

# 心理学

## 与教师



成云·著

唐朝韩愈在  
也”。『传  
教育心理学  
性露出端倪

中提出『师者，所以传道、授业、解惑』9个字，明确了教师的三项任务，使理品质和教师应掌握的心理科学的重要必须掌握心理学知识……



西南交通大学出版社  
[Http://press.swjtu.edu.cn](http://press.swjtu.edu.cn)

# 心理学与教师

成 云 著

西南交通大学出版社

· 成 都 ·

-----  
**图书在版编目 ( C I P ) 数据**

心理学与教师 / 成云著. — 成都: 西南交通大学出版社, 2010.6

ISBN 978-7-5643-0723-3

I. ①心… II. ①成… III. ①教育心理学 IV.  
①G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 121423 号  
-----

**心理学与教师**

成云 著

\*

责任编辑 郭发仔

特邀编辑 韩琴英

封面设计: 本榕设计

西南交通大学出版社出版发行

成都二环路北一段 111 号 邮政编码: 610031

发行部电话: 028-87600564

<http://press.swjtu.edu.cn>

成都蜀通印务有限责任公司印刷

\*

成品尺寸: 146 mm × 208 mm 印张: 9.1875

字数: 247 千字

2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

**ISBN 978-7-5643-0723-3**

定价: 28.00 元

图书如有印装质量问题 本社负责退换  
版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

# 前 言

教师，我国古代称“师”，秦朝以吏为师，汉代以后多以儒为师。教师的地位和作用，也因时代和统治阶级的不同需要而有所变化，但都没有给“师”下明确的定义。到了唐朝，韩愈在《师说》一文中才提出“师者，所以传道、授业、解惑也”。至于传什么道、授什么业、解什么惑，那又因历史的发展而有所不同。但是“传道、授业、解惑”6个字，明确了教师的三项任务，使教育心理学研究教师的心理品质和教师应掌握的心理科学的重要性露出端倪，那就是教师必须掌握心理学知识。

“教师”一词是清代末年兴办学堂以来所固定下来的，也曾一度称“教习”。《心理学大辞典》“教师”词目的解释是：“教育系统中知识经验的所有者和传授者。其职能在于把人类社会积累的经验知识传授给教育系统的接受者——学生，从而使他们获得一定的知识、技能和行为规范，形成一定的心理结构。”所以，教育家和心理学家都承认，在学校教育过程中，学生受到的影响是多方面的，最重要的影响来自教师，这使得国家、社会既号召尊师，也对教师的业务素质 and 道德规范提出了严格的要求。教师本人也应该认识到教师承担了既光荣又艰巨的任务，必须严格要求自己，各方面都应对学生起榜样作用。

教师既然负有把人类社会积累的知识传授给学生的任务，就不能不研究教师怎样教、学生怎样学的问题，这也正是教与学的心理学问题；教师如何通过传授知识技能和行为规范，形成学生的心理品质，也是教育心理学研究的重要问题。因此，一位称职的教师，必须掌握指导他们自身教育实践的理论。

目前，我国正在进行教育教学改革，改革的成功与否，关键在

教师。教师必须研究学生心理，研究并掌握教与学的规律，才能更好地指导学生。而我国的教师，特别是基础教育战线的教师，教育心理学素养普遍不高，表现为难以正确地分析教学过程中存在的教与学问题，在解决学生存在的心理问题、品德和行为问题上力不从心。特别是教育研究水平不高，使得他们难以对教育教学经验进行高度概括和总结，这直接影响到教师的教学观、人才观的形成，影响到人才质量的提高。作者正是基于这样的考虑，编著了这本《心理学与教师》。本书着眼于心理学与教育学的结合，理论联系实际，既对教育教学所涉及的心理学原理给予详尽的阐释，又从现代心理学与现代教育的发展方面提出了许多新的观念和见解，既有助于培养合格的人民教师，也有助于教师教好学生。本书既包含普通心理学的基础理论，也具有教育心理学和教育行政管理心理学的实践性特点，可以作为广大教师、教育行政人员和师范生参考和学习的文献。

