

申请中小学教师资格
教育理论考试用书
XINLIXUE

丛书总主编 钟海青

心 | 理 | 学

文 萍 覃壮才 / 主编



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社

 申请中小学教师资格
教育理论考试用书

丛书总主编 ● 钟海青

心理学

文 萍 覃壮才 / 主编

高中



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社

· 桂林 ·

图书在版编目(CIP)数据

心理学. 高中 / 文萍, 覃壮才主编. —桂林: 广西师范大学出版社, 2010.1
(申请中小学教师资格教育理论考试用书 / 钟海青主编)
ISBN 978-7-5633-9308-4

I. 心… II. ①文…②覃… III. 教育心理学—高中—
师资培训—教材 IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 233557 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)
(网址: <http://www.bbtpress.com>)

出版人: 何林夏

全国新华书店经销

衡阳顺地印务有限公司印刷

(湖南省衡阳市雁峰区园艺村 9 号 邮政编码: 421008)

开本: 720 mm × 960 mm 1/16

印张: 17.75 字数: 319 千字

2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

印数: 00 001~10 000 册 定价: 22.80 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

党的十七大对基础教育提出了重要的目标和任务,即促进义务教育均衡发展,加快普及高中阶段教育。而加强教师队伍特别是农村教师队伍的建设,建设一支高质量的中小学教师队伍是推动基础教育发展的关键。影响中小学教师队伍质量的因素涉及多个方面,其中教师资格制度规定了教师的入职条件和标准,直接决定教师队伍后备军的质量。过去,由于我国教育不发达,教师缺口较大,在教师资格认定方面,标准较低,且对师范专业与非师范专业的要求有差别,这不仅在一定程度上影响了中小学教师队伍的整体质量,也有失公平。今天,在国家日益重视提高教师待遇、高等教育步入大众化的背景下,中小学教师短缺的现象已经成为历史。在新的形势下,变更教师资格考试制度,统一入职条件和标准,提高教师入职门槛,时机已经成熟。

在广西,中小学教师资格考试已经实行全区统考,但是尚无指定使用的考试用书,使考试培训的规范性受到一定影响。编写一套适合中小学教师入职考试标准的培训教材,是规范我区中小学教师资格考试制度,提高其权威性的需要。受广西壮族自治区教育厅委托,广西教师教育研究会组织编写了这套教材,作为教师资格考试的培训用书,同时作为普通高等院校师范专业教育类公共课教材,以打通专业与非专业界限,统一中小学教师入职的门槛,体现资格考试的公平性。

入职考试教材所选择的内容应是从事教师职业应知应会的基本知识、基础理论和基本技能。教师的基本职能是教书育人,即在了解作为教育对象的人的心理特点的基础上,在一定的教育观念指导下,遵循教育的规律,开展教育教学活动。因而新入职的教师必须具备的教育素养应该包括三个基本方面:了解教育对象,了解教育规律和学校教育生活,形成教育教学技能与能力。基于这样的考虑,全套教材共三种:《心理学》、《教育学》和《学科教学论》,围绕教书育人这一教师的基本职能组织内容。《心理学》解决“人”的问题,通过掌握心理学一般规律、学习心理学的有关知识和学生发展的心理过程,实现对人的了解;《教

育学》解决“育”的问题,通过掌握教育现象基本规律和学校教育工作常规,形成一定的教育观念和教育行为,培养基本的教育素质;《学科教学论》解决“教书”的问题,通过对教学理论的把握和基本教学技能的训练,形成初步的教学能力,能够独立组织教学活动。

