

# 目 录

第一章 教育基础知识和基本原理.....	1
第一节 教育的产生与发展.....	1
第二节 教育学的产生与发展.....	5
第三节 教育与社会发展.....	10
第四节 教育与人的发展.....	14
第五节 教育制度.....	19
第六节 教育目的.....	22
第七节 教育科学研究方法.....	27
第二章 中学课程.....	32
第一节 课程概述.....	32
第二节 课程组织.....	35
第三节 基础教育课程改革.....	38
第三章 中学教学.....	46
第一节 教学概述.....	46
第二节 教学过程.....	48
第四章 中学生学习心理.....	70
第一节 认知过程.....	70
第二节 知识与技能的学习.....	83
第三节 学习理论.....	89
第四节 学习心理.....	98
第五章 中学生发展心理.....	112
第一节 中学生的认知发展.....	112
第二节 中学生的情绪发展.....	118
第三节 中学生的人格发展.....	126
第四节 中学生的身心发展.....	136
第六章 中学生心理辅导.....	140
第一节 中学生的心理健康.....	140
第二节 中学生心理辅导的方法.....	144

第三节 压力与挫折.....	149
第七章 中学德育.....	153
第一节 中学生品德心理与发展.....	153
第二节 道德发展理论.....	159
第三节 德育工作.....	162
第四节 中学德育过程.....	169
第五节 中学德育原则、途径与方法.....	173
第八章 中学班级管理与教师心理.....	184
第一节 群体心理.....	184
第二节 班主任与班级管理.....	196
第三节 教师心理.....	205

## 第一章 教育基础知识和基本原理

### 第一节 教育的产生与发展



#### 【真题再现】

1. 【2016 年下全国教资真题】教育是新生代成长与社会生活延续和发展不可缺少的手段，为一切人和一切社会所必需，并与人类社会共始终。这表明教育具有（ ）。  
A. 永恒性 B. 历史性 C. 阶级性 D. 生产性
2. 【2015 年上全国教资真题】教育活动与其他社会活动最根本的区别在于（ ）。  
A. 是否有目的地培养人 B. 是否促进人的发展  
C. 是否促进社会发展 D. 是否具有组织性和系统性
3. 【2016 年下全国教资真题】我国先秦时期，主张“有教无类”，倡导“因材施教”的教育家是（ ）。  
A. 孔子 B. 孟子 C. 荀子 D. 庄子



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
教育的概念	理解	广义教育和狭义教育的区别是什么？
教育的本质属性	理解	说说“有目的培养人”表现在哪些方面？
教育的社会属性	理解	你能用自己的话解释教育的永恒性、历史性和相对独立性吗？试各举出一个例子。
古代教育的特点	识记	我国在奴隶社会和封建社会时期的教育内容分别是什么？



#### 【内容梳理】

### 一、教育的概念

教育有广义和狭义之分。

“教育”一词最早源于《孟子·尽心上》

广义的教育泛指一切增进人的知识和技能、发展人的智力和体力、影响人的思想和品德的活动。它包括社会教育、学校教育和家庭教育。

狭义的教育主要指学校教育，是教育者根据一定的社会要求，有目的、有计划、有组织地对受教育者施加影响，把他们培养成一定社会所需要的人的活动。

## 二、教育构成要素

学校教育活动包括三个基本要素：教育者、受教育者、教育影响。

- 1.教育者
- 2.受教育者
- 3.教育影响

## 三、教育的属性

### （一）教育的本质属性

动物存在教育现象吗？

教育是一种有目的地培养人的社会活动，这是教育区别于其他事物现象的根本特征，是教育的质的规定性。

### （二）教育的社会属性

- 1.教育具有永恒性
- 2.教育具有历史性
- 3.教育具有相对独立性

## 四、教育起源和发展

### （一）教育的起源

学说	主张	代表人物
生物起源说	教育起源于动物界的生存本能。	利托尔诺、沛西·能
心理起源说	教育起源于儿童对成年人的一种“无意识模仿”。	孟禄
劳动起源说	教育起源于劳动过程中社会生产需要和人的发展需要的辩证统一。	米丁斯基、凯洛夫

