



高等院校应用心理学专业精品课程规划教材·学校心理系列

SCHOOL PSYCHOLOGY

学校心理学

主 编 ◎ 许思安

副主编 ◎ 攸佳宁 陈栩茜

“学校心理系列”教材编写时凸显了三个方面的特点：首先，以问题导向为出发点，构思整体架构；其次，以学科前沿为背景，在内容的选择上突出心理学的最新研究成果，引领读者在解决实际问题中感受心理学领域的最新进展；最后，充分考虑学习者的学习需求，力求体现学以致用基本导向，创新教材的呈现方式，体例灵活。



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>



高等院校应用心理学专业精品课程规划教材·学校心理系列

SCHOOL PSYCHOLOGY

学校心理学

主 编 ◎ 许思安

副主编 ◎ 攸佳宁 陈栩茜

“学校心理系列”教材编写时凸显了三个方面的特点：首先，以问题导向为出发点，构思整体架构；其次，以学科前沿为背景，在内容的选择上突出心理学的最新研究成果，引领读者在解决实际问题中感受心理学领域的最新进展；最后，充分考虑学习者的学习需求，力求体现学以致用的基本导向，创新教材的呈现方式，体例灵活。



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

中国·武汉

内 容 提 要

学校心理学是一门在中小学教育中研究各种心理现象及规律并解决学生心理问题的科学。本书围绕本科高等院校应用型人才培养目标,立足于我国学校心理健康教育发展的现状和相关的前沿性问题,从其源起、青少年学生的发展特点、相应的行为问题识别、个案辅导与危机干预、教师自身心理调适等方面进行全面、系统的阐述。

本书体例简明合理,内容体现了理论与实践的有效整合,案例丰富多样,实践环节清晰易懂、适用面广,凸显对应用能力的培养。本书可供各专业本科师范类高等院校的学生使用,也可作为各学科教师、班主任培训的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

学校心理学/许思安主编. —武汉:华中科技大学出版社,2014.11
ISBN 978-7-5680-0519-7

I. ①学… II. ①许… 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(2014)第 269632 号

学校心理学

许思安 主编

策划编辑:周小方

责任编辑:章 红

封面设计:李 嫒

责任校对:祝 菲

责任监印:周治超

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)81321915

录 排:华中科技大学惠友文印中心

印 刷:武汉市籍缘印刷厂

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:18.25 插页:2

字 数:446千字

版 次:2015年2月第1版第1次印刷

定 价:36.00元



华中出版

本书若有印装质量问题,请向出版社营销中心调换
全国免费服务热线:400-6679-118 竭诚为您服务
版权所有 侵权必究



高等院校应用心理学专业精品课程规划教材

编委会

丛书总顾问

莫 雷 刘 鸣

丛书主编

张 卫 刘学兰

委 员

(以姓氏笔画为序)

王 玲 田丽丽 许思安 何先友 张敏强 迟毓凯

范 方 陈 俊 陈 琦 郑希付 彭子文

随着现代社会的不断发展与进步,心理学正迅速渗透和应用到社会生活的各个角落。心理学在促进人类的健康和全面发展、应对各种各样的社会问题与挑战中正扮演着越来越重要的角色,应用心理学正逐渐成长为一个具有广阔发展前景的重要领域和专业。为适应应用心理学专业建设和人才培养的需要,我们策划了这套“高等院校应用心理学专业精品课程规划教材”,此套教材共分三个系列:学校心理系列、心理咨询与心理治疗系列、人力资源管理与人才测评系列。这三个系列所涵盖的领域也是心理学应用最广泛和较为成熟的领域。

本系列教材为“学校心理系列”,我们在编写时凸显了以下三个方面的特点。

第一,实践性的导向。本系列教材以问题导向为出发点构思整体架构。在中小学中,最热点的问题包括学生的自我发展、学习困扰、情绪调节、学生之间的同伴关系、师生之间的沟通、家校之间的合作、班级凝聚力的提升、教师课堂教学的驾驭、突发事件的处理、特殊儿童与常态儿童的融合等,本系列教材将针对这些问题给予理论阐释和实践指导。

