

教师心理教育能力 培养与提高

曹新吾 张耀庭
主编

JI AOSH I XIN LI JIAO YU N E I C E LI JIAO YU N E I
T I G A O



安徽教育出版社

安徽省教育科学研究规划课题研究成果

安徽省安庆市师训中心组织开发

JIAOSHI XINLI JIAOYU NENGLI PEIYANG YU TIGAO

教师心理教育能力 培养与提高

曹新吾 张耀庭 / 主编



安徽教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

教师心理教育能力培养与提高/曹新吾,张耀庭主编.
合肥:安徽教育出版社,2004.12
ISBN 7-5336-4234-1

I. 教... II. ①曹... ②张... III. 教育心理学
IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 131257 号

策划编辑:袁 舰	责任编辑:丁 蔚	装帧设计:袁 泉
出版发行:安徽教育出版社(合肥市跃进路1号)		
网 址:	http://www.ahep.com.cn	
经 销:	新华书店	
排 版:	安徽飞腾彩色制版有限责任公司	
印 刷:	安徽新华印刷股份有限公司图书印装分公司	
开 本:	880×1230 1/32	
印 张:	6.25	
字 数:	140 000	
版 次:	2004 年 12 月第 1 版 2005 年 2 月第 2 次印刷	
印 数:	12 001—37 000	
定 价:	9.80 元	

发现印装质量问题,影响阅读,请与我社发行部联系调换
电 话:(0551)2822632 邮 编:230063

序

序

江兴代

老子《道德经》有言：“自胜者强也。”西方哲学家亦以不同语言表达过同一意思：“人最难战胜的是自己。”中外思想家的箴言告诉我们：人生最难战胜的不是他人，而是自己，具体说，是自身的弱点。一个人是这样，一个由人组成的民族也是这样，一个由人和民族组成的国家更是这样。所以，强国必先强民，强民必先强心。这本书要探讨的就是国民教育中如何培养心强魄毅的下一代的问题。

当前，我国基础教育课程改革已拉开序幕，新一轮以基础教育课程改革为中心的教师教育也正向纵深推进。新的理念、新的思路、新的课程标准不仅要求教师走进学生的学习，走进学生的生活，还要求走进学生的心灵。而社会转型期学校教育、社会教育、家庭教育三大板块不同程度的断裂与失衡，又常给青少年心理投下一些阴影。这就更要求我们各级教育行政部门要重视学校心理教育，各类学校要加强学生心理教育，各学科教师都要把对青少年的心理教育渗透到本学科中去。书中对学校心理教育特点的描述，全面、透彻、系统地阐明了其中道理。

尤为值得一提的是，本书还在实验的基础上，吸取中外心理学研究成果，专设了有关青少年心理咨询、青少年心理测评、青少年心理排障指导及青少年健康心理的培养等章节。大处着眼，小处落笔，使可操作性成了本书又一亮点。不仅对教育行政工作人员、教师有参考价值，对广大学生家长也有参考价值。

本书是已结题的科研成果。虽历时数载，从立论到举证都一

而再、再而三地接受过检验，但认识无止境，不少地方肯定仍有待深化。特别是在教师教育中，学校心理教育研究还是个新课题，本书的出版应说是开风气之先。纵少有遗漏，也属正常。探索无涯，愿与作者共勉。

前言 时代呼唤校园心理教育

“人类灵魂工程师”是教师的崇高称号，它说的是教师在启迪人类心智这一永恒性工程中的主导作用。教师在心理教育中所扮演的“向导”角色，正是这种称谓的内涵之一。它指的是：

一、教师应是学生心扉的开启者

心理学研究成果告诉我们，青春期正是人情窦初开、心扉乍启的时期。了解人，是走进一个人的心。而一个人走进世界，则是走出自己的心。具体说，是走出自己的心扉。也正因如此，青少年面对五彩缤纷的神奇世界，才有那么多幻想、憧憬和美好的梦。然而，作为心灵的门户，不同人心扉开启的朝向却大相径庭，因而门庭也各异。有的追求“楼观沧海日，门对浙江潮”的恢宏气势，有的选择“门对青山千古秀，户朝绿水万年兴”的亘古地利，有的欣赏“窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船”的悠远意境。可也有另一种景况：“门虽设而常关”或“门庭冷落车马稀”，甚至“雨打梨花深闭门”。这种“门庭若市”和“门可罗雀”的差异，固然有个人志趣、操守、修养、抱负等因素在内，但其人生心理之门第一次是怎样开启的却带决定性。俗语说：“入门须正，出门须慎。”作为青少年心扉的第一开启人，教师的导向性十分重要。

