

公共心理学

教学改革与实践研究

GONGGONG XINLIXUE JIAOXUE GAIGE YU SHIJIAN YANJIU

王燕 著



辽海出版社

公共心理学教学改革与实践研究

王 燕 著

辽海出版社

图书在版编目(CIP)数据

公共心理学教学改革与实践研究 / 王燕著. -- 沈阳:
辽海出版社, 2017.12

ISBN 978-7-5451-4535-9

I. ①公… II. ①王… III. ①心理学—教学研究
IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 287103 号

责任编辑: 丁凡 高东妮

封面设计: 刊易

责任印制: 程祥

责任校对: 齐巧元

北方联合出版传媒(集团)股份有限公司

辽海出版社出版发行

(辽宁省沈阳市和平区 11 纬路 25 号沈阳市辽海出版社 邮政编码: 110003)

廊坊市国彩印刷有限公司

全国新华书店经销

开本: 710mm×1000mm 1/16

印张: 19

字数: 250 千字

2019 年 1 月第 1 版

2019 年 1 月第 1 次印刷

定价: 68.00 元

前言

心理学是一门研究人类及动物的心理现象、精神功能和行为的科学，既是一门理论学科，也是一门应用学科，包括理论心理学与应用心理学两大领域。由于心理学具有极强的应用性，因此被广泛地应用于社会各个领域和行业之中；由于心理学具有普适性的特点，因此能够与许多学科理论进行融合，形成新兴的交叉型学科。近年来，随着我国高等教育事业的加速发展，国内高校普遍重视心理学对大学生学习生活的重要指导作用，除了开设相关心理学专业学科以外，还逐步开设了心理学公共基础教育课程，将心理学基础理论作为通识教育的重要内容，通过开展心理学基础教育提高大学生理解认识能力以及心理健康水平，取得了良好的效果。

公共心理学是现阶段我国高等师范院校学生必修的一门课，是一门重要的公共教育基础类课程。其开设的目的是为了能够在提供心理学基础知识的基础上，承担着优化高等师范学生自身心理素质和教育能力的责任。高等师范公共心理学的教学目标是让学生掌握基本的心理学理论，同时也要实际地影响他们的心理健康，并培养他们对自己及对中小學生进行心理健康教育的能力。而课程设置是教学目标实施的根本保障，20世纪90年代以来，在探索高等师范公共心理学改革的过程中，课程改革一直是人们关注的焦点。从20世纪60年代末前一直沿用苏联的心理学教材，到自编的公共课心理学教材，再到改革开放以来高师公共心理学教材如雨后春笋般地出现，一代又一代的心理学专业学者们进行着不懈的探索。但是目前我国高等师范公共心理学课程形式仍旧存在着不少问题和不足，如课程内容庞杂、抽象，过于专业化，缺乏实用性等，这些都可能影响到学生的学习积极性，不利于学生的智力提高和个性的全面发展。

自20世纪90年代以来，我国不断探索对于高等师范院校心理学课程的改革，但具体成效并不显著，当前高等师范院校仍旧大量存在着“教师轻教，学

生厌学”的现象。在一定程度上说，高等师范院校的心理课程或许只是一种形式主义的装饰品，不仅不能提高高师学生自身的心理素质，更不能拓宽他们的教育教学能力。具体来说，我国高等师范院校心理课程改革的现状和不足主要存在于以下几个方面，如课程教材体系和内容陈旧，教学手法和手段单一，课程性质模糊不清，课程内容多与学时少的矛盾，课程教学评价标准单一等。

本书首先简单概述心理学的基本知识，然后就心理学的人性观、认知观、人格观、行为观进行详细的阐述，说明公共心理学教学改革的背景，对公共心理学的现状与存在的问题进行分析，全面探析公共心理学教学改革的理论基础与指导思想，针对公共心理学的教材提出改革思路，论述了公共心理学课程评价体系的构建并对教学改革进行反思。

