

◎ 21世纪教师教育用书

教师专业化背景下的 心理学教程



寒心

JIAOSHIZHUANYEHUABEIJINGXIAD
XINLIXUEJIAOCHENG

主编 吴 昕 刘 野

辽宁人民出版社

21 世纪高等学校教师教育用书

教师专业化背景下的
心理学教程

主 编 吴 昕 刘 野
副主编 杨 红 韩国海
许丽芬 柴国新

江苏工业学院图书馆
藏书章

辽宁人民出版社

©吴昕 刘野 2006

图书在版编目 (CIP) 数据

教师专业化背景下的心理学教程 / 吴昕, 刘野主编. - 沈阳: 辽宁人民出版社, 2006.2

ISBN 7-205-05874-0

I. 教... II. ①吴... ②刘... III. 心理学 - 师范大学 - 教材 IV.B84

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第 008618 号

出版发行: 辽宁人民出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷: 沈阳市第二印刷厂印刷

幅面尺寸: 185mm × 250mm

印 张: 22 $\frac{5}{8}$

字 数: 401 千字

印 数: 1~4000 册

出版时间: 2006 年 2 月第 1 版

印刷时间: 2006 年 2 月第 1 次印刷

责任编辑: 张 强

封面设计: 杨 勇

版式设计: 王珏菲

责任校对: 徐丽娟

定 价: 29.80 元

前言

一直期盼编写一本有一定质量和特色的较为新颖的适合教师教育专业学生学习的心理学教材。如今这一愿望实现了，我们由衷地感到欣慰。

目前，我国教师教育专业学生必修的教育类课程一般有心理学、教育学和各科教材教法。心理学对培养未来合格教师的重要意义是不言而喻的。其一，通过向学生传授教育教学工作所必需的心理学知识与方法，有助于提高他们未来教书育人的能力。学校的教育教学活动，必须遵循心理学规律，必须充分了解教育对象的心理特点。教师教育专业的学生只有学好并且能够应用心理学知识，才能胜任未来的教育教学工作；其二，通过向学生传授对学习科学文化知识和克服心理障碍具有指导意义的心理学知识和方法，有助于帮助他们提高学习能力，完善心理品质。所有社会成员，都应该不断提高心理素质。然而，对于师范院校学生来说，具有良好的心理素质更为重要。因为他们心理素质的状况如何，不仅关系到自身的发展，而且影响到他们在未来教育工作中培养的学生质量。许多研究表明，当代大学生中，相当比例的人存在着不同程度的心理问题。心理学有责任给他们提供指导和帮助。

然而，实践表明，目前教师教育专业的心理学课程的实际教学效果远未能体现该课程设置的價值，客观上影响了高等师范院校人才培养的目标及质量。导致高等师范院校教师教育专业心理学教学效果不尽如人意的原因很多，如对该课程的重视与定位不当，课时有限；教师教学方法与手段落后，形式呆板；学生学习态度与动机不够端正，认为学了没用又不得不学，等等。除此之外，还有一个关键的原因就是教材的问题。

高等师范院校教师教育专业的心理学教材，近年来已呈现出宽、新、实结合的发展趋势。据此，本书在内容上力求以下几个特点：（1）综合性。本书共17章（含绪论），分为五大部分。以普通心理学的理论知识为基础，以教育心理学的内容为主线，有机结合社会心理学和心理健康教育等部分内容，构成本书的结构体系。通过较为系统介绍心理学的基本理论和方法，使学生掌握系统的心理学基本知识，以适应对心理学的综合需要。（2）新颖性。尽可能反映心理学及其相关领域研究的新成果，反映我国基础教育教学改革深入发展的新要求、新问题，力求从心理学角度去研究教改实践中的新问题。（3）应用性。强调密切联系基础教育教学的实际，在内容上注重实用性，避免学究式研究；在叙述上，深入浅出，简明易学。尽可能介绍各种心理学的应用技