二、教师应是学生心田的守望人

诗意地看教育，教师三尺讲台下不是男性女性，不是张姓李姓，不是小学生、中学生、大学生，也不是黄肤色、白肤色、黑肤色，而是一望无垠的心田。如果说，道德、知识是这片沃土上的松、竹、梅、兰或稻、麦、黍、稷，那么，良好的心理素质便

是土壤。教师传授知识是播种，进行心理教育则是培土，二者缺一不可。数年后，这方“土地”是一片荒芜，还是满眼春光，是“山寒水瘦”，还是“土肥水美”，很大程度上决定于教师这一学生心田的守望人，决定于这位守望人有无醉人的诗意。教育的最高境界是诗，是诗化的教育，是教育的诗。缺乏诗的激情，这位教师只能是教书匠。只有称职的学生心田守望者，才是朝夕间乃至数十年后依然伫立于学生心窗前的悄吟人。优秀的教师应是学生心路历程上的行吟诗人！

三、教师应是学生心境的清洁工

心灵应是净土，但心灵又很难是净土。浮躁时风的喧嚣，泡沫经济的喧腾，不良文化的喧闹，无时不侵扰着我们的心境。教师在这时应是一名勤劳的清洁工，涤污滓，荡浊水，清枯枝，除败叶，息噪音，去铜臭，扫阴霾，战恶风。迎着晨光，踏着夜月，时时刻刻保持莘莘学子心灵的纯洁。

四、教师应是学生心灯的圣火手

奥林匹克运动会上有圣火，那是圣火手从太阳那里点燃的。教育园地里也有圣火，那是教师从知识那里点燃的。昨天，在十年浩劫的漫漫长夜中，教师是盗火者，是不朽的普罗米修斯；今天，在改革开放的融融春日里，教师是圣火手，是伟大的燧人氏。还记得冰心老人手中的那盏小橘灯吧，它虽光焰似豆，却照亮了一代代小读者的心。佛门改革者禅宗诸祖也懂得宗教教育是火炬接力，所以他们把自己的经典著作命名为《五灯会元》。一灯能灭千年暗，一智能破万古愚。昔人关于教师是火柴、是蜡烛的比喻，在没看到灯灯相传这一壮观景象的人来说是毁灭自己，点燃、照亮他人；在懂得“藉薪传火，薪尽火存”哲理的人眼中，这是一种千秋永颂的辉煌。

西方哲言说：世界上最宽广的是海洋，比海洋更宽广的是天空，比天空更宽广的是人的心。心理教育的成功，是教育最大的

前言

成功。

愿每一位读过此书的教师都是成功者！

曹新吾

二〇〇四年九月十五日

目录

目 录

序	1
前 言 时代呼唤校园心理教育	1
第一章 教师的“心理向导角色”	1
第一节 自觉形成“心理向导角色”意识	1
第二节 树立科学的“心理向导”观	10
第三节 “心理向导”能力的培养	16
第二章 理解与把握学生心理的能力	20
第一节 理解与把握学生心理的能力概述	20
第二节 理解与把握学生心理的要求	21
第三节 理解与把握学生心理能力的培养	24
第三章 心理教育的组织能力	32
第一节 心理教育组织能力的内涵	32
第二节 建构完善的学校心育系统	33
第三节 心理教育组织能力的培养	45
第四章 心理现象的辅导能力	51
第一节 学校心理辅导述略	51
第二节 中小学生常见的心理问题及辅导	57
第三节 心理辅导能力的培养	74
第五章 心理排障的咨询能力	96
第一节 学校心理咨询述要	96
第二节 中小学生常见的心理障碍及矫正	101
第三节 心理排障咨询能力的培养	115

