

中小学教师学习辅导

心理学手册

李小融 张庆远 编
刘纪龙 吴定初

四川辞书出版社

中小学教师学习辅导

心 理 学 手 册

李小融 张庆远
刘纪龙 吴定初 编

四川辞书出版社

一九八七年·成都

编写说明

一、本手册为适应当前我国中小学教师学习心理学的需要，考虑到中小学教师学习心理学应着重联系教育实际的特点，收集了有关的条目共280条，内容涉及普通心理学、儿童心理学和教育心理学等方面，对个别较为重要的反映心理学发展动向的新成果，也作了介绍。

二、心理学是一门正在发展中的学科，不同学派的学者都可能有不同的理解与表述。本手册力求准确、简明地反映其中我们认为较为一致和较为可取的观点。

三、本手册是一本普及性质的工具书，条目根据内容编排，共分为八大类：总论、一般心理过程、个性心理、中小学学生心理、中小学教师心理、中小学教育心理、中小学德育心理、心理测量与评定。

四、本手册主要资料来源，选自国内高等师范院校和中等师范学校的心理学教科书及国内外有关专著。

图 录

分类索引.....	1
一、总论.....	2
二、一般心理过程.....	14
三、个性心理.....	100
四、中小学学生心理.....	126
五、中小学教师心理.....	153
六、中小学教学心理.....	168
七、中小学德育心理.....	226
八、心理测量与评定.....	254
笔画索引.....	266

分 类 索 引

一、总 论

- | | | | |
|------------|------|-------------|------|
| 人的心理活动划分 | 〔1〕 | 感知在认识过程中的作用 | 〔16〕 |
| 心理学 | 〔1〕 | 感受性和感觉阈限 | 〔17〕 |
| 心理学的分支 | 〔2〕 | 感觉适应 | 〔18〕 |
| 人的心理的产生发展 | 〔3〕 | 感觉对比 | 〔19〕 |
| 心理学研究的任务 | 〔4〕 | 不同感觉间的相互作用 | 〔20〕 |
| 教师学习心理学的意义 | 〔4〕 | 感受性的发展 | 〔21〕 |
| 自学心理学的方法 | 〔5〕 | 感受性变化发展规律的教 | |
| 心理学研究的基本原则 | 〔7〕 | 学应用 | 〔22〕 |
| 观察法 | 〔7〕 | 知觉的整体性 | 〔23〕 |
| 实验法 | 〔8〕 | 知觉的选择性 | 〔24〕 |
| 调查法 | 〔9〕 | 知觉的理解性 | 〔25〕 |
| 心理和脑 | 〔10〕 | 知觉的恒常性 | 〔26〕 |
| 人脑的结构 | 〔10〕 | 知觉特性的教学应用 | 〔28〕 |
| 人脑的机能 | 〔10〕 | 观察和观察力 | 〔30〕 |
| 心理与客观现实 | 〔11〕 | 学生观察力的培养 | 〔31〕 |
| 心理与实践 | 〔12〕 | 注意 | 〔32〕 |
| | | 注意的外部表现 | 〔33〕 |
| | | 无意注意 | 〔33〕 |
| | | 有意注意 | 〔33〕 |
| | | 注意的稳定性 | 〔34〕 |
| | | 注意的广度 | 〔34〕 |
| | | 注意的分配 | 〔35〕 |

