



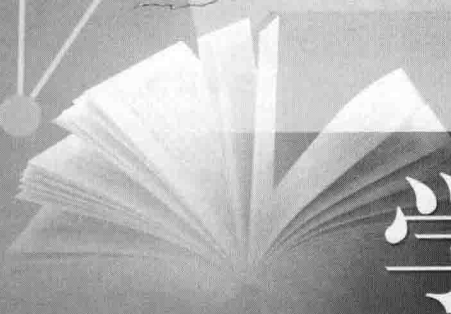
学习心理

XUEXI XINLI FUDAO 辅导

邢强 陈丹丹 编著



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS



学习心理

XUEXI XINLI FUDAO 辅导

邢强 陈丹丹◎编著



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

学习心理辅导/邢强, 陈丹丹编著. —广州: 暨南大学出版社, 2014. 3
ISBN 978 - 7 - 5668 - 0898 - 1

I. ①学… II. ①邢… ②陈… III. ①学习心理学—青年读物 ②学习心理学—少年读物 IV. ①G442 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 317389 号

出版发行: 暨南大学出版社

地 址: 中国广州暨南大学

电 话: 总编室 (8620) 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85228292 (邮购)

传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编: 510630

网 址: <http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版: 广州市天河星辰文化发展部照排中心

印 刷: 湛江日报社印刷厂

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 14

字 数: 300 千

版 次: 2014 年 3 月第 1 版

印 次: 2014 年 3 月第 1 次

定 价: 29.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换)

导 言

本书是邢强教授主持的广州市教育科学“十一五”规划面上重点课题“中小学生学习倦怠的心理机制与干预策略研究”的成果之一。课题组运用理论分析、访问座谈、实证研究等方法，对中小学生学习心理问题进行了较为系统的研究。本书是对中小学生学习心理辅导的实践性读物。

全书共分为10章，对中小学学习心理辅导的理论和实践操作进行了较为系统的论述，为方便阅读，对各章的内容简介如下：

第一章“学习与学习心理辅导”。学习涉及知识、技能、策略、态度、行为、信仰等的获得与改变，正因为学习的包罗万象，所以学习领域永远是一个充满挑战和活力的领域。自1879年心理学成为一门独立的科学开始，心理学家对学习问题的研究和探索一直没有停止过，形成了形形色色的解释学习的观点。20世纪教育改革运动催生了心理学理论在学校情境的广泛应用，学校心理辅导也成为现代学校的一个重要标志。学习心理辅导是学校心理辅导的重要内容，而学习心理辅导的原理是以大量学习理论为基础的，正是基于此考虑，本章首先介绍学习及学习理论的基本框架，然后介绍学校学习心理辅导的基本知识，包括学习心理辅导的基本方法、学习心理辅导的基本内容，以期读者对本书的论述主题与框架体系有一个清晰的认识。

第二章“学习的苗圃——环境对学习的支持”。人生活在环境中，难以脱开环境对身心发展的影响。在心理学研究中，环境通常是相对于主体而言，环境外在于人的主体并且对主体起作用。早期所说的环境主要是指物理环境，就是我们所生活的物质世界中那些影响我们心理的外在因素。实际上，对人类心理产生影响的环境，并不仅仅是物质上的，同时也是社会上的、心理上的。心理环境对人至关重要。即使是天才，没有适宜的环境也无法发挥他的能力。人处在适宜的环境中，得到环境的支持，就有可能健康全面地发展，而处在不健康的环境中，身心发展都会出现不同程度的问题。儿童发展在现实社会生活中是一个长期的过程，在这个过程中，必然受到社会生活环境各个方面的影响。其中家庭、学校、社会文化等对儿童的影响尤为突出，本章将重点讨论来自这三个支持系统的影响。

第三章“学会学习——学习策略辅导”。学习策略是学习过程的三个支架之一（另外两个是学习兴趣和学习的动机），是影响学习成效的重要因素。要对中小学生的学习策略进行辅导，首先就要弄清楚学习策略的本质。实际上人们经常在不同的

层面上谈学习策略问题或使用“学习策略”的概念。对于学习策略的分类也没有统一的看法，根据其多变的定义，学习策略有时指学习的整体计划，有时指学习者的自我控制，有时指具体的学习方法。一方面反映了学习的复杂性，另一方面也说明学习策略是有层次的。学习策略的使用不是孤立的，它必然受到与学习者有关的主客观因素的影响。