### （二）教育的发展历程

#### 1.原始形态的教育

原始社会的教育具有如下特征：（1）无阶级性、公平性。（2）教育与生产劳动、社会生活融合在一起。（3）教育内容简单，教育方法单一。

#### 2.古代社会的教育

古代社会的教育包括奴隶社会和封建社会教育两个时期。

奴 隶 社 会				
		学校名称	教育内容	备注
中国	夏、商、西周	庠、序、校 (西周出现了国学、乡学)	六艺（礼乐射御书数）	培养为奴隶社会服务的人才；政教合一、学在官府

	春秋		私学兴起		自由办学、自由就学、自由讲学、自由竞争
外国	古印度			《吠陀》为主的经典、经义	宗教教育（婆罗门教、佛教）
	古埃及		文士学校	文字、书写、执政能力	以僧为师、以吏为师
	古希腊	斯巴达		军事体育：斗拳，击剑，角力，格斗，竞走	培养军人与武士
		雅典		政治、哲学、文学、艺术、体操等	培养奴隶主后代
	封建社会				
中国		学校	课程特征		
	战国		私学繁荣	以儒、墨为主的显学盛行	
	汉代		官学、私学	“罢黜百家、独尊儒术”	
	宋朝			程朱理学（四书、五经）	
西方		学校	课程内容		教育目的
	中世纪	教会学校	僧院学校、大主教学校：七艺（三科：文法、修辞、辩证法；四学：算术、几何、天文、音乐） 教区学校：简单的读、写、算		僧院学校、大主教学校：培养僧侣和统治人才； 教区学校：对普通贫民子弟进行宗教教育
		骑士学校	骑士七技（骑马、游泳、投枪、击剑、打猎、下棋、吟诗）		效忠封建领主的家庭教育

古代学校教育的基本特征是：

- （1）古代产生了学校，教育成为社会专门职能，是统治阶级的工具。
- （2）古代学校教育与生产劳动相脱离，具有非生产性。
- （3）古代学校教育适应古代经济与政治的发展，具有阶级性；封建社会的学校还具有等级性。
- （4）古代学校教育适应古代思想文化的发展，表现出道统性、专制性、刻板性和象征性。
- （5）古代学校教育初步发展。尚未形成复杂的结构体系。

### 3.现代社会的教育

#### （1）资本主义社会教育的特点

- ①资本主义教育目的在于培养为资产阶级巩固和维护其统治及利益服务，教育既要培养和选拔资产阶级的统治人才，又要给予广大的劳动人民以一定的文化科学知识，培养熟练的劳动力。
- ②在课程内容上注入了科学知识，增加了许多新的学科。
- ③在教学方法上，引进实验法、演示法、实习法等新方法，尊重学生学习积极性的启发教学法收到重视。
- ④扩大了受教育权，提出了普及教育的口号。
- ⑤在教学组织形式上，以班级授课制取代了个别教学制。

#### （2）社会主义社会教育的特点

- ①社会主义教育为维护劳动人民自身的利益和促进社会进步与发展服务的，教育目的在于培养社会主义事业的建设者和接班人。

请问近现代教育是否与生产劳动相脱离呢？

②教育权为广大劳动人民所掌握。

③注重教育与生产劳动相结合。

### (3) 20 世纪以后教育的新特点

第一，教育的终身化。

第二，教育的全民化。

第三，教育的民主化。

第四，教育的多元化。

第五，教育技术的现代化。



## 本节自测

### 单项选择题

1.认为动物界也存在教育活动的学者是（ ）。

- A.孟禄                      B.杜威                      C.利托尔诺                      D.斯宾塞

