

GAO DENG SHI FAN YUAN XIAO  
XIAN DAI JIAO SHI JIAO YU CONG SHU

高等师范院校现代教师教育丛书

总主编 ◎ 卢家楣

# 心理学与教育

## ——理论和实践

主 编 ◎ 卢家楣

上海教育出版社

Xin Li Xue Yu Jiao Yu  
Li Lun He Shi Jian

Xin Li Xue Yu Jiao Yu

Li Lun He Shi Jian

GAO DENG SHI FAN YUAN XIAO  
XIAN DAI JIAO SHI JIAO YU CONG SHU

高等师范院校现代教师教育丛书

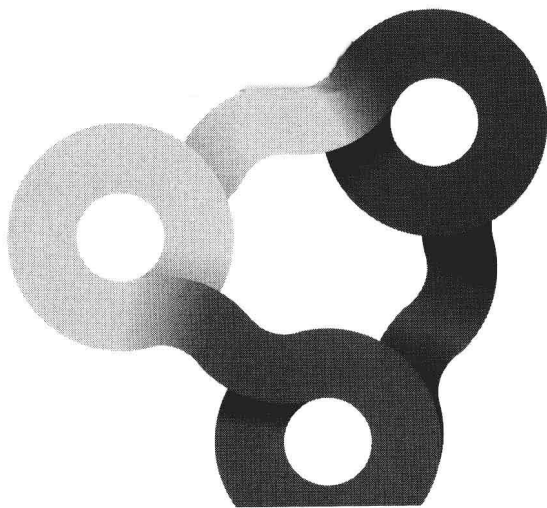
总主编 ◎ 卢家楣

# 心理学与教育

## ——理论和实践

主 编◎卢家楣

副主编◎孙圣涛



上海教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学与教育:理论和实践/卢家楣主编. —上海:  
上海教育出版社,2011.9(2012.1重印)  
(高等师范院校现代教师教育丛书)  
ISBN 978-7-5444-3709-7

I. ①心… II. ①卢… III. ①教育心理学 IV. ①G44

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第186421号

丛书策划 张文忠  
责任编辑 张文忠

心理学与教育

——理论和实践

卢家楣 主编

---

出版发行 上海世纪出版股份有限公司  
上海教育出版社  
易文网 www.ewen.cc

地 址 上海永福路 123 号  
邮 编 200031  
经 销 各地新华书店  
印 刷 苏州望电印刷有限公司  
开 本 787×1092 1/16 印张 25 插页 2  
版 次 2011 年 9 月第 1 版  
印 次 2012 年 1 月第 2 次印刷  
印 数 2,501—4,500 本  
书 号 ISBN 978-7-5444-3709-7/B·0078  
定 价 46.00 元

---

(如发现质量问题,读者可向工厂调换)

# 高等师范院校现代教师教育丛书

## 编辑委员会

顾 问 李 进 丛玉豪 陈永明

总 主 编 卢家楣

编 委(以姓氏笔画排序)

王旭卿 王维臣 卢家楣 刘 伟

刘家春 刘鸿模 孙圣涛 李晓洁

张文忠 陈 勇 胡知凡 段 鸿

贺 雯 袁 军 蔡宝来 戴胜利

# 总 序



教育的关键是教师,教育发展的真正后劲是教师专业化素质的不断提高,这是当今社会的共识。因此,旨在提高教师专业化素质的教师教育改革,已成为深化教育改革、推进教育发展的重心所在。纵观国际和国内教师教育改革的大背景,在各类教师教育改革中,中学教师教育改革历来是世界各国教师教育改革的热点和难点,其中,以课程体系改革为主导的职前中学教师教育改革更是处于全球共同关注的焦点位置。在这样的改革大潮中,高等师范院校自然肩负着义不容辞的责任,面临着无可退避的挑战。我们正是在这样的形势下,迎来了新一轮的职前中学教师教育的教育类课程体系改革。

早在 20 世纪末,我们就进行了一次较大规模的职前中学教师教育的教育类课程体系改革,将对师范生开设的传统的教育类课程——教育学和心理学,改革为“两大板块”的课程体系:一是教育学板块,主要有 4 门课程:教育原理、课程与教学论、德育与班主任、教育研究方法;二是心理学板块,主要有 3 门课程:心理学与教育、学习心理与教学、青少年心理与辅导。该项改革取得了积极成果,在全国产生了影响。其改革获得上海市优秀教学成果一等奖,配套的教材获全国普通高校优秀教材二等奖。该课程体系施行已近十年,我们认为在新的形势下,应本着与时俱进的精神,在已有的实践探索基础上,进一步深化改革,完善课程体系。2005 年我们承担了上海市教师教育高地建设项目的重任,这就给了我们深度改革的契机、勇气和动力。为了更科学、深入、全面地进行高等师范院校职前中学教师教育的教育类课程体系改革,我们进行了一系列的调查研究:问卷调查了近 3 000 名各年龄段的初、中、高级职称的中