术和方法,既为教育教学实践提供心理学的理论指导,又使学生懂得如何调节自己的心理活动,加强自身心理素质的培养,为今后的职业作准备。(4) 可读性。本书每一章的写作体例为引言、正文、学习反馈、进一步阅读书目。其中引言旨在让学生对本章内容有概要了解并明确学习本章所要达到的基本指标;正文除在行文中注意内容的科学性、言语的通俗性之外,还设置了“知识链接”、“教育教学向导”、“心理小测验”等专栏,除文字形式外,还引证一些相关的图片、图表、数字等;学习反馈旨在帮助学生消化理解本章的重点内容,并解决相关问题;进一步阅读书目旨在满足学生拓展学习视野,深入研究的愿望。这种体例的安排,不仅使教材版式活泼,同时增加了可读性。

本书编写提纲由主编拟定,并与各位副主编讨论形成统一意见。参加本书编写人员均为长期从事该课程教学的一线教师:吴昕(绪论、第一章、第十二章),许丽芬、柴国新(第二章),许丽芬、邵海燕(第三章),许丽芬(第四章),许丽芬、赵洪朋(第五章),杨红(第六章、第八章、第十一章),韩国海、赵雪江(第九章),江勇、吴昕(第十章),刘野(第七章、第十三章、十四章、十五章、十六章)。初稿形成后,召开了统稿讨论会。最后,在各位副主编分工审稿基础上,由主编通审并定稿。

教师教育的心理学课程改革,本身是一项艰巨的工作,更是一个极大的挑战,当然惟其如此,更值得为之。我们不敢有所懈怠,本书从初稿到定稿经历了两年多的时间,在其编写过程中,我们曾在两届的师范生中作了两轮试教,后经多次反复修改。尽管如此,终因我们对教师教育专业及其对象了解、认识有限,能力、水平有限,在编写体系、内容陈述等诸多方面中出现片面、错误、疏漏难免。因此诚恳期望同行专家和使用本书的读者提出宝贵意见,使本书渐臻成熟、充实、完善。

本书编写过程中,得到了沈阳师范大学教务处和教师专业发展学院的领导与教师的关心与指导,也得到了辽宁人民出版社的热情支持;同时我们借鉴、参考和引用了国内外许多专家、学者的研究成果,在此一并表示深深的谢意。

编者

2005年11月

目 录

1 前 言

绪 论

基础心理

- 22 第一章 心理活动的生理基础
- 22 第一节 神经系统的发生、进化与心理的发生发展
- 25 第二节 脑的结构与机能
- 32 第三节 脑功能的开发
- 38 第二章 意识与注意
- 38 第一节 意识
- 42 第二节 注意概述
- 50 第三节 注意的种类及其规律的应用
- 56 第三章 感知觉与记忆
- 56 第一节 感知觉及其规律
- 66 第二节 记忆及其规律
- 77 第四章 思维与问题解决
- 77 第一节 思维
- 86 第二节 问题解决的思维过程
- 93 第三节 问题解决的思维策略
- 98 第五章 情绪与情感
- 98 第一节 情绪与情感的概述
- 103 第二节 情绪与情感的种类
- 107 第三节 情绪与情感的产生
- 110 第四节 情绪的调节
- 117 第六章 意志与意志行动
- 117 第一节 意志与意志行动概述

- 122 : 第二节 意志行动的过程
125 : 第三节 意志品质及其培养

学生心理

- 134 : **第七章 能力与创造力**
134 : 第一节 能力概述
141 : 第二节 能力差异与测量
147 : 第三节 创造力及其培养
158 : **第八章 气质、性格与自我意识**
158 : 第一节 气质
167 : 第二节 性格
172 : 第三节 自我意识
179 : **第九章 心理健康及其教育**
179 : 第一节 心理健康教育概述
183 : 第二节 青少年常见的心理问题
189 : 第三节 心理健康教育的原则与方法