第四章“能力提升——学习能力辅导”。学习能力一般是指人们在正式学习或非正式学习环境下，自我求知、做事、自我发展的能力。就在校学习而言，学习能力是学生通过教师的指导而掌握科学的学习方法，也就是通常我们所说的“会学”。所以，学生只有懂得“会学”，才能实现“学会”，才能不断提高学习能力。也有人将其看成是学生的一种个性特征，因为学生作为独立的个体，能够根据自己的理解，运用科学的学习方法去获取学习所需要的信息，加工和利用信息，分析和解决实际问题。这样看来，其实每个人都有了属于自己的学习能力。虽然中小学阶段并未对学科做出明确的文理分科的划分，但是文科如语文、英语、思想政治等学科与理科如数学的学习方法是不同的，思维模式也不尽相同，针对相应学科能力可对学生的学习能力进行训练提升。

第五章“行为激励——学习动机辅导”。学习动机是指激励并维持学生朝向某一目标的学习行为的动力倾向。按学习动机的来源可以将学习动机分为外部动机和内部动机。外部动机指因学习活动外部后果而引起的动机；内部动机指因学习活动本身的意义和价值所引起的动机。按照学习动机与需要的关系可以将学习动机分为认知内驱力、自我提高内驱力、附属内驱力。认知内驱力指要求了解、理解和掌握知识以及解决问题的需要。自我提高内驱力指个体因为自己的胜任或工作能力而赢得相应地位的需要。附属内驱力指个体为了保持长辈们的赞许或认可而表现出把工作做好的一种需要，属于外部动机。按学习动机与意识的关系可以将学习动机分为有意识的动机和无意识的动机。有意识的动机，是能够意识到的此时此刻的动机；无意识的动机的概念主要来自于弗洛伊德关于无意识的研究，他认为我们有些动机被无意识地压抑在内心，这些动机只能通过梦、笔误或者口误的形式表现出来。各种心理学流派对学习动机的解释各不相同，从而形成了不同的动机激励模式。

第六章“合理解释——学习归因辅导”。归因是指个体对自己或他人的行为结果的原因的知觉和判断，通俗地说就是寻找行为结果背后的原因。当个体行为引起一定的结果，人们通常会去寻求结果背后的原因，为什么会发生这件事情？人们可能会推测事情发生的各种原因，这就是一个归因的过程。归因可能是对自己行为后果寻找原因，也可能是对他人行为后果寻找原因，如果行为后果相同，而引起这种行为后果的主体不同，个体的归因也会不同，这样一些归因的结果会影响之后个体的行为。归因在学生学习生活中普遍存在，因此形成正确的归因风格非常重要。

第七章“找回自我——自信心辅导”。自信心是多层面的，包括学习自信心、

社交自信心和身体外形的自信心等。我们关注的是学习自信心。学习自信心是指学生对自己学习能力能不能达到某个学习目标的判定。学业自信心也称学习自信心,指的是学生对自己的学习行为影响学业成绩所持的有效或无效的感觉。本章根据心理学的相关理论,提出了三种提升自信的方法。

第八章“兴趣培养——学习兴趣辅导”。学习兴趣是指学生渴求获得知识、探求真理而力求认知某种事物或参与某种活动的积极倾向。按兴趣的来源,可分为直接兴趣和间接兴趣。直接兴趣是指对事物或活动本身感到需要而产生的兴趣,新奇或与需要直接相符的事物较易引起人的直接兴趣,该事物或活动本身就能使人产生愉悦感。间接兴趣是指对事物或活动的未来结果感到需要而产生的兴趣,因此没有愉悦感。根据兴趣的内容可以分为物质兴趣和精神兴趣。物质兴趣是以人的物质需要为基础的兴趣,主要表现在对物质生活用品和精神生活用品上。如果单单以满足对某种事物的偏好和渴望来激发学生学习的动机,学生虽然会努力追求成绩,但他们可能会混淆学习的意义,认为学习是为了获取物质奖励。精神兴趣是以人的精神需要为基础的兴趣,一个人对某一事物越有精神兴趣,就越容易产生直接兴趣。按兴趣的深度、范围和稳定性分,初级水平、范围广且不稳定的兴趣是有趣,较高级水平、范围和稳定性居中的兴趣是乐趣,高级水平、范围窄且稳定的兴趣是志趣。根据兴趣的特点,提出了相应的辅导策略。

