



绪论

谈高中生的自我教育

○成长中许多难以排解的烦恼 ○自我教育 ○学校、家庭和社会教育都是自我教育的资源 ○自我教育与自我发展

人都有一种积极的自我发展倾向。人们通过自我教育的方式来解决在实现自我发展的过程中所出现的问题，为自我发展创造充分的主观条件。对于外界环境影响，比如家庭、学校和社会教育，不是单向地被动接受，而是表现出一定自主性，使自己按照自身的志趣和条件发展。人的发展，在很大程度上，是取决于他（她）的自我教育。

○ 成长中许多难以排解的烦恼

向来烦恼都是与希望并存的。

怀着对未来生活的憧憬和信心，迈进了高中的大门。可是，进来却发现情况完全并不像最初想象的样子。

1. 在学习、升学方面

★我最怕考试。人们常说，分分是学生的命根，这话一点也不假。因为我的成绩不高，所以，最怕考试，不知道该如何向父母交代。

★我的学习成绩不好，于是我整日陷入苦恼之中，萎靡不振。我感觉到自己的肩头似乎压着一副重担，既抬不起，又放不下，我只好弯腰艰难地向前行进，深感人生的艰辛和生活的可悲。

★眼看高考一天天临近，事先拟订的学习计划完成不了，内心万分焦急，老是担心搞不好学习，晚上睡觉经常做噩梦。

★我不喜欢高考，我认为高考是在摧残人性，是在埋葬我自己。三年的奋斗只是为了高考，这与过去的科举考试有什么区别？在高考的指挥下，我几乎成了一架高负荷运转的考试机器。

★我在平时测验、期中、期末考试以及县市的摸底考试中，总是在班级、甚至是在全年级中名列前茅，但是一进高考的考场，我就紧张得头发昏、眼发慌，发挥失常，只好步入复读生的行列。

★有人说：“一个人首先要做他自己，其次才是父母、老师和朋友。”话虽这么说，但是面对高考我总是感觉到父母、老师和朋友加在我身上的期望，这种期望对我而言是一种责任，是一种巨大的精神压力，我感觉到难以承受，活得特别累。我真不知道该如何卸下这精神包袱。

2. 世界观、人生观方面

★从早晨到晚上，从周一到周六，整日里迷迷糊糊地听课、做习题，没有时间读报、听广播、看小说，这样封闭、狭小的学校生活使自己同外面的世界处于近似隔绝的状况，偶尔的社会经

历使自己觉得很难适应外面的世界。我常困惑，未来我将如何步入这个复杂多变的社会。

★我对上学的意义感觉模糊，我觉得我是在为父母上学，从内心对上学感到厌烦，尤其劳累的时候，不上学的念头就越发强烈，但是又觉得不上学对不起辛勤劳作的父母，我为此感到十分矛盾。

★我为高考几乎是调动了自己的每根神经，容不得分神去考虑今后的事情，因为我知道，过不了高考这一关，好多事情就谈不上了。对未来当然应当采取积极的态度，要为这个社会尽点责任和义务，但是具体会怎么做还很笼统、模糊。

3. 代沟方面

★我怕回家。本来回家是想轻松一下，换换脑筋，但是，一回到家，父母马上就催促我快去念书，说我如果不好好念书，我肯定考不上大学。久而久之，我真的感觉考不上大学。

★我现在在美术特长班，可是我感觉就是考上了美术学院也没有意思。原来在小学的时候，我痴迷绘画，可是父母就是不允许我学美术。只是到初中毕业前夕，父母看我的文化课实在不行了，才让我报考了美术特长班。

★在学校住宿事事我都能独当一面，可是，回到家，父母却还像对待小孩子那样对我百般呵护，仿佛我根本就没有长大，本来我自己能自理的事情也不让我干，我感到一种莫名的烦恼。而且，母亲还爱唠唠叨叨，真是让人受不了。不耐烦时，有时我就控制不住地发脾气，顶撞几句。事后，我又很后悔，知道父母也是为我好，可是下一次又不由自主地发起脾气来。我主动和父母谈过几次，却也不管用，父母还是一如既往，我为此感到非常苦恼。

