

『十二五』国家重点图书

心理学经典理论



书系

教育心理学

Educational

Psychology

EDUCATIONAL
PSYCHOLOGY

边玉芳 李白璐 / 著

浙江出版联合集团
浙江教育出版社

『十二五』国家重点图书

心理学经典理论

应用书系

教育心理学

Educational
Psychology

边玉芳
李白璐 / 著



浙江出版联合集团
浙江教育出版社·杭州

图书在版编目(CIP)数据

教育心理学 / 边玉芳, 李白璐著. —杭州: 浙江教育出版社, 2015. 12

(心理学经典理论应用书系)

ISBN 978-7-5536-4030-3

I. ①教… II. ①边… ②李… III. ①教育心理学
IV. ①G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 316232 号

责任编辑 王凤珠

责任校对 余晓克

美术编辑 曾国兴

责任印务 陈沁

心理学经典理论应用书系

XINLIXUE JINGDIAN LILUN YINGYONG SHUXI

教育心理学

JIAOYU XINLIXUE

边玉芳 李白璐 著

出版发行 浙江教育出版社

(杭州市天目山路 40 号 邮编: 310013)

激光照排 杭州林智广告有限公司

印刷 浙江新华数码印务有限公司

开本 710mm×1000mm 1/16

印张 18.75

插页 1

字数 269 000

版次 2015 年 12 月第 1 版

印次 2015 年 12 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5536-4030-3

定价 38.00 元

联系电话 0571-85170300-80928

电子邮箱 zjjy@zjcb.com

网址 www.zjeph.com

FOREWORD 总序

过去的一个多世纪里,人类社会不仅在物质世界的探索之路上一路高歌猛进,在认识 and 了解人类自身的道路上也收获颇丰。曾经有研究者这样描述心理学发展的历史和前景:“两百年前的人类尚未拥有科学心理学这一探索内在世界的途径,但是人类探知精神世界的旅程却早已扬帆起航!两百年后的人类将以何种形式继续这一旅途尚未可知,但是我无比坚信,只要我们存在一天,这个脚步就绝不会停止。”心理学是探索人类行为及其心理规律的科学,尽管作为一门独立的学科,心理学的历史还十分短暂。1879年,德国著名心理学家冯特在莱比锡大学创建了世界上第一个心理实验室,标志着心理学从哲学中分化出来。科学心理学在短短的一百多年间迅猛发展,众多研究者对心理学的研究对象与理论体系进行长期的研究和争鸣,形成了各种不同的理论流派,呈现出百花齐放、万紫千红的局面。

人类社会的发展是希望构建一个美好和谐的家园,和谐家园离不开人自身的和谐、人与自然的和谐、人与社会的和谐。这就要求我们了解人类自身行为的规律和特点,发现人与自我、与他人、与社会和谐相处之道。作为人类社会的一分子,当我们在人类自身心理发展的规律越

了解,就越有可能与这个世界和谐相处。心理学研究的目的是深层次揭示和预测人的行为和心理的发生、发展规律,帮助人类提高自身的学习和工作效率,提高健康水平和生活质量,促进人类更幸福地生活,也有助于社会稳定和谐。“心理学经典理论应用书系”的出版,是我们回应社会发展和人类自身发展需要而做的有益探索和尝试。

当今社会,大众对了解心理学的需求和热情是以往任何时候都不可比拟的。2009年底,由北京师范大学校长董奇教授和我主编的“心理学经典实验书系”出版,该书系所带来的影响让我们始料未及:广大读者对“实验书系”的出版给予了很高的评价,书系中的《教育心理学》等多次重印,书系还获得了第三届中华优秀出版物奖图书奖。我们由衷地感谢社会大众对我们的厚爱,也愿意为大家做更多有意义的事。这次我们把视线转向心理学理论,是因为我们认为,要掌握心理学的精髓,让心理学更好地指导我们的生活,最快捷和有效的方法是学习在心理学发展史上留下浓墨重彩的经典心理学理论。我们可以从一个个心理学理论中了解人的心理规律,理解人类自身,指导自己的日常生活、工作和学习。事实上,我们身边有许多人也正是从对心理学理论的学习中了解和掌握心理学、获得有益的启迪的。当讲起教师角色对学生期待的巨大作用,我们可以引用皮格马利翁效应;当谈到为什么人们往往可以为自己的行为找到理由时,我们会说起认知失调理论;当和大家讨论人们究竟需要什么的时候,我们会说到需要层次理论……本书系对心理学几个主要领域的众多经典理论进行了系统梳理和总结,深入挖掘这些理论背后的深刻含义,让广大读者走近心理学,领悟心理学对人类社会和现实生活的重要作用。