第六章	心理活动的测评能力	120
第一节	心理测评简论	120
第二节	学校心理测评的内容与方法	122
第三节	心理活动测评能力的培养	139
第七章	心理健康的指导能力	142
第一节	心理健康的概念	142
第二节	心理健康的几项标准	144
第三节	心理健康指导能力的培养	147
第八章	教师心理教育能力培养的意义、 规律及原则	170
第一节	教师心理教育能力培养的意义	170
第二节	教师心理教育能力培养的规律	174
第三节	教师心理教育能力培养的原则	183
后 记		188

第一章 教师的“心理向导角色”

第一节 自觉形成“心理向导角色”意识

教师的“心理向导角色”意识是指承担者对心理教育的义务、地位、作用和心理教育行为模式的认识。明确具体的“心理向导角色”意识是实现“心理向导角色”的前提。只有先具备正确的“心理向导角色”意识，才能会有正确的心理教育行为、良好的心理教育效果。要形成“心理向导角色”意识，必须提高对心理教育的全面认识和心理教育的自觉性。

一、提高对心理教育的全面认识

心理教育即心育，“是培养受教育者良好心理素质的教育。是提高受教育者心理机能、充分发挥其心理潜能、促进其个性发展的教育，是教育者与受教育者心理的自主构建相互活动作用的社会活动”。^①

心理教育能力是指教师对学生进行心理素质教育的活动能力，是在教师自身接受教育、自主学习的双重作用下逐渐形成的，并在工作和生活实践中以调节自我和调控学生心理状况，使学生心理良性发展的形式表现出来的一种独特的教育能力。

我们把这种全面认识归纳为心理教育的“一、二、三、四、五”：

^① 郑和钧：《论教师心理教育能力的培养》，《教育研究》，1998，第11期。

（一）一个目的

心理教育的根本目的就是提高心理素质，促进心理健康。

（二）两条原则

1. 智力与非智力因素相结合的原则。任何教育工作（包括教学工作）都需要学生全部心理活动亦即智力与非智力因素的积极参与，才能收到预期的效果，心理教育自不例外。不仅如此，心理教育本身就是发展智力和培养非智力因素双兼的，所以就更有必要把二者结合起来。

2. 积极培养与消极防治相结合的原则。燕国材教授指出，心理教育要把握培养心理素质这一积极的主导的方面，但也不要忽视防治心理疾病这一消极的辅助手段，并要主辅结合，相得益彰。

（三）三个结合

1. 心理教育与教学工作相结合。一方面，教学工作要求学生的各种心理活动积极参与，学生的心理素质必然会获得发展与提高；另一方面，教学工作又必须把发展学生的心理素质作为一项重要目标。

2. 心理教育与教育工作相结合。心理教育要渗透在政治教育、思想教育、道德教育之中，政治教育、思想教育、道德教育也要自觉地培养学生的心理素质。

3. 心理教育与课外活动相结合。课外活动要求学生具有更大的独立性、积极性与创造性，一般教师都应当“退居第二线”。这就给学生的心理素质提出了更高的要求，也给心理素质提供了锻炼的好机会。

（四）四项注意

为了有效地进行心理教育，必须着重注意如下四个方面：

1. 注意学生的主体地位。在心理教育中，必须尊重学生的主体地位，以便发挥学生的主体作用，调动学生的主体积极性和创造性。

2. 注意创设良好的教育氛围。心理教育只有在愉快、活泼、乐观的心理气氛中才能有效地进行，互相倾轧、彼此仇怨的心理气氛对心理教育肯定是不利的。

3. 注意学生的年龄特征。心理教育的要求、内容和方式要适合不同年龄阶段的学生。

4. 注意学生的个别差异。同一年龄阶段的学生，他们还具有各自不同的心理特点，这要求心理教育也必须针对特点，因材施教，个别对待。

（五）五种方法

心理教育的具体方法很多，现仅提出以下五种：

1. 开设心理常识课。事实证明，这是一种有效的心理教育方式。

2. 给每一个学生以成功的机会和条件。要让学生都相信，自己的智力水平不比别人差，自己也有心理潜能可开发，只要认真努力，一定可以获得成功。

3. 培养学生对前途的希望。一个学生对前途充满着希望，他就会富有生气、信心十足、热情洋溢、精力充沛。在这样的情况下，他就会有健康的心理生活，从而促进自己心理素质的不断提高；反之，如果一个学生看不到“明日的欢乐”，他就会了无生气、缺乏信心、情绪冷淡、精神不振。在这样的情况下，他就会产生某些心理问题，从而妨碍自己心理素质的提高。

