

黑龙江省教育厅人文社会科学研究资助项目
哈尔滨师范大学优秀学术专著出版基金资助项目

高等师范院校教材

心理教育论

张守臣 编

高等教育出版社

内容提要

本书分析了学校心理教育的优劣,学校心理教育成败的原因,介绍了心理教育的基本理论和心理教育的基本操作方法,并对学生心理问题进行了专题分析。

在心理健康越来越受到重视的今天,未来的中小学教师——师范院校学生掌握学校心理教育方法具有重要的现实意义。在编写中,作者加入了自己多年从事心理教育和心理咨询的实际经验,所以本书具有较强的理论性和操作性,是一本适合师范院校使用的好教材。

图书在版编目(CIP)数据

心理教育论/张守臣编. —北京:高等教育出版社,
2002

ISBN 7-04-010518-7

I. 心… II. 张… III. 心理卫生—健康教育
IV. R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 098670 号

心理教育论
张守臣 编

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市东城区沙滩后街 55 号
邮政编码 100009
传 真 010-64014048

购书热线 010-64054588
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>

经 销 新华书店北京发行所
排 版 高等教育出版社照排中心
印 刷 煤炭工业出版社印刷厂

开 本 787×960 1/16
印 张 16.5
字 数 310 000

版 次 2002 年 4 月第 1 版
印 次 2002 年 4 月第 1 次印刷
定 价 14.30 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

前 言

五年前,我开始从事心理咨询工作。五年来,接触了无数存在这样或那样心理问题的人,令我忧心忡忡的是,我所接触的患者中,绝大多数都是中小學生。这不禁使我思考这样一些问题:存在心理问题的学生为什么如此之多?什么原因使青少年出现这样或那样的心理问题?怎样解决这些问题?

带着这些问题,我开始进行研究,经过五年的思考和研究,写成本书。希望它能为广大教育工作者提供一点参考。

书是写成了,但问题依然很多。心理教育是一项刚刚开始的工作,也刚刚被广大教育工作者所意识,很多问题还有待于广大理论工作者和实践工作者进一步研究。

在我思考心理教育这一问题的五年里,很多前辈、先生、同行都进行了大量的研究和思考,并且取得了很大的成就,我借鉴了这些研究成果,因此,可以这样说,这本书是所有心理学同仁共同智慧的结晶。

本书由三个部分组成:一是心理教育的一些基本理论问题,二是心理教育的操作方法问题。理论的价值在于统帅方法,方法的应用依托于理论的指导。除心理教育的基本理论和操作方法外,本书还介绍了三个专题:一是学习策略与学习调控的问题,二是教育中的心理惩罚问题,三是家庭与心理教育的问题。学习策略与学习调控是影响学生学业成就的重要因素,心理惩罚是导致学生产生心理问题的重要原因,学生的心理发展受家庭影响极大,因此笔者将这三个专题作为较重要的内容单独进行了论述。这样的结构是否妥当,还有待于进一步研究。

在本书撰写中,我试图努力将理论性与操作性很好地统一起来,但限于能力,未必能处理得很好,希望读者谅解。

本人在进行心理学研究时,黑龙江省教育厅、哈尔滨师范大学都给予了大力支持,谨致以深切感谢。感谢心理学界的先生、同仁们所进行的研究。真诚希望广大读者给予批评指导。

张守臣

2001年11月于冰城

目 录

第一章 心理教育的基本问题	1
一、心理教育问题的提出	1
二、什么是心理教育	7
三、心理教育论的学科归属	9
四、心理教育与学校教育中其他工作的关系	10
五、心理教育工作的意义	12
第二章 当前心理教育的误区	18
一、心理教育就是心理健康教育	18
二、心理教育就是搞心理测验	19
三、心理教育就是进行心理咨询	20
四、心理教育就是开设心理课	20
五、只有心理有病的人,才需要心理教育	21
六、心理教育主要是针对个别学生展开的教育活动	21
七、心理教育属于德育工作,只是团队工作者和班主任的任务	22
第三章 学生心理问题的表现	23
一、案例与调查分析	23
二、学生心理问题的表现	28
三、学生心理疾病的表现	30
四、人格障碍	32
第四章 心理健康的判断标准	40
一、心理健康判断标准确定依据的多元化	40
二、心理健康的判断标准	48
三、理想的心理健康状态	52
第五章 心理教育的基本策略	54
一、对如何开展心理教育的建议	54
二、心理教育的内容层次	55
三、学校心理教育工作者的基本条件	58
四、心理教育的目标	59
五、心理教育的基本策略	60
六、心理教育的实施	61
七、学校心理教育机构的组成	64
第六章 班主任工作中的心理教育	66

