- 课例 17 理解伟大父母心 /182
- 课例 18 异性人缘 /188
- 课例 19 穿越丛林 /195
- 课例 20 报数比赛 /199
- 课例 21 传球比赛 /204

课例 22	八仙过海 /209
课例 23	星际之圈 /213
课例 24	井然有序 /218
课例 25	盲人方阵 /222
课例 26	风中劲草 /226
课例 27	报纸履带 /231
课例 28	过梅花桩 /235
课例 29	双人彩球接力 /239
课例 30	翻叶子 /244
课例 31	穿越地雷阵 /248
课例 32	成长之路 /251
课例 33	高台背摔 /255
课例 34	拼图 /260
课例 35	乒乓接力 /265
课例 36	移毯接球 /269
课例 37	多人绑腿跑 /272
课例 38	优点轰炸 /276
课例 39	运送弹药 /281
课例 40	交通堵塞 /286
课例 41	蜈蚣翻身 /290
课例 42	投球比赛 /294
课例 43	小舟摆渡 /298
课例 44	团圆坐走 /302

参考文献	/306
-------------	------

后记	/308
-----------	------

导言

学校教育缺失了什么？

骇人听闻的青少年犯罪^①

案例一：李富昌夫妇被亲生儿子杀害于家中

1998年4月2日，黑龙江省牡丹江市公安局接到报警，李富昌夫妇被害于家中。公安人员经过调查取证，确认凶手竟然是死者的亲生儿子初三学生李非。李非学习成绩不好，为逃避考试而逃学，并打算去大连看看大海后再跳海自杀。妈妈发现李非情绪异常便进行追问，李非不肯说出真情，妈妈说要到学校问老师，李非怕逃学的事让老师知道，又去不成大连，就从厨房柜子里抽出刀来接连捅了妈妈几下，妈妈当场死去。李非将妈妈的尸体拖到阳台上，用毯子盖好。晚上爸爸回家，李非怕此事让爸爸知道，又用刀在爸爸的背后没命地连捅几刀……

案例二：女中学生杀害自己的外婆，仍若无其事地备考

武汉华师一附中女中学生黄某某因外婆看电视影响了自己复习功课，与外婆发生了争吵，一气之下抄起铁锤将外婆砸死，她仍复习功课到深夜。第二天她将外婆的尸体套进一个大口袋里拖到自己的床下，又复习了两天的功课后参加了期末考试……

案例三：青春年华命丧同学之手

浙江省永嘉县桥头镇。16岁的中学生邹招静遭绑架并被刺杀，身中70多刀后，倒在血泊中。凶手是死者的同班同学，两个年龄加起来不到30岁的初中生

^① 叶澜：《重建学校精神家园》，第21—27页，教育科学出版社，2003。



案例四：徐力弑母

浙江金华 17 岁的高中生徐力，因不堪忍受母亲长期的喋喋不休和打骂，这个成绩一般但看上去很老实的孩子举起铁锤将亲生母亲砸死……

一个向往大海的孩子，要不是心理畸形，怎么会干出如此惨无人道的事？

心如“死灰”，对生命如此漠视，学的知识再多又有什么用？

触目惊心的校园暴力

百度搜索“2009校园暴力”，找到相关网页约152,000篇，让人触目惊心。

浙江缙云县盘溪中学女教师潘伟仙因学生丁某逃课上网，准备去丁家家访，但丁某因为怕老师家访，竟将潘老师骗至山上后掐死。

如此血腥残酷的暴力事件发生在师生之间，真叫人揪心不已。

中新网韶关 12 月 18 日电（冯昶 徐丽华 李美彩 廖先发）广东韶关市新丰县警方 17 日称，上周发生的一宗校园暴力案件已经侦破。十多名嫌疑人均为未成年少男少女，他们对另一名少女拳打脚踢，强行扒下该少女的裤子，还掏出手机拍下施暴与受辱的照片与视频。据一名施暴女生称，施暴的原因仅是因为被辱少女在外面说其坏话。