4. 建立心理辅导或心理咨询站（室），及时帮助学生解决心理问题。

5. 培养学生自我评价的能力。善于自我评价，乃是有效的自我教育的基础或前提。^①

^① 燕国材：《关于心理教育的几个问题》，广西师范大学出版社，1999。

提高对心理教育的全面认识还得明确心理教育的重要性、紧迫性。

古希腊哲学家赫拉克利特说过：“人不能两次踏入同一条河流。”这句话告诉我们，自然界无时不在发生变化，人类社会也是如此。自第二次世界大战结束以来，伴随全球性的技术革命，社会变迁的速度越来越快。以电子计算机为核心的电子技术，以激光和光导纤维为主的光通讯技术，以及新材料和新能源的利用，都使人与人的关系、人与自然的关系在短短的几十年中发生了翻天覆地的变化。生活在现代社会中的每一个人，每时每刻都会感受到新生事物的涌现、挑战与冲击。新的潮流、新的环境、新的风尚、新的产品、新的生活方式扑面而来。网络应用与电视的普及极大地提高了大众传媒对人类生活的影响，世界开始越变越小。科技进步对生产力所引起的，不仅仅是一场生产革命或经济革命，而且是整个社会以及人们的生活方式和价值观念的急剧变革。现代社会的骤然巨变对人类的心理生活有着强烈影响，这种影响甚至能使人们在前所未遇的社会压力面前张皇失措、无所适从。根据世界卫生组织最近一份报告显示，全世界将近有 13 亿人存在心理健康问题，心理压抑是 21 世纪最严重的健康问题之一。目前我国抑郁症及自杀造成的损失，已排在各种疾病的首位。据专家预测，心理疾病中的抑郁症，将成为影响人类寿命、增加经济负担的第二大疾病。还有，当前我国社会正处于从计划经济向市场经济过渡的转型期。社会转型期，一方面对人的品格提出了新的要求；另一方面，对人的品格发展，尤其是对青少年的成长带来种种负面效应。这就对学校教育提出了新的挑战，那就是要为未来的社会培养一代新人，要使这一代新人具有新时代的人格特征与素质。埃德加·富尔在《学会生存》一书中指出：“当知识变化很慢，而且又能在几年之间希望‘学会’一切足以满足理智上和科学上需要的东西时，这种为少数人建立的教育体

系是有效的。但是，我们如果把这种教育体系运用于急剧变化的时代的大众教育，而知识数量又正以前所未有的速度激增，那么这种教育体系很快变得过时了。”现代学校不仅仅是为年轻一代“传道、授业、解惑”，更重要的是让他们学会学习、学会生活；不仅仅是让他们拥有今后工作与继续学习的必要知识，更重要的是提高他们的心理素质，培养他们健全的人格精神。从这个意义上讲，心理教育的确是现代学校教育不可缺少的一个组成部分。

有专家认为，人的素质结构可以分为纵向的四层：1. 认知层面的素质，即学习和掌握人类所积累的经验 and 创造的知识；2. 认识层面的素质，即在学习前人的知识与经验的基础上提出有规律的东西经分辨吸收变为自己的认识；3. 自觉再实践性的素质，即在已经形成的正确思想的指导下，运用已学过的知识自觉进行再实践；4. 第二本能层面的素质，即经过长久地学习和消化吸收进行自觉地再实践，逐渐转变为人的思维方式、行为方式，达到人的第二本能。专家指出，心理素质是其他素质的基础，又是其他素质的核心。心理素质是在先天的生理素质的基础上形成起来的，是先天和后天的“合金”。这块“合金”一经形成之后，便会相当稳固。而其他素质则是纯后天的东西，其形成与发展必须以个体心理活动为基础，必须通过主体的心理过程，是主体心理活动的结晶。乌申斯基说：“教育的主要活动是在心理和心理—生理活动的现象领域内进行的。”因此通过心育，保持积极健康的心理状态，培养良好的心理素质就能为接受其他方面的素质教育提供良好的心理条件，促进学生健康的成长。例如：有这样一个中国小姑娘，在高一时数学老师说她没有数学脑子，致使其对自己丧失信心。由于她长期生活在“你真笨”、“猪脑子”等讽刺挖苦的环境中，心情压抑，性格孤僻，逐渐丧失学习信心，到高三时产生厌学情绪。后来，家长将她送到美国求学。开始，由于语言障碍，学习成绩很差，但不久，这个孩子的学习成绩直线

