



XinKeBiao JiaoShi BiDu CongShu

新课标教师必读丛书

行为能力培养

北京未来新世纪教育科学研究所 主编

切入所有教师关心的话题，满足师生对新课程全方位理解的需求。

符合新课程理念的教学设计、富有特色的课堂教学、深刻的教学反思及专家评析。

远方出版社

新课标教师必读丛书

行为能力培养

北京未来新世纪教育科学研究所/主编

远方出版社

责任编辑:胡丽娟

封面设计:阮林丽

新课标教师必读丛书

行为能力培养

主 编	北京未来新世纪教育科学研究所
出版发行	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
经 销	新华书店
印 刷	北京市朝教印刷厂
开 本	850×1168 1/32
字 数	4500 千
印 张	880
版 次	2006 年 1 月第 1 版
印 次	2006 年 1 月第 1 次印刷
印 数	5000
标准书号	ISBN 7-80723-115-7/G·55
总 定 价	2240.00 元(共 80 册)

远方版图书,版权所有,侵权必究。

远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。

前 言

新的课程改革,为改进教学,提高教学质量,提供了不可多得的机遇,同时也给广大教师提出了一系列亟待研究的课题。

进入新课三个层次七项目标即“知识与能力、过程标准”,转换思路,改介值观”,取代了传统的三个层次三项目一。但也有部分教能力与思想教育”。其中,“过程与方法实践难度较大。特别是还是第一次。制定这一目标的基本理念方式的理论,实践中缺乏足资借鉴的理论研究成果和实用资料。

本轮课程改革的重大变化之一,是教学目标的多元化与具体化。新课标用三个层次七项目标即“知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观”,取代了传统的三个层次三项目标即“基础知识、基本能力与思想教育”。其中,“过程与方法”成为课程教学目标,还是第一次。制定这一目标的基本理念,在新课标里已有清晰的表述。

如何让学生积极主动地参与教学过程?如何组织丰富多彩的教学实践活动?如何以学生为主体?如何为学生营造一个兴趣盎然的良好环境等等,这些是广大参与新课程实验的

一线教师特别关心的问题。他们各显神通,为解决这些问题付出了艰辛的劳动和智慧,取得了可喜的成就。他们筛选出各种有用的教学资料读物,为学生的探究式学习、主动学习与合作学习,创造了极好的条件。我们从中挑选了很小的一部分,编成这套《新课标教师必读丛书》,供实验阶段的一线教师参考。

该丛书的问世,为教师教育教学提供了一份珍贵的教学参考书。愿每一位教育工作者通过本丛书的学习,提高教学理论素养,完善学科知识,积极推进素质教育,做一名成功的素质教育者,培养21世纪的高素质人才。前人的某些研究成果,为我们的编写提供了借鉴。虽然如此,本书的疏漏、谬误之处仍恐在所难免,祈望广大师生不吝赐教,以匡不逮。

编 者

二〇〇六年一月

目 录

第一章 学生心理	1
第一节 儿童的心理发展障碍问题	2
第二节 青少年心理行为	17
第三节 如何调节好中学生的心理负荷	44
第四节 矫治学生的自卑心理	50
第五节 加强学生从众心理素质的培养	53
第六节 矫正学生自我意识取向	60
第七节 培养学生承受挫折的能力	64
第八节 如何矫正学生的逆反心理	80
第二章 青少年犯罪心理	87
第一节 青少年犯罪心理与健康教育	87
第二节 青少年的身心特点和的心理问题	90
第三节 如何防止青少年犯罪心理	101
第四节 矫治未成年人犯罪的不良心理	104
第三章 青少年犯罪行为的预防	113
第一节 青少年犯罪的特点及预防	113
第二节 从犯罪构成看犯罪防控	134
第三节 青少年违法犯罪的心理病因与预防	164
第四节 加强心理健康教育,预防青少年违法犯罪	173

第四章 行为分析与矫正	177
第一节 行为矫正理论.....	177
第二节 矫正方法.....	200
第三节 行为辅导.....	216
第四节 行为矫正的教育意义.....	258
第五章 学校群体行为	265
第一节 群体心理概述.....	265
第二节 学生非正式群体的教育与管理.....	280
第三节 学校群体对个体的影响.....	296
第四节 学校人际关系.....	316

第一章 学生心理

儿童和青少年正处在心理发展的进程之中,从发展心理学的角度看,从儿童到成年人存在着一个“过渡期”,不仅身体的发育产生巨大的变化,而且心理结构变化和特定精神机能的发展也产生人生的飞跃。如今,有些部门创办了“儿童心理咨询门诊”和“青少年心理咨询门诊”,在一般心理咨询中,儿童和青少年的心理咨询与治疗占总数的 60%~70%。表现为偏离和心理障碍的人,大多数是从儿童开始,其心理状态就由于受到了生活环境的不良影响而显得不够正常,后来又因为得不到良好的教育和培养,致使其心理与行为不能适应正常的社会生活环境,甚至产生危害他人、危害集体、危害社会的行为倾向,少数人随后还可能走上犯罪道路。