第二,前沿性的内容。本系列教材以学科前沿为背景,在内容的选择上突出心理学的最新研究成果,引领读者在解决实际问题中感受普通心理学、发展心理学、教育心理学、社会心理学、咨询心理学、教师心理学、心理测量学、性别心理学、脑科学等分支学科、领域的最新进展,以及这些学科进展在诸多实际问题中的具体应用。

第三,创新性的体例。本系列教材充分考虑学习者的学习需求,力求体现学以致用用的基本导向,创新教材的呈现方式,体例灵活。每章包括“本章结构”、“案例分享”、“学习导航”、“课外拓展”等版块,以实现理论和实践融合、课堂向课外延伸,具有很强的实用性和可读性。

本系列教材由六册组成,分别是:《学校心理学》、《学校管理心理学》、《学习心理辅导》、《心理健康教育课程设计与组织》、《青少年心理与辅导》、《特殊儿童心理与教育》。其中,《学校心理学》、《学校管理心理学》属于通识模块,侧重介绍跟学校领域相关的心理学基本理论与应用,帮助读者掌握学生的心理发展规律、课堂教学中的心理学效应、班级管理与团队运作的常用策略等方面的基础知识与基本技能。而《学习心理辅导》、《心理健康教育课程设计与组织》

与组织》、《青少年心理与辅导》、《特殊儿童心理与教育》这四本教材属于拓展模块,引导读者从发展性教育和补救性教育等多个层面深入具体地掌握相关领域的理论与研究进展、应用技能与方法。

本系列教材的作者大多是多年在心理学领域从事研究、教学和服务的教师,有着扎实的专业功底和丰富的教学、实践经验,保障了本系列教材的水平和质量。由于各种主客观原因,教材存在各种不足或不当之处,请广大学者、专家和读者不吝批评和指正。各位作者在编写本系列教材的过程中付出了大量的辛勤劳动与心血,本系列教材的出版得到了华中科技大学出版社领导及编辑的大力支持,在此一并致以敬意和谢意!

华南师范大学心理学院院长,教授、博士生导师

张卫

2015年1月于广州

Preface 前言

“学校心理学”是定位于基础性与应用性相融合的一门更偏向于应用的心理学分支学科。其学科侧重于中小学校教育中的发展性,兼顾预防与矫治。本书的出版重在揭示:学校心理学既可以是一门偏向应用的技术,也可以成为读者自身生活的一个重要组成部分,其设计的干预技巧、问题识别与自我调适等技术并不是空洞的理论说教,也不是遥不可及的理念构想,而是可以通过学习掌握和提升并得以践行。

这样的目的,意味着本书要承担起教材和生活指导书籍的双重作用。它既要向读者传递学校心理学范畴内的相关理论知识,又要让他们能够熟练运用多种心理学相关理论予以分析、指导甚至解决个案以及自身自我成长中的多重问题,真正将理论知识实践化。理论是实践的基础和指导,而实践是理论的应用和延伸,两者相辅相成,互助互益。根据这种指导思想,按照理论与应用相结合的科学逻辑,采纳循序渐进的思维习惯,设计全书的基本框架:第一章,重在介绍学校心理学的概况,包括其源起、发展观与系统观等;第二、三章,分别介绍小学生与中学生在感知觉、思维、情意以及自我意识方面的发展规律;第四章,重心放在“个别辅导”中的基本技术,包括会谈的言语与非言语技术、行为干预的常用技术、积极心理治疗的基本策略等;第五章,介绍中小学生中常见的情绪问题和行为问题,包括相应的分类与识别;第六章,从危机干预的视角,分析中小学生中常见的危机现象,并提供相应的应对策略;第七章,从班级主题活动设计的角度,分享体验式学习理论的基本理念,分析相应的中小学教育案例;第八章,从教师心理调适的角度,提供建议与意见。

此外,在呈现方式等诸方面,本书力求在以下几方面有所突破:

第一,可读性。为了增加本书的可读性,编者一方面力求在呈现方式上进行改革,比如用“案例分享”作为每一节的引入,希望能引领读者展开相应的思考,在内文用“知识链接”的形式对部分内容进行补充叙述,使行文更加具有趣味性;另一方面尽量采用非专业化的叙述风格,让学校心理学领域的专业知识通俗化、简单化。

第二,可操作性。学校心理学作为一门学科,它既需要参与者具有一定的理论基础,同时也要具备真正实践的能力。从学科特性方面已经界定了它的理论与应用相结合的基调。因此,作者一方面力求以通俗易懂的语言介绍学校心理学的相关理论,另一方面也着力于为读者提供可操作、可模仿的“心理训练”模块,希望借此把相关技术予以具体化。

第一章 绪论	1
第一节 学校心理学的源起	1
一、学校心理学的发展历程	2
二、学校心理学的学科地位	5
第二节 学校心理学的基本理论	20
一、学校心理学的发展观	20
二、学校心理学的系统观	27
第二章 小学生心理发展的一般规律	32
第一节 小学生感知觉概述	32
一、小学生感觉统合失调概述	33
二、感知觉概述	35
三、小学生感知觉发展特点	35
第二节 小学生思维发展的一般规律	36
一、思维概述	36
二、具体运算阶段——皮亚杰的认知发展理论	39
三、小学儿童思维发展的基本特点	42
四、小学儿童思维形式的发展	44
五、小学儿童思维品质的发展	45
第三节 小学生情绪和意志发展	48
一、情绪的概念与功能	49
二、小学生的情绪理解	51
三、情绪理解内容的关注焦点	52
四、小学生意志的发展特点	54
第四节 小学生自我发展的一般规律	54
一、了解自己,阐明自我	55
二、自我意识	56
三、自尊	60

第三章 中学生心理发展的一般规律	.. 67
第一节 中学生注意发展的一般规律	.. 67
一、注意的概述	.. 68
二、中学生注意力的发展特点	.. 70
三、造成中学生注意力分散的原因	.. 71
四、中学生学习注意力的培养对策思考	.. 72
第二节 中学生思维发展的一般规律	.. 77
一、形式运算阶段——皮亚杰的认知发展理论	.. 77
二、中学生思维发展的基本特点	.. 80
三、中学生思维监控的发展	.. 83
四、中学生创造性思维的发展	.. 85
第三节 中学生的情绪和意志发展	.. 86
一、中学生情绪发展特点	.. 87
二、中学生情绪压力的成因	.. 89
第四节 中学生自我发展的一般规律	.. 92
一、自我意识	.. 93
二、自我概念	.. 96
三、自我评价	.. 99
四、自尊	.. 100
五、自我同一性	.. 101
第四章 个别心理辅导的技术	.. 105
第一节 会谈技术	.. 105
一、非言语技巧	.. 107
二、言语技巧	.. 110
第二节 行为主义干预技术	.. 114
一、行为塑造技术	.. 116
二、代币制	.. 119
第三节 积极心理治疗的干预技术	.. 122
一、基本理念	.. 125
二、常用策略	.. 131
第五章 中小学生情绪与行为问题的识别	.. 137
第一节 中小学生情绪与行为问题概述	.. 137
一、中小学生情绪与行为问题的定义和概况	.. 138
二、中小学生情绪与行为问题的影响因素	.. 139
第二节 中小学生情绪与行为问题的分类与识别	.. 147
一、情绪问题	.. 148
二、行为问题	.. 153



第六章 学校危机干预的技术	.. 166
第一节 危机及危机干预概述	.. 166
一、危机的定义与特征	.. 167
二、危机干预的步骤	.. 168
三、危机干预技术	.. 170
第二节 中小学生常见危机及干预策略	.. 185
一、自杀危机	.. 186
二、创伤后应激障碍	.. 191
三、儿童性虐待	.. 197
四、儿童居丧	.. 201
第七章 班级主题活动设计	.. 209
第一节 概述	.. 209
一、体验式学习理论	.. 211
二、主题活动设计理念	.. 215
第二节 主题活动设计案例	.. 219
一、小学主题活动设计案例	.. 222
二、中学主题活动设计案例	.. 229
第八章 教师心理调适	.. 244
第一节 教师职业分析	.. 244
一、“教师”的内涵	.. 245
二、教师职业道德	.. 246
第二节 寻求职业幸福感	.. 254
一、教师职业压力问题分析	.. 255
二、职业幸福感及其寻求	.. 259
参考文献	.. 277
后记	.. 282

