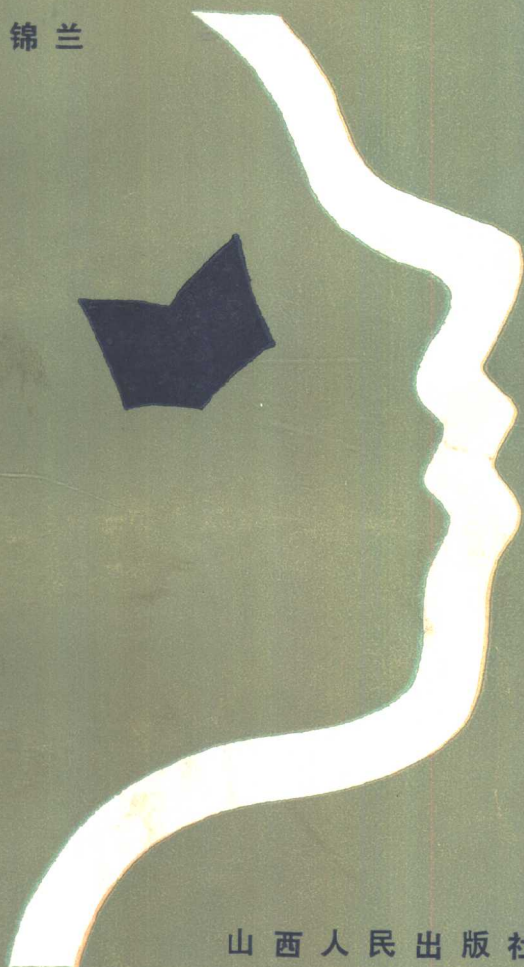




李耀国 李锦兰

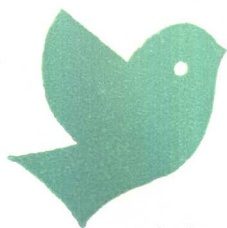


山西人民出版社

学生心理与教育

85428

G44/34



李耀国 李锦兰

学生心理与教育



北体师 B0015590



山西人民出版社



学生心理与教育

李耀国 李锦兰

*

山西人民出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 山西省七二五厂印刷

*

开本: 787×1092 1/32 印张: 7.75 字数: 164千字

1984年10月第1版 1984年10月第1次印刷

印数: 1—13,000册

*

书号: 7088·1183 定价: 0.83元

前 言

教育好新一代，这不仅是人民教师的责任，也是做母亲的、乃至每一位公民，都不应推卸的社会职责。因为，教育好新一代，是关系着祖国四化的前途和民族兴衰的大问题。怎样才能教育好青少年一代呢？教育青少年的工作是一门科学，科学是有规律可循的。而教育工作的客观规律不外就是，社会规律和青少年心理发展的规律。遵照党的教育方针，按照教育工作的客观规律办事，就能把青少年培养成为有理想、有道德、有文化、守纪律的一代新人。

为了使广大中小学教师和学生家长，能更快地学习和掌握一些心理学知识，我们以讲座的形式，编写了这一本普及和提高相结合的读物。为了便于读者学习，本书尽量避免专业心理学书籍中常常使用的一些难解的术语，从教育工作实际中提出问题，然后上升到理论上加以分析，力求浅显易懂。

在编写过程中，我们尽量采用了国内外学术界的新观点、新资料、新方法、新语言，没有步传统观念之后尘；而在体系安排上，也没囿于常例，作了一些新的尝试，每一讲既独立成章，全书每讲之间又保持一定的完整性。力求阐述清楚明了，便于读者自学。

科学是无止境的，实践在不断地发展着。这本书一定会

存在着许多缺点，甚至是错误的内容。为了促进教育科学的发展，为了提高本书的质量，恳请广大读者提出宝贵意见，以便不断改进。

本书的编写，始终得到辛治华教授、陈云清副教授的关怀和指导，吴育桂副教授在百忙中对全书逐字审阅，提出了很多宝贵意见，作者都参照进行了修改。本书写出初稿以后，又多次组织座谈，征求广大教育工作者和学生家长的意见。这本书能够和读者见面，是与他们的鼓励 and 热心帮助分不开的，特致以衷心的感谢！在编写过程中，我们还参考了国内外有关心理学专著和文献资料，有的还作了重点引用，在此谨向原作者致以谢忱！

本书主要阅读对象是中小学教师，以及广大的学生家长、教育行政干部、师范院校的学生，也可供教育科研工作者、儿童医务保健人员、幼教工作者和工会、妇联、共青团的干部参考使用。

