

【编者按】大学生心理健康教育问题的研究离不开基本的心理健康问题的研究。心理健康问题不能就事论事。它既有基础研究的属性,又具应用研究的秉性,这决定了它是多学科的研究对象,需要跨学科协同“作战”,创新该研究领域的思路、方法与范式,即构建以人为研究的基本对象,以人的发展为研究核心,以现实问题为导向,运用心理学的研究方法,坚定地站在教育学的立场上,不断强化心理学与教育学研究范式的有机结合,开展多学科的交叉融合式研究,不断提高研究方法的科学性、研究程序的完整性、研究结果的规范性、研究结论的可靠性、研究成果的普适性。自2021年第1期开始,本刊将陆续刊发中国人民大学俞国良教授及其团队关于心理健康问题的系列论文,以期帮助广大读者从多视角理解心理健康问题。

比较教育学对心理健康问题的研究

王 涛,俞国良

(中国人民大学,北京 100872)

摘要:心理健康是比较教育学的一个重要研究领域。文章在系统梳理比较教育学对心理健康问题研究的基础上,整合该领域对于心理健康问题研究成果的共识,包括比较教育学在教育理念、教育目标、教育内容和教育方式等方面对心理健康问题的研究成果,并探讨了心理健康问题的影响因素及教育对策,为进一步推进和深化心理健康教育提供了深厚的理论基础以及可持续发展的路径。

关键词:比较教育学;心理健康问题;心理健康教育

中图分类号:G444

文献标志码:A

文章编号:1003-2614(2021)05-0134-05

DOI:10.19903/j.cnki.cn23-1074/g.2021.05.024

比较教育学采用比较的方法,以国内外教育思想、教育制度和教育实践为研究对象,展开对教育理念、教育目标、教育内容、教育方式、教育对策等内容的比较研究。这些内容为心理健康问题的研究提供了重要的理论基础和现实价值,同时,心理健康问题的研究也促进了比较教育学教育理论和实践的科学化发展。

一、比较教育学对心理健康教育理念、教育目标的研究

比较教育学在教育理念上注重对人潜在的自然本性和力量的开发,以人的健康发展为价值诉求,形成了自然主义、进步主义、人本主义等经典教育理念和“素养导向”“创新导向”“跨学科导向”等现代教育理念。经典教育理念中秉承自然主义的教育家认为,只有遵循自然法则和自然本性的教育,才能唤起学生快乐和积极的情绪,进而有效地促进学生的心理健康水平。进步教育运动则强调“儿童中心”“活动中心”“经验中心”,在尊重儿童的前提下,更注重通过开展活动促进儿童直接经验的发展。在此理论引导下,众多教育实验活动得以开展,如帕克的“昆西教学法”、杜威的“芝加哥实验学校”等,这些教育实践为心理健康教育奠定了实证

基础。人本主义则以意识经验为出发点,主要研究人格发展与社会生活的关系,重视人的目的性、创造性和自身价值,主张促进人的健康成长和潜能的实现,强调个体的情感对学习的重要性以及思维、行为和情感等三者之间的联系。

时至今日,国内外研究者在教育理念上仍将心理健康视为人才培养的重要组成部分,除了关注学生自然本性和力量的发挥以外,还结合时代对人才的需求,提出了“素养导向”“创新导向”“跨学科导向”“全球胜任力”等现代化教育理念。20世纪80年代以来,我国大力倡导素质教育,在教育过程中关注学生的身心健康,努力提升学生的综合素质,促进学生全面发展,以实现“育人为本”的教育愿景^[1]。美国、英国、德国等西方发达国家在20世纪中叶就明确提出“创新人才”的教育理念,意在强调对个体潜能的开发,培养具有创新意识、创新精神、创新思维和创新能力强的人才。澳大利亚、芬兰等国家以STEM教育、创客教育为契机,提出“跨学科”人才培养理念,作为培养学生发散思维、聚合思维和问题解决能力、社会适应能力的重要手段。