★爸爸妈妈总是吵架，而且遇到一点不顺心的事儿，妈妈就

说不如死了好。每当听到这些，我就很难受，真不知该怎样摆脱。

★老师在我们学生眼中应当是崇高的、伟大的、近似于完美的，可是我的班主任总是偏向于学习好的同学，如果我和成绩优秀的同学犯同样的错误，挨奚落的永远是我这类学习成绩不好的学生。我在心底向您发问：老师，您为什么不能从不同角度来看待您的每一位学生，给他们以人的尊严和信任？

★我们总是被要求多理解父母和老师，当然我们应当理解父母、老师的苦心，但是为什么他们不来了解我们的心思？他们对我们的了解太少了！

4. 人际关系方面

★我总是不由自主地把同学分成三六九等，学习拔尖的，成绩平平的，还有差的——我所属的行列。和学习好的同学说笑时，我总觉得有点不本分，甚至有点像小丑。

★希望自己有较强的人际交往能力，可是见了人就常不知说什么，很少与人交谈，尤其怕见生人。我希望自己能使别人，特别是使我的朋友快乐，但是我感觉到成就不大，真不知道如何改变这种状况。

5. 性心理方面

★在高三紧张的复习阶段，一位女生收到一为男生写来的求爱信。在信中，这位男生表达了他对这位女生的倾慕之情，希望与她做朋友，结伴走向未来的生活。这位女生读完信之后，立刻感到羞耻和恐惧。她一方面把这位男生的做法当成是对她的侮辱，可另一方面又禁不住联想到男女之间的那些事儿，陷入了感情纠葛之中。她为此感到很苦恼，上课常常走神，干扰了复习，影响了学习成绩，这又使她觉得对不起含辛茹苦供养她读书的母

亲。严重的耻辱感，夹杂着对男女情爱的恐惧感和对母亲的歉疚感，使她常常默默地流泪，难以专心学习。

★一位男生收到一位初中女同学的纸条：愿意做我的哥哥吗？男生接受了这位女同学的感情。之后，两人纸条不断，节假日常常去熟人稀少的地方约会。他们两人双双陷入情网中，上课常不能安心。这位男生知道的选择是不明智的，与自己的学业不利，对不起寄厚望于自己的父母、老师和朋友，但是堕入情网而无法自拔，这使他十分苦恼。

★一位男生与一位女生同桌。两人常常在一起探讨学习上的问题。女生性格外向，热情。时间一长，男生就错把她当作自己的女朋友，一些男同学也暗地里这样开玩笑。当他向这位女生表白感情遭到拒绝时，他难以接受那一相情愿的事实，认为她残酷地背叛了他。

★一位女生从初中开始就喜欢和具有男性气质的女同学交朋友。她积极主动，感情很投入，但从未获得成功，她为此感到孤独冷漠，时常伤心落泪，学习成绩也随之下降。

★各种报刊杂志上谈论手淫问题，大多是针对男性的，很少谈论女性的事。我现在读高二，可已经有5年的手淫史。随着年龄的增长，逐渐对性有了一些肤浅的了解，开始对自己过去的行为感到懊悔，十分苦恼。我想找心理医生咨询一下，可是却始终没有勇气。

这些是一些高中生发自心底的声音，诉说了困扰他们成长的烦恼。高中生的这些问题，也可以从心理学家的健康心理研究中得到印证。1999年11月22日，《中国青年报》教科文版在显著位置报道了中国科学院心理研究所研究员、博士生导师王极盛的一项有关中学生心理健康状况的调查结果。调查结果显示，32%的中学生的心理健康水平较差，存在心理问题。

近年来，王极盛对北京市 30 多所中学、500 多个教学班的两万多名中学生进行跟踪调查。他根据当代中学生的具体情况，编制了中学生心理健康量表，分强迫、偏执、敌对、人际关系敏感、抑郁、焦虑、学习压力感、适应不良、情绪不稳定、心理平衡性等 10 个问题对中学生进行了调查。结果见表格。