2.教育是年轻一代成长和社会延续与发展不可缺少的条件，与人类社会共始终。从这个意义上说，教育具有（ ）。

- A.生物性                      B.永恒性                      C.历史性                      D.阶级性

3.狭义的教育是指（ ）。

- A.课堂授课                      B.文化传授                      C.人才培养                      D.学校教育

4.西周的官学已有较完备的制度，主要分两类两级：一类是国学，一类是（ ）。

- A.府学                      B.内学                      C.乡学                      D.藩学

5.否定教育在培养目标，办学形式，管理模式，教学内容，评价标准等方面的单一性和统一性，体现了二战后教育改革和发展呈现出（ ）特点

- A.教育终身化                      B.教育全民化                      C.教育民生化                      D.教育多元化

## 第二节 教育学的产生与发展



### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】在教学理论著述中，强调学科的基本结构要与儿童认知结构相适应，重视学生能力培养，主张发现学习的专著是（ ）。  
A. 《普通教育学》 B. 《大教学论》 C. 《教学过程》 D. 《教学过程最优化》
2. 【2015 年下全国教资真题】在教育目标的分类中，美国教育心理学家布鲁姆将学生学习结果划分的三领域是（ ）。  
A. 知识、技能和技巧 B. 知识、理解和应用技能  
C. 认知、情感和动作技能 D. 认知、应用和评价技能
3. 【2016 年下全国教资真题】西方教育史上，提出“泛智教育”和普及初等教育的主张，并对班级授课制作出系统阐述的教育著作是（ ）。  
A. 柏拉图的《理想国》 B. 昆体良的《论演说家的培养》  
C. 夸美纽斯的《大教学论》 D. 赫尔巴特的《普通教育学》



### 【学习目标】

考点	目标	自测
教育学萌芽阶段的代表人物及其思想	识记	请复述《学记》中的重要教育思想。
教育学创立阶段的代表人物及其思想	识记	夸美纽斯、赫尔巴特、杜威这三人的地位有什么区别？
现代教育理论的思想观点	识记	试述赞可夫的著作及观点。



### 【内容梳理】

## 一、教育学的概念

教育学是以教育现象、教育问题为研究对象，不断探索并揭示教育规律的科学。

## 二、教育学的发展历程

### （一）教育学的萌芽阶段的代表人物和代表著作

- 《学记》：是中国古代也是世界上最早的教育专著。
- 孔子：《论语》

- 苏格拉底的产婆术
- 柏拉图的《理想国》
- 亚里士多德，提倡追求理性就是追求美德，这是教育的最高目的。
- 古罗马的昆体良。他的《论演说家教育》（又称《雄辩术原理》），是西方最早的教育著作。

## （二）教育学的创立阶段的代表人物

人物	著作	教育观点
培根 (科学归纳法第一人)	《新工具》——号召采用实验调查法	《论科学的价值和发展》(1623)一文中首次指出应该把“教育学”作为一门独立学科从学科分类中提出来。
夸美纽斯 (教育学之父)	《大教学论》 (1632)——教育学成为一门独立学科的标志	①教学原则：教育要遵循人的自然发展的原则； ②教学制度：系统论述班级授课制方法和实施内容； ③教学思想：“泛智教育”——把广泛的自然知识传授给普通的人； ④教学内容：规定了百科全书式的课程； ⑤教学方法：首次提出并论证了直观性、系统性、量力性、巩固性和自觉性等一系列教学方法。
康德	《康德论教育》 (又称为《教育论》)	人的所有自然禀赋都有待于发展，“人是唯一需要教育的动物”，教育的任务根本在于充分发展人的自然禀赋，使人人都成为自身、成为本来的自我并得到自我完善。 (康德最早在大学里讲授教育学这门课程，他于1776年在德国的柯尼斯堡大学的哲学讲座中讲授教育学。)
卢梭	《爱弥儿》	提倡自然主义教育思想，认为教育的任务应该使儿童“归于自然”。
洛克	《教育漫话》	①提出“白板说”； ②倡导“绅士教育”。
裴斯泰洛齐 (慈爱的儿童之父)	《林哈德与葛笃德》	①主张教育遵循自然，使儿童自然发展； ②最早提出“教育心理学化”的主张； ③提倡情感教育，爱的教育； ④西方教育史上第一位将“教育与生产劳动相结合”这一思想付诸实践的教育家。
赫尔巴特 (科学教育学之父、传统教育代表人)	《普通教育学》 (1806)——标志教育学作为一门规范、独立的学科正式诞生	①将伦理学和心理学作为教育学的理论基础； ②强调教师的权威作用，强调教师的中心地位，形成了传统教育教师中心、教材中心、课堂中心的特点； ③提出“四阶段教学”理论。将教学过程分为清楚、联想、系统和方法四个阶段。后由他的学生齐勒修改为预备、提示、比较、总括、应用五段，称“五段教学法”；