第九章“提高情商——学业情绪辅导”。学业情绪是指在教学或学习过程中,与学生学业活动相关的各种情绪体验,包括在课堂学习活动中和完成作业过程中以及考试期间的情绪体验。学业情绪与成就动机、归因、自我效能感有着密切的联系,良好的学业情绪不仅有助于学生认知活动的开展和主动学习态度的培养,而且有助于建立良好的师生关系,促进学生身心健康发展。情绪调节是个体管理和改变自己或他人情绪的过程,在这个过程中,通过一定的策略和机制,使情绪在生理活动、主观体验、表情行为等方面发生一定的变化。

第十章“改变困境——学习困难辅导”。学习困难是一种特殊的学习心理问题,学习困难学生是指那些由于教育方法、学习方法、心理行为失当,导致不能适应学习、学习成绩低下的学生。由于在教学实践中,教师容易对学习困难这一问题进行错误判断,所以本章列举了判断学习困难的标准以及学习困难学生的特征,提出了一些帮助学习困难学生走出学习困难的途径和方法。

目录

CONTENTS

导 言	001
第一章 学习与学习心理辅导	
第一节 学习基本问题概述	002
第二节 学习心理辅导的知识体系	013
第二章 学习的苗圃——环境对学习的支持	
第一节 理解社会支持系统	024
第二节 社会支持系统的组成及其构建	026
第三章 学会学习——学习策略辅导	
第一节 认识“学习策略”	043
第二节 问题解决与学科学习	051
第三节 元认知策略辅导	060
第四章 能力提升——学习能力辅导	
第一节 认识学习能力	072
第二节 学生学习能力的培养	079
第五章 行为激励——学习动机辅导	
第一节 学习动机的概念	092
第二节 学习动机的相关理论	098
第三节 激发学习动机的策略和原则	102

第六章 合理解释——学习归因辅导

- 第一节 归因及其相关概念 112
- 第二节 归因理论及其应用 113
- 第三节 归因偏差 120
- 第四节 影响学生归因的因素 122
- 第五节 学习归因辅导的原则与路径 125

第七章 找回自我——自信心辅导

- 第一节 学习自信心的含义 130
- 第二节 自信心辅导 135

第八章 兴趣培养——学习兴趣辅导

- 第一节 学习兴趣的含义和意义 150
- 第二节 “谁”动了你的“学习兴趣” 154
- 第三节 学习兴趣的培养和激发 158

第九章 提高情商——学业情绪辅导

- 第一节 学业情绪 169
- 第二节 情绪的自我调节 179
- 第三节 情绪障碍 185

第十章 改变困境——学习困难辅导

- 第一节 学习困难及学困生的诊断 201
- 第二节 帮助学困生走出困境 206

后 记 217

第一章

学习与学习心理辅导

本章导航

- 第一节 学习基本问题概述
 - 学习的界定
 - 学习的基本理论
- 第二节 学习心理辅导的知识体系
 - 学习心理辅导的基本方法
 - 学习心理辅导的基本内容

引言

孩子需要的是培养引导，而非像驯兽一样的训练。

——简·希利

学习涉及知识、技能、策略、态度、行为、信仰等的获得与改变，正是因为学习的包罗万象，学习领域也永远是一个充满挑战和活力的领域。自1879年心理学成为一门独立的科学开始，心理学家对学习问题的研究和探索一直没有停止过，形成了形形色色解释学习的观点。20世纪教育改革运动催生了心理学理论在学校情境的广泛应用，学校心理辅导也成为现代学校的一个重要标志。学习心理辅导是学校心理辅导的重要内容，而学习心理辅导的原理是以大量学习理论为基础的，正是基于此考虑，本章首先介绍学习理论的基本框架，然后介绍学校学习心理辅导的基本内容。