从内容来看，本书具有理论新颖、实践性和可读性强等特点，适用于大、中、小学教师和教育行政人员学习和参考，也可作师范院校教育课程的辅助读物。

由于时间仓促，水平有限，本书在编写过程中难免有不妥之处，希望专家学者和广大读者提出宝贵意见。

成 云

2010年4月于西华师范大学

# 目 录

<b>第一章 心理学与教育</b> .....	1
第一节 心理学的发展简况与学科性质 .....	1
第二节 人的心理 .....	2
第三节 心理学在教育领域的应用 .....	23
<b>第二章 感知觉与注意</b> .....	26
第一节 感知觉与注意的性质 .....	26
第二节 根据感知觉规律有效组织教学 .....	34
第三节 根据注意规律有效组织教学 .....	44
<b>第三章 人的动机</b> .....	50
第一节 动机与学习动机 .....	50
第二节 动机理论与学习动机理论 .....	53
第三节 激发学习动机的常用方法 .....	65
<b>第四章 学习理论与应用</b> .....	71
第一节 学习的一般概述 .....	71
第二节 联结主义学习理论 .....	80
第三节 认知学派学习理论 .....	84
第四节 学习的联结—认知理论 .....	88
第五节 人本主义学习理论 .....	91
<b>第五章 记忆与学习</b> .....	93
第一节 记忆概述 .....	93
第二节 记忆的信息加工模型 .....	94
第三节 遗忘 .....	98

第四节	影响记忆效果的因素	102
<b>第六章</b>	<b>认知发展</b>	<b>105</b>
第一节	认知及认知发展	105
第二节	认知发展理论	106
第三节	皮亚杰的认知发展阶段理论对教学的意义	115
第四节	概念的获得	118
第五节	命题的掌握	122
<b>第七章</b>	<b>品德培育与纪律管理</b>	<b>126</b>
第一节	品德心理概述	126
第二节	品德形成和发展的基本理论	134
第三节	品德的培养	144
第四节	纪律管理	157
<b>第八章</b>	<b>技能学习与教学指导</b>	<b>162</b>
第一节	技能的性质	162
第二节	动作技能学习与教学指导	166
第三节	认知技能的学习与教学指导	176
<b>第九章</b>	<b>创造性</b>	<b>186</b>
第一节	创造性与创造	186
第二节	创造性的鉴别	189
第三节	影响创造性的因素	192
第四节	创造性的培养	195
<b>第十章</b>	<b>人格及塑造</b>	<b>201</b>
第一节	人格理论	201
第二节	人格与学校成就	209
第三节	人格测量	212
第四节	健康人格的培养	218

<b>第十一章</b>	<b>人的智力</b> .....	230
第一节	智力行为的性质 .....	230
第二节	智力测验 .....	240
第三节	智力开发的策略 .....	248
<b>第十二章</b>	<b>学生的心理及行为问题与矫正</b> .....	254
第一节	心理异常的判断 .....	254
第二节	小学生常见的心理问题及对策 .....	255
第三节	中学生常见的心理问题及对策 .....	264
第四节	大学生常见的心理问题及干预策略 .....	269
第五节	学生典型心理障碍及其克服 .....	274
<b>参考文献</b>	.....	283



## 第一章 心理学与教育

早在 17 世纪以前，中外许多著名思想家，教育家就认识到心理活动在教和学中的重要意义。但那时，学校教育就整体而言，并没有系统地把心理学知识应用于教学工作之中。直到 17 世纪，随着社会的发展，新兴资产阶级从经济、政治以至意识形态上进行了反封建的斗争，提出了尊重和发展个性的口号；随着近代自然科学三大发现的出现，细胞学说、能量转化定律、进化论等发展变化的思想，推翻了形而上学的科学观，产生了辩证发展的自然观、社会观和教育观。所有这些，推动了近代教育的革新。近代教育的重要标志是了解儿童、尊重儿童，主张教育工作应以受教育者的心理规律作为依据。近代教育革新的心理学思想，又推动了心理知识与学校教育工作的结合。但是，直到今天，这种结合并不理想，把科学的学校教育教育工作建立在心理学原理的基础之上，仍是我们面临的艰巨任务。