学教师,了解他们对现行师范教育,特别是课程体系的意见和建议;研究了美国、英国、加拿大、澳大利亚、新西兰、俄国、德国、法国、芬兰、瑞典、日本、韩国、新加坡、印度以及我国的台湾、香港、澳门等14个国家和地区的同类教育的状况;借鉴了国内兄弟师范院校,特别是6所部属重点师范大学在这方面成功改革的经验。然后结合自己以往的改革,我们提出了进一步完善课程体系的设想,构建三大板块:一是教育学理论板块,主要有现代教育——理论和实践、现代教学——理论和实践、现代德育——理论和实践3门课程;二是心理学理论板块,主要有心理学与教育——理论和实践、学习心理与教学——理论和实践、青少年心理与辅导——理论和实践3门课程;三是教育技能板块,主要有教育科学研究技能、班级管理技能、教育信息技术应用技能、文娱活动参与技能4门课程。这一新课程体系经过专家研讨和组织论证,即将进入实施阶段。本系列教材正是为配合这一新课程体系实施而组织编写的。

本系列教材编写的目标是,配合课程建设为职前中学教师专业素质培养发挥积极作用,并在编写过程中充分反映新课程改革精神,体现出如下四个方面的特色:

1. 厚实理论和加强实践的统一。本教材在指导思想上,突出强调了专业基础课教材性质。这是一个认识上的重要突破。我们认为,旨在培养师范生专业素质的教育类课程,不是迄今为止国内各师范院校划归的一般意义上的公共必修课,而是专业基础课,确切地说,是教师教育的专业基础课。这就确立了该类课程在高等师范院校中的重要而独特的地位,不仅为这样较大规模的课程改革,提供了坚实的思想基础,也为配套的教材的编写提供了一个明确的指导思想:作为专业基础课程,新教材就应该有相当的理论性,而不同于公共课那样对理论论述的浅尝辄止;作为教师教育的专业课程,不是教育学专业的课程,新教材还应该有相当的实践性,为即将走上教师岗位的学生提供必要的实践指导。因此,我们在理论板块各课教材名称上都写上“理论和实践”,就是为了强调厚实理论和加强实践两者的和谐统一。这是为该课程的性质所决定的一大特色。

2. 重视心理理论和突出教育服务的统一。在本教材的板块结构中,心理学无疑占据重要地位。这是因为“心理学就其对教育学的应用和对教育学者的必要性方面来说,当然站在一切科学的首位”(乌申斯基,1867)。只有掌握了必要的心理学知识,才能更好地理解教育理论,更深入地认识教育现象,更有效地解决教育问题。因此,我们根据新课程体系的结构,编写了为教师教育所迫切需要的普通心理学、学习心理学、青少年心理学等方面的教材,并加大了相应的理论分量。但另一方面,所有这些

心理学科内容的组织都强调为教育服务的原则,打破以往纯心理学科教材的编写格局,实现由以学科为本改为以培养职前中学教师专业化素质为本的转变,形成具有鲜明的教师教育专业特色的心理学理论教材,故三本心理学教材分别在命名中加上“与教育”、“与教学”、“与辅导”,以凸显重视心理理论和突出教育服务两方面的和谐统一。这是本系列教材的又一个特色。

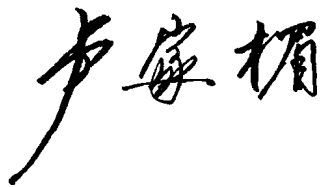
3. 夯实知识性和强调技能性的统一。在本教材的板块结构中,涉及知识性的教材有6本,这对于夯实教育学和心理学基本理论方面的知识是十分必要的。但我们在调查研究中发现,在现时教育实践中存在着高等师范院校毕业生普遍缺乏教育技能的严重现象,已引起教育界的担忧,也为我们新课程体系的改革带来了又一个重要启示:一定要下决心加强教师教育中技能素质的培养。为此,在涉及知识性的两大理论板块的课程中,不仅讲理论,也讲相应的应用和操作性的内容,与此同时,我们还根据新时期中学教育对教师的要求,在新课程体系中增设技能板块,开设旨在培养教育科研、班级管理、信息技术和文娱参与等四方面技能的课程。这就使职前中学教师教育的教育类课程教材首次出现了知识性和技能性两方面的和谐统一。这是本系列教材的再一个特色。

