

第一章 青年心理过程（上）

一、青年早期身心发展的一般特征

青年早期，一般是指15~16岁到21~22岁年龄阶段的青年。它又可细分为青年准期与青年初期。这一时期的青年求知欲极为强烈，个人的学习能力也因大脑机能的成熟及过去经验的积累而达到很高的水平；他们的生活又少受干扰，所有这些就构成了该时期的重要特征——好学。因而，该期又可称为“知识期”。

下面我们从生理、集体和学习三方面谈谈青年早期心理发展的一般特征。

一、生理发育基本完成

这一时期，青年的身高、体重和体型已接近成年人。由于性机能的进一步成熟，通过性激素的作用，脑垂体活动受到抑制，因而影响了身高、体重和各生理器官的迅速增长和发育，使其速度逐渐变得缓慢起来。具体来说：

1. 身体发育已经基本完成。

这一时期，骨骼已全部骨化而变得粗壮、坚硬，联结韧带也强化了，所以这时青年的支撑力大大增强，少年期的“脆弱性”基本消失。此时颜面骨也发生了很明显的变化，成人的面部特征已基本显露出来。他们的胸围也有了进一步的增加，胸腔扩大，肺活量大增。这一时期也是体育运动、尤其是较为剧烈的运动的良好时期。

肌肉系统也有明显的发展。在少年期，由于骨骼尤其是四肢发展很快，肌肉系统相应地是以纵向发展为主，因而，人就显得瘦高。到了青年准期，整个肌肉系统逐渐均衡发展，具体表现为肌肉横向增长速度高于纵向发展速度；耐力增加，体力明显增大，从而提高了从事体力工作的能力。

2. 性机能发育已经成熟。

随着整个身体各部位成长发育的基本成熟，沉睡的性器官经过少年期的觉醒和发育，在青年准期又得到了进一步的完善，性腺机能的发育达到成人的水平。由于性激素的进一步刺激，使女性的皮下脂肪分泌增加，不但乳房进一步隆起而变得圆润，而且臀部也开始扩大，全身皮肤变得柔润而富有弹性，体态变得丰满而富有女性美。此时，少女对月经这一生理现象已有初步的认识和相应的措施，不再象面临初潮那样惊恐失措，心慌意乱。月经的周期也基本稳定下来。性激素对男性的作用虽然在外在表现不如女青年显著，但此时男性也变得较为丰满，体态上与女性已有明显的差异。由于性激素的作用，男性的遗精开始出现。

所有这些“第二性征”，都是性腺机能成熟作用的结果。不仅如此，性激素的分泌还进一步加深了性意识，在心理上

引起了很大的变化。一方面，很自然地使他们产生了性的生理需要，另一方面也产生了对异性的情感需求，情爱觉醒期已经到来。这样，就使他们对异性的体验较为敏感而丰富。

3. 神经系统特别是大脑皮层的发展，基本达到了最高水平。

青年准期的神经系统及大脑皮层的结构和机能已发育成熟，并达到成人标准。作为高级神经活动基本过程的兴奋与抑制机能已经成熟，二者基本平衡，第二信号系统的调节作用占有重要地位。脑神经细胞的分化机能已达到成人水平，但神经联系的复杂化和大脑活动的机能仍有待最终完善。

到了青年初期，大脑各部分之间的神经联系，尤其是大脑两半球间的联络纤维（主要是胼胝体组织）又得到了进一步的发展，大脑的机能在这一时期结束时能达到完善的程度。

二、集体生活中拥有新的地位

青年们具有很高的独立性和自觉性，他们已经具备时间分配上的自由和选择群体的自由，自制能力也得到加强。从这一阶段开始，青年逐步得到社会的信任和尊重和被寄予殷切的期望。同时，社会对广大青年各方面的要求也相对严格起来。他们在集体生活中的地位也相应地发生了较大的变化，社会地位基本上达到了成人水平。集体生活中的这种新的地位，是青年个性发展的新颖和重要的动力。

1. 班集体中的新地位

如果说高中以前班集体主要是靠老师或由老师通过班级的积极分子进行领导的话，那么在中专（技）这一时期，则主要是由学生自己来管理自己，教师的具体指导已很少，而主

要进行一些原则性、方向性的指导。此时学生已具有很大的自制能力，他们能够主动搞好各种宣传栏目，组织各种集体活动。他们甚至还能行使更大的职权，如对违犯规章制度的同学进行批评教育，对全班各方面活动进行总结、鉴别和评比，这些在少年期都是没有的。当然，这些活动常常是由学生自己推选出来的领导即班委会和团支部来进行的。

