



普通高等教育“十二五”规划教材

教育心理学

李新旺 主编

- 心理学与教育
- 青少年心理发展与教育
- 学习理论
- 学习的认知加工过程
- 知识学习
- 问题解决与创造性
- 学习动机
- 学习策略与学习迁移
- 动作技能形成
- 品德学习与培养
- 学生心理健康教育
- 学校群体心理
- 课堂教学与管理心理
- 教师心理



科学出版社

普通高等教育“十二五”规划教材

教育心理学

主 编 李新旺

副主编 李德俊 张秋菊 张彦君

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书体系以“学”与“教”的心理学为主线,兼顾心理学基础知识,系统阐述与学校教育有关的心理学知识。主要包括:心理学概述,青少年心理发展与教育,学习心理(学习理论、学习的认知加工过程、知识学习、问题解决与创造力、学习动机、学习策略与学习迁移、动作技能学习),德育心理和学校群体心理(品德学习与培养、学生心理健康教育和学校群体心理),课堂教学与管理心理,教师心理。每章均有知识点提示和复习思考题,便于教师和学生掌握重点,并附有“资料窗”、“知识拓展”、“例解”等栏目,能帮助读者拓宽知识、提高应用教育心理学知识的能力。

本书不仅可以作为高等院校师范专业公共课教材,亦可供参加教师资格证考试者和心理学爱好者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

教育心理学/李新旺主编. —北京:科学出版社,2011.9

普通高等教育“十二五”规划教材

ISBN 978-7-03-032196-1

I. ①教… II. ①李… III. ①教育心理学-高等学校-教材 IV. ①G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 174388 号

责任编辑:单冉东 / 责任校对:陈玉凤

责任印制:张克忠 / 封面设计:陈 敬

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

骏 立 印 刷 厂 印 刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2011 年 9 月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2011 年 9 月第一次印刷 印张:20 3/4

印数:1—4 000 字数:490 000

定价:39.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)



公共课心理学是各级各类师范专业的必修课,是体现师范特色的基础课程之一。该课程在培养师范院校学生未来教育能力方面有着不可替代的作用。因为,有效的教育教学活动要求教师必须遵循教与学过程中的心理学规律,充分了解教育对象的心理特点。所以,师范院校的学生必须学好并且能够应用心理学知识,以胜任未来的教育教学工作。然而,心理学的价值不仅仅体现在为教育教学提供理论和实践上的指导,它在帮助人们提高心理素质、克服心理障碍方面更具有独特的作用。师范院校学生心理素质状况如何,不仅关系到自身的发展,而且影响到他们在未来教育工作中培养的学生质量。因此,我们认为,“高师心理学兼有双重任务:一是向学生传授教育工作所必需的心理学知识与方法,提高他们未来教书育人的能力;二是向学生传授对学习科学文化知识和克服心理障碍具有指导意义的心理学知识和方法,帮助他们提高学习能力、完善心理品质”^①。

我国教育行政主管部门明确规定,持有教师资格证者才能从事教师职业。根据我国多数省、自治区、直辖市规定,获得教师资格证的必要条件之一是通过教育心理学的考试。另外,从教育工作的实际需要上看,教育心理学对师范院校学生未来从事的教师职业的作用更大。因此,目前部分师范院校已经把公共课心理学改革为公共教育心理学。

鉴于上述情况,我们在听取各方面意见、总结公共课心理学教学经验和吸收近期出版的同类优秀教科书体系、风格基础上,编写了本书。编写过程中我们仍以上述“双重任务”为指导思想;以适应学生知识经验为基础、利教便学为原则;逻辑体系上,在兼顾心理学基础知识的同时,以“学”与“教”的心理学为主线。安排本书体系的思路是:第一部分,总论(包括心理学与教育、青少年心理发展与教育,共两章);第二部分,学习心理(包括学习理论、学习的认知加工过程、知识学习、问题解决与创造力、学习动机、学习策略与学习迁移、动作技能学习,共七章);第三部分,德育心理和学校群体心理(包括品德学习与培养、学生心理健康教育 and 学校群体心理,共三章);第四部分,课堂教学与管理心理(共一章);第五部分是教师心理(共一章)。在编写过程中,我们在努力保证内容的科学性的基础上,力求知识的应用性和语言的生动性。

本书提纲由主编拟定,并与各位副主编反复讨论形成统一意见;初稿形成后由各位主编、副主编分别初审;之后在首都师范大学召开通稿会,各位作者根据通稿会上提出的修改意见进行修改;最后由主编通修全稿。参加本书编写人员均为长期从事该课程教学的一线教师,具体编写分工如下:李新旺教授,第一、第九章;熊建萍讲师,第二、第八章;王争艳教授和岳建宏老师,第三章;李德俊副教授,第四、第七章;张秋菊副教授,第五、第十二章;李迎春教授,第六章;郭书林讲师,第十章;张彦君副教授,第十一、第十