第一节 学习基本问题概述

一 学习的界定

著名学习理论家谢尔（Shuell，1986）指出：学习就是学习者因经验而导致行为或行为潜能的相对持久的变化。在这个定义中，首先，强调行为的改变，或行为能力的改变。当人们做某件事的方式有所改变时，我们就说他们学会了。学习包含着发展新行为和改变旧行为的意思。其次，学习表现为行为或行为潜能的持久改变。由任何因素引起的行为的短暂改变被排除在外。再次，学习产生于实践或其他经历（例如，对别人的观察），儿童身上出现的成熟等由遗传引起的行为变化就应该排除在学习之外。

那么，学习在本质上到底是什么？学习是一个什么样的过程？学习有哪些规律和条件？对于这些问题，不同的学习理论者形成了不同的假设和解释。

二 学习的基本理论

（一）行为派学习理论

行为派学习理论是以个体外显行为作为研究对象，以客观、控制预测的方法从动物研究所得到的结论，推论性地解释人的行为；行为主义是对西方心理学影响最大的流派之一。行为派学习理论主要包括：尝试错误学习、经典条件学习、操作性条件学习和社会观察学习。

尝试错误学习强调刺激与反应之间的联结即为学习的基础。桑代克相信，学习常常通过尝试错误或借助选择和联结而产生。问题情境中的动物总试图达到一定的目的（如获得食物、到达目的地等），它们从能够做出的众多反应中选择一个反应，然后获得了某种后果。它们对刺激做出反应的次数越多，该反应与那个刺激的联结就变得越牢固。

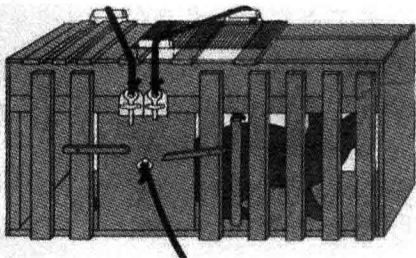


图 1-1 桑代克的实验箱

桑代克将饥饿的猫，置于特别设计的问题箱中，笼外放有食物，使猫在笼内可见可闻，只因笼门关闭除非猫用前爪踏到开门机关，否则无法逃到笼外。

桑代克有关学习的基本思想隐含在他提出的练习律和效果律中。练习律由两个部分组成，一个是使用律，一个是失用律。前者是说对刺激做出反应时，联结的强度就会增加；后者是说对刺激不做出反应时，联结的强度就会减弱（遗忘）。



知识窗



爱德华·桑代克 (Edward L. Thorndike, 1874—1949) 是美国一位杰出的心理学家。20 世纪上半叶，他的学习理论在美国一直占统治地位，被誉为教育心理学之父。

