



中学心理学

★ 陈安福 主编



高等教育出版社

中学心理学

主编 陈安福 副主编 张洪泰
编者 陈安福 张洪泰 魏龙渝 高俊芬
施铁如 洪波 严先元 孙俊山
童长江 陈国英

高等教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

中学心理学/陈安福主编. -北京:高等教育出版社,
1993.10 (2002 重印)
ISBN 7-04-004406-4

I. 中… II. 陈… III. 中学-教育心理学-教材 IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 19765 号

中学心理学
陈安福 主编

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-64054588
社 址	北京市东城区沙滩后街 55 号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100009	网 址	http://www.hep.edu.cn
传 真	010-64014048		http://www.hep.com.cn
经 销	新华书店北京发行所		
印 刷	北京二二〇七工厂		
开 本	850×1168 1/32	版 次	1993 年 10 月第 1 版
印 张	10.25	印 次	2002 年 12 月第 19 次印刷
字 数	260 000	定 价	10.70 元

凡购买高等教育出版社图书,如有缺页、倒页、脱页等
质量问题,请在所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

前 言

《中学心理学》是为卫星电视师范学院培训初中教师而编写的教材，也可供教育学院和初中教师在职进修使用，其主要内容也适用于高中教师。它是为培训合格的中学师资而设置的一门各专业必修的公共课教材。

本书是依据国家教委师范司 1992 年颁发的《中学心理学教学大纲》而编写的教材。它是在学员已有普通心理学知识的基础上，以教育心理学为主要内容，兼有中学生发展心理学和教育社会心理学的部分内容，有机地结合成为一个新的体系的综合课程。

本教材坚持社会主义教育方向，以辩证唯物主义为指导，揭示中学教育教学活动中学与教互动过程的心理现象及其变化发展规律。根据中学教师成人、在职、师范的特点，本书既重视理论性，充分反映心理学有关分支学科研究的新成果，力求有所创新；又强调加强基础，突出重点，坚持理论联系实际，注重应用，讲究实效，深入浅出，简明易懂，便于自学。既为教育教学改革提供心理学的理论知识，又尽可能提供一些心理学的策略方法。教材遵循大纲精神，仅对少部分内容作了适当调整。

高等教育出版社委托陈安福任本书主编、张洪泰任副主编。各章执笔分工如下：陈安福（四川教育学院）第一、七章；张洪泰（四川教育学院）第二、八章；魏龙渝（重庆教育学院）第三章；高俊芬（云南教育学院）第四章一、三节和第十三章；施铁如（广东教育学院）第四章第二节、第六章；洪波（湖北教育学院）第五章；严先元（泸州教育学院）第九、十二章；孙俊山（长春教育学院）第十章；童长江（北京教育学院崇文分院）第十一章；陈国英（四川教育学院）第十四章。在统稿过程中，张

洪泰对第四、九、十、十一、十三、十四章提出过修改意见，最后由陈安福对全书统稿。

本课程教学时数按大纲规定为 72 课时。各章课时分配基本按大纲规定，只是将第二、四章减少为 6 课时，第四、五章增加为 8 课时。本教材内容较多，可挑选主要章节进行讲解，有些章节可略加指导让学员自己阅读。

《中学心理学教学大纲》由北京师范大学章志光教授、东北师范大学郭占基教授、西南师范大学刘兆吉教授、西北师范学院赵鸣九教授审定。本教材是在高等教育出版社的具体支持下进行编写的。1992 年 9 月在四川教育学院召开第一次编写组会议，讨论编写提纲；1993 年 3 月在云南教育学院大力支持下，在昆明召开了初稿讨论会，该校党乐群教授参加了会议，并对初稿提出了不少宝贵意见。高等教育出版社袁晓波同志参加了两次编写会议，给予了不少具体的帮助指导。在此，对上述有关同志及单位致以衷心的感谢。

为帮助教师的教学与学员的学习，编写组还配套编写了一本《中学心理学辅导》，也由高等教育出版社出版，内容包括教材辅导、补充材料、思考与练习、参考答案四大部分，供学员参阅。

