

- 中学教师培训教材
- 教师资格考试指导用书
- 师范院校公共课教学教材

中学教育

ZHONGXUE JIAOYU XINLIXUE

心理学

◎ 兰文杰/主 编

中学教育心理学

ZHONGXUE JIAOYU XINLIXUE

丛书主编：李存雄 张 平

本册主编：兰文杰

图书在版编目(CIP)数据

中学教育心理学 / 兰文杰主编. — 重庆: 重庆出版社, 2008. 3

ISBN 978-7-5366-9466-8

I. 中… II. 兰… III. 中学—教育心理学 IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 016127 号

中学教育心理学

ZHONGXUE JIAOYU XINLIXUE

主 编: 兰文杰

出 版 人: 罗小卫

责任编辑: 傅钟波

封面设计: 李 妮

版式设计: 范昭浩



重庆出版集团 出版
重庆出版社

重庆市长江二路 205 号 邮政编码: 400016 <http://www.cqph.com>

重庆华林印务有限公司印刷

重庆市天下图书有限责任公司发行

重庆市渝中区双钢路 3 号科协大厦 14 楼

邮政编码: 400013 电话: (023) 63659849

全国新华书店经销

开本: 890mm × 1240mm 1/32 印张: 9.75 字数: 286 千字

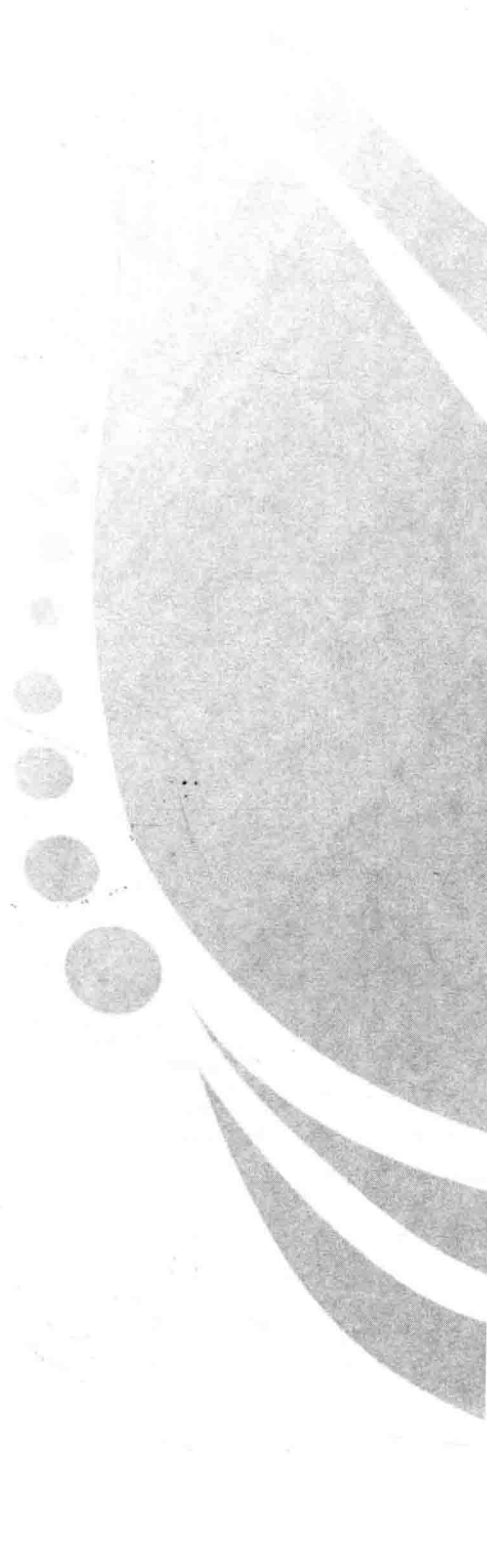
版次: 2008 年 2 月第 1 版 印次: 2008 年 2 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5366-9466-8