教育理念是教育目标的指引和方向,教育目标是教育理念的具体化内容。基于上述教育理念,比较教育学秉持身心和谐发展、个性全面发展、健全发展的教育目标。其中,身心

收稿日期:2021-03-18

作者简介:王涛,中国人民大学教育学院博士研究生,研究方向:课程与教学论;俞国良,中国人民大学心理研究所教授,博士研究生导师,研究方向:社会心理学和心理健康教育。

和谐发展是古今中外教育价值的终极诉求,意谓身体和精神和谐发展、心理潜能充分开发、心理素质全面提升。这种教育目标确定了身体健康和心理健康在人才培养中同等重要的地位。个性全面发展的教育目标强调教育要尊重儿童青少年的个性、兴趣,突显个体潜能和人格价值。文艺复兴、新人文主义、现代人文主义分别从“快乐教育”“人格陶冶”“人的价值和尊严”等角度,全面论述了个性全面发展的心理功能和价值。杜威的“教育无目的论”也是个性全面发展教育目标的佐证之一,他反对成人将外在的道德标准灌输给孩子,主张教育的过程就是儿童能力的自然生长,反对体罚和灌输,提倡尊重儿童的自然天性,强调“教育即生长”。

无论是身心和谐,还是个性全面发展,都体现了将人的心理健康与教育目标相结合的价值诉求,这种价值诉求一直延续至今。21世纪以来,素养导向下的“健全发展的人”成为全球教育目标发展的重要趋势。有研究对OECD、欧盟等国际组织和美国、新加坡、俄罗斯等经济体的教育目标进行了分析,结果表明,各个国家和组织都高度重视21世纪人才培养的七大目标,即“具备沟通与合作能力、信息素养、创造性与问题解决能力、自我认识与自我控制能力、批判性思维、学会学习与终身学习技能、具备公民责任与社会责任”。这体现了对个体成长、人的幸福感受和健康的重视^[2]。

毫无疑问,比较教育学对教育理念和教育目标的研究不仅注重学生的自然本性和潜能的发展,强调学生自身价值的实现,还与新时代对人才培养提出的“综合素养”“问题解决能力”“社会适应能力”等新要求相结合,这与心理健康教育所秉承的开发个体的心理潜能、提高个体的自我意识和社会适应能力的理念与目标不谋而合。因此,心理健康教育也应了解学生的个性和天赋发展为前提,尊重学生的身心发展规律和个体差异性,有针对性地对学生实施心理健康教育。并且,还应在教育理念上兼顾学生的身体和心理综合素质提升,注重学生当下生活和未来社会技能的发展,以提升学生未来生活的幸福感。

二、比较教育学对心理健康教育内容、教育方式的研究

比较教育学对心理健康教育内容的关注包括道德教育和主题教育等方面。关于道德教育,中外教育家普遍认为,道德健康对个体心理健康具有重要的促进作用,良好的道德行为能够增进个体的积极情绪体验以及与他人和社会的自觉融合,使学生实现态度、情感和行为的一致性变化,而良好的道德品质促进了个体的生命成长和个体幸福感,进而提升了心理健康水平。

在道德教育的内容方面,我国古代教育家坚持将“六艺”和“三纲五常”作为道德教育的主要内容。“六艺”是孔子道德教育思想的重要内容,其中“礼”是六艺教育的核心,主要

包括道德、礼仪规范等。“乐”是作为陶冶人的情感、促使人获得精神的满足以养成内心优秀品质的一种手段。“射”与舞蹈诗歌相配合,使人产生一种美感。“御”旨在培养学生谦让的美德。“六艺”囊括了品德、审美、情操、文化知识等方面的内容,以培养德才兼备、文质彬彬的全人。相较中国古代教育家而言,西方教育家则将“内心自由、完善、仁慈、公平、正义”等五种品质作为道德教育的主要内容,突出强调通过对真善美的认识和自我意志力的提升来培养符合社会道德规范的个体。这与心理健康教育的内容有重叠之处。

国外学校教育中专门设置了提升学生心理健康水平的主题教育内容,例如:美国开设“品格教育(character education, CE)”和“社会情绪学习(social-emotional learning, SEL)”课程,将“关怀、人际关系和社会情感”等主题融入学校教育内容中,以促进学生良好的品格和价值观^[3];20世纪80年代兴起于英国的PSHE(personal, social, health and economic)教育形成了“基于健康与幸福”“人际关系”“更广阔世界生活”等三个核心主题的教育内容,旨在培养学生的责任心、自信心和社会适应能力,帮助学生形成良好的生活方式,与他人建立良好的人际关系,促进学生心理健康发展^[4]。PSHE教育对学生的重要价值体现在两个方面:一是帮助学生更好地管理自己现在和未来的生活;二是培养学生作为个体、家庭和社会成员健康成长所需要的素养和品质。