Chapter One

第一章

绪论



本章结构

学校心理学的源起

学校心理学的发展历程

学校心理学的学科地位

学校心理学的基本理论

学校心理学的发展观

学校心理学的系统观

第一节 学校心理学的源起



案例分享

“开学恐惧症”困扰中学生

寒假开学前后,长春不少学生对上学有焦虑感,甚至恐惧感,症状有:情绪低落、心慌意乱、无缘无故发脾气、浑身疲劳、厌食、注意力不集中、记忆力减退、不愿见人、失眠等。

3月初,冬冬所在的学校就要正式开学了。念初二的冬冬,学习成绩一直不错,可这几天,她心里总是慌慌的,一想到学校就害怕。在她的再三要求下,妈妈带她来到长春市心理卫生研究所求助。把妈妈打发到门外,冬冬向心理医生吐露了真实的想法:“我惧怕上学。前两天,学校开始补课,我发现自己进了校门,都不敢正眼看人。老师讲课,我就低着头,用余光扫黑板,我害怕与老师对视!结果,补课内容根本听不进去,回到家,烦躁得很,晚上还

睡不着觉。”接诊的医生立刻明白了：又一个“开学恐惧症”患者。其实，所谓的“开学恐惧症”，并非医学术语，只是近期反映类似心理问题的学生比较多，大家便给起了这么一个名。长春市心理卫生研究所是该市比较权威的一家心理卫生咨询、诊疗机构，坐在该所诊室里，记者也为学生咨询者的“密集程度”感到吃惊。该所副所长孙艳杰告诉记者，春节后，中学生患者数量猛增，平均每天要接待10多位学生或家长，其中，70%以上的学生，对开学有不同程度的焦虑感，甚至恐惧感。初二、初三及高二、高三两个年龄段的患者相对比较集中。记者了解到，学生及其家长所反映的问题，与恐惧症、忧郁症、强迫症、焦虑症的某些症状相吻合。这些症状主要有：情绪低落、心慌意乱、无缘无故发脾气、疲倦、厌食、注意力不集中、记忆力减退、不愿见人、失眠等，有些还有头痛、胃痛、肚子痛等躯体不适症状。一位来咨询的初中生称，自己总怀疑寒假作业没完成、作业被老师检查出很多错误，所以不断地检查作业，甚至一道题反复算四五遍仍不放心。另一位高一女生则描述说，想到开学，就心神不宁，天天晚上做噩梦，梦到有一只手想从背后抓住她，躲也躲不开，被吓醒之后，往往再也难以入睡。念高三的大伟，症状表现极其明显。他成绩不错，又擅长绘画与书法，号称学校十大才子。就是这样一个优秀的学生，面对新学期，却感到很紧张。他说自己特别怕带尖的金属，比如剪刀、图钉、别针之类。最近，他发展到每天早起穿衣服，都要翻来覆去地检查好几遍，怕里面藏着大头针，扎到自己。出门上学，都走到楼下了，突然觉得家门没关好，又爬回5层楼去重锁一遍门。而走在路上，他会难以克制地背过往车辆的车牌号。最让他痛苦的是，近来对什么都提不起兴趣，缺乏食欲，看不下去书。“有时候，一行字能看一个小时，眼睛不动地方，大脑也一片空白。”“很多学生都对开学感到不安，尤其是学习非常好的尖子生，或是成绩比较差的学生。而且，有意思的是，大多数患者都来自人们眼中的好学校。”孙艳杰告诉记者，好学生，怕别人会超过自己；而差生则担心同学与老师的歧视，面对新学期更为紧张的学习生活，一些心理承受能力较差的学生，便感觉特别紧张，对自己缺乏信心，从而产生厌学情绪。（文中涉及学生均为化名）

