

学生问题教育方案丛书

丛书主编：孟万金 官 群

XUESHENG XINGWEI WENTI
YU JIAOYU FANGAN

学生行为问题与 教育方案

张彩云 编著

 中国轻工业出版社

学生问题教育方案丛书

丛书主编：孟万金 官 群

学生行为问题与 教育方案

张彩云 编著

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

学生行为问题与教育方案 / 张彩云编著. —北京: 中国轻工业出版社, 2009.10

(学生问题教育方案丛书)

ISBN 978-7-5019-7283-8

I. 学… II. 张… III. ①中学生—道德规范—教学研究②小学生—道德规范—教学研究 IV. G635.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第113705号

总策划: 石铁

策划编辑: 覃云云

责任终审: 杜文勇

责任编辑: 朱玲 覃云云

责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 北京天竺颖华印刷厂

经销: 各地新华书店

版次: 2009年10月第1版第1次印刷

开本: 720×1000 1/16 印张: 13.75

字数: 138千字

书号: ISBN 978-7-5019-7283-8 定价: 25.00元

咨询电话: 010-65125990 65595090

读者服务部邮购热线电话: 010-65595091 65241695 传真: 85111730

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanqianbook@163.com

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换

90112J5X101ZBW

丛书总序

教育的最终目的是培养身心和谐健康的人。学生的心理行为问题不仅影响着学生身心的和谐发展，也给教师带来了巨大的挑战和压力。许多中小学教师在教育实践中尝试摸索，却苦于找不到行之有效的方法。由此，帮助教师科学有效地应对学生的心理和行为问题，提高教师的心理健康教育能力，就成为教育心理学工作者责无旁贷的历史使命。

近年来，中央教育科学研究所心理与特殊教育研究中心全体研究人员根据上级领导制定的“服务决策，指导实践”的科研方向，建立起心理和行为实验室，潜心致力于学生心理和行为问题的研究。本中心不仅申请了多项国家级课题，进行深入的理论研究，还发展了上千所实验学校，深入实践，探索学生心理健康教育的途径和方法。大量的专业研究和实践使我们逐渐形成了解决学生心理和行为问题的思路，那就是：以积极心理健康教育思想为理论指导，以改变教师的认知为出发点，以提高教师的专业知识为基础，以案例分析和实践反思为手段，最终着眼于提高教师的教育能力。本套丛书就是我们多年研究的积累，也是我所主持的全国教育科学“十一五”规划课题（批准号：FBB060244）研究的阶段性成果，更是我们团队集体智慧的结晶。

本套丛书共包括六本，涉及学生的学习问题、行为问题、情绪问题、自我问题、品德问题以及青春期问题这六大类问题。它们一方面体现了学生完整的心理结构，同时也反映了教育现实中的集中而突出的问题。六本书的内容既相对独立，自成系统，又纵横兼顾，整体协调，逻辑统一。不同的读者可以根据自己的兴趣和实际需要，有针对性地阅读。



II 学生行为问题与教育方案

在编写上，本套丛书着意突出以下几个特点：

第一，实践性。本套丛书从教育实践中的典型案例入手，继而对案例中的问题进行分析解读，提炼有针对性的教育策略，最后通过教育个案展现解决学生问题的具体过程和方法，使读者易于操作。同时，书中搜集了大量优秀教师的经验和方法供广大读者参考和借鉴。在每章的最后还设立了“反思驿站”的环节，帮助教师针对自己的实践进行反思和改进，将学习与实践紧密结合，促进教师成长。

第二，科学性。书中所涉及的教育学、心理学的概念和知识力求体现专业性和科学性，对问题的分析和解决之道的论述言之有据，言之有理，言之有用。使读者能够获得客观准确的专业知识。

第三，可读性。本套丛书主要面对广大的一线教师，也可供学生家长阅读参考，内容通俗易懂，形式生动活泼。既有专业的教育学、心理学知识，也穿插了心理学故事、经典实验等丰富有趣的内容，帮助读者拓展思路，加深理解。