### 第一节 心理学的发展简况与学科性质

心理学是研究人的心理和行为及其规律的科学。心理学的思想和知识是与人类文化历史同步发展的。无论是在世界的东方还是西方，心理学思想和知识均散见于哲学与医学，以及教育著作中，对这些科学的发展作出了卓越的贡献，并且也随着这些科学的发展而逐步丰富起来。心理学从哲学中独立出来成为一门科学，那是 19 世纪的事。1879 年，德国心理学家冯特在莱比锡大学创立第一个心理实验室，并用心理物理法研究心理现象，标志着心理科学的独立。正如艾宾浩斯（H.Ebbinghaus，1879）在他的《心理学概论》中所说，心理学有一个“悠久的过去，短暂的历史”。心理学独立的历史

虽然短暂，但源远流长，内容相当丰富。

19世纪中叶以后，在社会实践的推动下，心理学在为教育、为劳动、为医学以及为其他实践领域服务的过程中，得到了蓬勃的发展，从普通心理学这一主干上衍生出许多分支。比如，研究学生学习过程，掌握知识技能，形成道德品质的心理规律的教育心理学；研究个体心理发展规律的儿童发展心理学；研究心理因素在疾病发生发展和诊断、治疗以及预防中的作用的医学心理学；研究生产者如何掌握劳动工具、形成劳动技能，以提高劳动生产率的劳动心理学；研究体育运动、训练竞赛过程中的心理活动特点，以提高体育教学和训练效果的体育运动心理学；研究艺术创作和欣赏过程中心理活动规律的艺术心理学；研究人在军事活动中心理规律的军事心理学，以及研究人在其他实践部门中心理活动规律的心理学等。随着人类实践领域的不断扩大，还将有更多新兴的心理学分支涌现，心理学的发展将有更新的、光辉的远景。

心理学这门学科的性质，属于兼有自然科学与社会科学性质的交叉科学。这是因为人是自然实体与社会实体的高度统一。人的心理的发生发展、变化既受大脑生理活动规律的支配，又受社会历史条件的制约。研究心理现象的方法既要采用自然科学技术的方法，又要采用社会科学的方法。因此，心理学兼具自然科学和社会科学两种属性。但心理学分支科学有的偏重自然科学属性，有的偏重社会科学属性。前者如生理心理学，后者如司法心理学、社会心理学。另外，心理学既是一门理论科学，也是一门应用科学。

## 第二节 人的心理

### 一、人的心理的构成

心理现象是人们最熟悉、最感到亲切的现象。它无数次地发生在头脑中，并支配着行为，影响着活动的成效。人的心理是由心理

过程、个性心理和心理状态三方面构成的。

### (一) 心理过程

心理过程是构成人的心理现象最基本的方面。它由认知、情感、意志（简称知、情、意）三种过程构成。

#### 1. 认知过程

认知过程是心理过程的基础，也是整个心理现象的基础。比如，人在清醒状态下总会看见光亮、颜色，听见各种乐音和噪音，品尝和闻到某些味道和气味，感触到温、冷、触、痛。以上的视觉、听觉、味觉、嗅觉、触觉等就是一种最简单的心理现象，这种关于脑对事物个别属性的反映，统称感觉。当人们产生感觉的同时，往往会辨认出是什么事物在引起我们的感觉。例如，发出香味的是玫瑰花，迎风飘扬的是国旗，悠扬悦耳的是某支著名的乐曲。这种对事物的辨认叫知觉，它是对直接作用于感官的事物的整体反映。在离开了事物的直接作用以后，原来看过的图形，听过的话语，仍然可以在大脑“荧屏”上恢复，如“历历在目”“言犹在耳”，这就是记忆的现象。人们不仅能回忆起自己经历过的事物场景、形象，而且通过记忆原材料，可以设想出自己从未经验过的事物的场面和形象。如施工员可以根据图纸，初步设想竣工以后的楼房形象；作家和导演依据所搜集的素材，在自己的头脑中活跃着自己作品里的、舞台上的人物形象与宏伟场景，这就是想象。人们还能对那些没有或不可能直接作用于感官的事物的本质属性、内在联系、发展变化规律进行推算和预测。如根据出土文物推断过去的历史；根据现有的综合国力，预测国家未来的发展进程和速度；人的感官不能直接把握光的速度，却能推算出光每秒运行 30 万公里。这里的推算、预测，就是思维活动。