一、班主任教育权威的确立与实施	66
二、营造班集体良好心理氛围,培养学生健康心理	69
三、掌握学生心理,做好班主任工作	75
四、优化班级管理方式,培养学生健康心理	77
五、班主任的批评与表扬艺术	79
第七章 心理教育课	83
一、心理教育课的目标	83
二、心理教育课的教学模式	86
三、心理教育课的教学过程	94
四、心理教育课的方法	97
五、心理教育课的课堂结构与实施要点	100
六、心理教育课的教学原则	101
七、关于心理教育课的主体参与问题	102
八、心理教育课程实施的支持系统	105
九、心理教育课教案选	107
第八章 学科教学中心理教育	119
一、学科教学中心理教育在素质教育中的地位和作用	119
二、学科教学中实施心理教育的基本条件	121
三、学科教学中心理教育的指导思想	125
四、学科教学中渗透心理教育的主要内容	131
五、心理教育学科渗透的操作要领	134
六、关于加强课堂教学中的心理教育的构想	135
七、语文教学中的心理教育	138
八、数学教学中的心理教育	146
第九章 学校心理辅导技术	152
一、什么是学校心理辅导	152
二、学校心理辅导的目标	153
三、学校心理辅导的内容	153
四、了解学生的心理发展状况	154
五、心理辅导的途径	154
六、心理辅导的方法	155
第十章 心理治疗方法	159
一、经典心理分析法	159
二、认知领悟心理疗法	161
三、咨询者中心疗法	162
四、系统脱敏疗法	163
五、满灌疗法	164
六、厌恶疗法	165

七、标记奖励法	166
八、合理情绪疗法	166
九、生物反馈疗法	168
十、家庭疗法	170
十一、催眠疗法	174
第十一章 家庭与心理教育	177
一、当前家庭教育的难处	177
二、目前家庭教育的状况	177
三、家长应该做什么	179
第十二章 学习策略与学习调控	200
一、学习策略的基本问题	200
二、注意、知觉和记忆策略	206
三、概念学习、规则学习与问题解决策略	208
四、课堂学习策略与考试策略	211
五、课外学习策略	215
六、学习过程中的自我监控策略	219
第十三章 心理惩罚问题研究	221
一、问题的提出	221
二、心理惩罚的本质、特征及结果的表现形式	226
三、学校教育中心理惩罚的表现形式	233
四、关于惩罚问题的心理学理论分析	238
五、心理惩罚的成因	242
六、解决心理惩罚问题的对策	247
参考文献	253

第一章 心理教育的基本问题

一、心理教育问题的提出

近20年来,中国教育取得了比过去任何时候都巨大的成就。但是,也存在着种种问题:升学竞争的低龄化,义务教育质量偏低,学生发展的不健全,学业不良现象的加剧,以及心理问题的日趋严重等。

(一) 思想道德素质上发展的严重不平衡

几十年来,我们的学校教育虽然始终把思想品德教育放在很重要的位置上,但从教育的效果上看,却出现了不少问题。学生思想道德问题主要表现在以下两个方面:

第一,“自我中心”现象突出。自我中心现象本是幼儿心理发展的一种自然的现象,但由于教育中的问题,却使得“自我中心”现象持续存在于相当一部分儿童发展的全过程之中。

“自我中心”是指一切以个人的需要和利益为出发点和归宿的思想行为方式,是个体过强的自我价值观念在为人处事方式上的反映和表现。正确的自我价值是个体品德、人格的重要组成部分,也是个体心理健康的重要标志。自我中心者的自我价值取向存在着较大的问题。

应该肯定,随着时代的发展、社会的进步,青少年学生都具有强烈的自我意识,也比较崇尚“自我奋斗”的人生价值,这是教育发展与时代表进的标志。但是,当前一部分青少年学生过于强化的自我价值取向中蕴含着明显的自我中心色彩——只关心自己,不关心他人,不关心集体,不关心社会;只讲自我奋斗,不讲共同理想;只讲个人利益,不讲国家和集体利益;只讲索取,不讲奉献;只讲竞争,不讲合作。

自我中心现象会对青少年的发展带来比较严重的负面影响。首先,自我中心会成为青少年认知和创新的障碍。自我中心者常把自己困于自以为是的“围城”中,不能听取别人的不同意见,不能很好地接受他人的合理化建议,因此,也就不能很好地解决问题,无法完善自己的问题解决策略系统。其次,自我中心严重地影响了人际关系和社会关系。自我中心者往往自视过高,甚至自命不凡,性格孤僻,不合群,不能很好与他人进行沟通与合作。他们总是较少得到他人及社会的支持,不能形成良好的社会支持系统。再次,自我中心会影响青少年的情绪发展。自我中心者大多都是情商较低者,多表现为自卑、孤芳自赏、冷漠,不能很

