

对分课堂教学手册丛书

丛书主编 张学新

对分课堂之

The PAD Class
for College
Psychology

大学心理学

王雨晴 安桂花 温婷婷 徐含笑 等 著

 科学出版社

对分课堂教学手册丛书

丛书主编 张学新

对分课堂之

The PAD Class
for College
Psychology

大学心理学

上海市教育委员会2014年上海高校特聘教授（东方学者）岗位计划支持

王丽晴 安桂花 温婷婷 徐含笑 等 著

科学出版社

北京

内 容 简 介

在泛在的智能环境下，课堂教学在理念和方式上正在发生深刻变革。对分课堂是张学新教授基于教育心理学诸多原理提出的中国原创教学模式，是师生共同建构的既有秩序又有自由创造的课堂，是将时间按照学习阶段合理分配，可以随教学内容、对象、条件和目标而灵活变化的转知成智的课堂。

本书以教育心理学、普通心理学、实验心理学等六门课程为主线，基于对分课堂的理念，重构了不同课程的教学目标、内容、课堂活动方式和评价方式，展示了相应课程的典型设计模式及其实例，分享了教师和学生的成长和反思，以期给读者以最具体、最生动的引导和启迪。

本书适合高等教育、职业教育和基础教育的教师、教学管理人员，以及教育培训机构培训人员、师范院校学生阅读。

图书在版编目(CIP)数据

对分课堂之大学心理学/王雨晴等著. —北京：科学出版社，2017.6
(对分课堂教学手册丛书)

ISBN 978-7-03-053876-5

I. ①对… II. ①王… III. ①心理学-课堂教学-教学研究-高等学校 IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 153556 号

责任编辑：乔宇尚 崔文燕 南一荻/责任校对：樊雅琼

责任印制：张 倩/封面设计：黄华斌

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码：100717

<http://www.sciencep.com>

三河市骏杰印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2017 年 6 月第 一 版 开本：890×1240 1/32

2017 年 6 月第一次印刷 印张：7 3/8

字数：200 000

定价：29.80 元

(如有印装质量问题，我社负责调换)

对分课堂教学手册丛书编辑委员会

主 编 张学新

副 主 编 陈湛妍 王雨晴 董宏革

编写人员 (按姓氏拼音排序)

安桂花	安剑群	鲍丽娟	本志红
蔡秋文	曹浩智	陈慧娟	陈妙玲
陈瑞丰	陈修文	丁丽红	冯 锵
龚 雯	韩宝红	韩秀婷	何 玲
贺 红	胡 真	黄 莺	黄锦标
黄天锦	黄向前	姜梅芳	李 莉
李道琴	梁 琨	刘明花	刘明秋
刘志平	马莉莉	马珊珊	马迎红
闵紫雯	宁建花	孙 帆	孙桂秋
孙欢欢	孙卫红	孙小春	谭永定
田 青	王继红	王建勋	王文娟
王晓玲	王银珠	魏 波	温婷婷
吴金枝	徐含笑	杨 红	杨建新
杨丽萍	杨永华	姚海洪	岳梦琳
岳喜凤	张长君	赵婉莉	郑隆慧
钟 铃	周 瑾		

丛书序

个性化时代中国教育的新探索

一、令人惊喜的新型课堂

“对分课堂”是我提出的一种新的教学模式。形式上，它是把课堂时间一分为二，一半留给教师讲授，一半留给学生进行讨论；实质上，它是在讲授和讨论之间引入一个心理学中的内化环节，使学生对讲授内容吸收之后，有备而来地参与讨论。