^① 李新旺. 1993. 高等师范院校公共课心理学整体改革建议. 心理学报, 25(3): 330~335

四章;汪玲副教授,第十三章。

本书不仅可以作为高等师范院校公共课教材,也可以作为中小学教师接受继续教育的培训教材,还适合于心理学爱好者阅读。

本书的编写获得首都师范大学教材建设立项,得到了首都师范大学教育学院、河南师范大学教育科学学院、河南教育学院教育系和科学出版社高等教育出版中心的支持,作者在此一并表示感谢。

本书引用了国内外众多专家学者的研究成果,在此谨表谢意。同时,欢迎广大专家、同行和读者对本书提出宝贵意见。

李新旺

2011年5月

目录



C O N T E N T S

前言

第一章 心理学与教育	1
第一节 心理学概述	1
第二节 教育心理学的研究对象和作用	9
第三节 教育心理学的研究方法	12
复习思考题	16
参考文献	16
第二章 青少年心理发展与教育	17
第一节 青少年心理发展概述	17
第二节 青少年的认知发展与教育	24
第三节 青少年的人格发展与教育	28
第四节 青少年心理发展的个别差异与因材施教	32
复习思考题	43
参考文献	43
第三章 学习理论	44
第一节 学习概述	44
第二节 行为主义学习理论	49
第三节 认知主义学习理论	55
复习思考题	65
参考文献	65
第四章 学习的认知加工过程	66
第一节 注意	66
第二节 感觉和知觉	71
第三节 记忆	77
第四节 思维和想象	85
复习思考题	94
参考文献	95
第五章 知识学习	96
第一节 知识学习概述	96

第二节 知识的理解	100
第三节 知识的保持	108
第四节 知识的应用	110
复习思考题	113
参考文献	113
第六章 问题解决与创造力	114
第一节 问题解决的心理过程	114
第二节 问题解决能力的培养	121
第三节 创造力及其培养	126
复习思考题	136
参考文献	136
第七章 学习动机	137
第一节 学习动机概述	137
第二节 学习动机理论	142
第三节 学习动机的培养与激发	147
复习思考题	156
参考文献	156
第八章 学习策略与学习迁移	157
第一节 学习策略	157
第二节 学习迁移	168
复习思考题	175
参考文献	175
第九章 动作技能学习	177
第一节 动作技能概述	177
第二节 动作技能的形成	179
第三节 动作技能教学	186
复习思考题	190
参考文献	190
第十章 品德学习与培养	191
第一节 品德概述	191
第二节 品德的形成过程	195
第三节 品德不良的矫正	210
复习思考题	215
参考文献	216

第十一章 学生心理健康教育	217
第一节 心理健康教育概述	217
第二节 心理健康教育的内容与途径	221
第三节 常见的心理健康问题与辅导	234
复习思考题	243
参考文献	244
第十二章 学校群体心理	245
第一节 群体心理概述	245
第二节 班级群体心理	253
第三节 学校人际关系的建立与发展	259
复习思考题	270
参考文献	271
第十三章 教学策略和课堂管理	272
第一节 教学策略	272
第二节 课堂管理	282
复习思考题	296
参考文献	296
第十四章 教师心理	297
第一节 教师的职业心理	297
第二节 教师的专业发展	309
第三节 教师压力管理与心理健康维护	314
复习思考题	323
参考文献	323

第一章 心理学与教育

日常生活和工作中,我们能够欣赏色彩斑斓、五彩缤纷的画卷,能够聆听旋律优美、感人至深的乐曲;可以全神贯注于某些事情,而对其他事情视而不见、听而不闻;能够记忆丰富的知识,事过境迁而终身不忘;可以根据“天苍苍,野茫茫,风吹草低见牛羊”想象出大草原的壮丽景色;能创造出“嫦娥奔月”、“龙宫探宝”的神话;有时欣喜若狂,有时焦虑不安。这些都是人的心理现象,或者说是人的心理活动的体现。“人心不同,各如其面”——有的人豁达开朗,有的人谨慎深沉;有的人反应迅速,有的人行动迟缓。由此可见,人的心理现象绚丽多彩,被誉为“地球上最美丽的花朵”!