经典条件学习是由俄国生理学家巴甫洛夫创立的。根据巴甫洛夫的实验，由条件刺激引起条件反应的学习过程，称为经典条件学习。

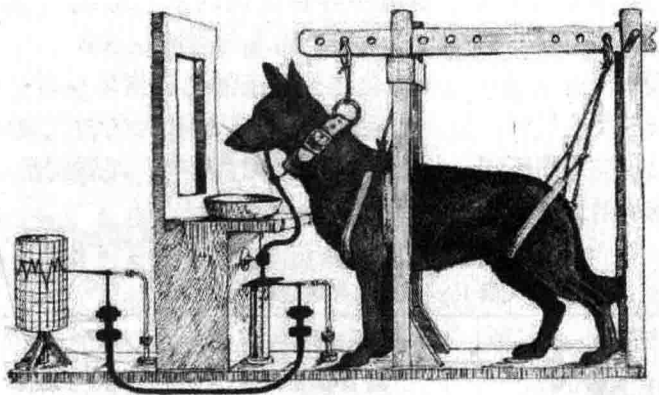


图 1-2 巴甫洛夫用于经典条件研究的实验装置

表 1-1 经典条件学习的基本过程

阶段	刺激	反应
1	无条件刺激	无条件反射
2	条件刺激，然后无条件刺激	无条件反射
3	条件刺激	条件反射

斯金纳改进桑代克的实验设计，以白鼠和鸽子等动物为研究对象，提出了操作条件学习。

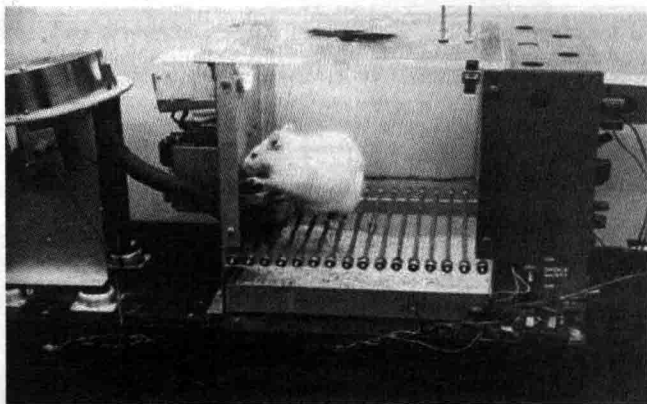


图 1-3 斯金纳箱

木箱的某一壁上装有按键，按键下有食物盘，键被按下时食物盘内出现一粒食物。空腹的白鼠被放入斯金纳箱后会自动出现各种试误行为，偶尔按键，出现食物。经过几次反复，白鼠两次按键之间所需要的时间逐渐缩短，最后形成按键反应，即形成了按键的操作性条件反射。

斯金纳认为，学习是“复杂情境中各种反应的重新组织”。条件反射指的是“由强化引起行为的加强”，强化改变了反应出现的可能性或频率。强化是操作性条件学习的重要概念，有正强化与负强化之分，正强化是指呈现对个体有益的刺激，以增加合乎要求的反应过程；负强化是指消除伤害性和讨厌的刺激以增加预期的反应的过程。负强化与惩罚不同，负强化是增强某个反应，而惩罚是对个体施加厌恶的刺激，以抑制或消退不良行为。

表 1-2 强化与惩罚的基本过程

辨别性刺激	反应	强化（惩罚）刺激
正强化（出现正强化物） 教师安排了自习的时间	学生学习	教师表扬学生做得不错
负强化（取消负强化物） 教师安排了自习的时间	学生学习	教师告诉学生不用做家庭作业了
惩罚（出现负强化物） 教师安排了自习的时间	学生浪费时间	教师要求学生做家庭作业
惩罚（取消正强化物） 教师安排了自习的时间	学生浪费时间	教师告诉学生不许出去玩

社会观察学习是由阿尔伯特·班杜拉（Albert Bandura）及其同事创立的。班杜拉及其同事对早期行为学习理论进行了批判，认为斯金纳的操作反应原理无法解释人类的内在学习历程，人类学习除了通过直接经验，更多的是靠间接经验。该理论认为：人的行为是由行为、个人因素和环境三者之间交互作用所决定的。



图 1-4 三元交互因果关系模式

依据社会观察学习的观点，人类的行为既不仅仅受内部因素驱使，也不光由外部刺激塑造和控制，而是由个体、行为和环境因素共同决定的。所谓的观察学习是指学习者通过观察榜样在一定情境中的行为及其结果，而无须直接强化所进行的学习。人的学习在许多方面，不是靠直接经验，而是靠间接经验获得。观察学习具有以下三方面的特点：①观察学习并不一定具有外显的反应；②观察学习不依赖于直接强化；③观察学习包含着重要的认知过程，认知因素在观察学习中起到重要作用。



班杜拉的充气娃娃实验

班杜拉曾经做过一个儿童模仿攻击充气娃娃的实验。在这项实验中，实验者先要求儿童观看成人击打充气娃娃的视频，之后，一组儿童看到的是这个成人得到了奖赏，即实验者称赞他是英雄。而另一组儿童则看到成人得到了惩罚，即实验者批评了他。之后，将儿童带入了有充气娃娃的房间，告诉儿童，可以自由玩耍，而实验者则出来躲在单向玻璃后面。

实验结果表明，儿童在实验过程中学会了模仿。即模仿成人的行为，在模仿的过程中，儿童也学会了对结果进行相应的评估。第二组儿童在进入房间后，击打充气娃娃的倾向明显地少于第一组的儿童。



在日常生活中，许多家长往往只重视儿童的学习成绩，却忽视了对儿童早期行为习惯的培养。然而更多的是，家长自己的行为没有起到好的表率作用。更有些家长，在儿童偶然表现出一点攻击性时，不但不予以纠正，反而还高兴地夸奖孩子学到东西了。如此这般，儿童的攻击性也就自然形成了。