二、一般心理过程

- | | |
|----|------|
| 感觉 | 〔14〕 |
| 知觉 | 〔15〕 |

注意的转移	[35]	思维	[64]
注意与教学	[35]	思维的种类	[65]
记忆	[37]	思维与语言的关系	[67]
瞬时记忆	[38]	思维的主要形式	[68]
短时记忆	[39]	想象	[70]
长时记忆	[40]	思维的品质	[71]
记忆在教学中的意义	[41]	原型启发	[73]
记忆表象	[42]	良好思维品质的培养	[74]
记忆过程的三个环节	[43]	理想与空想	[76]
无意识记与有意识记	[44]	理想教育的意义	[77]
机械识记与意义识记	[45]	情绪和情感	[78]
识记应遵守的主要规律	[46]	情感的功能	[79]
保持和遗忘	[48]	表情	[81]
影响遗忘的主要因素	[49]	心境	[82]
学习中造成遗忘的主要		应激	[83]
原因	[51]	激情	[83]
艾宾浩斯遗忘曲线	[52]	理智感	[84]
前摄抑制	[52]	美感	[86]
倒摄抑制	[53]	情感的基本品质	[86]
与消极遗忘作斗争	[54]	情感的培养	[88]
再认	[55]	意志	[89]
回忆	[56]	意志与认识过程、情感过	
回忆和再认中的干扰和		程的关系	[90]
错误	[57]	意志行动	[93]
记忆的敏捷性	[59]	意志行动的分析	[93]
记忆的持久性	[59]	意志的自觉性	[95]
记忆的准确性	[60]	意志的果断性	[96]
记忆的准备性	[61]	意志的自制性	[96]
记忆的类型差异	[61]	意志的坚持性	[97]
良好记忆品质的培养	[62]	良好意志品质的培养	[98]

三、个性心理

个性	[100]	早期教育	[123]
个性心理结构	[100]	根据个别差异因材施教	[125]
气质及其类型	[101]	四、中小学生学习心理	
气质研究在教育上的作用	[102]	心理发展	[126]
性格及其类型	[103]	学生心理的年龄特征	[127]
性格的理智特征	[104]	儿童心理发展阶段的划分	[128]
性格的意志特征	[104]	影响学生心理发展的基本因素	[129]
性格的情绪特征	[104]	小学生生理发展的主要特点	[130]
表现人对现实的态度的人格特征	[104]	小学生认识发展的主要特点	[131]
性格的动态特性	[105]	小学生情感发展的主要特点	[132]
气质与性格	[106]	小学生意志发展的主要特点	[133]
性格研究在教育上的作用	[107]	初中学生生理发展的主要特点	[134]
中小学生学习性格的培养	[108]	初中学生认识发展的主要特点	[135]
需要及其特点	[110]	初中学生情感发展的主要特点	[136]
需要的种类	[110]	初中学生意志发展的主要特点	[137]
兴趣及其种类	[111]	初中学生自我意识发展的主要特点	[137]
兴趣在教学中的作用	[113]	初中学生心理发展的主要矛盾	[138]
兴趣发展的阶段	[113]	高中学生生理发展的主	
中小学生学习兴趣的差异	[114]		
中小学生学习兴趣的培养	[115]		
能力及其结构	[116]		
一般能力和特殊能力	[117]		
学生能力的差异	[118]		
超常儿童	[119]		
低常儿童	[120]		
才能和天才	[121]		
中小学生学习能力的培养	[122]		