本书共计十三章，合计 25 万字，由遵义师范学院的王燕撰写，由于时间比较仓促，加上作者水平有限，在撰写的过程中难免出现纰漏之处，敬请读者谅解。

目 录

第一章 心理学概述.....	1
第一节 心理学与我们的关系.....	1
一、心理学与日常生活.....	1
二、心理学与师范生未来的教育工作.....	2
第二节 心理学研究对象与任务.....	4
一、心理学的研究对象.....	4
二、心理学的基本任务.....	9
第三节 心理学研究方法.....	10
一、质的研究方法.....	11
二、量的研究方法.....	12
第四节 心理学发展现状与趋势.....	15
第二章 心理学——人性观.....	17
第一节 心理学对人性的看法.....	17
一、现代心理学对人性的看法.....	17
二、后现代心理学对人性的理解.....	23
第二节 心理学对人性的看法.....	27
一、心理学视野中的人性教育.....	27
二、心理学的人性观与课程改革.....	33
第三章 心理学——认知观.....	41
第一节 认知过程.....	41
一、认知的基本过程.....	41
二、认知规律在教学中的应用.....	56
第二节 认知学习.....	60

一、知识与知识学习.....	60
二、学习策略及其辅导.....	64
第四章 情 绪.....	71
第一节 情绪、情感与情绪理论.....	71
一、什么是情绪、情感.....	71
二、情绪、情感的种类.....	72
三、情绪的理论.....	76
第二节 中学生情绪发展特点.....	77
一、中学生的情绪特点.....	78
二、中学生常见的情绪问题.....	80
第三节 中学生健康情绪的培养.....	84
一、健康情绪的标准.....	84
二、中学生健康情绪的培养.....	85
三、不良情绪的调控.....	86
第五章 心理学——人格观.....	94
第一节 人格及其影响因素.....	94
一、人格的含义.....	94
二、人格的基本特征.....	95
三、影响人格发展的因素.....	97
第二节 人格与学生发展.....	99
一、人格结构与学生发展.....	100
二、人格动力与学生发展.....	102
三、人格发展与学生发展.....	103
四、人格适应与学生发展.....	106
五、人格的测量.....	107
第六章 心理学——行为观.....	110
第一节 行为的基本原理.....	110
一、行为动力.....	110
二、行为类型.....	115

三、行为改变.....	119
第二节 师生行为.....	124
一、教师的课堂行为.....	124
二、学生的课堂行为.....	132
三、师生课堂问题行为的控制与矫正.....	135
第七章 公共心理学教学改革的背景.....	142
第一节 基础教育新课程改革的影响.....	142
一、新课程改革的内容.....	142
二、对新课程改革的学术研讨与争鸣.....	144
三、新课程改革对公共心理学教学改革的影响.....	151
第二节 教师专业化的发展.....	155
一、教师专业化的内涵.....	156
二、公共心理学在教师专业化中的意义.....	156
三、教师专业化发展的途径.....	158
四、师范院校教育类课程由理论取向向实践性取向转变的必要性.....	159
第三节 公共心理学教学改革历史研究.....	161
一、公共心理学教材体系、教学内容改革与研究.....	162
二、公共心理学教学方式、方法改革与研究.....	163
三、公共心理学教学评价改革与研究.....	165
四、公共心理学实验教学改革与研究.....	165
五、公共心理学教育技术应用的研究.....	166
第八章 公共心理学现状与存在问题.....	168
第一节 教学内部因素.....	168
一、公共心理学课程目标功能的扩大化.....	168
二、教学内容因素.....	169
三、师生关系的因素.....	171
四、教学方式、方法单一.....	173
五、轻视现代教学手段的辅助作用.....	174
六、沿袭传统的学业评价方式.....	175