由于编写时间紧迫，也限于编者水平，本书难免存在一些缺点，敬请大家批评指正。

编 者

1993 年 5 月

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 中学心理学的性质与作用	(1)
第二节 中学心理学的研究策略和方法	(5)
第二章 中学生的年龄特征	(13)
第一节 儿童心理发展的基本理论	(13)
第二节 初中学生的年龄特征	(18)
第三节 高中学生的年龄特征	(29)
第三章 中学生心理的个别差异	(37)
第一节 中学生心理的个别差异概述	(37)
第二节 中学生心理个别差异的分析	(42)
第三节 特殊学生的心理特点与教育	(62)
第四章 学习与学习动机	(68)
第一节 学习概念和学生学习的特点	(68)
第二节 主要的学习理论及其应用	(71)
第三节 中学生的学习动机	(83)
第五章 知识的掌握和技能的形成	(92)
第一节 知识的掌握	(92)
第二节 技能的形成	(117)
第三节 学习迁移	(125)
第六章 智力的发展与能力的培养	(134)
第一节 能力、智力概述	(134)
第二节 中学生智能的发展和培养	(139)
第三节 中学生问题解决能力的形成与培养	(146)
第七章 中学生品德的发展与培养	(157)
第一节 品德概述	(157)
第二节 中学生品德的形成发展	(163)
第三节 过错行为及其矫正	(182)

第八章 中学体育心理	(192)
第一节 体育心理与学生的身心发展	(192)
第二节 体育活动过程的心理分析	(197)
第三节 中学生体育活动的身心特点与指导	(202)
第九章 中学审美教育心理	(209)
第一节 审美教育心理概述	(209)
第二节 课堂教学中的审美教育心理	(216)
第三节 中学生审美能力及培养	(220)
第十章 中学生集体心理	(226)
第一节 中学生集体概述	(226)
第二节 中学生集体的建设	(229)
第三节 中学生的人际关系	(237)
第十一章 中学生升学与就业心理	(242)
第一节 中学生升学与就业指导的心理学依据	(242)
第二节 中学生升学心理	(246)
第三节 中学生就业心理	(253)
第十二章 中学生心理卫生	(262)
第一节 心理卫生概述	(262)
第二节 中学生心理卫生教育	(267)
第三节 心理疏导与心理咨询	(272)
第十三章 中学教师心理	(280)
第一节 教师角色职责和职业心理特点	(280)
第二节 教师的角色意识和才能	(284)
第三节 教师的角色适应	(288)
第十四章 心理测量与学习评定	(298)
第一节 心理测量与评定概述	(298)
第二节 学习测验与学习评定	(307)
主要参考资料	(317)

第一章 绪 论

教育是一门科学，也是一种艺术。要提高教育质量，很好地完成育人的任务，就必须了解教育过程中各种心理现象及其发展变化的规律，提高育人的科学性和艺术性。

中学心理学是中学师资培训各专业必修的一门公共课。目的是使中学教师掌握中学教育教学活动中最必需的心理学基础知识和基本方法，具有从心理学角度分析和解决中学教育教学实际问题的能力，以便有效地提高教育质量。

本章讨论：1. 中学心理学的性质与作用；2. 中学心理学的研究策略和方法。

第一节 中学心理学的性质与作用

一、中学心理学的研究对象

中学心理学就是中学教育心理学。它以教育心理学为主要内容，兼及中学生心理学与教育社会心理学的部分内容。中学心理学研究中学教育活动中学与教互动过程的心理现象及其变化发展的规律。可从以下几方面来理解这个界定：

第一，教育有广义和狭义之分。广义的教育泛指能增进人们的知识技能、改变人们的思想和行为的一切活动，它包括家庭教育、学校教学和社会教育等基本形式。狭义的教育是指学校教育。教育心理学主要是研究学校教育情境中的各种心理现象。我国1980年出版的潘菽主编的《教育心理学》和1990年出版的韩进之主编的《教育心理学》都认为，教育心理学是研究学校教育过程中各种心理现象及其变化发展规律的科学。

