

人本主义心理学的教育价值探析

刘凯月

浙江工商大学马克思主义学院, 浙江 杭州

收稿日期: 2023年7月31日; 录用日期: 2023年9月6日; 发布日期: 2023年9月20日

摘要

本文以人本主义心理学的观点为理论依据, 在阐述其形成及其影响的基础上, 通过对其中蕴含的教育理念及方法进行探究, 从坚持以人为本, 实现个体价值; 优化教育环境, 营造和谐氛围; 明确育人目标, 培养高层次需要; 注重情感教育, 提高共情能力出发, 探讨人本主义心理理论的教育价值。

关键词

人本主义, 心理学, 教育

An Analysis on the Educational Value of Humanistic Psychology

Kaiyue Liu

School of Marxism, Zhejiang Gongshang University, Hangzhou Zhejiang

Received: Jul. 31st, 2023; accepted: Sep. 6th, 2023; published: Sep. 20th, 2023

Abstract

Based on the theory of humanistic psychology, on the basis of its formation and influence, by exploring the educational concepts and methods contained in it, to realize the individual value, optimize the education environment, create a harmonious atmosphere, clear the educational goal, cultivate high-level needs, pay attention to emotional education, improve the educational value of humanistic psychological theory.

Keywords

Humanism, Psychology, Education

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

人本主义心理学起源于 20 世纪 50 年代，主张研究对人类进步富有意义的问题，在漫长的发展过程中，其时代价值依旧熠熠生辉。在当时的美国，精神分析学派与行为学派较为盛行，人本主义作为心理学领域的一股新的思潮正是在这样的环境下产生。关注“人”本身的发展，关心人的价值和尊严，通过开发“人”潜能，实现人的价值，促进其找寻自我生存的意义。罗杰斯将人本主义的原理应用于探索教育改革问题，发展了人本主义教育理论，人本主义教育理论是人本主义以人为本、尊重人、发展人的哲学思想在教育领域内的延伸反映。(高利芳等, 2022)马斯洛和罗杰斯作为人本主义心理学的主要代表人物其动机与需求理论体现对教育目标的追求，是对自我实现更完善的体现，高峰体验的基本观点为教育效果的提升提供思想价值，无条件的积极关注有助于营造和谐的教育教学氛围，对我国现代教育的变革与发展具有许多有益的启发。

2. 人本主义理论的形成及其影响

2.1. 在呼唤人性回归中产生

人本主义心理学之所以以此命名，就能够深刻地体现其对“人”的关注，人本主义注重个体的正面价值，认为个体具有巨大的潜能，具有建设性、现实的、可信任的特征，每个人都有无限的潜能为自己争取生存、获得成长，改变自己的命运。同时，人具有追求满足强大的趋势，在一定条件与环境下，只要为其提供合适的氛围，个体就能够不断向积极的方向发展。马斯洛和罗杰斯对于“人的本质”从不同的关注点进行了分析，引起了人们对于个体内在价值的探索。马斯洛认为人的本质依赖于“生物”和文化，如果没有人的身体的物质存在就不可能有人的精神本质的存在。(江光荣, 2003)即人的潜能的发挥有心理和文化两个方面共同作用。人的潜能一方面形成于家庭、环境教育之中，另一方面取决于个体自身，马斯洛认为对于教育来说，其关注点应在于对人的自我实现，人的存在价值以及有关教育的一切目的都应该与人有关。以人本主义心理学为代表的理论体系也是人们对于心灵困惑的解答和反思，人本主义中对温情与尊重及爱护与关心的重视凸显了对人性回归的渴望。

2.2. 在批判与扬弃中发展

人本主义并不是凭空产生，也不是对于以往心理学理论的完全否定，而是在批判中继承，在扬弃中发展。行为主义与精神分析理论在人本主义的产生、丰富与发展中具有举足轻重的作用。行为主义心理学最初是由华生创立，他的行为主义又被称作“S-R 心理学”，即刺激-反应心理学，即认为人的行为是一种受到刺激而产生反应的结果。根据行为主义理论，认为教师可以对学生个体的行为予以规范，引导和促进学生解决自身存在的心理健康问题，进而产生新的适应行为。斯金纳在华生的基础上进行了修正与补充形成了新行为主义。班杜拉在行为主义学派的基础上提出了社会学习理论，并认为个体行为的产生无须亲身体验，可以在观察中学习在模仿中习得，又称观察学习，也称为替代性学习。人本主义心理学家认为每个人都是独特的个体，有着独特的个人世界，而行为主义心理学家用“刺激-反应”的预测和控制来取代人类丰富的心理活动是不全面的。除行为主义外，作为当时西方盛行的另外一方势力，精神分析学派对于人本主义心理学的发展提供了很多借鉴，以弗洛伊德为代表的精神分析学派的相关理