班杜拉认为观察学习包括注意、保持、动作再现和动机四个阶段：



图 1-5 观察学习的基本过程^①

注意过程是观察学习的开始，如果学习者对示范行为的重要特征不予注意，或不正确地知觉，就无法通过观察进行学习。因此，注意过程是观察学习的起始环节。班杜拉认为，注意过程的诸多因素影响学习的效果。其中观察者和示范者之间的关系是至关重要的。个体交往的对象，不管是自己选择的还是被迫的，都限定了他所能学到的行为类型。“昔孟母”之所以要“择邻处”就在于她担心孟子模仿邻居那些不好的行为模式。另外，榜样本身所具有的魅力是影响学习者注意的一个重要因素。当然，示范行为的明确性和复杂性也是影响注意的因素之一。

记住注意到了的行为即为保持过程。保持过程即用言语和形象两种形式把所获得的信息转换成适当的表象保存起来。显然，如果观察者不能记住示范行为，观察

^① 冯忠良等. 教育心理学. 北京: 人民教育出版社, 2006.

就失去了意义。观察学习对示范行为的保持依存于两个储存系统：表象系统、言语编码系统。表象系统把示范行为以表象的形式储存在记忆中，这样在以后的某些场合，即使客观事物不存在，事物的表象仍可以被唤起。尤其对于表象系统已经与言语编码系统建立了联系的学习者而言，只要听到某一事物的言语信号刺激，就能唤起该事物的表象。如我们在学习游泳时，会首先观察成功的游泳者在水中的一些动作特征，在我们自己的练习之中，会唤起观察到的游泳的整个要点。言语编码系统在观察学习过程中的作用尤为重要。因为一些示范行为的特征转换成言语编码的形式，能更准确地保持和再现。对示范行为的保持，除了对示范行为进行编码和认知上的组织外，对示范行为的复述将会提高保持的效果。观察学习的最高水平就是通过先用符号对示范活动进行组织和复述，然后再把它付诸外部行动表现出来，即运动再现过程——把记忆中的表象转换成行为，并根据反馈来调整行为以做出正确的反应。

能够再现示范行为之后，学习者是否能够经常表现出示范行为还受到行为结果因素的影响。班杜拉认为有三方面的因素影响学习者再现示范行为：①他人对示范行为的评价；②学习者本人对自己再现行为能力的评估；③他人对示范者的评价。班杜拉把这三种对行为结果的评价分别称之为：外部强化、自我强化和替代性强化。这三种强化都是制约示范行为再现的重要驱动力量。因此，班杜拉把它们看成是学习者再现示范行为的动机力量。



知识窗

理想榜样的五个条件

第一，榜样的示范要特点突出、生动鲜明，才能引起学习者的注意；

第二，榜样的示范要符合学习者的年龄特征；

第三，榜样的行为对于学习者来讲要具有可行性，即学习者能够做得到，这是最基本的条件；

第四，榜样的行为要具有可信任性，即相信榜样做出某种行为是出自自身的要求，而不是具有另外的目的；

第五，榜样的行为要感人，使学习者产生心理上的共鸣。

（二）认知学习理论概述

认知学习理论是通过研究人的认知过程来探索学习规律的学习理论，主要包括：格式塔派的学习理论、认知—发现说、认知—同化说和认知—指导说。

格式塔心理学是在 20 世纪初于德国形成的一个重要心理学派别，格式塔心理学

特别强调经验和行为的整体性，认为整体大于它的部分之和，反对刺激—反应的联结结论。苛勒的顿悟学习说是格式塔派学习理论的重要代表，他从1913年到1920年，对黑猩猩进行了7年的实验研究，1917年发表了经典著作《人猿的智慧》。他设计了许多别具一格的实验，大致可分为四种：①利用工具来做迂回的实验，如借助手杖来取得栅栏外用手取不到的香蕉等；②制造工具来做迂回的实验，如把两三根直径不同的竹竿接起来，用以取得距离较远的目的物；③以自己的身体来做迂回的实验，如把黑猩猩引入一个房间，正面有很高的百叶窗，侧面有门可通到外面场地，把食物从窗口扔到外面场地，看它能否从侧门出去取食物；④用建筑来做迂回的实验，给黑猩猩准备两三只箱子，看它能否把箱子叠起来，以取得挂在高处的目的物。在解决上述各类问题的实验中，苛勒发现黑猩猩的活动具有如下特点：①黑猩猩在实验中往往出现一段时间的停顿，环顾四周；②停顿表现为前后行动的转折点，停顿前行动盲目、犹豫困惑，停顿后目标明确、动作顺利；③停顿后出现了一系列不间断的动作，正确地解决了问题。他通过实验得出的结论是，动物解决问题的学习过程绝不是尝试与错误的过程，而是通过“顿悟”解决了问题。所谓顿悟就是对整个情境以及对象间整体关系的理解。