作者1982年2月于太原

目 录

第一讲 心理学与教育工作	(1)
一、什么是心理学.....	(1)
二、怎样研究学生的心理.....	(14)
三、心理学与教育工作.....	(20)
四、展望心理学发展的前景.....	(25)
第二讲 中小学生心理发展的特点	(28)
一、小学生生理、心理发展的特点.....	(30)
二、中学生生理、心理发展的特点.....	(59)
第三讲 教学过程的心理分析	(81)
一、怎样激发学生的学习动机.....	(81)
二、怎样集中学生的注意力.....	(94)
三、怎样帮助学生领会知识.....	(100)
四、怎样增强学生的记忆力.....	(111)
五、怎样防止学习中的疲劳.....	(144)
六、怎样发展学生的智力.....	(154)
第四讲 思想品德教育的心理学问题	(168)
一、学生思想品德是怎样形成的.....	(168)
二、思想品德教育中的几个心理学问题分析.....	(173)
三、学生不良品德的心理因素.....	(177)
第五讲 心理卫生与教育工作	(184)

一、什么是心理卫生·····	(184)
二、情绪与教学工作的关系·····	(188)
三、人格与教学工作的关系·····	(195)
四、劳动与心理健康·····	(205)
五、性教育与心理健康·····	(208)
六、青少年学生心理疾病的治疗·····	(211)
第六讲 教师对学生心理发展的影响·····	(215)
一、教师的心理特点·····	(215)
二、教师的才能·····	(219)
三、教师的机智·····	(226)
四、教师的威信·····	(229)
五、教师的劳动是创造性劳动·····	(232)
第七讲 家庭教育与心理学问题·····	(236)
一、家庭教育是人的心理发展的基础·····	(236)
二、家庭教育的心理学分析·····	(240)
三、父母亲的心理规范·····	(242)

第 一 讲

心理学与教育工作

人们无论做任何事情，总想做得很出色，比如：你如果是一名运动员，就总想胜过对手，夺取冠军；既使你在消闲时与别人下下棋，也总想制胜对方；当教师的就更是想法教好学生，升学时，人人都考得呱呱叫；如此种种。而要做到这一些，也并非难事，俗话说：“知己知彼，百战不殆。”就是这个道理。教师要想教育好学生，只有明于知己，暗于知彼，善于观察学生的心理状况，进而采取适当的教育方法，就能不断取得教育上的成功。因此，教师在进行教学活动的同时，要细致地研究学生的心理活动与变化规律，才能有效地指导他们的学习，不断改进教学，提高教育质量，为全面贯彻党的教育方针，培养社会主义现代化建设人才服务。

一、什么是心理学

在许多人的心目中，包括许多没有受过师范教育而从事教学工作的同志，认为心理学是一门神秘莫测、枯燥奥妙的学问，令人望而生畏。其实不然，心理学是人类研究自己本身的一门基础科学。它是一门关于人的心理发生、发展规律的科学。

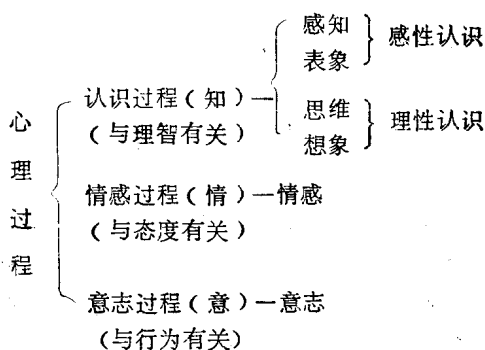
心理学研究的对象就是人的心理现象。

所谓人的心理现象就是人的精神现象，只要我们在清醒状态，就会对外界刺激随时产生相应的反映，例如，我们教师，看到欢蹦乱跳的学生，听到他们悦耳的歌声，记住每一个学生的名字，想象着他们的美好的未来，思考着如何因材施教，由此感到欢欣鼓舞，重任在肩，暗暗下决心，备好课，教好学生，决不辜负党和人民的期望。这里所谈到的“看到”、“听到”、“记住”、“想象”、“思考”、“欢欣”、“决心”、“期望”等等都是心理现象。

人的心理现象表现形式很多，在心理学上概括地分为两个方面。

(一) 心理过程

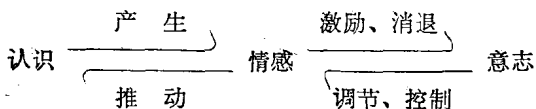
所谓心理过程就是指人的心理活动的发生、发展和完成。人最基本的心理过程是：认识过程、情感过程，意志过程。认识、情感、意志三个过程组成了人的心理活动的基本内容，如下表：



