

学生情商与非智力因素培养训练丛书

2

情商教育与人才培养



中国物资出版社

学生情商与非智力因素培养训练丛书②

主编 孙永清 马仁真

江苏工业学院图书馆

情商教育与人尊培养

中国物资出版社

图书在版编目(CIP)数据

情商教育与人才培养 / 孙永清, 马仁真主编. -- 北京:
中国物资出版社, 1998. 12
(学生情商与非智力因素培养训练丛书)
ISBN 7-5047-1027-X

I. 情… II. ①孙… ②马… III. 人才-培养-关系
-素质教育 IV. C961

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 33604 号

学生情商与非智力因素培养训练丛书

情商教育与人才培养②

主编 孙永清 马仁真

中国物资出版社出版发行

(社址: 北京西城区月坛北街 25 号 邮编: 100834)

*

全国新华书店发行

北京密云胶印厂印刷

*

787×1092 毫米 32 开 120 印张 2600 千字
1998 年 12 月第 1 版 1998 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-5047-1027-X/G · 0250

印数: 1—3000 定价: 168.00 元 (全 30 册)

出版说明

一个国家、一个民族、一个单位甚至一个家庭的发展与成功关键取决于人材,取决于人的素质,而人的素质是由两个脑、两颗心、两种智力——理性与感性决定的,生命的成就同时取决于两者,决非智商 IQ 可单独主宰。情商与非智力因素的教育培养已成为本世纪最重要的心理学研究成果。情商 EQ 的研究和应用对提高人的素质无疑有着划时代的重要意义。

情商概念的提出和强调,赋予了情绪应有的价值,有助于转变人们对情绪的偏见,促使人们对它的重视、引导、调适、开发与完善,并且有助于将智慧引入情绪,把感情融入智力,实现情感与理性的结合,使情绪表达富有理性、充满智慧。

知识的巨人,生活的白痴,思维领域雄才大略,人际关系浑浑噩噩,正是某些高智商者的真实写照。社会的发展对人才提出了更高的要求——很强的社交能力、外向快乐、对人热情、充满爱心,敢负责任、积极向上、具有旺盛的生命力,远离恐惧与忧思……这些展示了健康人生的基本要求,也是情感智力的基本要求。

为适应学生情商与非智力因素的教育培养的客观需要,由知名专家学者联袂推出了这本《学生情商与非智力因素培养训练丛书》。该书集情商研究之大成,结合运用了多种学科知识,深入研究情商心理及行为规律;语言流畅生动,内容丰富多彩,理论与实践并重,对于加强学生素质教育,开发学生的心理潜能,将产生深远的影响。

开发你的情商吧,你会发现一个全新的自我!

编者

1998. 12

《学生情商与非智力因素培养训练丛书》

编委会名单

主 编：孙永清 马仁真

编 委：	田晓娜	刘 霞	田 野	邓斌艺
	孙永清	马仁真	何曼青	冯克诚
	于 明	崔雪松	周德明	赵树林
	罗方平	蒋卫杰	王波波	杨邵豫

目 录

情商教育与人才培养

一、情商教育与成功人生·····	(1)
情商教育概述·····	(5)
(一)情感和情感教育·····	(5)
(二)情感教育的意义·····	(6)
国内外情感教育简况·····	(8)
EQ 初级课程·····	(11)
二、情商教育与人才发展·····	(23)
情感的感染作用·····	(23)
情感与智力开发·····	(27)
(一)情感可以影响和调节认知过程·····	(27)
(二)情感对学习效率的影响·····	(29)
情感与思想品德·····	(30)
三、情商教育与情感情绪·····	(34)
青少年的情感·····	(34)
(一)少年期情感的特点·····	(34)
(二)青年期情感的特点·····	(35)
重视个别差异·····	(36)
(一)情绪、情感的倾向性差异·····	(36)
(二)情绪、情感的深度差异·····	(36)
(三)情绪、情感的稳定性差异·····	(37)
(四)情绪、情感的效能差异·····	(37)
调适不良情绪·····	(37)