学习心理

- 200 : **第十章 学习与学习理论**
200 : 第一节 学习的实质与类型
205 : 第二节 联结学习理论
211 : 第三节 认知学习理论
224 : **第十一章 学习动机与学习兴趣**
224 : 第一节 学习动机概述
234 : 第二节 学习动机的培养与激发
240 : 第三节 学习兴趣的培养与激发
245 : **第十二章 知识、技能与学习策略的学习**
245 : 第一节 知识的学习
253 : 第二节 技能的学习
259 : 第三节 学习策略的学习
266 : 第四节 知识、技能学习中的迁移
274 : **第十三章 品德形成与发展**
274 : 第一节 品德概述
277 : 第二节 品德形成与发展
291 : 第三节 不良行为及其矫正

教学管理心理

296	第十四章	教学目标设置与教学方式选择
296	第一节	教学设计概述
298	第二节	教学目标的确定
305	第三节	教学方法和教学媒体设计
313	第十五章	课堂群体与课堂纪律管理
313	第一节	课堂管理概述
318	第二节	课堂群体管理
325	第三节	课堂纪律管理
335	第十六章	教师职业心理与发展
335	第一节	教师的心理角色
341	第二节	教师的教学能力与性格
347	第三节	教师的成长与发展

绪 论



引言

什么是心理学？心理学研究些什么？为什么作为未来的教师必须学习心理学？应该怎样学好心理学？心理学能解决我们想要解决的心理问题吗？等等，这些都是教师教育过程中每个初次接触心理学的人急于想了解的问题，也是作为这门学科的开篇首先要介绍的问题。

为此，我们首先讨论心理学的研究对象、科学性质与学科体系，接着讨论心理学的研究价值与学习意义、研究程序与研究方法，最后介绍心理学的发展简史与主要流派等。这些问题的阐述意在说明全书的主旨和内容，对心理学的研究和发展进行一个整体性的介绍，以便对这门学科的概貌有一个初步的认识，为随后各章建立一个总体框架，并由此帮助大家更快地进入心理学的科学殿堂，激发对心理学的兴趣与学习积极性。

学完本章后，你应该能够：

阐述心理学的研究对象；

了解心理学的学科性质和学科体系；

理解心理学研究的价值和学习心理学的意义；

了解心理学的研究程序与方法；

简要了解心理学的学科发展过程。

2

一、心理学研究什么

（一）心理学的研究对象

每门学科都有自己的研究对象，心理学作为一门科学，自然也不例外。心理学，其英文为“Psychology”，是由两个希腊文字“Psychos”和“Logos”组成的。前者的含义是“心灵”、“灵魂”，后者的含义是“讲述”或“解说”。两者合起来就是“对心灵或灵魂的解说”。这可以说是心理学的最早定义，但历史上心理学长期隶属于哲学，该定义只具有哲学意义，并不具备科学的内涵。心理学成为一门独立学科后，经历了一百多年的发展，其界定随着发展的各个时期而有所变更。直到20世纪80年代，人们倾向于将心理学的概念界定为：心理学是研究心理现象及其规律的一门科学。

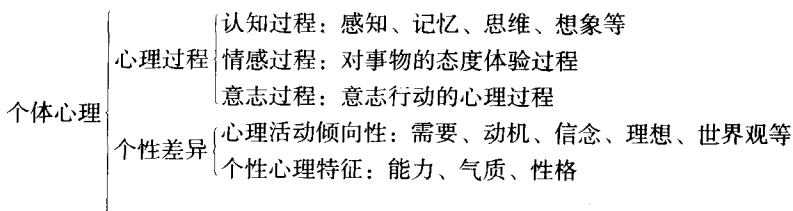
有人总结说，世界有三大谜：物质起源之谜，生命起源之谜，意识起源之谜。心理学恰恰是探索关于意识起源之谜的科学。而且，由于这第三个谜很大程度又和前两

个有密切关系，所以也使心理学成为一个更加庞大而复杂的领域，其表现形式也是多种多样的。

1. 个体心理和社会心理

心理学研究的心理现象既包括人的心理活动，也包括动物的心理现象，但重点是研究人的心理现象与行为。人的心理活动可以分为个体心理与社会心理两个方面。

个体心理 人是作为个体而存在的，如一个新生婴儿、一名十几岁的运动员、一个正在适应住宿生活的大学生等。个人所具有的心理现象称个体心理。个体心理现象异常复杂，心理学通常从两个方面加以研究（见图）：一是共同的心理过程，即个体心理活动形成及其行为表现的一般过程；二是个性差异，即人与人之间在心理活动倾向性与稳定的心理活动特性上的差异。



