



高等院校教师专业发展系列教材

总主编 毕宪顺

# 学校心理健康教育

School Mental  
Health Education

主编 林泳海



高等教育出版社  
HIGHER EDUCATION PRESS

高等院校教师专业发展系列教材

总主编 毕宪顺

# 学校心理健康教育

Xuexiao Xinli Jiankang Jiaoyu

主编 林泳海



高等教育出版社·北京  
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

## 内容提要

“高等院校教师专业发展系列教材”在贴近基础教育改革要求,把握教师教育改革动态的基础上,力求凸显“基础理论扎实、教育教学技能熟练、实践能力和创新精神强”的教师教育特色,旨在提高教师教育教学水平和人才培养质量。本书是其中的一本,分为四编。第一编总论,介绍了学校心理健康教育的基本概念及发展。第二编包括第二章至第五章,介绍了儿童心理发展、特殊儿童心理与学校心理健康教育的关系,学校心理健康教育的理论基础。第三编包括第六章至第九章,从实践方面介绍了测验、诊断、咨询、治疗和辅导等心理健康教育方式。第四编包括第十章至第十三章,主要介绍为保证学校心理健康教育顺利实施而采取的各项保障措施。

本书理论体系完整,应用性强,既可以作为教师教育的心理健康教育课程教材,也可以作为教师培训用书。

## 图书在版编目(CIP)数据

学校心理健康教育 / 林泳海主编. —北京: 高等教育出版社, 2011.12

高等院校教师专业发展系列教材 / 毕宪顺主编  
ISBN 978-7-04-032607-9

I. ①学… II. ①林… III. ①心理健康-健康教育-高等学校-教材 IV. ①G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第214942号

策划编辑 张忠月      责任编辑 张忠月      封面设计 于涛      版式设计 王莹  
插图绘制 尹莉      责任校对 刘春萍      责任印制 田甜

出版发行 高等教育出版社  
社址 北京市西城区德外大街4号  
邮政编码 100120  
印刷 廊坊科通印业有限公司  
开本 787mm×960mm 1/16  
印张 19.25  
字数 350千字  
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598  
网址 <http://www.hep.edu.cn>  
<http://www.hep.com.cn>  
网上订购 <http://www.landaco.com>  
<http://www.landaco.com.cn>  
版次 2011年12月第1版  
印次 2011年12月第1次印刷  
定价 32.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换  
版权所有 侵权必究  
物料号 32607-00

# 编写委员会

总 主 编 毕宪顺

副总主编 刘焕阳 孙承毅

编 委 (以姓氏笔画为序)

王惠萍 吕永进 闫旭蕾 苏春景 杨占鹏

张香兰 林泳海 郑淑杰 娄立志 韩延伦

# 总 序 一

随着我国义务教育的普及,高中教育规模日益扩大,高等教育大众化水平不断提高,教育事业呈现蓬勃向上的发展局面。当前,提高教育质量成为我国教育改革与发展的中心问题。教育大计,教师为本。有好的教师,才有好的教育。在2010年7月召开的全国教育工作会议上,胡锦涛总书记指出:教育事业发展的关键在教师。要把加强教师队伍建设作为教育事业发展的最重要的基础工作来抓,努力造就一支师德高尚、业务精湛、结构合理、充满活力的高素质专业化教师队伍。

20世纪末,我国提出教师专业化的问题。大家普遍认为我国各级学校的教师学历偏低、学术水平不高、教学能力不强,教师教育改革被提到议事日程。1999年的全国教育工作会议提出:“调整师范学校的层次和布局,鼓励综合性高等学校和非师范类高等学校参与培养、培训中小学教师的工作,探索在有条件的综合性高等学校中试办师范学院。”自此,我国教师教育开始由单一的封闭的师范教育体制转向多种院校参与的开放式的教师教育培养体制。《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》明确强调:“创造有利条件,鼓励教师和校长在实践中大胆探索,创新教育思想、教育模式和教学方法,形成教学特色和办学风格,造就一批教育家”;“完善培养培训体系,做好培养培训规划,优化队伍结构,提高教师专业水平和教学能力。”在新的历史时期,如何推进教师教育创新,提高教师专业化水平已成为当前和今后教育发展亟须解决的重要课题。