4. 优化内容和美化形式的统一。当教材编写的基本指导思想、整体结构框架确定之后,具体的内容和形式的处理就成为教材质量高低的关键性指标。本教材系列力求打破教育类公共课教材的传统藩篱,在优化内容和美化形式的和谐统一中彰显特色。在优化内容方面,我们首先是强调在科学性前提下的严谨性,所有内容都必须有明确的文献资料支撑,做到书中有资料来源的注释,书后有相应文献资料的索引,试图改变我国公共课教材弱化文献资料、淡化学术性的状况,也有助于增强未来教师的学术素养。其次,我们强调在实效性前提下的创新性,所有内容都必须从能否实实在在有助于职前中学教师专业化素质提高的角度加以组织、甄别、取舍、增减内容,不囿于以往公共课教材的传统格局,力求体现内容编写上的创新性。第三,我们强调在针对性前提下的充实性,所有内容不再是以往概念上的公共课使用的简约版,而是教师教育专业课程使用的专业版,针对教师教育专业实际充实相应的内容,其中包括一些前沿的研究内容和我们自己的研究成果,使整个系列的丛书较为厚实,每本教材力求做到部分内容为学生上课之用,部分内容为学课后自学之用,使教学和自学有机结合。同时也为毕业后走上教师岗位的学生,提供一套有价值的案头参考书。

在美化形式方面,我们也尽可能使教材生动、活泼,以引发学生的学习心向。首

先,从总体框架上说,学生打开每章内容,都可看到4级目录,让学生清晰了解每章内容纲要,“本章要点”更让学生明确学习重点,合理分配精力。之后,用“想试着回答一下吗……”的导入语,引出与每章有关的趣味题,激发学生对随后内容的学习兴趣。然后以案例的形式导出本章内容,进一步使学生产生学习的欲望。当本章内容叙述完了以后,再看到来自开头的案例,用本章学习到的有关原理来解释案例,做到前后呼应,理论密切结合实践,大有豁然开朗的感觉。随后再有“本章小结”,帮助学生总结该章学习过的内容,继而要求学生做针对本章内容的“思考题”,答案均在书中,起到自我检查和复习的作用。最后是“问题探索”,启发学生将该章学过的知识应用于教育实践,书中没有现成的答案,要求学生自己去探索、创新。其次,每章设有“知识小窗”、“学术研究”、“热点聚焦”和“实践探索”4个专栏,将教材正文之外的有关学术前沿问题研究、教学现实中的有关热门话题、有关原理在教学中的运用案例、拓展学生视野的知识介绍等方面的内容,以灵活、机动的方式呈现出来,作为正文内容的补充、拓展、深化和实践延伸。第三,每章开篇都有一张与本章内容有关的来自鲜活的中学教育实践的照片,文中还注意图表的充分应用,并配以有关的名家大师简介和照片,以期尽可能达到图文并茂的效果。

作为上海市教师教育高地建设项目的组成部分,本套教材的编写和出版,得到上海市教委经费上的资助,得到学校、学院和各有关部门的支持,我们对此表示感谢。我们特别感谢李进校长、丛玉豪副校长和陈永明院长欣然担任丛书的顾问,不吝指导,厚爱之情溢于言表;感谢朱小蔓、张民生、顾泠沅、王厥轩等专家在研讨新课程体系时对该丛书系列的建议和厚望;感谢10本教材的所有编委和编写人员在真诚合作、鼎力相助过程中所付出的智慧、热情和艰辛;感谢我们的博士生和硕士生们在参编、校阅、文献查寻等过程中所作出的大量工作和默默无闻的贡献;最后,特别感谢出版社张文忠先生以满腔热忱和极端负责的精神为本套教材所做的高质量、高效率的编辑工作。



