

# 基于行为主义发展理论对心理健康教育教师的启示

刘立言

哈尔滨师范大学 教育科学学院, 中国·黑龙江 哈尔滨 150000

**【摘要】**行为主义作为心理学的主要流派中的一个,是对西方心理学的发展有最重要的影响的流派之一,主张以客观的方法来研究人类的行为,由此来预测和控制个体行为。而本文阐述了行为主义理论中华生、斯金纳和班杜拉的心理发展理论及各心理学家针对儿童心理发展所提出的具有深刻教育意义的观点。其次,本文提到了各心理学家的心理发展理论,以及心理健康教育教师应该如何正确利用心理发展理论从而更好地塑造儿童行为,为以后心理健康教育教师的教学提供了理论依据和可行方法。

**【关键词】**行为主义;心理发展理论;心理健康教育教师;教育启示

心理发展理论是发展心理学的理论基础,不同理论派别依不同思想,运用不同研究方法得出了各具特色心理发展理论。而其中,行为主义是极具影响力的心理学一大流派,是一种科学哲学,规定了提出心理问题的标准,以及回答这些问题所涉及的方法论、解释和心理学理论。其次,行为主义是一种心理哲学,它对人类的本性和心理活动做出了某些假设。再次,有几个非常普遍的经验假设,构成了所有行为的背景理论。此外,行为主义是一种意识形态,它的突出特点之一是强调现实与客观研究,更有极具特色的心理学家们汇集智慧,不仅形成和完善了其理论体系,也为后人提供了很多借鉴意义。

就心理健康教育教师而言,应该着重提取并总结心理发展理论的教育意义。心理健康是个体实现整体健康和幸福的一部分,是重要的整个生命周期,影响个体的思考和学习,感受与行动,最终影响个体决策以及身心健康。在个体的童年和整个青春期,心理健康意味着实现发展和情感的基石,心理健康的儿童拥有积极的生活质量,能够在家庭、学校和社会中良好地发挥其作用。而本文正是基于各心理学家提出的理论,为心理健康教育教师怎样更好塑造学生行为提供了可行性建议。

## 1 华生的心理发展观与教育启示

华生看来发展心理的突出理论为环境决定论。作为心理健康教育教师,这就要求应当为学生提供更好的接受学习的教学环境,引导学生形成良好的课堂环境氛围等。

首先,他提出构造差异及个体幼年时期的训练差异足以来说明后来行为的差异。这就要求我们教师应重视儿童早期教育,增强儿童的独立自主地做事能力。例如,大多教师面对年幼儿童习惯亲力亲为,使得儿童长此以往养成了凡事依赖他人的坏习惯。因此,心理健康教育教师应当着重注意启发学生进行自助,可以通过课堂活动、班会活动等方式,使学生养成能独立完成个人事务的好习惯。

其次,华生以行为主义中的控制行为为目的为基础,肯定了教育的作用,启示我们儿童会成长为怎样的人取决于教育者对其如何进行教育。即便其观点过分强调了教育的作用,但也肯定了教育者对儿童发展过程中的影响之大。因此,作为心理健康教育教师要着重注意每位学生的心理发展特点与个人素养的养成,一旦学生出现不良行为及时进行干预,从而使学生能重回正轨,强化其价值观、世界观和人生观。

再次,华生的心理发展研究中,其最关注的是个体的情绪发展。华生主要强调了家庭是儿童情绪发展的重要环境,儿童3岁的时候,其全部情绪生活及倾向就已经打好基础。由此,作为心理健康教育教师在面对学生求助时,不能将其所有问题仅限于一段时间内发生的一件事情,要充分了解部分问题是否可以追溯到

其三岁前发生的部分事件中,深度挖掘情绪产生的根源,切实帮助学生更好面对问题。

## 2 斯金纳的心理发展观与教育启示

在斯金纳的关于行为强化控制理论中,他认为强化的作用是塑造个体行为的基础。儿童偶然做了什么行为而得到教育者的强化,这个动作后来出现的概率就会大,强化的次数越多,概率随之变大。因此,心理健康教育教师要善于利用强化技巧,在看到学生做了正确的事情时,应当多给予其表扬和赞美;当学生做了不当的事情时,应当及时给予正向的鼓励和建议。