好进行情绪管理,缺乏同情心。

第二,知、行脱节现象普遍。学校教育工作的重要目标之一是培养学生良好的品德。品德是由知、情、意、行等心理要素构成的一种完整的结构,知行统一。情意结合是品德的理想境界。品德的形成不同于知识、技能的形成与掌握。知识、技能的形成与掌握一般经历“知识理解——知识巩固——知识应用”等环节。而品德的形成过程则复杂得多,其中与知识掌握、技能形成的最主要区别是:品德形成过程中,学生要形成相应的情感体验,有了深刻的情感体验才能形成相应的道德行为习惯。在当前的教育中,过分强调道德知识,而忽视道德情感,忽视学生的情感体验,自然不会形成相应的道德行为,因此产生严重的知、行脱节的问题——表里不一、口是心非、述而不作或知而不行。有人曾经进行过调查,90%以上的学生都认为在公共汽车上要给老弱病残的人让座,但真正能这样做的人只有40%;100%的学生都懂得红绿灯的交通法规及其意义,但能自觉遵守这一交通法规的学生平均只有59%;100%的大学生吸烟者都知道在公共场所不能吸烟,但真正能做到的不足10%。

(二) 科学文化素质上的欠缺

中国的教育在传授知识方面水平之高、方法之妙是任何国家都不能比拟的,无论是在技术流程上还是在结果上,都可以说登峰造极。但是,在学生丰富的知识下面却掩盖着严重的问题,主要表现为学习能力、学习质量和科技素质等方面的偏低现象。

第一,“高分低能”现象明显。高分低能,原来是用来形容那些以高分考进大学而学习能力却很低,不能很好地适应学习生活的学生,或那些以优异成绩毕业于大学,但在工作岗位上工作能力却不高的毕业生。事实上,这种现象在现在的学校教育中(包括大、中、小学教育)依然普遍存在。造成这种病症的直接根源是以追求分数为核心的教育运行机制。在教育发展中,教育运行机制决定着教学模式,有什么样的教育运行机制必然有什么样的教学模式。以追求分数为主导的教育运行机制必然造成与之相适应的教学模式——见缝插针式的“加班加点”和宁滥毋缺的“题海战术”,这种教学模式占据了学生大部分的课堂和课余时间,除死记硬背和机械练习外,学生已经没有多余的时间来提高学习技巧和发展学习能力,更不用说发展创新能力了。由于采用的是这样的教学模式,学生便被训练成“应考机器人”,学而不思,机械记忆。因此,高分低能也就不足为奇。这种现象在毕业班学生身上的表现尤为突出。学生学习动力不足(缺乏学习动机),学习方式、学习策略和学习方法不良,焦虑程度过高,心理压力过大,都与这样的教育机制有关,因而,出现不良的学习效果是自然的事情。

第二,学习质量偏低。分数是衡量学习质量的重要指标,但绝不是惟一的指标。分数不能完全代表学习质量,特别是在目前的这种考试策略的背景下,分数

的高低与学生的学习质量有一定的距离。

教育部曾对学生的“学习质量”进行研究,结果表明:① 学生对基础知识、技能掌握尚可,但综合运用知识、解决问题的能力较差;记忆性、技能性的题目得分较高,而需要独立观察、思考、解决问题的题目解决起来比较差。② 各学科成绩之间有一定的差异,存在着明显的学科性偏差。主要表现为升学必考的科目成绩比较好,而升学不考的科目成绩比较差。③ 初中是义务教育阶段学生学习质量的薄弱环节。

第三,科技素质欠缺。科技素质是创新的源泉,是科技发展的基础,学校的教学和活动应该是发展青少年学生科技素质的主要载体。提高科技素质是青少年适应未来社会发展的需要,是实施“科教兴国”战略和知识经济时代的要求。学生科技素质的提高依赖于多种渠道,如阅读科技报刊,从事科技活动、新闻活动、学校教学等等。就目前的教育状况来看,一方面大量的时间都被书本知识学习占用,绝大多数学生根本就没有时间和精力阅读报刊、杂志,更“不允许”看电视;另一方面,学校教育中科技素质的训练做得也比较差,尽管国家将学校自主课程开发放到了重要位置上来考虑,但毕竟由于升学竞争的压力以及学校客观条件的限制,由于科技师资的贫乏等因素的影响,导致了学校教育中的科技素质教育比较薄弱。调查显示,有将近一半的学生没有阅读过科技书刊,对科技不感兴趣。