青少年及儿童心理发展问题咨询在心理咨询和心理治疗中占有重要地位,不仅有利于各种心理行为障碍的早期预防,有利于对儿童和青少年的科学培养,及时矫正治疗各种心理行为问题;而且会对一个人一生的心理发展水平产生积极的影响,是心理卫生工作中不可忽视的重要环节。

第一节 儿童的心理发展障碍问题

儿童期又称为学龄初期,是指六、七岁到十一、二岁这个年龄阶段。在这个阶段,学习成了儿童的主导活动,学校成为活动的主要场所,教师成为学习的领导者,同学成为一起学习的伙伴。在这个时期,由于儿童是处在成长和发育阶段,大脑的机能尚未发育成熟,人格特征还处在初步的形成过程中,主观的心理状态也还处在幼稚的和极不稳定的发展变化时期。因此,在这个所谓“心理断乳期”之前的儿童时期,特别容易受到外界有害刺激的伤害和影响。任何不合理的教养方式,不良的社会文化环境因素以及精神创伤与挫折,都可能引起儿童心理发生障碍问题,造成不良的后果。

随着我国独生子女的增多,家庭教育的水平和方法尤其显得重要。父母对孩子或者过分的关心和照顾,溺爱和娇宠,或者过分严格管教,都是不适当的家庭教养方式的表现。又如,儿童期双亲去世及其他家庭不幸事故;父母关系不和谐,父母离异,家庭成员之间经常争吵,家人酗酒、道德败坏和违法乱纪等,都可能造成儿童人格的畸形发展,导致行为偏离,形成各种儿童心理发展的障碍。

儿童的心理发展障碍问题,主要表现在家庭生活中和对学校生活的适应方面,可分为两大类:

一、行为障碍问题

在这里,我们研究的是儿童的个体行为,儿童对于面临的情境(主要是家庭和学校生活中)是否能做出适当的反应动作。如果儿童在没有智力障碍和精神失常情况下其行为显著地异于常态,不能对面临的情境做出适当的反应,也就妨碍儿童对正常的家庭和学校生活的适应。因此,它是一种心理发展障碍的表现。

儿童的行为障碍有以下多种表现:

(一)情绪发展障碍

儿童的情绪发展本来就处在发育不成熟的状态,但是,一个儿童如果比同龄人表现出较多的幼稚情绪反应,整个行为的水平停留在较早的发展阶段,情绪的发展方面也较身体与智力的发育落后,则情绪发展障碍就显著地表现出来。

例如,一个8岁的男孩,已上小学二年级,但在学校里极端胆怯、恐惧、畏缩,上学要母亲接送,不敢一人回家;老师提问时,说话声音极小,谁也听不清,老师只好不再提问他;遭到同学欺负或讥笑时,他就哭起来,并要求母亲别再送他上学,至今学习成绩中等;但对上学反感,母亲为此很发愁。经心理咨询了解到,这个男孩从小身体瘦弱,经常生病,系独生子,家中奶奶、姥姥等一直对他娇宠溺爱,对成人极端依赖,从小与

同龄人接触极少。采用系统脱敏法,鼓励其与同龄人结伴,多做户外活动,增强体质,锻炼勇敢和自我管理能力,促进了情绪发育水平的提高。

还有的儿童其情绪发展障碍表现为另一极端,即典型的“小皇帝脾气”。例如,一名5岁的男孩,在他两岁时母亲病逝,后由奶奶抚养。奶奶视这男孩为掌上明珠,对他百般娇惯,经过三年时间,这个男孩在家中颐指气使,盛气凌人,说一不二,全家七、八个成人都要听他的“指挥”,甚至半夜里突然哭闹,让奶奶给他包饺子吃,奶奶就立即去做,否则就大发脾气,吵得四邻不安。后来这男孩的父亲再婚,这位继母经心理咨询,下决心教育好孩子,她与奶奶商量,将男孩子送入幼儿园整托;使他在集体生活中消除了许多坏习惯,情绪逐渐稳定。继母发现他爱看科幻动画片,就给他买了许多科幻连环画,并培养他专心致志地看电视……,经过一年多的情绪调整,这个男孩上学后适应较好,学习成绩名列前茅,并与继母感情较好。对于存在情绪发展障碍的儿童,应注重培养其情绪的稳定性,增强其自我控制能力,以成人成熟、稳定的情绪和爱的情感给儿童以感染,使儿童的情感世界充满温暖、和谐的气氛。