定价: 18.50 元

如有印装质量问题, 请向重庆市天下图书有限责任公司调换: 023-63658950

版权所有, 侵权必究

- 中学教师培训教材
 - 教师资格考试指导用书
 - 师范院校公共课教学教材
- 

前 言

人类进入了 21 世纪,世界各国的竞争日益激烈,我们国家目前正处于建立社会主义市场经济体制和实现现代化建设战略目标的关键时期,迫切需要培养和造就 21 世纪的一代新人,以加强国家在世界上的综合竞争力。中学教师肩负着培养一代新人的重任。作为一名合格的中学教师,必须充分认识到时代的要求以及党和政府所赋予的重任,认识到新世纪中学教师角色的基本特征,认识到新世纪中学教师应有的道德规范,认识到新世纪中学教师应有的知识修养,认识到新世纪对中学教师提出的新的能力及要求。振兴民族的希望在教育,振兴教育的希望在教师。新时代要求教师必须适应新世纪的挑战。为了中华民族的伟大复兴,中学教师要提高自身素质,与时俱进。

当前国内已有各种版本的中学教育心理学,本书在编写过程中,尽可能地吸取各家之长,力求紧密联系中学教育教学实际,使之既适用于师范院校公共课教学,又适宜于广大中学教育工作者的自学,也可以作为申请中学教师资格考试的教材。

本书得以付梓,得益于很多朋友、同事、领导的关心、支持和帮助,在此一并致谢!

贵州师范大学教科院陈庆良教授审阅了本书,在此表示感谢!
书中引用了国内外同仁的研究成果,在此也深表谢意!

由于时间的关系,此书编写的过程中,难免有挂一漏万之处,
敬请各位专家及读者批评指正,以便我们日后修订完善。

编 者

2007 年 12 月

目 录

前 言

第一章 中学教育心理学概述

第一节 教育心理学发展概况

一、什么是教育心理学

二、教育心理学研究的对象

第二节 教育心理学的任务与研究方法

一、教育心理学的任务

二、教育心理学的研究方法

第三节 学习中学教育心理学的重要性

一、帮助中学教师成为合格的人类灵魂工程师

二、帮助中学教师提高教学质量

第四节 新课改下中学教师应具备的心理素质

一、具有全新的教育观念

二、具有崇高的师德形象

三、具有科学的知识体系

四、具有复合的教育教学能力

五、具备独特的教学风格

第二章 中学生认知发展及教育

第一节 中学生观察力的发展

29	一、什么是观察力
32	二、中学生观察力发展的特点
35	第二节 中学生记忆力的发展
35	一、什么是记忆
37	二、中学生记忆发展的特点
39	第三节 中学生思维力的发展
40	一、什么是思维
44	二、中学生思维力发展的特点
49	第四节 中学生想象力的发展
50	一、什么是想象
51	二、中学生想象力发展的特点
53	 第三章 中学生的情感发展及教育
53	第一节 中学生情感的发展
53	一、什么是情感
54	二、中学生情感发展的特点
57	第二节 中学生的早恋问题
57	一、中学生的早恋原因
60	二、中学生的早恋特点
61	三、对中学生早恋的教育
69	 第四章 中学生意志发展及教育
70	第一节 中学生意志的发展
70	一、什么是意志
70	二、中学生意志发展的特点
74	第二节 中学生意志品质的培养

- 74 一、加强目的动机教育,培养正确的观念
74 二、以英雄为榜样,从文艺作品中吸收营养
75 三、改造学生不良的气质特征
75 四、严格管理教育,使学生养成自觉遵守纪律的习惯
76 五、启发学生加强意志的自我锻炼

83 第五章 中学生个性发展与教育

84 第一节 中学生个性的发展

- 84 一、什么是个性
86 二、中学生个性发展的特点
95 第二节 中学生自我意识的发展
95 一、什么是自我意识
98 二、中学生自我意识发展的特点

100 第三节 中学生价值观的培养

- 101 一、什么是价值观
103 二、我国当代中学生的价值观
111 三、培养中学生正确的价值观

113 第四节 中学生创造力的培养

- 114 一、什么是创造力
115 二、中学生创造力发展的主要障碍
117 三、培养中学生的创造力

124 第五节 中学生智能的培养

- 125 一、什么是智能
127 二、中学生智能发展的一般特征
128 三、中学生智能的培养

132 第六节 中学生品德的发展与培养

133	一、什么是品德
134	二、中学生品德的形成发展
138	三、中学生不良品德的矫正
143	第六章 中学生的学习心理
144	第一节 中学生学习动机培养
144	一、什么是学习动机
145	二、影响中学生学习动机的因素
148	三、激发中学生学习动机的策略
151	第二节 中学生学习迁移的培养
151	一、什么是学习迁移
151	二、影响学习迁移的因素
153	三、为迁移而教
154	第三节 中学生知识的掌握
154	一、影响中学生知识理解的因素
156	二、促进中学生知识理解的教学途径
158	三、中学生知识巩固的基本途径
159	四、中学生知识应用的主要形式与过程
159	五、影响中学生知识应用的因素
160	第四节 中学生技能的形成
161	一、中学生动作技能的培养
162	二、中学生心智技能的培养
163	第五节 中学生的学习策略问题
164	一、什么是学习策略
164	二、通用的典型学习策略
167	三、教中学生获得学习策略