在青年初期，班集体已经完全变成了学生自己的自治机构。这时，除了全校的活动，绝大部分活动由学生自己计划安排。所有这些，无疑会使学生的独立性和主动性得到很大的发展，与此同时，分析能力和评价能力也得到相应提高。

2 学校集体中的新地位

这一时期的青年在学校中拥有很高的地位。一方面，他们处在高年级的地位，得到老师和学校给予的较大的权利和信任，另一方面，他们常常是全校性学生活动的组织者和领导者，因此能在各种活动中得到锻炼和提高，培养起良好的个性品质。同时，环境对青年的要求也变得严格起来，他们是学校意志的具体体现者，在各项活动中应起模范带头作用，充当良好风尚的表率。

3. 团体中的新地位

首先是在政治团体——共产主义青年团中的地位。高中或中专（技）阶段，已有许多同学加入了共产主义青年团组织。在团组织内，团员们经常接受无产阶级和共产主义的政治思想教育，逐步树立共产主义世界观。团组织和班委还是社会政治活动的倡导者和组织者。团籍可以提高青年的思想意识水平和对社会事业的责任感，使他们认识到，他们的思想行为代表着团组织，促使青年把对团组织的热爱化为正确行动

的鼓舞力量，努力提高自己的修养，在行动上争做表率。

青年初期，大部分同学都已加入共青团组织，还有个别青年加入了中国共产党，青年的政治思想觉悟有了很大的提高，责任感和义务感得到了进一步的加深。同时，大量知识的掌握，逻辑思维的发展，促使他们世界观和人生观基本形成。这样，在政治领域青年已有了较高的地位。

另外，青年们在文化团体——各种学术小组中建立起新的相互关系。学术小组是课外或校外的学习活动组织，它常常是一些有共同志趣的同学自愿组合的，因此，对学术组织的领导便是组员自己的职责。学习上的争论和交流及在兴趣基础上产生的高度自觉性甚至优势感，使他们的主动性、独立性和灵活性都有了较大的发展，尤其是毅力的发展更引人注目。同时，这一活动还能培养组员之间诚实、协作、尊重、信任等良好的个性品质。这种学习组织还常常是小发明、小革新、新思想、新观念的发源地，是带动全体学生积极追求知识培养创造能力的先行。因此，组员在集体中的地位一般也较高。

4. 家庭中的新地位

随着身心的高度发展，这时期的青年在家庭中的地位也愈来愈高。他们已在很大程度上摆脱了对成人的依赖性而独立起来。青年日益了解家庭生活中的各种关系，意识到自己在家庭中应有的独立地位和职责。在情感方面，青年同父母的联系有所减弱，而同外界交流不断扩大和增加。随着独立活动能力的加强，降低了成人的权威作用，青年遇事都有自己的观点和看法；成人也日益尊重他们的这种独立性，要求他们能够自觉地履行自己在家庭中的职责。这样，父母及其

他成人的地位已由权威向朋友和顾问过渡，青年从他们那里接受更多的是他们生活的经验和教训，而不是单纯的管教。

非在校青年中，相当一部分人已走上工作岗位，他们具有稳定而独立的经济地位。从某种程度上来说，他们比在校学生具有更高的社会地位和家庭地位。他们都已是走向成熟的青年，又是劳动新手，正在掌握各种实践知识、操作技能，处于显著进步的时期。当然，某些对年轻人的偏见，致使他们新奇的意见得不到公正合理的对待，也非少见。

三、学习的特殊意义

学习是人们获得知识的重要途径，借助这一手段，青年们可以取得由于本身环境和条件的限制而不能直接得到的知识；同时还可以在短暂的时间内获得前人和他人在几十年甚至几个世纪内所积累的知识经验。所以，学习对于青年来说，有着重要的意义。

1. 学习的一般概述

学习对于青年有着特殊意义，但这里提出的学习，与人的一生整个生活过程和实践过程中的这样一种广义的学习不同。广义的学习包括不断积累知识经验、完善心理过程、改变思想行动等等全部认识和实践活动。这里提出的学习是相对青年而言的，是一种狭义的学习，主要是指青年在学校中进行的系统学习过程。它是一种有目的、有计划、有指导的学习，是一种系统地掌握知识技能和行为规范的活动。而且，它还是一种社会性的义务，具有一定的强制性。