注意记忆：交织于各个心理过程

认识、情感、意志三个过程，是不断变化发展的，是相互

联系制约的，融合在统一的心理活动中，它们的关系如下表：



这个图表的意思是说，情和意的关系比较清楚？情生意、意生情，有情必有意，有意必有情。情意产生的基础都在于认识，而认识的起点是感知，认识的核心是思维。人们在认识、对待或处理各种人、事、物的关系时，都进行着同一心理过程，可以说：人同此心，心同此理。

（二）个性心理特征

由于人们的生活条件不同，人们所受的教育影响不同，还有人们的遗传素质的差别，所以就形成了每个人在心理活动上的某些比较稳定的特征，这些特征包括人的气质、性格、兴趣和能力，心理学上叫作个性心理特征。

具体来说，气质表现一个人活动的风格，性格决定活动的态度，兴趣反映活动的倾向，能力标志活动的水平。这四个方面在质和量上各种不同的组合，就构成了千千万万的个性差异。反过来，又影响一个人的认识、情感、意志和行为。可见，人的心理活动的某一方面的表现，都不是孤立的，而是彼此紧密地联系着的。

对于教育工作者来说，人的个性的四个方面，特别应当重视，因为在对学生进行品德培养方面起核心作用的是性格；在智力发展方面起核心作用的是能力；气质使一个人的活动富于个人色彩和风格；良好兴趣的培养，对儿童的发展至关紧要，为当今中外学者所注重。

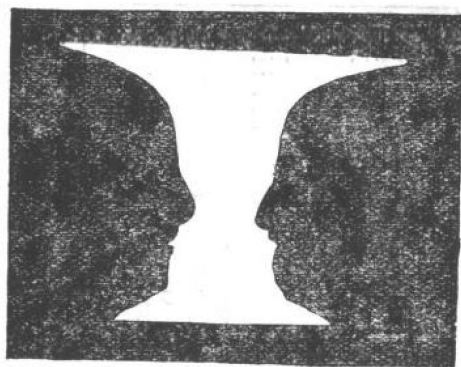
心理现象虽然是极其复杂的，但它和其它一切自然现象和社会现象一样，是可以被认识的。这不仅是因为心理现象是人们最熟悉的主观能体验到的现象，更重要的是因为心理现象的发生和发展是有规律可循的。一般说，心理过程从心理现象的组成看来，它有始有终，着重于心理现象的共同性；心理特征则从心理现象的表现进行分析，它着重于心理现象的差异规律。下面我们通过一些具体事例，简单地介绍一下这些基本的心理学概念。

人凭耳目口鼻皮肤五种感觉器官，直接和客观事物相接触，我们用眼睛感受光和颜色，用耳感受高低、强弱的声音，用舌头感受酸甜苦辣等味道，用鼻子感受香或臭的气味，用皮肤感受冷热粗细软硬等性质。人们不仅能感觉和知觉（心理学上简称感知）自身以外的客观事物的属性，还能感受自己身体内所发生的变化，比如，躯体的运动和位置，内部器官的工作状况等。平时人们常说：“你感觉怎样？”即要你回答对某一事物的认识。这个“感觉”实际就是我们这里说的“感知”。

感知觉是最简单的，但它是人们认识周围世界的开始，一切高级、较复杂的心理现象，都是在感知觉的基础上产生的。人们的感知觉往往受某一感受对象与其背景的影响。比如，教师在黑板上写字，黑板上的字就成为学生知觉的对象，其它物品就成为背景，知觉对象和背景的相互转换，还可以通过下图说明。

我们在把对象从背景材料中分出时，受下列条件影响。

1. 对象与背景差别越大越容易区分。比如，夜间的灯光，灯光与周围黑暗之间差别很大；尖叫的警车与别的车辆



对象与背景转换的双关图形

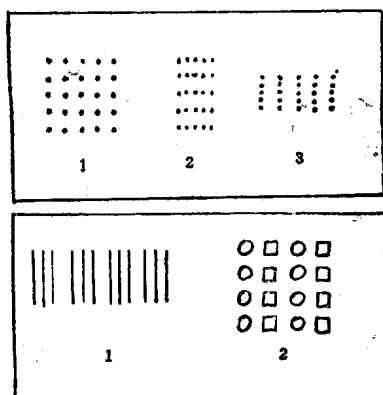
的鸣叫差别很大，所以，很容易被人们区分出来。

2. 在固定不变背景上运动的物体容易被知觉为对象。比如，夜空中的流星，快速行驶的车辆，运动场上的各种竞赛活动。

3. 物体各部分的组合是分出对象的重要条件。我们观察一下6页上面的图形，由于1组各点子间横竖相等，就很容易把它们确认为一组；2组各点子间横的方向接近，看起来组成横列；3组各点子竖的方向接近，看起来组成竖行。