心理健康问卷的 10 个因子及其总均分的各个分段的百分比（%）

	正常	存在心理问题	其中轻度	其中中度	其中重度
强迫	66.8	33.2	28.9	2.0	0.3
偏执	75.2	24.8	20.4	3.7	0.7
敌对	76.9	23.1	17.1	4.7	1.3
人际关系敏感	68.6	31.4	24.3	6.1	1.0
抑郁	67.4	32.6	26.6	5.2	0.8
焦虑	71.4	28.6	21.8	5.4	1.4
学习压力感	63.3	36.7	26.1	8.4	2.1
适应不良	65.4	34.6	29.4	4.5	0.4
情绪不稳定	65.0	35.0	27.7	6.2	1.1
心理平衡性	66.6	33.4	28.3	4.7	0.4
总均分	68.0	32.0	28.0	3.9	0.1

调查结果表明，中学生有轻度心理问题的占 28%，中度的 3.9%，重度的占 0.1%。据分析，强迫症状、人际交往困难（人际敏感）、情绪低沉（抑郁）、紧张不安（焦虑）等都与学生的学习紧张、压力过大有关。

王极盛认为，中学生心理健康状况差对学习影响很大。他举例说，有强迫症状的学生，明知道自己不该做的事情，却不由自主地去做；明知道一道题已经做过了，但还是强迫自己一次次去做，一次次去检查，这大大影响了学习效率，严重的甚至只能退学。他同时指出，提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平，是教育改革的内涵；没有较高的心理素质，很难适应 21 世

纪的激烈竞争。

就在王极盛研究员的调查结果公布仅不到 2 个月的时间，2000 年 1 月 12 日，也是《中国青年报》教科文版以“花季少年为何轻生”为标题，报道了宁夏一名高一学生自杀的事件：

1999 年 12 月 26 日，宁夏平罗中学学生魏民在宿舍自杀身亡。这件事给社会和学校带来很大震动，平罗县公安局及学校迅速调查魏民轻生的原因，发现他死前并没有受到任何刺激，既没有受到老师家长的批评，也没有和同学发生矛盾。

平罗中学是宁夏著名的重点中学。魏民 1999 年 9 月从灵沙乡中学考入县城的平罗中学。魏民在乡中学一直排在前三名左右，颇得老师欣赏和喜爱。考入平罗中学后，他这学期的期中考试成绩排名第 25 名，在共有 57 名同学的班级中位居中游。

魏民曾三次对一位同宿舍同学说过：“不想活了，数学课太难，十几个公式记不住。我如果死后你把我的书包、行李送回家，给我收尸行不行？”同学以为是开玩笑。魏民还对其他同学说过，期中考试落到了第 25 名，觉得对不起父母。同学们的学习都很紧张，谁也没有向班主任和学校报告这事，也没有劝慰魏民。出事后发现魏民穿了一身白衣服。整理遗物时，发现他已经将吃饭用的钢精锅以及水杯、洗漱用具、衣服等用塑料编制袋装好放在床下。

魏民性格内向，朋友很少。魏民在平中就读了 4 个多月，许多任课老师时他还没有印象。他的班主任杨建平说，老师一般注意的都是两头的学生：特别好的和特别调皮的。他平时学习认真，沉默寡言，遵守校纪，是典型的不被大家注意的学生，谁也不知道他心里究竟想些什么。其实这些不被注意的学生往往容易出现问題，但是一个班常常六七十人，老师无法了解每个学生的内心。杨老师感到非常遗憾，如果魏民能同老师交流，老师完全

可以向他提供帮助，让他正视压力。杨老师是体育老师，他本来打算多组织自己班上的学生进行一些体育活动，但是他的班期中考试成绩在全年级 9 个班中排第 8 位，所以他放弃了这个计划。如果多进行一些文体活动，也许对魏民开阔思想有所帮助。

在采访中记者发现，他的父母思想都很开通，并不要求儿子今后一定考上大学，只觉得多学点知识对孩子的将来有益。他们尽职地为儿子提供生活所需，但是并不清楚他的心思，也不知道他承受着怎样的压力。

对于魏民而言，在他精神生活中的这些烦恼，已经变成了他自己感觉根本无法逾越的障碍，根本没有办法获得排解，这就促使他最终选择自杀的方式来达到自我解脱。

青少年为什么有如此多的烦恼？其根源就在于他们对未来的生活抱有各种欲求和希望。

人有烦恼的确是非常痛苦的，但这同时也表明他们对生活抱有希望。一般而言，痛苦的程度愈强，越说明他们对社会和人生所抱的希望越大。青年学生在世界观、人生观、升学、择业、学习、人际交往、恋爱等许多方面都有烦恼，这说明他们在这些方面都抱有希望，比如，他们渴望弄清楚他们周围的自然和社会，渴望理清自己的内心世界，渴望有份好的成绩，渴望自己将来能上一所理想的大学，渴望有个好人缘儿，渴望自己喜欢的异性也能强烈地喜欢着自己，渴望收获一份美好的爱情……这一切表明他们开始成熟起来，争取获得成人的各项权利和义务，以成人的资格在社会上谋求自身的存在和发展。