时至今日,随着心理学研究的深入和拓展,心理学自身不断分化,衍生出了众多的心理学分支学科。本书系涉及心理学中七个与现代社会

和生活关系最密切的主要领域,共七册:《教育心理学》《儿童发展心理学》《管理心理学》《经济心理学》《健康心理学》《社会心理学》《传播心理学》。

本书系努力追求以下几点:一是所选理论的经典性和权威性;二是分析研究的科学性和学术性;三是写作风格的趣味性和通俗性;四是丛书构成的完整性和实用性。每册书均从各自领域的体系出发,较完整地反映该领域经典的、权威的、影响深远的理论。每个理论一般包括引言、理论介绍、研究支持、理论应用、应用案例和点评。“引言”部分阐述该理论提出的背景和现实意义,帮助读者认识理论的价值;“理论介绍”部分介绍理论的主要思想和观点,让读者了解该理论的含义;“研究支持”部分呈现支持该理论的研究成果,让读者了解心理学的科学研究思路;“理论应用”部分根据理论的含义提出切实、有效、科学的实践指导意见,帮助读者理解该理论的实际意义;“应用案例”部分分享运用该理论的实践案例,并进行简单的点评,帮助读者将理论运用到实际生活中。为了拓展读者的视野,书中还加入了知识拓展阅读内容,通过有序衔接,不仅完整、科学地介绍心理学经典理论,而且提供了丰富的研究支持证据和拓展资料,以期让读者进一步明晰理论的含义,实现科学严谨、轻松有趣、实用具体的结合。因此,本书系不仅适合广大心理学工作者,也适合所有热爱心理学、希望了解人类自身心理奥秘的社会大众阅读。希望本书系的出版,能让大家在运用心理学经典理论促进个人发展、提高生活质量、促进社会和谐方面有所助益。

本书系从选题提出、写作到正式出版历时三年多,每册书的作者为此付出了辛勤的劳动,作为主编,我对每位作者表达真诚的感谢。当然,由于种种原因,本书系也一定存在许多不足之处,敬请广大读者批评指正。本书系的出版得到了浙江教育出版社的大力支持,相关人员为此付

出了艰辛的努力,反复与我们沟通、讨论,倾注了大量心血,在此向他们表示衷心感谢。最后,我们还要感谢本书系中所收录的理论的创造者们,感谢这些先贤的大智大慧!我们能从他们的思想和智慧中获得启迪,是何等的幸运!



2015年8月

1

学习的本质

学习是建立条件反射的过程

——巴甫洛夫经典条件反射学习理论 / 002

学习即从尝试错误中建立联结

——桑代克“试误—联结”学习理论 / 009

在强化中不断学习

——斯金纳的操作条件反射学习理论 / 016

学习来自观察模仿

——班杜拉的观察学习理论 / 023

学习需要灵光乍现

——苛勒的完形学习理论 / 028

学习即建立认知地图

——托尔曼的符号学习理论 / 035

学习是主动发现的过程

——布鲁纳的认知—发现学习理论 / 041

学习是建立新、旧知识之间的联系

——奥苏贝尔的有意义学习理论 / 049

2

学习的记忆与认知策略

记忆的复杂转换过程

——阿特金森和希弗林的多重记忆模型 / 058

遗忘的规律

——艾宾浩斯的遗忘曲线 / 065

干扰导致了遗忘

——记忆的干扰理论 / 071

念念不忘，必有回响

——蔡加尼克效应 / 074

建立内在的联系

——卡图纳等人的精细加工策略 / 079

学习需要计划、监控和调节

——弗拉维尔的元认知策略 / 085

3

学习中的动机因素

学习来自成长的需要

——马斯洛的需要层次理论 / 092

归因方式影响个体的认知、情感与行为

——韦纳等人的成败归因理论 / 099

“我相信我能行”

——班杜拉的自我效能感理论 / 107

成就动机是获得成功的内部动因

——麦克利兰和阿特金森的成就动机理论 / 113

成就目标影响学习态度与行为

——德韦克的成就目标理论 / 119

自我在动机过程中的能动作用

——德西和瑞安的自我决定理论 / 129

学习动机并不是越强越好

——耶克斯—多德森定律 / 136

4

学习中的迁移

发现共同要素是迁移的前提

——桑代克等人的相同要素说 / 144

概括共同关系是迁移的关键

——贾德的概括化理论 / 150

理解和顿悟对迁移很重要

——苛勒的关系转换和顿悟理论 / 155

为了迁移而教

——奥苏贝尔的认知结构迁移理论 / 160

5

问题解决能力与创造力培养

思维的困境

——陆钦斯的心理定势实验 / 166

克服思维惰性

——邓克尔的功能固着理论 / 173

问题解决的过程

——杜威的五阶段论 / 180

创造是一种投资

——斯腾伯格和陆伯特的创造力理论 / 187

6

道德学习

海因茨的难题

——柯尔伯格的道德发展阶段理论 / 196

冲突体验导致态度改变

——费斯廷格的认知失调理论 / 204

“哪一个更应该受到惩罚”