七、教师因素.....	177
第二节 教学外部因素.....	179
一、公共心理学课不被重视, 课程地位不高.....	179
二、课程门类少, 未形成课程体系, 并且课时量少.....	180
三、教学管理方面.....	181
第九章 公共心理学教学改革理论基础.....	183
第一节 公共心理学教学改革理论基础.....	183
一、布鲁纳的结构—发现理论.....	183
二、奥苏贝尔的学习与教学理论.....	187
三、建构主义学习与教学理论.....	190
四、人本主义学习理论.....	194
五、现代知识观.....	197
第二节 公共心理学教学改革对各派理论的延伸与改进.....	199
一、对布鲁纳教学理论的评价.....	199
二、对奥苏贝尔教学理论的评价.....	200
三、对建构主义教学理论的评价.....	201
四、对人本主义学习与教学理论的评价.....	202
五、现代知识观与公共心理学教学改革.....	203
六、公共心理学教学改革对各派理论的继承与批判.....	204
第十章 公共心理学教学改革指导思想.....	206
第一节 公共心理学教学改革的价值取向——实践性取向.....	206
一、“实践性取向的公共心理学教学改革”的确定.....	206
二、确定实践性取向的公共心理学教学改革的依据.....	207
三、实践性取向的公共心理学教学改革的内容.....	210
四、实践性取向的公共心理学教改必须重视理论知识的学习.....	212
第二节 公共心理教学改革的思维方式——复杂性思维.....	214
一、新课程改革的顺利进行需要复杂性思维.....	215
二、复杂性思维视阈下的新课程改革对公共心理学教学改革的影响.....	218
第三节 指导公共心理学教学改革实践的原则——可行性原则.....	220

一、对新课程改革困境的反思.....	220
二、对新课程改革困境的反思与公共心理学教学改革.....	222
第十一章 公共心理学教材改革.....	225
第一节 公共心理学教材改革的必要性.....	225
一、公共心理学“学科体系取向”教材的弊端.....	226
二、公共心理学教材编选体系应采用“问题取向”的教材形式—— 案例型教材.....	227
第二节 公共心理学教材改革的思路.....	236
一、公共心理学教材案例选编的目标.....	236
二、公共心理学教材改革需要考虑的因素.....	236
三、公共心理学案例教材的组成部分.....	238
四、公共心理学教材内容的选择.....	238
五、公共心理学教材内容的编排与构建.....	244
第十二章 公共心理学课程评价体系构建.....	246
第一节 课程评价概述.....	246
一、课程评价的概念.....	246
二、课程评价的对象及核心.....	247
三、课程评价的类型.....	248
四、课程评价的模式.....	253
第二节 公共心理学实践性取向的学业评价体系建构.....	259
一、关注基础教育新课改的“三维”目标,以目标分类说为方法论 指导,设置公共心理学实践性取向学业评价的目标体系.....	260
二、以实践性课程内容与程序性知识为着重点,使公共心理学学业 评价的内容体系更加全面.....	262
三、以实践性问题的解决为载体,丰富公共心理学学业评价的方式、 方法.....	263
四、以培养学生自我评价能力为中心,构建多主体参与的评价体系.....	264
五、以学生成长记录袋为桥梁,沟通课堂与考试,延伸公共心理学 学业评价的时间评价体系.....	264

第三节 实践性取向的公共心理学教学改革评价.....	265
一、学生的评价.....	265
二、自我评价.....	267
第十三章 公共心理学教学改革的反思.....	270
第一节 公共心理学教学改革内部因素反思.....	270
一、实践性取向的公共心理学教学改革应该是怎样的.....	270
二、案例教学究竟应该怎样开展.....	273
三、案例的特殊性与知识的系统性构建之间的张力关系当如何平衡.....	275
四、案例教学与讲授法的关系.....	276
五、如何处理案例讨论的“计划性”和“开放性”之间的矛盾.....	282
六、如何促使案例讨论深入进行下去.....	283
七、案例从何而来,案例的数量与质量如何保证.....	284
八、公共心理学案例教学的师资水平怎样才能保证.....	284
第二节 公共心理学教学改革外部因素反思.....	286
一、成立基础教育研究室,沟通高校与中小学的联系,开发公共心理学所需教学案例,帮助公共心理学授课教师快速成长.....	286
二、制定有利于案例教学的激励制度.....	287
三、今后研究的方向.....	289
参考文献.....	291

第一章 心理学概述

第一节 心理学与我们的关系

一、心理学与日常生活

心理学与我们的日常生活有着密切的联系。可以说，一个正常的人无论在什么时间、什么地方、干什么事情，都离不开心理学的研究和应用。譬如：

我们每个人都在群体中生活，都需要跟别人交往。在人与人相互交往的过程中，人们实际上都在自觉或不自觉地研究着心理活动。例如，“你”“我”两个人谈话时，“你”总在分析“我”心中所“想”的，“我”也在研究“你”内心所“思”的，否则谈话就进行不下去。