2009年12月于上海师范大学



# 前 言



为了更好地发挥心理学在教师教育中的重要而独特的作用,加大心理学科在中学教师教育课程体系中的分量,我们突破了传统的教师教育职前培养阶段的课程框架,设置了心理学理论板块课程,内含为教师教育所迫切需要的心理学学科内容,形成一个两层次三门课组成的课程结构。第一层次,从心理学科上说,是与普通心理学相应的内容;从教育上说,是与学校总体教育相联系的,形成“心理学与教育——理论和实践”课程。第二层次,从心理学科上说,是与学习心理和教学心理、青少年心理和心理健康相应的内容;从教育上说,是与学校教育的两大方面——教学活动和辅导活动相联系的,形成“学习心理与教学——理论和实践”和“青少年心理与辅导——理论和实践”两门课程。我们为此撰写了配合这三门课程的教材。本书即是高等院校现代教师教育丛书中的心理学理论板块中的第一本书。它的宗旨是帮助学习者掌握从事中学教育工作所必需的心理学的基本理论和知识,同时也为学习随后的两本心理学教材打下基础。

本书涉及的是普通心理学的学科领域。普通心理学是研究人的心理活动的一般规律和心理学的基本理论的学科,其内容对于师范生今后从事教书育人工作是十分必要的。因此,长期以来在我国师范教育课程中始终将这方面的教学内容列为必修课程。但是,在以往这方面的教学中又往往持有学科为中心的倾向,导致心理学理论脱离师范生的教育实际,使该课程未能在教师教育中发挥应有的作用。鉴此,本书在撰写过程中力图体现一个基本理念,即心理学课程要全力为教师教育专业服务,这也将成为本丛书中心理学理论板块的一个基本指导思想。因此,本书取名为“心理学与

教育——理论和实践”，以凸显其基本理念，并在如下几方面进一步加以贯彻和体现。

本书在框架设计上，并不按照通常的普通心理学的传统学科体系分成心理过程和个性心理两部分，而是按认知因素和情感因素分成两部分，以便更贴近教师教育实际。这是因为，前者的划分虽从心理学科角度来看有其合理性，但与学校教育实际的联系不便。如，“智力”内容，本属个性心理范畴，似乎应与性格、气质等放在一起，但性格、气质与学校的思想道德教育工作，与学生情感素质培养联系更多，智力与之放在一起反觉不协调，而与感知觉、思维、记忆等放在一起更为和谐，更能与学校教学工作，与学生认知素质培养相联系。同样，“情感”和“意志”内容，虽属心理过程范畴，但与其更多联系的不是学校的教学工作和学生认知素质的培养，而是学校的思想道德教育工作和学生情感素质的培养。此外，“注意”内容，既不属心理过程，也不属个性心理，若按传统教材的框架划分而放在心理过程一边，似乎又缺乏心理学科角度上的合理性。但从我们的划分上看，属认知因素，与感知觉、思维、记忆一起就顺理成章了。当然，这里划分的认知因素和情感因素的概念都是广义的，前者涉及一切与个体认知信息加工直接有关的心理现象，既包括作为心理过程的感知觉、思维（内含想象、表象）、记忆，也包括作为个性心理的智力、创造力等，以及作为特殊的心理现象注意。后者除狭义的情感（内含情绪、情感和情操）外，还包括作为心理过程的意志和作为个性心理的气质、性格等。这种把人的心理现象分为知情两大类划分，不仅具有心理学意义上的科学性，而且更具有教育领域中应用的便利性，因而已在教育实践中得到广泛运用。因此，今天当我们从教师教育专业服务角度审视，这样的划分无疑更有利于运用心理学理论和知识于今后学校教育对青少年学生素质培养，以着力追求青少年学生情知两方面素质的全面、和谐的发展。这样也就构成本书的框架结构。本书除首章导论外，分上下两编：上编包括注意与教育、感知觉与教育、思维与教育、记忆与教育、智力与教育等涉及认知因素的5章内容；下编包括情感与教育、意志与教育、气质与教育、性格与教育等涉及情感因素的4章内容。

本书在内容筛选上，并不拘泥于传统经典内容，而是从教师教育实际的需要出发，强调了针对性和操作性。所谓针对性，是指针对教师教育应用上的需要来筛选和发掘有关的心理学内容。例如，精简、删除与教育实践相去甚远的有关生理—心理学内容，增加在以往心理学教材中论述较少，明显滞后于教育实践应用的心理学内容，并尽力从有关文献中去发掘、整理，甚至融入我们自己的最新研究成果。所谓操作性，是指涉及心理学理论在教育中的应用时要尽可能提出一些切实可行的方法。

