

符合《教师教育课
程标准（试行）》

覆盖《中小学和幼儿园教
师资格考试标准及大纲
（试行）》中相关
知识点

高等院校教师教育公共课教材

青少年发展与 教育心理学 (第2版)

主编
何先友

高等教育出版社

符合《教师教育课
程标准（试行）》

覆盖《中小学和幼儿园教
师资格考试标准及大纲
（试行）》中相关
知识点

高等院校教师教育公共课教材

青少年发展与 教育心理学（第2版）

Qingshaonian Fazhan yu
Jiaoyu Xinlixue

主 编 何先友
副主编 刘学兰 葛明贵

高等教育出版社·北京

内容提要

本书是2009年出版的《青少年发展与教学心理学》的修订版,以基础理论,认知发展与学习,青少年个性、社会性发展与德育,青少年学生班级管理与教师心理四大部分有机整合了青少年发展与教育心理学的相关内容,形成了完整而清晰的理论体系。

本书设有“本章导航”“拓展阅读”“知识窗”“原理应用”“反思与探究”等多样化的栏目,并通过二维码学习资源对有关内容予以进一步补充,增加了可读性、可教性和可学性。

本书可作为高等院校教师教育课程的教材,也可作为心理学及相关专业本科生使用的教材,还可作为在职教师继续教育的读本。

图书在版编目(CIP)数据

青少年发展与教育心理学 / 何先友主编. --2版
--北京:高等教育出版社,2016.6
ISBN 978-7-04-045130-6

I. ①青… II. ①何… III. ①青少年心理学-发展心理学-教材 ②青少年心理学-教育心理学-教材 IV. ①B844.2 ②G444

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第069921号

策划编辑 陈容 责任编辑 魏延娜 封面设计 李小璐 版式设计 于婕
插图绘制 尹文军 责任校对 陈旭颖 责任印制 毛斯璐

出版发行 高等教育出版社
社址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印刷 北京中科印刷有限公司
开本 787 mm×1092 mm 1/16
印张 30
字数 650千字
购书热线 010-58581118
咨询电话 400-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.hepmall.com.cn>
<http://www.hepmall.com>
<http://www.hepmall.cn>
版 次 2009年12月第1版
2016年6月第2版
印 次 2016年6月第1次印刷
定 价 46.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物料号 45130-00

受高等教育出版社的委托，我与刘学兰副教授、葛明贵教授共同组织全国部分高校专门从事发展与教育心理学课程教学和研究的专家编写了《青少年发展与教育心理学》，该书第1版于2009年出版发行，主要用作高等院校教师教育类专业主干课、公共课教材。另外，该书也可以用作教师资格考试的参考书。随着发展与教育心理学学科不断发展，结合当前社会对发展与教育心理学的应用需求以及使用该书的教学人员的反馈，高等教育出版社提议编者对该书进行修订，我们欣然接受了该提议。

第2版保持了第1版的基本特点：第一，内容的科学性。这是对教材的基本要求。在教材内容的编写中，我们力求准确清晰地阐述概念、术语和原理，引导学生掌握正确的发展与教育心理学知识。第二，内容的整合性。本书的编写遵循“在发展的基础上谈教育，在教育的基础上促发展”的理念，采用先总后分的方式有机整合了青少年发展心理学与教育心理学的相关内容，保证了编写体系的完整和清晰。第三，知识的应用性。在章节内容中穿插对应的知识专栏，在章末设有“原理应用”栏目，通过案例分析直接把相关原理运用于教育与教学实际，提高学生理论与实践相结合的能力。第四，内容的可读性。本书在语言叙述上力求通俗易懂、活泼生动，在体例编排上采用多样化的栏目设计，增强了教材的可读性、可教性和可学性。

第2版重点在以下几个方面进行了修订：（1）提高了教材体系的建构性。教材是教师教学和学生学习科学知识的基本载体，为了进一步引导读者对教材章节内容进行合理建构，本次修订在体例编排上进行了补充和修订，在每章之前均以一个简短的案例导入本章内容，在章末结合原有的内容进行反思与探究，将章节内容建构成一个完整的知识体系。（2）根据社会对教师成长与专业发展的要求，各章均对相关领域的教学内容进行了拓展。同时，针对相关联的学习内容，本修订版提供了二维码学习资源予以进一步补充。（3）更新了拓展阅读的书目与参考文献。如果读者对发展与