这样一个看似简单的设计，却取得了惊人的效果。2014年春，我首次在复旦大学心理系的本科生课程上实践对分课堂，受到学生的欢迎。随后，对分课堂不胫而走，迅速传播到全国大部分省（自治区、直辖市），甚至传到非洲，在对外汉语教学中也取得了显著成效。两年间，借助互联网和使用者的口碑，对分课堂风行全国，在数百所高校的上千门课程中得到应用，覆盖人文、理工、医学等多个领域及外语、音乐、美术、体育等多个学科，被列入教育部和上海市教育委员会教师培训项目，获批上海市本科教学改革重点课题。同时，对分课堂也迅速进入基础教育领域，从小学一年级到高中三年级都涌现出了很多成功的案例，得到众多一线教师、特级教师和校长的高度认可，被誉为“魔力课堂”，被列入上海市教育委员会“十三五”基础教育教师培训的网络课程。另外，各地教师以对分课堂为题，获得140多个教学改革立项，包括36个省级课题，其中31个来自高校，5个来自中小学。

各地学校相继组织关于对分课堂的讲座和培训，总数超过百场，覆盖教师群体上万人。常常是一场讲座下来，教师激情澎湃，学校

领导当场认可，随后在全校推广。很多时候，一次课下来，教师立刻感受到对分课堂的好处，一个学期下来，学生的成绩大幅提升。在成绩之外，更重要的是开心的学生、快乐的教师、活泼的课堂氛围、融洽的师生关系和令人满意的教学效果。教学的众多美好的理想在对分课堂上一一成为现实，幸福来得太快，令人不敢相信。运用对分课堂，教材不变、大纲不变、进度不变，不花钱、不买设备，好学、易用，效果常常立竿见影。对分课堂真有这样神奇吗？如果有，该如何操作？对于这些问题，本套丛书尝试给出一些参考性的回答。

二、对分课堂的核心理念

现代教育制度的核心标志是夸美纽斯于 1632 年建立的班级授课制。班级授课制的基本教学模式是讲授法。讲授法能实现系统、高效的知识传递，迅速培养大量专业性人才，是与工业化时代相适应的教学模式。然而，在讲授法之下，学生只是被动地接受，主动性得不到发挥，能力无法得到提升。在后工业化时代，社会资源十分丰富，个人自由度大幅提升，社会生活的网络关系变得前所未有的复杂，千人一面、缺乏个性的教育，固守传统、不能创新的教育，高高在上、脱离现实的教育，日益受到诟病。这时，全世界的教育都面临着五个重大挑战，即如何促进个性化发展，如何培养社会责任感，如何增强和谐相处能力，如何培养创新能力，如何回应社会高速发展中不断产生的现实需求。

从 20 世纪初开始，全世界进行了很多教学改革，最为成功的是在美国被广泛实践的合作学习。常见的研讨式教学、问题式教学（problem-based learning, PBL）、案例教学、高效课堂、自主课堂等都是合作学习的变种，其核心特点是通过讨论，提升学生的参与性和主动性。然而，虽经近百年的探索，对合作学习的应用仍然有限，合作学习也没有取代讲授法，主要原因在于讨论式课堂牺牲了系统性的知识学习，讨论的质量和效果常常无法得到保证。

对分课堂通过对内化和吸收过程的强调，实现了讲授法和讨论法两大教学模式的整合：讲授是为了基于独立思考的内化，而内化的成果则通过社会化学习在讨论中得到展示、交流和完善，既保证了知识体系传递的效率，又充分发挥了学生的主动性。

从对分的角度看，讲授法的问题在于过分强调了教师的权威，压抑了学生的个性，而讨论法的问题在于，过分强调学生的权利，造成了教学秩序的混乱。本质上，对分课堂重新分配了教学中的权利与责任，它赋予学生应有的权利，让学生承担应尽的责任，体现了对学生最大的尊重，为课堂营造了一种民主、对话、开放、自由的氛围，也因此使课堂变得和谐、舒畅、充满乐趣、生气勃勃。人类的文明已经进入了一个新时代，对分课堂顺应人性，释放人的潜力，张扬个性，孕育创造，为探索后工业时代的教育范式提供了新思路，有可能会显著促进社会经济文化的发展。

