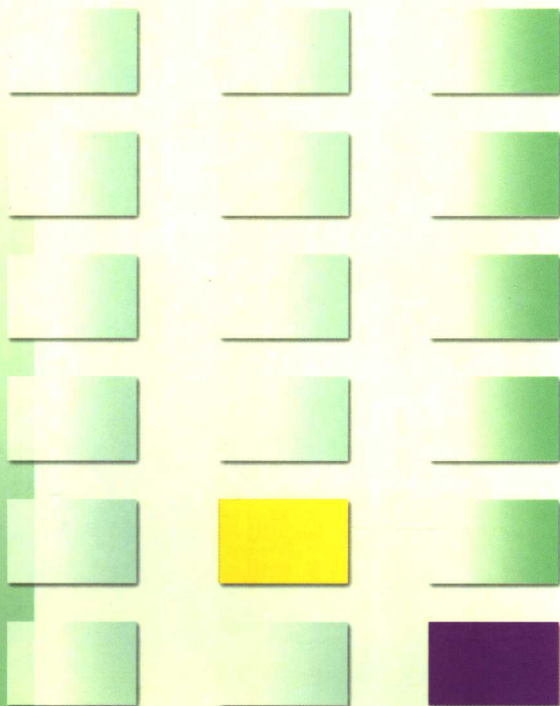


主编 易小文
陈杰



教育心理学

JIAOYU

XINLIXUE

北京工业大学出版社

教育心理学

主 编 易小文 陈 杰

主 审 徐厚道

副主编 李雪平 张银爱 李 焱

编著人员：(以姓氏笔画为序)

王旭红 刘超良 陈 杰

李 焱 李军霞 李国强

李重阳 李雪平 张振宁

张银爱 张晓璐 沈澜涛

易小文 柳小年 龚跃华

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教育心理学 / 易小文, 陈杰主编. —北京: 北京工业大学出版社, 2006.9
ISBN 7-5639-1683-0

I. 教… II. ①易…②陈… III. 教育心理学—高等学校—教材 IV. G44
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 075974 号

教育心理学

主编 易小文 陈 杰

※

北京工业大学出版社出版发行

邮编: 100022 电话: (010)67392308

各地新华书店经销

徐水宏远印刷厂印刷

※

2006 年 7 月第 1 版 2006 年 9 月第 2 次印刷

787mm × 960mm 16 开本 18 印张 350 千字

印数: 5001~8000 册

ISBN 7-5639-1683-0/G · 834

定价: 32.00 元

前 言

古老而年青的心理学越来越受到人们的青睐，因为越来越多的人深刻地认识到，心理素质是人的核心素质、第一素质。一个人心理素质好，可以认知敏锐、情绪愉悦、志坚耐挫、人际和谐、办事卓越、成果丰硕、青春常驻、延年益寿。为了提高自身心理素质，为了全面提高生活质量，必须借助心理学知识的帮助。现在心理学已经由“装饰品”变为地地道道的“必需品”了。

作为教师，为了使学生、同时也使自己能够充分享受人间的文明与幸福，应该比一般人具有更好的心理素质，在任何情境下都善于自我心理调节，能保持自身的心理和谐；必须懂得按照心理学的原理，科学地组织教育、教学工作，自觉地、明智地、有效地提高教育、教学质量；还应该具有对学生进行心理辅导的能力，善于发现学生中存在的心理问题，能够运用基本的心理咨询与治疗技术，帮助学生正确处理心理问题，排除心理障碍，矫正人格偏差，等等。显然，教师必须比一般人懂得更广泛、更精深的心理学知识。

实施教师养成教育，必须按规定设置教育课程，其中有一门就是“教育心理学”。我们撰写的这本《教育心理学》侧重研究中等学校情境中，学生的“学”与教师的“教”的基本心理规律，因而很适合做旨在培养中等学校教师（包括普通初级中学、普通高级中学、初等职业学校、中等职业学校）的高等学校相应专业的教材。现在，培养教师已经不是师范院校的专利了，高等学校中非师范类的理、工、农、医、文、法、经、管等专业的本科毕业生，经过一定的考核、考试，也可以获得中等学校《教师资格证书》。必须考试的科目中，有一门就是“教育心理学”。本书包涵了国家教育部人事司与考试中心制定的，适用于中学教师资格申请者的《教育心理学考试大纲》的内容，因而也可以作为他们的学习资料。

