

重点项目建设成果

教育部
“高师教改计划”

xinlixue
xuexi
yu yingyong

高等师范院校公共课教学参考

《心理学》 ——学习与应用

郭亨杰 主编

黄希庭 顾问

上海教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学学习与应用 / 郭亨杰主编. —上海: 上海教育出版社, 2001. 1

ISBN 7-5320-7315-7

I. 心... II. 郭... III. 心理学—师范大学—教学参考资料 IV. B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第01119号

《心理学》——学习与应用

主编 郭亨杰

顾问 黄希庭

上海世纪出版集团 出版发行
上海教育出版社

(上海永福路123号 邮政编码:200031)

各地新华书店经销 上海新华印刷厂印刷

开本 850×1156 1/32 印张 16.25 插页 4 字数 390,000

2001年1月第1版 2001年1月第1次印刷

印数 1—8,100本

ISBN 7-5320-7315-7/G·7451 定价:(软精)20.80元

序

黄希庭

在我国,对高等师范院校师范生开设的心理学虽然也称公共课,但却与其他的公共课有所不同。它肩负着培养学生师范素质的重任,实质上是一门为实现培养合格中学教师目标而开设的教育专业基础课。随着科教兴国战略思想的提出,教育已在我国确立了优先发展的地位,受到全社会的重视。但要提高教育质量,培养学生的创新意识和创新能力,培养高质量的教师队伍是关键。基于此,中国心理学会心理学教学工作委员会自成立以来一直重视高师公共课心理学的课程建设。经教学工作委员会的努力,由我主编的高等师范院校公共课教材《心理学》于1997年7月由上海教育出版社出版。

为了使这本教材便于教学使用,我们曾设想,要编写配套的教学参考书和题库。后来有了一个机遇,我们把此种设想作为“面向21世纪高师公共课心理学教学内容和课程教学改革的理论与实践”课题的主要内容向教育部提出申请,此课题被批准为“高等师范教育面向21世纪教学内容和课程体系改革计划”的重点项目。这本由郭亨杰教授主编的《〈心理学〉——学习与应用》就是这个重点项目的研究成果之一。

《〈心理学〉——学习与应用》一书以黄希庭主编的高等师范院校公共课教材《心理学》为依据,以解决该教材的教与学的任务为编写取向,按该教材各章教学的重点、难点和热点问题展开讨论,

因而都是心理学教师所关注的内容。本书的编者不仅学有专长，并都有长期从事公共课心理学教学的经验。他们在编写中不仅总结了自己的教学经验，汲取了其他心理学教师的好经验，而且还汲取了国外心理学教学的一些新经验，从而使这本教学参考书充分体现它的实用价值。本书不仅对即将从事教师职业的师范生和正在从事教育事业的教师具有明显的实用价值，而且对广大读者也有相当高的实用价值。例如书中所阐述的人格魅力的塑造、正确自我观念的树立、记忆的技巧、学习方法的优化、创新意识的激发等等对广大读者无疑是相当有用的。我相信，高等师范院校的师生和广大读者会喜欢这本书；同时也期盼着通过我国心理学工作者的不懈努力将会有更多更优秀的心理学教材和教学参考书面世。愿我国的心理学教学事业更加繁荣昌盛。

2000年8月于西南师范大学窥渊斋

前 言

中国心理学会心理学教学工作委员会在黄希庭教授领导下，决心为心理学的教学改革做几件实事，本书的编写即是其中之一。决定编写的时间是在1998年11月，正式启动则是翌年2月。经过8所高校的心理学同仁一年半的努力，终于完成编写任务。成书过程虽比较艰辛，但它是对心理学教学改革的一次有益探索，因此我们也感受到探索的快乐。