我们每个人都生活在家庭中，家庭生活也需要心理学。比如，子女教育的成功、亲子关系的融洽，就需要父母研究和懂得儿童的心理，懂得青少年的心理。夫妻之间、婆媳之间要能和睦相处、建立比较理想的关系，也离不开有关的心理学知识。

我们也都有情感生活。在人生的某一时期，我们还可能经历情绪问题、遭遇心理危机乃至发生严重的心理疾病。无论我们的心理问题是什么性质，也无论这些问题是长期性的还是暂时性的，心理咨询和心理治疗等都有助于疏导、调节乃至解决这些问题。在今天，甚至没有任何心理问题的人也去寻求心理医生的帮助，为的是自己能在更高、更健康的水平上生活。目前“心理诊所”“心理咨询中心”“青春热线”“心理健康热线”等在我们国家蓬勃发展，正说明心理学在这一领域的作用已日渐为人们所认识。

我们每个人都是消费者。在我们所购买和使用的产品中，从汽车到飞机，很多都是工程心理学家参与设计的，为的是使操作它们更容易、更有效。譬如，工程心理学家对现代电话的重新设计，将拨号改为按按钮，使打电话所

需的时间和错误率都大大减少了。再如，我们每天收听、收看、阅读的广告，它们的设计和制作及其对消费者所能产生的广告效应，都是与心理学的应用分不开的。

我们大多数人曾在某一时期生过病，或可能生病。医学心理学家通过对疾病的心理因素与同疾病相联系的个性类型的研究，将更有效地促进我们的身心健康。临床实践证明：有很多病，如果结合心理治疗进行药物治疗，效果会更好。

我们每个人都生活在一定的环境中，环境对人的影响很大。环境心理学所关心的就是这方面的问题，它对城市、家庭住宅、普通工作场所以至医院、监狱、审讯室的规划、设计与布置，都做出了卓越的贡献。

学生在学校里既要学习知识、发展能力，也要收获心灵的成长。而掌握并运用一定的心理学手段有助于促进这一过程的实现。心理学对学生生活的影响，从最直接的意义上说，一是有助于学生的学习，二是有助于学生的自我教育。

今天，我们正处在改革和变化的社会之中，心理学已愈来愈多地被应用于社会生活实践的各个领域，如何经营商业，需要心理学；怎样管理好企业，离不开心理学；安全的交通运输，也需要心理学……

心理学普遍地存在于社会生活中，对我们的日常生活产生着广泛而经常性的影响。

二、心理学与师范生未来的教育工作

心理学是各级师范院校的一门必修课，它对从事教育工作具有特别重要的意义。今天的师范生是明天的人民教师，今天学习的心理学将服务于师范生未来的教育实践。

首先，心理学有助于师范生了解未来教育对象的实际。

对师范生的培养目标是未来合格的中小学教师。中小學生不仅有区别于其他年龄段个体的心理特点，有区别于其他年龄段个体认识问题和情感体验的方式，还存在着年级差异。这些都是搞好教育教学和进行因材施教的出发点，是教师提高工作效益的重要心理依据。因此，了解中小学生的心理发展情况和年龄特点对师范生来说十分重要。试想，如果一个教师不了解中小学生的认识

过程，不了解他们的情绪、意志的发展，不了解他们的人格特点，他（她）怎么能够“遵循学生的心理发展规律”进行教育教学呢？又怎么谈得上因材施教呢？如果一个教师不了解青少年学生的智力发展规律，他（她）又如何去实现“发展学生的能力，开发学生的智力”这一重要的教育任务呢？无数的教育实践证明，学不学心理学，学没学好心理学，对一个教师的工作成效是大有影响的。