(一)培养无产阶级的人生观和世界观	(38)
(二)丰富情感体验	(38)
(三)有针对性进行不良情绪情感的调适	(39)
培养积极情感	(40)
(一)端正认识,以理育情	(41)
(二)提高能力,以智育情	(42)
(三)加强引导,以导育情	(45)
(四)优化性格,以性育情	(47)
(五)感染学生,以情育情	(48)
(六)加强实践,以行育情	(50)
(七)改进教学,以教育情	(51)
(八)创设情境,以境育情	(53)
调控消极情感	(54)
(一)理智调控	(56)
(二)遗忘调控	(58)
(三)转移调控	(59)
(四)宣泄调控	(60)
(五)升华调控	(61)
(六)同情调控	(62)
(七)暗示调控	(62)
(八)音乐调控	(63)
(九)自慰调控	(65)
(十)“自控”调控	(65)
四、情商教育与品德培养	(65)
道德与品德	(66)
(一)重视品德研究	(68)
(二)注意研究方法	(69)
品德结构	(70)

(一)品德的心理结构	(70)
(二)品德的形成	(73)
品德培养途径	(83)
(一)集体的作用	(83)
(二)劳动的作用	(92)
(三)课外活动的作用	(99)
五、道德与法制教育	(108)
播下美的种子	(108)
栽下正直的根苗	(112)
(一)热情	(113)
(二)自尊	(114)
(三)善良	(115)
(四)诚实	(116)
(五)勤奋俭朴	(116)
纯化爱的色彩	(117)

一、情商教育与成功人生

孩子的非智力心理素质建设,现代心理学叫商情建设。

人们从事生产劳动和科学实验,进行技术革新和发明创造等活动都不单纯是由固定的智力因素所决定,也和每个人的个性品质(非智力因素)相关联。一个人的个性与智力因素有机地结合在一起,发挥着人的创造力。中国古代就有“勤能补拙”的说法,即勤奋能补偿某方面能力的缺陷。

心理学家也发现,被广泛应用的斯坦福一比内测试和韦克斯勒测验,所测得的一般智力得数和智力成就成正相关,但很难测出一个人如何以创造性的新奇独特的方式运用知识和技能,它不能测出创造性。也就是说,智商高并不一定就是高创造者,智商一般的人可能在创造性方面有突出的表现。卡根(1965)通过他所设计的创造力测验所测结果证实,智商在140以上的儿童并不都具有创造性。其结论是,一个人是否有创造性,要以智商100为低限,同时还要取决于其他因素。英国的高尔顿认为天才是遗传的,但他也强调热情、勤奋对天才人物发展的影响。美国心理学家推蒙(L·M·Terman)对150名最有成就的创造者和发明家的研究表明,卓越成就也并非只是智力本身的结果,非智力因素也起重要作用。70年代,美国教育总署组织教育学家和心理学家讨论天才儿童的定义,一般认为,天才是由超过中等水平的智力、高度的责任感和创造力等三类基本品质构成的。

从上面一些例证中可以看到非智力因素在活动中的重要

性已是不可否认的事实。人的活动,尤其是创造性活动,是受心理的多维结构控制的,是智力因素和非智力因素协同活动的结果。概括地说,非智力因素的影响表现如下:

其一,人格因素对创造风格的影响。富有创造性的人有不同类型表现,一个人在进行活动时,往往以人格品质作为背景,这些品质不知不觉地投射到认知活动过程中,久而久之,便使人形成一套独特的反应方式,或者说是创造风格。在一项对诺贝尔奖金获得者进行分析中发现,他们虽然都是具有创造性的人,但其思维方式存在着显著差异。爱因斯坦在实验中常用直觉思维采取大胆的冒险决策,迅速而又巧妙地将实验导致成功;另一些人则采用他们自己也很难描述出来的玄妙奇特方式进行创造性活动;还有一些人采用的是近乎常规性的思维,按照正常的程序,经过反复试验获得成功。

其二,人格因素直接参与创造活动并影响着它顺利进行。吉尔福德在研究中发现许多非智力因素与智力因素有高相关。如与独创性高相关的非智力因素有忍耐、模棱两可和不喜欢秩序性等;与流畅性高相关的非智力因素有冲动性、支配性、自信心等。作为家长,最大的愿望就是希望孩子未来的人生能够美满幸福。对于美满和幸福的定义,主要可以用六个字来概括:成功、健康、自在。也就是说,为了孩子未来人生的美满幸福,就要使他在人生中成功、健康、自在。怎样帮助自己的孩子取得人生的成功呢?对孩子进行智力开发,是当今家长们普遍的尝试。

