

中小学教师干部

继续教育教材

教师实用心理学

北京教育学院心理系 编著



JIAO SHI SHI YONG XIN LI XUE

开明出版社

□ 中小学教师干部继续教育教材

教师实用心理学

北京教育学院心理系 编著

开明出版社

图书在版编目(CIP)数据

中小学教师实用心理学继续教育教材:试用/白桂香
主编.-北京:开明出版社,1999.7

ISBN 7-80133-273-3

I. 中… II. 白… III. 教师心理学-中小学终生教育-
教材 IV. G443

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 17563 号

总策划 焦向英

责任编辑 陈虹

中小学教师干部继续教育教材

教师实用心理学

北京教育学院心理系 编著

*

开明出版社出版发行

(北京海淀区西三环北路 19 号外研社大厦 5 层 100081)

北京市贝顺印刷厂印刷

开本:大 32 印张:14.25 字数:32.8 万

2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月第 2 次印刷

ISBN 7-80133-273-3/G · 223 定价:16.00 元

本书编写组

主 编	白桂香		
副主编	何立婴	伍芳辉	
编 者	高明书	项灵羽	卢 强
	章永生	褚长萍	刘维良
	陶 忠	齐建芳	

前 言

本书是为在职中小学教师继续教育编写的教材,归属于教育理论的心理学部分。本书根据我国中小学教师继续教育的实际,重点阐述了与中小学教育和教学有关的教育心理学和学校心理学问题,同时还介绍了近年来对教育心理学和学校心理学有影响的理论和研究成果,力求将其编成实用性较强的、符合中小学教师素质教育需要的教材。

本教材从内容上可以分为三部分。

第一部分是关于教育心理学的,包括第一、第二、第三、第四、第五、第六和第七章。第一章阐述了学习与学习理论,重点放在阐述对教育心理学有影响的学习理论上。通过对这些理论的分析不难发现,这些理论都是在一定的历史条件下探讨有关学习某一方面的基本问题时提出来的,由于受当时的科学技术发展水平的限制,因此,每种理论都有自己的局限性。任何一种理论都不能解释全部的学习问题,但这些理论却为我们提供了探讨有关学习基本问题的思路、研究问题的视角、可以借鉴的实验方法和对学习进行科学研究的资源。这些理论有助于理解“教—

学—环境”互动系统中的教育心理学基本问题,有助于把握进行有效的“教—学”的心理学规律,从而为培养和形成科学的教育观奠定心理学基础。第二章阐述了知识和技能的学习,书中引用布鲁纳提出的“假设考验说”和奥苏伯尔的“认知同化论”阐述了概念和规则的学习过程及其规律,引用“产生式”系统阐述了知识技能和动作技能的学习过程,引用目前认知心理学流行的关于记忆结构的模型阐述了知识的保持过程和规律。为进行有效的学习提供心理学的原则和方法。第三章是阐述学习策略的,为了使学生在接受知识的同时开发自己的智力,提高学习效率,“教会学生学习”就成为发展学生智力的一个重要的教学目标。于是,关于学习策略的研究越来越引起人们的重视,并构成了教育心理学的新的热门领域。本章在阐述学习策略提出的背景、学习策略的性质及分类的同时,介绍了可以实际应用的一些策略,很有实际应用价值。在此基础上,着重探讨了如何训练和发展学生的学习策略问题。第四章阐述了学习迁移,学生的学习不是孤立进行的,一切学习都要受到学习者原有认知结构的影响,并对以后的学习发生影响,因此,学习迁移是教育心理学中的一个重要问题。学习迁移贯穿于学生整个学习过程中。该章较系统地介绍了学习迁移的理论、学习迁移的类别和影响迁移的条件,并专设一节重点讲述了学习迁移如何在教学中应用,实用性很强。第五章阐述中小学生的创造力,对创造力的形成、发展及其培养等诸方面的问题进行了探讨,力求在理论阐述的基础上,为中小学教师提供可以借鉴的方法。第六章阐述了学生的品德的形式。学生的学习除了知识技能的学习外,还有一个很重要的方面,这就是品德的学习。学校教育要重视学生品德学习,要把教育学生怎样做人放在首位。学校的品德教育要以塑造教育为主,矫正教育为辅。为此,本章着重讲述了学生品德的形成和学生不良行为

