

<<灾后中小学心理辅导教师培训手册>>

图书基本信息

书名：<<灾后中小学心理辅导教师培训手册>>

13位ISBN编号：9787030243980

10位ISBN编号：7030243986

出版时间：2009-4

出版时间：科学出版社

作者：祝卓宏，胡宇晖 主编

页数：436

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<灾后中小学心理辅导教师培训手册>>

### 前言

接到邀请为中科院心理所危机干预中心绵竹站即将问世的《灾后心理辅导教师培训手册》做序时，我正在美国。

而美国正经历着二战以来最严重的威胁和挑战，因为去年开始的金融风暴，整个美国都沉浸在一种潜在的恐惧当中。

刚上任的总统每天做的最重要的事是捍卫国民的信心。

二战开始前，美国也曾陷入经济大萧条，当时的美国总统富兰克林·罗斯福在1933年的总统就职演讲上曾说过一句话“ The Only Thing We Have To Fear Is Fear Itself ”（唯一值得恐惧的是恐惧本身）。

2008年对于中国来说是悲喜交加的一年，吸引了整个世界的目光。

“5·12”大地震惊天动地，令人瞩目，尤其是灾后十万人自发组织的救援，令全世界为之动容。

自发营救的阵容为中国在未来的国际舞台奠定更坚实的平台。

大地震发生后，通过我们美中教育机构（ESEC），上海映绿公益事业发展中心及中心董事长庄爱玲博士、何志平博士（前香港民政局局长、全国人大代表）、李志刚先生（北京光华慈善基金会理事长）、北京奥线文化发展有限公司及其总裁梁帆峰先生、中国心理学会及其副秘书长韩布新博士和李国斌教授（北京大学应用文理学院院长）等上海、北京、香港的七家公益组织、专业机构和知名人士，立即在暑假期间开展了“向日葵儿童夏令营”项目。

由来自香港、北京及四川本地的600余名志愿者参与了服务，投入资金70余万元人民币，共设立夏令营70个，受益儿童超过3000人。

让孩子度过了一个远离危险、重拾快乐、重建信心和重获希望的暑假，解除家长的后顾之忧，用我们的方式支援灾区重建。

之后，美中教育机构支持中科院心理所危机干预中心绵竹站开展了针对绵竹教育系统心理辅导教师的连续培训项目。

这个项目旨在为灾后心理重建培养起能够开展有效工作的稳定队伍；能够为灾区儿童的心理康复提供有效的示范课程；探索和建立灾后心理重建的有效模式，为国家未来的灾后心理援助工作建立应急预案。

## <<灾后中小学心理辅导教师培训手册>>

### 内容概要

5·12汶川地震之后，中国科学院心理研究所绵竹工作站积极探索了一套“辅导式培训”模式，系统培训了绵竹教育系统的心理辅导教师。

本书是绵竹工作站在绵竹教育系统开展心理援助的理论探索和经验总结，同时也包含了心理辅导教师的成长感悟和工作成果。

## 书籍目录

《中国科学院心理研究所5·12心理援助丛书》序序一守护心灵的向日葵序二守卫心灵呵护希望前言第一篇 理论与培训 第一章 培训的目的和性质 第一节 培训的目的 第二节 培训的性质——辅导式培训的提出 第三节 辅导式培训在实践中的探索 第二章 心理健康教师的自我成长 第一节 不断增强自我觉察 第二节 逐步完成自我悦纳 第三节 扩大内外积极资源 第四节 处理负面情绪和哀伤 第五节 尝试帮助别人 第三章 心理健康教师的专业成长 第一节 寻找和共享：学习方法和学习习惯的培养 第二节 整合与构建：专业心理学知识体系构建 第三节 体验和反思：共情、沟通能力的培养 第四节 分析和督导：处理案例能力的培养 第五节 疆界和原则：对于辅导关系的设置和处理 第四章 灾后中小学心理健康课程建设 第一节 灾后中小学心理健康教育课程的特点 第二节 心理健康课程的设计 第三节 心理健康教育课程的教学 第五章 个体心理辅导的准备和实施 第一节 个体心理辅导对象的选择 第二节 个体心理辅导的技术 第三节 个体心理辅导的一般过程 第四节 个体心理辅导的档案管理 第六章 团体辅导设计和操作 第一节 团体辅导的设计 第二节 团体辅导的具体操作 第三节 团体辅导的技术 第七章 心理素质教育在其他学科中渗透 第一节 心理素质教育在其他学科中渗透的意义 第二节 心理素质教育在其他学科中渗透的实施 第三节 特殊情况学生的处理第二篇 课程设计 幼儿园教案——小班 第一课 好朋友，抱一抱 第二课 高高兴兴上幼儿园 第三课 快乐的动物宝宝 第四课 快乐齐分享 第五课 送玩具宝宝回家 幼儿园活动方案——中班 第一课 特别的我 第二课 快乐学礼貌 第三课 整理物品 第四课 快乐秘诀 幼儿园活动方案——大班 ” 第一课 奇妙的心情 第二课 拔萝卜 第三课 分豆子 第四课 和时间赛跑 ……第三篇 实践与感悟