168	第六节 中学生的考试焦虑
168	一、什么是考试焦虑
169	二、影响中学生考试焦虑的因素
170	三、中学生如何克服考试焦虑
177	第七章 中学生班集体心理
177	第一节 班集体对中学生发展的影响
178	一、班集体对中学生社会化的影响
179	二、班集体对中学生自我意识发展的影响
181	三、班集体对中学生学习的影响
183	第二节 建立良好中学生班集体的心理学要素
183	一、确立班集体的奋斗目标
185	二、建立班集体的领导核心
187	三、培养健康的集体舆论
188	四、树立良好的班风
189	五、组织开展丰富多彩的班级活动
195	第八章 中学课堂教学心理
195	第一节 中学课堂教学的心理气氛
196	一、什么是课堂心理气氛
196	二、中学课堂教学心理气氛的特征
197	三、影响良好课堂教学心理气氛的因素
199	四、怎样营造良好的课堂教学心理气氛
201	第二节 中学课堂教学的心理技巧
202	一、组织课堂教学的艺术
203	二、课堂教学导入的艺术

208	三、课堂教学语言艺术
210	四、课堂教学中的提问艺术
214	五、课堂教学机智问题
217	六、课堂教学结束的艺术

226 **第九章 中学生社会化及网络行为**

227 **第一节 社会化概述**

227 一、什么是社会化

227 二、社会化的重要性

228 **第二节 影响中学生社会化的因素**

228 一、社会因素

229 二、学校因素

230 三、家庭因素

233 **第三节 中学生的偏离行为**

233 一、什么是偏离行为

234 二、中学生偏离行为的具体表现

238 **第四节 中学生的网络行为**

239 一、中学生的上网心理

241 二、上网对青少年的影响

243 三、正确引导中学生上网

253 **第十章 中学生心理健康教育**

253 **第一节 心理健康概述**

254 一、什么是心理健康

255 二、中学生心理健康教育的重要性

256 **第二节 中学生心理健康的标准**

257	一、正视现实,适应环境
257	二、心理特点和年龄阶段相吻合
258	三、悦纳自己,自尊自爱
258	四、情绪正常,乐于交往
259	五、奋发向上,自强自制
259	六、心理协调,人格健全
260	第三节 中学生典型心理问题
260	一、学习方面问题
265	二、人际交往方面问题
267	第四节 中学生心理障碍的成因
268	一、学校因素
269	二、家庭因素
270	三、社会因素
272	四、学生自身因素
273	第五节 中学生心理健康问题的调适
274	一、帮助学生树立正确的世界观
274	二、培养学生积极的情绪
275	三、协助学生建立和谐的人际关系
276	四、注意教学中心理卫生
282	第十一章 中学教师心理健康
282	第一节 中学教师心理健康的重要性
283	一、有利于教师的身体健康
284	二、有利于提高教师的教学工作
284	三、有利于学生心理的健康发展
285	第二节 中学教师心理健康的标准

285	一、对教师角色认同,热爱教育工作
286	二、有良好和谐的人际关系
286	三、正确地了解自我,体验自我和控制自我
287	四、具有教育独创性
287	五、教育活动和日常生活中均能真实地感受情绪并恰如其分地控制情绪
287	六、能适应和改造教育环境
288	第三节 中学教师心理健康的自我维护
288	一、端正认知
290	二、调适情感
291	三、改变行为
296	参考文献

第一章 中学教育心理学概述

前几天,在网上闲逛,忽然看见一张帖子。帖子的内容为教师精彩课堂用语50句,其具体内容为:

一、听

(1)谢谢大家听得这么专心。

(2)大家对这些内容这么感兴趣,真让我高兴。

(3)你们专注听讲的表情,使我快乐,给我鼓励。

(4)我从你们的姿态上感觉到,你们听明白了。

(5)我不知道我这样说是否合适。

(6)不知我说清了没有,说明白了没有。

(7)我的解释不知是否令你们满意,课后让我们大家再去找有关的书来读读。

(8)你们的眼神告诉我,你们还是没有明白,想不想让我再讲一遍?