的矫正方法,对学生的品德教育有实际意义。第七章阐述了学习中的非智力因素。学生要进行有效地学习,不仅需要良好的智力因素,而且还需要有良好的非智力因素的发展。本章重点介绍非智力因素基本含义、与智力因素关系以及学校情境中学生非智力因素的培养。这对在职教师是有实际参考意义的。

第二部分是关于教师心理学的,包括第八、第九和第十章。第八章阐述了教师的角色和应具备的心理品质。知识经济时代的到来,新的科学技术手段(如网络教学)在教育中的应用,必然会给现代学校教育带来新的不可估量的变化和特点,教师角色的构成和心理品质也会出现新的变化。这些也必然促使我们改变对教师角色和心理品质的传统认识,重新思考和认识在新的时代背景下教师的角色构成和心理特征。本章分析了教师的多种社会角色和每种角色的意义和功能,并强调指出角色转换能力对于教师有效地实现教育目的有重要作用,同时也分析了教师胜任多种角色所必备的特殊心理品质,这对教师明确角色意识,调节、完善自己的职业行为,履行教师职责是有指导意义的。第九章阐述师生关系,介绍了师生关系区别其他关系的特点,分析了从小学到中学师生关系的变化,指出了建立良好师生关系的途径。本章还重点分析了在学校教育教学情境下,师生关系对学生成长发展和教师身心健康的重大影响。这对教师正确等待和处理师生关系有参考意义。第十章阐述教师的心理健康,在阐述教师心理健康的重要性的同时,分析了教师的心理健康现状和普遍存在的心理健康问题,并着重分析了教师职业倦怠,提出了克服职业倦怠的建议措施,可供教师参考。

第三部分是关于学生心理健康的,包括第十一、第十二两章。第十一章是阐述中小学生的心理健康的。该章介绍了心理卫生的一般概念和心理健康标准,指出了影响心理健康的因素,

并从心理机制上对学生常见的心理问题进行了分析。对了解学生心理卫生现状和促进学生心理健康都是有意义的。第十二章是讲述中小学心理辅导的。该章介绍了心理辅导的基本概念、原理和原则,讲述了心理辅导的模式、内容和方法,也介绍了学校心理辅导的组织形式、各类人员的职责和心理辅导员应具备的素质。本章最后专设一节心理咨询,介绍了心理咨询的几种主要理论和方法,有可操作性。

参加本教材编写的作者有北京教育学院:白桂香(第一、第二章),项灵羽(第三、第十一章第一节),高明书(第四、第八章),卢强(第五章),章永生(第六章),褚长萍(大兴教师进修学校第七章),何立婴(第九章),刘维良(第十章),陶忠(第十一章第二节),齐建芳(第十一章第三节),伍芳辉(第十二章)。本教材全部书稿由白桂香、何立婴和伍芳辉审定。

在本教材编写过程中,参考了国内外许多著述和教材,吸收了其中许多有关的研究成果,在此表示感谢。

由于本教材成书时间短,难免出现缺点和错误,欢迎指正。

北京教育学院心理系 白桂香

1999年6月于北京

目 录

前 言	(1)
-----------	-----

第一章 学习与学习理论

第一节 学习概述	(2)
一 学习的一般概念	(2)
二 学习的分类	(8)
第二节 学习理论概述	(10)
一 学习理论的一般概念	(10)
二 学习理论的教学应用价值	(12)
三 学习理论学派剖析	(14)

第二章 知识和技能的学习

第一节 概念学习	(54)
一 概念的含义和结构属性	(54)
二 概念的获得	(57)
三 影响学生概念学习的因素	(60)
第二节 规则学习	(63)
一 规则学习的性质	(63)
二 规则学习的方式	(64)