三、理实交融的教学改革

对分课堂看起来简单易行，实际上非常考验教师的能力。有的优秀教师运用对分方法，课堂瞬间焕发光彩，也有很多教师心生羡慕，却不知如何下手。出现这样的情况是十分正常的，因为一种新的教学模式能够最先实践成功的一定是少数教师，与其他教师相比，他们更有思想、热情和勇气。即便是这些教师，由于对分课堂带来教学理念根本性的颠覆，他们在初期也会犯很多错误，如武侠小说中段誉使用的六脉神剑，时灵时不灵，不能充分发挥对分课堂的力量。对分课堂不是一两个环节的改变，而是整个教育、教学理念的全面变革，在简明的操作流程背后，蕴含着极其丰富、深刻的心理学、教育学原理，需要教师慢慢体会。对分课堂的运用是低门槛、无上限的，任何人都可以用，但能否顺利运用或取得较好的效果，要看个人的理解和素养。

作为一个范式，对分课堂在各个学段、学科的运用，需要先锋

教师在实践中逐步探索，形成具体的操作细则，再尝试在更广泛的教师群体中运用、验证、完善。2016年春节，我觉得应该汇集前期对分课堂实践的经验，为关注对分课堂的广大教师提供参考。于是，我便邀请一些在对分课堂教学中取得一定实践成效的教师（来自13个省份29所学校的共65位教师），开始编著本套丛书。丛书汇集了集体的智慧，尽可能请多位教师合作，取长补短。第一批计划出版17本，包括总论和16本分册，覆盖11类高校课程和5类中小学课程，分别为“高校思想政治理论课”“大学英语”“大学心理学”“高等数学”“医学护理学”“高校艺术类课程”“研究生公共英语”“对外汉语”“高校体育类课程”“大学生物学”“第二外语辅修与专业课程”和基础教育的“高中语文”“高中英语”“高中数理化”“中学地理”“初中英语”。总论侧重于理论分析，分册则针对具体学科，详细介绍对分课堂在具体学科中的操作流程和要点，帮助一线教师在自己的教学实践中迅速、成功地运用对分课堂。

在全世界范围内，教育改革成功的案例并不多，其中一个主要原因是教育改革常常从理念出发，而从理念到实践还有很大的距离。对分课堂从可操作的方法出发，确认有效果后再进行推广，基于大量实践进行理论提升，再用理论去指导实践，符合人类认识发展的根本规律。对分从一开始就是一个高度实用的操作流程，注重细节和完整性，先形成一个可用的版本，然后通过大量实践，汇集集体智慧，发现问题、解决问题，在快速迭代中优化流程。对分实践获得的经验不是支离破碎的，而是被整合在一个理论框架之中；这个理论也不是空洞的，而是与教师的教学实践相结合。本套丛书能做到实践与理论的紧密结合，在中国乃至世界的教学类书籍中实属难得。未来我们欢迎更多的一线教师参与进来，使本套丛书覆盖更多科目，不断修订、重版，成为中国教师乃至世界教师的工具书。

对分课堂在教育理念上的一个核心观点是不以成败论学生。学生是否知道了正确答案，并不是最重要的，勇于思考、善于思考才是第一目标。对分课堂是一个重大的教学改革，丛书的作者实践对分，最长的两年半，最短的两个学期，经验不足是难免的，存在疏

漏也是难免的，但我们希望读者不要试图从丛书中寻找标准答案。基于不同的理解、不同的场景，不同的分册可能会出现互相对立的答案。丛书不能保证自己的正确性，也不能保证按书里的做法一定能取得好效果。丛书只是反映了作者当前的实践和认识水平，给读者提供一个参考。让对分在自己的课堂上开花结果，读者自己也有一半的责任。同时，睁开眼睛，开动脑筋，展示自己的才能，参与对分的创造，这也是实施对分的本意。