		<p>④教育性教学原则：“我想不到有任何无教学的教育，正如相反方面，我不承认有任何无教育的教学。”；</p> <p>⑤教育的目的：培养良好的社会公民。</p>
杜威 (实用主义哲学创始人、现代教育代表人物)	《民主主义与教育》	<p>①三中心论：“儿童中心(学生中心)”、“经验中心”、“活动中心”；</p> <p>②教育的本质：教育即生活、教育即生长、教育即经验的改组或改造(是其教育思想的基础与核心)；</p> <p>③学校即社会；</p> <p>④从做中学；</p> <p>⑤五步教学法：创设疑难情景；确定疑难所在；提出解决问题的种种假设；推断哪个假设能解决这个困难；验证这个假设。</p>
斯宾塞	《教育论》	<p>①对传统的古典主义教育的批判。</p> <p>②教育预备说。</p> <p>③科学知识最有价值。</p> <p>④制定以科学知识为核心的课程体系。</p> <p>⑤主张教育的目的和任务在于教导每一个人怎样去过“完美”的生活</p>

### (三) 马克思主义教育学

#### 1. 苏联教育家的代表著作和主要思想

①马卡连柯主要从事对流浪儿和少年违法者的教育改造工作，他的《教育诗》就是在高尔基工学团真实而形象的实践记录。集体主义教育是其教育思想体系的重要方面，“通过集体、在集体中、和为了集体”的教育，是集体教育理论的核心思想。

②克鲁普斯卡娅的《国民教育与民主制度》，“她是最早以马克思主义为基础，探讨教育问题的教育家。”