本书取名为《〈心理学〉——学习与应用》。为什么用这样的书名？这里需要做一个题解式的说明。书名的前半段打书名号的“心理学”，是指黄希庭教授1997年主编、7所高校参编、上海教育出版社出版的高等师范院校公共课教材《心理学》。该《心理学》把我国同类心理学教材的编写水准提到一个新的高度，其内容及体系改革幅度之大也多有超乎寻常之处。为了充分发挥该教材的教书育人功能，有必要做若干后续工作，如编一个题库，写一本学与教的参考书等。现在，题库已由上海教育出版社出版，而教学参考书，便是我们奉献给读者的这本书。书名的后半段，意在标定我们编写此书的宗旨。读者使用本书究竟能否在学习与应用上得到帮助，应成为衡量编写工作成效的主要标准。

作为与《心理学》相配套的心理学的读本，在整体构思和写作时，我们着重考虑了以下几点：第一，各章名称完全与前者相同，以保证两书的同质性；第二，对前者各章内的知识点作必要的筛选，以免面面俱到；第三，适量补充一些前者未涉及而又与教书育人关系密切的知识点，以扩展全书的信息量；第四，精心设计表述方式，以

提升可读性。例如,前者知识点有165个,而本书筛选为93个;前者没有提及智力的性别差异、道德教育的模式等问题,本书作了补充;前者限于篇幅,难以充分使用实例分析,本书则尽可能多地使用了例解、个案分析等。

本书是西南师大、南京师大、华中师大、东北师大、首都师大、上海师大、河北师大、河南大学等8所高校19位心理学同仁集体协作的成果。在成书过程中,我们向学术上有先进性、表述上有创新性、应用上有便利性的目标而奋力。作为主编,我通读全部书稿后,感到本书在一定程度上达到了这些目标,或者说书中不少章节较好地体现了这些目标。从第一章心理学研究取向的阐述到第六章生成学习模式的介绍,从第三章人格全程发展研究的主题归类到第十三章人际关系心理位差问题的提出,从第五章自我监控的强调到第十四章创设良好课堂气氛的原则与心理学策略的分析,等等,都蕴含着先进的学术观点或育人理念。全书近140个“资料窗”、“活动设计”、“案例分析”、“例解”、“辨析”、“讨论”和“应用建议”等,使这本教学参考书的表述方式焕然一新。如第二章的资料窗“胚叶是什么?”、第三章的讨论“关键期”、第七章的活动设计“图形意义发散”、第八章的例解“神算子是怎样训练出来的?”、第十一章的案例分析“如何处理学生中发生的偷窃行为?”、第十二章的辨析“女性比男性更容易从众吗?”、第十五章的例解“同感层次的一个实例”等不仅显示专栏形式的多样性,而且显示问题本身的启发性。本书放弃了资料汇编式的写作模式,而采用理论观点与现实的教与学相结合的写作方式。书中各专栏的设置,主要目的就是为启发应用和便于应用,如要求学生“描述一个最熟悉的人”,告诉学生“常见的应对自卑的模式”,介绍“创造性思维发问技巧十字诀”,分析“学校精神的培育、研究与走向”,辨析“课堂是否需要绝对的安静”,进行“道德两难故事讨论”,等等,就是这样提出的。而有关认知学习、问题解决、智力开发、教学设计、品德形成、课堂管

理、心理辅导和动作技能掌握、人际关系处理、群体心理分析等章节的内容,本身就颇具应用色彩,因为这些章节不仅叙述了很多的“是什么”,而且花大力气探讨和试图回答“怎么办”之类的问题。