本套教材在编写过程中力图贯彻以下三个原则:第一,针对性原则,即教材的编写要考虑各方面因素,满足不同方面的需要。本套教材首先要针对的是它的用途。作为从业资格考试用书,标准性是它的基本要求,入选的内容应该具备基础性和完整性,是获得广泛认同的基本理论,存在较大争议的内容则不宜选入。其次要针对学习者的特点。教材学习者并非教材所涉及学科的专门研究者,而是直接使用学科研究的成果,具有明显的实用取向。因此,教材的内容应当以致用性为导向,选择与教育教学实际密切相关的内容,而有关学科性质、学科发展过程、学科研究方法等不是直接指向教育实践的内容则不纳入考试范围,以改变以往理论脱离实际的状况。第二,时代性原则,即教材内容反映时代对教育理论的要求,反映社会政治、经济、科技的发展对教育的需求,反映教育内部改革发展的实际,体现教育理论新进展,体现鲜明的时代感。当前教师教育改革正朝着专业化方向发展,教材的编写要充分考虑如何有利于从业者的专业发展;基础教育课程改革是当前我国基础教育一场深刻的改革运动,以选拔基础教育教师为目标的资格考试教材应该在促使从业者关注基础教育改革方面起引领作用。计算机网络和多媒体等信息技术发展是当代最具有时代性的技术发展,为教材内容的拓宽带来了有利条件,教材的编写也应当注意充分利用这些条件,使之呈现出鲜明的时代特色。第三,创新性原则。教材编写的创新性与学术性著作的创新性不同,不是指内容、观点本身的原创性,而是内容选择、编排上的创新,在材料的组织上突破学科原有的理论框架,使教材知识系统更适合于培养适应素质教育要求的中小学教师。本套教材在内容编排上,整合了相关和交叉的内容。特别是在《学科教学论》中,打破了以往每一学科独立编写一本教学论教材的做法,抽出各科教学的共性规律组成理论内容,同时强调教学基本技能的学习。

本套教材由编委会提出教材编写的总体要求、编写原则、编写体例、编写指导意见。在编委会的指导下,各教材采取主编负责制,即主编负责统筹规划各教材的具体编写工作。

2009年11月于南宁

目录

◀ 编者的话	1
第一篇 学生心理与教育	1
第一章 高中生的心理特点	4
第一节 高中生的基本心理特征	4
第二节 高中生的认知发展特点	6
第三节 高中生的情绪发展特点	14
第四节 高中生的人格发展特点	17
【本章小结】	24
【思考与练习】	25
第二章 高中生的个别差异	26
第一节 高中生的人格差异	26
第二节 高中生的智力差异	31
第三节 高中生的认知方式差异	37
【本章小结】	42
【思考与练习】	42

◀第三章 高中生的心理健康	43
第一节 心理健康的标准	43
第二节 高中生常见心理问题	52
第三节 高中生心理问题辅导方法和技术	67
【本章小结】	72
【思考与练习】	73
拓展性资源链接	73
 第二篇 学习心理	75
◀第四章 学习理论	78
第一节 学习活动的概述	78
第二节 行为主义心理学的学习理论	87
第三节 认知主义心理学的学习理论	97
【本章小结】	107
【思考与练习】	108
◀第五章 知识、技能和策略的学习	109
第一节 知识学习	109
第二节 技能学习	115
第三节 策略学习	123
【本章小结】	134
【思考与练习】	134
◀第六章 品德形成	136
第一节 高中生品德发展特点	137
第二节 高中生良好品德培养的心理学技术	143
【本章小结】	150
【思考与练习】	150