青年学生之所以对生活抱有如此多的希望，是因为他们在成长，他们在各个方面的能力在增强。能力增强了，必然对生活提出更高的要求和对生活充满更高的希望。

按照心理学的说法，高中生正处于青春后期（postpuberal

phase)。青春期（puberty）是由儿童生长发育到成年的过渡期，是以性成熟为主的一系列形态、生理、生化、内分泌及心理、行为的突变阶段。青春期的一系列变化是围绕着性成熟、性意识发生的。这个阶段的生活已经接近成年人的生活，他们已经开始认真地考虑恋爱问题，渴望获得成人情感生活的权利。

高中生不仅在设想自己未来的情感生活，编制自己感情世界，而且他们还要认真思索以何种生活方式在社会上谋求生存和发展。这就涉及到他们如何看待他们所生存的这个世界，如何看待所处的社会和时代，从而形成自己的价值观，确定自己的人生观，即确定在社会上谋求生存和发展的方式。

高考，凝聚着自己和父母、老师的希望，当然也给高中生以及关心他们的父母和教师带来了极大的心理压力，成为他们共同面临的最现实最严峻的问题。他们的许多问题，甚至是人生的悲剧，也都由此派生出来。

有希望存在的地方必然有烦恼存在。当一个人满怀希望地做某件事情的时候，他必然要面临失败和成功两种可能。成功是每个人所希望的，但是成功之后也会萌发新的希望，引发新的问题，产生新的苦恼。失败必然给人产生极大的挫折感，使人消沉，从而陷入苦恼之中。所以，人只要心存希望，就必须对可能会出现烦恼做好心理准备。

然而，摆在高中生面前的并不是一条平坦的道路。要进军高考，就要面对千军万马拥挤独木桥的现实，虽然高校在不断地扩招，考上大学可能问题不大，但是能否挤进名牌大学依然是严峻的挑战，因为名牌大学意味着更多的生存和发展的机会。现在的社会环境比过去的要复杂得多了，过去单一的价值观念正逐渐被多元化的价值观所代替，这对生活在封闭的学校环境中的高中生而言，是越来越复杂，越来越难以琢磨，困惑也越来越多，就是对于成年人而言，也同样是困惑，需要反复的思索。

佛教为了根除人心灵中的烦恼，普度众生，提出铲除人的七情六欲。换句话讲，烦恼的根在欲求和希望，所以要根除烦恼，就要消灭人的欲望和对生活的希望，以达到一种很高的精神境界。

与佛教的说法近似的是，在中国古代就有许多人提出无欲说（theory of voiding desires）。比如，《老子》：“不见不欲，使民心不乱。……常使民无知无欲。”“无欲以定，天下将自定。”庄子在《马蹄》也讲“同乎无欲，是谓素朴，素朴而民性得矣”。三国魏王弼《老子指略》从“以无为本”出发，强调“苟存无欲，则虽赏而不窃。私欲苟行，则巧利愈昏”。北宋周敦颐亦持此说，认为人不仅应当寡欲，且应寡之以至于无。当然，这些无欲的说法是从维护国家稳定、强化统治的政治角度出发的，但是与佛教的说法具有一致的地方，都是通过消除人的欲望来实现维护国家的稳定，消除人的烦恼。

不容否认，铲除欲望的确是根除人的烦恼的好办法。很多烦恼都是由不合理的欲望引发的，对于这类烦恼，确实应当通过根除不合理的欲望，从源头上解决问题。但是消除人的七情六欲毕竟是一种消极的办法，因为人活一世不可能没有欲望，不可能对人生不抱任何希望。换句话讲，人没有烦恼也不一定就是好事情。向来都是苦乐相间，搀杂在一起，没有苦恼，自然也就没有快乐。这就如同倒脏水时，脏水连同水盆中的孩子一同倒掉一样。这样人活着还有什么意义？人应当能够正视烦恼，学会从烦恼中获取人生的快乐，应当满怀着希望面对人生。毛泽东曾讲：“与天斗，其乐无穷；与地斗，其乐无穷；与人斗，其乐无穷。”人既然来到这个世界，就应当以积极的态度学习、工作和生活。