心理活动渗透到人类生活的各个方面。对于学校教育来说,学生“如何学”,教师“怎样教”,本质上主要是学生与教师的个体心理活动及其相互作用的过程。

本章知识点:

- ◆ 个体心理结构
- ◆ 心理活动机制
- ◆ 教育心理学的研究对象
- ◆ 教育心理学的作用
- ◆ 教育心理学的研究方法

第一节 心理学概述

一、心理学的研究对象

打开书本,文字的笔画和结构通过视觉系统进入大脑并留下映像。这是感觉或知觉。感觉和知觉使我们获得了客观事物的感性知识。合上书本,书的内容并不完全立即消失,有些内容甚至可以过目成诵,遇到适当的情景,我们还会把它们从大脑里提取出来加以应用。这些就是记忆。记忆使我们积累了经验,变得聪明起来。在学习过程中我们根据已知条件和未知条件之间的关系解答数学、物理问题。这是思维。我们通过思维活动,揭示事物的本质和规律,解决各种各样的问题。当我们看到《红楼梦》中所描写的“一双丹凤三角眼,两弯柳叶吊梢眉;粉面含春威不露,丹唇未启笑先闻”,头脑中便会勾画出王熙凤的形象,从而加深对这个人性格特点的理解。这是想象。想象使我们的心理世界更加丰富,它以具体形象的方式与思维协同活动,从而促进问题的解决。

感觉、知觉、记忆、思维、想象,它们紧密联系在一起共同承担着我们对客观世界的认识。因此,这些心理活动统称为认知过程。

人非草木,孰能无情。我们在接触人或其他客观事物的过程中,总会把这些人或事物同自己的需要联系起来,产生满意、喜爱、厌恶、憎恨等心理体验。例如,一本好书,内容引人入胜,使我们爱不释手;朗诵杜甫的诗句“白日放歌须纵酒,青春做伴好还乡”时体会诗人那种为战乱结束而开怀痛饮、纵情歌唱,于春天来临之际,在鸟语花香中与妻子、儿女们

做伴,正好还乡的喜悦心情,我们也会感到心情舒畅,甚至也将“喜欲狂”。这里的“爱不释手”、“心情舒畅”就是情绪或情感过程。积极的情绪或情感能够提高认知过程的质量和效率,还能够使人们更加热爱生活,笑对人生。

一旦我们对一本好书“爱不释手”,或者对某一学科的知识“如饥似渴”,往往会在内心产生一种力量,力图更深入地理解书中的内容或掌握这门学科的知识。于是,确定目的、制订计划、采取行动,实现自己的目标。这些心理活动就是意志过程。顽强的意志能够使人在困难面前坚韧不拔、百折不挠,沿着既定的正确目标勇往直前。进化论的奠基人达尔文历经 5 年的环球旅行,采集了大量的生物学和地质学标本,经过 20 多年研究,终于撰写出了科学巨著《物种起源》。他所经历的困难和艰辛可想而知,但正是顽强的意志这种强大的精神力量保证了达尔文远大而崇高的目标得以实现。

认知过程、情感过程和意志过程相互影响、相互联系,组成了个体的整个心理过程。

个体心理活动的发展及其进程往往表现出比较稳定的倾向性和特征,心理学称之为个性差异。它包括个性倾向性和个性心理特征。由于生理条件的差别、所受教育的不同、实践经验的制约,我们形成了不同的需要、兴趣、动机、理想、信念、价值观和世界观。这些个性倾向性反映了人们对周围世界的趋向和追求。例如,有些同学当前渴望掌握更多的专业知识,将来从事科学研究;有些同学最紧迫的需要是提高人际交往能力和组织能力,将来从事社会工作;有些同学对足球感兴趣,为看一场球赛可以彻夜不眠;另一些同学喜欢绘画,常常为创作一幅美术作品而废寝忘食。

在个体心理活动的发展过程中,我们形成了一些稳定的、不同于他人的心理特征。例如,有的同学记忆效率高,有的同学记忆的准确性好;有的同学注意稳定性好,有的同学思维灵活性高;有的同学学习过程中不耻下问,脚踏实地,有的同学则浅尝辄止,马虎浮躁。这些分别是人与人之间在能力、气质和性格方面的差异。