第二，学校教育过程是师生双方的活动，是学与教互动作用的过程。互动是指师生彼此接触、相互作用。学生是学习的主

体，教师在教学中起主导作用。教是为了学，以学为依据。不能孤立地研究学生、研究教师，应研究师生互动过程中心理变化的特点及其规律。师生之间相互作用引起的心理活动和行为的变化，是教育心理学的主要内容。正因为如此，一些心理学家认为，教育心理学是研究学校教育情境中学与教的基本心理规律的科学。

第三，教育心理学是以学生的学习心理为中心。教育心理学所讲的学习，不仅指文化知识学习、技能学习，还包括行为习惯学习、情感性学习、思想品德学习等。因此教育心理学要研究受教育者在学校教育影响下掌握文化科学知识和技能、形成道德品质、发展整个智慧和个性的心理规律。

第四，中学心理学与一般的教育心理学有两点明显不同：一是研究中学教育教学活动中的心理活动规律，不涉及小学；二是包括中学生发展心理的内容。

二、中学心理学的性质

(一) 中学心理学兼有社会科学与自然科学性质，以社会科学特征为主

人的心理是人脑对客观现实的主观反映。人的心理现象既具有社会性质，又具有自然性质。心理学是自然科学与社会科学的交叉学科。它的一些分支学科，如生理心理学、医学心理学等，以自然科学特征为主；而教育心理学、管理心理学等分支学科，以社会科学特征为主。中学心理学的研究要运用自然科学研究的方法 and 手段，如实验法、数学方法、计算机等。但它研究的是中学教育教学活动中人与人的相互影响以及学生的社会性发展过程中心理现象变化发展的规律。这使中学心理学既是交叉学科，又以社会科学为主。

(二) 中学心理学注重理论性，而以应用性为主

第一，应用学科以研究某个具体领域的特殊规律为主要任

务。中学心理学是研究中学教育过程中心理现象的特殊规律。教育活动中的心理现象既具有心理现象的普遍规律,但同时也具有自己的特殊规律。因此,不能简单认为,教育心理学只是普通心理学理论在教育中的应用。教育心理学自本世纪 60 年代以来,已发展到建立系统理论的时期,已成为教育学的基础学科之一。从事教育工作与教育科学研究,必须掌握相应的教育心理学知识。

第二,应用学科要直接指导实践,直接为实践服务。教育心理学的研究要为科学育人、提高教育质量服务。应该深入研究教育教学实践中的理论问题,不仅为教育教学改革提供理论指导,还应尽可能提供一些心理学的策略方法。

三、中学心理学的意义

(一) 中学心理学有助于认识学与教的心理活动规律,科学育人

教育是一种育人活动,有其自身的特点和规律。在宏观上,教育主要受一定社会的经济、政治、文化的制约;而微观的具体教育教学实践活动,除了受社会因素影响之外,还直接受师生心理活动特点及其规律的制约。科学育人,按教育规律施教,这是时代对中学教师的要求。学习中学心理学,可以帮助教师认识教育教学活动中心理活动的特点和规律,尤其是认识学生心理发展的特点和规律。一般来讲,可以从以下三个方面分析心理学的作用和意义。

1. 测量与描述

教育教学过程中心理现象与行为表现虽然复杂,测量比较困难,但还是可以测量的。心理学进行了大量的心理测量研究。与教育关系最密切的有智力测验、人格测验、能力测验、态度测验等。这些心理测量的理论与技术有助于教育教学的科学化。在测量的基础上,就可以对教育活动中的心理特点与规律进行描述说明。

2. 理解和解释

要正确而深刻地理解和解释学生的心理和行为，不是一件容易的事。如果单靠在实践中积累经验，自发摸索，不仅费时，而且往往会贻误学生，造成损失。学习中学心理学、可以帮助教师分析学生言行变化的心理原因，正确施教。