③凯洛夫的《教育学》，被公认为世界上第一部马克思主义的教育学著作，对我国建国后乃至现在的教育都产生了很大的影响。

#### 2. 我国教育家及主要思想

我国教育家杨贤江(化名李浩吾)是中国最早用马克思主义论述教育问题的教育家，他写的《新教育大纲》则是我国第一部以马克思主义为指导的教育学著作。

### (四) 现代教育理论的发展

赞科夫的《教学与发展》：提出了发展性教学理论的五条教学原则，即高难度、高速度、理论知识起主导作用、理解学习过程、使所有学生包括差生都得到发展的原则。

布鲁纳的《教学过程》强调学科结构，提出了结构主义教学理论，倡导发现式学习。

瓦根舍因创立范例教学理论：范例教学法是指教师在教学中选择真正基础的本质的知识作为教学内容，通过“范例”内容的讲授，使学生达到举一反三掌握同一类知识的规律的方法。

苏霍姆林斯基的《给教师的建议》(也称为《给教师的一百条建议》)、《把整个心灵献给孩子》、《帕

夫雷什中学》等著作中，系统论述了他的全面和谐教育思想。他的著作被称为“活的教育学”。

布鲁姆著有《教学目标分类学》等著作，将教学目标分为认知、情感和动作技能三大领域，提出了掌握学习理论。

前苏联教育家巴班斯基提出教学过程最优化的教学理论和方法。



## 本节自测

### 单项选择题

1.教育学的研究对象是（ ）。

A.教育现象、教育问题

B.教育问题、教育规律

C.教育现象、教育规律

D.教育原则、教育目的

2.范例教学理论是（ ）提出来的。

A.赫尔巴特

B.巴班斯基

C.布鲁纳

D.瓦根舍因

3.我国奴隶社会的教育内容是（ ）。

A.四书五经

B.六艺

C.自然科学

D.生产技能

4.被称为世界上第一部研究教学法的书是（ ）。

A.夸美纽斯的《大教学论》

B.柏拉图的《理想国》

C.斯宾塞的《教育论》

D.昆体良的《雄辩术原理》

5.最早提出教育要适应儿童的年龄阶段，进行和谐发展的教育思想家是（ ）。

A.柏拉图

B.昆体良

C.皮亚杰

D.亚里士多德

6.提出“明了、联想、系统、方法”四段教学法和教学的教育性原则的是（ ）。

A.赫尔巴特

B.夸美纽斯

C.洛克

D.杜威

7.著名的实用主义教育家及代表作是（ ）。

A.布鲁纳《教育过程》

B.杜威《民主主义与教育》

C.赞克夫《教学与发展》

D.凯洛夫《教育学》

8.现代教育学派的代表人物是（ ）。

A.昆体良

B.杜威

C.赞科夫

D.赫尔巴特

9.教育学作为一门学科的建立始于夸美纽斯的研究，他的代表作是（ ）。

A.《大教学论》

B.《爱弥尔》

C.《论演说家的教育》

D.《民本主义与教育》

10.《爱弥尔》的作者是（ ）。

A.赫尔巴特

B.柏拉图

C.苏格拉底

D.卢梭

11.美国实用主义教育家杜威认为，教学过程是学生直接经验的不断改造和增大意义的过程，是（ ）的过程。

A.从学中做

B.先学后做

C.先做后学

D.从做中学

12.世界上第一部马克思主义教育学著作是凯洛夫的（ ）。

- A.《教育与发展》      B.《教育学》      C.《帕夫雷什中学》      D.《塔上旗》

13.苏联教育家赞科夫的教育代表作是（ ）。

- A.《普通教育学》      B.《教学与发展》      C.《人的教育》      D.《教育过程》

### 第三节 教育与社会发展



#### 【真题再现】

1. 【2015 年下全国教资真题】马克思认为，复杂劳动等于加倍的简单劳动。这主要说明教育具有哪些功能？（ ）  
A. 经济功能                      B. 政治功能                      C. 文化功能                      D. 人口功能
2. 【2015 年下全国教资真题】【简答题】简述教育的文化功能。
3. 【2017 年上全国教资真题】【辨析题】教育具有自身的发展规律，不受社会发展的制约。



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
教育功能的划分	理解	请举例说明教育的显性功能和隐形功能
教育与政治的关系	理解	请说明教育目的与政治的关系
教育与生产力的关系	了解	请说明教育的结构和体制与生产力的关系
教育与文化的关系	识记	请举例说明教育的文化功能。