比较教育学对心理健康教育内容的研究,既兼顾经典道德教育中的精髓,又结合当今社会发展的需求,在课程中设置促进学生心理健康的品格教育和社会情感等内容,为心理健康教育从学科教学入手,渗透式地进行心理健康教育奠定了基础。心理健康教育还应从贴近学生生活的主题教育入手,宣传和普及正确的心理健康知识,营造良好的心理健康教育氛围,使学生潜移默化地接受心理健康教育。

教育方式是贯彻教育理念、落实教育内容的重要手段,良好的教育方式有利于提高学生的心理健康水平。比较教育学对心理健康教育的贡献集中在对“非指导性教学”“发现教学法”等教育方式的探讨上。罗杰斯的“非指导性教学”重视以学生为中心、以情感为基调、以个体自我实现为目的的“意义教学”,强调通过有意义的而非机械的学习,使学生在过程中达到态度、行为和情感的变化;布鲁纳的“发现教学法”强调利用学生的好奇心(即“内在动机”),激发学生在学习过程中的主动性,以促进学生对知识的理解和创造性思维的发展。以上两种教育方式对心理健康教育更加直接的贡献是提倡“活动、体验、探索、合作”的教学形式。

首先,“活动”教学作为儿童获取直接经验的一种方式,对促进儿童的主动性、认同感和人际关系的发展较为有效。研究者大卫(David)等人对高中生的活动效果进行了评估,发现“信仰和服务”活动(faith-based and service activities)、“学术和领导力”活动(academic and leadership activities)、

“行为和艺术”活动(performance activities)、“社区组织和职业俱乐部”(community organizations and vocational clubs)活动以及“运动”等五种学校活动类型在促进学生的自我概念、认知、情感、身体机能、人际关系等方面卓有成效^[5]。另有研究表明,参加不同的艺术活动有利于增强学生的归属感与身份认同,提高自信和自尊水平,从而促进良好关系的建立。例如,戏剧表演教学活动通过为学生设立“相互尊重”“信任”“宽容”的环境,缓解学生紧张和痛苦等心理问题,提高了学生的心理健康水平^[6]。

其次,“体验”教学注重在教学过程中引入或创设与教学内容相适应的具体场景和氛围,使学生通过积极体验,达到认知过程、情感过程和行为过程等三者之间的有机统一。经典的教育理论较为重视儿童在学习过程中的直接经验,“体验”教学在促进学生心理健康方面的有效性也受到普遍关注。有研究表明,“自然浸泡式”教学方式(immerse nature-experience)将教学场所转移至自然情境中,设置了诸如“户外拓展训练(outdoor bound)”“探险娱乐(adventure recreation)”“森林学校(forest school)”等课外活动,使学生在与大自然的直接接触中达成教育目标,有利于提升学生的自尊和自我效能感、提升心理弹性和问题解决能力^[7]。

最后,“探究”和“合作”教学通过“提出问题、作出假设、收集数据、解释数据、交流和改进”等步骤激发学生学习动机,是提升学生的成长主动性和人际交往能力的重要手段。在“探究”过程中,教师设置情境并提出问题,学生通过观察、对话、讨论、合作等方式,实现自身观察能力、逻辑推理能力、想象力、问题解决能力和创新思维能力的提升,在这个过程中,学生的主动性、积极性得到了很好的发挥^[8]。学生通过与同伴交流和相互帮助,获得人际交往能力的提升。同时,合作学习可以促进学生的自我理解、团队合作和人际交往能力、积极互动等能力的发展,对学生的社会生活十分重要。