本书在结构和体系上，改变了沿袭已久的作法。随着对问题儿童（广义）临床心理学研究的进展，在20世纪30年代，一门新的应用心理学——学校心理学正式产生。学校心理学是运用心理测量、诊断、咨询、行为矫正等手段为学生提供服务的——门应用学科。它的研究对象是未成年学生的心理行为问题及其调治技术，故实际上成了教育心理学的延伸与扩充。我们认为，当今的教育心理学，应该顺理成章地把学校心理学的内容包括进去。本书吸收了学校心理学的不少内

容，以期为正在普及的心理健康教育服务。

另外，本书吸收了心理学研究的许多新成果，引用了20世纪80年代以后的众多材料。为了加大理论的深度，我们采取“古今中外法”，有选择地介绍了各家、各派的学说，清楚地区分了某些概念的广义和狭义、动态与静态的不同含义。为了贴切地联系实际，增加应用的可操作性，采撷了一些广为适用的测验题，比较详细地列举了重要的实例，具体介绍了多项实际训练的操作程序和方法。

我们赞赏“编写教材也要提倡百家争鸣”^①的观点，为了活跃学术气氛，抛开了可能妨碍学生应试的顾虑，大胆地提出了一些新概念、新命题。例如，提出了人的心理素质的三维结构论，提出了“情志因素”这样的新概念与认知因素对称，提出了“德性”这样的新概念与“才”或“灵性”对称，并把这种作为个人品质的“德性”与作为社会规范的“德”区别开来；提出了心理健康教育不宜融入德育范畴的看法等。有些看法不一定成熟，只好容后完善。

教材不仅是教师施教的材料，同时也是学生自学的材料。专家指出：“每门课程的教材最好写得详细一些”，“教材要便于教师教学，也要便于学生自学”。我们力求如此。目前高校教育心理学课程的授课时数不一，教师就应根据实际情况予以安排，如同专家说的那样：“教师可以不全部按照教材教学，可以重点的讲解，留一部分让学生自学。”^②

本书由易小文、陈杰担任主编，李雪平、张银爱、李焱担任副主编。参加编著的人员有（以姓氏笔画为序）：王旭红、刘超良、陈杰、李焱、李军霞、李国强、李重阳、李雪平、张振宁、张银爱、张晓璐、沈澜涛、易小文、柳小年、龚跃华。湖南省心理学会荣誉理事长徐厚道教授，欣然接受我们的恭请，担任本书的主审，从宏观到微观，提了许多宝贵的意见，作了不少修改和补充，在此表示衷心的感谢！

有识之士发现了本书的缺点、错误，请不吝指教！

编者
2006年5月

① 《潘菽心理学文选》，第541页，南京，江苏教育出版社，1987。

② 《潘菽心理学文选》，第555页，南京，江苏教育出版社，1987。

目 录

前 言	(1)
-----------	-------

第一篇 总 论

第一章 心理与教育	(3)
第一节 心理现象及其规律性	(3)
第二节 教育的含义、等级与类型	(7)
第三节 心理与教育的关系	(10)
第二章 教育心理学的基本问题	(13)
第一节 教育心理学的研究对象	(13)
第二节 教育心理学的发展简史	(15)
第三节 学习与研究教育心理学的意义	(19)
第四节 研究教育心理学的原则与方法	(22)
第三章 个体的发展与中学生的心理特征	(26)
第一节 个体发展的概念	(26)
第二节 影响个体发展的基本因素	(29)
第三节 个体身心发展的基本特性	(34)
第四节 中学生的心理特征	(37)
第四章 教师心理	(41)
第一节 教师的职业角色	(41)
第二节 教师的专业能力	(44)
第三节 教师的心理素质	(50)

第二篇 学习心理

第五章 学习的基本问题	(59)
第一节 学习的意义与特点	(59)
第二节 学习的分类	(61)
第三节 学习的理论	(63)