教育心理学、青少年心理发展等问题感兴趣，可以根据章后或书后的文献列表进行查阅和研读，以加深对这些问题的理解。（4）根据教育部新出台的《教师教育课程标准（试行）》及《教师资格考试标准》和大纲要求，本次修订增加了第四编“青少年学生班级管理与管理与教师心理”的内容。

本书的使用对象主要是教师教育专业的高校本科学生，这些学生未来将成为向青少年传道、授业、解惑的学科教师和人生导师，了解青少年的心理发展特点，掌握青少年教学教育的方法与策略，是他们走上教师岗位的重要基础。我们希望通过总结教材编写经验、读者的反馈、借鉴国内外同类优秀教材等方式，对教材进行修订与完善，提高高校教师教育专业的教学质量与水平。

参与本书编写与修订的人员有：第一章，何先友（华南师范大学心理学院教授、博士生导师）；第二、十二章，葛明贵（安徽师范大学教育科学学院教授）；第三章，黄喜珊（华南师范大学心理学院副教授）；第四章，邢强（广州大学教育学院教授）；第五章，韩迎春（广东省第二师范学院教育系副教授）；第六章，张金桥（暨南大学华文学院教授、博士生导师）；第七章，曲琛（华南师范大学心理学院教授）；第八、九、十四章，刘学兰（华南师范大学心理学院副教授）；第十章，田丽丽（华南师范大学心理学院教授、博士生导师）；第十一章，丘碧群（广东肇庆学院教育科学学院副教授）；第十三章，迟毓凯（华南师范大学心理学院副教授）。刘学兰副教授担任本书的常务副主编，在整个书稿的编写过程中协助我做了大量的工作，副主编葛明贵教授也参与了统稿工作。

本书在修订与出版过程中，得到了高等教育出版社陈容编辑的悉心协助，在此谨致谢意！由于时间仓促、水平有限，书中难免有疏漏与不足之处，敬请同行专家和广大读者朋友们批评指正。

编者

2016年6月20日

受高等教育出版社的委托，由我与刘学兰副教授、葛明贵教授共同组织全国部分高校专门从事发展与教育心理学课程教学和研究的专家编写了这本《青少年发展与教育心理学》，主要用作高等师范院校教师教育课程的教材。

人类在研究外部世界的同时，也在探索着自身的奥秘。随着社会的发展和科技的进步，人类这种探究自身和认识自我的愿望必然会更加强烈。恩格斯曾把心理活动喻为“地球上最美丽的花朵”。这一美丽的花朵具有巨大的魅力，正吸引着越来越多的学子孜孜以求。近年来，心理学已经成为我国蓬勃发展的学科之一，在社会生活中发挥着越来越重要的作用，被越来越多的人所关注和接受。

在心理学研究中，青少年的心理发展与教育一直是最为重要也最具价值的研究领域之一。我国心理学界一般把青少年期界定为十一二岁至十七八岁这一发展时期，相当于中学教育阶段；西方心理学界一般把青少年期界定为从青春发育期开始直至完成大学学业这一阶段，即十一二岁至二十一二岁。不管是何种界定，都可以看出，青少年时期在人生发展中极为关键，是个体从幼稚走向成熟、从儿童走向成人的一个过渡阶段，是在身心各方面都发生了明显变化的阶段，也是具有巨大可塑性的阶段。青少年的心理发展有什么特点？如何针对这些特点对青少年进行教育和培养？如何促进他们的认知发展和个性健全？……围绕这些问题，心理学家和广大教育工作者进行了广泛而深入的研究，并取得了相当多的理论研究成果和实践应用成果。正是在这些成果的基础上，我们编写了这本《青少年发展与教育心理学》。

在教材编写过程中，我们试图体现以下几个特点：

1. 科学性。作为一部教材，科学性是其最基本的要求。我们力求系统地阐述青少年发展与教育心理学的基本概念、基本原理和基本理论，做到

概念准确、原理清晰，以帮助学生掌握科学的心理学知识，形成正确的心理学观念。同时，注重对经典研究的介绍，注意吸收心理学相关领域的最新研究成果，突出了心理学的实证科学特色。