四、集体智慧和群众力量

感谢“对分课堂教学手册丛书”的所有作者，愿意投入巨大的时间和精力分享他们的经验和收获！我代表丛书全体作者，感谢所有勇敢开启对分课堂实践之路的千百位教师！他们对教学的高度热爱，他们非凡的勇气、智慧和行动，使对分课堂能够与具体学科的教学相结合，带来了对分的成长和壮大。感谢所有实践对分课堂的同学们，特别是第一个对分班级——复旦大学心理系本科 2013 级全体同学！

感谢复旦大学教师发展中心陆昉主任、丁妍副主任，以及范慧慧、曾勇、方雁、李娜老师和中心特邀研究员陈侃教师！感谢教务处徐雷处长、王颖副处长、徐珂副处长、孙燕华老师！感谢《复旦教育论坛》熊庆年主编，上海易班发展中心和杨佳老师，上海市教育委员会高校教师培训项目的领导，华东师范大学 EDP 中心黄健主任及张斌、刘永老师！感谢他们在对分课堂发展过程中给予的宝贵支持！

感谢众多高校教务部门、教师发展中心和相关领导给予的支持！感谢教育部对口支援计划，让河西学院教师安桂花把对分课堂带回甘肃，在学校、学院领导的支持下在全校推广！感谢河西学院学校和教务处、教师教育学院、外语学院的领导和老师！感谢田家炳基金会及总干事戴大为先生为 2015 年 8 月的首届对分课堂全国研讨会提供赞助，并帮助我们将对分课堂推向西部中小学！

感谢岭南师范学院对举办对分课堂华南地区研讨会的支持！感

谢河南平顶山学院——我的家乡学校，在全校推广对分，感谢苏晓红副院长，教务处李波处长、史玉珍副处长，计算机学院吕海莲院长和多位领导、老师！

感谢教育部网络培训中心吴勇、刘艳、付舒婷老师，让对分课堂通过网络走到了全国高校教师的身边，通过国培项目走向了云南边远乡村的中小学！感谢江西省高校师资培训中心及周礼芳老师，通过组织的五次讲座，让对分传播到江西省所有的本科高校！

感谢张掖市甘州中学兰小丽、广州新滘中学张春燕、湛江市第八小学苏勤老师，率先把对分课堂成功应用于中小学课程！感谢南通市南通中学陆晓蔚老师，率先把对分课堂和“对分易”平台成功运用于初中体育课！

感谢甘肃省白银市田家炳中学顾克晷校长在全校推广对分教学！感谢兰州田家炳中学教导主任张维民老师组织全校性的教研团队，在所有主科目上开展关于对分课堂的系统性的实证研究！感谢《教育文摘周报》刘军伟编辑帮助我们在中小学推广对分！

感谢师培联盟（北京）教育科技研究院和北京中教国培教育咨询中心组织对分课堂专题培训！感谢上海情绪疗愈学院和张迪薇院长在新型心理健康课程中推广和应用对分课堂！感谢北京三圣学堂马琴老师在传统文化教育中运用对分课堂！

感谢上海电机学院陈瑞丰老师，上海杨行中学胡真老师，上海心理学会基础教育专业委员会主任秦启庚教授，专业委员会对分课堂项目组吴静、仇红老师，滨州职业学院仲广荣、张秀霞老师！

感谢王培雄、王永锋、郑娟、徐霖等组织团队创造了使用便捷、功能强大的“对分易”教学平台，为众多教师的对分教学提供了巨大的便利！

感谢复旦大学参与对分课堂实践的各位老师！感谢心理系博士研究生邓世昌、曹雪敏，以及我的硕士研究生王舒、冯俊栋，博士研究生黄锦标等积极探讨和开展对分教学研究！感谢我的博士研究生徐霄扬、李欣琪和助手张灏予提供的多方面的有力支持！

感谢复旦大学宽松自由的学术氛围，社会发展与公共政策学院

和心理系领导和同事给予的支持！感谢上海市“东方学者”计划在资金上为对分课堂的教学改革实践提供的强有力的支持！本套丛书中高校相关的分册得到我本人主持的2016年上海市教育委员会“高校本科重点教学改革项目”的支持，特此感谢！