第六章 学习动机	(70)
第一节 学习动机的意义	(70)
第二节 学习动机的理论	(74)
第三节 学习动机的培养与激发	(79)
第七章 学习迁移	(84)
第一节 学习迁移的意义	(84)
第二节 学习迁移的理论	(86)
第三节 学习迁移的促进	(88)

第三篇 不同类型的学习

第八章 知识的学习	(93)
第一节 知识概述	(93)
第二节 概念的形成	(94)
第三节 原理的学习	(97)
第四节 学习策略的学习	(100)
第九章 技能的学习	(106)
第一节 技能的意义与种类	(106)
第二节 动作技能的形成	(109)
第三节 心智技能的形成	(113)
第十章 问题解决与创造性	(117)
第一节 问题的解决	(117)
第二节 创造性的意义与心理结构	(122)
第三节 创造性思维	(126)
第四节 创造性的培养	(131)

第四篇 教学心理

第十一章 教学设计	(137)
第一节 教学设计的意义与原则	(137)
第二节 教学目标的设计	(138)
第三节 教学策略的设计	(142)
第四节 教学媒体的设计	(148)
第十二章 课堂管理	(151)
第一节 课堂管理的意义与原则	(151)

第二节 课堂纪律的管理	(155)
第三节 课堂问题行为的处理	(158)
第十三章 心理的个别差异与施教	(162)
第一节 学生心理的个别差异	(162)
第二节 因材施教	(167)
第十四章 教学测量与评定	(171)
第一节 教学测量与评定的意义	(171)
第二节 有效测验的基本要求	(176)
第三节 测验与评定的技术	(178)

第五篇 社会适应性行为的引导

第十五章 德性的培育	(187)
第一节 德性的概念和心理结构	(187)
第二节 德性形成和培育过程的基本规律	(188)
第三节 德性培育的心理策略	(190)
第四节 德性培育的过程	(196)
第五节 学生德性不良的矫正	(200)
第十六章 群体心理与人际关系的改善	(203)
第一节 群体心理现象及其意义	(203)
第二节 班集体的建设	(208)
第三节 人际关系的改善	(212)
第十七章 性心理与异性交往的调适	(222)
第一节 性心理的概念与发展	(222)
第二节 青春期性心理的调适	(224)
第三节 青春期的异性交往	(231)

第六篇 心理健康教育

第十八章 心理健康的状态与干预	(237)
第一节 心理健康的概念	(237)
第二节 心理障碍与心理疾病	(244)
第三节 心理健康的影响因素与干预	(249)
第十九章 心理健康教育的原理与实施	(252)
第一节 心理健康教育的意义	(252)

第二节	心理健康教育的目标、内容与原则	(255)
第三节	心理健康教育的基本措施	(258)
第四节	心理健康教育的要项	(260)
第二十章	心理咨询与心理治疗	(264)
第一节	心理咨询与心理治疗的含义	(264)
第二节	心理咨询的运作	(266)
第三节	心理治疗的理论与方法	(269)

第一篇

总 论

第一章

心理与教育

第一节 心理现象及其规律性

一、心理现象的系统分析

人的心理现象，也叫做精神现象或内心活动，是一个极为复杂和奇妙的领域。心理学就以这个领域作为自己的研究对象。心理学研究者把人的千姿百态的心理现象作了如下的系统分析。

（一）心理过程

心理过程就是人所进行的各种心理活动，是心理现象的动态。人的心理活动很多，它们都有发生、进行、终结的过程，故称之为心理过程，可分为认识过程、情感过程、意志过程。这是三分法。

1. 认识过程

认识过程又称认知过程，是人了解客观事物时所进行的各种心理活动。人通过自己的感觉器官了解客观事物的个别属性，如看到颜色、听到声音、闻到气味、尝到味道，这是感觉；各种感觉的有机结合，形成关于客观事物的整体形象，如看到鲜艳的五星红旗，听到雄壮的国歌，就是知觉。感觉和知觉很难分开，都是对客观事物表面形象的认识。人要获得关于事物的本质及规律性的认识，就会在头脑里进行一系列分析、综合活动，这就是思维；人还可以在头脑里创造出自己未曾感知过、甚至在现实中不存在的事物的形象，这就是想象；人对客观事物的认识结果，在头脑里保留下来，必要时再现出来，这就是记忆。感觉、知觉、思维、想象、记忆等，就是认识过程的各种心理活动。人通过这些活动，求得对客观事物正确而恰当的反映。

