



新课程背景下的 公共心理学教程

叶一舵 主编



高等教育出版社

新课程背景下的

公共心理学教程

主 编 叶一舵

副主编 王东宇 李 林

参加编写人员 (以撰写章节先后为序)

叶一舵 申艳娥 罗丽芳

王东宇 黄爱玲 刘声涛

游艳华 黄向真 刘建榕

李 林 陈 源 陈晓荆



高等教育出版社

内容提要

随着基础教育新课程的实验与迅速推广,广大教师和师范生都面临着心理学知识的“充电”,公共心理学课程的内容也面临着重构,本教材就是在这一方面的重要尝试。依据新课程背景下教师所需要形成的心理学基本观念,本书分为人性观、认知观、情意观、人格观、行为观、活动观、健康观七个单元,力求使读者真正形成一种观念、一种思想、一种精神、一种实用的知识背景。本书可作为中小学教师新课程培训用书,也可作为各类师范院校公共心理学教材。

图书在版编目(CIP)数据

新课程背景下的公共心理学教程/叶一舵主编. —北京:高等教育出版社,2004.8

ISBN 7-04-014234-1

I. 新... II. 叶... III. 社会心理学—师资培训—教材 IV. C912.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第074276号

策划编辑	苏伶俐	责任编辑	岳永华	封面设计	王 雱
版式设计	张 岚	责任校对	杨雪莲	责任印制	杨 明

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 100011
总 机 010-58581000

购书热线 010-64054588
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>

经 销 新华书店北京发行所
印 刷 国防工业出版社印刷厂

开 本 787×960 1/16
印 张 21.5
字 数 330 000

版 次 2004年8月第1版
印 次 2004年9月第2次印刷
定 价 25.80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:14234-00

前言

公共心理学依然是当前师范院校和开展教师教育的其他院校的一门具有奠基性质的公共必修课。这门课程的重要性是不言而喻的，但它的教学效果却一直不尽如人意。教材难写、内容难教、学生不爱学的问题一直困扰着我们。几年来，我们一直都在试图改变这门课程的“面貌”，让学生亲近它、喜欢它，虽说有点收效，但整体状况并未改观。

2001年正式启动的新一轮基础教育课程改革，对教育学科尤其是公共教育学科提出了全新的挑战。我们真切地感受到，重建公共心理学课程的时机来临了！我们有意识、有计划地组织些公共心理学教师学习新课程、熟悉新课程，并深入课程改革实验区开展调查和专题实验研究，特别是倡导全体公共心理学教师将学习新课程、认识新课程与指导中小学心理健康教育的实践活动结合起来。以此为基础，在目标定位、课程内容和教学模式等方面对公共心理学进行了改革和探索。正是在这个过程中，我们产生了一种强烈的冲动：编写一本渗透新课程理念并能为新一轮基础教育课程改革提供心理学支持的公共心理学教材！

本教材的编写力求反映以下特征：

第一，时代性。传统的公共心理学教材，大到整个理论体系，小到具体表述，多是老套陈旧的东西，不仅学生学起来不新鲜，就是教师也教得厌烦。本教材编写则十分注重从当代心理科学研究的最新成果中筛选适合“公共课”性质与要求的内容和观点；十分注重反映新课程精神并提供新课程改革所需要的心理学的内容和观点。这使得本教材富有时代气息，具有时代特色。

第二，基础性。传统公共心理学教材大多只是专业课心理学教材的简单移植、翻版或综合，很少考虑到“公共课”的性质和特点，

致使教材内容大而全、杂而乱。本教材则以打造未来教师的心理学基本素养为宗旨,以21世纪中小学教师必须确立的心理学观念为主线,精选心理学科的基础知识和基本理论。这些基本观念和基本理论也是学生今后学习学科心理学或其他心理学以及教育教学实习的基础。

第三,实践性。传统公共心理学教材偏重心理学概念和理论的抽象阐述,片面追求心理学理论的系统化,偏离了心理学理论得以现实生长和发展的生活根基和人文轨道。这种教材缺乏感召力,缺乏对实践的有效引领,存在严重的“实践乏力”。本教材十分注重实践品质和人文关怀,全书一以贯之地体现心理学的生活观与实践观,使心理学理论的阐述一方面渗透人文精神,另一方面反映心理学对当代教育教学的现实支持以及对学生长发展的有效帮助。如此,学生在本课程的学习中应能真切感受到心理学理论的指导意义、人文关怀和现实帮助。