教师教育的改革和发展直接决定着中小学教师的专业水平,从而决定着基础教育的质量和水平,决定着每一个学生的成长和发展。因此,我们一定要重视教师队伍的建设,认真而慎重地研究教师教育的改革。

探讨教师教育改革的路向,首先要在理论上对教师专业化的内涵进行深入的研究,明确21世纪的教师究竟应该具备什么样的品质,应该掌握哪些知识和技能,其次要研究如何才能培养这样的教师。

作为一名现代教师,需要有渊博的学识、扎实的学科知识,但更需要有当教师的愿望,有热爱学生、热爱教育的感情,懂得教育教学规律和人才成长规律,具有把知识教给学生和启迪学生发展的能力,即有教书育人

的能力。长期以来,我国师范院校对师范生职业理想培养缺失,一些师范毕业生首先在思想上不愿意当老师,在业务能力上也缺乏职业训练,极不适应新时期对教师的要求。因此,要深化教师教育改革,创新培养模式,加强师德教育、职业理想教育,增强实习实践环节,强化教学能力训练,不断提高教师的培养质量。

2001年启动的新一轮基础教育课程改革是新中国成立以来规模最大,影响最全面、最深刻的一次课程改革。新课改对教师提出了新的要求。近些年来,师范院校和其他承担基础教育师资培养和培训任务的高等学校根据基础教育课程改革的目标、内容和要求,在调整培养目标、优化专业设置、整合课程资源、改革教学内容、改进教学方法和手段等方面进行了积极有益的探索,涌现出一批优秀的课程和教学创新成果。

呈现在读者面前的这套教材是一批教师教育研究者集体研究的结晶,是教师教育深化改革的成果之一。这套教材依据《教师教育课程标准》的精神,以新时期教师必须具备的各种教育专业素养为核心,对教师教育课程模块进行了有机整合,大大丰富和拓展了教师教育课程资源,为提高师范生的综合素质提供了坚实宽广的平台。在我看来,这套教材的编写具有以下几个特点:

第一,重视理论和实际的结合。教师工作是教育理论指导下的实践活动。要想更好地促进人的成长和发展,教师在重视教育理论学习的同时,还要密切联系中小学的实际。这套教材紧密联系当前基础教育现状,尤其是基础教育课程改革的要求,介绍了许多先进的思想和优秀经验,这对学生了解基础教育现状、提高教育实践能力有很大帮助。

第二,重视学科的前沿性。今天的教育是为了培养明天的人才,因此教学要反映教育学科当前发展的新成果。这套教材十分重视汲取当前国际教育科学和心理科学研究的新理论、新观点和新认识,让学生及时了解各门学科发展的最新动态,这对于提高学生的教育理论素养十分重要。

第三,重视学生的主体性。教材不是给学生提供现成的结论,而是要激发学生的思考,为学生的自主参与和积极建构提供平台和机会。这套教材不是把既定的知识灌输给学生,而是把每门学科的一些理论、观点和方法介绍给学生,让学生根据实际情况展开思考、探究和讨论,形成分析教育问题、解决教育问题的能力。

当然,编写出优质的系列教材绝不是件容易的事。尽管这套教材还存在着一一些不足和缺陷,但就当前我国教师教育的实际来看,这套教材的出版对于深化教师教育改革、完善教师教育教材体系、提高教师专业发展水平必定具有较重要的启发和借鉴意义。

邢明透

2010年7月15日

## 总 序 二

我国经济、社会、文化等领域的变革为学校教育带来了新的问题和挑战,日益深化的教育改革对各级各类学校的教师提出了更新、更高的要求。中小学教师是学校教育的核心力量,担负着培养人的重要使命。加强教师的职前培养,提高教师的职业素养,培养基础教育改革需要的高素质教师,是高等学校教师教育迫切需要解决的课题。