——皮亚杰的道德认知发展阶段理论 / 211

攻击性从何而来

——道奇的社会信息加工理论 / 216

7

学习的风格与特点

学习偏好不相同

——威特金的场独立—场依存理论 / 224

解决问题的风格

——卡根的沉思型—冲动型理论 / 231

学习与感官偏好的关系

——瑞德的感知学习风格理论 / 238

信息知觉和加工的偏好

——科尔勃的学习风格理论 / 247

8

个体发展与教育

教育要尊重成熟的客观规律

——格塞尔的成熟势力说 / 254

儿童认知发展的历程

——皮亚杰的认知发展阶段理论 / 260

教学要走在发展的前面

——维果茨基的最近发展区理论 / 271

参考文献 / 278

后 记 / 286



1

学习的本质

人从一个懵懂无知的婴儿，长成一个有知识有能力的独立个体，离不开不断的学习。学习是人进步的源泉，学习是人成长的阶梯，它的重要性不言而喻。那么，学习的本质究竟是什么？这个问题是教育心理学的核心，只有解决了这个问题，才能促进教师的教和学生的学。

古往今来，众多教育学家和心理学家对学习的本质进行了研究，形成了不同的派系。行为主义学者认为学习是在一定条件下形成刺激与反应的联系从而获得新经验的过程；认知派学者认为学习不是简单地形成刺激与反应，而是个体积极主动构建的过程；建构主义学者认为学习是基于原有知识经验生成意义、建构理解的过程；人本主义学者认为应从全人教育的视角去理解学习，实现个体的成长……各个理论流派的观点反映了对学习研究的不同视角和层面，对教育实践都产生了重要的影响。下面，就让我们重温经典，细细研读这些名家的学习理论吧。

学习是建立条件反射的过程

——巴甫洛夫经典条件反射学习理论

诺贝尔奖获得者、俄国生理学家巴甫洛夫(Pavlov)是最早提出经典条件反射的人。他在研究消化反应时,无意中发现了—个很有意思的现象:研究人员给狗喂食时,它会分泌唾液,这是正常的生理现象,但反复多次之后,狗只要看到食物,即使没有吃到,也会分泌唾液,甚至尚未看到食物,只看到食物容器或听到研究人员的脚步声,都会分泌唾液。这引起了巴甫洛夫的好奇,他专门设计了一个实验来探究食物容器或脚步声与唾液分泌之间的联系,并由此提出了经典条件反射学习理论。

理论介绍

经典条件反射指的是,一个刺激和另一个带有奖赏或惩罚的无条件刺激多次联结,可使个体学会在单独呈现该刺激时,也能引发类似无条件反应的条件反应。巴甫洛夫认为,人类的学习就是条件反射建立的过程,而记忆则是条件反射的巩固,我们的许多行为或感觉都是通过条件反射来塑造的,例如我们熟知的“望梅止渴”“谈虎色变”等。

巴甫洛夫的经典条件反射在性质上属于联结式学习,即将两个本没有关联的事物联系在一起,这为研究学习提供了一种新的思路。下面就从条件作用的获得与消退、刺激的泛化与分化、次级条件反射的形成这三方面对该理论进行阐述。

1. 条件作用的获得与消退。

无条件刺激:引起某种固定反应的刺激。

无条件反应：由无条件刺激所引起的固定反应，它往往是与生俱来的，不需要学习和训练。

条件刺激：原来的中性刺激，在条件反射中，它能取代无条件刺激引起反应。

条件反应：条件作用形成后，由条件刺激引起的反应。

在巴甫洛夫的实验里，食物是一种无条件刺激，由食物在口中引起的唾液分泌反应是无条件反应。呈现食物之前出现的铃声本来不具有食物的意义，并不会引起唾液分泌，但当铃声出现之后紧接着出现食物，尤其是在两者相继出现并多次结合后，铃声便具有了食物出现的意义，因而也能引起唾液分泌。巴甫洛夫将铃声这种具有无条件信号意义的刺激称为条件刺激，将由条件刺激引起的反应称为条件反应。这种反应是在无条件反应基础上后天习得而建立的暂时神经联系。巴甫洛夫认为这标志着学习的形成，它是一种最简单、最基本的学习形式。