综上比较教育学领域中各种教学方式运用的共性,都在于通过设置具体情境、唤起学生的心理体验来促成同伴间的交流与合作、促进学生学习迁移,有效地提高了学生学习的主动性和积极性,有利于促进学生个体成长和社会交往能力的发展。心理健康教育则是强调人的内在价值,涉足“三观”体系的心灵深处高层次的情感交流过程,心理健康教育在课堂上的开展和实施可以以“非指导性教学”“发现教学”为核心,以“活动、体验、探究、合作”等形式为载体,通过心灵对接、思想碰撞、观念置换等心理技术,将心理健康知识体系内化为学生的内在经验,以促进学生“知、情、意、行”等心理素质的全面发展。

三、比较教育学对心理健康影响因素、教育对策的研究

除了经典教育理论对影响学生的心理健康因素进行研

究以外,在当今社会中,学业和学校等因素也对儿童青少年的心理健康产生影响。

学业因素是影响儿童青少年心理健康的首要因素。研究表明,学业压力、付出一回报失衡、社会不良情绪等会增加学生心理问题发生的几率,从而影响学生的心理健康^[9]。美国300所大学咨询中心和英国里丁大学的调查显示,中学生的心理问题大多数都来自与学习相关的压力,如能力缺陷、学习困难、适应困难和失学等^[10]。此外,学校氛围、教师和学校管理体制也是影响学生心理健康的重要因素。其中,学校氛围作为校园生活质量和特性的集中体现,反映了学校的目标、规范、价值观、人际关系以及组织管理框架,是影响儿童青少年心理健康的另一个重要因素。研究结果表明:在学校气氛中,社会关系(包括师生关系、同伴关系)、学校安全(包括校园安全政策、校规执行力度、校园环境安全)、学校支持(包括寻求帮助过程、学校归属感)等因素对学生的心理幸福感、预防性行为 and 亲社会行为都会产生重要影响。

教师是学校中与学生进行直接接触的人员,教师对学生的心理健康影响也深受国外学者的重视。研究者指出,教师的情绪影响学生的上课精力和纪律遵守,温暖的师生关系能促进深度学习 and 积极社会情感发展^[11]。教师的幸福感、教学动机、工作满意度等心理认知也会影响教学质量、学生的学习动机和学习成就^[12]。此外,学校的管理及运作体制的缺位,也会间接对学生心理健康产生影响,具体表现在学校对教学质量和教学任务的要求,增加了学校规则制定和管理的严苛,间接导致学生缺勤、态度善变以及教师与学生、家长与学校关系紧张等,从而加剧了青少年学生心理行为问题的频发。

对影响学生身心健康的各种因素进行分析和考察,既是开展心理健康教育的前提,也是提升心理健康教育针对性和有效性的重要基础。针对儿童青少年心理健康的影响因素,比较教育从教育环境的创设、构建民主的学校管理和决策机制、提高学生心理弹性等教育对策上进行了探讨。

比较教育学在课堂环境创设上强调“愉快教学”和“暗示教学”,二者皆注重营造一种愉快和轻松的课堂环境以促进学生在学习过程中心理健康的发展。愉快教学强调学生在教学过程中的积极学习动机^[13],关注学生快乐的情感体验和积极的情绪。基于此,国外教育家诺扎洛夫提出“暗示教学理论”,即以音乐为背景,通过创设一个有利于学生心情放松的课堂环境,对学生的认知和情感、有意识活动和无意识活动,产生较强的“熏陶”作用,进而使学生形成全脑学习的心理倾向,使学生的自我潜能得到最大限度的发挥。

显然,比较教育学创设了提升学生情感体验的课堂环境,这有助于在学校中形成一种尊重学生的育人氛围,提升学生的自尊感和幸福感。研究表明,建设关心、尊重、平等、民主的校园环境,体现了尊重学生主体地位和“以人为本”的

育人氛围,有利于他们幸福感的发展^[14];而学生在学校决策、管理和运行中拥有话语权是学生行使主体权利、提升主体意识、参与学校事务管理的一种象征,直接反映出学校管理和决策机制的特点。学生行使话语权对增强学生的权利意识、沟通能力、自尊心、自信心及其对学校的归属感,增强学生在校的幸福体验有重要意义。例如,澳大利亚初中学生对“幸福感”一词进行了要素描述,将“幸福”定义为快乐、安全、被爱、被尊重、健康、帮助别人、隐私受到尊重和拥有发言权(have a say)。可见,学生的话语权对学生的心理健康有重要意义。此外,提高学生的心理弹性(educational resilience),也会对学生的社会情感能力产生积极的影响,有利于学生保持一系列积极的社会行为,提升其对学习的兴趣、专注度和努力程度,增强其对学校的喜爱和归属感^[15]。有研究表明,在课堂上提升学生的心理弹性对学生的情感和认知技能的发展有一定的促进作用,培养学生的心理弹性可以降低其问题行为的发生率^[16]。