3. 预测与控制

教育本身就是控制。控制不科学、不得法，就会影响教育效果，甚至产生负向效果。控制的预见性需要科学的预测，预测不当，控制就会失误。中学心理学可以帮助教师进行科学的预测与控制。例如，测量学生的智力，可以在一定程度上预测其学习成绩；测量学生的能力差异，可以预测其发展方向。心理学还可以帮助教师改进控制方法，如运用心理学知识进行教学目标控制、激励控制、注意力控制、言语与非言语控制、奖惩控制等。

(二) 中学心理学有助于教学改革，提高教育质量

如何深入进行教学改革、提高教学效率和质量，这是中学教师最关心的问题。中学心理学要分析教育过程中心理活动的各个方面、各个环节以及学生心理发展的特点，为教学改革提供心理学的理论依据。研究表明，教学是复杂的心理活动系统。

1. 教学是一个复杂的认知活动系统

教师只有从心理学角度了解学生掌握知识的认知过程及其特点，才能优化组织教学过程；只有了解学生技能形成过程及其特点，才能有效组织学生练习；要开发学生智力，就必须了解智力结构、教学与智力、能力发展的关系；要进行启发式教学，就必须了解学生的认知特点，尤其是思维活动的规律等等。

2. 教学是一个复杂的情意活动系统、人格协调系统

必须重视智力因素以外的品德因素、情意因素、人格因素对教学活动的影响。它们是教学活动中的动力调节因素。要调动学生学习积极性，就必须了解与正确培养学生的学习动机与学习兴趣，重视情知结合，激发与维持学生的最佳心理状态。它们影响学生的学习成绩、能力的发展以及品德与人格的形成。

3. 教学是一个复杂的人际关系、人际交往系统

教学中的人际关系是影响教学活动成效的重要因素。有效的教学取决于有效的交往，课堂交往的结构、课堂教学的心理气氛、教师在课堂交往中的态度与作风、班集体中的各种社会心理现象等，都是教学改革中值得重视的问题。

（三）中学心理学有助于提高教师的心理素质

提高教学质量，关键在于提高教师水平。不仅要提高教师所教学科的知识水平，还要提高教师的教育教学能力。其中，教师的心理素质最为重要，但又容易被忽视。例如，要教会学生的学习，教师必须善于学习；要教会学生思维，教师必须善于思维；不要学生死记硬背，教师必须善于记忆；在课堂上要管理好学生，教师必须善于控制自己；要培养学生良好的品德，教师必须具备良好的师德等等。学习中学心理学，可以帮助教师正确认识自己，加强自我修养，不断完善自我，使自己尽快成为一名优秀教师。

（四）中学心理学有助于开展教育科学研究

搞四化要靠科学，育人也要靠科学。实践表明，开展教育科学研究，大大深化了教育改革，提高了教育质量。一名优秀教师应该进行教育科学研究，在研究中提高育人水平，提高学生素质。开展中学教育科研必须学习中学心理学。可以这么说，不了解教育教学活动中的心理学知识，就很难开展真正意义上的教育科研。中学心理学不仅为教育科学研究提供心理学的理论知识，还可提供一些心理学的技术手段和方法。许多中学过去长时间忽视心理学理论与方法在教育科研中的应用，这是导致教育研究水平不高，教育质量提高不快的一个重要原因。

第二节 中学心理学的研究策略和方法

中学心理学的研究主要是教育心理研究法。唯物辩证法是科学心理学的方法论基础。在整个研究过程中，必须遵循：①客观

性原则。尊重客观事实，实事求是。②发展性原则。用发展的观点研究学生心理发展的规律。③理论联系实际的原则。中学心理学的研究必须与中学教育教学实践密切结合，为教育实践服务。

一、中学心理学的研究策略

(一) 研究的层次和选题的标准

1. 研究的层次方面

中学心理学和其它应用科学一样，通常有三个方面的研究：一是基础理论研究。它是以理论探讨为目的的研究。二是外推的基础科学研究。与纯理论研究不同，它是指向实践和应用问题的研究，其实验设计是建立在高度简化的基础科研水平上，因此，还不能达到可应用性水平。三是应用水平的研究。从教育教学的实践需要出发，依据主客观条件确定课题，并考虑了各种复杂因素开展研究。它的研究结果的适合性与可应用性最大。