本套丛书由我和美国卡内基梅隆大学心理学专家、联合国教科文组织国际项目官员官群博士共同主编，我负责国内学生问题的收集、梳理和分类，官群博士负责国外关于学生问题及其对策研究等资料的收集和整理，在此基础上，确定了中国学生问题的六大类型和丛书编写的基本思路、框架、原则和体例以及丛书的整体设计。其中，刘在花博士撰写青春期问题与教育方案，单志艳博士撰写学生学习问题与教育方案，张彩云博士撰写学生行为问题与教育方案，赵小红老师撰写学生品德问题与教育方案，张冲博士和刘玉娟博士撰写学生情绪问题与教育方案，孙嘉卿博士撰写学生自我问题与教育方案。成书后我和官群博士负责总统稿，张彩云博士协助做了不少具体工作，提出了很好的建议，为本套丛书付出了大量心血。我的研究生李蒙、张静、刘美艳、秦建伟、崔凤琴、李娜、刘芳、赵庆协助做了一些外文资料的翻译和基层调研工作。

本套丛书的出版得到了中央教育科学研究所领导的关心和同志们的鼓励，得到了出版社总策划石铁先生和万千教育诸位编辑的悉心指导和帮助，在此一并致谢。

诚然，丛书也会有疏漏不当之处，敬请读者不吝指正。如果本套丛书能够帮助教师和家长解决一点当前学生心理与行为上的实际问题，则幸莫大焉！

是为序。

中央教育科学研究所心理与特殊教育研究中心 主任 孟万金

2009年5月



前言

最近二十年来，儿童的行为问题引起了国内外的广泛关注，其原因是需要接受心理辅导和治疗的中小學生呈不断上升的趋势，而其中三分之一的问题是行为问题。在我国，当前中小學生的心理健康状况不容乐观，2000年北师大课题组在北京、河南、重庆、浙江、新疆等五个不同地区抽样选取16,472名中小學生，调查结果表明，小學生有异常心理问题倾向的比例是16.4%，有严重心理行为问题的比例是4.2%。中小學生的心理行为问题亟需社会各界的高度重视。

学生行为问题的预防和矫正关键在教师，教师的心理健康教育能力是现代教师必须具备的基本能力之一，是教师专长的体现，这是心理健康教育的需要，也是新课程改革对教师角色的新要求。在新的教育理念的指导下，现在的课堂由过去知识的传递和执行的过程转变为课程创生和开发的过程，由过去教师教、学生学的过程转变为师生交往、积极互动、共同发展的过程，教师成了学生学活动的组织者、参与者和管理者。新型的课堂给教师带来了新的挑战，要求教师能够洞察学生的心理状况，切实有效地解决课内外出现的各种问题，提高教育教学效率，这就需要教师具备心理健康教育能力。

对于大多数教师而言，管理学生的行为问题是最感棘手的事情之一，也是教师职业压力的主要来源，而这正是教师心理健康教育能力的重要体现。目前教师在面对学生行为问题时的应对能力如何呢？一位因在音乐课上随便说话的8岁学生小林先被教师罚站，又在教师的授意下，被两个班级的同学挨个打耳光，直到脸被打伤（北京青年报，2006年10月28日）；五年级的凌某和其他3名同学因被教师认定违反了课堂纪律，



遭到同学们的棍打，这竟是教师制定的课堂规则，在被打180多棍后，这四个孩子疼得只能扶着桌子走路，不能坐下（新浪网，2006年12月15日）……教师过激的、不当的处理行为问题的方式频频见诸报章媒体，这不仅表明教师在应对这些行为问题时缺乏积极有效的策略，危害了学生的身心健康，同时也看到教师在面对学生的行为问题时的压力和无奈，缺少外界的帮助和支持。

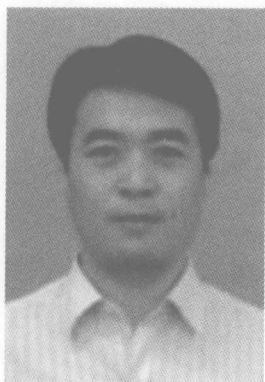
本书正是基于现实需要，重点面向广大中小学教师，帮助教师识别和有效应对学生的行为问题，促进学生心理的健康发展，提高教师的心理健康教育能力。

全书共分八章。从行为问题的基本知识入手，然后针对当前中小學生最突出的七大类行为问题，采用情境呈现、分析解读、应对策略、教育个案的逻辑写作结构，将最新的教育和心理理论与实践相结合，体现专业性和可操作性。希望能为教师解决学生的行为问题提供有效的指导。

张彩云

2009年5月

主编简介



孟万金 心理学博士，教授，博导。中央教育科学研究所心理与特殊教育研究中心主任，美国佛州大学客座教授。《中国特殊教育》杂志社社长。“中国大/中小学生积极心理品质量表”研制组中方联络员兼首席专家。