- | | | | |
|------------------|-------|------------------|-------|
| 要特点 | [136] | 原则 | [161] |
| 高中学生认识发展的主要特点 | [139] | 师生在教学中正常交往的条件 | [163] |
| 高中学生情感发展的主要特点 | [141] | 学生心目中的理想教师 | [164] |
| 高中学生意志发展的主要特点 | [142] | 教师的威信及其作用 | [165] |
| 高中学生理想发展的特点 | [143] | 教师威信的形成 | [166] |
| 高中学生世界观的特点 | [144] | | |
| 高中学生心理发展的矛盾 | [145] | 六、中小学教学心理 | |
| 中小学生心理卫生 | [146] | 学习 | [168] |
| 中小学生心理卫生的意义 | [147] | 学习理论 | [168] |
| 中小学生心理健康的标准 | [148] | 学生学习的特點 | [169] |
| 中小学生心理异常的表现 | [149] | 学习的分类 | [169] |
| 中小学生心理卫生的引导 | [150] | 学习动机 | [170] |
| 中小学生心理卫生指导的内容 | [150] | 学习动机的种类 | [170] |
| 中小学生中的“非正式”群体 | [151] | 学习动机与学习积极性 | [171] |
| 五、中小学教师心理 | | 学习动机与学习效果 | [171] |
| 教师的角色心理 | [153] | 影响学习动机形成的因素 | [172] |
| 优秀中小学教师的主要心理品质 | [155] | 学习动机的培养和激发 | [173] |
| 中小学教师应该具备的教育能力 | [157] | 中小学生学习动机培养的途径 | [173] |
| 中小学教师应该具备的教学能力 | [159] | 中小学生学习动机激发的途径 | [174] |
| 教师对学生的期望 | [161] | 学习竞赛的利弊 | [176] |
| 建立良好的师生关系的 | | 学习中的奖励与惩罚 | [176] |
| | | 学生的学习准备 | [177] |
| | | 学生的自我意识与学习 | [177] |
| | | 学习的社会心理因素 | [178] |
| | | 知识的理解 | [179] |
| | | 理解的不同方面 | [179] |
| | | 理解的不同水平 | [180] |

促进理解的方法	[181]	促进学习迁移的方法	[198]
知识的巩固	[182]	学习态度	[199]
知识巩固的途径	[182]	学习目的	[199]
部分学习法和整体学习法	[183]	学习中的疲劳	[200]
集中学习法和分散学习法	[183]	疲劳与学习效率	[200]
知识的应用	[184]	防止学习疲劳的措施	[200]
学生应用知识的主要形式	[184]	学习中的焦虑	[202]
知识应用的一般过程	[184]	直观教学	[202]
影响学生知识应用的因素	[185]	教学的直观形式	[203]
概念与概念教学	[186]	练习	[203]
学生掌握概念的形式	[187]	学生练习的指导	[204]
影响学生掌握概念的因素	[187]	语文教学心理	[205]
技能	[188]	小学生识字的心理过程	[206]
技能的种类	[188]	学生阅读能力的培养	[207]
知识、技能、能力之间的关系	[189]	学生写作能力的培养	[210]
动作技能的形成阶段	[189]	数学教学心理	[211]
学生动作技能的培养	[190]	数学教学与学生思维品质	[211]
智力技能形成的标志	[191]	数学概念的掌握	[214]
智力活动形成的阶段	[191]	物理、化学、生物教学心理	[215]
促进学生智力技能形成的方法	[192]	促进中学生理解和形成物理、化学概念需注意的问题	[215]
解决问题的一般历程	[192]	外语教学心理	[216]
影响学生解决问题的因素	[193]	影响外语学习的心理因素	[217]
学生解决问题能力的培养	[194]	学生掌握史、地知识的心理特点	[218]
学生创造性思维能力的培养	[194]	学生历史表象的形成	[219]
学生想象能力的培养	[195]		

- 学习的迁移及其种类 [196]
- 影响学习迁移的因素 [197]
- 学生音乐能力的结构 [223]
- 课堂管理的一般原则 [223]
- 七、中小学德育心理**
- 道德与品德 [226]
- 研究德育心理的意义 [227]
- 德育心理研究的内容 [228]
- 品德的基本心理成分 [228]
- 道德认识 [229]
- 道德情感 [229]
- 道德行为 [230]
- 道德动机 [230]
- 道德信念 [231]
- 道德理想 [231]
- 道德意志 [232]
- 道德习惯 [232]
- 学生道德品质的形成 [232]
- 学生掌握道德概念的特点 [233]
- 意义障碍 [234]
- 学生道德评价能力的发展 [235]
- 学生道德信念的产生 [236]
- 学生道德情感的丰富 [237]
- 学生道德行为的训练 [238]
- 学生品德形成与集体 [239]
- 学生地理表象的形成 [221]
- 学生绘画能力的结构 [222]
- 学生品德的形成与教学 [241]
- 学生品德形成与榜样教育 [242]
- 学生品德形成与劳动教育 [243]
- 学生品德形成与自我教育 [244]
- 品德优良学生的心理特点 [245]
- 品德不良学生的心理特点 [247]
- 学生品德不良的客观原因 [248]
- 学生品德不良的主观原因 [249]
- 学生不良品德的矫正 [250]
- 八、心理测量与评定**
- 心理测量与评定的涵义 [254]
- 测量与评定的主要功能 [255]
- 有效测验的必要条件 [256]
- 中小学生气质类型鉴定 [257]
- 中小学生性格的鉴定 [258]
- 智力测验 [259]
- 智龄与智商 [260]
- 特殊能力测验 [261]
- 创造能力测验 [262]
- 论文式测验 [262]
- 客观性测验 [263]
- 标准化测验 [264]
- 影响教师评定的心理因素 [265]