2005 年 10 月 17 日晚，西安南郊某学校的一名 16 岁女生，被两名女同学在宿舍内脱光衣服殴打两个小时。被打原因很简单，只是被打人者怀疑与其喜欢的男孩关系好。

校园群殴事件层出不穷……

提到校园，人们想到的是纯洁的圣土

提到暴力，人们想到的是血腥的场面

而当这两个词语连在一起，变的没有隔阂的时候，那又意味着什么呢？

发人深省的心理问题

据福建某中学教师实际调查，78%的学生表示“有一点厌学情绪”，19.8%的同学表示“有严重的厌学情绪”，厌学成为学生成绩得不到提高的主要原因。

中国青少年网络协会发布的《中国青少年网瘾数据报告（2005）》显示，我国中学生群体网瘾比例高达 23.2%，有不少青少年由于沉浸在游戏、网络中而影响

了学业和人际关系。

国内部分调查结果表明，13岁至17岁中学生中，大约有30%的人承认有密切的异性朋友，其中7%至8%的学生承认自己有早恋行为。

北京某区针对3000多名中学生心理状况的抽样调查显示，近七成中学生表示“反感父母”或“极度反感父母”，沟通障碍、亲子对立等现象频频见报，亲子矛盾日趋表面化和广泛化。

城市青少年在服装用品服务消费上盲目攀比现象愈演愈烈，已经成为不争的事实。

城市青少年暴力、不良嗜好（吸烟等）现象大量增加，在发达城市甚至触目惊心。

当代青少年大多数是独生子女，不擅与同学朋友相处的为数不少，同学矛盾经常发生，不仅给青少年精神上带来痛苦，甚至发生恶性事件。

中学生由于心理障碍或情绪失控引发的自闭、自残、离家出走、自杀等行为。

.....

以上现象实在令人震惊、令人心痛！痛定思痛，每一个有良知的教育工作者，都应该很好地反思：我们的学校教育到底缺失了什么？长期以来，以“应试教育”为中心的学校教育，只关注学生“成绩”，严重忽视了生命教育、道德教育、人文教育和心理健康教育。尤其是心理健康教育，它是诸教育的基础和保障，对学生健全人格的发展起着至关重要的作用。以上问题表面上看是品德问题和刑事犯罪问题，但究其根源，是心理出了问题。学生的基本心理需要（安全的需要、尊重的需要、爱的需要等）得不到满足，就容易出现各式各样的问题，甚至会出现极端问题。因此，我们大声疾呼：为了青少年儿童的健康成长，为了祖国的未来，学校应重视心理健康教育！

时代呼唤——人人拥有健康的心理

人类进入了21世纪。这是一个全面开放的世纪。这是一个“唯一不变的就是变化”的世纪。

中国科学院院长路甬祥先生对21世纪的特点作了这样的概述：21世纪是经济的全球化、科技创新的国际化的世纪，是知识经济成为主流的世纪，是科学技术突



飞猛进的世纪，是人与自然协调、可持续发展的世纪，是东西方文化激荡、融合的世纪，是科学精神与人文精神交融统一的世纪。在这样一个崭新的世纪，中国正处在社会急剧变化的转型时期，其变化速度之快、涉及面之广、层次之深、情况之复杂，在中国发展史上是没有过的，在世界发展史上也是罕见的。

在这样一个时代，必然是社会竞争日趋激烈，生活节奏不断加快，生活方式不断调整，新生信息应接不暇，各种社会矛盾日显尖锐，多元文化对人们文化心态强烈冲击。新的时代所需要的人才提出了相当高的要求：具有可持续学习与发展的兴趣和能力；具有良好的道德品质和健全的人格；具有较强的人际交往能力和团队合作精神；具有较高的情感能力、实践和创新能力；具有参与国际竞争所必须具备的基本素养，这就是：多元文化价值观、全球思维、信息素养、人文素养。这就对人的素质尤其是心理素质，如健康的心态，积极自我调整的能力，不怕苦难挫折和挑战，责任心，进取心，爱心，社会适应能力，创新意识和能力等提出了更高的要求。全民性的心理健康教育越来越被大家所重视。