那么,读者怎样使用这本书呢?这里提一些建议,以供参考。第一种用法,是与黄希庭教授主编的《心理学》配套使用。因为这本参考书的基本思想来自《心理学》,同时它又在拓宽知识面和启发运用方面显示其一定的长处,故配套使用可以提高学与教的效果。大致说来,本书第一至第五章具有心理学一般原理的性质,涉及心理观和人的心理的整体发展;第六至第十章,主要探讨知识技能学习中的许多重要的心理现象,涉及如何学和如何教两个基本方面;第十一至第十六章,基本上可以概括为阐述教师管理育人的心理素养,涉及课堂管理、关系处理、心理辅导、品德形成的理念与操作问题。这三个板块中,读者可以根据需要与时间的可能性,有所侧重地选用。第二种用法,是单独把它作为一本心理学手册来使用。本书不是简单地与《心理学》对应匹配,而是在匹配的同时保持相对的独立性与一定的系统性。因此,心理学教师、学心理学课程的学生和有进修要求的教师,单独使用本书也可以有许多收获。第三种用法,对不在学校工作或学习的读者来说,这是关心和了解教书育人真谛的入门书。教育是全民的事业。家家都有子女或亲朋好友的子女在当学生。如何看待学生、善待学生,减少子女教育中的烦恼,对这些问题需要作理性思考。相信《〈心理学〉——学习与应用》会助你一臂之力。

编这种样式的心理学教学参考书,是一种新的尝试。尽管我们作了很大的努力,但由于缺乏经验和学识所限,恐怕不能尽如人意。以后若有机会修订再版,我们定会加以改进。

受中国心理学会心理学教学工作委员会委托,本人主持本书主编工作,黄希庭教授担任顾问。全书各章的编写分工是:第一章、第二章陈红,第三章张爱卿,第四章卢家楣、刘伟,第五章卢家

楣、胡纬华,第六章丁家永,第七章赵凯,第八章李新旺,第九章雷雳,第十章邹大炎、翟洪昌,第十一章路海东,第十二章侯春在,第十三章郭亨杰,第十四章张钦、罗峥,第十五章刘华山,第十六章周国韬、张明。

在编写过程中,黄希庭教授和陈红副教授精心编写的《高等师范院校心理学教学大纲(讨论稿)》及其讨论样稿,为本书的编写提供了十分重要的参照;华中师大刘华山教授在百忙之中挤出宝贵时间协助主编统稿并书面提出详细修改意见;南京师大胡军英副研究员付出大量精力,不厌其烦地做了一系列主编助理工作。在此,谨向他们深表谢忱!

本书之所以能够问世,是与上海教育出版社领导的大力支持分不开的。该社教育编辑室陈人雄先生更是为提高本书的编写和出版水平,做了细致周到的指导工作。我们向他们表示衷心感谢!

最后,还应向为我们的编写工作提供文献参考之便利的海内外有关作者表示谢意!

成书只意味着编写工作告一段落。产品能否满足读者需要?应作何种改进?这将由读者来判定。我们真诚地期盼着读者的评论和专家的赐教。

郭亨杰

2000年10月于南京龙凤花园

目 录

第一章 心理学的性质	1
引言——学习心理学的意义	1
心理学的神秘性——心理学的诱人性——心理学的重要性	
一、心理学的基础研究领域和应用领域	7
(一) 基础研究领域 (二) 应用领域	
二、心理学的研究任务和研究取向	15
(一) 心理学的三项研究任务 (二) 心理学的五种研究取向	
三、心理的基本性质	21
(一) 心理现象的复杂性 (二) 心理对物质的依存性 (三) 人的心理具有主观能动性	
四、心理学的研究方法	25
(一) 观察法 (二) 个案研究法 (三) 测验法 (四) 相关法 (五) 实验法	
五、心理学与学校教育的关系	31
第二章 人格	34
一、人格的性质	34
(一) 人格的独特性 (二) 人格的稳定性 (三) 人格的社会性 (四) 人格的整体性	
二、人格理论新说	40
(一) 五因素的人格结构理论 (二) 认知-情	

