

全国中小学教师继续教育

教材

青少年心理专题

人民教育出版社政治室

教育部师范教育司 组织评审

人民教育出版社

全国中小学教师继续教育

教材

青少年心理专题

人民教育出版社政治室

教育部师范教育司 组织评审

人民教育出版社

全国中小学教师继续教育教材

青少年心理专题

人民教育出版社政治室 编著

*

人民教育出版社出版发行

(北京沙滩后街 55 号 邮编:100009)

网址: <http://www.pep.com.cn>

北京中科印刷有限公司印装 全国新华书店经销

*

开本: 890 毫米×1240 毫米 1/32 印张:8 字数:178 000

2001 年 6 月第 1 版 2003 年 12 月第 2 次印刷

印数: 3 001~6 000

ISBN 7-107-14107-4

G·7199(课)

定价: 11.80 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换。

(联系地址:北京市方庄小区芳城园三区 13 号楼 邮编:100078)

主 编 陈会昌
副主编 单晓红 迟立忠
编 者 陈会昌 迟立忠 单晓红 王拥军
池 瑾 谢宝珍

责任编辑 单晓红
封面设计 李宏庆
插图绘制 郑文娟
版式设计 春辰轩图文设计公司

鸣谢：本书所用照片均由新华社图片社提供，
在此一并致谢！

前 言

全面推进素质教育，是当前我国现代化建设的一项紧迫任务，是我国教育事业的一场深刻变革，是教育思想和人才培养模式的重大进步。实施“中小学教师继续教育工程”，提高教师素质，是全面推进素质教育的根本保证。

开展中小学教师继续教育，课程教材建设是关键。当务之急是设计一系列适合中小学各学科教师继续教育急需的示范性课程，编写一批继续教材。在教材编写方面，我司采取了以下几种做法。

一、组织专家对全国各省（区、市）推荐的中小学教师继续教育教材进行评审，筛选出200余种可供教师学习使用的优秀教材和学习参考书。

二、组织专门的编写队伍，编写了61种教材，包括中小学思想政治、教育法规、教育理论、教育技术等公共必修课程教

材；中小学语文、数学，中学英语、物理、化学、生物，小学社会、自然等学科专业课教材。上述教材，已经在1999年底以《全国中小学教师继续教育1999年推荐用书目录》（教师司[1999]60号）的形式向全国推荐。

三、向全国40余家出版社进行招标，组织有关专家对出版社投标的教材编写大纲进行认真的评审和筛选，初步确定了200余种中小学教材继续教育教材，这批教材，目前正在编写过程中，将于2001年上半年陆续出版。我们将陆续向全国教师进修院校、教师培训基地和中小学教师推荐，供开设中小学教师继续教育相关课程时选用。

在选择、设计和编写中小学教师继续教育教材过程中，我们遵循了以下原则。

一、从教师可持续发展和终身学习的战略高度，在课程体系中，加强了反映现代教育思想、现代科学技术发展和应用的课程。

二、将教育理论和教师教育实践经验密切结合，用现代教育理论和方法、优秀课堂教学范例，从理论和实践两个方面，总结教学经验，帮助教师提高实施素质教育的能力和水平。

三、强调教材内容的科学性、先进性、针对性和实效性，并兼顾几方面的高度统一。从教师的实际需要出发，提高培训质量。

四、注意反映基础教育课程改革的新思想和新要求，以使教师尽快适应改革的需要。

中小学教师继续教育教材建设是一项系统工程,尚处在起步阶段,缺乏足够的经验,肯定存在许多问题。各地在使用教材的过程中,有什么问题和建议,请及时告诉我们,以便改进工作,不断加强和完善中小学教师继续教育教材体系建设。