例如,在论述性格、情感等规律在教育中的应用时,往往容易泛泛而谈,我们则尽可能提出一系列富有操作性的培养学生良好性格的具体措施和在教学中以情优教的具体做法。

本书在内容组织上,并不落入传统心理学教材的窠臼,采用适应教师教育特点的“三段法”模式:现象——规律——应用。即本书每章(第一章导论除外)分三节,分述现象、规律和应用:第一节主要阐明某一心理现象的内涵(揭示其概念的本质特征)和外延(归纳其概念的种类),力求梳理清晰,简明扼要;第二节主要论述经研究发现的某心理现象背后存在的一些规律(某心理现象的特点、机制和影响因素),并集中于与教育实践应用有关的那些方面,力求概括提炼,实证支持;第三节主要阐述这些心理规律在教育实践中的应用,使学生能够举一反三,触类旁通,力求仿之可行,行之有效。我们还要特别指出的是,这里所谓的“在教育实践中的应用”涉及的是一个大概念的教育实践,不仅指师范生今后所从事的教育工作中的实践应用,还包括师范生当下在校读书时的自我教育中的实践应用。前者有利于师范生掌握教师专业的条件性知识和技能,后者有利于师范生提高自身的素质,从而能从两个方面促进教师教育的实践效果。我们的教学实践表明,对于非心理学专业的师范生来说,心理学课程的学习重点不是对心理学规律本身的探索和研究,而是侧重于对心理学规律的掌握和应用,而“三段法”模式所蕴涵的认知逻辑——是什么?为什么?如何用?简捷清晰、目标明确、重点突出,恰恰符合他们学习时的认知特点而收效明显,倍受欢迎。

本书在编排上,都体现了整套丛书的总体要求,并在内容和形式上加以具体化的过程中凸显了如下三点:在本书的理论阐述上,既综合各家之说,又融入我们自己的研究成果,更注意反映国内外经典的和最新的研究材料,使内容有一定的深度和广度,力求体现为专业基础课程服务的性质;在本书的实践应用上,不仅各章第三节中加以重点论述,在“实践探索”、“热点聚焦”等专栏中、在每章开始的案例中、结束时的“问题探索”中等都加以贯彻,力求体现为教师教育实践服务的性质;在本书的表现形式上,注意多样化、趣味性和图文并茂,力求以新颖的形式打破这类心理学教材的传统形象,提高它的可读性和乐读性。因此,本书不仅可以作为高等师范院校职前中学教师教育的教育类课程教材,也可作为教育理论工作者、在职教师和研究生阅读和参考的著作。

本书由卢家楣主编,孙圣涛担任副主编。各章执笔人员如下:第一章,卢家楣;第二章,贺雯;第三章,刘伟;第四章,卢家楣、张敏;第五章,卢家楣、陈宁;第六章,竺

培梁；第七章，卢家楣，张萍；第八章，孙圣涛，常倩倩；第九章，樊琪；第十章，孙圣涛，常倩倩。

本书编写和出版得到上海市教师教育高地建设项目和上海市重点学科“发展与教育心理学”建设项目的资助，学校和学院领导的关心，以及上海教育出版社领导和丛书策划张文忠先生的大力支持。博士生张萍、硕士生崔毓婕、徐京卫、李玲玲、张燕燕、周栋梁、李达、张文渊、孙卉、胡丰峰、魏芳、曹杰、王娟、叶欢等在本书的校阅、文献查寻等方面做了大量的辛勤工作。李志专、嵇家俊和崔毓婕还对第一章内容作了资料上的补充和丰富。本书采用了国内外许多专家、同仁的研究成果和资料。值此付梓之际，我在此一并表示衷心感谢！

尽管本书从指导思想、整体结构、具体内容、编排形式等方面有所创新，为职前中学教师教育的心理学类教材的编写作出新的探索，但限于水平，仍难免有不足，乃至谬误之处，敬请同行专家、学者和使用的教师、学生不吝赐教。

卢家楣

2011年8月于上海师范大学

# 目 录



前言 .....	1
<b>第一章 导论</b> .....	1
本章要点 .....	2
第一节 心理学的概述 .....	3
一、心理学的研究对象 .....	3
二、心理学的任务 .....	8
三、心理学的性质 .....	10
四、心理学的体系 .....	11
第二节 心理学的发展 .....	14
一、前科学心理学时期 .....	14
二、科学心理学时期 .....	16
三、当代心理学研究取向 .....	18
第三节 科学的心理观 .....	23
一、心理是对物质世界的反映形式 .....	23
二、心理是脑的机能 .....	26
三、客观现实是心理活动的源泉 .....	31
四、心理具有主观性 .....	33
五、心理在实践中发生和发展 .....	33
第四节 心理学研究方法 .....	34