个性倾向性和个性心理特征共同组成了个性心理。所谓“人心不同,各如其面”正是这个含义。

心理过程和个性差异分别反映了个体心理现象的共性和个性(图 1-1)。它们相互影响和制约,组成了个体五彩缤纷的心理世界。

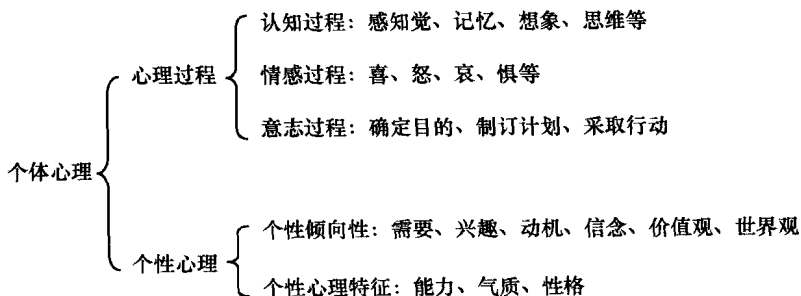


图 1-1 个体心理结构

个体在参与社会群体活动并与社会环境相互作用的过程中,心理活动表现出有别于个体活动时的特点,从而形成社会心理现象。在特定的社会因素作用下,人们的心理活动

具有一定程度的一致性。去个性化、社会助长与社会致弱等都是社会心理现象。

个体心理和社会心理,组成了心理学研究的两大领域。

二、心理活动的机制

人类一直在探索自身的心理现象是怎么产生的。远古时代,人们认为肉体与灵魂是两个对立本源的概念,把人的心理看做是灵魂的作用;灵魂是支配人体行动的无形的、超自然的、永垂不朽的精神实体;并认为睡眠是由于附着人体的灵魂暂时离开的结果,熟睡的躯体是不能移动位置的,否则,灵魂归来时找不着它的附着体,那么这个人也就死了。英文中“psychology”(心理学)就有“对灵魂的解说”的含义。随着科学研究的深入,人们逐渐认识到:心理活动是神经系统、尤其是脑的机能,是脑对客观现实的反映。

(一) 神经系统的基本结构

神经系统包括周围神经系统和中枢神经系统。

1. 周围神经系统

周围神经系统由 31 对脊神经和 12 对脑神经组成。这些神经分布于全身各个部位。按照功能划分,周围神经又可以分为传入(感觉)神经和传出(运动)神经。前者的作用是把机体各部位感觉到的信息向脑传送;后者的功能在于把脑发出的信息(指令)传送到机体的某些部位,从而引起反应。按一般惯例,把在周围神经中控制内脏、血管及腺体运动的神经,称为植物性神经系统或自主神经神经系统。

2. 中枢神经系统

中枢神经系统由脊髓和脑组成。

脊髓位于椎管内,其功能主要是在周围神经与脑之间起着传导信息的作用,它也能够完成一些简单的反射活动。

脑由延髓、脑桥、中脑、间脑、小脑和大脑组成。大脑分为左右两个半球,是最高级的神经中枢,其表面分布的主要是神经细胞的胞体,被称为大脑皮质或大脑皮层。大脑皮层凹(称为沟或裂)凸(称为脑回)不平。每侧半球的大脑皮层分布有三条明显的沟或裂,即中央沟、外侧裂和顶枕裂,它们把大脑皮层分为 5 叶,即额叶、顶叶、颞叶、枕叶和岛叶(位于外侧裂深部)。

(二) 心理活动的脑定位

脑的各个部位具有相对明确的功能。也就是说,脑皮层的某一部位或脑的某一结构控制着机体的特定功能。心理活动也不例外。感觉、知觉、记忆、思维、言语、情绪乃至人格等,都与脑的特定部位的活动有密切关系。

1. 感觉和知觉

躯体感觉中枢位于顶叶中央后回,听觉中枢位于颞叶颞横回,视觉中枢位于枕叶角回。这些部位的损伤将产生相应的感觉障碍。例如,右侧顶叶大面积损伤,将会出现对侧疏忽综合征:要求病人临摹一朵花,他只描绘右半部分,忽视左半部分;用餐时只用盘子右侧的饭菜,而将左侧部分的剩下;走路时该向左拐,他却往右走。

2. 记忆

颞叶中的一个结构——海马,在记忆中有重要作用。因为患有癫痫而切除海马的病人出现了严重的遗忘症:他对每天重复发生的事情几乎没有任何记忆,一遍又一遍地阅读同一篇文章,反反复复地做同一种作业,但对文章和作业却没有熟悉感。前脑底部在记忆中也有重要作用,已经发现老年性痴呆(主要表现为严重的遗忘症)主要是由于该部位乙酰胆碱能神经元功能低下所致。

3. 思维

通过脑区域血流图研究发现,进行心算时额叶等部位血流增加,表明思维活动与额叶有密切关系。额叶损伤者解决数学问题的困难十分明显。例如,病人难以解决这样的问题:有18本书在两个书架上,其中一个架子上的书是另一个架上的两倍,这两个书架上各有多少本书?