教育部师范教育司

2000年11月1日

目 录

第一章 概论 / 1

第一节 青少年心理发展概述 / 2

一、青少年期——人生发展的重要阶段 / 2

二、青少年心理发展特点概述 / 4

第二节 青少年心理发展与教育 / 12

一、青少年心理发展的教育意义 / 12

二、教育对青少年心理发展的影响 / 15

第三节 研究青少年心理的方法 / 17

一、教师研究青少年心理的重要性 / 17

二、怎样研究青少年心理 / 19

第四节 我国青少年心理教育的现实问题 / 24

一、我国青少年心理教育的现状 / 24

二、青少年心理教育的任务 / 27

三、青少年心理教育的问题、困难和解决办法 / 28

本章提要 / 30

理解与测试 / 30

推荐阅读书目 / 31

第二章 青春发育期的萌动与教育 / 32

第一节 青春发育期的萌动及范围 / 33

一、青春期的含义 / 33

二、青春期的身体变化 / 34

三、青春期社会生活条件的变化 / 38

第二节 青春期发育与青少年心理 / 40

一、身体映象 / 40

二、发育进程与心理进展 / 42

三、性别差异 / 47

第三节 对青春期心理特点的认识和教育对策 / 49

一、对青春期身心发展特点的不同认识 / 49

二、正确理解青春期身心发展的几项原则 / 55

三、青春期心理的疏导与纠偏 / 57

本章提要 / 60

理解与测试 / 61

推荐阅读书目 / 61

第三章 中学生的情绪、意志与性格发展 / 62

第一节 中学生情绪情感的发展特点与心理指导 / 63

一、中学生情绪活动的特点 / 64

二、中学生的情感发展 / 69

三、对中学生情绪情感的心理指导 / 72

第二节 中学生的意志发展和良好意志力的培养 / 75

一、中学生意志发展的状况 / 76

二、培养中学生意志品质的方法 / 83

第三节 中学生的性格发展与良好性格的培养 / 86

一、中学生性格的发展 / 87

二、中学生性格的培养 / 94

本章提要 / 96

理解与测试 / 97

推荐阅读书目 / 99

第四章 中学生的自我意识 / 100

第一节 自我意识概述 / 101

一、自我意识的涵义 / 101

二、自我意识的构成 / 102

三、自我意识的发展 / 104

四、自我意识发展在中学生成长中的作用 / 105

第二节 中学生自我意识发展的特点 / 107

一、中学生自我认识的发展特点 / 107

二、中学生自我体验的发展 / 111

三、中学生自我控制的发展 / 114

第三节 中学生健全自我意识的发展途径 / 116

一、中学阶段自我意识发展与自我认同感危机 / 116

二、中学生自我意识发展中的常见问题 / 119

三、中学生自我意识发展指导 / 124

本章提要 / 128

理解与测试 / 129

推荐阅读书目 / 131

第五章 中学生的社会化 / 132

第一节 社会化概述 / 133

一、社会化的含义 / 133

二、社会化的机制 / 135

三、社会化的条件 / 138

第二节 中学阶段的社会化 / 146

一、中学生社会化的内容 / 146

二、中学生社会化的任务 / 149

三、中学生社会化过程中应正确处理的几个问题 / 151

第三节 中学生人际关系及性别角色的发展 / 154

一、中学生的同伴关系 / 154

二、中学生与教师、父母的关系 / 158

三、性别角色的发展及与教育的关系 / 162

本章提要 / 164

理解与测试 / 165

推荐阅读书目 / 167

第六章 中学生思想品德的发展 / 168

第一节 品德发展概述 / 169

一、品德的含义与构成 / 169

二、有关道德发展的几种理论观点 / 171

三、道德发展的影响因素 / 183

第二节 目前中学生道德发展现状分析 / 186

一、中学生道德发展现状的积极方面 / 186

二、中学生道德发展现状的消极方面 / 189

第三节 新德育观: 尊重平等教育 / 192

一、尊重学生的兴趣、爱好 / 192

二、尊重学生的情绪和情感 / 193

三、尊重学生的个性差异 / 194

四、尊重学生的抱负和志向 / 195

五、尊重学生的选择和判断 / 196

六、尊重全体学生和平等对待学生 / 199

本章提要 / 200

理解与测试 / 201

推荐阅读书目 / 202

第七章 中学生的问题行为与心理指导 / 203

第一节 中学生心理健康的标准与现状 / 204

一、心理健康的概念 / 204

二、中学生心理健康的标准 / 205

三、中学生心理健康的总体水平 / 207