为贯彻落实教育部《关于进一步加强高等学校本科教学工作的若干意见》和加强教师教育改革、全面提高教育质量的相关精神,使教师教育更好地适应基础教育改革发展的需要,我们以促进教师专业发展、培养专家型基础教育师资为目标,以提高师范生的理论水平、综合素质和实践能力为宗旨,加大教师教育课程改革力度,修订了人才培养方案,构建了由“理论课、技能课、实践课”三大课程模块组成的教师教育课程体系。新的课程体系拓展了教育理论的内容和视野,加大了教师口语、教师书写、教育技术和教师教学技能训练等技能课程的教学力度,加强与中小学课程与教学改革的衔接,延长教育见习和实习等实践教学的时间,实施素质与能力的四年不断线培养。在新的课程体系中,设立了教师教育的门槛课程,为实施教师教育专业准入制度奠定基础;适当增加选修课程门数和学分比例,满足学生个性化学习需求,为学生的自主发展奠定坚实基础。新课程体系的理论课模块包括教育学、心理学、教育心理学、教育社会学、学校心理健康教育、基础教育改革动态和学科教学论;技能课模块包括教育研究方法、班主任工作艺术、普通话与教师口语艺术、汉字与教师书写艺术、现代教育技术以及学科名师教学艺术赏析、学科实验教学;实践课模块包括教师教学技能综合训练、教师职业行为规范、中小学教材模拟设计、校本课程开发与设计、中小学教育教学案例评析、地方基础教育专题、教育见习与实习等。新课程体系突出师范生的教育科学基础理论、教育教学技能和教师专业发展能力的培养,强化师范生的教学基本功训练,具有先进性、科学性、针对性及实用性,体现了“基础理论扎实、教育教学技能熟练、实践能力和创新精神强”的教师教育特色。

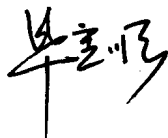
教材是教学内容的重要体现,是课程和教学改革的主要载体。建设

体现教师教育课程标准基本理念的教学资源,编写一套与教师教育课程改革思路和实践相适应的系列教材,克服现有部分教材理论性偏强、内容空泛和材料陈旧等问题,对深化教师教育课程改革、提高教师教育人才培养质量具有重要意义。为配合新课程改革方案的有效实施,加强教师教育课程的规范化建设,我校组织相关学科的学术带头人和骨干教师,编写了《教育学》、《教育研究方法》、《教育社会学》、《心理学》、《教育心理学》、《学校心理健康教育》、《普通话与教师口语艺术》、《汉字与教师书写艺术》、《班主任工作艺术》、《基础教育改革动态》十部教材,作为首批教师专业发展系列教材。

这套教材以教育改革实践为基础,以提高学生的教育理论素养和教学基本技能为目的,努力贴近中小学教育实际,把握基础教育和教师教育改革动态,在注重理论教学的同时,增加理论联系实际的内容和研究性内容,提升理论对教育实际的指导作用。教材内容反映教师教育学科发展和研究的最新成果,力争体现教材的先进性、科学性和实践性,注重师范生的教学能力培养,适应教师专业发展需要。为编好这套教材,编写组不但查阅分析了大量最新的有关资料,进行筛选、论证、取舍,还组织学生座谈,听取学生对教师教育课程的需求;深入中小学校教育实践一线,考察教育实际问题,挖掘教育教学的成功经验和教训。在教材编写中,坚持从中小教育实际问题的实际出发,注重教材的时代性和应用性;立足理论,从广泛的相关学术基础理论出发,结合各学科的研究前沿,凸显教材的学术性和严谨性,避免经验总结式教材的表面化和肤浅化。教材在体例设计上也力求作出特色,每一章正文之前列出了“内容提要”、“学习目标”或“学习重点”,正文中设置了“信息栏”,提供案例或背景资料,正文之后给出了“反思与探究”和“资源链接”等栏目。教师可根据需要组织教学,学生可有重点地进行自学和讨论。

本系列教材的编写得到了部分兄弟院校和一些中小学的支持。高等教育出版社教师教育出版事业部的编辑在教材编写指导思想、体例设计和编写要求等方面给予了精心指导,在此一并表示感谢!