(三) 心理素质问题

长期以来,学生心理健康问题并没有得到学校的高度重视。近年来,随着一连串问题的出现,如升学竞争问题、独生子女问题、父母高期望问题、社会转型时期对青少年影响问题、高层住宅问题等,这些有形无形的压力导致了当代青少年前所未有的心理失衡和心理障碍等一系列心理疾患,因此,心理健康和心理素质问题被摆上了教育工作者的议事日程。

当前,青少年学生存在的心理问题是不可忽视的。1993年11月21日《光明日报》报道:“据统计,目前我国因心理精神问题导致的患者,每年高达1000万人。”同年11月25日,《中国教育报》发表《夏令营中的较量》一文,震动全国。人们为中国少年缺乏吃苦精神和战胜困难的勇气及意志力而忧心。

近年来,因心理问题轻生的青少年学生呈上升趋势。

1995年11月,北京一所重点中学的一名好学生两次自杀未遂,起因仅仅是师生关系处理不好造成的心理压力。同年12月,沈阳第十一中学7位学生吞“安定”集体自杀,经抢救脱险,而轻生的理由是活着没意思,学习太紧张,教师和家长要求太严。1996年3月19日,广州市海珠区一名小学生因被人怀疑偷了同学的东西,伤了自尊心而自杀身亡。1997年,江苏镇江一名女中学生因受批评服毒自杀。

中国青少年研究中心少年儿童研究所所长孙云晓指出,“听话”儿童是“问题

儿童”。调查发现,“好学生”发生心理问题(如出走、自杀等)的比例远高于淘气生。一项国家“八五”重点科研项目“中小学生心理健康教育实验研究”,采用国际公认的心理健康量表对东北 76 所中小学 1 万多名学生进行心理测验后发现,32% 的中小學生存在心理异常表现,其中 35% 的中学生表现出厌学、单相思、出走等轻度的心理障碍。中国青少年研究中心、中国青少年发展基金会主持的“中国城市独生子女人格发展研究”对全国 12 个城市独生子女调查表明,当前城市独生子女人格发展存在不少缺陷,85.4% 的人具有不同程度的攻击性倾向;10% 以上的人存在自我接纳方面的障碍;60% 以上的人在在学习上缺乏内在动力;22% 以上的人存在人际障碍。笔者在黑龙江省对近 3000 名中学生进行测量,结果表明,25% 的学生在某个方面或多个方面存在着个性发展问题,28.1% 的学生存在着心理健康问题。

广州市有关部门曾对大中小学生进行调查,认为当前青少年学生存在的主要心理问题有:

① 对教师缺乏认同感、信任感。1989 年,一项“心里话对谁说”的调查显示,广州、深圳、西安、杭州四个城市的中学生愿对父母讲心里话的只有 6.35%,愿意对老师诉说心里话的比例小学生为 10.1%,中学生为 0.48%,说明学生对教师的认同感与信任感仍处于最低值。教师是学生成长的直接指导者、指引者,学生对教师的信任感如此之低,确实令人伤感。其中有教师个人素质方面的原因和学校教育与学生思想实际脱节的原因,也有青少年过于自我(53.3% 的学生表示只信赖自己)和对说教式教育强烈的逆反、抗拒心态方面的原因。

② 独立性与依赖性并存的心理矛盾。大中小學生对自己人格特点的评价,独立性强居第一位,占 41.3%,依赖性强居第二位,占 19.5%。两种对立的信理特点并存,反映了当代青少年心理特点的矛盾状态。小中大学生独立性呈上升趋势,比例分别为 37.5%、39.3%、47.1%,但依赖性却不是随年龄增长而减弱,而是中学生大于小学生,中小學生大于大学生。小中大学生的比例分别为 17.9%、27%、13.6%,其中中学生依赖性最大。笔者认为,这是因为家长、教师为让中学生全力投入学习竞争而对学生生活、学习过于包办代替所致。

③ 情绪易波动,意志薄弱,做事缺乏信心是学生三大主要心理弱点。这三大心理弱点在学生的心理问题中居前三位,比例分别为:48%、48.7%、28.9%。其中遇事缺乏理智、情绪易波动,小中大学生比例为 38.5%、53.3%、55.5%。意志薄弱,缺乏毅力为 37.5%、53.7%、52.9%。做事缺乏信心为 31.6%、25.3%、29.3%。因此,情绪不稳定和意志薄弱是当代青少年最明显的心理弱点。

④ 学习压力过大,焦虑程度过高。平均 52.3% 的学生存在学习高焦虑状态,包括感到学习负担过重、学习心理压力过大、精神紧张与睡眠不足等方面的问题。学习焦虑过高是学习心理压力过大、过重的表现,它不但阻碍学生素质的全面发