## 章节摘录

第一章 培训的目的地和性质在中国的任何一个城市，中小学、幼儿园教师群体都是一个优秀的团队：良好的职业素养、丰富的知识储备、严谨认真的学习习惯等，最重要的，是他们乐于助人，以助人为天职的心态。

所以，在灾区大面积开展心理救援和重建工作，尤其是针对孩子的心理学性质的工作，身处各个中小学、幼儿园一线的教师群体是最佳人选。

汶川地震，受灾人群广泛，学校教师和学生损失尤为惨重。

灾后很长一段时间内，教师和其他受灾民众一样，要面临着照料家人、房屋加固或建设等一系列重建工作。

在这个过程中，教师还要面对灾后学生出现的种种心理问题：普遍出现的注意力不集中、记忆力下降等影响学习的问题；容易发脾气、动手打架学生增多等行为问题；丧亲孩子、伤残儿童、家中经济损失惨重的孩子等特殊人群；这些群体性的或是个别性的问题，不仅带来了教育教学上的困难，而且对于学生个性发展，人格品质培养有相当的影响。

如何帮助学生？如何改变不良的行为？如何抚慰个别心理承受巨大创伤的孩子？

教师承受了以往从未凸现的压力，亟需心理学的补课。

对受灾地区中小学、幼儿园教师开展心理学的培训，是帮助灾区孩子心理康复、提升心理品质最直接有效的方案。

与此同时，还可以以此为契机，开展中小城市学校心理素质教育工作模式的探索，最终为灾区中小学、幼儿园建立起一套合理的心理素质教育长效机制，能够最大范围内产生影响。

灾后心理援助的终极目标，不是为了救急，而是为了重建。

物质的重建需要时间和信心，心灵的重建同样如此。

心理重建最重要的心理学的本土化，是当地人才的成长。

所以，在当地选择和培养出适合心理学工作的人才是心理重建的重要基础。

第一节 培训的目的地在灾区开展心理健康教师的培训，有三个重要的目的：一是帮助受灾的教师恢复心理健康，能够积极应对灾难带来的负面影响；二是把普通学科教师培养成专业心理学工作者的过程，能够运用所学知识技能帮助同事和学生恢复心理健康；三是为学校探索一个合理有效的长效心理素质教育机制，帮助中小学、幼儿园建立稳定的心理素质教育专、兼职教师队伍。