(二)心理需要障碍

人的各种心理需要是从低级向高级发展的。儿童时期是以生理和物质需求为主的低级发展阶段,但也必须通过正确



的引导激发儿童的高级情绪需求的发展。对各种需求不满足是儿童的心理特征之一。

一名14岁的女孩竟有“偷窃癖”。其母亲痛哭流涕,万分伤感地向心理医生诉说女儿如何“不争气”。这女孩从4、5岁时就表现为爱拿别人的玩具,上小学后又常顺手拿走别人的文具、本子等,8、9岁时,又开始偷拿父母的钱,到亲戚、朋友家做客,也常常偷窃别人的钱或小东西,多次被发现,屡教不改。在心理咨询中了解到,其母亲性情急躁,而父亲性情温和,对女儿溺爱。女孩常向父亲要零花钱,父亲几乎都不拒绝,而母亲从不肯给她零花钱;母亲恨铁不成钢,有时对她讲道理,有时打骂,并说:“对她实在爱不起来!”在这种家教环境中长大,这女孩对母亲反感,因而母亲买的衣服她不爱穿;对母亲的态度也反感,她渴望父亲的爱和关心,但父亲又无暇顾及她,所以她的偷窃癖是心理需求没有满足的表现。经心理咨询和治疗,女孩的父母注意了教育方法和态度,女孩也认识到自己的偷窃癖只不过是为了引起父母的注意,希望父母关心和正确评价自己,因而逐步增强了自我控制能力,并且学习上有了进步,经一年心理治疗,偷窃癖得到矫正。

在我国社会开放以后,儿童的眼界扩大,精神与心理需求也增大;多种因素的影响,可能导致某些儿童物质需求的无限膨胀。有些独生子女,更易形成心理需求的畸形发展,以至形成贪得无厌、欲壑难填的心理状态。由此而发展为偷窃癖,甚至走上违法犯罪道路,这样的儿童少年在增加。因而,对于儿

童的心理需求必须适当给以满足,但也必须及早进行适时的教育引导,以防止心理需求障碍的发生。

(三)意志行为障碍

表现为不能忍受挫折和失败,惧怕批评、指责和训斥等。正常的儿童有一定自制力,在遭受挫折失败后也能振奋精神,不服输,有一定竞争能力,表现出意志行动的坚决和克服困难的决心。产生意志行动障碍的儿童则有困难就放弃努力,有失败就怨天尤人,自暴自弃;而他们又常说大话,说空话,以显示自己的能力,常把失败原因归咎于别人或客观环境。

一名 11 岁的男孩,在四年级留级,测查智商为 110,属正常范围。但他上课精神不集中,时而拿小东西玩或随意在纸上乱画,提问时多半答不上来;他与其他同学合不来,有打人、骂人行为;留级后,学习仍很差。经心理咨询发现,该男孩逆反心理严重,对家长、老师的批评反感,并表示老师讲的内容都懂,就是不爱做作业,因而常不交作业;考试前也不愿下工夫复习,认为读书是最单调、枯燥的事,而爱好踢足球、玩电子游戏和看电影、录像等。这是较典型的意志行动障碍,因而对其心理治疗要从改变行为习惯上下功夫,使其循序渐进地形成良好学习习惯和自觉遵守纪律的行为模式。

有位 12 岁的女孩一向学习优秀。在六年级上学期期中考试时,她患了重感冒,但仍参加了考试。由于身体不适,数学只得了 70 分,其他成绩也比过去下降了,这对她是一个沉

重的打击。从此,她变得沉默寡言,悲观失望,逐渐怕见老师和同学,不肯去上学。这是另一类型的意志行动障碍。幸亏她的母亲及时带她来找心理医生。经心理咨询了解到,这个女孩过去一直是一帆风顺,在众人的赞扬中长大;成人的过度期望和不适当的教育方式,使她意志薄弱,经不起一点挫折。

对于这样的儿童,可用行为疗法。在心理治疗时,为她规定一些有一定难度的“心理训练作业”。例如,每天坚持 20 分钟体育运动,规定多长时间要她完成数学速算题和其他一些作业;并让她承担一定量的家务劳动(过去她从不做任何家务劳动)……通过这些活动,使她在实践中明确“意志行动”和克服困难的真正含义。使她认识到:不顺利和困难是必然的、经常的;一帆风顺倒是偶然的、少见的。心理医生并通过女孩的家长与学校建立了联系,老师和同学们热情对待她,充分肯定她的长处,并在班上表扬了她带病坚持考试的可贵精神,每天有要好的同学陪同她上学。这样,经过一段时间的调整,女孩摆脱了抑郁情绪,又恢复了活泼开朗的性格,并在期末考试中取得了优异成绩。

(四)不诚实与认知障碍

家长和教师最忌讳儿童的不诚实;一出现不诚实行为,便立即与儿童的品德相联系,这个儿童被另眼相看,并常受到不公平待遇,使其不能像其他儿童一样生活和学习,从而感受到心理压力,以至于不知所措,往往更加剧了其不诚实的表现。