感谢科学出版社的领导，其中有我的中国科学技术大学学长、现任中国科技出版传媒股份有限公司（科学出版社）总经理彭斌，教育与心理分社付艳社长和乔宇尚编辑！感谢他们的巨大付出！

感谢无法一一列举的众多在对分课堂实践和推广过程中给予我们巨大帮助的老师、朋友和学生！

最后，仅代表我本人，感谢我的哥哥和弟弟对如何推进对分课堂给出的明智而中肯的建议！感谢我的父母张伯重和秦淑香，他们为我树立了慈悲、理性、热情、勇敢的榜样，让我对公正的社会和美好的教育一直心存向往。

五、中国教育的超越之道

在大众教育上，特别是在基础教育阶段，欧美的教育是很失败的，并不能给我们提供可以仿效的成功案例。过去100年，欧美国家付出了巨大的努力，尝试变革传统教育模式。然而，20世纪二三十年代的进步主义教育运动，六七十年代杜威和布鲁纳领导的课程改革，最近30多年的基础教育改革，全部以失败告终。进入21世纪，全世界都开始强调重视核心素养，然而各个国家目前仅仅是制定了框架，至于如何实施，思路还不明确。

中国教育的根本问题其实是前文提到的全世界教育共同面对的根本问题：如何改变传统的教学模式，有效回应后工业化时代对大众教育对的五大挑战，即促进个性化发展、培养社会责任感、增强和谐相处能力、培养创新能力、回应社会高速发展中不断产生的现实需求。

中国社会主义的政治体制，是保证教育公平和实现大众教育最

宝贵的制度优势，中国社会重视教育、刻苦学习的历史传统，是发展大众教育最好的文化背景，中国源于科举制度的以高考为核心的统一考试模式，是世界教育史上的伟大创新，如果能与新技术结合走向新型的“海量高考”，将是高质量大众教育的切实保障。一旦中国率先突破 400 年的传统教学模式，中国的教育完全有可能超越西方，引领世界教育的新潮流。

课程改革、教材改革、教师培训最终都需要与课堂相结合。只有课堂真正改变了，课程、教材和教师方面的变革才能整合起来、落实下去。课堂改革是教育改革的“最后一公里”，这是当前世界教育界达成的共识。过去 20 年最流行的教学改革，如自主课堂、高效课堂、翻转课堂、慕课，都没有给传统课堂带来实质性的变化。

对分课堂能否破解世界性的教育难题，实现课堂的真正变革？对分课堂能否带来中国社会思想夜空的星光灿烂，为民族复兴与大国崛起奠定坚实的基础，为全球化时代的世界教育与社会发展带来新的转机？所有认可和支持对分课堂的“对粉”们，让我们衷心期待，共同努力！

张学新

2016 年 12 月于复旦大学

序言

秩序中的自由和建构

在全球深度信息化的大背景下，课堂教学作为教师和学生对话交流的主场地，面临多媒体技术带来的多重挑战与机遇，教师如何在学生与人类智慧之间，利用多媒体技术手段开展更加有效和合理的对话与交流，实现使学生成为自主发展、文化素养深厚和有社会责任的人的教育价值，是每一位一线教师和教育工作者主动研究和实践的课题之一。

在“对分课堂”中，教师与学生将教与学的时间合理分割，将课堂的权利和责任对分，在教学流程上则是在教师框架式讲授或导读式讲授的基础上，学生自主内化吸收之后再进行延时讨论的三阶段教学过程设计，该设计模式可以将诸多教育心理学的原理和理论详尽地整合固化在对分课堂模式中。例如，在“对分课堂”的设计中，既可以看到教师在教学上把“因材施教”“以教师和学生为双主体”“以学生为中心”的核心理念落实到具体的教学阶段和环节上，又可以看到教学环节本身保证了师生之间、生生之间在思维、情感和行为上的多维互动；既可以看到学生自主内化吸收对个体建构环节的体现，又可以看到小组与班级的互动交流对社会建构机制的体现；全方位促进学生参与其中的多维互动不仅能产生同伴榜样学习的效应，还会促进学生在建构新旧知识之间逻辑意义的同时，建构起知识与他们自身生命存在和发展之间的价值意义。我想这种在教学流程上的调整和变革，更能满足时代对课堂教育的多重价值需求。