第三节	技能学习	(66)
一	技能学习的性质	(67)
二	认知技能学习	(70)
三	动作技能学习	(75)
第四节	知识的保持	(79)
一	知识保持过程	(80)
二	知识的遗忘	(84)

第三章 学习策略

第一节	学习策略概述	(88)
一	学习策略提出的背景	(88)
二	什么是学习策略	(90)
三	元认知	(93)
四	学习策略的分类	(96)
第二节	认识过程的学习策略	(97)
一	复述策略	(97)
二	精加工策略	(100)
三	组织策略	(104)
第三节	对认知过程监控的学习策略	(107)
一	计划策略	(108)
二	监视策略	(111)
三	调节策略	(113)
第四节	学习策略的教学	(114)
一	策略学习的条件	(115)
二	阅读策略的教学	(120)
三	学习困难生的学习策略教学	(128)

第四章 学 习 迁 移

第一节	学习迁移的概述	(132)
一	什么是学习迁移	(132)
二	学习迁移的类型	(132)
三	学习迁移在教育上的作用	(136)
第二节	学习迁移的理论	(137)
一	官能心理学的形式训练说	(138)
二	联结主义的相同要素说	(139)
三	机能心理学的经验泛化说	(141)
四	格式塔学派的关系转换说	(143)
五	认知派的认知结构说	(145)
第三节	教学中如何促进学习迁移	(151)
一	促进学习迁移发生的主要条件	(151)
二	获得学习迁移的主要手段	(157)

第五章 中小学生的创造力

第一节	创造力的概述	(164)
一	创造力的含义	(164)
二	创造力的理论研究	(165)
三	创造力的结构	(168)
四	创造力的特征及外在表现	(170)
第二节	创造力的发展	(172)
一	创造力发展的年龄阶段	(172)
二	影响创造力发展的因素	(176)
第三节	创造力测量	(183)
一	创造力测量的基本原则	(183)

二	创造力测量的基本方法	(184)
三	创造力测量工具	(185)
第四节	创造力的开发	(189)
一	提供有益于创造的环境	(189)
二	中小學生创造性思维的训练与培养	(193)

第六章 学生品德的形成

第一节	学生品德形成的心理过程	(198)
一	什么是品德	(198)
二	品德的心理结构	(199)
三	品德形成的心理因素	(200)
四	品德形成的教育条件	(214)
第二节	问题行为的矫正	(220)
一	什么是问题行为	(220)
二	问题行为的分类及其表现	(222)
三	问题行为的成因	(223)
四	问题行为的矫正	(226)

第七章 学习中的非智力因素

第一节	非智力因素概述	(232)
一	非智力因素的概念	(232)
二	非智力因素与智力因素的关系	(233)
三	非智力因素在学习活动中的作用	(236)
四	非智力因素的研究状况和进展	(237)
第二节	学生良好的非智力因素的培养	(241)
一	激发学习动机	(241)
二	培养学习兴趣	(245)

- 三 发展健康情绪情感 (249)
- 四 培养良好的意志品质 (254)
- 五 塑造良好的性格 (257)

第八章 教师的角色和心理特征

- 第一节 教师的角色 (262)
 - 一 角色的概念 (262)
 - 二 教师的角色意识 (263)
 - 三 教师的多重角色构成 (264)
 - 四 教师的角色冲突及解决 (270)
- 第二节 教师的主要心理特征 (275)
 - 一 教师心理特征形成和发展的条件 (275)
 - 二 教师的认知特征 (280)
 - 三 教师的情感意志特征 (284)
 - 四 对教师个性品质的研究 (287)

第九章 师生关系

- 第一节 师生关系概述 (296)
 - 一 有关师生关系的几个概念 (296)
 - 二 师生关系的特点 (301)
 - 三 师生关系的类型 (305)
 - 四 影响师生关系的因素 (305)
 - 五 师生关系在教育教学活动中的重要作用 (308)
 - 六 教育改革的关键是师生关系的改革 (310)
- 第二节 师生关系对学生和教师的影响 (311)
 - 一 师生关系对学生发展的影响 (311)