通过以上的心理活动，人们就能对事物过去、现在和将来，外部和本质进行全面而系统的认识，所以把它们统称为认知过程。

## 2. 情感过程

人们在认识客观事物时，会根据自身需要，产生种种态度体验，如有时赞成有时反对，有时热情有时冷淡或平静，有时快乐有时忧虑，这就是情绪和情感。人和类人猿所共有的喜、怒、哀、惧称为情绪。人所特有的高级情感如道德感、美感、理智感一般称为社会性情感。

情绪或情感产生时，总是伴随内脏生理活动的激活与肌肉组织的改变。如愤怒时呼吸急促、血液循环加快、拍桌击掌，恐惧时血液循环减慢、四肢瑟瑟发抖，应激时血糖升高、肌体力量骤增等。内脏和肌体活动的变化不仅反馈给大脑，同认知结合起来，产生各种情绪体验，如激动、沮丧、悔恨，而且对外部行为活动起组织或瓦解作用。所以现代情绪心理学认为，情绪和情感是认知、体验、生理激活与行为共同结合起来的复合体，对人的一切活动起动机作用。最近几年，心理学界提出了一个相对于智商的新概念——情商（情绪商数），它概括了智力以外的、以情绪为核心的大部分心理素质。情商影响着人的生活的各个方面，如学习、工作、事业、人际关系、爱情和婚姻等。

## 3. 意志过程

以认识为基础、情感作动力，可以激发人的意志行动。比如正确而深刻的认识，乐观的心情或受挫折的失望情绪，均可激动人的斗志，使人产生改变现状的动机和愿望，从而确立行动的目标、制订计划，并克服困难去付诸实行。这种自觉地确定目的，并根据目的来支配、调节自己的行动，克服各种困难，从而实现目的的心理活动过程就是意志过程。

知、情、意三种心理过程在头脑中的产生不是一蹴而就、立即实现的，而是依据知识经验，对信息进行加工处理的复杂流程。

心理过程也可以一分为二，即把认识过程叫意识，把情感和意志过程合并为意向。意识表示人在清醒状态下对客观外界的认识，

是客观现象转化为主观知识、经验的活动。意向表示人如何对待客观现实的态度，是主观见之于客观的活动。

心理过程是人的心理现象最基本的方面，为全人类所共有。此外，人的心理现象还有各人不同的、差异的方面，即个性心理。

## （二）个性心理

俗话说，人心不同，各如其面。由于每个人的先天素质不同，后天生活条件和所受的教育影响不同，因此各人的心理和行为总带有个人的特点，即个性心理特征和个性倾向性。

### 1. 个性心理特征

人人都有认识过程，但有的人反应快，思维灵活，记忆敏捷；有的人反应慢，思维灵活性不够，记忆力较差，这是人的基本能力的差异。

人人都有知、情、意三种心理过程，但是在产生的速度、强度和稳定性上，却很不相同，特别是在情感的产生与表现上，有的人来得快，强度大，气势凶猛，但不稳定，一会儿就过去了；有的人不易动情，但一经产生，便较深刻稳定，这就是人的气质差异。

人们在对人、对己、对事的态度与相应的行为方式上，也会有所差异。对别人是诚恳的、坦率的，或是虚伪、狡猾的。对自己是自恃清高的，或是谦虚的；是自信的，或是自卑的。对事、对劳动是认真的、勤勉的、细微的，或是马虎的、懒惰的、粗枝大叶的。这就是人的性格特征。性格在现实生活中是复杂而辩证的多面体，像三棱镜一样，内容复杂丰富，不像文字描述的二分法，非此即彼。性格也是个人很稳定的个性特征，不轻易改变。因此，了解一个人的性格特征，可以预测一个人在某种场合下将会做什么、怎样做。