由于教师教育课程改革尚处于探索阶段,中小教育实践中仍存有许多问题和困惑,本套教材对中小教育实际问题的探讨也不十分成熟,加之编写成员的水平所限,定有许多不足之处。恳请同行专家和同学们提出宝贵意见,以便将来修正和完善。



2010年7月



# 前 言

近年来,学校心理健康教育实践活动开展较为活跃,相关理论研究也逐渐为学者们所重视,我国现已出版了不少关于学校心理健康教育的译著和教材,可谓十分繁荣。在目前学校心理健康教育问题十分突出的时代背景下,组织专业人员编写一部具有较高学术水平和应用价值的教材,以满足在校本科学生和从事心理健康教育的一线教师的学习与进修需要,这是一项十分迫切的工作。

《学校心理健康教育》作为高等院校教师教育主干课程的重要教材,旨在让学生了解、掌握学校心理健康教育的基本知识、原理、技术和具体的操作方法,为学校心理健康教育提供理论与技术支持。

本书力图体现出以下特色:一是有一个较为完整的学校心理健康教育的理论体系,从理论基础到实际运用,从心理健康教育的技术到保障体系,体现一个清晰的脉络;二是对学校心理健康教育中的理论与实践问题,有深入的思考,力求具有较高的学术性;三是力争使学习者能在学校心理健康教育理论和实践两方面受益,对学校心理健康教育工作有较强的指导性。

本书是集体研究的成果,编写者主要是从事该学科教学与研究的专业人员。本书由孙承毅、林泳海策划,经过集体讨论形成了写作提纲。林泳海负责统稿,张茜、杨占鹏在统稿过程中做了大量的具体工作。

本书是集体智慧的结晶,其内容及人员分工如下:

第一编总论有一章:学校心理健康教育概述(孙承毅、林泳海、张茜)。

第二编理论基础有四章:儿童心理发展与学校心理健康教育(孙静),特殊儿童的心理与教育(张巧明),学校心理健康教育的基本理论(李文静),应激、应对与心理健康(李文静)。

第三编测验、诊断、咨询、治疗与辅导有四章:学生心理健康测验(李文静),学校临床心理诊断(王丽),学校心理咨询与治疗(王丽),学校心理辅导(孔海燕)。

第四编实施与保障有四章:学校心理健康教育课程(孙静),学校心

理健康教育的保障措施(孙承毅、孙静),教师心理健康的自我调适与社会支持(张茜),学校心理健康教育的组织与管理(潘福勤)。

本书的编写和出版,得到了鲁东大学学校领导、科技发展处、教育科学学院领导的大力支持,谨此致谢。

本书在编写过程中,参考和借鉴了诸多同行专家的研究成果,我们尽量全面详细地注明出处,在此我们向这些作者表示诚挚的谢意!由于编者学识水平有限,书中肯定存在一些疏漏和不足之处,敬请广大读者批评并赐教。

编者

2011年9月

# 《中国学校心理健康教育》 目 录

## 第一编 总 论

<b>第一章 学校心理健康教育概述</b> .....	3
<b>第一节 心理健康与学校心理健康教育</b> .....	4
一、健康及心理健康 .....	4
二、学校心理健康教育 .....	8
<b>第二节 学校心理健康教育的实践性</b> .....	11
一、学校心理健康教育的功能 .....	11
二、学校心理健康教育的途径 .....	12
<b>第三节 学校心理健康教育的历史与发展</b> .....	14
一、国外心理健康教育的历史与发展现状 .....	14
二、我国心理健康教育的历史与发展 .....	16

## 第二编 理 论 基 础

<b>第二章 儿童心理发展与学校心理健康教育</b> .....	21
<b>第一节 开展学校心理健康教育的意义</b> .....	22
一、开展学校心理健康教育的必要性 .....	22
二、学校心理健康教育对儿童心理发展的意义 .....	27
<b>第二节 儿童常见心理问题</b> .....	29
一、自我意识方面的心理困扰 .....	30
二、情绪方面的心理困扰 .....	33
三、网络带来的心理问题 .....	37
四、学习方面的心理健康问题 .....	38