我们知道，人们心理发展都存在一个动力问题，即存在着内部推动力。对于学生来说，在主体和客观事物相互作用

的过程中，也就是在他们不断积极活动的过程中，社会和教育会向他们提出新的要求，同时，学生主体也会产生新的需求，这必然会与学生原有心理水平或心理状态产生矛盾，这就构成了学生心理发展的内因。这个内因或内部矛盾就成为学生心理不断向前发展的动力。

在我国，社会向学龄期的青年提出的要求，主要是掌握系统的科学文化知识和各种技能与经验，养成适合于集体（班级、学校、各类积极的团体乃至社会）生活的良好的个性品质。

2. 学习内容和方法

这一时期，学习内容进一步分化和深化。由于初中期的学习基本上接近科学体系，因此，高中期学习的基本科目还是保持不变的，但也有一定的分化和增加。如历史就有中国历史与世界历史之分等。

相比之下，中专技和大学期的学科门类增加是显著的。这时，学生不仅要学习基础知识，而且还要学习专业基础课程及专业知识，也就是说，增加了许多新的应用学科的科目和门类。这些新知识与新技能的出现，一方面激发起他们高度的学习热忱和兴趣，另一方面，也对他们的学习提出了新的、更高的要求。

这些要求体现在学习内容的广度和深度两个方面。就其广度而言，这时的学习不仅涉及到自然科学，还涉及到认识人类历史和反映社会发展根本规律的社会科学；就学习的深度而言，已不仅仅只是反映事物间简单的外部联系，而是注重反映事物本质、规律。这时，学习的系统性和逻辑性都很严密，因而要求学生的思维必须由经验型的思维向理论型的思

维转化，进而上升到更高级的辩证逻辑思维。

以上是学习内容的新变化。就学习方法来看，这时，随着各门学科的分化和学习内容的加深，学习的形式和方法也有了相应的新的变化，而显出多样性来。这一时期，学科种类和门类大大增加，每个老师也都向学生提出一定的要求。因此，这就需要学生能主动地、合理地分配自己的时间和精力，作出恰如其分的计划安排，否则就会不得要领而造成学习的忙乱。因此，学习方法是这时的一个较为重要的问题。在学习上，能聪明地选出应该重点学习的东西最为重要。要有轻重缓急，不拘于个别细节，这是学习中应把握的基本方法。具体来讲，课堂上要善于听讲，学会记笔记，能将自己的智力活动紧紧围绕着课堂的主题。还要注意捕捉自己思维活动过程中那些还来不及燃烧的“火花”，它可能对学习起着更为重要的作用。

随着学习内容的扩大和加深，还要求学生能独立地分析问题、解决问题，创造性地完成各种作业，学会对材料进行逻辑的加工，找出与原有知识相关联的一面。就神经机制而言，就是利用原有的暂时神经联系来建立新的暂时神经联系，从而把所学的知识相互联系起来，使知识变活，学得进，用得上。

3 学习动机和态度

动机是指人们进行一切活动的心理动因。动机是需要的一种表现形式，是人们由于某种需要而引起的、对一定事物的向往（意向或愿望）。它是发动、维持和激励行动的心理状态或主观原因。人的活动总是从一定的动机出发，并指向一定的目的。如果说动机是人们对行动对象的心理意愿，那么，

目的就是行动的预期结果在人的头脑中的观念形态。动机和目的的关系常常是多维的，因此，评价一个人的行动，就不能单纯地考察其结果如何，而更应该注意到其出发点即动机怎样。

动机的产生是一个复杂的心理过程，不仅与社会和教育的要求有关，而且还与个体原有的心理状态以及生理特征有关。

青年的学习活动同样是由一定的动机引起的。学习动机是由教育和社会向学生提出的带强制性的客观要求，反映在学生头脑中，它就是推动学生学习的内部动力。学习动机既然是在社会和教育的要求下产生的，那么，一定的社会生活条件和教育水平必然影响到学生学习动机的性质和内容。

由于客观事物和社会生活的复杂多样性，针对一项活动，个人的动机也是很复杂的。同样，学生的学习动机也是多种多样的，有的是相互矛盾、甚至相互排斥的。但是，众多的学习动机中必定有一种是占主导地位的，它不仅影响和制约着其他动机，而且也影响和制约着由这个动机而引起的外在行动。在不同年龄阶段，由于心理水平的差异，每个人的主导动机是不尽相同的。