展,也是危害学生身体健康,造成人格畸形等更严重的身心疾病的重要原因。

虽然各种研究由于统计范围与程度上的差异,对儿童青少年心理障碍、心理疾病发生率的比例并不一致,但根据大量的研究与统计,当代儿童青少年心理问题的发生率在20%~30%之间,问题颇为严重,且带有普遍性。

笔者研究表明,当前青少年学生的心理问题主要表现为抗挫折能力差,独立解决问题能力差,适应能力差,缺乏合作精神,焦虑,自我中心突出等。

(四) 生活素质发展的不平衡

学生的生活素质,包括个人自理性生活素质和社会性共同生活素质两个方面。自理性生活素质主要指学生独立生活能力和生活技能,如生活自理能力。社会性共同生活素质是指学生在社会实践(含家庭、学校、社区、国家和国际社会)生活中的能力、合群性、适应性、交往能力、社会智能、情绪智能以及国际人意识等。

个人自理性生活素质较差是当前学生的主要问题。对于自理性生活素质问题,各方面要给予更多的关注。这里实际上存在着两个问题:一是会不会做的问题,一是愿不愿做的问题。小学一二年级学生不会梳头、不会系鞋带,小学六年级的孩子不会叠被子,不会洗碗,自己不收拾书包;初中学生不懂剥鸡蛋壳,不会削果皮;高中生、大学生把一星期的脏衣服抱回家让父母洗涤;因离开父母、家庭,生活无法自理而放弃出国留学或从大学退学的尖子学生……这类的报道频频出现于报章杂志之上。

挑吃、懒惰、怕苦怕累、缺乏劳动习惯和刻苦精神、动手能力和生活自理能力差、浪费、高消费、孤独感、自我中心等,在很多学生中都有表现。

德国的法律规定:孩子必须帮助父母做家务,6~10岁的孩子要帮父母洗餐具,收拾房间,到商店去买东西;10~14岁要在花园里劳动,洗餐具,给全家人擦皮鞋;14~16岁要擦汽车和在菜园里翻地;16~18岁要完成每周一次的房间大扫除。

据有关资料对各国小学生每日劳动时间的统计,美国为72分钟,韩国为42分钟,法国为36分钟,英国为30分钟,中国最少,仅为12分钟。换言之,美国小学生每天平均的劳动时间等于中国小学生一个星期的劳动时间。从这“72:12现象”中,我们不难找到我国独生子女诸多毛病的原因。

当然,我们不是说一定要孩子去擦汽车,也不是要孩子一定去翻地,我们强调的是应该培养儿童的劳动习惯和劳动能力,更应该培养儿童的爱劳动品质。

但我们也必须看到,现代的学生也显示了上一代学生所缺乏的许多优点,如更独立、更自信以及更敢于冒险,这些特质是市场经济发展所需要的。

尽管现代的孩子身上显示出很多优点,但共同生活能力偏低仍是青少年学生生活素质方面突出的问题。有人以“合群性”、“主动交往能力”、“社会活动能力”为指标来考察学生的社会共同生活素质。合群性是与人和谐相处、合作的基础,以在“群体中与人融洽相处”和“朋友多寡”来衡量学生的合群性;主动交往精

神和能力是交往素质的体现,以“主动与陌生人打招呼 and 交往”的能力来衡量学生主动交往的精神和能力;以“积极参与社会实践活动”和课余兼职的情况来了解学生的社会参与情况。调查结果表明,半数以上的学生缺乏社会共同生活的能力,并出现与人们想象相反的趋势。即小学生的共同生活能力强于中学生,中学生强于大学生,差异明显。大、中、小学生在上述各项指标中,除课余兼职外,均呈现递减倾向。是经历过集体宿舍生活和处世经验更丰富的大学生更深谙共同生活的真谛,还是这方面的素质确实不如新一代的少年儿童,笔者不敢贸然下结论,只想说明的是,共同生活能力的缺乏才是真正的生活素质的贫乏。未来社会是一个全球化、国际化,崇尚和平发展、平等合作和团队精神的社会,学校教育有责任帮助学生学会共同生活,培养青少年在人类活动,包括在不同国家、不同种族、不同群体和不同文化背景中积极参与、合作,相互尊重的能力。这些精神和能力是新一代社会公民和作为一个国际人必备的素质,也是让新一代走向世界的通行证。

(五) 身体素质上的不健全

体质,包括身体形态、身体机能、身体素质等几个方面,是其他一切素质发展的基础。

一项全国中小学生体质健康调研结果表明,学生体质良好,表现为:

① 形态发育水平提高,包括形态发育速度的提高,身体充实程度增加,“豆芽菜”体型有所改善。

② 速度、爆发力、力量等身体素质逐渐提高。

③ 部分常见病(如龋齿、贫血)患病率下降。

但学生身体素质及某些健康指标仍存在不少问题,具体表现为:

① 耐力素质呈下降趋势。

② 柔韧性素质趋于停滞和下降。

③ 肺活量下降。

④ 肥胖儿童及超重儿童比率增加。肥胖正在逐步取代严重的营养不良,成为大、中城市学生的主要健康问题之一。

⑤ 近视率明显增长但仍居高不下。城市小学生近视率为 22.78%,初中生为 55.22%,高中生为 70.34%。

有人形象地把当前城市中小学生体质现状戏称为“三无”(无气、无力、无视力)现象。

根据各地的研究情况,中小学生综合性体质较弱是值得重视的问题。1997 年某市参加纪念五四运动活动的千名学生中,前后持续不足一节课时间内就有 20 多名学生先后出现呕吐、晕倒等现象。2000 年 9 月,某大学 5 000 名新生在运动场开军训动员会,前后不到 40 分钟,就有近 40 名学生由于体力不支而晕倒

被抬出运动场。这种现象在每年中学生军训中,全国各地均有出现。因此,中小学生增强体质刻不容缓。

中小学生身体素质不健全问题,特别是耐力素质下降,肥胖症增加,近视率居高不下等现象,与都市生活、家庭营养与保健意识不强均有关系,但主要原因在于当前的教育模式对学生身体素质的影响。

(六) 把所有的人都培养成一种人

“没有规矩,不成方圆”,这句俗语中蕴含着深刻的道理。教育的发展要有一定的规范,要使学生沿着规范去发展。但这种规范是宏观上的,是系统上的,它绝不意味着将所有的人都培养成一种人。

在很多学校中,要求学生穿同样的衣服,用同样的书包,这已经很过分,不仅如此,更为严重的是在领导和教师的观念中,好学生的模式几乎是一致的,这种观念所导致的教育行为就是采取统一的方法把所有的孩子训练成相同的人,实际上是扼杀了学生的个性发展。

上述病症仅仅是一种简单的分析,这种分析是否具有代表性暂且不论,至少,病症中所说的现象是普遍存在的,而造成这些病症的根本原因则在于违背学生身心发展规律的教育模式,因此,必须实施心理教育,一方面规范教师的教育行为,另一方面维护学生的心理健康,提高学生的身心素质。

二、什么是心理教育

近些年来,人们逐渐认识到学校中开展心理教育工作的重要性,因此,无论是理论工作者还是实践工作者都做了大量的工作,进行了很多研究,并且取得了显著的效果。但有很多问题由于还处在探索之中,因此,没有形成统一的认识。关于心理教育的概念如何界定就是一个突出的问题。

1994年,《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》中明确指出:“通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导,帮助学生提高心理素质,健全人格,增强承受挫折、适应环境的能力”,“德育工作者要深入到学生中去,通过谈心、咨询等活动指导他们处理好学习、成才、择业、交友、健康、生活等方面遇到的矛盾和问题,以便增强自我教育、自我管理的能力和自我约束的能力”。

1995年,国家教委在颁布的《中国普通高等学校德育大纲》中又进一步将“具备良好的个性品质和自尊、自爱、自律、自强的优良品格,具有较强的心理调适能力”作为高校德育的具体目标,并强调“有针对性地做好深入细致的个别思想工作,加强心理健康和心理素质方面的咨询和指导”。

随后,原国家教委在颁布的《中学德育教学大纲》中指出:“德育即政治教育、思想教育、道德教育及心理教育”。该大纲中还在德育目标、德育内容以及德育

的实施途径等方面对心理教育做了相应的具体的规定。

在《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》中也明确指出,要“加强学生的心理健康教育,培养学生坚韧不拔的意志,艰苦奋斗的精神,增强青少年适应社会生活的能力。”

教育部颁布的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》中指出:“中小学心理健康教育是根据中小学生生理、心理发展特点,运用有关心理教育方法和手段,培养学生良好的心理素质,促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的教育活动,是素质教育的重要组成部分。”

从上述有关文件中关于心理教育的论述,我们可以看出以下几个方面的倾向:

第一,国家已经将心理教育工作提升到相当的高度,将心理教育看作是“实施《面向 21 世纪教育振兴行动计划》,落实‘跨世纪素质教育工程’,培养跨世纪高质量人才的重要环节。”

第二,将心理教育看作是德育的重要组成部分。正像《中学德育教学大纲》中所说的那样,德育即政治教育、思想教育、道德教育及心理教育。

第三,将心理教育与心理健康教育等同起来。特别是在《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》中,直接的定位点就是心理健康教育。

那么,究竟应该如何界定心理教育呢?笔者认为,不能以心理健康教育来代替心理教育,因为心理教育与心理健康教育的内容含义是不同的;也不能将心理教育与德育等同起来,因为德育与心理教育属于不同的范畴。

那么,究竟应该怎样理解心理教育呢?