图1-6 苛勒的黑猩猩实验

格式塔心理学提出了学习的几个基本观点：

第一，学习即知觉重组或认知重组。格式塔心理学家对学习的解释，往往倾向于使用知觉方面的术语。学习意味着要觉察特定情境中的关键性要素，了解这些要素是如何联系的，识别其中内在的结构。通过学习，会在头脑中留下记忆痕迹，记忆痕迹因经验而留在神经系统中。但格式塔心理学认为，这些痕迹不是孤立的要素，

而是一个有组织的整体，即完形。

第二，顿悟学习有助于学习迁移。格式塔心理学家认为，通过对问题情境的内在性质有所顿悟的方式来解决，就可以避免与这一问题情境不相干的大量随机的、盲目的行动，而且有利于把学习所得迁移到新的问题情境中去。

第三，真正的学习是不会遗忘的。通过顿悟获得的理解，不仅有助于迁移，而且不容易遗忘。顿悟将成为我们知识技能中永久的部分。用现代认知信息加工心理学的术语来说，顿悟的内容是进入了长时记忆，并且将永远保留在学习者的头脑中。

第四，顿悟学习本身就具有奖励的性质。真正的学习常常会伴随着一种兴奋感。学习者了解到有意义的关系、理解了一个完形的内在结构、弄清了事物的真相，会伴有一种令人愉快的体验。这是人类所能具有的最积极的体验之一。在没有其他诱因动机时，在不可能用顿悟的方式来理解学习时，也不妨可以使用一些外部奖励。就一般而言，达到理解水平本身就具有自我奖励的作用。

认知—发现说是布鲁纳在吸取格式塔派学习理论和皮亚杰认知理论的基础上，经过多年潜心研究形成的。认知—发现说认为学习的实质在于主动地形成认知结构，其基本观点如下：

第一，学习的实质在于主动地形成认知结构。布鲁纳认为，认知结构是指在感知、理解客观事物的基础上，在头脑中形成的心理结构。它是学习和理解新知识的内部因素和基础。学习是学生积极主动的信息加工过程，而不是被动地形成刺激与反应的联结。布鲁纳非常重视学习过程中学生的积极性和主动性，强调学习是一种主动的认识过程，认为学习的最好动机是对所学材料本身的兴趣。

第二，学习过程是复杂的认知过程。布鲁纳认为，学习过程包含着三个过程，即新知识的获得、转化和评价。新知识的获得过程是与已有的知识经验和认知结构发生联系的过程，是主动认识和理解的过程。通过“同化”和“顺应”，把新知识纳入到已有的认知结构中去。知识的转化是对获得的知识作进一步的分析和概括，使之转化为另一种形式，目的在于更好地学习新知识。评价是对知识转化的一种检验，通过评价，可以核对处理知识的方法是否合适、分析概括是否得当、运算是否正确等。学生学习任何一门学科，都要经过知识的获得、转化和评价三个过程。

第三，强调各门学科基本结构的学习。学科的基本结构是指某一学科的基本概念、原理及其体系。布鲁纳认为，掌握学科的基本结构有五个方面的作用：有利于理解该学科的内容；有利于加强对学习内容的记忆；有利于学习迁移；有利于激发学习动机和兴趣；有助于发展学生的智力。

第四，提倡发现学习。布鲁纳认为，发现学习不限于那种寻求人生、尚未知晓的事物之行为，还包括用自己的头脑亲自获得知识的一切形式或方法。他积极主张要让学生在在学习中自己去探索、发现，提出需解决的问题和设想。发现学习有三个方面的作用：达到掌握知识的目的，发现学习有提高智慧的潜力；有助于使外来的动因转化为内在的动机；能增强学生对所学材料的记忆。