在条件反射建立以后，如果条件刺激重复出现多次而没有无条件刺激相伴随，则条件反应会变得越来越弱，并最终消失。由此可见，在学习中要想获得巩固的知识，需要不断地复习强化。

2. 刺激的泛化与分化。

巴甫洛夫及后续研究者还发现，当条件反射建立以后，其他与条件刺激性质类似的刺激也能够引起同样的条件反射，而无须重新经历条件作用的过程，这一现象被称为泛化。例如，如果实验动物学会了对一个高音分泌唾液，那么一个比该高音稍低一点的音调也会诱发它的唾液分泌反应。泛化条件反应的强度取决于新刺激和原条件刺激的相似程度。新刺激与原条件刺激越相似，其诱发的条件反应就越强。

刺激分化指的是，通过选择性强化和消退，使有机体学会对条件刺激与与条件刺激相类似的刺激做出不同反应的一种条件作用过程。泛化与分化是两个互补的过程，泛化是对事物相似性的反应，分化是对事物差异性的反应。

3. 次级条件反射。

一旦条件反射稳定形成，其条件刺激可以替代无条件刺激起到次级强化作用，进一步形成新的条件反射。例如，可以用铃声作为无条件刺激，并与另一条件刺激(如灯光)结合呈现，经过强化，狗看到灯光也能引起唾液分泌，表明形成了次级条件反射。

巴甫洛夫认为，对动物的实验成果可为研究人类行为的原因提供重要的依据。但人和动物的行为是不同的，其本质区别在于：人类具有符号(语言)交往的能力，可使人控制自己及他人的行为。巴甫洛夫将由实物作为条件刺激形成的条件反射称为第一信号系统，而将由语言作为条件刺激形成的条件反射称为第二信号系统。他认为，第二信号系统是在第一信号系统的基础上建立起来的。根据巴甫洛夫的观点，动物的习得行为只能由第一信号系统引起，而人的习得行为则是由第二和第一信号系统共同引起的。人的习得行为的复杂性及高级心理活动是两种信号系统相互作用的结果，因而人可形成无数级的条件反射，进行复杂抽象的学习。

研究支持

经典条件反射最著名的例子，就是巴甫洛夫的狗分泌唾液实验了。在实验中，巴甫洛夫首先让狗听到节拍器的声音，然后立即给它喂食，这时，狗会分泌大量的唾液。反复多次训练之后，巴甫洛夫向狗单独呈现声音而不出现食物，观察狗的反应。如同实验者预计的那样，听到声音后，狗就像吃到食物一样，自然地分泌唾液。这说明条件反射已经

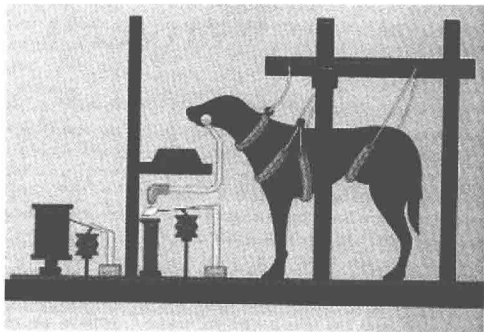


图 1-1 巴甫洛夫经典条件反射示意图

形成，原本的中性刺激已经成为引起唾液分泌的条件刺激。巴甫洛夫的条件反射实验如表 1-1 所示：

表 1-1 条件反射建立过程

第一步	无条件刺激 → 无条件反应 (食物) → (唾液分泌)
第二步	中性刺激+无条件刺激 → 无条件反应 (节拍器声音)+(食物) → (唾液分泌)
第三步	多次重复第二步
第四步	条件刺激 → 条件反应 (节拍器声音) → (唾液分泌)

理论应用

巴甫洛夫把比较精确而又客观的方法引入对动物学习的研究，把心理与生理统一起来，对高级心理活动进行了卓有成效的研究，从而对心理学的发展产生了巨大影响。由于他的研究有助于心理学摆脱心灵主义和内省法的束缚，因而为美国行为主义心理学界所关注。条件反射学说成为行为主义的主要部分之一，几乎成了 20 世纪上半叶学习理论的基础，为教育实践带来了很多启示。

1. 利用条件作用的消退，帮助学生摆脱学习焦虑。

经典条件反射的消退现象告诉我们，如果条件刺激多次重复出现而没有无条件刺激相伴，条件作用会逐渐减弱直至消失。在教育实践中，教师可以利用这个原理帮助学生克服学习焦虑，变得更加自信勇敢。