论中体现了人有语言会思维，能自觉区别于动物。精神分析学派中自由联想、潜意识、移情等理论给予人本主义理论很大启发。人本主义是在批判与吸收中获得发展，它并没有完全否定当时美国盛行的两大势力心理学，而是吸收扬弃了他们很多有价值的观点后，逐渐发展成为“第三势力，”这也体现了人本主义心理学极大的包容性。

3. 人本主义心理学的教育思想

3.1. 教育目标：激发需求动机促进自我实现

动机是使得个体从事各种活动的内部原因，有内部与外部之分，外部动机指的是由于外界压力所产的从事某种活动的动机，而内部动机是由个体需求而引起的。马斯洛根据从低到高的层次依次将人的需求划分为五个层次，生理需求是人最基本、最原始的需求，是初级阶段的需求，自我实现按是指个体的潜在在一定的社会环境得到充分的发挥，通过做一些有价值有意义的事情实现自己的理想抱负，成为理想中的自己，是高层次的需求。自我实现的动机是成长性促动，而不是匮乏性促动，这是第二次天真、聪明的单纯，是适意的状态。(彭运石，2003)自我发展是在成长性动机的基础上而形成的，人的需要是从低层次向高层次不断提升的，当低层次的需求获得不断满足后，会向高层次需求层层递进。人们对于高层次需求的动机的产生与发展也在不断追求自身状况更好、更完善的发展。在教育活动中，仅仅满足学生的基本需求，在住宿条件与日常生活等方面进行关怀或者在学校安全设施上给予学生一定的安全感显然是不完善的，为推动学生个体的自我实现，在教育活动中要充分激发学生对于高级需求的动机。

3.2. 教育过程：注重高峰体验调动主体积极性

“高峰体验”是人的需求在不断满足的过程中而获得，在需求不断满足后人的本能会驱使个体不断追求自我完善，对于促进自我实现具有重要的价值。在高峰体验中人的内心经历前所未有的平静与幸福，感到心灵的升华。“这种体验可能是瞬时产生的、压倒一世的敬畏情绪，也可能是转瞬即逝的极度强烈的幸福感，或甚至是欣喜若狂、如痴如醉、欢乐至极的感觉”。(彭运石，2003)一旦得到“高峰体验”，会激发其向更高层次的追求迈进，促进个体产生强烈的内部动机，满怀信心向更大的困难发起挑战，在“高峰体验”状态下，主体往往会取得最佳学习效果。高峰体验会给自我实现者带来极大的价值，在情绪情感上会获得从未拥有过的愉悦感，推动个体更为积极主动地迎接挑战大胆探索；在自我发展层面，在经历高峰体验之后他们会不断进行自我完善，不断改变自我，去追求高层次的内心体验，挖掘自我的内在价值。经历过高峰体验的学生更容易从固有的模式中解脱更好的认识自我、完善自我、发展自我。所以在教育过程中，通过创设有利的教育情景激发学生的高峰体验，使得教育主体更为积极主动地参与其中，由此才能提升教育效果，同时应推崇隐性原则，避免哗众取宠，追求“如春在花，如盐在水，耳濡目染，润物无声”的效果。(梅赐琪，2021)

3.3. 教学方法：强调无条件积极关注增加情感输出

罗杰斯认为传统的教育重视知识的灌输学习，倾向于强调认知技巧，对于一些发展性技巧仍旧关注不足。从而强调了积极关注在教育活动中的重要性。“积极关注”是以积极的态度对他人表现出真诚的尊重和关心，有条件的积极关注是指积极关注的给予者会为评判对象设立一定的标准，只有达到了标准才会给予对方一定的关注，无条件的积极关注理论指的是在没有附加任何条件与标准的情况下给予对象关照、爱与呵护。人都有积极关注的需要，积极关注的需要是指在生活中得到周围人的关心、同情、尊敬、认可、温暖等情感的需求。(许燕，2009)无条件积极关注在教育活动中体现在教师对待学生的态度之