（资料来源：http://www.pep.com.cn/xgjj/xlyj/xlgj/dzxl/xljk/201008/t20100827_771376.htm）

面对学生开学前的种种焦虑、害怕等反应，假如你是某班的班主任，你会如何处理类似问题？假如你是学校心理健康教育的从业者，你会如何跟进类似的现象？从这里开始，我们将带领你了解学校心理学的众多领域，分析各式各样的学习、生活现象。首先，让我们一起来追溯学校心理学的发展简史吧。

学习导航

一、学校心理学的发展历程

（一）学校心理学在美国的发展

美国学校心理学的发展大致经历了以下四个阶段。



1. 萌芽期(1890—1920)

该阶段的心理健康工作属于早期的自发性工作。许多从事临床心理治疗的学者开始关注学校中的各类问题。主要标志是:学校心理学服务的出现和教育心理学测验的兴起。1896年美国 Lightner Witmer 在宾夕法尼亚大学创立心理诊所,标志着临床心理学和学校心理学的创立;1899年,斯坦利·霍尔被称为“儿童研究运动之父”;1907年,戴维斯在密歇根一所中学开设了每周一次的心理辅导课;1911年, Stern 第一次在英文中使用“学校心理学家”术语。自此,在学校中开展相应心理辅导工作的人,均被冠以“学校心理学家”的称号。Arnold Lucius Gesell 因在康涅狄格从事学校心理学工作,而拥有第一个“学校心理学家”职位;1916年美国斯坦福大学心理学家们把智力测验进行标准化后,命名为“斯坦福—比奈智力量表”。

2. 产生期(1920—1940)

在这个阶段,开始职业资格的认定及颁发相应证书,系统培训学校心理学家,并逐渐建立起各种规范的管理。如,1925年,美国第一个学校心理学培训项目在纽约大学成立,包括本科和硕士项目。1930年,出现了第一个学校心理学的博士项目,并且在纽约州和宾夕法尼亚州开始颁发学校心理学家证书。20世纪20年代中期,纽约市学校采用学校心理测验员的聘用考试。聘用设置的基本条件有:①修完心理学硕士学位;②有智力测验工作经验。至1940年止,美国至少有两个州通过州教育局给学校心理学工作者颁发资格证书。1921—1927年还开始开发 APA(American Psychological Association)成员短期的全国培训项目。

3. 发展期(1940—1969)

该阶段的标志性成果是系列杂志的出现。美国学校心理学的第一本期刊《学校心理学杂志》(Journal of School Psychology)于1963年创刊。此后一系列的专业期刊随之出现,包括:《学校中的心理学》(Psychology in the Schools);《学校心理学文摘》,现名为《学校心理学评论》(School Psychology Review);《国际学校心理学》(School Psychology International);《专业学校心理学》,现名为《学校心理学季刊》。其他相关的专业杂志有《特殊儿童》、《学习困难杂志》、《心理辅导评价杂志》、《专业心理学:研究与实践》等。美国心理学会学校心理学家分会于1944年成立。1969年,美国学校心理学家学会正式成立。

4. 繁荣期(1970—)

在这个阶段涌现了大量的从业人员,在规范管理的前提下,把心理学的理论与学校教育相结合。本阶段的特点是:学校心理健康教育学科内部整合,实现了与其他心理学分支的明确区分;专业培训项目增多,专业人员和专业机构数目不断增长;规章制度和专业结构不断完善,学术和研究方面不断扩展和深入等。20世纪70年代到80年代,美国学校心理学得到迅速发展,教育部门对学校心理学家的需求空前高涨,学校心理学家的人数突破了20000人。目前,全美学校心理学家的人数在22000到25000之间。其中,女性学校心理学家在实践工作者中占65%,占培训者的30%。迄今为止,美国国家和各州学会都有自己主办的学术期刊,每年定期举办专题研讨会和各种培训班。