拓展性资源链接	151
---------------	-----

第三篇 教学心理 153

◀第七章 学习动机 156

第一节 学习动机与学习	156
-------------------	-----

第二节 学习动机的主要心理成分	160
-----------------------	-----

第三节 学习动机的激发	164
-------------------	-----

【本章小结】	174
--------------	-----

【思考与练习】	175
---------------	-----

◀第八章 学习迁移 176

第一节 学习迁移概述	176
------------------	-----

第二节 学习迁移的条件	179
-------------------	-----

第三节 为迁移而教	185
-----------------	-----

【本章小结】	187
--------------	-----

【思考与练习】	188
---------------	-----

◀第九章 群体心理与管理 189

第一节 人际关系与师生交往	189
---------------------	-----

第二节 个体与群体心理的相互作用	200
------------------------	-----

【本章小结】	208
--------------	-----

【思考与练习】	208
---------------	-----

拓展性资源链接	209
---------------	-----

第四篇 教师心理 211

◀第十章 教师的职业心理发展过程 214

第一节 教师职业生涯发展	214
--------------------	-----

第二节 新手教师与专家型教师	218
----------------------	-----

第三节 教师成长中常见的心理问题	227
【本章小结】	234
【思考与练习】	235
◀第十一章 教师的素养与人格	236
第一节 教师的社会角色	236
第二节 教师的基本素养	245
第三节 教师的人格	254
【本章小结】	258
【思考与练习】	259
◀第十二章 教师的工作压力与心理调适	260
第一节 压力与身心反应	260
第二节 教师的压力源	263
第三节 教师的压力应对	268
【本章小结】	270
【思考与练习】	270
拓展性资源链接	271
参考文献	272
后 记	274

第一篇

学生心理与教育



我长大了。

又是一年春节，鞭炮声声，放一次爆竹我就长了一岁，吃一次年夜饭我就成熟了一点，一年一年，我就这样长大了。看着街旁一群结伴玩耍的小伙伴，好像看见了小时候的自己。算一算，我也快成年了，我现在才理解那些大人希望自己回到小时候的原因。记得我小的时候，总是特别盼望过生日，盼望过年，盼望长大，因为过生日有蛋糕，过年有压岁钱，长大呢，就可以做好多小时候不能做的事情。那时候真的想不明白，为什么小孩子总想长大，大人总想年轻。现在的我也终于觉得还是做个孩子比较好。孩子不用烦恼自己的人生，不用被感情折磨，即使做错事也不用忍受别人异样的目光，因为他是个孩子，孩子什么也不懂。长大了就不一样了，他得开始为自己的人生做打算，会经常为各种复杂的感情问题而烦恼……

我想到一个陌生的地方。

有些时候真的很伤感，很压抑，再耀眼的阳光似乎也无法照进自己那颗凉凉的心。由于长时间寻觅不到阳光，我的内心变得阴暗、潮湿，脾气也暴躁起来。我想一个人跑到一个完全陌生的地方，跟着直觉顺其自然地做任何事情，而且只跟着直觉，不用我的思想；我想住在一个完全属于我的房子里，当晚霞出现时，我什么都不用考虑，只管卧在床上蒙头大睡，挂掉手机，关掉闹钟，在窗户上装上密封的玻璃，然后仿佛与世隔绝一样蒙头大睡，睡上个几天几夜，睡到天昏地暗，睡到我已记不清我走到了生命的哪一个路口。

我的未来我负责。

高中这两年的学习使我对时间异常敏感，我再也不敢像从前那样把整块整块的时间放在“玩”上，我觉得我玩不起，或者说，这青春的时光，我输不起……一个人静静地待着的时候，我会想，我必须对自己负责！青春的确是属于我自

己的,我的确有权支配它,这种支配,当然也包括挥霍,可是我的前途也是我自己的,我也有责任点亮我的未来。

让生命更有价值。

前些天,姐姐的一个高中同学离开了这个世界,她结束了自己的生命,一朵20来岁的花儿就这么凋谢了。听到这个噩耗,我的心颤抖了一下,几个月前我们还在一起逛街,当时的我们怎么也不会想到,几个月后,她会这样跟我们告别。为什么生命可以很鲜活,却也会瞬间消失,不留一点痕迹?一个生命来人间走一遭,真的不容易。我们来了,又走了,赤裸裸地来,赤裸裸地走,究竟改变了什么,留下了什么呢?一切都消失得那么安静,那么不留痕迹,不给人片刻逃避或追寻的机会。我也时常在想,我该怎么让我的生命更有价值,而不是白白地来人间走一遭呢?可能现在可以给出的答案只有四个字——好好学习。

(新浪博客——高中生日记系列博文。见 <http://blog.sina.com.cn/jujutianxia>)

导读问题

像高中生日记的主人一样,许多高中生都感到自己长大了,他们开始思考社会责任、生命价值等问题。那么,高中生到底具有怎样的心理特点?他们在学习、生活中会遇到哪些心理问题,作为教师应该怎样帮助他们解决心理困惑、舒缓心理压力?