其次,强化是行为发展过程中的一大重要影响因素,不强化行为,行为就会慢慢消退。依照斯金纳的看法,儿童做某件事情“就是为了得到成年人的注意”。为了使得儿童的不良行为能够消退,就算是长时间的大哭或发脾气,而当这些行为发生时作为成人不予理睬,结果儿童便会不再哭闹。练习的次数不会影响其行为反应。练习在儿童行为形成过程中很重要是由于为个体提供了重复强化。当然,只练习不去强化也不能巩固发展一种行为。因此,心理健康教育教师在培养学生良好行为的过程中,不仅要多次进行行为练习,还应该对学生的每次练习都给予学生表扬或鼓励,从而使其获得每一阶段的外部强化,促使学生发扬优良行为。尤其是对于后进生,教师应帮助其找到优点予以强化,切记不得抓住缺点不放,这样会导致学生优点由于长时间未受到强化而逐渐消退。

斯金纳认为可将其分为积极强化作用和消极强化作用。因此他倡导可以以消退代替惩罚,提倡强化的积极作用。这里,当心理健康教育教师遇到学生的不良行为时,如听不懂学习内容而上课睡觉,可以通过引导学生依据自己的学习进度进行简单的学习,逐步递增,教师予以积极肯定的评价。当学生逐渐适应了学习,之前上课睡觉的行为自然就消退了。

## 3 班杜拉的心理发展观与教育启示

班杜拉的社会学习理论基本观点主要为观察学习,其与华生的刺激—反应学习理论不同,主要是指通过观察榜样所做出的行为及其结果而进行的学习,即观察学习。因此,对于心理健康教育教师,不能将教育局限在教室之中,应多引导、带领学生去观察他人,确立榜样对象,观察其优良的行为表征,从而能将榜样的行为在未来的生活中再现出来,实现榜样学习。

其次,班杜拉看来强化可以为代替强化,也就是当学习者看到他人的行为被赞扬,也会产生想做出同样行为的倾向,相反,学习者如果看到他人的行为受到了惩罚,则会削弱抑制其做出同样行为的倾向。这就启示心理健康教育教师的日常生活中,应对学生所做的优良行为在全班予以表扬,同时对于所做的不良行为也将合理进行在全班进行指正,并鼓励其继续努力,由此可以使得

这位学生以外的其他学生产生同样行为的倾向或削弱抑制产生同样的行为的倾向。

同样, 强化也可以为自我强化。儿童经过这样的自我调整进而形成自己的观念、能力及人格, 从而改变其行为。这就要求心理健康教育教师除对学生进行强化外, 还应重视学生进行自我强化。教师可以定期对学生进行自我满意度评价测试, 通过测试结果对自我强化较弱的学生要予以重视。帮助学生形成正确的自我认知, 积极的认识自我、接受自我并悦纳自我, 从而更好地发展成长。

总而言之, 从行为主义出发, 关注儿童身心健康, 由此使学生自主获得知识于技能, 以促进自己的心理健康。心理健康和幸福即成为他们个体行为的结果, 更有益于身心健康发展。这种教学重点强调精神健康作为整体健康和幸福的重要性, 而不是教师控制学生行为来进行的学习。因此, 心理健康教育教师应学会引导学生当其遇到自己或身边他人的心理健康问题时, 要积极寻求帮助。从本质上说, 可以认为, 关注心理健康, 可以有效预防青少年的心理问题及心理疾病, 这对个人、家庭和社会都受益匪浅。

除此之外, 随着社会竞争日益激烈, 给青少年带来了不少心

理压力。因此, 加强青少年网络心理健康教育的建设是成为了促进和谐生活校园的关键。心理健康教育教师在日后还可以通过开展网上心理健康教育特色活动课程, 通过各类活动, 来解决青少年各种心理问题, 不仅有利于其身心健康发展, 也实现了青少年全面和谐发展的教育理念。

#### 参考文献:

- [1] 华生著. 行为心理学[M]. 北京: 现代出版社, 2018. 2-30, 118-126.
- [2] 马兰著. 心理学全解[M]. 天津: 天津人民出版社, 2017. 152-177.
- [3] 李明德. 试论行为主义与教育心理学化[J]. 教育史研究, 2019(01): 135-148.
- [4] 江月. 观察学习理论在儿童行为习惯培养中的应用[J]. 现代交际, 2020(15): 104-105.