可见,比较教育学对校园和课堂环境的创设,为心理健康教育提供了良好的干预对策。学校在进行心理健康教育时,也应优先考虑建设“民主、平等”的育人环境和育人氛围,以在学校管理人员、教师、学生等三者之间形成起良性互动的关系,进而促进学生参与学校事务管理的积极性,促成学生意见和权益的充分表达,使学生真正成为心理健康教育的积极参与者、推动者。另外,在心理健康教育课堂环境设置上,“愉快的课堂氛围”有利于消除学生参加心理健康教育的“病耻感”,使学生在心理健康教育过程中获得积极的情感体验。总之,尽管比较教育学对学校中提升心理健康水平的教育对策有所涉及,但更深入、更全面的教育对策研究仍需进一步梳理。

四、研究小结与展望

第一,在研究对象上,比较教育学较多关注学生的心理健康问题,对教育系统内部的其他构成群体,如学校管理人员、教师等的相关心理健康问题研究较少。当今社会,由于校际竞争和升学等压力,学校管理人员、教师等群体的心理健康问题日益凸显,而他们的心理状态与学生的心理健康密切相关。学校管理人员参与学校规章制度的制定和学校管理,这些隐性的学校机制会间接影响学校育人理念的确立。学校管理人员对学生的态度都会对学生的心理健康产生重要影响。教师与学生进行直接接触,教师的情绪、职业认同感、教育理想、专业发展以及与学生之间的关系等诸多因素会影响学生的健康福祉。因此,今后应适当扩大比较教育学对心理健康问题的研究群体范围,以提高比较教育学对心理健康问题研究的全面性。

第二,在研究内容上,比较教育学对心理健康的教育内容、影响机制和教育对策研究较少。在教育内容上,今后应

加强对具有时代特点的心理健康教育内容的研究。在新时代,社会和教育的发展对育人提出了新的要求,在创新性、跨学科性、素养导向性等人才培养理念下,如何根据我国教育目标创新教育内容,以促进学生的身心健康发展,仍有待进一步发掘和研究。在心理健康影响机制方面,比较教育学关注学校氛围、学校管理机制、学业压力等因素对心理健康的影响,但在学校系统中,除了这三种影响因素以外,社会对学校的育人期待、学校选址、硬件设施、学校规章制度等众多因素也会对学生的心理健康产生影响。今后应拓宽比较教育学对心理健康影响机制的研究范围,深入挖掘潜在的学校生态系统对学生心理健康影响的因素。在教育对策上,今后应着力从学生内在主体性和外部环境两个方面来深入探讨提升学生心理健康水平的教育对策。前者包括从学生内在主体性出发,探讨学生学习主动性、学生对教育目标认可程度、学生对学校育人理念的认同等对学生心理健康的提升作用;后者包括从外部环境如创设公平的校园氛围、培养良好的师生关系、加强家校沟通等措施对学生心理健康的提升作用等。从这两个角度对提升学生心理健康的教育对策展开议题,可增强比较教育学对心理健康问题研究的深度。

第三,在研究方法上,比较教育学对心理健康问题的研究应坚持“循证导向”“比较导向”。从已有研究成果看,多数结论的得出采用的是逻辑思辨的方式,多从宏观和理论的角度对研究结果进行解释。今后比较教育学对心理健康问题的研究,应根据具体问题,坚持“循证导向”,基于数据和其他实证手段,证明单个或多变量对心理健康的影响。例如,影响心理健康的教育因素以学校气氛为主,但学校气氛由社会关系、学校安全、学校联系等众多因素构成,应着手从社会、学校、家庭和个体因素等方面开展专项心理健康教育议题和研究,为促进学生身心健康发展提供有效实施路径。此外,应发挥“比较导向”作为比较教育学方法论的优势,运用比较的方法对不同地域、国家等促进心理健康教育的理论和实践进行比较研究,有利于发现不足、借鉴经验,更好地促进心理健康相关研究的深化,这应成为现有研究不可或缺的重要方法。