个体心理结构示意图

个体心理过程是人的心理现象产生和发展的动态活动过程，它由认识过程、情感过程和意志过程所构成。认识过程主要包括感觉、知觉、记忆、想象、思维等心理活动，它们紧密联系在一起，共同承担着我们对客观世界的认识。感觉是认识事物的开端，在日常生活中，我们看到一种颜色，听到一种声音，闻到一种气味，尝到一种味道，触摸到物体的软硬、温度或光滑程度等均属于感觉。单纯的感觉在生活中极少见到，我们往往把事物作为一个整体来认识。如我们看到鲜艳的五星红旗，听到催人奋进的国歌，闻到饭菜的香味，触摸到光滑的、圆圆的、硬硬的、凉凉的苹果等是知觉。感觉和知觉是同步进行，不可分开的，所以通称为感知。感知过的事物特征和属性能够以经验的形式在脑中留下痕迹，以后在一定条件下还能够再现出来，如我们看到八达岭的长城、西安的兵马俑、桂林的山水、西湖的风景等都会在大脑中留下一定的印象，再提到这些地方或名称的时候就会在头脑中呈现出有关景色。这种对过去经历过的事物的反映就是记忆。人们不仅能够通过感知直接反映事物的外部特征或外部面貌，还可以在此基础上运用已有的知识经验概括地、间接地反映事物的内在规律和特征，如反扒能手在熙熙攘攘的人群中通过扒手的一举一动的观察，可了解其内在的心理变化特征。这种通过事物的外部现象和特征认识事物内在联系和规律的过程叫做思维。我们既能在头脑中再现过去事物的新形象，又能够对已有形象进行加工而形成事物的新形象，如接到大学录取通知书的新生会在头脑中构划出未来生活、学习及工作的情景，这类心理活动过程称为想象。想象使我们的心理世界更加丰富，它以具体

形象的形式与思维协同活动,从而促进问题的解决。

人非草木,孰能无情,我们在与他人交往或认识客观事物的过程中,总会把这些人或事物同自己的需要联系起来,从而产生一定的态度,引起喜悦、愤怒、哀伤、恐惧等心理体验,这就是情绪或情感过程。如我们在观看体育比赛时,会随着比赛现场上双方赛势的变化而产生满意、兴奋、愉快或惋惜、气愤、懊丧等态度体验。

与人们的需要相联系的情绪、情感,往往使人内心产生一种力量,力图更深入地认识、接近或占有某些事物,于是,确定目的、制定计划、采取行动,实现一定的目的任务,这些心理活动就是意志过程。顽强的意志能够使人在困难面前坚忍不拔、百折不挠,沿着既定的正确目标勇往直前。

认知过程、情感过程和意志过程相互影响、相互联系,组成了人的整个心理过程。认识是情感和意志行动的基础。没有认识,人的情感就无从产生和发展;意志的整个过程也都是在认识的基础上,经过深思熟虑之后才得以进行的。情感既是意志行动的动力,又使认识活动带有一定的情感成分。意志对认识 and 情感具有控制和调节作用。意志坚强的人既能够自觉地控制自己的情绪情感,使其服从于理智,又能调节自己的认识过程,促进认识的深化。认识、情感和意志简称为“知”、“情”、“意”,它们是一个统一的心理活动过程。心理过程体现着人类心理活动的共同规律和一般特征,是心理学研究对象的一个重要组成部分。

4 个体的心理活动往往表现出比较稳定的倾向性和特征,心理学称之为个性心理,简称为个性。心理学也常常使用“人格”来代表个性心理。它主要包括个性倾向性和个性心理特征。