#### 【内容梳理】

#### 一、教育的功能

教育功能是教育活动和系统对个体发展和社会发展所产生的各种影响和作用。

##### 1. 按教育功能作用的对象划分——个体发展功能和社会发展功能

教育的个体发展功能指教育对个体发展的影响和作用，也称为教育的本体功能。

教育的社会发展功能指教育对社会发展的影响和作用，是教育的派生功能。

##### 2. 按教育作用的性质划分——正向功能与负向功能

教育的正向功能（积极功能）指教育有助于社会进步和个体发展的积极影响和作用。

正向功能与负向功能是同时存在的吗？

教育的负向功能（消极功能）指阻碍社会进步和个体发展的消极影响和作用。

##### 3. 按教育功能呈现的形式划分——显性功能与隐性功能

教育的显性功能指教育活动依照教育目的，在实际运行中所出现的与之相吻合的结果。

教育的隐性功能指伴随显性教育功能所出现的非预期性的功能。显性功能与隐性功能的区分是相对

的，一旦隐性的潜在功能被有意识地开发、利用，就可以转变成显性教育功能。

## 二、教育与生产力的关系

### （一）生产力对教育具有制约作用

- 1.生产力的发展水平影响着教育目的的确定
- 2.生产力的发展水平制约着课程设置和教学内容的选择
- 3.生产力水平决定教育的规模和速度
- 4.生产力的发展制约学校结构
- 5.生产力的发展制约着教学方法、手段和教学组织形式

### （二）教育对生产力的促进作用

- 1.教育是劳动力再生产的手段
- 2.教育生产新的科学知识和技术手段

## 三、教育与政治经济制度

### （一）政治经济制度对教育具有制约作用

- 1.政治经济制度决定着教育目的的性质
- 2.政治经济制度决定教育的领导权
- 3.政治经济制度决定着受教育的权利
- 4.政治经济制度影响部分教育内容

### （二）教育对政治经济制度的影响作用

- 1.教育培养合格的公民和各种政治人才。
- 2.教育是一种影响政治经济制度的舆论力量。通过教育，宣传一定的政治观点、理论、方针、路线，造成舆论。
- 3.通过教育制度，实现对受教育者的阶级或阶层的选拔，使原有的社会政治关系得以延续和发展，或者加速改变旧的社会政治关系。

## 四、教育与人口的关系

人口是指生活在一定社会、一定地区，具有一定数量、质量与结构的人的总体。

### （一）人口对教育的影响

- 1.人口数量影响教育发展的规模与教育投入
- 2.人口结构影响教育的结构
- 3.人口质量影响教育的质量
- 4.人口流动对教育提出挑战

## （二）教育对人口的作用

- 1.教育可以控制人口的数量
- 2.教育可以提高人口素质
- 3.教育可以优化人口结构
- 4.教育可以促进人口合理流动

## 五、教育与文化的关系

### （一）教育与文化是相互依存、相互制约的关系

从广义上说，教育是文化的一部分，受到文化中其他因素的影响，同时它也对整个文化起着保存、传承、改造、创新的作用。任何文化特性或形态，如果没有教育就难以延续。

文化对教育发展的制约作用，主要表现在以下几个方面：

- 第一，文化影响教育目的的确立。
- 第二，文化影响教育内容的选择。
- 第三，文化影响教育教学方法的使用。

教育对文化发展的促进作用主要有以下几个方面：

- 第一，教育具有筛选、整理、传递和保存文化的作用。
- 第二，教育具有传播和交流文化的作用。
- 第三，教育具有更新和创造文化的作用。
- 第四，教育具有选择、提升文化的作用。

### （二）教育与文化关系的特殊性

- 1.文化本身是一种教育力量
- 2.教育本身是一种特殊的文化现象



## 本节自测

### 单项选择题

- 1.直接制约教育的社会性质和发展方向的社会因素是（ ）。
  - A.生产力水平
  - B.科学水平
  - C.文化传播
  - D.政治经济制度
- 2.“建国君民，教学为先”这句话反映了（ ）的关系。
  - A.教育与政治
  - B.教育与文化
  - C.教育与科技
  - D.教育与经济
- 3.“劳心者治人，劳力者治于人”的中国传统儒家思想把（ ）相隔离。
  - A.教育与生活
  - B.教育与经济
  - C.教育与政治
  - D.教育与生产劳动
- 4.教育与生产力的关系叙述不正确的是（ ）。
  - A.教育与生产力同步
  - B.生产力水平制约着教育的内容和手段