第二节 中学生常见的心理行为问题及其原因 / 210

一、中学生常见的心理行为问题 / 210

二、中学生心理行为问题析因 / 216

第三节 中学生心理健康指导的主要内容与途径 / 219

一、学校心理健康指导概述 / 219

二、中学生心理健康指导的主要内容 / 222

三、教师、学校促进学生心理健康的途径 / 224

四、常见心理行为问题的应对策略 / 229

本章提要 / 238

理解与测试 / 239

推荐阅读书目 / 241

第一章

概 论

在本章中你将可以——

知道何谓青少年期和青少年心理发展的概况

思考教师了解青少年学生心理的重要作用

学一点研究青少年学生心理的方法

分析目前学校心理教育的现状

所有的人都是平等的,他们共同的天职,
是形成人品,不管是谁,只要在这方面受了很
好的教育,就不至于欠缺与他相称的品格。

——卢梭

第一节 青少年心理发展概述

一、青少年期——人生发展的重要阶段

在心理学上,青少年期(adolescence)指的是从十一二岁到二十岁左右这段时间,也就是从小学六年级到初中、高中和大学低年级阶段。

青少年期是人一生发展过程中最特殊的一段时间。这种特殊性表现在四个方面。

首先,身体发育加快。人的身体发育在出生后的两三年速度最快,以后急剧下降,到五六岁以后缓慢下降,进入青少年期之后,女孩大约在十一二岁,男孩大约在十三四岁,发育速度再次加快,持续三四年后,再次下降。除了身高、体重、胸围这些指标之外,青少年期最大的变化是性成熟。

其次,由于身体发育,尤其是由于性的成熟,青少年经历着心理上的重大变化,这种变化,有人称之为“第二次出生”。这是一种从“小孩子”向成年人的变化,是从一个不具备生殖能力、不懂两性关系本质的儿童向具备生殖能力、逐渐懂得两性关系本质的真正的人的变化。

第三,青少年期的认识能力和智力、能力发展进入一个新阶段。他们的抽象思维能力获得了本质的进步,他们学习到的科学知识越来越多,以至于他们所具备的常识性知识已经和成人相差无几;由于在学校不间断地学习,他们的计算能力、解决各学科问题的能力甚至超过了已经远离学校的成年人。在整个青少年期,他们都在思考着自己的人生,思考着将来的职业,思考着怎样做人,他们逐渐形成了自己的价值观念和职业理想,并跃跃欲试地随时准备投入火热的社会生活中去。

第四,青少年期人格和社会性发展也进入了一个关键时期。青少年开始理性地思考自己的身份和角色,思考他们和周围人的关系,思考着怎样更好地适应社会,思考着交什么样的朋友,参加什么样的社会活动,以及怎样利用各种机会展现自己的能力。他们对社会上各种现象的判断能力大大增强,他们比以前任何时候都更关心国际、国内形势,关心社会的发展,关心新事物、新技术的出现。他们的兴趣广泛,精力充沛,喜欢交往,他们是整个社会上最紧跟时代精神的一批人。青少年的道德面貌、自我概念、自尊心、情绪、意志品质、创造性等心理品质都比以往任何一个时期发生的变化都大。



青少年活动

总之,在青少年期,既充满激情又充满理性,既有欢乐又有苦恼,既有难忘的各种第一次体验又潜伏着种种危机和矛盾,既保留着儿童期的天真又处处开始显现成年人的成熟,对任何人来说,这段时间都是一生中

最难忘的时期。青少年期是告别儿童时代，走向成人社会的一个非常重要的过渡阶段，是走入成人社会之前的最后一个奠基时期。如果这一时期能够顺利地度过，他们在进入成人社会之后，就不会出现什么困难；否则，他们将在今后生活中遇到各种问题、困难和矛盾，他们必须回过头来，重新解决在青少年期没有解决好的一些问题。

二、青少年心理发展特点概述

（一）青少年的认知发展

大约从十二三岁开始，到整个成人期，是人的智力发展的最高阶段。在这一阶段中，人的思维不再局限于具体、形象思维。在解决问题时，他们能运用许多不同的认知运算策略，思维和推理的灵活性大大增加，能够像我们经常说的那样，举一反三、触类旁通。

青少年的思维进入了形式运算思维阶段。这一阶段的突出特点是，青少年可以思考假设性的问题，可以对一些假设的前提条件进行逻辑推理。这一点，处于具体运算思维阶段的小学生是不能做到的，他们只能把握具体的、看得见摸得着的东西。例如，下面的问题就是一个典型的逻辑问题：“假如所有的火星人的脚都是黄色的，这个动物的脚是黄色的，这个动物是火星人吗？”中学生可以根据逻辑推理做出正确的回答（不一定是火星人）。但是小学生可能说：“我不知道”或“没有黄色脚的东西”。^①

形式运算思维阶段的另一个特征是，在解决问题时，能够系统、全面地寻找答案。当青少年面临一个新问题时，他们会考虑所有可能的解决办法，一个一个地思考它们的可行性、逻辑性和

①[美]P. H. 墨森等著，缪小春等译：《儿童发展和个性》，252页，上海教育出版社，1990。