**作者简介:** 刘立言(1998.07-), 女, 内蒙古自治区满洲里市, 汉族, 目前就读于哈尔滨师范大学, 攻读心理健康教育专业硕士。

(上接147页)

在英汉两种文化中, “黑色”颜色词基本相同, 都表示恐怖、悲哀、死亡等含义。

通过以上分析, 再去对比两位译者的译文, 便可知道哪个译文的处理方式更佳。霍克斯翻译的是“concern himself with almanacs”, 这里只注重了词语的表面含义, 未能把引申出来的具有封建迷信意味的含义翻译出来。而杨宪益版的“superstitious about lucky or unlucky days”, 就刚好涵盖了上文提高的所有关键点, 把“迷信”、“吉”和“凶”的感觉都尽可能地展现了出来。对于此处颜色词翻译的处理方面, 杨宪益版的译文更为突出。

例3: 昨怜破袄寒, 今嫌紫蟒长: 乱哄哄你方唱罢我登场, 反认他乡是故乡。(曹雪芹《红楼梦》第一回)

译文A: In ragged coat one shivered yesterday, today a purple robe he frowns upon; All's strife and tumult on the stage, as one man ends his song the next comes on. To take strange parts as home... (杨宪益、戴乃迭译)

译文B: Who shivering once in rags bemoaned his fate, today finds fault with scarlet robes of state. In such commotion does the world's theatre rage: As each one leaves, another takes the stage. (霍克斯译)

划线词所在的这句话其实就是想说昨日可怜得只有破旧的棉袄来抵挡寒冷, 今天就开始嫌弃精致的官服长。我们可以从文字中发现一种自命清高的寡欢, 但我们每个人都生活在这个世界上, 虽然想得开, 但也不得不世俗地在这个世界上生存, 活着本就是一件俗事。在本文中, “紫蟒”一词指的是古代官员的礼服, 蓝与红合成之后, 便形成紫色。紫色有祥瑞之意, 如皇宫被称作“紫禁宫”。由此可见, 紫色在传统文化中有崇高的地位。在西方, 紫色代表着优雅、高贵和权利的象征。也就是说, 紫色不管是在中国还是在西方国家的社会文化涵义都大致

相同。

杨宪益在此处翻译的是“purple robe”其实是很合理的, 这里的紫色就是基本颜色词, 没有任何引申义。但霍克斯却翻译为“scarlet robe”在这里似乎不是很合理, “scarlet”本身的含义是“鲜红色”, 主要原因有两点: 首先, 古代官服本身不是这种颜色。其次, 红色在中文中有喜庆的含义, 但在西方, 红色却有很多贬义。如果西方读者读到这句话的时候, 会产生一种歧义, 导致中国古典文化的文学效果不能尽数体现。

总之, 颜色词虽然在中国文学作品出现的次数不多, 但也是体现中国文化非常重要的一部分, 不同的文化背景会赋予颜色词不同意义。中西方国家在颜色词含义的使用上会有明显的差别, 如果完全按照颜色本身去翻译, 不注重颜色词所包含在内的深层含义, 就不会完全体现出中国古典小说想要传达出的文学效果。因此, 我们还是要分清颜色词在文中所体现的作用、所具有的功能, 这样才会对文中的颜色词有更深层次的理解, 从而产生最合适的译文, 有利于外国读者了解中国文学作品, 展现中国文化典籍的独特魅力。

#### 参考文献:

- [1] 曹雪芹, 高鹗. 红楼梦[M]. 北京: 人民文学出版社, 2000
- [2] 王秦玲, 黄勤. 中国文化英译教程[M]. 北京: 清华大学出版社, 2015: 83

#### 作者简介:

刘萌萌(1995-), 女, 辽宁省沈阳市人, 汉族, 硕士研究生, 沈阳建筑大学, 研究方向: 英语笔译。