4. 言语

运动性语言中枢位于额叶的额下回、紧靠中央前回下方;损伤后引起运动性失语症——患者可以看懂文字,也能听懂别人的谈话,但丧失说话能力。听觉性语言中枢位于颞叶的颞上回后部,损伤后引起感觉性失语症——患者能听到别人说话但不能理解意义。视觉运动性语言中枢(书写中枢)位于额叶的额中回后部,损伤后引起失写症——患者书写、绘画等精细运动发生障碍。视觉性语言中枢(阅读中枢)位于顶叶皮层的顶下小叶和角回,损伤后引起失读症——患者视觉良好但看不懂文字的含义。

5. 情绪

颞叶和脑内的其他结构,如杏仁核、下丘脑等,都与情绪功能有关系。颞叶损伤后,异常凶猛的猴子变得温顺、驯服。杏仁核损伤后,动物失去了恐惧感,天生怕蛇的猴子敢于去碰正在嘶嘶乱响的蛇;人的杏仁核损伤后,在描述人的面部表情时,知道什么是高兴、悲伤和厌恶,却不能很好地表述什么是担心、恐惧。电刺激动物的下丘脑,可以诱发情绪性的攻击厮杀——有发怒的表现,如怒吼、耳朵竖立、毛发挺起等。

6. 人格

与人格关系最为密切的脑部位是额叶。额叶损伤后,人的秉性(即气质)、待人接物的方式、看待周围事物的态度都会发生改变。有一个颅骨左前部严重损伤(主要伤及额叶)的人,本来思维敏捷,对人彬彬有礼,受伤后却变得顽固任性,反复无常。

(三) 心理活动产生的方式

心理活动是通过反射产生的。反射是指在中枢神经系统参与下,有机体对体内外的刺激做出的规律性应答。其基本过程是:来自体内外的刺激作用于感受器,通过传入神经到达相应的神经中枢,经过分析整合,神经中枢兴奋,发出反应信息,反应信息通过传出神经,到达效应器,使效应器发生相应的活动。如果中枢发生抑制,则不发生反应,或使原有的反应减弱甚至停止。

反射可以分为与生俱来的无条件反射和后天获得的条件反射。其中,条件反射以无条件反射为基础。例如,狗吃到食物能够分泌唾液。这是无条件反射,食物是无条件刺激物;给狗铃声刺激不会导致唾液分泌,因为铃声与唾液分泌无关,铃声是无关刺激物。但是,在狗吃到食物以前,每次都给以铃声刺激,然后再给食物,这样多次结合以后,当铃声

一出现,狗便会分泌唾液。在这个过程中,本来与唾液分泌无关的铃声,由于多次与食物结合,已经具有引起唾液分泌的作用,即成为进食的“信号”了。这时铃声已经转化为信号刺激或条件刺激。由此可见,形成条件反射的基本条件是无关刺激与无条件刺激在时间上的结合,这个过程称为强化。其神经生理学过程是:食物通过口腔味觉感受器转变为神经兴奋,沿着传入神经到达延髓唾液分泌中枢。此后,一方面通过传出神经引起唾液腺分泌,另一方面又沿传入神经继续上行经过丘脑传至大脑皮质味觉中枢(岛叶),引起味觉中枢兴奋。在产生味觉的同时,皮质也发出下行神经兴奋信息增强唾液分泌。铃声与食物多次结合,使得听觉中枢与大脑皮质味觉中枢多次同时兴奋,因而在它们之间开拓出一条新的通路,形成暂时联系。此后,当条件刺激(铃声)单独出现时,它所引起的听觉中枢兴奋过程沿暂时联系通路到达无条件反射中枢(唾液分泌中枢),引起唾液分泌。在条件反射过程中,原来的无关刺激转变成了信号刺激,而信号意义的揭露就意味着心理现象的产生(图 1-2)。

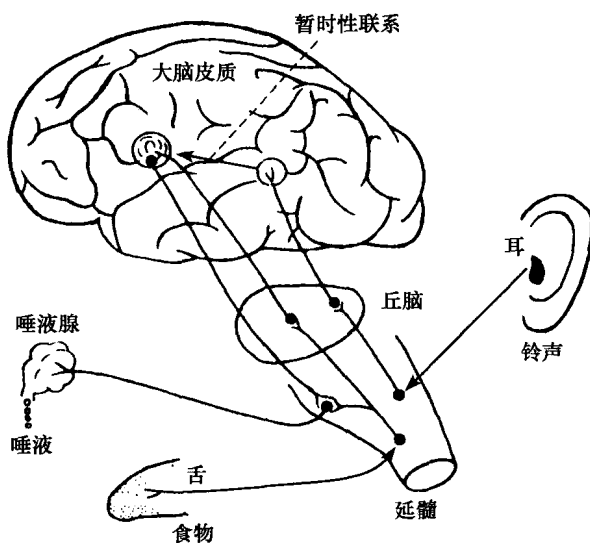


图 1-2 对声音刺激建立唾液分泌性食物条件反射机制示意图

“谈梅生津”也是条件反射的结果。在这过程中人们通过联想,把过去对梅子味道的感觉和所理解的梅子这个词的意义联系起来,引起唾液分泌。联想、感觉、理解等都是心理活动。由此可见,心理活动是通过反射产生的。