基础教育永远是未来的事业，肩负着为祖国培养未来所需人才的重任。健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础。因此，心理健康教育必然成为现代中学教育的重要组成部分，是现代学校的重要标志。面对如此纷繁复杂的世界，中学生都可能在某一时刻出现心理危机。为此，就要不断加强对中学生的适应性、承受力、调控力、意志力、思维能力、创造力以及自信心等心理素质的教育与培养，使他们真正懂得：要想占有未来，不仅要使思想品德、智能、体魄的储备，更要使战胜各种困难挫折的心理准备，从而引导他们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中立于不败之地，走向成功！

心理健康——人生幸福的源泉

幸福，是人类一个永恒的话题，我们每一个人都是它的“粉丝”。不同的人有不同的幸福观，众说纷纭，谁也说不清道不明，但有一点是公认的——健康是幸福之源。随着社会的发展，人们对健康有了全面而深刻的认识。世界卫生组织于1948年对健康的描述是“健康不仅是无疾病和不衰弱，而是保持躯体、精神和社会诸方面的完好状态”。1978年，国际初级保健大会发表了著名的《阿拉木图宣言》，宣言指出：“健康不仅仅是没有疾病或衰弱，而是身心健康、社会幸福的完满

状态。”因此，健康不仅仅是指生理、躯体方面的，而且应包括心理方面的。也就是说，在身体处在健康状况下，人有没有幸福感，将取决于他的心理是否健康。况且现代医学告诉我们，心理健康对生理健康有着直接的影响，故有病从“心”生之说。所以，心理健康是人生幸福的源泉。

人类的物质文明高速发展，然而，当我们转至人的内心，却发现人的幸福指数在近几十年却几乎没有多少增长。美国的一项研究发现：在1950年，大约60%的美国人认为自己是幸福的，有7.5%的人觉得自己非常幸福；而到了今天，这个比例除了偶尔起伏外，几乎没有什么变化，但感到自己非常幸福的人数却反而下降到6%。与此同时，抑郁症的患者却在增多，此外还有数百万人，虽然没有抑郁症，但却感受不到生活的快乐和幸福。在我们国家也是如此。

几乎所有的一切都变得越来越好，但人们却没有觉得更幸福，这说明幸福与财富并不直接相关。那么，幸福究竟是什么呢？心理学家认为：幸福其实就是人内心的一种感觉，一种人生的态度。那些真正幸福的人，并不是因为功名利禄、锦衣玉食，而是因为他们拥有一颗健康、乐观的心，他们可以用这样的心态去体味人生。原来，人生幸福，其实就在我们每个人的心中。

人的一生，无论是年轻、年老，富贵、贫穷，显赫、平凡，都会遇到这样或那样的挫折和困难，都会有许多令人烦恼的事情。特别是在当今这个飞速发展、竞争激烈的时代，我们每个人都感受着巨大的压力。我们每天都忙忙碌碌，忙着学习，忙着工作，忙着恋爱，忙着竞争，忙着奋斗，忙着成功。然而，许多人却忽略了善待自己的心灵。直到心力交瘁，直到我们被失眠折磨得头昏脑涨，被抑郁压抑得痛不欲生，被焦虑洗刷得无法安宁，这时我们可能才开始追问：为什么我感受不到快乐？为什么钱越挣越多，但我却越来越不幸福？为什么生活越来越好，心情却越来越糟？为什么房子越住越大，心却越来越空？以前的快乐到哪儿去了？