无疑，作为高中生，他们应当采取积极的态度面对学习和生活中的烦恼，发现问题的根源，争取从根本上解决这些问题，摆脱精神包袱，以良好的状况面对未来。当然，解决问题从根本上

要靠高中生自己。但是，他们这些即将成为成年人的高中生，要解决这些问题是需要成人帮助的。然而，在紧张的高中学习生活中，他们自己整天埋头于高强度的学习生活中，本来功课就已经压得人难以喘息。学校的老师们的工作也不轻松，他们需要花费大量的时间备课、讲课、刻印练习、批改作业、应付各种考试，每个班级有几十号学生，仅靠一个班主任来为学生排忧解难，恐怕力不从心，思想教育处虽然有几个老师在做这种工作，但是他们要负责全校学生的工作，除非你出了问题，很难有机会和你一起谈心，况且说，即使老师有时间，可那些高中生也没有多少可以自由支配的时间来和你一起说话。再者说，老师有时间和你交谈，但是由于处于青春期后期的高中生的心理具有很大的闭锁性，不会轻易暴露自己的真实思想和情感，除非彼此之间有特别的信任，所以，也很难帮自己解决心中的问题。因此，这就很难通过外界环境来帮助自己和众多的同学消除烦恼，解决问题。

既然外界环境帮不了高中生多少忙，那么，高中生只有更多地依靠自己的力量，排解自己的烦恼，加速自我的成长。

人都有一种积极的自我发展倾向。为了创造实现自我发展的主观条件，人要通过自我教育的途径来提高个人各方面的素质，以求得支配和改造环境的能力，使自己获得生存和发展。从教育者的角度而言，只有当外在教育影响转化为受教育者的自我教育时，或与受教育者的自我教育合拍，才是成功的教育。

只有依靠自己解决问题，才能从根本上排解成长中的烦恼，实现健康成长。那么，高中生应当采用什么途径解决自身的问题呢？自我教育就是这样一条使自我得到健康发展的重要途径。

○ 自我教育

什么是自我教育？简单地说，自我教育就是自己教育自己。

人都有自己理想的发展模式，他（她）为了实现自己的奋斗目标而不断地调整和完善自己，创造良好的主观条件。自我教育就是为实现自我发展而不断提高自身素质的根本途径。

自我教育，是指有意识地把自己培养成自己所期望的某种人的活动。在自我教育中，当事者扮演着双重角色，既要充当受教育者的角色，又要充当教育者的角色。他（她）要自己选择和确定教育目标，主动地利用各种教育资源，增进相关的知识和技能，修养思想品德。

在当前流行的教育理论著作中，人们通常把自我教育限定在思想品德教育的范畴，他们所指的自我教育是指，个人主动的提出道德修养目标，并以实际行动努力完善或培养自己的人格品质的过程。其实，思想品德教育只是自我教育的一个重要内容，自我教育的范围实际上囊括了个人发展的各个领域。个人依据自己的世界观、价值观，主动选择自己所期望的为人的方向，为使自己最终成为自己所期望的人而付诸行动，作出种种努力，这不仅需要道德修养，而且需要获得所需的知识和技能，发展相应的智力和体力，这些方方面面有机地组合在一起就构成一个完整的人。

自我教育和其他任何活动一样，也是一个系统，包括确定活动目的、制订活动计划、按计划实现活动目的、反馈和依据反馈进行调整等等。所以，自我教育通常包括以下的环节：确定自我教育的教育目的；制订自我教育的计划；运用各种激励手段，如自我分析、自我暗示、自我命令、自我监督等，执行自我教育计

划；通过自我反馈来进一步调整自我教育目标和计划。

确定自我教育的教育目的。

人与动物最大的不同是，人在做事情之前，就已经预想到做事所要达到的结果，这就是行为目的。目的是人做事的出发点和归宿点，为人做事指明方向，使人的各种活动围绕着目的进行，也是检验做事效果的最终依据。