青年时期，学习动机比较自觉、深刻而稳定。一方面，由于智力水平的发展和知识经验的积累，学生们对学习动机的认识更加全面、更加客观。另一方面，由于面临重大的生活课题，他们能清楚地看到当前的学习和未来的生活道路的紧密联系，意识到自己的学习和祖国社会主义建设事业的关系。这样，这时的学习活动就具有了走向未来生活的新的意义。因此，比较远大而深刻的、与社会意义相联系的学习动机

常常是学生刻苦学习的主要动力，是诸动机中起主导作用的动机，而直接与学习过程和学习完成情况相联系的学习动机已不起多大的作用了。青年们的学习动机更多地指向远景目标，且与个人的人生观有相同的内容，这说明动机已受人生观的支配和控制了。

学习动机的一个重要成分即学习的自觉积极性，这是指学生能清楚地意识到学习的社会意义和学习的目的性。学习的自觉积极性是随个性心理水平的发展、学习目的教育以及个人的学习情况而体验到的社会和教育对自己的要求而逐步形成的。青年学习的自觉性比初中时期已有了很大的提高，对待学习有一种明确的社会责任感，这时，与其说他们关心的是成绩，不如说他们关心的是真正的学问，是为了将来的需要而具备的知识技能。他们学习的自觉性已经达到了比较稳定的水平。

在心理学上，动机和态度是相互联系的概念。所谓学习态度是指建立主体自身与学习之间关系的一种比较稳定的心理倾向。这种心理倾向可以是否定的，也可以是肯定的；可以是低级的，也可以是高级的。正确学习态度是指对学习及其有关事物具有正确的认识和积极的情感，并能采取相应的行动。

在青年早期，由于认识能力的发展和情感的进一步深化，青年们一般都具有良好的学习态度，能够自觉而又严肃认真地对待学习活动。学生对学习的态度主要包括对教师的态度、对待事业的态度和对待分数的态度这三方面。

高中生或中专（技）生对待教师的态度与小学生和初中生相比，有很大的差别。他们对教师要求很高，甚至达到了“苛

刻²的程度，常以心目中的理想人物来要求自己的老师。同时，他们对老师的评价又是比较客观的、公正的，这主要与他们这一时期的心理特点有关。这时，他们独立评价能力得到发展，他们希望从成人那里获得最多的生活经验，而与成人的关系又是互相平等、互相尊重的。因此，那些思想品德好、工作能力强、教学水平高而又亲切可信的老师就成为他们尊重的对象。

所以，在青年初期，教师的形象有了根本的变化，教师的权威愈来愈小了，而代之以指导的作用；学生对教师的尊敬和欣爱代替了敬畏。青年们既能和老师讨论有关学习问题，探讨新思想、新观点，还敢于指出教师教学中的失误和不妥之处，学术讨论气氛越来越浓了。

高中生或中专（技）生对待作业的态度，一般是自觉主动和认真负责的。做作业经常是独立思考而不轻易去问别人。他们能够自觉地安排作业时间，并注意作业的质量。对他们来说，做作业不仅是为了完成任务，最主要的是通过作业运用所学的知识，检验自己对知识掌握的程度，把作业当成扩大知识范围、增强思维的灵活性的重要手段。因此，他们作业的范围就不仅仅只是老师布置的题目，他们也会自觉地去练习书本上的其他题目。不仅如此，他们还会主动阅读一些课外参考书，并加以适当的练习。所有这些，都是初中学生难以自觉做到的。当然，单纯的“题海战术”是不可取的，过多过繁的练习反而会降低思维的灵活性，降低学习的主动性和自觉性。大学生对待老师布置的习题一般不愿花过多的时间，而对感兴趣的问题倒是常常投入相当多的精力和时间。那种一味啃教本、做习题的学习方法常常是不明智的。

这一阶段的学生对待分数的态度比初中生更加客观、正确。一方面，他们认识到分数是衡量学习成绩的一个标志，因而力求提高自己的学习成绩，希望有一个好的成绩作为对自己刻苦学习的肯定，并能够把自己的成绩与对社会对自己的责任感联系起来。另一方面，他们也能够客观地评价分数，不是把知识水平与分数完全等同了。他们对待分数的态度已不象少年那样过于强烈，而是更加注重于知识的掌握及灵活运用。至于大学生，分数已不被他们看重，倒是能体现自我兴趣和能力的“学分制”愈来愈受到欢迎。事实上，仅仅根据分数是很难正确全面反映一个学生的学习成绩的。当然，就目前来看，无论是社会还是学校，人们常常用分数来评价一个人的能力，分数甚至能影响到一个人一生的前途和命运（如升高校与毕业生分配的成绩依据等），这也是有些学生不恰当地追求分数，造成高分低能的外在原因。