2. 选题的标准

(1) 价值性。即研究的课题必须具有理论或实践的意义。

(2) 科学性。选题必须科学，必须有科学理论为依据。

(3) 明确性。课题不能笼统，不宜过大，要明确具体。

(4) 可行性。必须具备完成课题的各种条件，或者通过努力可以创造相应的条件，如研究人员的水平、结构组成、前期准备、资料、物质设备、实验阶段安排、资金等。任何实验都应该进行价值性、科学性与可行性论证。

(二) 教育心理研究的一般阶段

中学教育的研究课题大致可分为新的研究课题与推广性研究课题。教育心理的研究大致可分为调查研究性的课题与实验研究性的课题。实验研究又可分标准实验与准实验，单因子实验与多因子实验，单组实验、等组实验与轮组实验等。教育心理的研究一般要经过以下几个阶段：①提出研究的问题；②制定研究计划；③进行研究准备，包括搜集资料、人员培训等；④研究付诸

实施；⑤整理研究资料；⑥分析研究结果并加以推论；⑦撰写研究报告；⑧提出今后进一步研究的打算。

（三）中学教育心理实验研究的设计

实验设计是进行研究工作的计划，是研究过程中关键性的一环。科学设计是研究取得成功的基础。设计要科学、周密、合理、可行，才能保证实验研究顺利取得成功。实验研究的设计，应注意以下问题：

1. 选择与确定课题，建立理论假设

研究一定要针对问题，依据问题选择与确定课题，然后对该课题的进行和结果作出理论上的预测，即建立假设。主要顺序是：

（1）发现问题，要从实践和理论两方面去发现教育教学实践中迫切需要解决的问题。

（2）确立研究该问题的课题，要考虑该课题的实践与理论的价值、性质、科学性、明确性与可行性。

（3）建立理论假设，即对该课题所要解决的问题提出设想性或尝试的答案。

2. 制定实验研究计划

（1）确定研究对象。要依据课题的要求与主客观条件确定研究对象及其人数。研究对象可以是一个班级的所有学生，即实验班；也可以在一定班级中选择一部分学生。开展调查研究则往往需要较多的学生。这就涉及要考虑用一定方式把研究对象抽取出来，即抽样。教育心理研究选择研究对象应注意方法的科学性，注意选择的随机性、客观性、可比性与人数的恰当性。常用的方式有：①随机抽样，它不是根据实验者的主观要求去选择对象，而是随机选择，使某一范围的每一个人都有被选择的机会；②分层随机抽样，先将某一群体中的人分为相互区别的“层”（如按年龄、性别等），然后采用随机方法从每层内抽取样本；③有意抽样，根据研究者的要求，有意识挑选一些认为具有代表性的对

象作为研究对象。

(2) 设计实验研究的因素控制。实验中的因素控制又称条件控制。要设计实验中的自变量，即实验变量的操作控制。一定要重视解决实验中自变量的可操作性、可控性问题。这是教育心理实验中的难点。如果这个问题不解决，就很难说得上是真正的实验研究。其次，要注意实验中无关变量的控制。在实验中，除有改变的自变量外，其它一切因素都可称为无关变量。实验中可用无关变量的消除、无关变量效果的平衡、无关变量的抵消等控制方法使无关变量保持恒定。

(3) 确定实验的技术手段。如实验需要进行何种心理测验，是否使用计算机等。

(4) 设立对照组。为说明实验的有效性与可靠性，往往设立对照组，以便进行比较。要尽量使对照组（班）与实验班的其它条件相同或相近，对照组不加实验因素，实验班则加实验变量控制。

(5) 确立实验效果的检测和评估手段。考虑用什么标准和方法检测和表现实验效果。

(6) 确定研究阶段与步骤。对研究阶段作出时间安排，提出各阶段的研究目标、内容、方法、步骤等。

3. 做好研究的准备工作

主要包括：(1) 搜集有关研究资料；(2) 实验研究的物质条件方面的准备；(3) 参加实验研究的人员培训；(4) 如果需要，在小范围内先进行试测，以取得经验，纠正差错。