2. 整合性。在科学性的基础上，如何整合发展心理学与教育心理学的内容，是我们碰到的一个难点。目前国内发展心理学的教材很多，教育心理学的教材也很多，但把两者结合在一起教材还非常少见。在内容上，我们遵循“在发展的基础上谈教育，在教育的基础上促发展”的理念，把发展特点与教育培养结合在一起探讨。在体系上，采用先总后分，以“基础理论”“青少年认知发展与学习”“青少年个性、社会性发展与德育”三大部分有机整合了青少年发展心理学与教育心理学的相关内容，形成了完整而清晰的编写体系。这一体系既符合心理学学科自身的逻辑，又符合学生学习的规律，具有自己的特色。

3. 应用性。任何一门学科只有满足实践的需要，才会有持久的生命力。心理学如果只是关在书斋而不应用于社会，“两耳不闻窗外事”，就不会像今天这样生机勃勃。因此，本教材无论是在内容选择还是在体例编排上，都非常注重应用性。在教材内容的选择上，我们在保证让学生掌握基本知识和基本原理的前提下，突出应用性强的内容，关注青少年教育过程中的一些热点问题和难点问题，如青少年的学习策略、学习动机、智力与创造力培养、性教育、品德不良与问题行为等。在原理的阐释上，我们密切联系学生的生活和学习实际，并特别注重联系教育领域的实际。在体例安排上，每一章后面都有“原理应用”栏目，通过案例分析直接把相关原理运用于教育与教学实际，提高了学生理论与实践相结合的能力。

4. 可读性。教材要为教师教学和学生服务，要唤起学生阅读的欲望和学习的兴趣，因此，可读性非常重要。本教材在语言叙述上力求通俗易懂、活泼生动，避免板着脸孔塞给学生一大堆术语和概念，或罗列一大堆结论不一致的研究结果。在形式上，有“本章导航”“热点阅读”“扩展阅读”“知识窗”“原理应用”等多样化的栏目设计，增加了可读性、可教性和可学性，充分满足了学生学习和教师教学的需要。

本教材的使用对象主要是教师教育类专业的高校学生，这些学生毕业之后将走上教师的工作岗位，他们的教育对象是正在成长中的青少年，因此，了解青少年的心理发展特点与教育，是他们非常重要也非常需要的学习内容。我们希望通过本教材的学习，能激发学生学习心理学的兴趣，使学生掌握青少年发展心理学与教育心理学的基础知识、基本原理和基本规律，并能运用这些原理和规律分析和解决生活、学习与工作中的实际问题，既促进自身的心理成长和心理成熟，又为今后成为一名合格教师打下坚实的心理学基础。

参与本书编写的人员有：第一章，何先友（华南师范大学心理学系主任，

教授)；第二章、第十二章，葛明贵(安徽师范大学教育科学学院副院长，教授)；第三章，黄喜珊(华南师范大学心理学系副教授)；第四章，邢强(广州大学教育科学学院教授)；第五章，韩迎春(广东教育学院教育系副教授)；第六章，张金桥(暨南大学华文学院副教授)；第七章，曲琛(华南师范大学心理学系讲师)；第八章、第九章，刘学兰(华南师范大学心理学系副教授)；第十章，田丽丽(华南师范大学心理学系副教授)；第十一章，丘碧群(广东肇庆学院教育系讲师)。刘学兰副教授担任本书的常务副主编，在整个书稿的编写过程中协助我做了大量的工作，副主编葛明贵教授也参与了统稿工作。

本书在撰写与出版过程中，得到了高等教育出版社张忠月编辑的悉心协助，对于她的辛勤劳动在此深表感谢。在编写过程中，我们参考了国内外大量的相关文献与研究成果，在此谨向书后所附参考文献的原作者们致以诚挚谢意。由于时间仓促、水平有限，书中难免有疏漏和不当之处，恳请同行专家和所有的读者朋友们不吝指正。