同样的教学方式,有的学生喜欢,而有的学生却难以接受,因为学生的心理存在个体差异。学生的思维方式、学习风格和人格特征往往会影响他们对教学和学习环境的选择和偏好。那么,高中生个体心理之间到底存在怎样的差异?作为教师,应当如何利用这些差异提高教学效果?

第一章 高中生的心理特点

高中阶段又称青年初期,是人生的一个重要发展阶段,许多社会现象都相对集中地体现在这一时期。青春期是个体道德品质形成的时期,也是形成并树立世界观、人生观的时期,同时还是个体完成社会化,作为一个劳动主体达到成熟的时期,而高中阶段正是人生的这一重要发展阶段的开始。教师必须了解高中生的心理特点和规律,重视高中生的学习与生活,促使他们身心健康发展。

第一节 高中生的基本心理特征

高中阶段上与少年后期相接,下与青年中期相连。因此,高中生在身心发育和社会成熟方面既具有少年期的幼稚又具有青年期的成熟的某些特点,是幼稚与成熟的交互体。总体上,高中阶段心理的发展具有以下几个基本特点。

一、心理发展的不平衡性

青年期是个体在生物性和社会性的发展上走向成熟的时期。作为青年初期的高中生,正处在从幼稚的儿童期向成熟的青年期过渡的时期,处于与儿童的外界获得时期相对应的内部获得时期。在这一时期,高中生的生理发展迅速走向成熟,而心理的发展却相对落后于生理的发展,他们在理智、情感、道德和社交等方面,都还未达到成熟的指标,还处在人格化的过程中。也就是说,高中生的生理与心理,心理与社会关系的发展是不同步的,具有异时性和较大的不平衡性。

二、心理发展的动荡性

高中生生理、心理发展的不平衡性以及生理和某些心理发展同道德或其他社会意识发展之间的不平衡性,一方面创造了个性发展以及道德和社会意识发展的条件,但另一方面也造成了高中生心理过程的种种矛盾和冲突,表现出一种成熟前的动荡。正如别林斯基所说的:“青年期也就是向成年过渡的时期,这

种过渡往往总是分裂、不调和的……一个人已经不满足于自然的意识和朴素的感觉,他想知道更多。可是因为他在获得令人满意的知识之前,必须经过千百次的迷误,必须对自己作斗争,所以他也有蹉跎的时候。这一点无论对于个人或是对于人类,都是一个确定不移的法则。”高中生心理发展的动荡性表现在知、情、意、行等各个方面。例如,他们思维敏锐,但片面性较大,容易偏激。他们热情,但容易冲动,有极大的波动性。他们的意志品质也在发展,但他们克服困难的毅力还不够。他们往往把坚定与执拗,勇敢与冒险混同起来。他们在行为举止上表现出明显的冲动性,是产生意外伤亡率最高的年龄阶段。在处理社会、他人与自我之间的关系上,高中生常易出现困惑、苦闷和焦虑,且对家长、教师表现出较普遍的逆反心理和行为。另外,其生理上的剧烈变化会带来所谓的“青春期骚动”,即出现强烈的情绪反应和剧烈的“性困扰”,因此他们的心理疾病发病率逐年增高。有人说,青年既不是一切显露无遗、明明白白的“白箱”,也不是一切不可知、看不见内部结构的“黑箱”,而是一个以模糊不定、动荡多变为主要特征的“灰箱”。

三、心理发展的自主性

高中生正处在心理上脱离父母的时期,美国心理学家霍林温斯把它称为心理上的断乳期。随着身体的迅速发育,自我意识的明显加强,独立思考和处理事物能力的发展,高中生在心理和行为上表现出强烈的自主性,迫切希望从父母的束缚中解放出来,开始积极尝试脱离父母的保护和管理。他们具有很强的自信心和自尊心,热衷于显示自己的力量和才能。他们不论是在个人生活的安排上,还是在对人生与社会的看法上,都开始有了自己的见解、自己的主张。他们已不满足父母、老师的讲解或书本上的现成结论,对成年人的意见不轻信、不盲从,要求有事实的证明和逻辑的说服力。他们对许多事物都敢于发表个人意见,并为坚持自己的观点而争论不休。如果说生理上的断乳是个体被动地离开父母,那么心理上的断乳则是个体主动地离开父母。