学校的教育目的是学校依据一定的社会要求和受教育者的身心特点制订的，是对教育所造就的社会个体的质量规格的设想或规定。教育目的一般由两部分组成：一是就教育要培养的人的身心素质的规定，即规定受教育者在知识、技能、品德、智力、体力、审美等方面的发展，以期形成某种个性结构；二是就教育所要塑造的人的社会价值作出规定，即这种人符合什么样的社会需要。教育目的受社会政治经济制度、社会生产力水平和科学技术发展以及民族文化传统等因素的制约。

学校的教育目的对于受教育者而言，是一种外界的施加在自己身上的规定。而自我教育的目的是指设想把自己培养成什么样质量和规格的人，这由个体依据自己对世界、人生理解，依据自己的兴趣、爱好和志愿，结合自己的实际情况选择、确定的，带有很大的自主性。从表面上看，自我教育的目的是由个体自己确定的，但却是在外部环境大的背景下制定的，所以不可避免地受到环境的影响，如社会、学校、家庭的影响，甚至可以说，在某种意义上，人就是环境决定的产物。因此，自我教育的目的也同样反映着环境的影响和时代的烙印，换句话讲，人确定自我教育目的的自主性只是相对的，或者说是有有限。由于自我教育者具有教育者和受教育者双重角色，他可以根据自己情况进行选择，形成自己的教育目的，与学校的教育目的比较，还是带有很大的自主性，具有明显的自觉性。

一般而言，学校的教育目的比较清楚明晰，具有相对的稳定

性，这是因为带有很大的历史继承性；而自我教育的目的反映了个体的心理发展轨迹，需要经历由笼统、模糊向明确、清晰的发展过程，变化幅度很大。

制订自我教育的计划。根据确定的自我教育目的，根据当前的外部条件和自己的主观条件，确定先发展哪些方面，后发展哪些方面，制订出实现自我教育目的的具体方案。科学合理的教育计划，在一定程度上，决定了教育活动的效率。

运用各种激励手段，如自我分析、自我暗示、自我命令、自我监督等，执行自我教育计划。自我教育是否达到最初的教育目的，关键在于自我教育计划的实施这一环节。如果自我教育只停留在前两个阶段，那就成了我们平常所说的“光说不练”，这样的自我教育就变得毫无意义。在落实教育计划的过程中，肯定会遇到各种各样意想不到的困难，为此自我教育者必须采用自我暗示（如“我能行”）、自我命令（如“我必须克服困难达到目的”）、自我监督（如当自己懈怠之时，不断提醒自己按照计划行动等）等自我激励的方法，执行自我教育计划。

通过自我反馈来进一步调整自我教育目标和计划。在执行自我教育计划的过程中，可能会遇到各种障碍，有的情况可能是由于自我教育目标制订得不合理造成的，如目标制订得过高，不很现实，远远地超过了自身的条件和当时的客观环境，使目标难以达到；有的情况是目的制订得合理，但是计划不科学，造成许多的不必要的困难，因此，自我教育者必须随时根据进展情况，不断调整自我教育目标和自我教育计划，使之符合实际情况，争取最大限度地实现自我教育目标。

○ 学校、家庭和社会教育 是自我教育的资源

哲学上讲，外因通过内因起作用。对于一个人而言，学校、家庭和社会教育都是人发展的外部条件，是外因。这些外部条件要对人产生影响，归根结底要通过受教育者这个内因起作用。如果学校、家庭和社会教育的教育内容、教育方法不为受教育者所理解、认可和接受，那么这些外在的东西都是耳旁风，从这个耳朵眼儿进，从那个耳朵眼儿出，或者是口服心不服。换句话讲，学校、家庭和社会教育对受教育者而言，只是一种外在的教育资源，如何利用这些资源，在很大程度上取决于受教育者自身的需要和能力。

学校和家庭教育是教育者按照一定社会或家长自身对受教育者的期望和要求，有目的地施加影响，使受教育者形成一定的思想意识、增进知识和技能、提高身体素质的活动。简单地说，学校和家庭教育就是一种培养教育者所期望的人的活动。然而，每个受教育者都具有选择性、自主性、能动性，他们不是简单地、被动地接受外界的影响。学校、家庭和社会教育的教育目的为受教育者所认可和接受时，外界的这种影响才可能对受教育者产生影响。因此，只有当学校、家庭和社会教育转化为受教育者的自我教育时，才是成功的教育。