### 2. 个性倾向性

个性倾向性是人的心理现象的最高层次。它指导、调节和推动人的整个心理和行为活动。其中，需要是人和环境保持动态平衡的

一种心理状态，它在个人感到欠缺或过剩时而产生，以追求一定对象为满足。因此需要是人的积极性的源泉，是人产生这样或那样行为的根本原因。如果需要常新常青、健康合理，一个人的活力便永不枯竭，而且和环境保持最佳平衡。如需要或欲求变态，人就会产生问题行为或反社会行为。正当合理的需要，不仅是个体积极性产生的源泉，也是心理健康和道德健康的源泉。动机是需要达到一定强度，满足需要的条件，时机成熟时直接推动行为的动力。动机可以说是需要的转化形式。兴趣、理想、信念、世界观都可以说是需要的表现形式，并起动机的作用，而且决定心理和行为的方向与选择。

人的整个个性结构亦可划分为三个子结构，即动力结构（需要、动机、兴趣、理想、信念、价值观）、特征结构（能力、性格、气质）和调节结构（自我意识）。

### （三）心理状态

心理状态是指个人在一段时间内心理活动所出现的相对稳定状态、如思维过程中出现的灵感状态、迟疑状态与刻板状态，或聚精会神的状态、注意涣散状态；情绪过程中的心境状态和激情状态；意志过程中的信心状态或犹豫状态。“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”就是“人逢喜事精神爽”时的一种良好的心境状态。

心理状态不是独立的心理现象，而是知、情、意心理过程的相对稳定状态。它既不像心理过程那样容易流动变化，也不像个性特征那样稳定持久。心理状态制约着心理过程的效果，也在一定过程上影响个性特征的形式。如“漫不经心”这种心理状态下，不仅影响学习（认识）成绩，而且经常反复出现，有可能成为很稳定的个性特征。

人的心理现象的几个构成部分——心理过程、个性心理、心理状态不是机械堆砌和杂乱无章的，而是有机地组合，按一定规律活动着、发展变化着，构成一个人整个的精神面貌。

## 二、人的心理的实质

人的心理现象是如何产生和发展的？心理现象的共同本质属性是什么？对这些问题的正确回答，一方面涉及心理观的树立、正确理解心理现象等问题；另一方面还涉及心理的定义，即“心理”是什么的问题。

早在远古时代，由于条件的限制，受天灾人祸威胁的人们，认为万事万物都受灵魂的支配，人的感知、思索、做梦也不例外。唯心主义的心理观认为灵魂是一种不依赖于物体，从来都存在于宇宙中的永恒的理念。早期唯物主义者认为，心理活动是身体的一种机能，依赖于身体。

辩证唯物主义总结了人类的科学成果，阐明了客观现实、脑、意识三者之间的唯物辩证关系。现代心理学家遵照辩证唯物主义原理，以科学为依据，概括出一切心理现象共同的本质属性是脑的机能，是客观现实的反映，是行为的调控系统。

### （一）心理是脑的机能

就心理的物质本体而言，它是脑的机能。

#### 1. 脑是心理的物质载体

（1）神经系统是心理现象产生的物质前提。动物心理发展的历史表明，心理不是从来就有的永恒存在，而是物质发展到一定阶段所出现的物质属性。无机物、植物、单细胞动物都没有心理现象；多细胞动物具有散漫分布的网状神经组织，但还没有相对集中的神经索、神经中枢，它们只能产生类似心理萌芽的感应性。最简单的心理现象——感觉，产生于有索状神经中枢的环节动物，如蚯蚓身上。实验证明，蚯蚓已经能建立最简单的条件反射，将蚯蚓放入阴暗潮湿的“T”字形通道内，训练蚯蚓从纵道而入，往右拐的地方没有电击装置，稍前一点放有粗糙的砂纸。通过上千次的训练，蚯

蚓可以在身体接触砂纸时，立即掉转方向爬行。表明蚯蚓已经能建立起信号性的条件反射，粗糙的感觉是疼痛感觉的信号。以后，随着动物的进化，神经系统和生活条件的复杂化，到了灵长类的人猿科动物，它们的神经系统的头端——脑，无论在重量上、外形上、还是在内部构造上，都接近人脑，心理水平也进入具体思维阶段，能通过“顿悟”和“尝试错误”，解决很简单的问题。可见，心理现象随神经系统的产生而产生，随神经系统的发展，特别是随脑的发展而发展。