知识链接

学校心理学产生的社会原因

在西方,犯罪、毒品、家庭破裂困扰社会,也是众矢之的的“公害”,且成为直接影响儿童青少年心理健康的三大社会问题。以美国为例:每17分钟发生一起袭击事件;每21分钟有一人受害而死;每1分钟发生一起强奸案;每4分钟发生一起扒窃案;每17秒钟发生一起持枪抢劫案;每18秒钟有一辆汽车被盗;60%的美国人因不安全而考虑限制自己的活动区域;22%的美国人因感到不安全而变换工作地点;13%的美国妇女曾是强奸案的受害者;受害而死的黑人比白人多6倍;13%的中学学生至少有过一次受到武器威胁的经历;有10万名学生携带武器上学;有16万名学生因害怕暴力而不去上课(1994年7月16日法国《观点》周刊资料选登)。据美国政府最近的调查,暴力犯罪一年可达200万起,杀人事件达24000起,离婚率高达40%。18岁以下的孩子,27%只有一个尚未结过婚的亲人,而黑人的孩子占57%(1994年8月31日日本《朝日新闻》)。社会问题影响儿童青少年的心理健康和道德面貌,致使青少年犯罪率达4.58%,每年递增39%。学生问题多,需要有专人做工作,这是学校心理学家大批出现的根本原因。

(资料来源:http://www.pep.com.cn/xgjj/xlyj/xlshuku/hs/yyxl/shukul4/201008/t20100828_817606.htm)

(二) 学校心理学的内涵

关于“学校心理学”的界定,较常见的是两种不同的侧重:其一,把“学校心理学”作为理论研究学科的学校心理学,这是以学校教育环境中出现的各类心理学现象为研究对象的心理学理论分支;其二,把“学校心理学”作为应用学科的学校心理学,指运用心理学知识和方法解决学校教育环境中出现的个体身心发展问题的教育实践活动。

本书中,我们更倾向于把“学校心理学”界定为:这是一门在中小学教育中研究各种心理现象及规律并解决学生心理问题的科学。即学校心理学其学科特性中,融合了基础研究与应用研究相结合的特点。具体包括:第一,研究学校教育中心理学规律;第二,研究学生学校生活中的心理问题;第三,研究解决学生心理问题的技术。



知识链接

1. 学校心理学家在哪里工作?

学校心理学家,大部分在中小学校工作。学校心理学的“学校”,指的主要是中小学。当然,也有少部分不在中小学,而在非教育系统,例如政府部门、商业部门、康复中心、私人诊所等机构工作。但是,不管这些学校心理学家具体职务是什么,



他们都把注意力放在学龄儿童青少年的校外教育上,关心其教育环境和社会生态环境,最终还是与中小学校教育实践紧密联系在一起。

2. 学校心理学家研究与服务对象的年龄是多大?

一般的说法是5~18岁。但提法并不统一,有的强调6~12岁,有的提倡6~15岁,有的还提出研究生和大学生都应包括在内,如在英国、俄罗斯等国家,学校心理学家的确深入大学工作,但这不是普遍现象。最普遍的还是把研究与服务对象界定在5~18岁的儿童青少年身上,换句话说,学校心理学家职业重点放在中小学的情境中,所以5~18岁的中小學生是他们主要的研究和服务对象。

3. 学校心理学家工作重点是什么?

研究5~18岁中小学生的心理特点,并为其服务,并非学校心理学家的专利。因为发展心理学特别是儿童青少年心理学和教育心理学也将5~18岁中小学生的心理特点作为自己研究的对象,不过,发展心理学和教育心理学各有其重点。发展心理学研究个体心理发生、发展的特点和规律,其中儿童心理学研究0~18岁儿童青少年心理发生、发展的特点和规律。5~18岁儿童青少年心理发展的年龄特征和发展规律是儿童心理学的重要内容。教育心理学研究教育过程的心理现象及其变化的规律。这里的心理现象,主要是学生的心理现象。5~18岁中小学生在教育过程中的心理现象及其变化,应该是教育心理学研究的重点。学校心理学研究和服务的对象主要是身心有缺陷的儿童青少年和学习有困难的儿童青少年。换句话说,学校心理学家的工作重点主要放在5~18岁“问题”儿童青少年或学生的身上。难怪有的心理学家说,在最基本的意义上,学校心理学是一种思维方式,是一种由各种假设整合而成的思维方式,这些假设常常用来指导、理解和矫正儿童青少年的心理和教育世界。

4. 学校心理学服务范围主要涉及哪些问题?