2. 情感过程

人在接触和认识客观事物的过程中，绝不是无动于衷、冷漠无情的，总会根据事物与自己的关系，产生不同的内心体验和态度，如喜悦、舒畅、愤怒、悲哀、恐慌、惊奇等，这些心理活动就是情感过程。

3. 意志过程

人并不是消极地认识世界的，而是根据自己的认识，按一定的目的，通过一定的行动去反作用世界的，如主动适应、施加影响、进行改造、推陈出新等。这种在行动的决断、执行和坚持过程中所进行的各种心理活动，就是意志过程。

认识过程、情感过程、意志过程（简称知、情、意）是一个人统一的心理活动中的不同方面，只是在某个具体时间，侧重于某一方面而已。

我国现代心理学奠基者潘菽（1897—1988）主张把心理过程只分为认识过程和意向过程，这便是二分法。他认为，人的心理活动归纳起来就只有两项：一是对客观世界的反映活动即认识活动；二是对客观世界的对待活动即意向活动，情感和意志都属于意向活动。情感是表现人对客观事物态度（喜、怒、好、恶等）的意向活动，是带有较广泛机体变化的意向活动；意志是有目的的决断、实行并克服困难以求达到目的的意向活动。

（二）个性心理

俗话说：“人心不同，各如其面。”人在生活、实践过程中，不仅产生了各种各样的心理活动，而且每个人的心理活动都表现出自己的一些特点，使人与人之间在心理上存在着个别差异。个人在心理上的差异就是个性心理，它具有相对稳定性，是心理现象的静态。一般又将其分为个性心理倾向和个性心理特征两方面。

1. 个性心理倾向

个性心理倾向又叫个性倾向性，是决定个人对事物态度和行为的内部动力系统，包括那些具有一定动力性和稳定性的心理成分，如需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观。由于个人在这些方面都有不同，因而个人活动的趋向性（被动）、选择性与积极性也有所不同。

2. 个性心理特征

个性心理特征是一个人身上经常表现出来的本质的心理特征。如有的人思维深刻、想象丰富、记忆持久，有的人思维肤浅、想象贫乏、记忆短暂，有的人具有艺术表现才能，有的人则具有技术操作能力，这是智力、能力（合称智能）的差别；有人热情、有人冷淡，有人健谈、有人寡言，有人灵活、有人迟钝，有人稳重、有人轻率，有人勤奋、有人懒惰，这是气质、性格（有时也把二者合称为人格）的差异。智力、能力、气质、性格是个性心理特征的主要方面。

在我国的教育实践领域，人们为了操作上的方便，常把心理现象简单地划分

为智力因素和非智力因素两项。智力因素就是指认识活动和与之相应的各种能力,除此以外的心理因素都属于非智力因素。但相当多的人不能准确把握这个概念的内涵与外延,在使用非智力因素概念时,常常望文生义,把某些非心理因素也包括进去了。

以上对心理现象的各个方面作了细致的剖析,暂时把各种各样的心理现象孤立了起来,这是分;但又绝不能忽视考察心理现象各个方面的联系,这是合。有分有合,才能真正全面了解它的本来面目。人的心理是个统一的整体,心理过程与个性心理是密切联系、相互融合的。一方面,每个人的各种心理过程都带有个性心理特征;另一方面,个性心理特征又在心理过程中形成,并通过心理过程表现出来。既没有不带个性心理特征色彩的心理过程,也没有不表现在心理过程中的个性心理特征。心理过程中的知、情、意之间,关系也十分密切:认识是基础,情感与意志将认识化为行动的动力,又反过来影响认识的发展。个性心理中的心理倾向和心理特征之间,也都是相互影响、彼此制约的,如一个人的能力大小,与他的兴趣倾向密切相关,兴趣越浓,能力发展越快,反之亦然。这就是人的心理的全貌。