C.生产力对教育的制约作用受生产关系的调节

D.生产力水平决定教育的规模和速度

5.社会政治经济制度对教育的决定作用具体表现在（ ）。

A.决定教育目的与教育领导权

B.决定受教育权与教育目的

C.决定教育领导权

D.决定教育目的、教育领导权和受教育权

6.把一个社会文化共同体的文化传输到另一个文化共同体，这是教育的文化（ ）。

A.创造功能

B.提升功能

C.交流功能

D.传播功能

## 第四节 教育与人的发展



### 【真题再现】

1. 【2015 年上全国教资真题】“惟上智与下愚不移”、“生而知之”等反映了影响人的发展因素的哪一理论？（ ）  
A. 环境决定论 B. 遗传决定论 C. 教育万能论 D. 儿童学理论
2. 【2016 年上全国教资真题】【简答题】为什么教育对人的发展起主导作用？
3. 【2017 年上全国教资真题】儿童身心发展存在高速发展期，某一时期某一方面的发展特别迅速而在其他阶段相对平稳。这一现象体现了儿童身心发展的哪一特性？（ ）  
A. 顺序性 B. 阶段性 C. 个别差异性 D. 不平衡性



### 【学习目标】

考点	目标	自测
个体身心发展的一般规律	掌握	请举出阶段性、不平衡性的例子
个体身心发展的动因	理解	请结合谚语理解身心发展的动因
影响人身心发展的因素	识记	请区分学校、个体在人的发展中的作用



### 【内容梳理】

## 一、人的发展的概念

人的发展是指个体随年龄增长而发生的身心有规律的、连续变化的过程，包括生理和心理两方面的发展。

## 二、个体身心发展的一般规律

### （一）个体身心发展的顺序性

#### 1. 具体表现

个体身心发展是一个由低级到高级、简单到复杂、由量变到质变的过程。

#### 2. 教学启示

教育工作者应按照发展的序列进行施教，做到循序渐进。“拔苗助长”、“陵节而施”等都是有违身



心发展顺序性规律的。

## （二）个体身心发展的阶段性

### 1. 具体表现

个体在不同的年龄阶段表现出身心发展不同的总体特征及主要矛盾，面临着不同的发展任务。

### 2. 教学启示

人的身心发展的阶段性规律决定教育工作者必须根据不同年龄阶段的特点分阶段进行，在教育教学的要求、内容和方法的选择上，不能搞“一刀切”，还要注意各阶段间的衔接和过渡。

## （三）个体身心发展的不平衡性

聪明早慧和大器晚成是不平衡性的体现吗？

### 1. 具体表现

一是：个体内部同一方面的发展在不同的年龄阶段是不均衡的。

二是：个体内部不同方面“所达到的某种发展水平或成熟的时期是不同的”。即有的方面在较早的年龄阶段已经达到较高的发展水平，有的则要到较晚的年龄阶段才能达到较为成熟的水平。

### 2. 教学启示

教育要遵循儿童身心发展的不平衡性，要适时而教，即要在儿童发展的关键期或最佳期及时的进行教育。

## （四）个体身心发展的互补性

### 1. 具体表现

互补性反映出个体身心发展各组成部分的相互关系，一方面是指机体某一方面的机能受损甚至缺失后，可通过其他方面的超常发展得到部分补偿。另一方面，互补性也存在于心理机能和生理机能之间。

### 2. 教学启示

要求教育应结合学生实际，扬长避短，注重发现学生的自身优势，促进学生的个性化发展。

## （五）个体身心发展的个别差异性

### 1. 具体表现

个别差异性是指个体发展在具有整体共同特征的前提下，每一个儿童的身心发展在表现形式、内容和水平方面，都可能会有自己的独特之处。这种差异性，来源于个体遗传素质和生活环境的差别。