<b>第三章 特殊儿童的心理与教育</b> .....	40
<b>第一节 特殊儿童及其心理健康教育概述</b> .....	41
一、何谓特殊儿童 .....	41
二、特殊儿童心理健康教育的内容 .....	42
<b>第二节 感官缺陷儿童的心理健康教育</b> .....	43
一、听觉障碍儿童的心理健康教育 .....	44
二、视觉障碍儿童的心理健康教育 .....	47
三、肢体障碍儿童的心理健康教育 .....	49
<b>第三节 发展障碍儿童的心理健康教育</b> .....	52
一、智力落后儿童的心理健康教育 .....	52
二、学习障碍儿童的心理健康教育 .....	55
三、多动症儿童的心理健康教育 .....	58
<b>第四节 处境不利儿童的心理健康教育</b> .....	61
一、处境不利儿童的分类 .....	61
二、处境不利儿童的心理特点 .....	62
三、处境不利儿童心理问题的预防及教育 .....	64
<b>第四章 学校心理健康教育的基本理论</b> .....	67
<b>第一节 精神分析理论</b> .....	68
一、弗洛伊德的经典精神分析理论 .....	68
二、新精神分析理论 .....	72
<b>第二节 行为与社会学习理论</b> .....	75
一、斯金纳的操作性条件反射理论 .....	76
二、班杜拉的社会学习理论 .....	77
<b>第三节 现象学理论</b> .....	79
一、罗杰斯的自我心理学 .....	79
二、马斯洛的人本主义理论 .....	81
三、凯利的个人建构理论 .....	83
<b>第四节 多元文化背景下的心理观</b> .....	84
一、多元文化心理观 .....	84
二、多元文化心理观对心理健康教育的影响 .....	87
<b>第五节 生态学背景下的心理教育理论</b> .....	88
一、教育生态学理论 .....	88
二、生态心理学理论 .....	89

三、生态学背景下的心理健康教育 .....	91
<b>第五章 应激、应对与心理健康 .....</b>	<b>95</b>
<b>第一节 应激与应激源 .....</b>	<b>96</b>
一、应激及其种类 .....	96
二、应激源 .....	97
三、应激反应 .....	99
<b>第二节 应激理论 .....</b>	<b>102</b>
一、生物应激理论与一般适应综合征 .....	102
二、社会应激理论与巨砾、细砾模式 .....	102
三、心理应激理论与认知评价 .....	104
<b>第三节 应对和应激管理 .....</b>	<b>105</b>
一、应对与应对方式 .....	106
二、影响应激反应的因素 .....	107
三、应激管理 .....	110

### 第三编 测验、诊断、咨询、治疗与辅导

<b>第六章 学生心理健康测验 .....</b>	<b>117</b>
<b>第一节 学生心理健康测验概述 .....</b>	<b>118</b>
一、心理测验概述 .....	118
二、心理测验的使用 .....	120
三、心理测验分数的解释与报告 .....	122
四、学生心理健康测验 .....	122
<b>第二节 学生心理健康档案的建立和使用 .....</b>	<b>126</b>
一、建立学生心理健康档案的意义 .....	126
二、建立学生心理健康档案的原则和步骤 .....	128
三、学生心理健康档案的使用和管理 .....	132
<b>第三节 常见心理健康量表简介 .....</b>	<b>133</b>
一、心理健康诊断测验 .....	133
二、小学生心理健康评定量表 .....	134
三、儿童自我意识量表 .....	135
四、卢特儿童行为量表 .....	135
五、青少年自评生活事件量表 .....	136



<b>第七章 学校临床心理诊断</b> .....	139
<b>第一节 心理诊断概述</b> .....	141
一、心理诊断的界定 .....	141
二、心理诊断的内容 .....	142
三、心理诊断的特征 .....	144
<b>第二节 临床心理诊断的方法</b> .....	145
一、临床观察 .....	145
二、临床访谈 .....	147
三、心理测量 .....	152
四、产品分析 .....	152
<b>第三节 临床心理诊断的过程</b> .....	155
一、建立心理诊断的同盟关系 .....	155
二、临床资料的收集 .....	156
三、分析资料与初步诊断 .....	158
四、复诊 .....	159
五、会诊和转诊 .....	160
<b>第八章 学校心理咨询与治疗</b> .....	163
<b>第一节 心理咨询与心理治疗</b> .....	164
一、心理咨询的特征 .....	165
二、心理治疗的界定 .....	166
三、心理咨询与心理治疗的同异 .....	167
<b>第二节 心理治疗方法及疗效因素</b> .....	169
一、心理治疗方法 .....	169
二、心理治疗的疗效因素 .....	170
<b>第三节 心理的谈话疗法</b> .....	172
一、心理动力学疗法 .....	172
二、人本主义疗法 .....	174
三、行为主义疗法 .....	178
四、认知疗法 .....	179
五、各种谈话疗法的整合 .....	181
<b>第九章 学校心理辅导</b> .....	184
<b>第一节 学校心理辅导概述</b> .....	185