参考文献:

- [1] 杨兆山. 时益之: 素质教育的政策演变与理论探索[J]. 教育研究, 2018(12): 18-29.
- [2] 师曼, 等. 21世纪核心素养的框架及要素研究[J]. 华东师范大学学报: 教育科学版, 2016(3): 29-37.
- [3] Jonathan C. Social, Emotional, Ethical, and Academic Education: Creating a Climate for Learning, Participation in Democracy, and Well-Being[J]. Harvard Educational Review, 2006(2): 201-237.
- [4] Brown T. Taking the PSHE out of the National Curriculum [J]. Health Education, 1994(5): 19-21.

- [5] Nan C. ,Guo X. Analysis of the application of a happy learning method in , college English classroom teaching [J]. International Journal of Technology Management 2014(4) : 11 - 13.
- [6] Hansen D. M. ,Larson R. W. ,Dworkin J. B. What Adolescents Learn in Organized Youth Activities: A Survey of Self - Reported Developmental Experiences [J]. Journal of Research on Adolescence ,2003(1) : 25 - 55.
- [7] Rousseau C. ,Beauregard C. ,Daignault K. ,Petrakos H. ,Thombs B. D. ,Steele R. ,Vasiliadis H. M. ,Hechtman L. A Cluster Randomized - Controlled Trial of a Classroom - Based Drama Workshop Program to Improve Mental Health Outcomes among Immigrant and Refugee Youth in Special Classes [J]. PLoS ONE ,2014(8) : 1 - 9.
- [8] Mygind L. , Kjeldsted E. , Hartmeyer R. , Mygind E. , Bolling M. Mental , physical and social health benefits of immersive nature - experience for children and adolescents: A systematic review and quality assessment of the evidence [J]. Health & Place 2019(7) : 1 - 19.
- [9] Baumberger H. M. Cooperative learning and case study: does the combination improve students' perception of problem - solving and decision making skills [J]. Nurse Education Today ,2005(3) : 238 - 246.
- [10] 俞国良 ,琚运婷. 教育社会学对心理健康问题的研究 [J]. 黑龙江高教研究 2019(9) : 80 - 83.
- [11] Collie R. J. ,Shapka J. D. ,Perry N. E. ,Martin A. J. Teachers' psychological functioning in the workplace: Exploring the roles of contextual beliefs , need satisfaction , and personal characteristics [J]. Journal of Educational Psychology ,2016(108) : 788 - 799.
- [12] Sivan A. , Chan D. W. K. Teacher interpersonal behavior and secondary students' cognitive , affective and moral outcomes in Hong Kong [J]. Learning Environments Research , 2013(1) : 23 - 36.
- [13] Ciarlo J. A. ,Shern D. L. ,Tweed D. L. ,Kirkpatrick L. A. ,Sachs - Ericsson N. The Colorado social health survey of mental health service needs: sampling , instrumentation , and major findings [J]. Evaluation and Program Planning , 1992(2) : 133 - 147.
- [14] Coombes L. , Appleton J. V. , Debby A. , Yerrell P. Emotional Health and Well - being in Schools: Involving Young People [J]. Children & Society , 2013(3) : 220 - 232.
- [15] Carmel C. Pupil resilience in the classroom [J]. Emotional and Behavioral Difficulties ,2004(3) : 149 - 170.
- [16] 俞国良 ,琚运婷. 教育科学对心理健康问题的研究: 应用研究视角 [J]. 黑龙江高教研究 2018(11) : 95 - 99.

Research on Mental Health Issues in Comparative Education

WANG Tao , YU Guo - liang

(Renmin University of China ,Beijing 100872 ,China)

Abstract: Mental health is an important research area in comparative education. This study has not only systematically reviewed researches on mental health issues from the perspective of comparative education , but also integrated the consensus of the research results of mental health issues in this field , which includes educational philosophy , educational goals , educational contents and methods , influencing factors and educational interventions. These researches have provided a deep theoretical basis and the path of sustainable development for mental health education.

Key words: comparative education; mental health issues; mental health education