一、总 论

人的心理活动的划分 心理学研究的内容包括两个方面。一方面是心理过程，包括认识过程（感觉、知觉、记忆、思维、想象等），情感过程（喜、怒、哀、乐等）和意志过程（目的确定，困难的克服等）；另一方面是个性，包括个性倾向（动机、需要、信念、理想、世界观）和个性心理特征（能力、气质、性格）。上述心理过程和个性不会孤立地在一个人身上表现出来，它们总是相互伴随出现，构成一个人的完整心理活动。

心 理 学 是研究人的心理活动规律的科学。任何人只要处于觉醒状态，一定不是在听什么，就是在看什么；不是在记什么，就是在想什么，也就是说，他的头脑中总是进行着这样或那样的心理活动。心理活动是人的内部主观活动，是精神活动。人能够觉察到的心理活动又叫意识活动。心理控制、调节人的行为，它没有形体，与一般物质现象有质的不同。但是，人的心理活动又是确确实实存在的，它是物质运动形式的最高表现，受一定客观规律支配。心理学研究就是试图发现、掌握、运用这些客观规律。

心理是宇宙间最为复杂最为普遍的现象之一，揭示心理

的实质，探索心理活动规律是人类面临的重大课题之一，人们为此奋斗了几千年。不过，在古代，心理学问题大多由哲学家研究，直到德国科学家冯特（1832—1920）于1879年建立了世界上第一个心理学实验室，心理学才逐渐成为一门独立的学科而不断发展。心理学是一门既古老又年轻的科学，心理的奥秘还远远没有揭开。

心理学的分支 心理学是自然科学性质和社会科学性质交叉的边缘学科，是关于人的重要科学之一。心理学涉及不同的心理活动方面，其服务领域也是多方面的，因而它有很多分支，并且呈现出越分越细，越来越向其它学科渗透的趋势。心理学的主干是普通心理学，它以正常成年人的心理活动为主要对象，研究心理的一般形式和一般规律。在这个主干上的分支可分为四大类。第一类是研究心理的某一具体方面的分支（如感知、记忆、思维、个性心理学等）；第二类是研究不同主体的心理活动的分支（如比较、儿童、青年、变态心理学等）；第三类是研究不同社会实践领域中的心理活动的分支（如教育、体育、军事、管理、司法、商业、医学心理学等）；第四类是和其它学科交叉渗透形成的分支（如生理、社会、神经、教学心理学等）。

近二十年来，心理学大量利用其它学科的研究成果和各种先进的技术手段，发展较快，它已经使解决如象记忆的实质这样一类问题成为可能。研究大脑——精神问题已成为现代科学各学科的共同前沿，未来的心理学有可能成为带头学科。

同中小学教育教学关系最为密切的是儿童心理学和教育心理学。儿童心理学研究儿童心理发展的规律和儿童各年龄

阶段的心理特征。一个好教师必须了解和掌握儿童心理发展的规律和年龄特征，才能使自己的工作收到良好的实效，促使儿童身心的顺利发展。教育心理学研究学校情境中学与教的基本心理学规律，它是在学校实施教育教学工作的重要科学基础。掌握了教育心理学的原理，有助于科学地设计教学过程。改进教学方法，改善教学效果，从而达到学校教育的目标。