四、心理发展的闭锁性

高中生不像儿童那样经常向成人敞开自己的心扉,他们的内心世界变得更加丰富多彩,但又不轻易表露出来,其心理的发展呈现出闭锁性特点。他们非常希望有单独的住宿房间,有个人的抽屉,并喜欢把抽屉锁起来,好像有什么秘密不愿让别人知道,其实里面并无什么要紧的东西。他们不大爱与长辈说话了,在长辈面前显得寡言少语。高中生爱写日记,这也是闭锁性的表现之一。

通过记日记他们既可倾吐心声,又可保守秘密。心理发展的闭锁性使高中生容易感到孤独,因此又产生了希望被人理解的强烈愿望。他们热衷于寻求理解自己的人,寻找“志同道合”的知心朋友,对知心朋友,他们能坦率地说出内心的秘密。

第二节 高中生的认知发展特点

高中阶段个体认知水平逐步走向成熟,达到了一个较高的层次,其认知发展总体来说表现出以下几个基本特点^①:①高中生认知结构的完整体系基本形成。高中生认知结构的各种要素迅速发展,各认知能力不断完善,认知的核心成分——思维能力更加成熟,基本上完成了向理论思维的转化,抽象逻辑思维占了优势地位,辩证思维和创造性思维有了很大的发展。认知系统各种因素基本上趋向稳定状态,智力的品质和个别差异基本定型。认知系统的完整结构已经形成,其功能更加完善。②高中生认知活动的自觉性明显增强。由于理论思维趋于成熟和自我意识的发展,高中生观察力、有意识记能力、有意想象能力迅速发展,思维的目的性、方向性更明确,认知系统的自我评价和自我控制能力明显增强。③认知与情意、个性因素协同发展。高中生的认知发展离不开情感、意志和个性等心理因素的发展,它们总是相互作用的。情感、意志、需要、兴趣、动机、理想、世界观、人生观等对认知活动起定向、发动、维持和调控的作用。高中生情感丰富、意志力增强,兴趣更广泛和稳定,学习动机更强烈,理想、世界观开始形成,行为的自觉性更高,这一切都给认知发展以强大的推动力。同时,高中生思维的成熟、自我意识的增强,对情意、个性等心理因素的发展也起很大的促进作用。因此,高中生的认知结构同情意、个性等心理因素形成协同发展的新局面,使其心理的整体水平得以提高。

一、高中生的基本认知能力发展特点

(一)高中生观察力发展的特点

观察力是一种有目的、有计划地进行感知的能力。高中生学习内容复杂,思维水平提高,自我意识增强,因此其观察力的发展具有新的特点。

^① 郑和钧,邓京华,等:《高中生心理学》,80页,杭州,浙江教育出版社,1995。

1. 目的更明确

初中生往往是根据成人的要求进行观察的,带有被动性。高中生自觉性增强,他们能主动地制订观察计划,有意识地进行集中的持久的观察,并能对观察活动进行自我调控。

2. 持久性明显发展

高中生意志能力增强,能排除各种干扰并坚持长时间观察。有人以有意注意稳定时间作指标,对中学生的观察力进行研究。在一次飞机模型故障的观察中,初中学生平均坚持1小时35分钟,而高一学生平均能坚持3小时。善于思考也是持久观察的条件。

3. 精确性提高

在观察活动中,高中生能全面地深入地了解事物的细节,既重整体辨认,又重细节辨认;观察的正确率逐步提高;对观察对象本质属性的理解逐步深化,并能用较准确的语言表述观察的过程和结果。研究表明,高一学生的视觉和听觉的感受性已达到成人的水平,有的甚至超过成人。有人研究中学生的图形辨别能力,设计了9幅大照片和50幅小照片,小照片是大照片的一部分,要求中学生准确而迅速地指出小照片是大照片上的哪一部分,限10分钟辨认完。结果是:初中生的正确辨认率为30%,高中生的正确辨认率为50%以上。