总之,心理活动是脑的机能,脑是心理活动的器官。

(四) 心理活动对客观现实的依赖性

心理活动是通过反射产生的,而反射活动又是由刺激引起的。凡是能够导致有机体功能改变的内部和外部因素都可以称为刺激。刺激来源于客观现实,客观现实是心理活动的源泉和内容。例如,我们头脑中可以产生参天大树的形象,那是因为客观现实中有参天大树的存在,只不过我们头脑中的大树形象是加工过的。社会生活、知识经验不同,人们对事物的反映也有差别。鲁迅先生曾经揭示了不同主体对古典名著《红楼梦》的不同理解:经学家看见的是“易”,道学家看见的是“淫”,才子看见的是“缠绵悱恻”,革命家看见的

是“排满”，荒诞家看见的是“宫廷秘史”。由于心理活动对客观现实的反映是经过主体加工改造过的，主体的生活经验、兴趣和爱好都对这种反映具有制约作用。因此，人的心理被认为是客观现实在人脑中产生的主观映像。

客观现实可以分为自然现实和社会现实。社会现实，也就是社会生活，对人的心理具有决定意义。脱离了社会生活的人是不可能具有正常人的心理的。



资料窗

20 世纪发现的兽孩

狼孩：1920年，在印度加尔各答附近，人们发现过一只母狼领着两个女“狼孩”，经常出现于山野中。当母狼后来被人们打死后，其中两岁多的女“狼孩”也死去了，剩下八岁的女“狼孩”，经过七年教育，仅学会了四十五个词句，懂得几句简单而又普通的语言，十六岁时死去。

豹孩：1932年，有几个猎人在印度卡查尔大森林中打猎时，打死了一只母豹，发现豹穴里还有两只小豹和一个大约五岁左右的小孩。原来，这个小孩是三年前被母豹衔走的。他虽然已经五岁了，却只会用四肢爬行，手掌和膝盖上都长满了硬茧。

熊孩：这个“熊孩”是个女性，1961年由匈牙利的两个猎人在一座高山上的洞穴中发现。当时，她正在跟几个“熊弟妹”一起兴高采烈地玩耍，看上去，年龄只有六七岁。在猎人捕捉时，她眼里露出凶光，不顾一切地拼命撕咬。

羊孩：1972年，在伊朗的一片大森林中，有人发现一只母羊在给一个两岁左右的孩子喂奶，感到非常奇怪。走近母羊细看，那孩子竟四肢趴在地上，津津有味的吸吮着母羊的乳汁。

鹿孩：1975年，法国的一位探险家在非洲撒哈拉的一个林区探险时，意外地发现一个满头乌发的孩子随着鹿群飞奔，其跳跃的动作不仅十分敏捷，而且相当灵巧，与鹿并无多大差别。这位探险家费了好大的劲儿才把鹿孩捉住，一看，鹿孩的膝盖已经变得十分坚硬。

资料来源：宝成，柯敏，1994-11-20. 本世纪发现的兽孩. 工人日报

文化背景对人的心理也有影响。同样一个比较肥胖的人，俄罗斯人可能认为她很丰满，而美国人则可能认为她太胖了。由此可见，不同文化背景下生活的人们形成了不同的心理特征。

此外，在社会生活中人们还会通过个体的努力来丰富和调节自己的心理世界。求知欲望强烈、勤学好问的人，他所涉足的实践领域宽广，也就容易积累丰富的知识经验，并能够深入认识事物的本质和规律，弥补自己某些方面能力的不足。人们常说的“勤能补拙”就是这个道理。自制力强、希望不断自我完善的人，能够通过各种途径调节自己的情绪，保持乐观心态，完善自己的心理品质。

三、心理学的学科体系

1879年，德国心理学家冯特(W. Wundt)建立了世界上第一个心理学实验室，这被认为是心理学成为一门独立科学的标志。此后心理学得到了蓬勃发展，成为一个由众多分支学科所组成的学科体系。

其中，偏重于基础研究的心理学分支学科主要包括：普通心理学——研究心理活动的一般规律和基本理论；发展心理学——研究心理的种系发展和个体生命过程中身心发展与年龄的关系；实验心理学——以实验的方法研究心理和行为的规律；生理心理