二、心理素质的结构

素质的含义是“人或事物在某些方面的本来特点和原有基础”^①。人的素质,既包括生来就有的解剖生理上的某些特点,也包括后天习得的并已相当稳固的各方面特质,这样它就可分为身体素质(含遗传素质)、心理素质、社会素质(一般指科学文化素质和思想道德素质)三类。虽然彼此有十分密切的联系,但各自又都有独立性,每一类素质都是不能被其他一类或几类素质所涵括的。

“心理素质就是一个人生活实践中,由于心理活动的积淀而逐渐形成并相对稳定的基础性的心理结构和品质。”^②它比前面所讲的个性心理特征有更宽、更深的内容,但又不能统摄个人心理的全部,故有必要突出它的基础性,即是指那些重要的、典型的、影响力大的、具有潜在发展力的方面。我们认为,心理素质的结构不是“板块状”的,而是“空间网络状”^③的,即它有三个维度,每个维度又包括多项因素。

(一) 因素特征

因素特征是以对心理现象的系统分析为基础,并把它的动态和静态结合起来,从而概括出其中的结构和特征。具体而言,可以分为以下两项。

① 《辞海》,第3200页,上海,上海辞书出版社,1989。

② 徐厚道:《心理与教理导论》,第3页,北京,中国林业出版社,2000。

③ 徐厚道:《心理与教理导论》,第4页,北京,中国林业出版社,2000。

1. 认知素质

认知素质又叫认知-智能素质。如观察的敏锐性和准确性,思维的深刻性、批判性和独创性,想象的丰富性和新颖性,记忆的迅速性和持久性,智商的高低,能力的类型。

2. 情志素质

情志素质又叫人格-情志素质。如情感的丰富性和倾向性,情绪的敏感性和调控力,理想和抱负的取向(志向),意志的果断性和坚忍性(志气),志趣的广泛性和稳定性,挫折的承受力和调节力,人格的特征及其和谐性。

(二) 人文品质

第二维度是人文状况。描述和评估个人心理素质不能脱离现实,特别是社会的人文精神。在对人的基本心理现象作出系统分析之前,古人就是从这个角度谈人的心理的。它可以从对己、对人、对事三方面的心理品质中体现出来。

其一是自我意识,如自我认识的准确性,自我体验的积极性,自我调控的完善性。

其二是人际关系,如人际交往的态度,人际关系的协调性,对人的真诚性和宽容性。

其三是办事风格,如是否严谨、踏实,是否遵守时间,是否讲究效率,是否勤奋、执著,是否力求创新。

心理的人文品质中的许多内容,具有社会制约性和意识形态倾向,故涉及他人和社会的部分,就与德性的某些内容相吻合了。

(三) 心理健康状况

其一是否存在或在多大程度上存在心理障碍和心理疾病,这是心理健康与否的基本表现,如同身体有没有疾病是身体健康与否的基本表现一样。

其二是否具有一种积极发展的心理状态,这是心理健康本质的含义,它意味着要消除一切不健康的心理倾向,使一个人的心理处于良好的发展状态。

心理健康有一些基本的标准,一个人即使全部符合,也只能算他心理健康,还不能说他有很好的心理素质。

三、心理的规律性

人的心理现象尽管千姿百态、千变万化,但并不是无定的。它和宇宙中的各种自然现象一样,也是具有客观规律性的。规律是现象中同一的东西,是客观事物的本质联系,是一件事物和它以外的事物的关联,是若干事物的变化之间的确定关系。所谓确定的关系,就是必然的关系。的确,人的心理与许多因素之间都存在着确定的关系,这就是各种各样的心理规律。其基本规律表现在以下四个方面。

1. 心物关系

人的心理现象与物质世界、环境条件具有确定的关系。心理绝不是主观自生的，它依赖物质世界、环境条件，是对物质世界、环境条件的反映。物质世界、环境条件（自变量）的变化，必然引起心理现象（因变量）的变化；反过来，心理现象和它所支配的种种实践活动（自变量）的变化，又会引起物质世界、环境条件（因变量）产生相应的变化。