所谓心理教育,是指依据心理活动的规律,采取各种方法和措施以维护学生的心理健康以及培养其良好的心理素质。

这里需要说明的问题是,我们所探讨的心理教育,主要是针对学生而言的,是学校心理教育,而并非指终身的心理教育。

学生心理教育要完成两个方面的任务:

第一,心理素质教育。心理素质教育主要是教育与培养学生形成各种良好的心理素质,以助其学业成功。

第二,心理健康教育。心理健康教育主要是让学生形成健康的心理,从而更好地适应社会,正常、健康地成长和发展。心理健康教育主要包括以下几个方面的内容。

① 帮助学生维持正常的心理状态,避免出现不良的心理状态。

② 帮助已经出现了不良心理状态的学生及时摆脱这种不良的心理状态,使之回复正常状态。

③ 帮助心理不健康的学生康复,使之恢复健康状态。

心理教育中上述两方面任务的基本层次是不同的,心理素质教育主要是使学生成才、成功,而心理健康教育则主要是使学生能健康地成长和发展。另外,从心理教育的性质上看,又可以分为发展性教育和补救性教育两种。发展性教育主要是有目的、有计划地对学生心理素质与心理健康进行培养和促进,使学生的心理品质不断优化;补救性教育则主要是针对在心理素质或心理健康方面出现了问题的学生,对他们进行专门的帮助,使之得以克服。发展性教育与补救性教育的层次也是不同的,发展性教育主要是针对正常的学生,是提高性的,而补救性教育则主要是针对心理上出现了各种不同程度问题的学生,是矫正性的。假如将学生比喻为生病的话,发展性教育就相当于锻炼身体与预防疾病,而补救性教育则相当于治病。

在实际工作中,这两项任务又是相互交织在一起的,不能截然分开。

作为学校心理教育工作,就总体情况而言,其重心应该是心理素质教育。这里,以谁为重心,涉及到工作性质的问题。如果以心理素质教育为学校心理教育的重心,其主要目标将着眼于全体学生的心理素质的提高以及心理品质的完善,工作就处于主动的状态;如果以心理健康教育为重心,主要目标将着眼于心理有问题的学生(而事实上,就学生总体而言,心理有问题的学生毕竟是少数),学校心理教育工作就处于被动状态。当然,将心理素质教育作为学校心理教育工作的重心并非是绝对的,这要看学校中学生心理问题的检出率的高低。如果检出率过高,在一定的时期,就应该解决学生的心理问题。但总体上,应将心理素质教育作为重心。

三、心理教育论的学科归属

心理教育论,简称心育论,也可以称之为心理教育学,是研究心理教育现象及其规律的科学。

心理教育论的学科性质是由其研究对象和目的所决定的。心理教育论的研究对象是心理教育,心理教育论的研究目的是探讨心理教育规律,为心理教育实践提供理论和方法指导。

心理教育论是一门以心理教育为研究对象,旨在揭示心理教育规律,并指导心理教育实践的科学与艺术。心理教育论是教育科学与心理科学的交叉学科,既是心理科学的分支,也是教育科学的分支。

心理教育论有着广泛的心理学理论基础。心理教育论广泛地吸收了普通心理学、发展心理学、教育心理学、创造心理学、人格心理学、社会心理学、心理测量学、心理咨询学及心理卫生学等诸多心理学科的理论知识,同时,心理教育又必须遵循心理发展和心理活动的规律,所以,心理教育论隶属于心理科学。

心理教育论同样有着广泛的教育学理论基础。教育科学的各分支学科也为

心理教育论提供了理论和知识。心理教育作为素质教育的基础和重要组成部分,更应当属于教育范畴。心理教育作为学校教育的一项重要内容,同德育、智育、体育、美育等具有相同的属性,都必须遵循教育规律,从这个意义上说,心理教育论隶属于教育科学可能更合适。

心理教育论是心理科学与教育科学相结合的产物,是从心理科学逐步走向教育科学的学科。心理教育论是一门应用性、边缘性学科。

四、心理教育与学校教育中其他工作的关系

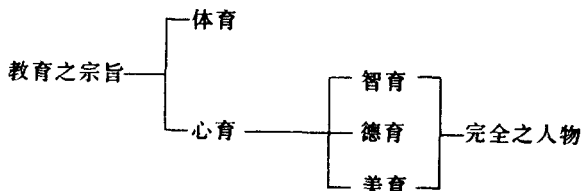
依据全面发展的教育方针,要求学生德育、智育、体育全面发展,而现在又提出心理教育即心育,那么,心理教育与德育、智育、体育之间应该是一种什么样的关系呢?