个性倾向性是个性心理中最积极最活跃的组成部分,是人心理和行为积极性的动力系统,决定着人的心理和行为倾向性。个性倾向性由需要、动机、兴趣、信念、理想和世界观等因素构成。个性倾向性反映了人们对周围世界的趋向和追求。例如,有的同学渴望提高学业成绩(学习需要);有的同学最紧迫的需要是加强与同学的交往;有的同学对足球感兴趣,为看一场球赛可以彻夜不眠;有的同学对业余绘画有浓厚的兴趣,为创作一幅美术作品而废寝忘食。在个性倾向性中,其中需要是个性倾向性的基础,是人心理和行为最初的动力源泉,动机、兴趣等都是在需要的基础上产生的,是需要的表现形式。世界观在个性倾向性中处于最高层次,起着主导作用,它决定着一个人的需要、动机、兴趣、理想及信念。

个性心理特征是个性心理中最稳定的特征因素,它决定着一个人的稳定的心理面貌,是把人与人区别开来的特征因素之所在,个性心理特征包括能力、气质和性格。能力是保证人顺利完成某种活动方面的特征,如聪明、愚笨等;气质体现着人心理活动动力方面的特征,如活泼、安静、慢性子、急脾气等;性格显示着人对现实的态度及与之相适应的行为方式方面的心理特性,如诚实、虚伪、勤奋、懒惰等。

心理过程和个性心理分别反映了人的心理现象的共性和个性。它们相互影响和制约,组成了个体五彩缤纷的心理世界。

社会心理 心理学主要研究人的心理。前面我们所讲到的认知、情感与意志以及个性是存在于个体身上的心理现象。但是,人总是生活在各种群体和社会团体之中,并与其他人结成各种各样的相互依存甚至依赖关系。例如,家庭关系、朋友关系、师生关系、同学关系、上下级关系、阶级关系、民族关系、国家关系等。由于各种社会关系的客观存在,便产生了社会心理或者群体心理与团体心理。社会心理与个体心理一样,存在着认识、情感、需要、利益、价值和规范等心理特征及社会行为。团体与个体一样,存在着团体需要、团体利益、团体价值、团体规范、团体舆论、团体意志、团体目的等心理特征。一个团体由于具有某些特定的心理特征而区别于其他团体。

2. 个体心理与行为

行为指有机体的反应系统。它由一系列反应动作和活动构成。任何外显的、可观察的反应动作或活动,如说话、攻击、散步等,都是人的各种不同的行为。广义上说,行为还包括机体的生理现象,如任何部位肌肉的活动,甚至神经系统的电活动。有些行为很容易被观察到,如写字、驾车等,有些行为则需要很复杂的方法和装置才能被观察,如通过脑电仪观察脑电波。

行为不同于心理,但又和心理有着密切的联系。人的心理活动是在头脑内部进行的,不能加以直接观察或度量,但往往有一定的外部表现。例如,一个人的哭或笑的行为是由其悲伤或快乐的心理活动支配产生的。所以通过对人的行为的观察和描述使我们可能探讨其内部心理活动。反过来,人的心理活动是在行为中产生,又在行为中得到表现的。一个人哭,是因为受到了打击或失去了所爱而产生了悲伤心理;一个人笑,是因为他在学习中取得了成功或得到了满足而产生了快乐心理。所以通过在一定条件下对人的行为的系统观察和分析,我们可以探讨人的心理活动的原因。

人的行为是非常复杂的,人行为的复杂性正是由心理活动的复杂性引起的。具有不同生理条件和社会条件的人,其心理活动有很大的不同,因此,不理解人的内部心理过程,就难以理解他的外部行为反应。