感系统理论	
三、气质差异及其教育工作原理	44
(一) 气质的界定 (二) 气质的类型与理论	
(三) 气质与教育	
四、性格差异与学校教育	52
(一) 性格的界定 (二) 性格与气质的关系	
(三) 性格的类型与理论 (四) 性格的教育与塑造	
第三章 人格的毕生发展	71
一、人格毕生发展的涵义	71
(一) 人格毕生发展的界定 (二) 人格毕生发展研究的兴起 (三) 人格全程研究的主题	
(四) 人格毕生发展的教育涵义	
二、人格发展的特征	77
(一) 连续性与阶段性并存 (二) 发展具有定向性和顺序性 (三) 发展表现出不平衡性	
(四) 发展的共同性与差异性	
三、人格发展的制约因素	80
(一) 遗传因素对人格形成的制约 (二) 环境因素对性格的影响 (三) 学校教育对人格形成的影响	
四、人格发展理论简述	84
(一) 弗洛伊德的心理性欲发展阶段论 (二) 埃里克森的心理社会发展阶段论	
五、素质教育与人格发展	92
第四章 行为的动力机制	95
一、西方心理学中关于行为的动力机制的几种理论	95
(一) 内驱力说 (二) 认知说 (三) 需要层次	

论 (四)成就动机论 (五)归因理论 (六)	
自我效能感理论	
二、动机系统的动态表现	99
(一)目标意识与行为动机强度的关系 (二)	
动机冲突与解决方法	
三、自我效能感	101
(一)自我效能感与自信 (二)习得性无助	
四、归因作用	103
(一)认识自己的学习归因状况 (二)归因与	
“控制点”	
五、情绪因素对学习行为的影响	106
(一)情绪对学习行为的直接影响 (二)情绪	
对学习行为的间接影响	
六、价值观:影响动机的重要因素	108
(一)价值观的特征 (二)价值观与需要的	
关系	
七、行为对动机的影响	110
八、学习动机的激发	112
(一)学习动机的结构与特征 (二)激发学习	
动机的手段	
第五章 自我意识	120
一、自我意识的结构	120
二、自我概念与自我评价	124
(一)自我概念 (二)自我评价	
三、自尊感与自卑感	129
(一)自尊感 (二)自卑感 (三)帮助青少年	
建立自尊的策略	
四、自我监控	140

(一) 自我监控的特征	(二) 自我监控的结构	(三) 自我监控能力的培养方法
五、自我意识发展的理论	144	
(一) 早期的哲学观点	(二) 早期的心理学观点	(三) 弗洛伊德和荣格的观点
(四) 沙利文和埃里克森的观点	(五) 近期较有影响的一些理论	
六、促进青少年自我意识发展的教育方法	151	
(一) 青少年自我意识的一般特点	(二) 促进青少年自我意识发展的教育方法	
第六章 认知学习	158	
一、认知学习的性质	158	
(一) 认知的含义	(二) 认知学习的性质	
二、认知学习的主要类型及其应用	160	
(一) 发现学习	(二) 接受学习	(三) 课堂教学设计应用实例
三、信息加工视野下的认知学习过程及其教学含义	166	
(一) 加涅关于认知学习的信息加工模型	(二) 生成学习模式	(三) 信息加工认知学习理论的教学含义
四、元认知研究的由来与对教学的意义	173	
(一) 元认知的含义	(二) 元认知的构成	(三) 认知策略与元认知的联系与区别
(四) 学习中的元认知		
五、监控能力的训练与测定	179	
(一) 元认知或监控能力在教育上的意义	(二) 三种监控能力的训练模式	(三) 元认知监控能力的检测

第七章 问题解决与创造性	186
一、问题的内涵	186
(一) 问题解决研究史的简要回顾 (二) 问题和问题的解决	
二、问题的过程	189
(一) 对问题解决过程的描述 (二) 问题的解决的操作模式	
三、影响问题的心理因素及其对突破思维误区的启示	196
(一) 常见的影响问题的心理因素 (二) 思维误区的突破	
四、教给学生实用的问题解决的方法	200
(一) 问题的指导原则 (二) 问题的基本方法	
五、创造性的内涵和评定	205
(一) 创造性的内涵 (二) 创造性的评定	
(三) 创造性的培养与训练	
第八章 动作技能的学习	226
一、动作技能的性质	226
(一) 动作技能的概念 (二) 初级动作技能	
(三) 高级动作技能	
二、动作技能与智力技能的关系	229
三、动作技能形成的特征	230
(一) 意识控制减弱 (二) 利用线索减少	
(三) 动觉控制加强 (四) 运动图式形成	
(五) 预见与应变能力增强	
四、动作技能的遗忘进程	235
五、动作技能的教学	237