我们再看一下6页下面的图形，人们很自然的会把竖着的直线条，按距离上的接近，分成四组。而又会把圆形和方形看成彼此间隔开的圆形与正方形的直行。这就是视野中的接近或相似，容易合成一组，与其它物体区分开。

从背景中分出对象的规律，在社会实践生活中有着重大意义。根据这些规律设计交通中的信号标志、航海中的航标灯，军事中的伪装设施。在教学方面，教室的布置应符合知



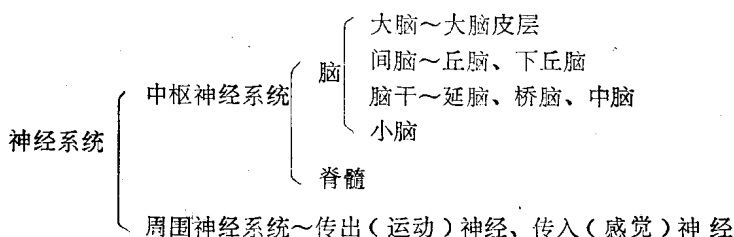
图形的接近或相似后组成对象中的作用

觉的规律，比如，黑板的周围尽量不要有鲜艳的图画，以便突出正中间的黑板；黑板褪色应及时上色；直观教具的设计与安排应重点突出，关键部分可以使用活动装置；教学时注意配合使用幻灯片、投影机、教学影片、演示实验等，这些都能使学生易于获得清晰的感知形象。

利用这一规律，教师还应该注意讲课时的声音高低，也就是应有抑扬顿挫；分析课文时，要注意章、节、行分清，便于学生记忆；教唱歌时，要注意拍节，等等。只有明白这一人类认识周围世界的基本规律，才能在组织学生学习时，收到更良好的效果。

人们在现实生活中，特别是在教学活动当中，不可能事事都从直接感知开始，而且每一次都重复过去感受的对象，这样人类就无法生活了。事实上，人脑是一块极其复杂而精细的物质，列宁把它称做“以特殊方式组织起来的物质。”

(《列宁全集》第14卷第238页)。脑是神经系统的重要组成部分，脑的活动是通过整个神经系统来完成的。人的神经系统的基本组成部分如下表：



心理是人脑的机能。人脑调节着人的全部行为。人的行为通过认识可以提高，也就是通过教育，把过去已经得到的经验不断改进、不断提高，对于所感觉的东西，知道了它的意义，于是我们就有了知觉，当我们把感知过的事物的形象在大脑里回忆时，便形成了表象，如果这种表象能长期保存下来，这种心理活动就叫记忆。在认识过程中，还要集中精神在某种事物上，使得印象更加清晰、完整，这又形成了注意。在外界现实刺激物的影响下，在头脑中对记忆的表象进行加工改造，从而形成和创造出新形象的心理过程就叫作想象。当你把已有的知识，采取分析、综合、抽象和概括，进而对事物的本质和内在的规律达到一定的理解，并由此进行比较、推理和判断，就形成了思维。比如，我们早晨起来看到天空阴沉沉的，这是知觉，与过去阴天总是下雨(或下雪)相联系，于是决定出门上班时要带上雨伞，这就是思维活动的结果。思维属于认识的高级阶段，它和语言密切联系，由于人类思维最主要的特点就在于使用语言，这就形成了人类

特有的认识活动。所以，语言对于思维的作用极为重大，只有不断丰富学生的语言，才能发展他们的思维能力。

人在认识客观事物的时候，决不是无动于衷的，总要表现出一定的态度，感到满意或不满意，愉快或不愉快，喜爱或厌恶，亲切或是恐惧，友谊或是妒嫉，欢喜或是愤怒，这些表现为主观态度或体验的心理现象称为情感或情绪。象责任感、自豪感、正义感、理智感等心理活动，都是情感过程的活动。