早在半个多世纪以前，心理学家荣格就提醒人们：“要防止远比自然灾害更为危险的人类心理疾病的蔓延。”当今社会，随着科学技术的发展，人们对外部空间的拓展能力日益提高，但对内心的提升却停滞了；人们的物质生活收获颇丰，而人的精神生活却日渐萎缩。人们在无穷的物质追求中，因丧失精神家园而深感痛苦。焦虑、抑郁、紧张、不安……一系列的心理困扰缠绕着我们。面对这些困扰，难道我们真的无能为力吗？

曾经有一个年轻人，起草了一份幸福清单，上面列着：健康、美貌、才智、爱



情、权力、财富、成功。当他把这份幸福清单交给一位睿智的长者，长者却告诉他：“你少了一样最重要的东西。”“那是什么？”他问。长者告诉他：“是健康快乐的心灵，这是上天赐予人类的最高赏赐。”有了它，你的生活无论是艰难坎坷、充满荆棘，还是一帆风顺、艳阳高照，你都不会被压垮，无论你的际遇如何，你都能执著坦然地向着自己的目标前进。

当今时代是一个充满挑战的时代，人类迎接着来自多方面的冲击，而心理危机是其中人类面临的最大问题。每一个都不可能摆脱压力和困扰，但我们可以用各种各样的方法去解决困扰。学会善待自己的心灵，以健康的心态对待我们周围的一切，我们才能健康成长。许多人的一生，并不缺乏才华和能力，也不缺少机遇，但总是与成功、财富擦肩而过。令人吃惊的是：在无数激烈的竞争中，许多人并不是被别人打垮的，而是被自己击败的。事实上，能击垮人的不是生活本身，而是人们面对生活的不幸时所抱有的心态。生活本身既不是祸，也不是福，它是一个承载着众多“调味品”的容器，关键是我们要把它变为什么。

罗丹说：世界上从来不缺少美，缺少的只是一双发现美的眼睛。同样，生活中也从来不缺少幸福，缺少的只是一颗能体味幸福的“心”。人生在世，需要不断地为自己的心灵除尘。拂净心灵，让心灵在生活中优雅地驻足，平和的品味，你将会发现：原来我们的生活中蛰伏着惊人的美丽。只要我们以乐观、平和、健康的心态泰然处之，我们就能享受生活回馈给我们的快乐。记住：幸福人生，从“心”开始。心圆满，生活就会圆满；懂得幸福，你就会幸福^①。

基础教育肩负着为学生终身发展和人生幸福奠基的光荣使命。我们要为每一个学生的心理健康打下坚实的基础，对学生的人生幸福负责。

心理健康教育——素质教育的核心

中国人民大学心理研究所所长俞国良教授认为：“良好的心理素质是人的素质的重要组成部分，培养和造就高素质的创造性人才，是以心理健康为前提条件的。心理健康教育作为提高心理素质的教育，不仅是素质教育的有机组成部分，而且也是学校教育本身的内涵。我们极有必要把中小学心理健康教育作为实施素质教育新

^① 毕淑敏：《心理健康与人生幸福》报告会文稿，2006年3月。

的生长点和制高点，作为加强和改善中小学德育工作，提高其针对性和实效性的一个具体举措。”^①

未来的人才综合素质的人才，在各种综合素质中，心理素质是尤为重要的。良好的心理素质培养不仅是教育的目标，同时也是教育的条件。一个人具备了良好的心理素质，才能充分发挥主观能动性，有效地提高自身各方面的素质水平。在教育改革不断深化发展的今天，心理健康教育不仅成为素质教育的重要组成部分，而且其重要性越来越被人们所认识。良好的心理健康素质是使个性得以全面、和谐发展的先决条件，对德、智、体、美、劳诸育发展起着制约作用。