一、帮助教师恢复心理健康 “5·12”地震中，很多教师参加了救援，或者直接目睹了灾难中的惨烈场景。

在个别学校中，教师不仅流汗流血抢救学生，还要流泪承受来自伤残、遇难学生家长的误解和非难。

灾后救援阶段，教师没有享受到为灾区普通群众发放的暂时性救援物资和款项，灾后重建阶段，教师也没有享受到为灾区公务员发放的灾后补贴。

在重灾区的一些学校，部分教师失去了父母、爱人、孩子，有的失去了多位亲人，一个家庭处于巨大的悲痛之中。

灾后几乎全部教师都面临着财产损失，有的刚刚贷款买了房子就要加固或者重建。

灾后大型企业的搬迁带来当地财政收入的损失，部分子弟学校教师收入受到影响。

灾后教师心理健康存在着巨大的隐忧。

社会对教师角色的要求定位是一个付出者、奉献者、帮助者，教师本身的职业要求也限制了教师表达负性的情绪体验。

在重灾区很多学校，教师和教育管理者表现出了记忆力忽然下降、失眠、噩梦、出汗、闪回、回避等等PTSD典型身心症状。

在调查中发现灾后教师出现职业倦怠的现象比较普遍，表现为对职业价值的质疑，对于自己无力救助所有学生而产生的内疚感，灾后收入减少和经济压力带来的困扰等。

教师的职业倦怠和灾后PTSD有着直接相关，导致的后果是教学工作中的突发事件增多，师生关系、管理者和教师之间关系受到影响。

对于教师群体进行心理辅导迫在眉睫。

现有教育体制内，教师评价体系不够完善，对于教师个人成长有一定的局限性。

以中学教师为例，本科毕业生师范生一年后晋初级职称，此后3~5年晋中级职称，再后3~5年晋高级职称。

也就是说，当一个教师工作10~15年后，将走到职业评价体系的顶点。

之后的发展方向出现评价体系上的空白。

在外界评价有限的情况下，自我评价标准就决定了一名教师的职业态度和职业发展动力。

教师心理辅导的作用就是帮助教师在现有状况之下对自我成长有新的认识和态度，寻求个人成长的道路，价值观内化，从而实现教师职业发展的新动力产生。

这个意义超越了灾后心理援助的范畴，是长久稳定教师队伍的一次尝试。

实现该目标的一个探索就是在教师群体内注入新元素——心理健康教师的培养。

所以，灾后心理辅导教师的培养，不仅是帮助受训教师重建心理复原力，恢复心理健康的过程，而且是为各个学校广大教师群体树立心态阳光、具有事业理想、敬业乐业形象的教师榜样的过程。

这个过程为灾区教师队伍的可持续发展提供了探索之路。

二、帮助教师学习心理专业技能  
灾后心理健康教师培养的目标，是为灾区学校、幼儿园培养一支技术优良、具有心理学工作者素质的一线教师队伍。

随着心理重建工作的大力推广，越来越多的教师将面临着心理学专业知识，尤其是对学生开展心理辅导和心理援助知识的匮乏问题。

中小学、幼儿园教师在国民序列教育中所学习的心理学理论局限于教育心理学，多为教育教学工作服务，而且由于历史原因，所涉及的范围和深度都有一定的局限，灾后大面积出现需要心理援助和辅导学生时，这些所学就不足为用。

心理辅导教师要面对和处理的问题具有普遍性，代表性的，可以采用心理健康课程的形式开展；属于特殊性的、个别性的，可以采用团队辅导和个体辅导来进行。

## 后记

川北春短，刹那芳华。

绵竹震后第一个春天匆匆来过，来来往往，多少人为物质和心理的重建而奔忙，无心看风景。

过了这个暑假，孩子们就要搬入永久性校舍。

陪伴校舍一天天成长起来的是绵竹市教育系统的43位专兼职心理健康教师。

这些教师将承担起面对幼儿园孩子、中小学生的灾后心理健康教育课程的设计、实施；将为学校出现的个别需要帮助的孩子提供专业、可持续的个体心理辅导；将能够识别和筛查灾后出现PTSD的学生并能够处理和转介。

这是一批来自基层一线的教师，也将成为灾后第一批具有专业知识技能的心理学基层工作者。

他们的存在，改变了灾后心理援助如绵竹春天般来去匆匆的现状。

高楼一夜起，人心几时平？

灾后的物质重建可在3-5年内完成，对于在这场灾难中丧亲、伤残、亲历和目击了惨烈场景的人们来说，心理援助才刚刚开始。

金花仅存7个孩子的班级需要心理辅导；汉旺痛失19位同仁的老师需要心理辅导；东汽中学238名失去孩子的家长需要心理辅导。

白天玩耍嬉笑的“正常”孩子夜晚梦哭、害怕地震；平日爽朗坚强的老师忽然心悸、抑郁，暗地里称生不如死。

看似平静如水，实则暗流涌动。

这是灾区常见的情形。

没有一线深入的心理学工作者，没有长期驻扎的心理学工作者，该如何？

43名绵竹教育系统专兼职心理辅导教师，经过了12次系统课程培训、17次团体小组活动、若干次沙龙式学习的经历之后，已经能够在各自所在的学校里开设课程、开展个体辅导、团体辅导，能够以朋辈督导的方式来处理个案和团体辅导案例。

他们不仅能够开展工作，而且可以用学到的理论来解释工作。

本书的设计和写作，就充分地启动了43位教师的智慧，发挥出他们应有的作用。

他们的工作充分体现出了灾后心理援助“辅导式培训”的价值，让我们看到了一个基层心理学工作者群体的迅速成长。

编辑推荐

《灾后中小学心理辅导教师培训手册》是中国科学院心理研究所5·12心理援助丛书之一。



版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>