尽管各国学校心理学家主要服务内容有所区别,但大致六个方面是类似的。一是心理预防和心理卫生;二是心理咨询;三是诊断性评价;四是行为矫正;五是学习指导;六是职业指导。

(资料来源:http://www.pep.com.cn/xgjy/xlyj/xlshuku/hs/yyxl/shukul4/201008/t20100828_817607.htm)

二、学校心理学的学科地位

学校心理学由于其研究领域与对象的特殊性,决定了它与普通心理学、发展心理学、教育心理学、社会心理学、心理测量学、咨询心理学、教师心理学、性别心理学等多个分支学科均有着密切的联系。

（一）与普通心理学间的联系

普通心理学是一门研究人的心理活动一般规律的科学。它以正常成人的心理活动为研究对象,研究范围包括两个方面:人的心理过程和个性。从整体上看,正常成人的心理活动达到心理发展的高级水平,体现出人类心理活动的典型特征。普通心理学并不研究人的某一年龄阶段或人的某一特定社会生活领域中的心理现象的特殊规律,而是研究心理现象的一般规律,如有关感受性的测量、学习与记忆的内在机制、思维的过程和策略、言语的理解与生成、能力的测量、人格的结构等。这些研究所得到的结果具有一定的普遍意义,在一定程度上能适用于人的不同年龄和不同的活动领域。^① 作为心理学各分支学科中的“基础”学科,它也是学校心理学的基础。普通心理学中所研究的知识,被广泛地应用在学校的教育、教学中。比如,利用知觉的特性,即整体性、理解性、恒常性、选择性等,我们可以更好地驾驭课堂。

图 1-1 所示为普通心理学的研究技术。

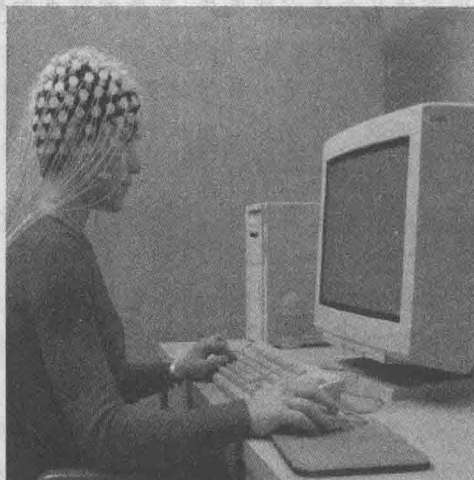
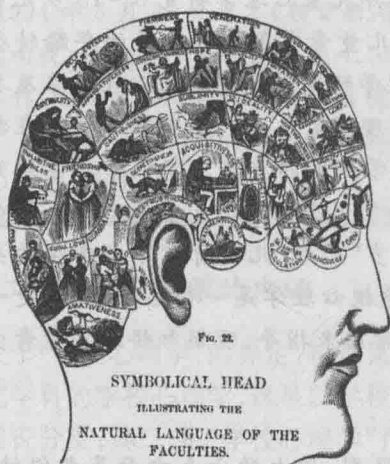


图 1-1 普通心理学的研究技术



知识链接

促进知觉学习的技术

1. 扩大有关特征

研究表明,当学生遇到难以辨别的细微特征时,扩大需要辨别的特征,可以促进辨别学习。比如,在识字教学中,教“己、已、巳”三个字时,教师可用不同颜色的粉笔把这三个字的关键区别部分描写出来,且适当放大,如“己”是全开口,“已”是半开口,“巳”是不开口、全封闭,以加深学生的印象。

^① 唐红波,《心理学》,广东省语言音像电子出版社,2009年。