人的心理的产生发展 心理现象是在动物进化的一定阶段上，在对周围复杂环境的长期适应中产生的；是动物神经系统特别是脑发展的结果。最初出现的心理现象是简单的感觉。以后随着外界环境的急剧变化，动物神经系统逐渐复杂化，并出现了脑，继而出现了知觉、记忆、思维的萌芽。动物心理发展为人的心理产生作了生物学上的准备，人的心理是动物心理发展的继续。

人的心理与动物心理有本质区别，是人类社会实践的产物。人的心理在劳动中产生和发展。人类劳动导致了直立行走的确立和手的解放，促进了人脑的发展，为人的心理产生提供了现实可能性。劳动是一种社会集体性的活动，要求确立个人和集体的关系，人们必须接受和传递劳动经验，这些要求促使了人的心理的产生和发展。伴随劳动产生和发展的言语和语言，是人的心理发展的最直接原因。人的较为高级的心理活动总是借助言语而实现的。有了言语，人们就可以借助于它进行抽象思维，通过分析，概括和推理，反映事物的内在联系，认识规律，这样就可以能动地改造自然，改造社会。人们就可以通过语言获得间接的知识和经验；通过文字而世代积累的知识经验，又制约着个体的心理活动，

使人类的认识范围不断地扩大，推动人的心理的发展。

总之，人的心理是在人脑产生的基础上，在人类劳动和劳动中彼此间的社会联系和发展过程中，同语言一道产生和发展的。所以人的心理既是自然历史发展的结果，又是社会历史发展的结果。

心理学研究的任务 心理学研究的基本任务在于探讨心理活动规律。完成这一任务包括三个方面。第一，揭示心理实质，也就是揭示心理同客观现实、心理同人的社会实践的关系以及心理的生理基础。第二，探讨人的认识过程、情感过程、意志过程和个性倾向性、个性心理特征发生、发展的过程和规律。第三，探讨心理活动各方面的相互影响和关系。

心理学探求人的心理活动规律，其最终目的在于实现对人的心理的正确说明，从而对人的心理活动进行准确预测和有效控制。因此，有关培养良好的心理品质，提高心理水平，调整心理状态，端正不良行为的问题，以及预测心理的发展，也是心理学研究的重要任务。

教师学习心理学的意义 任何社会活动都离不开人，研究人类自身对于人们认识与改造社会，认识自己与改造自己具有重要的意义。人们不但要认识和掌握自然与社会的规律，还要科学地了解和掌握自身。心理学作为研究人类自身的科学之一，其成果可以有助于促进自我认识和自我教育，有助于提高人的心理活动质量，有助于改进人的个体行为和社会活动，因此，学习心理学对于所有的人都是必要的。

现代社会发展迅速，人的因素越来越显得重要。人们不论作什么工作，都要与人发生关系，都要解决和处理各种人际关系。同时，个人也必须提高自己的心理品质和修养，从而提高自己的思想品德，改进工作方法，提高工作效率。总之，现代社会各行各业都离不开心理学，因此，可能作为带头科学的心理学，是一切现代人所必需的。

学生品德的形成、知识的掌握以及能力的培养，都有一个心理活动过程。教师全部工作的目的，就是要培养学生高尚的人格，促使学生掌握知识、形成技能、发展能力。为此，教师的教育和教学工作都必须了解和掌握学生认识过程规律，掌握不同学生的认识、情感、意志及个性特点。学习掌握心理学知识，对于正确地组织教育和教学活动，改进教育教学的方法，提高教育和教学质量都具有直接的重要意义。心理学是教育科学的理论依据之一，也是教育教学工作最基本的科学依据之一。因此，一切教师都应学好心理学。