上升。这个女孩的进步最早得益于法语老师的一声赞叹：“耶稣呀，刚来，法语就得100分了！”很快，她的化学又开始频频获得满分，并且化学老师还经常拿着她的卷子给别的老师看，然后说：“班里没别人这样，这都能当标准答案了。”尤其是数学教师，经常表扬这个女孩以自己独特而具有创造性的方式解决难题，完成数学证明，还在全班同学面前大声赞扬：“你们努力呀，否则你们将来都要给斯蒂芬打工去了！”等等。三个月后，这个女孩考取了大学，英文老师在给大学的推荐信中说：“我以性命担保她行。对此，一秒钟都不应该怀疑。”为什么仅仅三个月的时间，就会使女孩的学习状态和自信简直就像换了一个人？是什么起了如此奇妙的催化作用？是心理的改变。^①

二、提高心理教育的自觉性

人本主义者认为，青少年的成长是由三维世界构成的：其一是对生活世界的认识、理解、融合，即学会生活；其二是对知识世界的认识、构建、积累，即学会学习；其三是心灵世界的唤醒、感悟、完善，即学会做人。在这三维世界中，知识世界是人的生命以外的东西，学生原来不具备，需要在学校完成从无到有、从少到多的积累构建。它是学校能给予学生的最直观的东西，也是学校最显而易见的教育任务，即传统教育观念中所说的“教书”。而生活世界和心灵世界则是与人的生命连在一起，并且终身都要学习的。学校对学生生活世界和心灵世界的给予，即我们通常所说的“育人”。这对学生如何走好以后的人生道路，具有极其重要的影响。从这个意义上说，“育人”才是学校教育的根本任务。然而长期以来，应试教育把学生知识世界的教育作为

^① 张行涛：《新世纪教师素养》，首都师范大学出版社，2003，第26页。

唯一任务，轻视甚至漠视学生生活世界和心灵世界的教育，妨碍了学生的和谐发展，严重违背了素质教育的育人宗旨。

心理素质是精神的载体。没有良好的心理素质，其他一切素质都将失去存在的基础。因此，教师要坚持“育人为本”的教育观念，明确自己在心理教育中的位置、义务和努力方向，提高心理教育的主动性和自觉性，努力实现向“心理向导角色”的转换。我国著名特级教师、优秀班主任魏书生老师在教育过程中便自觉地扮演了“心理向导角色”。请听他的自述：

选择积极角色进入生活^①

一天夜间，凉风习习，我到校园内跑步，又到东边的小花园内练了一会儿气功，然后返回教学楼，恰逢毕业班的同学晚自习休息，同学们三三两两地步出教学楼。我进了楼，想观察一下同学们晚自习课间活动情况。不料在面对我班的走廊处，听到两位同学正在吵架，吵得十分难听。我做气功时的愉悦心情，顿时被气恼所代替，立即让那两位学生到办公室。

一见到我，他们立即害怕起来，看他们起初那样子，我本想大发雷霆，见他们害怕，我的气又消了。于是我想，面对犯错误的学生，一位教师真可以扮演几十种不同的角色。

我可以扮演一个大发雷霆的莽撞的角色，使自己生一顿气，也使生生生一顿气。

我可以扮演一个不负责、听之任之的角色，结果学生愈来愈淘气，我的威信也越来越低。

我可以扮演有极其丰富的经验的教师角色，给学生分析吵架的弊端危害，帮学生订出避免吵架的措施，使学生佩服得五体投地。

① 魏书生：《班主任工作漫谈》，漓江出版社，1999，第4～6页。