(9)会“听”也是会学习的表现。我希望大家认真听好我下面要说的这段话。

(10)从听课的情况反映出,我们是一个素质良好的集体。

二、说

(1)谢谢你,你说的很正确,很清楚。

(2)虽然你说不完全正确,但我还是要感谢你的勇气。

(3)你很有创见,这非常可贵。请再响亮地说一遍。

(4)xx说得还不完全,请哪一位再补充。

(5)老师知道你心里已经明白,但是嘴上说不出,我把你的意思转

述出来,然后再请你学说一遍。

(6)说,是用嘴来写,无论是一句话,还是一段话,首先要说清楚,想好了再说,把自己要说的话在心里整理一下就能说清楚。

(7)对!说得很好,我很高兴你有这样的认识,很高兴你能说得这么好!

(8)我们今天的讨论很热烈,参与的人数也多,说得很有质量,我为你们感到骄傲。

(9)说话,是把自己心里的想法表达出来,与别人交流。说时要想想,别人听得明白吗?

(10)说话,是与别人交流,所以要注意仪态,身要正,不扭动,眼要正视对方。对!就是这样!人在小时候容易纠正不良习惯,经常注意哦。

三、读

(1)“读”是我们学习语文最基本的方法之一,古人说,读书时应该做到“眼到,口到,心到”。我看,你们今天达到了这个要求。

(2)大家自由读书的这段时间里,教室里只听见琅琅书声,大家专注的神情让我感受到什么叫“求知若渴”,我很感动。

(3)经过这么一读,这一段文字的意思就明白了,不需要再说明什么了。

(4)请你们读一下,将你的感受从声音中表现出来。

(5)读得很好,听得出你是将自己的理解读出来了。特别是这一句,请再读一遍。

(6)读的要求应该分出层次。首先是通读,将句子读顺口,不认识的字借助工具读准字音。对于这一点,我们同学的认识是清楚的,态度是重视的,做得很好。

(7)听你们的朗读是一种享受,你们不但读出了声,而且读出了情,我很感谢你们。

(8)默读时,贵在边读边思考。现在我们将默读的思考心得交流一下。

(9)默读,要讲究速度。现在我请大家在十分钟内看完这段文字,并请思考……

(10)“读书百遍,其义自见”,我请各位再把这部分内容多读几遍,弄懂它的意思。

四、问

(1)“学贵有疑”，问题是思考的产物，你们的问题提得很好，很有质量，这是善于思考的结果。

(2)你的问题很有价值，看来你读书时是用心思考的。

(3)这里有同学提出了这样一个问题，请大家看看是否有答案。

(4)你们现在真能问，能问在点子上，能抓住要点来提问。

(5)我们同学的思想变得很敏锐，这些问题提得很好。

(6)这个问题提得很有意思，让我试着回答，也不一定准确。

(7)今天我们提问已大大地超出了课文的范围，反映了我们同学学习的积极性及强烈的求知欲望。

(8)有些问题我们可先问自己，自己有能力解决的，就不必向别人提出，让我们试试看，刚才新提出的问题，哪些是自己有答案的？

(9)有一个问题，是我要求教大家的，谁能帮我解决。

(10)我从同学们的提问中，看到的是思维的火花，非常烂灿，与其说是在教你们，不如说是你们在教我，你们的学习能力是在提高。

五、写

(1)同学们养成了良好的学习习惯，作业本很干净，书写也端正。我很高兴，感谢大家。

(2)请同学们看(用手扬起一大叠本子)，我今天要表扬这么多同学，让我来介绍他们的名字。这些同学的作业字迹端正，行款整齐，很少有错别字，文句通顺，进步很大。

(3)同学们写下了自己的所见、所闻、所思，我也写了一点，现在我念给大家听，希望大家能喜欢。

(4)写文章的目的是与别人交流，将自己的感情和思想用文字表达出来，让别人了解。我们的作文也应该有读者，有读者群。我建议大家互相交流。看完后将自己的体会用一两句话写下来，目的是互相鼓励。

(5)优秀的作文是全班的财富，应该让大家来共享，请大家出出主意，如何使这些财富充分地发挥作用，让每一位同学得益，特别请这些财富的创造者出出主意。