自学心理学的方法 自学心理学的方法应该根据自己的基础知识和时间及书籍条件等因素而定，但根据心理学本身的特点，一般可以遵循以下步骤。

首先，应具备必要的哲学和生理学的知识。这是因为心理学同哲学、生理学的联系最为密切。人的心理是客观现实在人脑中的主观映象，是在人类的社会实践中产生和发展起来的；同时又是通过人脑的高级神经活动来完成的。所以，应该读些讲述辩证唯物主义和历史唯物主义基本知识以及生理学、特别是脑神经生理学的普及或简明读物，以作为进一步阅读心理学书籍、自学心理学的准备。

其次，应该阅读普通心理学的书籍。因为普通心理是整

个心理学的基础。掌握了普通心理学关于心理实质的理论和关于正常成年人心理活动的规律，才能够更好地理解儿童和青少年的心理活动的特殊规律，掌握了作为“杠杆”的普通心理学，再学习其它分支心理学，可以“事半功倍”。反之，不了解普通心理学知识，很难真正领会和掌握其它特殊领域的心理学规律。

在学习了普通心理学以后，才根据自己的职业和个人兴趣去选学心理学的分支。作为教师，主要应该研究儿童和青少年心理活动规律的“儿童心理学”和“青年心理学”以及研究学校情境中学与教基本心理学规律的“教育心理学”，以求运用其基本知识，为教育教学服务。教师在学习了心理学知识后，容易要求“立竿见影”，要求有关知识和教育教学的实际问题“一一对应”，如果一旦在书上的有关章节找不到现成答案，还容易灰心，认为心理学知识没有用等等。实际上不通过自己的艰巨努力，把心理学理论知识同自己的教育、教学工作实际有机地联系起来，仅仅靠读一两本心理学教科书，记得几条概念原理，是不可能真正解决实际问题的。学习心理学，应当掌握它的基本结构、基本理论和基本方法，而且用它们来解释和研究学生的心理活动，指导和改进自己的工作、学习和生活。也就是说应当把它们同自己已有的知识经验融为一体，使其成为自己的能够自觉应用的观念而不是作为“身外之物”、用后即扔的“敲门砖”。这不是很容易的事，例如，教师给自己所教的学生做心理鉴定，是应用所学心理学知识的一个好机会，但是，如果没有真正掌握有关的理论和方法，只是照章办事，结果也可能脱离学生实际；相反，将有关心理鉴定的知识融会贯通了，就能够创造性地应用有关原理和方法，对学习做出实事求是的心理

鉴定。

由于心理学是一门正在发展中的学科，所以概念的提法。原理的表述并不一致，很多观点是在讨论之中，而且引用了很多国外的研究资料，我们在自学心理学时还要善于比较，鉴别，坚持科学的求实态度。

心理学研究的基本原则 客观性原则是心理学研究的基本原则。所谓客观性原则简单地说就是实事求是。心理学研究的对象是人，人作为一个社会的和生物的实体，要受到诸多因素的复杂影响。因此，心理学研究更要注意客观性。心理学研究中贯彻客观性原则必须做到三点：第一，探索任何心理活动规律必须依据客观事实，切忌主观臆测。客观事实不是任意的，而是别人也可以观察并且经得起检验的。第二，心理学的实验研究必须如实记录，必须控制一定的条件。我们是通过人的生理变化或外部行为表现来推测人的心理活动的，要客观地研究人的心理活动，就必须如实记录这些变化和表现，否则，就谈不上任何真实性、客观性。另外，心理活动受各方面因素的影响，必须控制其中的一些因素，才能得到所需的客观结果。例如，你要知道学生真实的学习动机，就要采取一定方法，控制学生畏惧、怕羞等因素的影响，这就叫控制条件。第三，心理学研究的成果和结论必须经受实践检验。实践是检验真理的唯一标准。心理学研究成果和结论是不是真理，只有在实践中经受检验并在实践中发展。如实践证明错了，就需要作进一步的研究、修正、补充，甚至摒弃。

观察法 是心理学研究的主要方法之一。观察法是在日