二	师生关系对教师的影响	(320)
第三节	建立良好的师生关系	(322)
一	建立民主、平等、合作的师生关系	(322)
二	如何建立良好的师生关系	(323)
三	师生冲突及其解决	(327)

第十章 教师心理卫生

第一节	教师心理健康的意义、标准及影响因素 ...	(334)
一	教师心理健康的意义	(334)
二	教师心理健康的标准	(336)
三	影响教师心理健康的因素	(337)
第二节	教师心理问题分类	(340)
一	适应不良	(340)
二	职业行为问题	(341)
三	人际交往障碍	(342)
四	人格障碍与人格缺陷	(342)
五	心身疾病	(343)
六	神经症	(344)
第三节	教师的职业倦怠	(344)
一	职业倦怠概述	(344)
二	教师职业倦怠分析	(345)
三	造成教师职业倦怠的因素	(347)
第四节	教师心理健康的维护与增进	(350)
一	自我修养的提高	(350)
二	校长与教育行政的协助	(352)
三	专家的处理	(354)
四	社会支持系统	(356)

第十一章 中小学生的心理健康

第一节	中小学生心理卫生概述	(360)
一	什么是心理卫生	(360)
二	心理卫生运动的发展	(361)
三	心理健康的标准	(364)
四	学生心理卫生的意义	(372)
第二节	学生的心理健康	(374)
一	影响学生心理健康的因素	(374)
二	学生常见的心理问题	(379)
第三节	心理防御机制	(396)
一	应激、应付和心理防御机制	(396)
二	心理防御机制	(398)

第十二章 中小学心理辅导

第一节	中小学心理辅导的基本问题	(408)
一	心理辅导的基本概念	(408)
二	学校心理辅导的基本模式	(412)
三	中小学心理辅导工作的主要内容	(414)
四	中小学心理辅导的具体方法	(415)
第二节	学校心理辅导的组织	(416)
一	学校心理辅导的组织形式	(416)
二	学校各人员在心理辅导中的职责	(417)
三	学校心理辅导员的素质	(421)
第三节	心理咨询	(424)
一	什么是心理咨询	(424)
二	中小学常用的心理咨询方法	(427)

第一章

学习与学习理论

学习与学习理论一直是心理学研究的重点问题,随着教育心理学分支的出现,学习与学习理论就成为教育心理学的主要组成部分。本章主要从学习心理学的角度,对学习和学习理论作概括的介绍和分析。

第一节 学习概述

一、学习的一般概念

1. 什么是学习

心理学界对“学习”的研究已有一百多年的历史,但要给“学习”下一个确切的定义,却非常困难。究其原因,这是与学派给学习下一个定义不同有关。但归纳起来,大体上可以分为三类:(1)行为主义学派认为:学习是指刺激—反应之间联结的建立与巩固;(2)认知学派认为:学习是指认知结构的改变;(3)人本主义学派认为:学习是自我概念的变化。这些定义虽然都有其局限性,但都从不同侧面揭示了学习的性质,也为我们研究学习提供了不同的视角。

就目前心理学界而言,较为能接受的定义是:学习是学习者凭借经验引起的比较持久的行为、能力和心理倾向变化的一种活动过程。在理解这个定义时要注意把握以下几点:

(1)学习时主体自身必须发生某种变化,这些变化使学习者获得了新的行为模式。例如,儿童学习走路,就是一种新的行为模式的习得过程。所以有人认为,学习是一个新的行为模式形成的过程;

(2)学习是凭借经验引起的主体的习得变化,亦即主体的行为或思维变化是后天习得的,是在主体与环境相互作用过程中产生的。各种生理因素,例如,发育成熟、衰老或身体受损害等都可以引起主体较大的变化,但这不是凭借经验习得的,而是非习得的变化,所以不能称之为学习;