何先友

2009年8月

CONTENTS 目录

第一编 基础理论

第一章 青少年发展与教育心理学概述 / 3

第一节 “暴风骤雨”的青少年时期 / 4

第二节 青少年身心发展的基本特征 / 9

第三节 青少年发展与教育心理学的研究对象与任务 / 23

第四节 青少年发展与教育心理学的研究方法 / 28

【原理应用】 / 38

【拓展阅读】 / 38

【反思与探究】 / 39

第二章 青少年心理发展的理论流派 / 41

第一节 生物学取向的青少年心理发展理论 / 42

第二节 社会发生或学习取向的青少年心理发展理论 / 46

第三节 心理动力或发生取向的青少年心理发展理论 / 56

第四节 生态学取向的青少年心理发展理论 / 67

【原理应用】 / 71

【拓展阅读】 / 73

【反思与探究】 / 74

第三章 青少年学习心理的理论流派 / 75

第一节 学习概述 / 77

第二节 联结派学习理论 / 80

第三节 认知派学习理论 / 86

第四节 建构主义学习理论 / 95

第五节 人本主义学习理论 / 99

【原理应用】 / 101

【拓展阅读】 / 102

【反思与探究】 / 103

CONTENTS

第二编 青少年认知 发展与学习

第四章 青少年认知发展 / 107

第一节 青少年的感知觉与观察力
发展 / 108

第二节 青少年的记忆发展 / 114

第三节 青少年的思维发展 / 126

【原理应用】 / 132

【拓展阅读】 / 134

【反思与探究】 / 135

第五章 知识学习与迁移 / 137

第一节 知识与知识学习的一般过程 / 138

第二节 概念、原理与问题解决
的学习 / 141

第三节 陈述性知识与程序性知识
的学习 / 149

第四节 学习迁移 / 157

【原理应用】 / 166

【拓展阅读】 / 167

【反思与探究】 / 168

第六章 学习策略 / 169

第一节 学习策略概述 / 170

第二节 认知策略及其培养 / 174

第三节 元认知策略及其培养 / 185

第四节 资源管理策略及其培养 / 191

【原理应用】 / 196

【拓展阅读】 / 197

【反思与探究】 / 198

第七章 学习动机 / 199

第一节 学习动机概述 / 200

第二节 学习动机理论 / 206

第三节 学习动机的培养和激发 / 215

【原理应用】 / 221

【拓展阅读】 / 222

【反思与探究】 / 223

第八章 智力开发与创造力的培养 / 225

- 第一节 智力与创造力概述 / 226
- 第二节 智力的发展与培养 / 241
- 第三节 创造力的发展与培养 / 250
 - 【原理应用】 / 257
 - 【拓展阅读】 / 258
 - 【反思与探究】 / 259

第三编 青少年个性、 社会性发展与德育

第九章 青少年个性发展 / 263

- 第一节 青少年自我意识的发展 / 264
- 第二节 青少年情绪与情感的发展 / 270
- 第三节 青少年需要与兴趣的发展 / 281
 - 【原理应用】 / 287
 - 【拓展阅读】 / 289
 - 【反思与探究】 / 289

第十章 青少年社会性发展 / 291

- 第一节 青少年人际交往的发展 / 293
- 第二节 青少年同伴关系的发展 / 296
- 第三节 青少年社会认知的发展 / 302
- 第四节 青少年社会化的发展 / 309
 - 【原理应用】 / 320
 - 【拓展阅读】 / 322
 - 【反思与探究】 / 322

第十一章 青少年性别角色与性 心理发展 / 323

- 第一节 青少年性别角色的获得与发展特点 / 324
- 第二节 青少年性心理的发展特点 / 335
- 第三节 青少年性教育 / 341
 - 【原理应用】 / 349
 - 【拓展阅读】 / 349
 - 【反思与探究】 / 350