人在与周围环境相互作用时，不仅认识事物，产生情感，还要采取行动，或是积极地进取，或是消极地回避，总是自觉地克服困难来达到预定目的，这种心理活动称为意志。

认识、情感、意志三种心理过程，简称知、情、意。它们是相互联系，又相互促进的，是统一的心理活动的三个不同方面。情感、意志伴随着认识而发生，没有认识便没有情感、意志的表现。我国古语说：“知之深，爱之切”表达了认识对情感的影响。但是，日常生活中，情感、意志影响认识的事例也不少。比如，有的学生对某一门功课不感兴趣，不肯积极学习，不管老师讲得多么生动、有趣，他也听不进去；而那些学习目的明确、渴望攀登科学高峰的学生，即便学习条件差一些，他也能够自觉地努力学习，而有所成就。象张海迪能主动地学习知识，不到五年的时间里，自学完部分中学、大学的课程，并学习了三门外国语，翻译出几十万字的外国文学作品。

在人的心理活动的各个方面，有一个具有动力特点的心理活动，就是气质。俗话说：“人心不同，各如其面”指的就是这方面的表现。在日常生活中，有的学生每逢考试都表现出激动不安，情绪兴奋性高，具有外向性；有的人精力充

沛，情绪兴奋性高而强烈；有的人动作迟缓、反应速度慢，具有内向性；有的人不够生动活泼，对外界刺激反应不强烈，这些心理现象，我们平常称之为性情或脾气，其实就是心理学上讲的“气质”问题。气质是人的一种典型而稳定的个性心理特征，它表现在一个人各种行为活动的方式中。气质虽然是人的个性中一种相当稳定的心理特征，但它具有可变性和可塑性，生活条件、教育条件是变更气质的条件，而教养训练则是塑造气质的方法。在日常教育活动中，只有全面贯彻党的教育方针，才能改变人的气质和心理特征，成长为有社会主义觉悟，有文化教养的一代新人。

按照巴甫洛夫的观点，人的基本神过程是兴奋和抑制，不同人的兴奋过程与抑制过程有不同的特点。因为有了兴奋，才能引起相应的器官、腺体和肌肉的活动。比如说，做早操的时候，由于大脑皮层的运动神经中枢发生兴奋，于是支配四肢进行运动。又因为有了抑制，才可能停止相应的器官、腺体和肌肉的活动。比如说，晚上睡觉的时候，大脑皮层的运动神经中枢产生了抑制，所以，四肢也就停止了活动。在兴奋和抑制的基础上，又出现了“扩散”和“集中”，这就是说，兴奋和抑制并不停留在一个部位上，它先向四周扩散，以后又集中到原来的部位上。因为有了扩散和集中，才能形成暂时神经联系。比如说，学生学写字，字有许多笔划，在脑中每个字的笔划的兴奋扩散，就形成了这个字的暂时神经联系，字的笔划动作也被联系起来。开始写字的时候，可能写得不怎么工整，经过反复练习，由于神过程的集中作用，慢慢就写工整了。在兴奋和抑制的基础上，又出现了相互诱导。在大脑皮层某个区域发生了兴奋过程，它的

周围可以引起抑制过程。相反，大脑皮层某个区域发生了抑制过程，在它的周围也可以引起兴奋过程。因为有了相互诱导，才有可能使我们的注意集中，不受外界干扰。

人的兴奋或抑制在神经细胞之间的相互传递是靠某些生物化学物质来形成的。例如，“乙酰胆碱”、“去甲肾上腺素”、“多巴胺”和“五羧色胺”，等等。由于这些生物化学物质的作用，使得人们产生不同的气质特征。希波克拉特在公元前五世纪根据他的医学实践提出，人的气质有四种类型，即：多血质、胆汁质、粘液质和抑郁质。为了便于教师和家长了解人的神经类型与心理特征，并能针对性地进行帮助与教育，用表总括如11页表。

表内所谈关于人的气质类型上的特点，流传颇久，影响深远。但在实际生活中，判断一个人的气质时，主要是观察和测定他具有那些气质特征，而不一定要把他划进某种气质类型里去。

气质类型没有好坏之分，不能把某些气质看作是积极的或消极的，每种气质都有其积极或消极的方面。在实际学习或工作中，一个人可能显示出气质方面的某些特征，而在另一些学习或工作中，又容易表现出气质上的另一些特征。

气质是人的个性心理特征的一个重要方面，性格又是在一个人的个性中起核心作用的心理特点。人在对待社会、集体，对待个人、家庭，总有自己的态度。其中，有的是一时性的，有的则是经常性的。性格不是指那些表现在一时性的态度或偶然性的行为中的心理特点，而是指那些表现在经常性的、比较稳定的态度和各种行为习惯中的心理特点。一个人在某次活动中表现出能够克服困难，还不能说他坚强，只