3. 个体意识与无意识

人和动物都有心理,但人的心理不同于低等动物的心理,在于具有意识。人的意识主要表现为对周围世界的觉察和对个体内部心理活动的知觉。我们能够认识到周围参天的大树、耸立的高楼、葱绿的草坪、亲密的朋友等人和事物的存在,这些是我们对周围现实的意识。我们既能够觉察到自己当前的心理活动,如自己正在看书学习,或者正在和同学进行着愉快的谈话;又能够觉察自己进行某种活动时的心理感受,如别人赞扬自己的时候感到高兴,而自己出现过失时感到羞愧脸红;还能够意识到自己的个性心理特点,如自己学习能力强但交往能力不足,做事精力旺盛然而缺乏耐性;这些是人的自我意识。自我意识使我们能够对自己进行认识 and 评价,从而对自己的心理和行为进行调节和控制。自我意识是个体在一定发展阶段上才出现的,它对个体的发展有着重要的意义。

注意和意识有密切的关系,注意是意识对一定事物或活动的指向和集中。注意指向的活动往往也是人能意识到的活动。注意出现在人的各种认知活动和行为中。注意的基本作用是选择信息。没有注意的作用,人就无法清晰地认识事物,也无法准确迅速地完成某种活动。

人的心理活动除了有意识之外,还有无意识现象,即在正常情况下觉察不到、从而不能进行主动调节和控制的心理现象。梦是一种典型的无意识现象。人在清醒的时候,有些心理现象也是无意识的。例如,我们能够意识到自己看见和听见了什么,但对视觉和听觉的过程却意识不到。某些动作方式起初可能受到意识的调节,但在多次反复后,便可能转化为自动化的、无意识现象。在人们的相互交往中,某种意识不到的、潜移默化的影响也是存在的。

总之,意识是人的精神生活的重要特征。人的日常生活、学习和工作,是在意识的支配下进行的。只有精神错乱、大脑损伤的病人,他们的行为才失去意识的控制,而完全为无意识的欲望所支配。但是,在人的正常生活中,也存在着无意识现象,它对人的行为也有重要的作用。因此,无意识现象也应该成为心理学的重要研究对象。

(二) 心理学的性质

6 每一门科学的性质,都是由它的对象的特殊的质的规定性所决定的。心理学的对象——心理现象的特殊的质的规定性决定了心理学是一门既具有自然科学性质又具有社会科学性质的中间科学或交叉科学。这是因为:心理学要研究心理现象的物质本体,即心理的神经生物学基础,包括不同心理现象的脑机制、脑损伤与各种心理疾病的关系、脑发育对心理发展的影响、遗传在人类行为中的作用等。心理学还研究在计算机上模拟人类的行为,如知觉和问题解决,这些成果在人工智能的研究中发挥着重要的作用。在这个意义上,心理学的研究目标和手段都和自然科学一样,具有自然科学的性质。

但是,人又是社会的实体,人的个性心理具有人类的个别性(其中包括社会历史性、阶级性、民族性等),表现出更多的受社会制约影响的一面,心理的发生和发展不能离开社会环境的影响。离开了人与人的交往,人的语言能力就不能发展起来,人也不能获得高度发展的思维能力,即使是人的感觉和知觉,如敏锐的观察力和音乐听力,也是在社会实践中发展起来的。此外,心理学还研究社会心理或团体心理,这些心理现象更是社会生活的产物。在这个意义上,心理学的研究又具有社会科学的性质。因此,在整个科学大家庭中,心理学处在中间的位置,因而可以叫做中间科学或边缘科学。

有人在社会科学和自然科学之外,提出了学科的第三大部类,即思维科学,包括逻辑学、语言学和心理学等。这些学科既不是纯自然科学,也不是纯社会科学。但它们都研究与人的思维有关的问题。在这个意义上,将心理学叫做思维科学也是适当的。

(三) 心理学的体系

1. 心理学的学科体系

现代心理学的研究范围不断扩大,已涉及到日常生活、经济贸易、人才管理、文教事业、运动竞技、医疗保健、政治军事等人类社会活动的各个方面,进入了既高度分化又高度综合的发展阶段。心理学的分支越来越多,且越分越细,在美国其分支学会已超过40个,在我国也已出现三级甚至四级分支科学。近年来,我们国家教育部颁布的专业学科设置目录和分类标准将心理学列为一级学科,同时又设有基础心理学、发展与教育心理学、应用心理学这样三个二级学科。