一、学校心理辅导的含义 .....	185
二、学校心理辅导的目标与功能 .....	187
第二节 学校心理辅导专门活动 .....	189
一、学校心理辅导专门活动的含义 .....	190
二、区分心理辅导专门活动与邻近概念 .....	190
三、开展心理辅导专门活动的价值 .....	191
第三节 学校心理辅导专门活动的设计 .....	193
一、心理辅导专门活动设计的原则 .....	193
二、心理辅导专门活动设计的要求 .....	195
三、心理辅导专门活动设计的步骤 .....	196
第四节 学校心理辅导专门活动的实施 .....	201
一、心理辅导专门活动的实施技术 .....	201
二、心理辅导专门活动的教师角色 .....	205

## 第四编 实施与保障

第十章 学校心理健康教育课程 .....	215
第一节 学校心理健康教育课程概述 .....	216
一、开设学校心理健康教育课程的意义 .....	216
二、学校心理健康教育课程的特征 .....	218
三、学校心理健康教育课程的类型 .....	219
第二节 学校心理健康教育课程的设计与实施 .....	221
一、学校心理健康教育课程的内容 .....	221
二、学校心理健康教育课程的设计 .....	223
三、学校心理健康教育课程的实施 .....	225
四、学校心理健康教育课程实施中教师需要注意的问题 .....	227
第十一章 学校心理健康教育的保障措施 .....	230
第一节 学校心理健康教育的学校保障 .....	231
一、人性化的学校管理 .....	231
二、课程教学渗透 .....	232
三、教育活动渗透 .....	236
四、学校文化建设 .....	238
第二节 学校心理健康教育的家庭与社会保障 .....	239



一、家校合作 .....	240
二、家庭教育环境的优化 .....	242
三、家庭、学校、社区心理健康教育的协同配合 .....	245
<b>第十二章 教师心理健康的自我调适与社会支持 .....</b>	<b>247</b>
<b>第一节 教师心理健康的现状和心理异常行为 .....</b>	<b>248</b>
一、教师心理健康在学校心理健康教育中的价值 .....	248
二、教师心理健康的现状 .....	250
三、教师的心理异常行为及其成因 .....	253
<b>第二节 教师心理健康的自我调适 .....</b>	<b>259</b>
一、心理层面的自我调适 .....	259
二、职业层面的自我调适 .....	263
<b>第三节 教师心理健康的社会支持 .....</b>	<b>264</b>
一、社会防护支持 .....	264
二、教育系统的支持 .....	266
三、学校环境的优化 .....	268
<b>第十三章 学校心理健康教育的组织与管理 .....</b>	<b>270</b>
<b>第一节 学校心理健康教育机构的设置与管理模式 .....</b>	<b>271</b>
一、学校心理健康教育机构及其职责 .....	271
二、学校心理健康教育的管理模式 .....	273
<b>第二节 学校心理健康教育工作者的职能与素质 .....</b>	<b>274</b>
一、学校心理健康教育教师队伍的结构及职责 .....	274
二、学校心理健康教育教师的素质要求 .....	275
<b>第三节 学校心理健康教育人员的培训与管理 .....</b>	<b>282</b>
一、学校心理健康教育人员的培训 .....	282
二、学校心理健康教育人员的管理 .....	285
<b>参考文献 .....</b>	<b>289</b>



## 第一编

# 总 论

本编有一章,介绍学校心理健康教育的基本概念,学科的内容范畴、性质,以及我国学校心理健康教育的发展趋势。