中,将每一个学生都看到做是一个具有无限发展潜能的个体,不能用单一的标准对学生贴标签、下定论。即使学生考试成绩比较差,教师也不应直接进行惩罚,应加以正确引导,让学生认识到即使这次考试没考好,但只要好好努力认真听讲,依然有很大进步空间,给予学生心理上的支持与鼓励。这种关注是一种真诚的关心,不带有任何功利性目的,不管存在什么样的问题,都不要轻易的否定,表现出排斥的态度。无条件积极关注的思想有助于教育者在教育过程中关注“爱”的教育,注重师生和谐关系的建立,师生关系是学校教育的基本关系,平等、民主的师生关系对学校教育质量提升、学生成长成才具有重要作用。(黄步军, 汤涛, 2021)

4. 人本主义心理学的现代教育价值

4.1. 明确育人目标, 培养高层次需要

马斯洛提出教育的最高目标就是达到人的自我实现,教育的目的不是灌输给学生即时的知识,而是要培育“完整的人”,关注对教育主体的人格发展。人格教育是教育的内核。(张勤, 朱燕婷, 2021)教师要引导学生树立人生观价值观信念,培养学生对于高层次需求的追求,引导学生对“生存”和“有意义的生活”要有合理的认知,明确个体处在社会环境之中,不仅仅只是为了维持生存,在满足基本需求后,更要不断追求有意义的生活,追求高层次需求。当今社会很多青年出现“空心病”现象,面对生活“情绪低落”,面对学习或者工作抱有“躺平”幻想,缺乏兴趣或悲观绝望,这些都是因为缺少对高层次需求的感知,缺乏对“有意义生活”的思考。找寻“有意义的生活”方式有很多,无论是在“平凡的日子”里,或是在“逆境中”亦或是“大我”之中,都能感受生活的意义所在。要有一颗发现美的眼睛,以乐观积极的心态面对生活。学会在逆境中发现“生活的意义”,战胜挫折的过程也是感受生活意义的过程。在“大我”中诠释生活的意义。引导学生将“小我”融入“大我”之中,在对社会对国家作出奉献的过程中依旧能够感受“有意义的生活”,以一颗善良的心对他人温柔以待,助人即是自助,在追寻有意义的生活中获得“自我实现。”如对学生进行爱国主义主题教育时,首先要明确教育的目标是通过激发学生爱国热情践行爱国行为,目标明确后就要唤醒学生的高层次需求意识,通过真实案例分析使学生对爱国先驱的崇高行为产生仰慕之情,激发内心的需求,从而才能更加坚定立报国之志、学报国之识。所以在教育活动中要注重培养学生的高层次需求,引导学生更好地诠释生命的价值。

4.2. 营造良好氛围, 优化教育环境

学习不仅是接受性活动,更是创造性活动,为使学校达到最佳效果,需要教育者为其创造一定的教育环境。教育环境有物理环境与心理环境之分,物理环境是人能够感知到的显性环境熏陶,包括教室、教学设备、学习资料等。心理环境是校园文化环境以及教师和学生的人际交往环境。一个人只有在心理上自由时,潜能才能够被激发,其心理活动处于开放状态,这意味着教育者要为学生提供宽松、和谐的心理教学环境。(姚奇杰, 唐焕芳, 2002)教育更广泛的发挥作用不仅只专注于其课程本身建设,也离不开其他育人体系润物细无声的配合,教育处在社会大环境之中,不仅以其独特的魅力影响着其他活动,也深受其他因素的影响,所以要注重校园文化、实践活动、组织活动、网络文化的教育影响,温馨舒适的校园环境给人以心旷神怡之感,让人倍感愉悦,以积极向上为主题的实践活动能够让受教育者在活动中提高人际交往能力、抗压能力,更勇敢的面临生活中的挫折,积极健康向上向善的网络文化空间能够为受教育者提供更好地信息接收平台,潜移默化地接受心灵的洗涤,从而塑造良好的心理品质。如在进行爱国主义教育时,要充分利用教学设备,根据学生的主体需求准备学生感兴趣的教学案例素材,以视频播放、PPT 展示的形式丰富课堂体验。学校要积极配合,在校园环境的布置上精心策划,利用广播、黑板报、宣传橱窗介绍祖国的光辉历史为学生营造良好的教育氛围,通过举办舞台剧的形式提高学生参与