其次，心理学直接有助于提高和加强师范生在未来的教书育人工作中的自觉性、针对性和技巧性。

教师的主要任务是教书育人。那么一个教师怎样才能教好书育好人呢？特别是一个教师如何在新课程背景下做好教书育人工作呢？这当然不是一两个因素决定的。但学习心理学有助于更好地教书育人却是千真万确的。其一，它有助于提高工作的自觉性，克服工作的盲目性。教育教学中成功的经验和失败的教训都是会有的。一般说来，凡是成功了的，都是符合学生的心理活动规律的；失败了的，都是违反学生的心理活动规律的。因此学习了心理学知识，一方面能根据学生的心理规律进行教书育人，从一开始就增强工作的自觉性；另一方面又可以把自己在教育、教学实践中取得的丰富的感性经验，上升到心理学的理论高度加以认识和总结，从而提高进一步工作的自觉性。其二，它有助于加强教书育人工作的针对性。世界上没有两片完全相同的树叶，更没有两个完全一样的人。一个班级中的学生在心理上存在明显的个别差异。教师只有经常接近学生，了解情况，进行心理分析，并针对情况进行教育，才能取得显著效果。其三，它有助于提高教书育人工作的技巧性。教学是一门艺术，育人也是一门艺术，它们都需要很高的技巧。这种技巧除了有赖于教师的专业知识和各方面的品质外，心理学的素养在其中也起着重要的作用。譬如，学生问题行为的矫正、课堂突发事件的处理等，都是与心理学知识和原理的应用分不开的。

心理学对教育工作的用途和价值，在校的师范生常不易认识到。但经过教育实习的学生，在总结经验时往往不无遗憾地说：“后悔当初没有好好学习教育学、心理学。”因此，师范生应珍惜在校期间学习心理学的机会，系统地掌握心理学的基本知识，为未来的教育实践打下坚实的基础。

第二节 心理学研究对象与任务

日常生活中,有人把心理学当作“算命学”,以为学了心理学就能知道别人心里想什么;也有人把心理学视为“旁门左道”,予以排斥。其实,这都是对心理学的误解。心理学是一门科学,它与其他科学一样,有其特定的研究对象和任务。

一、心理学的研究对象

心理学的研究对象就是指心理学是研究什么的。事实上,也就是要回答什么是心理学的问题。

(一) 心理学是研究心理现象的科学

从人的角度而言,心理学是研究人的心理现象的科学。人的心理现象可以分为个体心理现象和社会(团体)心理现象。

1. 个体心理

人是作为个体而存在的。个人所具有的心理现象称为个体心理。个体心理异常复杂,概括起来可以分为心理过程和心理特性两大方面。其中,心理过程包括认知过程、情感过程和意志过程;心理特性包括能力和人格两个方面。一个处在清醒状态下的人,每时每刻总在感知他的周围环境,有选择地记忆他所经验过的事情,必要时会开动脑筋思考问题,进行推理,以求得出恰当的判断和结论。这里的感知、记忆、思维、推理等,统称为人的认知过程。从认知心理学的观点来看,认知过程也就是信息加工的过程。

人在认识客观事物时,总持有一定的态度,是快乐还是悲哀,是满意还是不满意,是热爱还是憎恨,是敬慕还是蔑视,是兴奋还是烦闷等,这些都是人的情感的不同表现。

人不仅要认识世界,而且要改造世界。人在改造世界的过程中,常常根据自己的意图,确立目标,制订行动计划,并在实施过程中克服困难,以达到既定的目的。人们的这类活动叫作意志行动。而支配意志行动的许多内部因素或过程,就是人们经常表现出来的意志方面的心理活动。意志这种心理活动是人类有别于动物的重要标志。

认知、情感、意志等心理活动都有其发生、发展和完成的过程，故称为心理过程。人们在日常生活中所表现出来的各种各样的心理活动，基本上都可归纳为知、情、意三种不同的心理过程。同时，注意作为一种特殊的心理状态，始终伴随着各种心理过程而存在。