官 群 心理学博士，美国卡内基梅隆大学博士后，联合国教科文组织国际项目官员。中美英教育家网络联盟秘书长。

“中国大/中小学生积极心理品质量表”研制组美方联络员兼首席专家。

作者介绍



张彩云 心理学博士，中央教育科学研究所心理与特殊教育研究中心心理健康研究室主任。主要从事青少年行为问题和教师职业发展研究、儿童心理咨询和家庭治疗、中小学心理健康教育。教育部班主任培训专家，北京师范大学国际文化交流中心校本培训专家。曾任中央电视台《周末七巧板》栏目顾问和嘉宾，有着多年的一线教育教学、班级管理的实践经验，参与过多项国家级重点课题的研究，参与编写《教师反思与行动研究》、《教学心理学新视点》、《中小学生学习成长导航》（心理活动教材），在全国核心期刊上发表多篇论文。

目 录

68	第一节 问题与障碍——准确把握行为问题	2
68	第二节 一个巴掌拍不响——多角度来看行为问题	7
68	第三节 认知与干预——科学应对行为问题	12
101	第二章 注意力问题与教育	21
101	第一节 注意力知多少	23
101	第二节 问题解析：分心不是我的错	29
101	第三节 教育方略：内与外的结合	37
101	第四节 教育个案：家校合作培养学生注意力	45
135	第三章 攻击性行为与教育	53
135	第一节 给我一双慧眼——攻击性行为的辨识	55
135	第二节 问题解析：有意的和无意的	63
135	第三节 教育方略：自我调整与行为矫正	69
135	第四节 教育个案：为什么大家都讨厌我？	75
170	第四章 对抗性行为与教育	81
170	第一节 认识对抗性行为	83



学生行为问题与教育方案

第二节 问题解析：不都是逆反惹的祸·····	86
第三节 教育方略：稍安勿躁，冷静应对·····	89
第四节 教育个案：与教师、家长的对抗·····	93
第五章 人际交往问题与教育·····	101
第一节 人际交往的基础·····	103
第二节 问题解析：心态与技能·····	112
第三节 教育方略：亲其师，教其道·····	120
第四节 教育个案：把理解和微笑献给學生·····	129
第六章 违纪行为与教育·····	135
第一节 课堂纪律的性质·····	137
第二节 问题解析：从他律到自律·····	140
第三节 教育方略：巧立规则，自主管理·····	145
第四节 教育个案：上课捣乱的小亮·····	158
第七章 耐挫问题与教育·····	163
第一节 学习和生活中的挫折·····	165
第二节 问题解析：今日学生背负的爱与压·····	171
第三节 教育方略：耐挫能力培养的“真”与“实”·····	174
第四节 教育活动：梅花香自苦寒来·····	179
第八章 退缩行为与教育·····	187
第一节 了解退缩行为·····	189
第二节 问题解析：是不是天生的性格？·····	191
第三节 教育方略：打开学生的“心”窗·····	197
第四节 教育个案：“小哑巴”变成了“天线宝宝”·····	202

第一章

走进学生的行为问题

没有问题学生，只有学生问题；没有问题行为学生，
只有不会处理行为问题的老师。



- ★ 行为问题和行为障碍有何区别?
- ★ 行为问题包括哪些类型?
- ★ 如何多角度看待学生的行为问题?

第一节 问题与障碍——准确把握行为问题

学生的行为问题是教师最感棘手的问题之一，各种各样的行为问题不仅影响了教师的教育教学，也对学生的学习和心理发展带来了诸多不利的影响。行为问题是不是就是行为障碍？如何准确把握学生的行为问题？以下内容我们将围绕这些问题展开。

一、什么是行为问题？

1. 概念

什么是行为问题？目前并没有统一的界定。《辞海》中指出，问题行为是指儿童偏离正常标准而必须加以矫正的行为。心理学家车文博认为，问题行为是在儿童和青少年中出现的那些妨碍品格的良性形成、智能的正常发展、身心的健康成长，或给家庭、学校、社会带来某种麻烦的行为。

2. 行为问题与行为障碍

行为问题不同于行为障碍。朱智贤认为，行为障碍主要是指发生于儿童及青少年期的行为异常。既不是躯体疾病或缺陷的激发情况，也不是某种特定精神疾患的症状表现。通常包括以下几种情况：



(1) 不良习惯动作。吮手指、咬指甲、咬衣襟、习惯性抽动、习惯性痉挛等；
(2) 心理生理行为偏异。如遗尿、功能性大便失控、偏食、厌食、夜惊、恶梦、
睡行、口吃等；
(3) 儿童及少年的习惯性品行不端行为。如经常性的说谎、逃学、偷窃、打架、
破坏公物等。