4. 实验研究的实施阶段

这是按照设计好的实验方案进行实践并获得研究资料的过程。(1) 应严格执行实验计划，同时，在实践中不断完善实验设计；(2) 在实验过程中设法尽量控制各项条件因素；(3) 对实验过程要详尽记录、收集保管实验资料；(4) 适时进行反馈调节。

5. 整理研究资料，分析实验结果

(1) 整理的资料包括测试材料、数据统计汇总、典型材料、个案材料、经验材料等，要按有关标准对资料分类、核校、剔选；(2) 对资料进行定量与定性分析，找出特点，揭示关系；(3) 进行推论、验证假设。

6. 撰写研究报告或论文

它是实验研究课题的目的、意义、方法、结果的总结和理论概括，包括题目、引言、方法、结果、讨论等部分。

二、中学心理学常用的研究方法

(一) 观察法

它是研究者在教育活动的自然情境中直接观察并记录个体的行为变化，从而了解其心理的方法。应用观察法时，研究者必须熟悉教育教学活动过程以及其中的心理现象，具有中学心理学的基本知识，有观察的目的、要求与计划等。为使观察客观、准确，须注意以下几点：

1. 每次观察项目不宜过多，最好只观察一种或二、三种行为；
2. 所要观察的行为，须从特征上加以明确界定；
3. 观察中应随时记录，在必要和条件许可时可录音、录像；
4. 可采用时间取样方式，即每次用较短时间，对同一类行为作多次重复观察。

(二) 调查法

调查法与观察法不同，它主要不是直接观察被试者心理活动的表现，而是通过问卷、访谈等多种方式获取有关材料，从而了解被试者的心理。采用此法虽以个人为调查对象，但其目的并非仅研究个人，而是借助许多个人的反应，以分析群体的心理倾向。

1. 调查法的特点和种类

它具有适用性广、自然真实、简便易行、形式灵活多样等特

点。调查法的途径方式很多：通过谈话，学生口头回答；通过家访了解学生在家中情况；查阅各种资料，教育工作经验总结评定材料、学生的作业、日记、作文、绘画作品等，通过学生的各种作品了解其能力与心理倾向的特点；问卷法是课题研究中常用的调查方法；测验法则是调查法中技术性最强的研究方法。

依据调查的目的、内容，可分为现状研究，如“初中学生与焦虑情绪的调查”；区别研究，如“中学生逻辑思维与语言发展不一致性的研究”；发展研究，如“中学生个性社会化发展的调查”等。

2. 问卷法

问卷是研究中常用的一种调查方法。它具有简便易行、省时省力、取样大、材料易于收集整理、调查结果统计处理具有科学性等优点。为使问卷法有效，问卷设计时应注意：(1)问题要明确，没有难懂与含糊的地方；(2)问题不宜过多，不要设计复杂与难回答的问题；(3)问卷题目应生动有趣、回答须简单，便于统计处理；(4)一套问卷，应有一定的测验被试回答是否真实的问题；(5)调查范围较大，应通过预测进行效度和信度的检验。

(三) 教育心理实验法

心理实验法有两种，即实验室实验法与自然实验法。教育心理实验是一种自然实验法，是在教育教学实践中，按照研究目的，控制或变更某些条件，对被试者心理活动表现及其变化进行研究的方法。它是中学教改实验中最常用的方法。它有以下特征：

第一，它是在正常的教育教学情境和活动中进行，不打乱学校正常教学秩序。与其它自然实验法一样，它兼有观察法与实验法的优点。它既是主动创设控制条件，又是在正常的自然情境中进行，其研究结果不是在实验室条件下取得，因此，容易推广。

第二，实验控制的特殊性。“控制是实验的精髓”。所谓控制，包括操纵实验变量和消除无关变量对实验的影响。由于教育