关于成功,曾经有过这样一个公式:成功=能力+机会。也就是说,一个人的成功是能力和机会的结合。在这里,能力指的是一个人主观条件,机会是指这个人所处的社会客观

条件。

不同的人对于能力可能有不同的定义。总体来讲，一个人的能力是由智力能力和非智力能力两个部分组成。情商是衡量人非智力能力的重要指标。

中国目前的家庭教育，往往是重视了智力因素的开发和培养，而忽视了非智力因素对孩子未来成功与命运的影响。也就是说，我们缺乏全面发展的家庭教育。

什么是智力呢？智力就是我们观察、认识社会，利用经验和知识解决问题的能力，包括观察能力、判断能力、逻辑推理能力、思考能力等等。这种能力，现在的家长都比较重视开发，从胎教就开始了。现在还有早教的概念，就是孩子出生以后就开始的早期教育。

现代科学还有“十五分钟效应”的说法，就是在孩子出生以后的十五分钟内，在脐带还没剪断的时候，让孩子趴在母亲身上，让母亲用手去爱抚他，传达母亲对他的信息，使孩子能够适应生活，更好地接受生命的遗传。孩子慢慢大一点了，各种各样的智力开发，像音乐、美术、认字、数学都开始进行。以至全世界都有这样的趋向，现在孩子在智力和智商方面比几十年前都有了很大提高。在对孩子进行情商教育的时候，最有影响力的是家长在家庭中，特别是在孩子能看得到的情况下的表现，而且有些表现就涉及到孩子本身。

你对待孩子的一整套反应，同时也作为反应程序输入到孩子身上了。孩子以后就会用你的态度来反应遇到的问题。

在教育孩子的过程中，溺爱表现为对孩子特别细致敏感、胆战心惊、生怕这样或那样的态度，这种态度恰恰同时给了弱情商的教育，低情商的教育，给了他们脆弱的生理和心理反

应。他们从自己受到的待遇中,父母对自己的态度中,感受到了对待生活的反应。

可以想象当他们长大以后,对待生活会是一个什么样的态度;当遇到问题时,他们会按照我们输入的程序做出相应的反应。

目前的家庭教育面临着这样两种情况。一种情况就是,孩子刚刚出生,怎样从一开始塑造他的情商。还有一种情况,孩子比较大了,已经六七岁、七八岁,甚至十来岁了,由于过去不太重视孩子的情商教育、心理素质教育,造成孩子的很多弱点。这时候,家长就面临一个问题,如何把这一课弥补过来。

我们采取的主要方法就是中断孩子的旧有逻辑。对你来讲,还有一个最简单,同时也最困难、最重要的做法,就是从现在开始把自己的心理素质重新塑造一下。

因为你带孩子,以后对孩子影响最大的就是你,你对生活的任何反应都很重要。比如家里的事情,你和爱人在外界工作环境中带回来的信息,生活中的顺利与不顺利,孩子身体有什么不舒服,孩子被碰了一下或被摔了一下。

你的反应很重要。如果你的反应是惊慌失措的、软弱的、脆弱的、遇事方寸就乱的,从小给孩子心理造成的重复影响,对他一生都将是一个重要的负面影响。

所以你首先要想,面对孩子我需要重新开始生活,重新塑造自己,使得我自己更安详,更镇静,更坚定,能够更平稳地对待生活,包括对待孩子发生的各种事情。这一点非常重要。包括在孩子生病、不舒服时,你都要反应镇静,要从容,你的反应对孩子的影响是非常重要的,也是其他东西不能取代的。

第二个做法,希望你去了解一下过去的老人,他们有很多

孩子,这些老人对孩子恰恰比较达观,并不是那么惊慌失措、那么在意。你要去感觉一下他们对孩子那种基本的达观的态度。不要像我们现在很多父母那样,似乎是把孩子放在一个保温瓶里。那样做对孩子是有害的,从小就把孩子的生命从生理到心理都搞得很脆弱。