一、心理学研究的指导思想 .....	34
二、心理学研究的基本原则 .....	34
三、心理学研究的类型 .....	36
四、心理学研究的具体方法 .....	37
五、心理学研究的基本程序 .....	43
第五节 心理学与教育 .....	48
一、心理学与教育的关系 .....	48
二、心理学对教育的作用 .....	50
本章小结 .....	53
思考题 .....	53
问题探索 .....	54

## 上 编

<b>第二章 注意与教育</b> .....	57
本章要点 .....	58
第一节 注意的概述 .....	59
一、注意的概念 .....	59
二、注意的种类 .....	61
三、注意的品质 .....	62
第二节 注意的一般规律 .....	64
一、注意的功能 .....	64
二、注意发生的心理机制 .....	65
三、影响注意引起或保持的因素 .....	67
四、影响注意品质的因素 .....	70
第三节 注意规律在教育中的应用 .....	73
一、注意规律在教书育人中的应用 .....	73
二、注意规律在自我教育中的应用 .....	78
本章小结 .....	85
思考题 .....	85

问题探索 .....	86
<b>第三章 感知觉与教育 .....</b>	<b>87</b>
本章要点 .....	88
第一节 感知觉的概述 .....	88
一、感知觉的概念 .....	89
二、感知觉的水平 .....	90
三、错觉 .....	95
第二节 感知觉的一般规律 .....	97
一、感受性及其变化 .....	97
二、影响某些复杂知觉的因素 .....	101
三、知觉的特性及其影响因素 .....	103
第三节 感知觉规律在教育中的应用 .....	106
一、感知觉规律在教书育人中的应用 .....	106
二、感知觉规律在自我教育中的应用 .....	108
本章小结 .....	111
思考题 .....	111
问题探索 .....	112
<b>第四章 思维与教育 .....</b>	<b>113</b>
本章要点 .....	114
第一节 思维的概述 .....	115
一、思维的概念 .....	115
二、思维的种类 .....	117
三、思维的特殊形式——想象 .....	122
四、思维的心智操作 .....	125
第二节 思维的一般规律 .....	126
一、问题解决的思维活动阶段 .....	127
二、问题解决的思维策略 .....	129
三、影响问题解决的心理学因素 .....	132
四、问题解决中的创造性思维特点 .....	136

第三节 思维规律在教育中的应用·····	140
一、思维规律在教书育人中的应用·····	140
二、思维规律在自我教育中的应用·····	143
本章小结·····	146
思考题·····	147
问题探索·····	147
<b>第五章 记忆与教育</b> ·····	<b>148</b>
本章要点·····	149
第一节 记忆的概述·····	150
一、记忆的概念·····	150
二、记忆的种类·····	151
第二节 记忆的一般规律·····	157
一、识记及其影响因素·····	157
二、保持及其影响因素·····	160
三、回忆及其影响因素·····	166
四、遗忘及其原因·····	169
第三节 记忆规律在教育中的应用·····	171
一、记忆规律在教书育人中的应用·····	171
二、记忆规律在自我教育中的应用·····	172
本章小结·····	179
思考题·····	179
问题探索·····	179
<b>第六章 智力与教育</b> ·····	<b>180</b>
本章要点·····	181
第一节 智力的概述·····	182
一、智力的概念·····	182
二、智力的结构·····	183
第二节 智力的一般规律·····	194
一、智力的发展·····	194



二、智力的个体差异·····	196
三、影响智力的因素·····	200
四、智力与知识·····	204
五、智力与非智力因素·····	205
六、智力与创造力·····	206
第三节 智力规律在教育中的应用·····	207
一、智力规律在教书育人中的应用·····	207
二、智力规律在自我教育中的应用·····	217
本章小结·····	220
思考题·····	221
问题探索·····	221

## 下 编

<b>第七章 情感与教育</b> ·····	225
本章要点·····	226
第一节 情感的概述·····	227
一、情感的概念·····	227
二、情感的种类·····	228
三、情绪状态·····	233
第二节 情感的一般规律·····	236
一、情绪的特性·····	236
二、情感的功能·····	241
三、情绪发生的心理机制·····	249
第三节 情感规律在教育中的应用·····	253
一、情感规律在教书育人中的应用·····	253
二、情感规律在自我教育中的应用·····	263
本章小结·····	268
思考题·····	268
问题探索·····	268