儿童说谎的心理原因大致有以下五种情况：(1)认知上的泛化和概念的混淆。(2)由于谎话逃避了成人的批评或惩罚。(3)由于虚荣心作怪，认为谎话能提高自己在同伴心目中的“地位”。(4)由于成人教育方式、教育观念不统一，使一些儿童学会察言观色，阳奉阴违。(5)为了引起别人注意，以说谎话形式自我表现，一鸣惊人。

在学龄前期，对儿童不可轻易下结论说其“不诚实”，对由于认知错误引起的不诚实行为应及时矫正，注意使用认识上的强化。应把时间概念的混淆，感知的错觉、记忆的错误，思维中判断的不准确等心理发展过程中的正常现象与不诚实严格区别开来。

应该对儿童给以“诚实教育”，这不仅是指“诚实行为”的说教，而且包括家长的以身作则，言行一致；对儿童进行知、言、行三者统一的教育和严格要求，给儿童以信任和尊重，并对其诚实言行给予充分肯定和及时强化。

(五) 对抗心理与盲目反抗的表现

学龄儿童开始萌发独立意识。当孩子的心理上感觉到有关的权威人士或法令规章不够公平，受到不应有的或不适当的待遇，如批评与指责等，或感到自己的正确行为不被理解和接纳等，就易于产生反抗心理，并出现盲目的反抗行为，尤其是对家长、教师等成人的敌视态度和严重对立情绪，还表现出蔑视校规和家规等一些破坏性的行为。

例如,有的儿童对于家长强制自己学钢琴,丝毫不感兴趣,练琴时千方百计逃避、消极应付,并产生破坏钢琴,甚至砍伤自己手指的行为,以达到不练钢琴的目的。

(六)冲动性行为表现

有行为障碍的儿童,其行为常常会受到偶然动机和激动情绪的影响与支配,他们所采取的行为反应方式,也常常是带有偶然性和冲动性;即,由不适当的动机和情绪导致不适当的行为,也像是冲动性的行为表现。

例如,一个8岁女孩,因为姐姐批评她吃饭挑食,她就又哭又叫,不再吃饭,并拣起一块砖头,砸坏了窗上的玻璃。这类行为,在独生子女中较普遍,家长的溺爱和无原则迁就往往强化了这种冲动性行为。所以心理治疗中要辅导家长学会对儿童的冲动性行为给以“冷处理”,以平静温和的态度来感染儿童,淡化冲动情绪,使儿童增强自我控制能力。

冲动性行为还与缺乏父母之爱有关。一名10岁的男孩在重点小学上学,为上学路近,他与姥姥住在一起,父母每星期来看望他一次。男孩有一次见到父母时,要求给他买一个小机器人玩具,但父母不同意。男孩很生气,正好舅舅要出差,有800元现金放在家里,男孩拿了舅舅的钱,去买了许多小机器人玩具送给同学,还把剩下的钱藏了起来,使大人们十分着急。经心理咨询了解到,这男孩渴望与父母一起生活,他以偷舅舅的钱买玩具这一冲动行为希望引起父母对他的关

心。以后父母注意了更多地关心和满足他的合理要求,并抽时间陪他去玩,这个男孩以后再也未出现类似行为。

(七) 社会交往困难的表现

儿童期的交往行为是成人期的人际交往的基础,因而儿童期的合群性与合作性至关重要。有行为障碍的儿童往往难于结交同龄伙伴,不能与周围人正常交往,不能与同学、伙伴友好相处,甚至与家人也常相悖。有的儿童因各种原因成为被人欺侮的对象,因而害怕与他人接触而呆在家里,自寻乐趣。还有的独生子女,自小处在成人的包围之中,只会与父母、长辈玩乐,伪装成大人,而又处处被大人迁就、溺爱,从而掩盖了自身幼稚无知的一面,在与同龄人相处时则不能适应。还有的儿童专门与比自己幼小的异性儿童嬉戏,并喜欢做一些与其年龄或性别不相称的游戏,因而使其无法跨越与同龄伙伴相隔的鸿沟,这种情况使他们在家庭、学校、社会上都人缘不好,没有朋友,对长者怀有敌意,结果总与周围人格格不入,可直至成年。

例如,一名 11 岁女孩,自上小学以来就害羞、胆怯,同学们做游戏时,她只在一旁观看,到小学高年级,她深感自卑,不愿与同学相处。上课时老师提问,她十分紧张,越紧张越答不好;由于恐惧与同学交往,不愿去上学,已出现旷课逃学行为。经辅导遂与同龄伙伴交往,紧张情绪缓解;此后总有两个女同学与她相伴,她逐渐愿意与同学们一起游戏,不再旷课,上课