更进一步讲，可以看到对分课堂模式在特别具体的层面上起到系统化和固化某些心理学研究成果的作用。例如，“姓名桌签”的

使用体现了教师对学生的尊重和对学情感生激发的调动，“亮考帮”（“亮”即“亮闪闪”，请学生说出经教师讲授及自主学习后自己收获最大、感受最深的一点，用一句话概括；“考”即“考考你”，请学生把自己弄明白的知识点以问题的形式提出来，小组讨论时考考其他成员；“帮”即“帮帮我”，请学生把自己不明白的知识点以问题的形式提出来，小组讨论时求助别人）的作业设计可以培养学生的问题意识和反思能力，而“思维导图”的作业形式则能够促进学生将有体系的内部知识结构外化并转变成显性思维，甚至使其成为自动化的工具。这些操作方式正是对中国古代儒家思想“格物致知”的极好诠释。

另外，配合对分课堂教学而产生和发展起来的“对分易”网络教学平台，则满足了信息时代对教学的要求和挑战，并保证了对分课堂教学的讲授、自我内化、讨论交流和过程性评价等阶段能够科学有序地得以实现。

这本《对分课堂之大学心理学》的小册子，是实践对分课堂的先锋导读，根据作者系列心理学课堂教与学的经验编写而成，既汇集了教师基于学生特点、课程特点和教师特点的针对对分模式教学的顶层设计，又有理性的反思、学生学习情况及学习效果的实际展示，也有基于教师个体发展和学生成长的故事分享。我想这能够引导热爱课堂教学的读者，从不同的视角体味教与学的乐趣，并在阅读中再次基于对分带来的秩序，并以自由的身份生成和建构不同的意义和价值。

陈英和

前言

自 2014 年春季,复旦大学心理系张学新教授提出对分课堂教学模式以来,经过短短三年时间的发展,截至 2017 年 5 月,有关对分课堂的在研校级项目有 140 多项,省级项目 36 项,大学、中学和小学不同层次的一线教师 QQ 群人数达 6000 多人。

在对分课堂的模式中,教师和学生权责对分,教和学的时间对分,在操作流程上由集体讲授(presentation, P)、个体内化吸收(assimilation, A)和讨论(discussion, D)三个环节构成,因此对分课堂简称 PAD 课堂。具体而言,首要环节是讲授(P),由教师框架式或者导读式地讲解高度浓缩的学习内容,将已有知识按照内在的逻辑图式呈现给学生;第二环节是吸收(A),由学生在已有知识的基础上,自主完成知识的内化吸收;最后在已获新知识的基础上,进行讨论环节(D)的学习,通过不同层次的小组互动和讨论,达到对新知识的充分转化、生成、迁移与创新。对分课堂的这三个环节对学生的学习和成长具有如下四个方面的意义和作用。

首先,在这个过程中,教师的讲授能够保证人类智慧传承的科学性和严谨性,学生的自主内化吸收能够保证学生有时间基于自身已有经验,用适合自己的方式建构自己的知识体系,师生之间、生生之间的互动交流,不同个体通过不同的方式所展现出来的打上个人知识经验的印记,为课堂注入了鲜活的生命智慧,从而产生无限的可能性和创造性。

其次,在对分课堂中,学生通过“亮考帮”和思维导图等方式

的交流和参与，在对所获知识进行解释、表达的过程中，既能够展现知识的个体性和情境性特点，又能促成新旧知识体系之间、知识与经验之间的相互交汇和融合，这正是个体建构主义和社会建构主义学习理论所倡导的知识观的体现。