心理活动的过程，是共性的，凡人皆如此。但这还只是个体心理现象的一个方面。众所周知，人与人之间千差万别，你之为你，我之为我，你我不存在绝对相同的心理。由于环境、文化、经历等各不相同，人们也就在自身的发展过程中，形成互不相同的心理特性，并表现在各人的行为活动中。心理特性包括能力和人格两个方面。例如，有人善于想象，有人善于思考，这是能力的差异。有人活泼好动，有人沉默恬静；有人反应灵活，有人动作迟缓；有人喜怒形之于外，有人喜怒不动声色；有人谦虚谨慎，有人骄傲自满；有人坚强，有人怯弱等，这是人格的差异。这种不同人之间的特殊性就是心理特性，也就是通常所说的个性心理特征。这是心理现象的另一个重要方面。

心理与行为、活动有着密切的联系。心理支配行为、活动，又通过行为、活动表现出来。因此，行为与活动也是心理学研究的重要内容。在这个意义上，心理学有时也叫作研究行为的科学，即通过对行为、活动的客观记录、分析和测量来揭示人的心理现象的规律性。

当然，我们在考察人的心理现象时应当认识到，心理现象是整体的、系统的。心理过程和心理特性是密切联系、不可分割的。既没有不带心理特性的心理过程，也没有不表现在心理过程之中的心理特性。在实际活动中，可能需要各种心理现象的不同交叉联合而发挥作用。例如，在学生的学习活动中，认知过程是影响学生的智力因素，而情感、意志及个性心理特征，却可能一同构成影响学生学习的非智力因素。这从一个侧面说明了各心理现象是相互联系、有机组成的动态系统。

2. 社会心理

人是社会的人。人作为社会的成员，总是生活在各种社会团体中并与他人结成各种各样的社会关系，如亲属关系、朋友关系、师生关系、同事关系、民族关系等。由于社会团体的客观存在，便产生了社会心理或团体心理。团体与个体一样，也有其需要、价值观、舆论、意志等心理特征。一个团体特定的心理特征使其能够在心理层面上区别于其他团体。

社会心理与个体心理的关系，是共性与个性的关系。社会心理是特定团体内个体心理特征的典型表现，它离不开个体心理；但社会心理又直接影响个体心理的形成与发展。因此，社会心理及其与个体心理的关系，无疑也是心理学的研究对象。

（二）人类对心理现象的科学认识

“心理”是人人都熟悉的字眼，心理现象也是不少人都熟悉的。但是，人类对心理现象的认识，却经历了一个漫长的过程。

在远古时代，原始人把心理现象看作是独立于身体之外的灵魂活动的结果。当人降生时，灵魂就寄居在人体内。人一入睡，灵魂便出了窍，在外面“优哉游哉”。但等到人们将醒未醒时，它又会悄悄地进入人体，人就做梦。当人们病危时，灵魂也会逃之夭夭。一旦灵魂永远离去，人也就“呜呼哀哉”了。所以当时的禁忌之一是不得喊叫熟睡的人或移动其位置，人们担心灵魂远游不及回返，或回来之后找不到躯体。这种把心理现象看作是脱离物质的灵魂的产物的见解，无疑是唯心主义的。

同唯心主义相反的，是对心理的唯物主义理解。在古代中国，就有战国末期的思想家荀子在《荀子·天论》中提出“形具而神生，好恶喜怒哀乐藏焉”，认识到精神必须依附于形体。但是，对于精神由身体的哪一部分产生，限于当时的科学水平，出现了不正确的认识。人们曾经把心脏看作是心理的器官（如亚里士多德就有这种看法），认为心理是心脏活动的产物。这种误解也反映在汉语中。人们常说“心想”“心爱”“心疼”“心烦”“胸有成竹”“满腹经纶”“心中有数”“计上心来”等；《说文解字》中，与精神现象有关的字 280 个，全部由“心”旁组成。这说明人类早期对于心理现象的认识处于表面肤浅的初始阶段。

那么，究竟应当怎样科学地认识心理现象呢？如前所述，心理就是人在醒觉状态下的感知、情感起伏、所进行的思考、回忆和对一切外界刺激的反应与行为方式。实质上，这一切都是人脑对客观现实的主观反映。具体地说，人的一切心理活动都是人脑的机能，是客观现实的反映。

1. 人脑是心理的器官，心理是人脑的机能

前面提到，在中外历史上，人类有很长一个时期把心理和心脏联系在一起，虽是唯物，却不科学。因为心脏的功能是进行血液循环，维持生命，它与人的