上面这两点对于孩子刚刚出生的父母尤为重要。等孩子再大一点,能接受故事的时候,哪怕孩子好像听不懂、似懂非懂的时候,你可以用喃喃自语的方式给他讲故事。无论是讲什么故事,小白兔的故事,小山羊的故事,这些故事的内容及讲述方式,都是为了使成为心理上真正坚强勇敢的人,拥有独立自主精神的人。

如果你能够注意这几点的话,在孩子两三岁的时候,你就已经为他打下了情商教育特别重要的基础。

情感教育概述

(一)情感和情感教育

情感是人对于客观现实的态度体验。情感是由客观事物是否满足个体的需要而产生的,它反映了客观事物与个体需要之间的关系。情感教育,是一个与认知教育相对应的概念,它是指把情感作为人的发展的重要领域之一,对其施以教育的力量。重视情感教育,就是关注人的情感层面如何在教育的影响下不断产生新质,走向新高度;也是关注作为人的心理机制之一的情绪机制,如何与生理机制,以及与其它心理机制一道协调地发挥作用,以达到最佳功能状态。

(二)情感教育的意义

作为一个辐射教育过程全域、全程的教育意识与操作,情感教育与学生的德、智、体、美全面发展有极为重要的关系,因而在学校心理教育工作中具有极为重要的作用。关于这一点,古今中外的思想家、教育家、心理学家都有不少论述。例如,在英国,优学生者、心理学家高尔顿(S·F·Galdon)早就强调过“热情”在人的智力活动中的作用。他说:“我认为,不存在没有热情的智力,也不存在没有智力的热情。”这里所谓的热情,在普通心理学中称为“强烈、稳定、持久的情感。”在美国,心理学家推孟(L. M. Terman)在1921年曾在25个小学中选出1518个智商较高男女同龄学生进行追踪研究。在他们成年以后,以事业的成败为标准,把他们分为“非常成功”“还算成功”和“失败”三类。推孟对150名最成功的智力优越者的研究结果表明,能取得卓越成就的人不仅仅是因为他们具有良好的智力因素(观察力、记忆力、思维力、想象力等),热情、自信等积极的情感因素在其成功中亦具有十分重要的作用。美国心理学家的近期研究成果也证明了这一点。如罗(A. Roe)和麦金农(D. W. Mackinnon)在研究创造活动中取得优秀成果者的特征时,发现他们都具有对工作、学习的高度责任感和超常的热情等积极的情感特征。在日本,心理学家泷泽武久多次强调了情感教育的重要性,他指出,情感交织在人的思维中,或者成为刺激,或者成为障碍。他曾大量实验证明:一旦学生对学习失去情感,思维、理解、记忆等认知机能,就会受到压抑阻碍,无论何等抽象的思维,没有情感都不能进行。在前苏联,著名教育家赞可夫在其著作中也多次强调了健康的情感

在学习活动中的作用。赞可夫提出了“一般发展”的理论,他认为,所谓“一般发展”,即不仅发展学生的智力,也要发展他们的情感、意志、性格等。赞可夫认为,儿童的“情绪生活”与儿童独立、探索性的思维是有机地联系在一起的。如果伴随学习和思考而来的是兴奋、激动、对发现真理的诧异、惊讶和产生愉快的体验,那么,这种情感便能强化他们的学习活动,促进知识、技能的掌握和智力的发展。赞可夫的实验教学体系就是一种既注意学生思维,又注意学生情绪体验的新体系。前苏联的另一位著名教育家苏霍姆林斯基则把情感教育的重要性推向了极致。他指出:“学校中心任务之一就是培养道德的、理性的、审美的高尚的情感。……教育就是从培养真诚的关切之情——即对周围世界所发生的一切都会由衷地作出思想和情感上的反响——开始的。真诚的关切——这是和谐发展的一般基础,在这个基础上人的各种品质——智慧、勤勉、天才——都会获得真正的意义,得到最光辉的发扬。”从这种认识出发,他还分别论述了情感在德育、智育、体育、美育中的作用。关于情感与德育,苏霍姆林斯基认为,在学生的精神世界中,居于首要地位的是个人的信念,但“认识转化为信念并不是靠行为的频繁重复完成的。……认识,只有在行为能给孩子带来正义感,能使他激动,能使他心灵上产生欢乐感和兴奋,并能振作精神的情况下,才能转化为信念。”关于情感与智育,苏霍姆林斯基认为,“情感如同肥沃的土壤,知识的种子就播种在这片土壤上。种子会萌发幼芽来:儿童边认识边干得越多,对劳动快乐的激动情感体验得越深,他就想知道更多,他的求知渴望、钻研精神、学习劲头也就越强烈。”关于情感与体育,苏霍姆林斯基指出:“不能把运动从全体儿童的体育手段变成个人