尽管行为问题和行为障碍的界限并不是很清晰，但研究者倾向于认为，行为问题较行为障碍，程度上更轻，随着问题行为的发展，就会成为行为障碍。教师在对学生的行为进行判定的时候，不要轻易给学生贴上“行为障碍”的标签。很多行为问题都会随着学生年龄的成熟和教师的教育干预而消失，而一旦发展为行为障碍，矫正的难度就会加大，有时需要专业的心理辅导人员介入才能得到有效干预。

另外，不能把有行为问题的学生和问题学生等同起来。问题学生指有某种身心障碍的儿童，包括轻度的行为失调和心理较为严重的神经症乃至精神病等，如病态恐怖、长期的攻击行为、多动症、孤独症、精神分裂症等。问题学生在学生中只是少数人或个别人。而行为问题较普遍的存在于儿童和青少年身上，甚至在品学兼优的学生当中也不难发现。行为问题与犯罪行为、变态行为也不能混淆。前者是教育工作的对象，后者是属于司法工作、医疗工作的对象。

二、行为问题的特点

1. 普遍性

行为问题具有普遍性，不仅落后生会出现行为问题，优秀生也会有行为问题，只是他们在数量多少、发生频率和程度轻重等方面不同而已。比如，学习优秀的学生可能存在人际交往问题，也会出现对抗性行为。西方的研究者对116名学生进行的追踪研究表明，有三分之一以上的学生曾经在课堂上发生过过度敏感、发脾气、妒忌、恐惧、冷漠等问题行为。有研究者通过系统观察也发现，在典型的课堂里，25%~30%的学生有行为问题。美国近年来对中小学生学习课堂行为的研究也表明，有行为问题的学生约占调查总人数的53%。我国的调查显示，91.5%的中学生有程度不同的课堂问题行为，其中高中生有课堂问题行为的比例达97.2%。



2. 行为问题的程度以轻度为主

心理学家Wragg等人曾做过研究,从1,020个课堂片断分析出学生问题行为的表现,其中最普遍的问题行为及其比例为:大声说话(38%)、思想开小差(24%)、讲废话(23%)、不恰当地使用教材或设备(20%)、吃零食(12%)、随便走动(11%)、小动作(9%)、故意大笑(6%)、打架(5%)、弄坏课本或设备(1.5%)、不听从教师(1.5%)、侮辱同学(1.5%)、侮辱教师(1%)。心理学家Kounin的研究也表明,有55%的课堂问题行为属于上课时谈话、喧哗等,有26%属于上课迟到和不做功课、上课任意走动等,另有17%属于看无关的书籍等不专心上课的行为,真正程度严重的问题行为只占极少数。我国对中小学课堂违纪行为的调查资料也显示,轻度的占84%,比较严重的占14%,非常严重的仅占2%。由此看来,无论中外,行为问题都主要表现为轻度行为问题,而且持续时间短,易变性强。

3. 经常性和扰乱性

张大均指出,学生的问题行为是指在学习和活动中经常表现出来的比较稳定的、干扰教学秩序、妨碍学习活动的展开、良好品德的形成和个性发展的行为。那种偶然表现的影响教学和学习的行为不能称为问题行为。

另外,行为问题还表现出年龄特征,不同年龄的学生身心发展特点不一样,课堂问题行为的表现应有所不同,因此在判定问题行为时要与同年龄的正常儿童相比较。

三、行为问题的分类

1. 多种多样的行为问题

关于行为问题的分类,早期有代表性的是美国的韦克曼(Wickman),他在20世纪20年代,把破坏课堂秩序、不守纪律和不道德等方面的行为归纳为扰乱性的问题行为;把退缩、神经过敏等方面的行为归纳为心理问题行为。

后来,美国的奎伊(Quay)等人在其研究的基础上,把问题行为分成人格型、行为型和情绪型三种类型。人格型问题行为带有神经质特征,常常表现为退缩行为。例如,有的学生在课堂里忧心忡忡,不信任教师,害怕教师提问和批评;有的学生不相信自己的能力,缺乏信心和兴趣;有的学生在课堂上沉默寡言,胡思乱想,做白日梦等。行为型问题行为主要具有对抗性、攻击性或破坏性等特征。例如,有的