第十二章 青少年品德发展与 价值观 / 351

第一节 品德心理概述 / 352

第二节 青少年品德心理发展的一般
特征 / 360

第三节 品德形成的影响因素及培养
方法 / 364

第四节 青少年品德不良与问题行为 / 367

第五节 青少年的价值观 / 375

【原理应用】 / 380

【拓展阅读】 / 381

【反思与探究】 / 381

第四编 青少年学生班级 管理与教师心理

第十三章 中学班级管理 / 385

第一节 班级发展阶段及其管理 / 386

第二节 课堂管理的模型与方法 / 394

第三节 建立有效的课堂秩序 / 401

【原理应用】 / 411

【拓展阅读】 / 412

【反思与探究】 / 413

第十四章 教师心理 / 415

第一节 教师的职业角色和心理特征 / 416

第二节 教师的专业发展 / 427

第三节 教师的心理健康 / 436

【原理应用】 / 451

【拓展阅读】 / 453

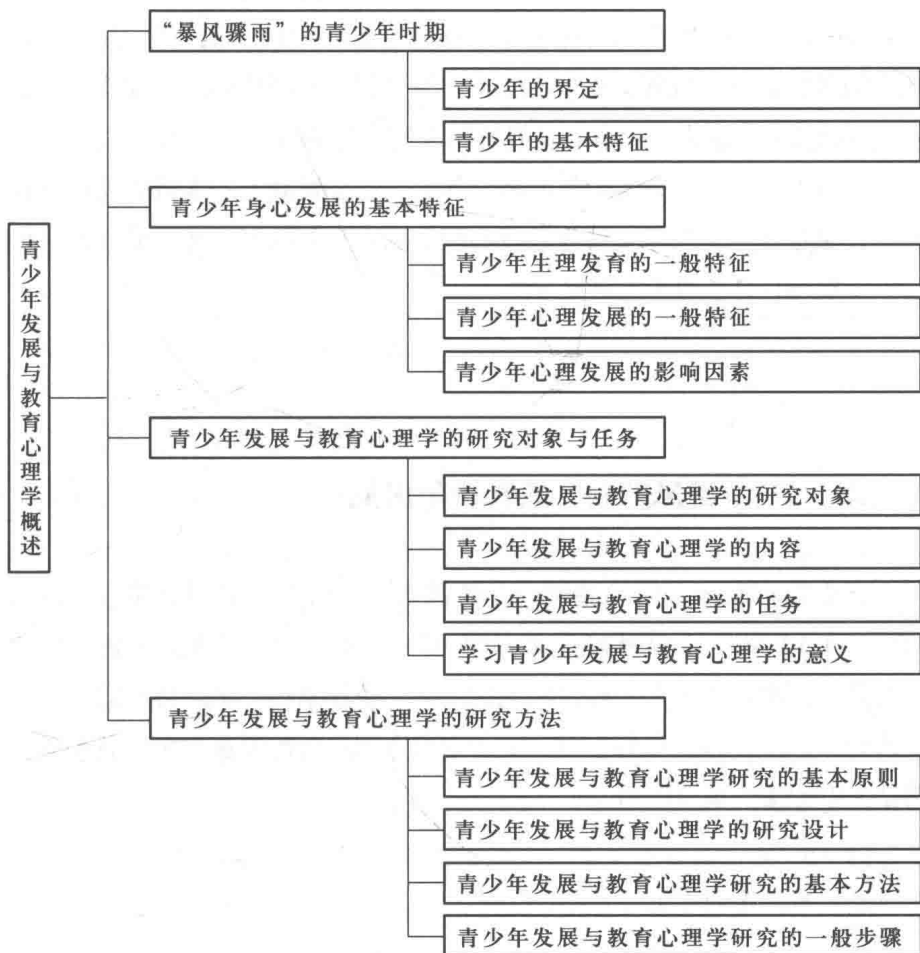
【反思与探究】 / 453

参考文献 / 455

第一编 基础理论

第一章 青少年发展与教育心理学概述

本章导航



张婷从小聪明伶俐，是一个人见人爱的小女孩，父母更是将其视为掌上明珠。可到了十二三岁后她开始变了，总爱与父母顶嘴，喜欢自作主张，有时对父母的要求喜欢“反其道而行之”，令父母颇为无奈。如在选择哪所中学就读的问题上，父母希望其在就近的一所重点中学上学，而她却偏偏要到一所离家很远的中学就读；张婷从小患有慢性鼻炎，父母把滴鼻液放进她的书包里，而她竟然当着父母的面把滴鼻液从书包中拿出并扔在地上；父母有时询问她的考试成绩，她明明成绩不错，却总说糟糕得一塌糊涂；一次因天气骤变，大幅度降温，母亲给她送去衣服，她不但领情，反而当着宿舍同学的面把衣服摔在地上；张婷的父亲是某机关的领导，平时应酬多，很少在家，一有机会就想与她沟通交流，可她每次都拒人千里之外。张婷的这些行为令其父母感到十分焦虑，不知如何是好。