争夺成绩的手段……只有当运动成为每个人都喜爱的活动时,它才能成为教育手段。”关于情感与美育,苏霍姆林斯基强调说:“审美教育既是认识过程也是情感过程:在这个过程中,概念、观念、判断,即全部思维的这个方面与体验和情感的另一个方面,是紧密相联的……没有单独的个人的情感,就没有审美素养。”在我国,自孔子以来,历代学者也都非常强调情感在学习中的作用,如明代学者王守仁说:“今教童子,必使其趋向鼓舞,中心喜悦,则其进自不能己。”就是一例。

国内外情感教育简况

情感教育既然如此重要,那么,应该怎样对学生进行情感教育呢?自本世纪中叶以来,不少国家在新的科技革命浪潮和人文主义思潮的挑战下改革教育,涌现出一大批主张加强对进行情感教育的教育实验典型。例如,美国人文主义心理学家罗杰斯倡导非指导性教学模式,从构建教学活动中新的师生关系、人际关系着手,以人际关系中三大要素(真诚、接受、理解)的实现作为教学的首要条件,试图求得学生在主动、解放、自由的状态下,以积极情感作为动力推动认知学习。美国的一些学校还通过开设“感情知识课”来对学生进行情感教育。如1992年3月3日美国《纽约时报》上发表了一篇题为《先锋学校开设感情知识教育课》的文章。文中写到:

“不久前,美国布鲁克林的托马斯·杰斐逊中学发生了一起枪杀两名学生的凶杀案件,举国上下为之震惊。有关统计数据表明,美国青少年自杀、他杀和早孕等现象在过去十年里呈直线上升。面对这些铁一般的事实,教育工作者不禁惊呼:美

国青少年在感情方面太无知了！青少年不懂得如何控制自己的感情，不知道如何解决人与人之间的分歧，不会同他人和睦相处，必须给他们补上这一课！美国传统教育方法只注重提高学生们的数学和阅读能力，不注意“情感教育”，误以为学生们能从家庭生活中获得这种教育。殊不知几乎没有哪个家庭在这方面能尽职尽责。这一失误终于酿成了可怕的后果。为了扭转这一局面，许多具有开拓精神的教育工作者们多方尝试，开设了一门‘感情知识课’。”又如，前苏联以苏霍姆林斯基为代表的“和谐教育”学派，批判了以学习上的表现作为压倒一切的唯一表现领域，以及用学习上的分数作为衡量人的价值的唯一尺度的流行观点和实践，把人的天资、才能、创造性、积极性与多方面（学习、劳动、道德、审美、体育等）的表现和谐地结合起来，以启动自尊心、自豪感作为情感教育，乃至整个个性教育的契机。此外，还有不少国家的学者十分重视学生水平交往（即同伴交往）的情感教育功能，一方面在此基础上形成全新的教学策略——合作学习，建构以借助教学沟通水平交往为特征的课堂教学新模式；另一方面，对人的情感交往的技能技巧加以总结和训练，希望通过交往的实践提高人际间的亲密度以及个人调控情绪的能力，等等，不一而足。

我国自七八十年以来，一些优秀的教育工作者在自己的工作岗位上尝试加强对学生的情感教育，各自闯出了一些有特色的路子，有的已取得了相当范围的社会认可与影响力。据我国学者朱小蔓（1993）总结，大致有以下六种模式：

1. 情知教学模式。从对教学活动中学生的心理过程分析入手，提出学习过程的内在运行有两个不同的过程：一是感觉——思想——知识、智慧（包括运用）的过程，一是感受——情