学生随便说话,容易冲动,不能安静;有的学生动手动脚,干扰和欺负同学等。情绪型问题行为主要是由于学生过度焦虑、紧张和情绪多变而导致社会障碍的问题行为。例如,有的学生漫不经心,冷淡漠视;有的学生胆小怕事,害怕失败,不敢举手发言。情绪型问题行为带有明显的情绪色彩,有的学生情绪抑郁,心事重重,注意力无法集中等。

辛晓(Hinshaw)将儿童的问题行为分为两类:一类是内向型的问题(internalizing disorder),一类是外向型的问题(externalizing disorder)。内向型的行为一般包括:退缩、抑郁和焦虑。外向型的行为包括:注意力缺失、冲动行为、攻击、扰乱他人等行为。具有这些行为表现的儿童通常被看作扰乱性儿童。

我国学者杨心德将课堂问题行为分为行为不足、行为过度和行为不适三种类型。行为不足主要是指人们所期望的行为很少发生或从不发生,如沉默寡言等;行为过度主要是某一类行为发生太多,如经常侵犯他人;行为不适是指人们期望的行为在不适宜的情境下发生,但在适宜的情况下却不发生,如上课时放声大笑等。

也有学者把课堂问题行为分为六种,即隐蔽性违纪行为(如上课不认真听讲、思想开小差、漫不经心等)、轻度矛盾冲突(如同座或前后相邻学生发生纠纷,互不相让,相互干扰等)、不遵守作息制度(如迟到、早退、随意离开课堂等)、不服从教师(如因对教师不满导致不与教师合作,甚至故意节外生枝引起哄堂大笑等)、扰乱性行为(如坐立不安、吵吵嚷嚷、乱抛物品等)和恶作剧(如叫老师的绰号、作怪样等)。

孙煜明从行为表现的主要倾向方面,将问题行为分为两大类:一类是外向性问题行为,一类是内向性问题行为。外向性问题行为是直接干扰课堂正常教学活动的攻击性行为,这些行为是容易被觉察的,主要包括:行为粗暴、相互争吵、挑衅推撞等对抗性行为;交头接耳、高声喧哗等扰乱秩序的行为;出怪声、作怪相以惹人注意的行为;语言粗俗、顶撞其他同学及教师的盲目的逆反行为;迟到、早退、随意离开课堂、随意走动等抗拒行为等。内向性问题行为不容易察觉,对课堂教学活动正常进行不构成直接威胁的退缩型行为。主要包括:课堂上心不在焉、胡思乱想、发呆、做白日梦等注意力涣散的行为;害怕提问、抑郁孤僻等厌恶行为;神经过敏、烦躁不安、频繁活动、胡涂乱画等不负责任的行为等。外向性问题行为直接威



胁课堂纪律,干扰课堂秩序;而内向性问题行为虽不直接威胁课堂秩序,不直接影响他人学习,但对教学效果和学生学习质量的影响很大,对学生个人的人格发展也有较大的危害。

左其沛等人用内部动因、外部情境、心理活动状态及个性特点、行为方式及其特点、行为后果、自我评价及体验、性质程度等七项指标,将问题行为分为四类:

(1) 过失型

由不正当或不合理的需要,或由好奇、好动、试探、畏惧等心理引起。由于缺乏知识经验或认识能力不足,采取了不适当的行为方式而产生的违反纪律和一般行为规则的行为。带有情境性、偶发性、盲目性等特点。

(2) 品德不良型

由不良需要引起,受不良意识倾向或个性特点所支配而产生的违反道德规范、损害他人和集体利益的不良行为。带有经常性、倾向性、有意性等特点。

(3) 攻击型

由挫折造成的愤怒、不满等情绪引起,并受一定气质、性格所制约。如与他人发生冲突时产生的发泄、对立、反抗、迁怒等攻击性行为。一般带有公开性、爆发性等特点。

(4) 压抑型

由受挫折引起焦虑,受一定的气质、性格(抑郁质气质、内倾性格者居多)的制约。在挫折持续作用的条件下所产生的逃避、消极、自暴自弃等行为,一般带有隐性、持续性等特点。

2. 中小学生常见的行为问题

在本书中,根据中小学生在学校的实际表现,我们将学生的行为问题划分为以下几个类别:

(1) 注意力问题

学生上课不能集中注意力听讲,走神、东张西望,这些都属于注意力的问题,注意力问题会严重影响学生的学习。

(2) 攻击性行为

攻击性行为是伤害他人身体的行为或语言行为。攻击是儿童、青少年中一种比较