过去的教育往往强调社会对个人的单向影响，忽视学生的主体作用，这是受传统的计划经济的影响。现在的背景是市场经济。市场经济遵循自由、平等、效率、变化、开放、理性等原则。在这些原则的支配下，人们将逐步接受并确立自主自由、民主平等、讲究效率、顺应变化、崇尚真理、开放自我等新的价值

观念。同时，人们还要面临知识经济和信息社会的挑战。这些都需要人具有很强的主体意识，尊重人自身的选择性、自主性、能动性和创造性，所以，现在的政府和社会各界反复地倡导素质教育。素质教育的核心就是个性化教育，个性化教育说白了就是尊重受教育者自己的选择，使每个人依据自身的特点获得发展。素质教育努力达到的最高境界就是使受教育者的自我教育能力得到提高，提高他们对环境的应变能力。

意大利教育家蒙台梭利（1870 - 1952）在谈到教育目的和任务时指出，人不是被动地接受环境刺激。他们有一种不自觉的、由内部指引的、创造性的心理状态，积极地吸取环境中的印象和文化模式。她认为教育有两个方面的目的：（1）生物的，即帮助个人自然地发展；（2）社会的，即为环境准备个人，使个人适应并利用环境，得到自我发展的自由。教育不能简单地理解为教学，而应当寻找一个解放人类潜能的途径，促使人的个性发展和自我建构。教育是“帮助生活”，而不只是“传授知识”。教育者的主要职责在于认识和培育儿童的内在能力，提供适宜的环境，促进儿童自我教育、独立奋斗和排除防止自然发展的障碍。蒙台梭利是在给教育者定位，定位的前提是肯定了受教育者的自我发展和自我教育。对于受教育者而言，他们应当充分认识到，学校、家庭和社会教育只是一种外在的资源，受益与否关键在于自己对教育资源的利用。

每个人都有积极的自我发展倾向，都在通过自我教育的方式为实现自我发展创造主观条件。为此，人应当善于利用各种教育资源，丰富自己的知识，提高自身的素质。在更大的意义上，自我教育是广义的，自我教育对个人而言，是一辈子的事情，在学习、工作和生活中都可以自觉不自觉地自我教育，而不仅仅局限于接受学校教育的时期。

○ 自我教育与自我发展

一个人的发展过程，在一定意义上，就是一个自我教育的过程。在学习、工作和生活中获得成功的人，都是成功的自我教育者。学习、工作和生活上越成功，自我教育越成功。这样的实例在人类发展史和现实生活中不胜枚举。

张艺谋现在是国际知名导演，是个被誉为电影奇才的成功人物，但是在当初谁也没有委派他去学电影。文革爆发后，18岁的张艺谋就去了偏僻的农村插队。返城后，他在原陕西国棉八厂当辅助工。用张艺谋自己的话说，“棉纺厂辅助工就是打杂的那种工作。梳棉车间用今天的话说就是弹棉花的，是机器弹棉花的车间。特别脏，飞好多棉絮。要经常掏地洞，出来之后就完全看不见人了，全都是棉花和杂质，带了三层口罩里面都是黑的。那时候的想法，在工厂的时候很简单，就是学习一点东西，来填充自己比较空虚的时光。自己买了照相机，偷了好多书，偷那种摄影书。最高的目标就是到我们厂的工会或宣传科以工代干当个干事。”张艺谋迷上了摄影。他背着一台“海鸥”牌相机走遍了八百里秦川的山山水水。工夫不负有心人，在全国摄影作品大赛中，他的作品得了一等奖。1978年，北京电影学院开始文革后的第一次招生，张艺谋的心一下子热起来。张艺谋争取到一次来北京出差的机会。借此机会，他带着自己的作品来电影学院报名。招生老师很欣赏他的作品，但是张艺谋已经超龄5岁。在他感到绝望的时候，一位深谙世事和中共党史的朋友建议他给素昧平生的当时的文化部部长黄镇写一封恳切的信，并附带几张能代表自己摄影水平的作品。通过一番曲折，张艺谋终于通过了政审