学——研究心理活动的生理机制;社会心理学——研究社会心理与社会行为之间的关系和规律。

偏重于应用研究的心理学分支学科主要有:教育心理学——研究教育教学过程中师生的各种心理现象和行为的规律;管理心理学——研究管理活动中的心理现象和规律;医学心理学——研究心理因素在疾病发生、治疗和预防中的作用;工业心理学——研究从事工业领域工作人员的心理活动和行为之间的关系、心理行为与工作环境之间的关系和原理。

四、当代心理学主要流派

心理学在发展过程中形成了不同的理论学派。这里简要介绍行为主义心理学、精神分析心理学、认知心理学和人本主义心理学。

(一) 行为主义心理学

1913年,美国心理学家华生(J. B. Watson)发表了《从一个行为主义者眼光中所看的心理学》,宣告了行为主义的诞生。行为主义有两个重要的特点:一是否定意识,主张心理学研究行为;二是反对内省,主张用实验方法。华生用S-R(刺激-反应)公式解释行为。刺激指的是引起有机体行为的外部 and 内部变化,反应则是构成行为基本成分的肌肉收缩和腺体分泌。华生否认遗传和本能对心理发展的作用,推崇教育决定论和环境决定论。他曾经夸口说:“给我一打儿童,在良好的由我做主的环境中,无论他们的天资、能力、父母的职业和种族如何,我可以任意把他们培养成医生、律师、艺术家、大商人或者是乞丐、小偷。”

行为主义产生以后,在世界各国心理学界产生了很大的反响。华生竭力主张使用客观的方法研究心理现象,使心理学研究更加科学、严谨。但是,由于行为主义过于极端化,特别是早期代表人物华生的主张是采用机械主义的方法研究行为,这对心理学的发展产生了一定的消极影响。

(二) 精神分析心理学

精神分析学派是奥地利精神病学家弗洛伊德(S. Freud)创立的。他把人的心理区分为意识和潜意识(即无意识)。意识包括个人现在意识到的和现在虽然意识不到但可以回忆起来的经验(被称为前意识)。潜意识包括本能、欲望等。他认为,潜意识在人的生活中起着巨大作用,一旦发生障碍,将导致精神疾患。所以,潜意识概念也就成了精神分析理论的核心。在他看来,人格是由本我、自我和超我三种力量构成的系统。本我由先天的生物冲动组成,其唯一目的是消除或减轻机体的紧张以获得快乐和满足;超我是内化了的道德标准(代表一个人良心的要求),竭力压抑本我的盲目冲动;自我介于两者之间,负责理智地调节本我、超我和外界三者的关系。一个人的精神状态是人格的这三种力量相互矛盾冲突的结果。当自我能很好地平衡三者的关系时,人格处于正常状态;当自我对本我、超我失去控制时,人就会产生各种焦虑。为了减轻焦虑,自我便发展出各种无意识的防卫机制,如失言、做梦等。弗洛伊德认为,意识是人的整个精神活动中很小的一部分,处于心理的表层;无意识才是人的精神活动的主体,处于心理的深层,它是被压抑的或未变成意识的本能冲动。性欲则是人的所有本能冲动中持续时间最长、冲

动力最强、对人的精神活动影响最大的本能。弗洛伊德的主要研究方法是在进行心理治疗时作详细的案例研究,强调研究一个人当时的行为时要追溯其过去的历史,以探明其目前行为的原因。

随着精神分析学派的发展,原来追随弗洛伊德的心理学家,不再坚持弗洛伊德的一切行为决定于性本能的泛性论观点,加之受到社会学和人类学的影响,开始转向研究人格发展过程中的社会文化因素的影响,这些观点和理论被称为“新精神分析理论”。

(三) 认知心理学

20世纪50年代末至60年代初,心理学界涌现出一股研究认知过程的潮流,在知觉、记忆、言语和问题解决等领域中,出现了一些新的理论,被称为认知心理学流派。该学派把人看成一种信息加工者,一种具有丰富的内在资源,并能利用这些资源与周围环境发生相互作用的、积极的有机体;认知活动就是信息加工,人的认知结构和过程可以采用由感知系统、记忆系统、控制系统和反应系统四种主要成分所组成的模型来表示,这四种主要结构成分的相互作用产生了人对外部世界的认识。