首先，心理健康教育是素质教育的重要组成部分。素质教育是以全面提高学生素质为主要目标的教育。在人的各种素质当中，心理素质占据基础和核心的地位。第一，心理素质是社会文化素质赖以形成的基础与中介，离开心理素质的中介作用，社会文化只能停留在外在形态的层面上而不可能转化为人的素质。第二，心理素质对其他素质的发展具有促进或制约的作用，因而对人才素质结构及其发展水平具有极大的影响，有时甚至起到决定作用。第三，心理素质是个性不断完善的能动性基础，从人才素质结构的角度看，在各种素质中只有心理素质具有能动性的特征，心理素质的能动作用主要是通过自我意识的调控作用实现的。人的自我意识是对自身心理活动过程的反映，正是借助自我意识的作用，人们才能认识自我、调节自我、设计自我、完善自我，从而使自己向着更高的水平发展。正是由于心理素质在人才发展中具有如此的重要作用，国内外一些有远见的教育家们都把人才培养的重点放到了心理素质上。

其次，心理健康教育是全面提高学生素质的重要保证。从心理健康教育与德育的关系上看，德育的根本目标是培养学生良好的思想品德素质，在此过程中，学生正确的思维方式、积极的生活态度、良好的性格特征都是影响品德发展的重要心理基础。实际上，良好道德品质的形成是增强社会适应能力的重要内容。美国学者哈维格斯特认为，儿童期发展的主要任务中就包括发展道德性及价值性判断的标准、发展人格的独立性、发展对社会团体的态度等。在教育实践中，许多问题行为的存在都与不健康的心理有关。在以往的德育工作中，由于存在形式化、简单化、表面化的倾向，一些德育工作者常把心理问题当做品行问题来处理，因此导致德育实效

^① 俞国良：《中小学心理健康教育的进展》，《教育情报参考》2001年（3）。



性差的结果。实践证明开展心理健康教育对提高德育实效性起到了明显的推动作用。这种推动作用的表现之一就是帮助德育工作者学会了区分心理问题和品行问题，学会了用心理学的方法去解决心理问题，而不是像过去那样常常用解决思想品德问题的方法来解决心理问题。从心理健康同智育的关系上看，学习活动是一种全方位的心理活动过程，它不仅是认知发展的过程，也是情感、意志发展的过程，同时还是能力、性格形成和发展的过程。然而，以往在学习活动中存在一个很大的误区，即把学习只是看做知识、技能掌握的过程，对其他心理素质，尤其是情绪、情感的发展基本上没有纳入教学目标之中，其结果就是造成了一批严重厌学、发展片面、畸形的学生。实际上，学业成就不仅与智力水平有关，而且同非智力因素有关，如稳定的情绪、浓厚的学习兴趣、高涨的学习热情、明确的目标、顽强的毅力、高度的自制力等。开展心理健康教育既可以帮助学生提高智力和非智力因素，又能对学生常见的心理问题如厌学症、考试焦虑、抑郁症、多动症、孤独症、智力发育迟滞、特殊技能障碍等有预防和调适作用，从而提高教学质量。从心理健康与体育的关系上看，心理健康对身体健康的影响十分明显。一方面，心理健康依赖于身体健康，另一方面心理健康又会影响身体健康。近年来，大量的医学实践证明，如果一个人心理压力大，不良情绪体验多，长期处于应激状态中，会导致植物神经功能紊乱，影响生理功能而产生障碍。事实说明，身心健康紧密相关，没有心理上的健康就不会有真正的身体上的健康。在很多情况下，身体上的不适并不是来自生理上的原因，而是来自心理原因。

国外心理健康教育发展状况及给我们的启示^①

学校心理健康教育在西方发达国家已有一百多年的历史，从诞生至今一直在发生着巨大的变化。根据国外心理健康教育的职能、活动与作用，我们可以从历史的角度将国外学校心理健康教育的发展过程概括为三个阶段：第一阶段，从19世纪末至20世纪40年代，这是国外心理健康教育发展的初期或孕育期，处于心理测量和心理诊断的水平。第二阶段，从20世纪50年代至60年代末，是学校心理健康教育发展的童年期，处于心理咨询和心理辅导的水平。第三阶段，从20世纪70年