心理教育与学校教育中其他工作(德育、智育、体育等)究竟是一种什么样的关系,实践工作中,哪些工作是心理教育的范畴,哪些工作属于其他各育的范畴,这些都没有统一的认识。应该说,教育观的变化经历了由知识教育到知识、能力教育,又到知识、能力、素质教育这样一个一维、二维和三维的发展脉络。从这样的发展脉络来看,教育观念确实已经发生了重大的变化。在大力提倡素质教育的今天,人们看到学生的各种各样心理问题不断出现,因此,必须对学生的心理发展进行关注,而且,近几年来,学校教育工作中广泛地引入了心理教育。

有关心理教育与其他各项工作的关系,古今中外的学者们曾有很多的讨论。

1985年,德国《哲学研究》杂志以《人是生物、心理、社会的统一体》为题,发表了学术讨论会上专家们的发言。在这一发言稿中,将人的素质分为生理素质、心理素质和社会素质三类,即人是“生理—心理—社会”的统一体,对此,有人提出现代的素质教育也应该分为身体素质教育、心理素质教育和社会文化素质教育三类。身体素质教育主要是指体育,社会文化素质教育包括知识教育、人文教育等,其他则属于心理教育的范畴。

近代学者王国维也曾提出过“心育”的问题。他认为“心育”包括智育、德育和美育,心育与体育并列构成教育宗旨的两个方面。他认为教育应培养“完全之人物”,即培养身体能力与精神能力都得到发展的人,其中精神能力包括智力、感情、意志,与之相应的教育称之为心育,包括智育、德育、美育三者,心育与体育构成“完全之教育”,可以用下列图表表示:



王国维所说的心育是相对体育而言的,是德育、智育和美育的总称。

认为心理教育是智育、德育和美育的总称当然不合适,因为德育、智育和美育有各自的目标、内容和方法,心理教育也有心理教育的目标、内容和方法,心理教育的内容也不是德育、智育和美育的内容总和。认为心理教育隶属于德育的范畴也不科学,因为很多心理教育的内容并不属于德育的范畴。

笔者认为,心理教育与德育、智育、美育就其内容而言,即有相对的独立性,也有密切的联系。心理教育有自己独立的目标和内容,也有自己独立的方法和策略。心理教育是学校教育的最高层次,因为学校中的任何教育都只是促进学生单维发展,而心理教育则是促进学生综合发展。另外,就人的社会化(由自然人转变为社会人的过程)而言,各种教育的最终目标都是促进人的社会化,但就促进人的社会化的功能而言,心理教育是最全面的,任何一种教育都不会像心理教育那样使人更好地社会化。心理教育又是学校教育中的背景教育,因为只有开展好心理教育,学生才能处于心理健康状态,才能提高心理素质,完善心理品质,其他各种教育才能有实效。

1. 心理教育与德育的关系

心理教育与德育之间的关系十分密切。首先,德育中包含心理教育的内容。无论是道德品质的形成还是道德行为的训练,都必然与心理学的有关理论和方法以及心理教育的理论和方法发生密切的关系。同时,我们也可以从心理学的角度来理解德育。就汉语中的“德”字而言,其最初的象征字形便有“二人同心”的含义,以后发展、演变成为“二人相见以心”,或者“二人以心相见”的内涵。另外,从二者的内容来看,二者都侧重于人的社会化教育。德育的主要目标是将人培养成社会的人,即具有一定社会所要求的道德品质和道德行为的人,当然也包含着人与社会、人与人交往中的伦理准则。而心理教育的根本点是使人正常、健康地发展,也就是将人培养成社会人,因此可以说,二者相辅相成,共同之处就是对人的发展的促进。但二者也有不同之处,心理教育侧重个体的心理素质与心理健康,而德育则侧重个体的道德品质和道德行为。

心理教育与德育虽然是相辅相成的,但二者不能相互代替,因为心理教育与德育的实施各有其不同的背景、侧重点、目标及手段等。

2. 心理教育与智育的关系

在智育中,心理学起着十分重要的作用。知识的获得、能力的培养一直是心理学十分关心和努力研究的问题,智育中充分运用心理学的研究成果或利用心理规律也是既成的事实。同时,知识的获得与能力的培养不仅决定于人的智力因素,非智力因素也起着十分重要的作用,如学习动机、学习态度、学习者的意志力及学习者的个性品质等,这些非智力因素正是心理教育的重要内容。

心理教育侧重于人的自我认识的提高,侧重于人的心理素质的培养,因此可