现代认知心理学除了应用口头报告、测量反应时等心理学的一般研究方法外,还发展了自己特有的一些研究方法,如计算机模拟等。使用这种方法的基本设想是:如果计算机和人在某种作业上的操作模式在功能上相同,那么计算机的程序就能很好地解释人是怎样完成这一作业的。例如,如果用计算机解决了某个复杂的问题,那么计算机的解题程序就可能代表人解决同一问题的思维过程。认知心理学家相信,应用这种方法不仅能客观地描述人的某些复杂的内部过程,促进心理学的发展,而且能推动人工智能的研究并促进计算机技术的发展。

20世纪90年代,认知心理学与神经科学结合的产物——认知神经科学,利用新兴的研究技术尤其是脑成像技术探讨认知活动的脑机制,取得许多重要成果,成为当代心理学的主要发展趋势之一。

(四) 人本主义心理学

人本主义心理学是20世纪60年代在美国兴起的一个心理学流派,创始人是美国心理学家马斯洛(A. H. Maslow)和罗杰斯(C. Rogers)等人。人本主义者认为,人的本质是好的、善良的,而不是受无意识的欲望驱使并为实现这些欲望而挣扎的野兽。人有自由意志,有自我实现的需要。只要有适当的环境,人们就会力争达到某些积极的社会目标。他们主张心理学应说明人的本质,应关心人的价值和尊严,特别要研究人的创造力和自我实现,促进人的潜能的发挥,并使其发展为“健康的人”。

人本主义心理学家认为,人除了具有一般的生物潜能外,还有一种心理潜能。人类具有发挥这种心理潜能的内在倾向。马斯洛提出的以“自我实现”为最高目标的“需要层次论”,就是充分发挥人的心理潜能的一种学说。马斯洛认为,人在争取获得需要满足的过程中能够产生人性的内在幸福感和丰富感,尤其是创造潜能的发挥或自我实现,能给人以最大的喜悦,这种喜悦本身就是对人的最高奖赏。这个学说在管理活动中得到了广泛的应用并收到良好的效果。罗杰斯在教育改革中提出的“以人中心”的思想,在心理治疗中提出的“患者中心疗法”,也产生了相当大的影响。但是,人本主义心理学理论的某些主张带有纲领性,并且主要依靠思辨和推测,这就难以用实验加以证明。所以,人本主义心

理学的体系需要进一步完善。

第二节 教育心理学的研究对象和作用

心理活动贯穿于教育活动的整个过程。教育的任务在于遵循教育过程中的心理学规律,促进学生的学习和身心全面发展、使其成为合格人才,由此诞生了心理学的一个重要的应用分支学科——教育心理学。

一、教育心理学的研究对象

《中国大百科全书·心理学》(1999)对教育心理学的界定是:研究教育和教学过程中的种种心理现象及其变化,揭示在教育教学影响下,受教育者的学习和掌握知识、技能、发展智力和个性的心理学规律,研究形成品德的心理特点,以及教育和心理发展的关系。因此,教育心理学的研究对象可以具体分为以下几个方面。

(一) 学习心理

学习心理是教育心理学研究的重点之一。它研究学生在不同类型的学习过程中的心理学规律,如知识的获得和应用,动作技能的学习以及品德的形成与培养等,同时研究学习的主体——学生的学习动机、学习策略等。

(二) 教学心理

教学心理是教育心理学的另一重要组成部分。它主要是从教师的角度探讨教学活动中的心理现象和规律,从而为有效地进行教学活动提供原理、原则与方法上的指导。其内容包括:第一,教学过程心理分析,如怎样引起学生注意、提出教学目标、唤起已有经验、及时反馈学习结果、加强学习与记忆迁移指导等;第二,依据学生心理特点进行教学设计、选择教学手段和教学策略,如怎样依据教学内容和学生特点运用先行组织者策略、动机激发策略等。

(三) 课堂管理心理

课堂管理是提高教学效果的重要因素和教师最为关心的问题之一。提高学生学习的效率,指导学生进行自我管理是课堂管理的目标。课堂管理心理以学校群体心理为基础,其内容主要有两个方面:一是创设积极的课堂气氛,营造良好的课堂学习的心理背景;二是维持课堂学习纪律,促进学生自觉学习。

(四) 学生个体差异

“因材施教”是教育教学应该遵循的一条基本原则。这里的“材”指的就是学生的个体差异。在教育教学中,教师只有深入了解学生的个性特点,才能真正做到因材施教。例如,对于学习能力、气质类型和性格特点不同的学生,采取不同的教育方法才能收到良好的教育效果。教育心理学主要研究学生的先前知识基础、学习方式和策略、智力水平、兴趣和需要、能力特点以及气质和性格特点对学习活动的影 响,探讨怎样根据学生的个体差异使其得到适宜的教育和协调发展。

(五) 学生的心理健康

学校教育的根本任务在于为社会输送合格的人才。教育心理学研究怎样提高学生的