^① 全国教育科学“十五”规划课题《学校教育原理与实施的研究》的成果之一。

代至今，这一阶段是学校心理健康教育的繁荣期，处于综合的学校心理健康教育活动水平。

当前，国外学校心理健康教育发展出现的新趋向，既表明了全球心理健康教育的实践动向，又提出了现代心理健康教育理性的研究课题，是很值得重视的。究其要者，主要表现在四个方面。第一，人本服务理念。随着人本主义思潮对学校心理健康教育的影响日益深刻，学校心理健康教育工作者认识到，自己的工作对象不仅仅是一个信息的加工者和学习者，更重要的是一个富有思想感情和个性，充满需要且富于潜能，具有社会性品质的整体的人。作为一种特殊的社会服务，学校心理健康教育要真正尊重人的心理需要，关怀人的精神价值，即要树立以人为本的教育理念，这已经成为许多学校心理健康教育工作者的共同信仰和思想先导。可以预见，随着人们在新世纪对内心世界和心灵体验的更加关注，心理健康教育将会越来越人性化、个性化和理性化，以人为本的心理健康教育服务理念也必定会获得广泛认可和长足发展。第二，多元整合视野。开展多学科整合研究是现代科学研究的一个共同趋势，学校心理健康教育也不例外。国外学校心理健康教育中流派对立、取向纷争的现象基本消除，相互吸取、融合发展已占主导地位。20世纪90年代以来，越来越多的心理健康教育专家倾向于主张从多学科（如教育学、心理学、社会学、文化学）整合的角度来探索和研究心理健康教育这一复杂现象，努力用科学主义与人文精神统整的方法论来综合建构自己的理论范式。尽管这方面的发展前景尚难完全预料，但这种多元整合的视野无疑左右着国外学校心理健康教育的发展方向，将是整个心理健康教育综合化发展趋势的推动力和催化剂。第三，本土研究运动。本土研究取向是20世纪80年代在国外学校心理健康教育界出现的一场声势浩大的研究潮流。一些学者提出要构建本土化的心理健康教育概念和理论模式，这标志着学校心理健康教育工作者开始有了本土化研究的自觉意识，同时也标志着当前国际学校心理健康教育研究已在主流范式与非主流范式之间呈现出一种相互吸收、相互交融、相互沟通的发展趋势。第四，社会文化转向。近年来，伴随着西方社会科学领域出现的一股“文化热”，针对心理健康教育领域存在忽视文化差异的“文化迟钝”“文化色盲”现象，西方学校心理教育工作者正在展现出对社会文化影响日渐增加的关注，重视社会文化因素对人的心理发展与行为方式、对心理健康教育理论与实践研究的影响，呼吁建立一种对社会文化敏感的健康心理学与学校心理健康教育。这种社会文化转向提供了一种不同于行为主义、精神分析、人本主义心理教育的理



论观点，促成了心理教育中“第四力量”的形成，被称之为“一场范式的转变”，是“平行于认知革命的一场‘文化革命’”。在这个意义上讲，重视社会文化因素的影响，对于学校心理健康教育的健康发展是有着积极作用和进步意义的。

国外学校心理健康教育经过一个多世纪的发展，已经形成相对完整的理论体系和较完善的操作体系，在各国教育体系中占据着重要的位置，发挥了积极的作用。国外学校心理健康教育的发展历程、现状及趋向，对于加强和改进我国学校心理健康教育工作，促进我国学校心理健康教育的健康发展具有重要的借鉴意义。

1. 在心理健康教育认识方面。我们要统一思想，提高认识，更新观念，高度重视学校心理健康教育在推进学校素质教育，促进学生全面发展方面的作用，努力增强心理健康教育为转型期两个文明建设服务的力度。