第四,创新性。传统的“三结合”或“四结合”的公共心理学教材,是一种或多或少显得结构僵化、体系陈旧而凌乱的教材编写模式,它缺乏生机和活力,禁锢了教师和学生的思维,抑制了新思维、新理论、新知识的输入。本教材力图在体系上冲破传统的框架模式,在结构上尝试一种全新的思维,依据新课程所需的心理学基本观念,分为“人性观、认知观、情意观、人格观、行为观、活动观、健康观”七个单元,每个单元的编写都力求使学生真正地形成一种观念,一种思想,一种精神,一种实用的知识背景。从传统的眼光来看,这或许是一本“另类”的心理学教材,但这也正是本书所追求的特别之处!

本书绪论和第十五、十六章由叶一舵撰写;第一、二章由申艳娥撰写;第三、四章由罗丽芳撰写;第五章由王东宇撰写;第六章由黄爱玲撰写;第七章由刘声涛撰写;第八、九章由游艳华撰写;第十、十七章由黄向真撰写;第十一章由刘建榕撰写;第十二章由李林撰写;第十三章由陈源撰写;第十四章由陈晓荆撰写。全书由主编叶一舵教授负责统稿。

本书的编写得到了伍新春、苏文锦、朱敏、黄汉升、许明等专家、领导的指导和支持,高等教育出版社对本书的编写也给予了热情的鼓励和具体的帮助。本书在编写过程中参阅和引用了大量其他研究人员的成果,在此一并表示深深的谢意。

本书只是重写公共心理学教材的一种尝试。由于编写者认识水平和专业理论水平的局限，这种尝试必定存在诸多缺漏和遗憾，我们恳请同行提出宝贵的批评意见。

编著者

2004年6月

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任，构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人给予严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话：(010) 58581897/58581896/58581879

传 真：(010) 82086060

E - mail: dd@hep.com.cn

通信地址：北京市西城区德外大街4号

高等教育出版社打击盗版办公室

邮 编：100011

购书请拨打电话：(010)64014089 64054601 64054588

目 录

绪论	1
第一节 心理学与我们的生活和工作	2
第二节 心理学的对象和任务	5
第三节 心理学的研究方法	11
第四节 心理学的过去、现在和将来	16
第1单元 人性观	21
第一章 心理学对人性的看法	22
第一节 现代心理学对人性的看法	22
第二节 后现代心理学对人性的理解	28
第二章 心理学的人性观与教育	34
第一节 心理学视野中的人性教育	34
第二节 心理学人性观与当代教育	41
第2单元 认知观	51
第三章 认知过程	52
第一节 注意	52
第二节 感知觉	55
第三节 记忆	60
第四节 思维	67
第四章 认知学习	73
第一节 知识与知识学习	73
第二节 学习策略	78
第三节 知识的应用与迁移	86
第五章 智力与创造力	90
第一节 智力与智力开发	90
第二节 创造力与创造力培养	105

第3单元 情意观	113
第六章 情绪情感与学生发展	114
第一节 情绪与情感	114
第二节 青少年学生情绪情感的发展	119
第三节 青少年学生情绪情感的培养	125
第七章 意志与学生发展	133
第一节 意志与意志品质	133
第二节 意志行动的分析	136
第三节 青少年学生意志发展特点及培养	142
第4单元 人格观	151
第八章 人格差异与学生发展	152
第一节 人格及其影响因素	152
第二节 人格与学生发展	159
第九章 气质与性格	168
第一节 气质	168
第二节 性格	176
第十章 人格教育	184
第一节 当代教育视野中的人格教育	184
第二节 学生健全人格的培养	189
第5单元 行为观	203
第十一章 行为的基本原理	204
第一节 行为动力	204
第二节 行为类型	209
第三节 行为改变	215
第十二章 师生行为	221
第一节 教师的课堂行为	221
第二节 学生的课堂行为	229
第三节 师生课堂问题行为的控制与矫正	232
第6单元 活动观	241
第十三章 活动与心理发展	242