感, 激发学生对爱国情感的高峰体验。良好教育环境为教育主体的积极参与提供了强有力的支撑载体, 有助于提高教育主体的积极性, 提升教育效果。

4.3. 注重情感教育, 提高共情能力

人本主义心理学家认为在学习中最重要的是感情的作用和表达与接受感情的自由, 作为一名教育工作者, 应该具有丰富的感情, 并将这种情感的感召力应用到教育活动中, 教育者个人不仅要用爱感化学生, 以真诚促了解、促教学。在授课前对授课内容深入理解, 自身要对教育内容具有认同感, 在此基础上才能够声情并茂, 形成个体独特的情绪情感体验, 学生也会更容易接受。除此之外作为教育者要想学生所想, 乐学生所乐, 真正的融入到学生之中, 设身处地的体验学生的处境, 感受和理解学生的心情, 提高课堂内容共情能力。课堂要实现生动与有温度需要教育者在教学过程中贯彻无条件积极关注理念, 教师要提高个体心理品质, 只有自身具备良好的心理素质, 才能向学生传播更多正能量。所谓无条件的接纳就是要求教师学生要以有教无类的态度对待学生, 以全面发展的眼光以及宽容的态度对待每一位学生。要走进学生的内心, 教师就要学会去标签化。(王慧然, 王晓磊, 2023)不能因一次错误或某一点不足而给予学生全盘否定, 只有无条件接纳的人文关怀才能唤醒他们把握自己的本质力量, 发挥主体意识, 看到自己优秀的一面, 增强自信心, 以充分的自我效能感面对生活中的困难与挫折。同时, 人文关怀是衡量一个社会进步的指标, 在教育上, 对学生主体的关怀也体现了教育的进步。(郭勇, 姬莹晓, 2022)如在进行爱国主义教育时教师要对教育主题有深刻的认知, 具有强烈的认同感, 同时关注学生的需求, 选择学生容易接受的方式与内容, 通过让学生自述身边爱国人士的英勇事迹或播放中国反日浪潮的视频引起情感共鸣。在生活中也要多与学生沟通交流, 增进师生之情, 促使学生积极主动表达思想动态。在教育过程中给予学生鼓励与肯定, 耐心地疏导解答学生的问题。教师对学生的爱与关心是为他们的成长保驾护航最好的防护具, 亲其师而信其道, 亲其生而乐其道, 真诚、真情、爱与关心, 不仅促进学生对于知识的接受, 对于教师教育活动的开展也会产生积极的作用, 师生之间建立信任和理解, 形成民主、平等、和谐的师生关系是促进学生积极学习与生活, 实现自我发展的动力。

5. 总结

人本主义心理学注重“人”的发展与自我实现, 而教育的本质就是培养人, 其主体在于人。如今的教育中仍旧存在着偏离学生、偏离人本导向的现象, 重视人本主义的规范对教育发展来说至关重要。教育不应该成为牟利的工具, 不应仅仅成为宣扬理论的战场, 教育工作不仅重在教书更在于育心, 在开展教育工作时要从学生的实际需求出发, 要使教育工作真正发挥积极作用, 教育工作者要善于运用心理学的相关理论与方法, 坚持以学生为本, 从学生的真实需求出发开展工作。人本主义心理学理论内涵丰富, 在不同的角度与情境下, 不同的人会对人本主义有着不同的理解, 但它在教育中的价值是不容置疑的, 合理地运用人本主义心理学的相关理论, 将其运用到教育实践活动中既是学生接受心理形成的需要, 也是当代教育手段变革的需求。

参考文献

- 高利芳, 张丽英, 李艺玮(2022). 人本主义与建构主义融合的大学生人格教育策略探讨. *安徽理工大学学报(社会科学版)*, 24(6), 99-103.
- 郭勇, 姬莹晓(2022). 人本主义视域下外国教育惩罚思想发展的历史及启示. *教育理论与实践*, 42(31), 22-26.
- 黄步军, 汤涛(2021). 师生共同体: 良好师生关系新模式. *教育理论与实践*, 41(17), 49-51.
- 江光荣(2003). *人性的迷失与复归——罗杰斯的人本心理*. 湖北教育出版社.
- 梅赐琪(2021). 遵循三大规律的通识教育课程思政模式创新——以清华大学“写作与沟通”课为例. *思想理论教育导刊*.

(3), 99-104.

彭运石(2003). *走向生命的巅峰——马斯洛的人本心理学*. 湖北教育出版社.

王慧然, 王晓磊(2023). 人本主义教学理论视角下教师角色的转变研究. *中国多媒体与网络教学学报(中旬刊)*, (2), 116-119.

许燕(2009). *人格心理学*. 北京师范大学出版社.

姚奇杰, 唐焕芳(2002). 人本主义教育思想对创造性教育的启示. *教育探索*, (9), 48-50.

张勤, 朱燕婷(2021). 大学生人格教育转型的历史观照——从谢扶雅的人格教育说起. *江苏高教*, (7), 89-92.