2. 在心理健康教育功能方面。我们要以发展性功能为根本，兼顾预防性功能、补救性功能，也就是要以积极性心理健康教育为主，消极性心理健康教育为辅，使心理健康教育在培养具有较高心理素养的现代化建设者，提高全体国民的心理素质方面体现其核心价值。

3. 在心理健康教育对象方面。我们要确立“全人心理教育观”，面向全体学生，而不只是少数有严重心理问题的学生，促进学生心理的全面和谐发展、自主发展，这是我国当代学校心理健康教育不可忽视的新的生长点。

4. 在心理健康教育实施方面。我们要确立“大心理健康教育观”，把握系统性，探索从学前、小学、中学到大学心理健康教育的科学衔接和有效沟通的机制，通过各育的结合，各学科教学的有机渗透，整合与优化心理健康教育途径。这是我国学校心理健康教育发展的新契机与新视野。

5. 在心理健康教育管理方面。我们要依靠教育行政机构和心理健康教育的学术团体制定管理条例、工作细则，完善管理运行机制，对学校心理服务进行“行政干预”与“专业干预”，提高科学性与实效性，引导心理健康教育向规范化发展。

6. 在心理健康教育资源方面。我们要积极整合学校、社区、家庭、自我等多方面的资源，在“四结合”上来拓展学校心理健康教育的新空间，形成学生心理发展的社会支持系统，使“心理育人，人人有责”真正成为全社会的共识和共同行动。

7. 在心理健康教育队伍方面。我们要加大培养、培训力度，推行心理健康教育资格认定制度，通过落实编制、职称评定、校本全员心理健康教育师资培训等举

措，建设一支素质优良、专兼结合、全体教师共同参与的心理健康教育师资队伍。

8. 在心理健康教育模式方面。我们要积极实践，自主构建，探索富有自身特色、本土化的心理健康教育模式，这是我国学校心理健康教育发展的生命力所在。

9. 在心理健康教育技术方面。我们要切实加强高新技术和手段的学习、训练，借助于快捷方便、丰富多样的计算机网络、多媒体等现代化技术，使学校心理健康教育更加富有成效和影响力。

10. 在心理健康教育研究方面。我们应当理性分析当前的研究困境与问题，积极引导学校心理健康教育研究根本变革，尤其要加强行动研究，开展多学科整合研究，重视心理健康教育基本问题的研究，重建心理健康教育的研究范式，推动学校心理健康教育研究走向规范，走向成熟，走向科学。

我国内地学校心理健康教育现状

我国自 20 世纪 80 年代开始了对心理健康教育的关注。与西方（以美国为代表）相比，我国心理健康教育是发于改革开放形势下对德育困境的反思，始于对国外心理健康教育的借鉴，起步于高校学生心理咨询尝试（1984 年部分高校开始建立心理咨询中心）。并随着素质教育观念的深入发展逐步向中小学校转移和渗透。1994 年，中共中央和国务院颁发的《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》，明确指出：“通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育指导。”1999 年《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，再一次指出：“针对新形势下青少年成长的特点，加强学生的心理健康教育。”1999 年，教育部成立全国中小学心理健康教育咨询委员会，同年 8 月印发《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》（以下简称《意见》），明确规定把中小学心理健康教育作为推进素质教育的一项重要措施，要求“从 2000 年秋季开学起，大中城市有条件的中小学要逐步开展心理教育，小城镇及农村的中小学也要从实际出发，逐步创造条件开展心理健康教育”。2001 年 7 月《中小学心理健康教育》创刊，标志着内地中小学心理健康教育科研工作有了自己独立的学术刊物。2002 年 8 月，教育部颁布《中小学心理健康教育指导纲要》（以下简称《纲要》），对分层、逐步、有序推进中小学心理健康教育工作进行了系统的部署，提出了具体的要求，为中小学心理健康教育的发展指明了方向。