- (一) 明确目的任务 (二) 正确进行示范
- (三) 反馈练习结果 (四) 选好练习方法
- (五) 重视智力训练 (六) 激发学生的练习动机

六、动作技能的迁移 242

- (一) 动作性迁移 (二) 语言-动作迁移
- (三) 两侧性迁移

第九章 智力与智力开发 245

一、智力的内涵 245

- (一) 公众对智力内涵的看法 (二) 专家对智力内涵的看法

二、智力的结构 248

三、智力与遗传和环境的关系 250

- (一) 智力与遗传的关系 (二) 智力与环境的关系

四、智力测验的编制与使用 254

- (一) 测验的编制 (二) 使用智力测验应注意的问题

五、智力发展的一般趋势 259

- (一) 学龄前儿童的智力发展 (二) 小学儿童的智力发展
- (三) 青少年的智力发展 (四) 成年期的智力发展

六、智力的个体差异与性别差异 263

- (一) 认知类型的个别差异 (二) 性别差异

七、智力的开发 271

- (一) 杜威的思维发展与教学关系的理论
- (二) 布鲁纳的智力培养理论 (三) 奥苏伯尔的接受学习理论
- (四) 萨奇曼的探究训练

模式

第十章 教学心理	278
一、教学心理的内涵与特性	278
(一) 教学心理的不可替代性 (二) 教学心理的应用性 (三) 教学心理的交互作用性	
二、教学过程的要素	280
(一) 引起学生注意 (二) 提出教学目标 (三) 唤起已有经验 (四) 提供教材内容 (五) 指导学生学习 (六) 注意学习表现 (七) 适时给予反馈 (八) 评定学习结果 (九) 加强记忆与学习迁移指导	
三、教学设计的心理学原理	288
(一) 教学设计的涵义 (二) 教学设计的心理学基础	
四、教学微观设计模式及其运用	292
(一) 教学的微观设计与宏观设计 (二) 教学微观设计模式	
五、教学目标的确定	296
(一) 教学目标的设计原则 (二) 目标教学的程序	
六、教学策略及其运用	300
(一) 教师主导取向的教学策略 (二) 学生自主学习取向的教学策略	
七、教学评价的种类与操作	303
(一) 教学评价的涵义 (二) 教学评价的种类 (三) 教学评价的操作	
第十一章 道德品质的形成	308
一、道德的诸种心理学界定	308

(一) 认知性定义 (二) 情意性定义 (三) 行为性定义 (四) 人格式定义	
二、道德品质的心理结构	309
(一) 品德的动态开放系统结构 (二) 品德形成的心理结构	
三、道德认知发展阶段及其教育含义	311
(一) 柯尔伯格的道德教育实践模式之一:道德两难问题讨论 (二) 柯尔伯格道德教育实践模式之二:“公正团体”法	
四、道德品质形成的社会学习理论及其教育含义	320
(一) 社会学习理论的要义 (二) 榜样呈现的形式和特点对观察学习效果的影响	
五、道德品质教育中知、情、意、行的统一	323
(一) 道德动机与道德意志在道德行为形成中的重要作用 (二) 道德行为产生过程的一个综合模型	
六、国外的道德教育模式	329
(一) 价值澄清模式 (二) 价值分析模式 (三) 体谅模式	
七、道德品质的测评与研究方法	331
(一) 道德品质测评的涵义 (二) 道德品质测评方法	
第十二章 学校的群体心理	335
一、学校群体心理的内涵	335
(一) 群体心理 (二) 学校群体的心理功能 (三) 对学校群体心理功能的归纳	
二、社会助长与社会懈怠及其教育对策	342
(一) 社会助长作用 (二) 社会懈怠作用	