第一节	活动的心理学原理	242
第二节	活动的心理价值	248
第十四章	学生的主要课余活动及其指导	257
第一节	交往活动	257
第二节	休闲活动	267
第三节	团队活动	272
第7单元	健康观	279
第十五章	健康与心理健康	280
第一节	健康观的演变	280
第二节	心理健康及其标准	282
第三节	学生心理问题与学生心理健康机理	290
第十六章	学校心理健康教育	297
第一节	当代教育视野中的学校心理健康教育	298
第二节	学校心理健康教育的目标、内容和途径	302
第三节	心理健康教育在学科教学中的渗透	309
第十七章	教师的心理健康	316
第一节	教师的心理健康及其意义	316
第二节	教师心理健康的维护与促进	323

绪 论

我们正生活于心理学的时代……对于千百万人来说，心理学已成为一种爱好、迷恋，甚至是信仰。

——达阿尼·P.舒尔茨

我们可能很难想象,心理学家竟能够使一名心因性失明五年的人在十几分钟内又重新回到光明的世界;很难想象心理学家会使一个耗资二百万美元的全美国注目的审判无效;很难想象心理学家可使一种原来令人厌烦的工作变得受人欢迎;很难想象心理学家只间接提供理论上的建议,就可以使父母在十天内改变孩子的任性;更难以想象,心理学家的意念技术参与晚期癌症病人的治疗,可使之康复。^①而这些都是很难想象的恰恰都是已经发生的真实。

目前,心理学大概是最吸引人的学科之一。我们在日常谈话中经常使用“心理学”一词;在报刊上经常可以读到有关心理学的文章;在广播电视节目中也经常可以收听收看到有关心理学的内容;在书店里更经常可以购买到有关心理学的读物……我们正生活于心理学的时代。

那么,心理学究竟和我们的日常生活,特别和师范生未来的教育工作有着怎样的关系?作为一门科学,心理学是研究什么的?它的研究工作又是如何进行的呢?明确认识这些问题,是师范生学习、研究和应用心理学的良好开端。

第一节 心理学与我们的生活和工作

心理学也许是现代生活与工作中人们最广泛涉及的主题,因为人的生活与工作的各个方面都离不开心理学,都需要心理学的知识和帮助。

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人的心理活动。例如,“你”、“我”两个人谈话时,“你”总在分析“我”心中

^① [美] 达阿尼·P. 舒尔茨著,李德伟等译:《应用心理学》,广西人民出版社1987年版。

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,为的是使自己在更高、更健康的水平上生活。目前在我们国家蓬勃发展的“心理诊所”、“心理咨询中心”、“青春热线”、“心理健康热线”等,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,为的是使它们的操纵更容易、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: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,我们正处在改革和巨变的社会之中,心理学已愈来愈多地

被应用于社会生活实践的各个领域：经营管理好企业，离不开心理学；安全地交通运输，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。今天的师范生就是明天的教师，而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。师范院校的培养目标是合格的中小学教师。中小學生不仅有区别于其他年龄阶段个体的心理特点，有区别于其他年龄阶段个体的认识问题和情感体验的方式，而且存在着年级差异。这些是搞好教育教学和进行因材施教的出发点，是教师提高工作效率的重要心理依据。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的规律”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中小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？这当然不是一二个因素决定的。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，都是符合学生的心理活动规律的；失败了，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，从而提高以后工作的自觉性。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，并针对具体情况进行教育，才能取得显著效果。其三，它有助于提高教书育人的技巧性。教学是一种艺术，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作用和价值，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 心理学的对象和任务

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

心理学是研究人的心理现象发生、发展规律的科学。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，必要时需开动脑筋思考问题，进行推理，以求得恰当的判断和结论。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，还要改造世界。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。人们的这类活动叫做意志行动。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其他动物的重要标志。

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，并表现在各自的行为活动中。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，有人怯懦等。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，心理学有时也叫做研究行为的科学，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，我们在考查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，却可能一起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之间是相互联系、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、意志等心理特征。一个团体的特定心理特征能够使其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，心理现象也是人人都熟悉的。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。在战国末期，思想家荀子在《天论篇》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