2. 心身关系

人的心理现象与人体器官具有确定的关系。一方面，心理现象的产生，需要以肉体器官（主要是脑）为物质载体，脑及其他有关的肉体器官的活动，必然引起心理现象的产生与变化，所谓心理的生理机制，就是指的这方面关系；另一方面，有些心理现象的产生与变化，也可以引起生理上的变化，如情绪对身体健康就有明显的影响。

3. 心理现象之间的关系

这种心理现象与那种心理现象，都存在一定的相互影响，譬如，前述心理过程与个性心理的关系，知、情、意之间的关系，个性心理倾向与个性心理特征的关系，就存在着规律性的东西。此外，还有过去的心理对当前心理的影响，现在的心理对未来心理的影响等。

4. 心理与外部活动的关系

一方面，心理活动可以支配与调节自己的外部活动，个性心理可以影响活动的进行与效率；另一方面，一些外现性的活动又会影响人的心理的发展与变化，它们之间也有确定性的关系，这也是心理规律的重要方面。

心理学中所研究的“关系”、“条件”、“特征”、“品质”，都是从不同的侧面揭示心理规律的。由于规律有不同的形式，所以表述规律的语言，自然也有不同的形式。如物理学上用定律、公式的形式来表达规律，显得十分精确，但很多心理规律是不能用这种形式表述的。

第二节 教育的含义、等级与类型

一、教育的概念

教育是塑造和提高人的素质的社会实践活动。作为特定的科学概念，教育有广义和狭义之分。

（一）教育概念的广义

广义的教育是指有意识地以人的身心为直接对象、以影响人的身心发展为目

要和直接目的的社会活动。教育属于人类社会实践活动，教育活动的本质、独特性及其他社会活动的区别在于：教育活动的直接对象是人和人的身心各个方面，不仅指向人的身心健康方面，更注重指向人的智慧、创造力、品德这些本质方面，而物质生产、精神生产以物质、精神为活动对象，医疗主要指向人的身心疾病；教育活动的目的或独特能力，是对人的身心发展产生积极的影响，其他各种社会活动亦会对人的身心发展产生影响，亦具有教育上的意义和作用，但这种影响和作用可能是无意识的、次要的、附带的、派生的，既可能是积极的影响和作用，也可能是消极的影响和作用。

广义的教育系统包括家庭教育、学校教育、社会教育三种教育形式。

（二）教育概念的狭义

狭义的教育是指学校教育，它是人类社会发展到一定历史阶段的产物，是教育的一种主要形式。其含义是由专业人员承担的，在专门机构中有目的、有计划、有组织地进行的，以促进学生的身心发展为首要和直接目的的教育活动。

学校教育的主要特点是：

（1）专门化和制度化。专门化主要体现在具有专门的机构、专门的教职人员和学生，制度化则体现在各级各类学校之间的关系、学校内部各部门之间的关系、各类课程之间的关系上，都有一定的制度规定和约束。

（2）有计划、有组织、有系统地对学生的身心施加影响。

（3）以教学为主要教育活动。教学是具有严密组织形式的，以传授与学习系统知识为核心的、统一的师生双边活动。它是学校培养人的基本途径。这就是说，学校主要以学习人类积累的基本经验为基础和手段，影响人的身心变化发展。

教育属于社会整体活动中的一部分，部分从属于整体，部分只有在与整体的其他各部分有机相联时，才能发挥其独特的作用，受教育者的发展不仅是受教育者自己的事，学校专职机构的事，而且是全社会的事。因此，研究教育绝不能忽视或脱离与其他社会活动以及受教育者自我教育的有机联系，而应协调一致，相互配合。只有这样，才能全面、准确地揭示教育规律，实现整个教育在时空上的紧密衔接，保证整个教育方向上的一致，实现各种教育之间的功能互补，从而有效解决教育与人的发展问题。

二、学校教育的等级

近现代的学校教育通常按照受教育者的不同年龄及其身心发展的不同阶段施以不同性质的教育。我国同大多数国家一样，把教育分为初等教育、中等教育、高等教育几个等级。

（一）初等教育

初等教育，又称小学教育，是我国学校教育中的第一阶段。其任务是对6至