4. 概括性更强

高中毕业生抽象逻辑思维日趋完善,言语表达能力进一步发展,观察的概括性、深刻性明显提高,能概括事物的本质特点和规律,这是思维和感知协同发展的结果。观察力是智力的重要组成部分。培养高中生的观察力要做到:使其明确观察目的和任务,提高他们观察的自觉性;教给他们观察的方法;培养他们浓厚的观察兴趣;重视鼓励他们采用多种分析器的协同参与;加强其观察、思维和语言的协同发展。

(二) 高中生观察能力的训练与培养

人的观察力不是与生俱来的,而是在学习中培养、在实践中锻炼起来的。高中生观察力的培养可以从以下几方面进行。

1. 培养浓厚的观察兴趣

浓厚的观察兴趣是培养观察能力的重要前提条件。一方面,要培养学生的广泛兴趣,这样才能促使他们津津有味地进行多样观察,获取广泛的信息;另一方面,还要培养学生的中心兴趣,以提高其观察力的准确性。有了中心兴趣,学生就会全神贯注地对某一领域进行深入而细致的观察,获得准确可靠的信息。观察力是思维的触角,要培养学生的观察力,就要善于把观察的任务具体化,善于引导他们从现象乃至隐蔽的细节中探索事物的本质。

2. 培养良好的观察习惯

良好的观察习惯,能够提高学生观察的全面性、准确性与敏锐性,进而提高观察水平。第一,要培养有目的、有计划观察的习惯。有目的的观察才是有效的观察。对一个事物进行观察时,要明确观察什么,怎样观察,达到什么目的,明确观察的中心与观察的范围,以保证把注意力集中在所要观察的事物上。观察的目的愈明确、愈具体,就越能获得准确的观察结果。在观察前,还要制订观察计划。只有周密的观察计划,才能保证观察有步骤地进行,使获得的观察结果具有条理性与联系性,从而全面地把握观察的对象,观察缺乏计划性将造成观察结果的局限性。第二,要培养学生在观察时随时作全面记录的习惯。进行观察,一定要有观察记录,切忌对观察结果不随时记录而依赖记忆,凭回忆留下的记录,往往失真,不能保证观察结果的可靠性。在培养学生的观察力过程中,务必使学生养成边观察、边记录的习惯。记录的内容要根据观察的目的设计记录表格,记录时要准确、具体。必要时,观察可以借助仪器,如照相机、录音机、录相机等进行记录,这样不仅能够保证观察的准确性,而且也可以重复观察,反复分析比较。

3. 训练科学的观察方法

训练学生掌握科学的观察方法,能有效地提高观察能力。常见的观察方法有:①顺序观察法,根据观察任务训练学生对观察对象的外在特征进行有顺序的观察,如从上到下、从前到后、从左到右、从头到尾、由近及远等顺序观察;②典型特征观察法,训练学生先观察物体最明显的特征,而后再观察一般特征;③分解观察法,将比较复杂的物体分成几个部分,对各个部分逐一地进行细致观察,然后再把各个部分综合起来认识,以便了解其全貌;④比较观察法,训练学生同时观察两个或两个以上的事物,比较它们的异同,从而培养学生善于抓住物体的细小差别的观察能力。

4. 加强多种分析器的协同参与

在观察活动中,要加强多种心理分析器的协同参与,特别是思维与观察活动的协调、多种感觉器的协调对提高观察力十分重要。观察是有目的、有组织的感知,观察效果与思维参与的程度有关,只有思维参与观察活动才能提高观察的理解性、可靠性与系统性。同时,要训练学生利用多种感觉如视觉、听觉、触觉等共同参与观察,使多种感觉在观察活动中协同活动,这样能提高大脑皮层的综合性功能,加强神经系统各部分的联系,从而加强观察力的全面性、准确性与敏感性。

(三)高中生记忆发展的特点

记忆是指过去经历过的事物在大脑中的反映。过去经历的事物包括感知