4. 学习兴趣和能力

学习兴趣是作为主体的学生对学习活动的一种积极的认识倾向，它是促进学生努力学习、发展智力的重要推动力，是影响学习诸因素中最活跃、最现实的因素。

对学习有兴趣的人，能最大限度地发挥自己的主观能动性，表现为观察敏锐而细致，注意稳定而集中，思维灵活而又深刻，想象力丰富且富有创造性，记忆效果也得到进一步提高，这些无疑有利于智力活动效率的增加。据有关研究资料介绍，如果一个人对学习、工作有兴趣，他的积极性就会很高，从而能够发挥全部才能的80~90%。相反，如果一个人对学习、工作没有兴趣，那么，积极性肯定很低，从而只能发挥全部才能的10~20%。由此可见，兴趣对青年的学习、

工作是多么重要。难怪达尔文对兴趣作了很高的评价，他结合自己的成长经历这样说道：“就我记得我在学校时期的性格来说，其中对我后来发生影响的就是我有强烈而多样的兴趣，沉溺于自己感兴趣的东西，深喜了解任何复杂问题和事物。”正是由于对科学具备了积极而广泛的兴趣及由此而发展的优秀品质，达尔文后来创立了进化论，对人类文化作出了重大贡献。

高中或中专（技）学生的学习兴趣比初中生有了很大的发展。这主要体现在下述四个方面。

首先是兴趣的广泛性。高中或中专（技）学生由于知识范围的扩大和情感体验的加深，他们对各种知识的需求增加，这就大大激发了他们求知的欲望。他们不仅对课内的学习内容感兴趣，对课外活动也很感兴趣；不仅对自己身边的问题感兴趣，而且对国内外大事也产生了较浓厚的兴趣。不仅如此，他们还开始对人生观、人际关系等产生兴趣。学生们就是在这些各种兴趣的推动下，积极扩大自己的知识范围，从中获得广博的知识。但个人的精力毕竟是有限的，如果对任何事物都有同等兴趣，势必会造成精力过于分散，因而应该注意培养自己的中心兴趣。一般应以课内学习为兴趣中心，使学习兴趣的广阔性与兴趣的中心结合起来，相辅相成。

其次是兴趣的分化性和选择性。这时，学生对各科的学习兴趣存在着明显的差异。调查表明，绝大多数高中生能回答，“最喜欢的一门课程是什么”，“最不喜欢的一门课程是什么”。一般来说，这一阶段的学生都比较喜欢能引人思考、逻辑性强的学科，如“数学”。而对一些简单的或认识不足的学科则缺乏兴趣，如“英语”。另外，性别对兴趣的

选择也有一定影响，如对理论性强的学科，一般男生略多于女生。

但是，应该看到，这一阶段的学生所接受的还只是普通的基础教育，因此，不能对某些学科因兴趣过于沉湎而产生偏废现象。否则将会影响后续课程的学习和知识结构的合理，进而影响一个人知识的进一步发展和才能的充分发挥。

再次是兴趣的深刻性。和初中阶段相比，这时学生的学习兴趣更加深刻、复杂。这表现在，他们喜欢那些只有通过独立思考、艰苦探索才能获得的知识，不满足已有的、单一的解释和定义，总是希望能发现更深一层的全面而又深刻的含义，更愿意学习探索那些能激励人们发展高级思维能力的学科和内容。把理论知识与实践相结合的学习对他们也产生了一定的吸引力，这在中专（技）学生当中更是如此。

最后是兴趣的自觉性。高中或中专（技）学生能够有意识地、自觉地控制和调节自己的学习兴趣。认识能力的提高和认识范围的扩大，加之面临人生道路的选择，从而，他们能清楚地意识到掌握知识的重要性，同时也深刻认识到集体的利益和社会生活对他们未来的影响。因此，他们能自觉主动地把自己的学习兴趣与社会生活联系起来，与自己的未来生活道路联系起来。所以，这时的学习兴趣已含有意识主动调节的因素，因而兴趣的效能很高，在学习时更能自觉主动地克服困难。

进入高中或中专（技）以后，学习课程和任务客观上向同学提出了许多新的要求，主要是要有新的能力去适应更加深入和复杂的学习生活，这也常常是他们自觉向自己提出的任务。这时，学习能力主要表现在掌握领会知识的新方法和创