(2) 大脑是心理的最重要的器官。神经系统分中枢神经系统和外周神经系统。中枢神经系统是人体的“司令部”，由脑髓和脑（大脑和脑干）组成；外周神经是传递信息的“通讯网络”，由传入神经纤维和传出神经纤维组成。大脑是中枢神经系统的最高级部位。它由 140 亿个神经细胞折叠成不规则的六层，分左右两半球，由连合纤维（胼胝体）相连。由于折叠的原因，大脑两半球有许多凸起的回和凹下去的沟。其中最主要的沟和回是中央沟、顶枕裂（凹下去较浅较小的部位）、大脑外侧裂、中央前回和后回。这些主要的沟、裂、回，把大脑分割成几个主要区域：枕叶、颞叶、顶叶、额叶，这些区域是产生心理活动的主要部位。

(3) 脑的三个主要机能系统。心理是脑的机能，每种心理现象在大脑半球皮层上都有相应的代表中枢，了解脑的三个主要机能系统就是分析心理现象的动力定位问题。

① 感觉机能系统，包括外周感觉器官、传入神经、大脑皮层后半部（以中央沟为界）的顶叶、颞叶、枕叶为代表区。体表感觉如温、冷、触、痛的代表区在顶叶的中央后回处；本体感觉如肌肉、关节的运动和位置的感觉代表区在额叶后部的中央前回处，听觉代表区在颞叶的颞横回处；视觉的代表区在枕叶的鲍状裂两侧；嗅觉和味觉的代表区尚未取得一致意见。一般认为，嗅觉冲动主要投射于大脑半球边沿部分（与脑干邻近）的海马回一带，味觉冲动投射于中央后回的中下侧，内脏感觉的代表区在大脑半球的边缘、环绕



胼胝体周围部分。总的来说，整个大脑半球后半部是各种感觉信息的加工整合系统。

② 运动机能系统，包括大脑皮层中央前回、传出神经、动作效应器。负责执行中枢神经系统的指令，将运动冲动发到肌肉、关节和腺体中，使躯体行动起来。传出神经纤维除主要来自中前回而外，还来自被称为感觉区的中央后回，以及前额叶等广泛区域。因此，大脑皮层对有意识、有目的、有计划的行为的调节，不限于中央前回的狭小区域，特别是前额叶的参与控制是必不可少的。

③ 联络机能系统。在大脑半球上，除了感觉投射区和运动区而外，还有更广大的联络区。联络区分散存在于上述区域的附近和额叶的最前端。感觉联络区指各种感觉投射区邻近的大量的短轴联络神经元，其功能是组织进入感觉区的神经冲动，以便获得更精确的感觉信息。例如，红色灯光刺激传到枕叶视觉区，只能单纯地揭示红色的物理特性。至于红光表示的意义（“停止”或“危险”），必须依靠附近的视觉联络神经元来揭示。听觉亦如此，如果听觉投射区附近的听觉联络神经元受到损伤，在接受外部声音刺激时，只能有声音的感觉，却不能理解和判断是一种什么样的声音，即听而不闻。

运动联络区在运动区的附近，其功能是对运动方式和运动程序加以组织。以写字为例，如运动联络区受损伤，病人仍能握笔作书写状的动作，但却不能书写出他以前所熟悉的文字。

前联络区存在于大脑半球额叶的最前端的广大区域，在鲁利亚的“神经心理学”研究中，指出该区域在人形成意向、运筹规划和调节监督自己的活动中，起决定性的作用。实验证明，前联络区损坏的狗，无法产生和服从目的的行为，不能集中精力去获取一个目标物，它对任何无关刺激都起反应，例如去追逐偶尔被风刮起的一片落叶。前额叶被损坏的猴子，不能凭记忆去选择放有食物的杯子，正常猴子却能够在数分钟内，解决类似问题。人的情况显然不能和动物等同，但病例中发现，前额叶受伤害的人仍有简单的智能活动，却不能从事综合性与推理性的思维活动。因此，前额叶联络