基础心理 研究的是心理科学中与各分支心理学有关的基础理论和基本的方法问题,以及心理发生和发展的基本问题。基础心理学的主干学科有普通心理学、实验心理学、生理心理学、认知心理学、心理语言学等。

发展心理学和教育心理学 发展心理学(又称年龄心理学)是研究一个人生命全程中心理发生、发展规律的科学,并按不同的年龄阶段又可进一步细分为幼儿心理学、儿童心理学、少年心理学、青年心理学、成年心理学、老年心理学等。教育心理学研究教育过程中的各种心理现象,揭示教育同心理发展的关系。教育心理学重点研究人类学习与教育,特别是学校教育在促进个体心理发展变化中的心理问题,包括受教育者知识与技能的掌握、道德品质的形成、心理的个别差异等,其直接关系到教育的改革、人才的培养和评价,因而具有重要意义。教育心理学又可进一步细分为品德心理学、教学心理学、学习心理学、学科心理学、教师心理学、学生心理学等。从20世纪60年代以来,发展心理学与教育心理学这两门学科在国外发展很快,已经成为当前心理学的主干学科。

应用心理学 这是心理学中迅速发展的重要领域,主要研究心理学基本原理在各种实际领域的应用。由于人们在工作生活方面的需要,多种主题的相关研究领域形成了众多的应用心理学学科。这也是现代心理学发展、繁荣的重要标志,它主要包括管理心理学、运动心理学、文艺心理学、司法心理学、政治心理学、军事心理学等。

总之,现代心理学的研究已经深入到人类实践活动和日常生活的各个方面、各个角落,分支越来越细,发展也越来越快,并且相互影响,相互渗透,共同推动了心理学的蓬勃发展。

2. 本书的内容体系

根据我们对教师教育课程的理解以及多年教育实践中体会到的学生的需求分析,将本书心理学的内容体系概括为以下几个方面。

绪论 主要包括心理学的研究对象、研究内容,研究的价值、程序与方法,发展概况以及学习这门课程的意义等。

基础心理 (第一~第六章) 主要包括心理活动的生理基础;注意与意识;感知

与记忆；思维与问题的解决；情绪与情感；意志与意志行为等。旨在阐述心理学的基础理论，揭示人心理活动的脑物质产生及变化过程，揭示个体在认识、情感、意志等方面的一般规律。对于学习心理学的人而言，是“入门”的“敲门砖”。

学生心理（第七章～第九章）主要包括能力与创造力；气质、性格与自我意识；心理健康及其教育等。本书是为未来的教师编写的，他们教育的对象是正在成长发育的中小学生，必须了解和熟悉自己的教育对象，同时他们自己又是学生，必须了解自己，不断丰富和完善自己，使自己健康成长。

学习心理（第十章～第十三章）主要包括学习与学习理论；学习动机与学习兴趣；知识、技能与学习策略的学习；品德形成与改变等。帮助学生有效地学习是教师的天职。若有效地帮助学生掌握知识技能与形成良好的品德，就必须懂得和熟练地运用学习规律。

教学管理心理（第十四章～十六章）主要包括教学目标设置与教学方式选择；课堂群体与课堂纪律管理；教师职业心理与发展等。目的是为未来的教师的教学决策提供心理学的依据和运用技术，使其教学行为建立在现代教学心理学的基础之上，并帮助教师专业成长。

二、心理学研究的目标、程序和方法

8

（一）心理学的研究目标与作用

1. 心理学的研究目标与价值

描述和测量心理现象 运用科学的语言对心理现象进行定性和定量的描述，是心理学的一项基本任务。这项工作也就是要解决“是什么”的问题。每一种心理事实都具有质和量上的特点。对心理现象进行描述和测量不仅借助于语言，而且应用数字、公式计算、量表测量、图表显示等。

解释和说明心理现象 心理学研究不能只限于对心理现象的描述，而应当从描述中进而探求其规律，也就是要解决“为什么”的问题。因此，对已知的心理现象进行分析，找出因果关系，探求心理活动的规律，是心理学研究的第二项基本任务。