张婷的行为为什么会出现如此大的变化呢？什么原因导致了这些变化？是她父母教育方式的问题，还是她本人的问题？这些变化是她个人所特有的，还是处于发育期的青少年所普遍存在的？作为教育者，如何面对此类问题？如何有效解决青少年成长发展过程中出现的问题？要消除这些困惑，就需要了解青少年身心发展的基本规律以及相应的教育方法。

本章首先简要介绍青少年的概念界定、身心发展的基本特征及其影响因素，接着分析青少年发展与教育心理学的研究对象与任务，最后介绍青少年发展与教育心理学的研究方法。

第一节 “暴风骤雨”的青少年时期

青少年时期是人生发展的一个非常重要的阶段。美国心理学家霍尔(G. S. Hall)将这一时期称为“暴风骤雨”时期。处于该发展阶段的个体在身心各方面都产生了许多非常明显的变化，表现出这一阶段特有的心理与行为特征。而这些变化的出现反映了来自个体的遗传因素和来自后天环境等多方面因素的共同作用。

一、青少年的界定

青少年的英文为 adolescence，该词来源于拉丁语 adolescere，其含义是“发育、成长、长为成年人”。如果把童年期看成是个体发展的幼稚期，把成年期看成是个体发展的成熟期，那么，青少年期就是个体从幼稚走向成熟、从儿童走向成人的一个过渡期。从童年向成人的过渡不仅以身体或生

理的成熟为基础,而且要以个体心理和社会等方面的成熟为条件,这个过渡期意味着从一个依赖成人抚养和教育、主要按照成人所制定的规范生活的孩子转变成为独立生活和从事各项活动的成年人的整个过程,因此,只有把生物学、心理学和社会学等学科的知识结合起来,才能正确理解“青少年”。

我国心理学界一般把青少年期界定为十一二岁至十七八岁这一发展时期,相当于中学教育阶段(林崇德,2002)。其中,十一二岁至十四五岁这一阶段为少年期,又称青春期;十四五岁至十七八岁称为青年初期(林崇德,1995)。西方心理学界一般把青少年期界定为从青春发育期开始直至完成大学学业这一阶段,即十一二岁至二十一二岁,大致相当于人生整个发展历程中的第二个十年(Cole & Cole, 1996; Santrock, 2001; Steinberg, 1999)。

在理解青少年期这一概念时,需要注意与青春期、青年期进行区分。这三个概念之间有一定的重叠,但又不完全等同。青春期(puberty)主要是一个生物学概念,反映的是个体在青少年期所发生的生理变化。青春期是指从个体第二性征出现至性器官发育成熟的一段时间。因此,青少年期随着青春期的开始而开始,但并不随着青春期的结束而结束。关于青年期(youth),西方有学者认为是个体从18岁至22岁之间的发展阶段(Steinberg, 1999);我国台湾学者张春兴认为是16岁至26岁这一阶段。目前,心理学界一般把青年期看成是青少年期向成年期的过渡阶段。

拓展阅读 长不大的年轻人

认识一下22岁的Kirsten:

我们的母亲在我们这个年龄已经订婚了……对于怎样进行今后的人生,她们至少已经有了一些自己的打算……而我呢,虽说即将取得英语和政治学的双学位(这种专业说好听点叫万金油,说难听点就是不实用),手指上没有戒指,不知道自己是谁、想做什么……我也会勉为其难地承认这段时光充满激情。但当我展望未来的广袤天地时,我的眼里只是空空如也。没有什么可以指望的路子,也没有谁为我指明方向(Page, 1999)。

你是一个像Kirsten一样长不大的年轻人吗?20来岁,和父母一起居住,未婚,没有孩子,也没有固定的职业。这是一群被困在“成熟间隙”中自我放纵的个体(Galambos, Barker, & Tilton-Weaver, 2003),还是“迟来的成年”(Arnett, 2000)这种文化现象的一部分?美国心理学家阿内特(Arnett, 2000, 2004)提出,“迟到的成年期”是富足的西方文化中日益显著的一个特点,它给予年轻人更长的时间来适应成年角色。

在英格兰,这类蚕食父母养老金的大孩子被称作Kippers;在意大利,这些离不开母亲厨房的人叫作Mammone;而在德国,人们用Nesthocker