造性地解决问题的能力两个方面。而在正确教育的引导下，这两方面的能力在他们身上都得到了相当程度的发展。

在掌握学习方法方面，这时的学生不仅能组织好自己的智力活动，学会思维活动的各种方法，而且还能主动检查这些活动正确与否，自觉地控制和调节自己的智力活动和智力结构，基本上形成了一套适合自己特点的学习方法，从而学习能力得到大大加强。这在初中时期是见不到的。在创造性方面，他们开始养成独立思考的习惯。青年时期，由于成人感的促使，独立性进一步增强；创造性思维也由于得到经验的支持而变得愈加活跃起来，形成了自己的一定风格和相对稳定的学习方法，因而有了完成新的课程任务的智力保证。

青年初期学习能力的提高与大脑功能的完善密切相关，同时也与青年的情绪、意志品质以及已掌握的知识相联系。英国著名心理学家桑代克曾对两所学校的886名学生的学习能力进行了系统的研究，结果，按学生的年龄分为五组，各组学习进步分数的比率如下：14~16岁组为59；17~19岁组为85；20~24岁组为100；25~29岁组为89；30岁以上组为87。其中最佳学习能力的年龄正是20~24岁，这基本上与我们的“青年初期”的年龄划分相吻合。所以，青年初期的学习能力可以说达到了高峰，这是学习知识、掌握技能的黄金时期，青年们一定要珍惜这段宝贵的年华，刻苦学习，以期收到“事半功倍”之效。

二、青年准期的学习心理

青年准期一般是指 15~16 岁到 17~18 岁的年龄阶段。这一阶段大致相当于我国高中或中专（技）的教育阶段。在社会和家庭的支持下，青年们都在各类学校从事基本知识或专业技能的学习，以为日后继续学习和参加工作作准备。因而，掌握知识和学习技能是这一时期青年的主要活动。

一、掌握知识的心理过程

知识的增长必须通过“掌握”这一心理活动过程来实现。掌握是一种复杂的心理过程。它牵涉到主体、客体等多种影响因素，尤其是主体既有心理水平（主要是智力发展水平）对其影响更大。在学习活动中，掌握是一个重要的环节，因此，学生在学习过程中应该注意获得知识的正确途径和方法。没有比自己懂得如何学习更为重要的了。

1 掌握概述

所谓掌握，是指获得和利用某种社会知识、经验的过程，是人们借助于第二信号系统（即语言）而实现的一种积极主动的学习过程，因而，它是人类特有的学习形式。正是由于借助于语言，尤其是书面语言这种人类特有的信号系统，掌握就可以摆脱时间和空间的桎梏，从而大大扩展了人类获得知识经验的途径和范围。

“掌握”包括领会、巩固和应用这样三个既相互联系又

相互区别的环节。就领会、巩固和应用这三个环节而言，领会是掌握知识的前提和首要条件。领会有助于巩固，巩固也有助于领会，它们是同一学习过程的两个不同侧重点，但二者是互有区别的。对知识的领会与巩固无疑是应用的重要前提，应用反过来也能加深对知识的领会与巩固。知识的应用是抽象知识具体化的主要手段，是对知识的领会与巩固进行检验的可靠标志。另外，在这三个环节当中，包含着几个相对独立的认识环节：领会就是感知、想象与概括共同作用的结果；巩固则主要是通过识记与保持来实现的；应用是知识具体化的过程。由此可见，知识的掌握包括认识过程中所有最一般心理现象。下面分别讨论掌握心理过程中的这三个环节。

2. 知识的领会

领会，是学生在通过语言去掌握知识和他人经验时所发生一种心理现象，是掌握过程中的一个认识阶段。就神经机制而言，它是指暂时神经联系的形成过程。学生对各种知识的领会不是立刻就能完成的，它需要经过一定的发展阶段。领会过程也和一切认识过程一样，是一个从感性认识上升到理性认识、由模糊到清晰、由具体抽象出一般，再由一般推演到特殊的过程。知识的领会随着认识过程的不断深入也会相应地变得更加深刻而准确。一般来说，这可依据其言语描述和实际操作的主动性与准确性来评价。

(1) 知识领会的几个方面

因为学习是这一阶段的主要活动，所以，知识的领会主要限于具体学习过程的内容。首先，是对概念与概念系统的领会。这是一个主动的、复杂的过程，它总是与学生主体知识经验的积累及智力活动水平相联系的。学生的抽象概括水