再次，同伴的榜样示范不仅能让示范的学生展示自己的智慧和才能，而且能让旁观的学生通过模仿学习他人的知识和技能，进而完成自我修补和完善，从而为每个学生创造力的实现开辟道路，为每个人天赋才华的实现提供沃土，为智慧的建构、生成和发展提供可能。

最后，对分课堂中小组内部、小组之间及班级间的互动和交流，能够增进师生之间、生生之间的认识和理解，建立更为深厚的师生情感和学生情感，这种人际联结感的建立是人的基本需求之一，对促进教师的成长和发展，促进学生的心理健康和人际交往能力都具有重要意义。

总之，对分课堂的设计充分体现了奥苏贝尔的认知同化学习理论、布鲁纳的认知发现学习理论，以及建构主义学习理论、社会观察模仿学习理论和人本主义学习理论等的精华所在，体现了教学模式的简洁性、执行上的便捷性、教育理念上的科学性和课堂的鲜活性等特点。然而，随着应用、实践的发展和对分课堂研究者的增多，特别是新入职教师的不断加入，老师们面对具体的课程，利用对分课堂模式进行教学实践时，产生了诸多问题和疑惑。为了满足不断增长的需要，避免误区，心理学对分课堂实践的先锋老师们为大家带来了这本心理学类课程的教学指南。

在体例上，本书按照教育心理学、普通心理学、实验心理学、认知心理学、大学生心理健康教育到中高职心理成长的顺序编排，不同课程相对独立，但又彼此关联，构成了一个相对完整的体系。因为教育心理学关注教育教学过程中教师和学生自身的心理发展特点，以及学习规律和不同知识、技能等获得的规律，是对分课堂模式的理论基础，有其独特的价值和意义，所以排在第一章起到开门见山的作用。普通心理学、实验心理学和认知心理学是心理学专业

学生必修的三门基础主干课，针对这三门课程的对分设计，旨在为读者展示心理学世界中的核心课程，展示教师和学生教与学过程中的时间对分、内容建构的对分和智慧生成的对分。而大学生心理健康教育和中高职心理成长则是应用性和实践性课程，以期在应用和实践中，带读者从0走向1，再走向无限的可能的智慧联结生成的世界。

就每一章而言，不同心理学类课程的对分课堂实践教师团队，基于不同的课程特点、学生和教师的特点，给大家呈现相应课程的教学目标、对分课堂实践的案例、教学效果、反思与提升，也从教师实践和学生个人成长的角度，展示他们各自的成长 and 变化轨迹，期待给读者更多的启迪。

先行的实践者基于一种宽广和开放的视角，认识到师生关系、生生关系和互动交流对现代课堂变革的重要性，希望实践、探索、思考和反思成为老师们实践对分课堂、发展对分课堂的新起点，为课堂教学带来更大的可能性、开放性和智慧性。

具体写作中的分工如下：教育心理学课程部分由陕西师范大学的王雨晴老师完成，普通心理学课程部分由河西学院的安桂花老师完成，实验心理学课程部分由福建师范大学的徐含笑老师完成，认知心理学课程部分由西藏民族大学的田青老师完成，大学生心理健康教育课程部分由湖州师范学院的王文娟老师完成，中高职心理成长课程部分由上海交通职业技术学院的温婷婷老师完成。

所有参与编写的老师们期待心理学的对分指南能够为课堂教学提供启迪和牵引，促进实践的老们开启自己和学生的生命智慧，构建起自己课堂的能量场，让课堂成为一个令人兴奋和充满惊奇的地方，为一个个鲜活的、充满能量和有影响力的个体提供成长和变化的可能，让学生建立学习的自信心，培养学习的主动精神，激发学生的潜能，进而不断追求卓越，实现个人理想，实现社会价值和人生意义。

最后，感谢在本书的设计、写作过程中给予全力支持的复旦大学心理系张学新教授、科学出版社的乔宇尚编辑，全程参与实践对分的所有学生，以及所有关心和关注中国课堂教育改革的人们！