心理现象存在不同层次的规律。一般来说，人们可以从生理、心理、行为和社会文化等四个层次来探究心理发生和发展过程及其特点。对人心理规律的解释和说明有赖于这四个层面理论的整合。因为，人的心理活动是一个系统，具有生态学特性，对任何一个层面的解释都离不开其他层面的影响。例如，后进生学习成绩不好，其原因可能是：在生理上，大脑内部缺少某一种物质，引起认知功能失调（这是从神经生物学角度的解释）；在心理上，缺乏成就动机和需要或者对学习持有错误的看法（这是从人本主义角度的解释），学习方法不适当（这是从认知心理学角度的解释），童年受到过重大精神打击（这是从精神分析学说角度的解释）；在行为上，其学习行为从来没有受到过奖励和鼓励（这是从行为主义角度的解释）；在社会文化方面，学校学习

风气不好,教师对后进生存在歧视等(这是从社会文化环境角度的解释)。

预测和控制心理与行为 心理学研究的第三项基本任务就是预测和控制,也就是要解决“怎么做”的问题。人的心理活动受因果关系制约,具有规律性,据此可以对心理活动做出预测和控制。例如,记忆效果不仅受学习内容的性质和记忆方法的制约,而且遗忘的进程是先快后慢。因此,可以预测识记过后的最初一段时间,学习的内容有相当一部分将会遗忘;如果及时复习,就能够巩固记忆,从而控制遗忘。

心理活动是在脑内进行的,具有内隐性,一般难以直接观察和测量。但是,心理活动的状态往往能够通过行为表现出来,而行为具有外显性。由于行为受心理活动所支配,因此人的行为也是可以预测和控制的。

行为预测必然伴随行为的改变和控制。假设心理学家能够描述和测量考试焦虑,并根据这些测量对一个人发生考试焦虑的可能性作出预测。但这当然不够,心理学家希望能有办法改变具有考试焦虑的人的行为,从而帮助他。因此,心理学家还需要根据一定的行为矫正理论,干预和改变这个人的行为以防止考试焦虑发生。

2. 学习心理学的作用

对于未来的人民教师来说,学习心理学有如下几方面的意义:

掌握人的心理规律,形成辩证唯物主义世界观 心理学研究的基本问题与哲学的基本内容息息相关。心理学通过揭示心理、意识对脑及外部客观事物的依赖关系,以及心理、意识的社会历史制约性,不仅为辩证唯物论主义关于物质第一性、意识第二性,物质决定意识的论断提供了科学依据,也为历史唯物主义关于社会存在决定社会意识的原理提供了科学依据。学习心理学有助于进一步理解和掌握辩证唯物主义哲学原理。

同时学习心理学有助于抵制和消除各种唯心主义思想的影响。心理学的理论能对神秘莫测的人的心理、意识及各种精神现象作出科学的阐释,解除人们生活、工作和学习中来自心理方面的困扰,有助于帮助人们破除迷信、纠正偏见、反对愚昧、清除形形色色的精神污染和批判各种唯心主义思想。因此,学习心理学可以为做一名合格的人民教师所应具有的正确坚定的政治方向奠定坚实的思想基础。

认识教育中的心理现象及规律,指导自己今后将要从事的教育教学工作 心理学研究并揭示人的认识过程中各种心理活动产生、发展和变化规律,可帮助大家深入了解和把握青少年学生在学习过程中信息的输入、知识的理解、知识的巩固和知识的应用及各个环节的心理活动规律,以引导学生在正确应用感知规律把握事物的外部特征及联系;科学利用思维规律认识事物的本质属性及内在的规律性联系;合理利用有效的记忆方法把所学的知识牢固地刻印在大脑中;恰当利用知识迁移的规律促进所学知识广泛地应用于社会生活实践中。从而把人类所积累起来的宝贵的知识经验转化为学生的精神财富。

学习心理学有助于认识青少年各种心理品质形成和发展的规律,提高教育质量。心理学的研究,揭示了人的各种心理品质形成和发展的规律,阐明了人的心理品质发