### 2. 教学启示

教育必须因材施教，充分发挥每个学生的潜能和积极因素，有的放矢地进行教学，使每个学生都得到最大的发展。

## 三、个体身心发展的动因

### （一）内发论

主要观点：强调人的身心发展的力量主要源于人自身的内在需要，身心发展的顺序也是由身心成熟机制决定的。内发论强调遗传在人的发展中的决定作用。

代表人物：

- 孟子，提出“仁义礼智非由外铄我也，我固有之也”（《孟子·告子》）。
- 弗洛伊德，认为人的性本能是最基本的自然本能，它是推动人发展的根本动因。
- 威尔逊，认为“基因复制”是决定人的一切行为的本质力量。
- 格赛尔，提出“成熟势力说”，认为成熟机制对人的发展起决定作用，并通过双生子的爬梯实验来证明他的观点。
- 霍尔，认为“一两的遗传胜过一吨的教育”。
- 高尔登，“优生学”的代表人。

## （二）外铄论

基本观点：人的发展主要依靠外在力量，诸如环境的刺激和要求、他人的影响和学校的教育等。

代表人物：

- 荀子，提出“人之性恶，其善者伪也”，即人性趋向于邪恶，人们善良的行为是后天作为的结果。“化性而起伪”，用礼义法度等去引导人的自然本性，即改造人的本性，使之树立道德观念。
- 洛克，提出“白板说”。
- 华生，认为“给我一打健康的婴儿，不管他们祖先状况如何，我可以任意把他们培养成从领袖到小偷等各种类型的人。”

## （三）多因素相互作用论

这种观点认为人的发展是个体内在因素（如先天遗传的素质、机体成熟的机制）与外部环境（外在刺激的强度、社会发展的水平、个体的文化背景等）相互作用的结果。这是一种辩证唯物主义的观点。

# 四、影响人的身心发展的因素

## （一）遗传

### 1.概念

遗传也叫遗传素质，是指通过某种遗传物质所传递的、父母和种系发展过程中所形成的人的一些解剖生理特点。

### 2.遗传素质在人的发展中的作用

遗传素质是人的身心发展的必要物质前提，具体地讲：

- （1）遗传素质是人的身心发展的生理前提，为人的身心发展提供了可能性。
- （2）遗传素质的生理成熟程度制约着人的身心发展的过程及其阶段。
- （3）遗传素质的差异性在构成身心发展的个别特点上具有一定的影响。
- （4）遗传素质在个体发展的不同阶段作用的大小不同，随着个体不断地发展，遗传的作用日益减弱。
- （5）遗传素质对人发展影响的大小与其本身是否符合常态有关。

## （二）环境

### 1. 概念

环境泛指个体生活中影响个体身心发展的一切外部因素，包括自然环境和社会环境。

### 2. 环境在人的发展中的作用

（1）环境为个体的发展提供了多种可能，包括机遇、条件和对象。

（2）环境是人的身心发展的外部的客观条件，环境使遗传提供的发展可能性变成现实。

（3）人在接受环境影响和作用时，也不是消极的、被动的。人具有主观能动性，人在改造环境的实践中发展着自身。因此，夸大环境对人的发展的作用，特别是环境决定论，是错误的。

## （三）学校教育

### 1. 学校教育在人的发展中起主导作用的原因

（1）学校教育是有目的、有计划、有组织的培养人的活动。

（2）学校教育是通过专门训练的教师来进行的，相对而言效果较好。

（3）学校教育能有效地控制、影响学生发展的各种因素。

（4）学校教育给人的影响比较全面、系统和深刻。

### 2. 学校教育在人的身心发展中的主导作用的表现

（1）学校教育按社会对个体的基本要求对个体发展方向做出社会性规范。

（2）学校教育具有加速个体发展的特殊功能。

（3）学校教育，尤其是基础教育对个体发展的影响具有即时和延时的价值。

（4）学校教育具有开发个体特殊才能和发展个性的功能。

## （四）个体的主观能动性

**1. 概念：**人的主观意识对客观世界的反映和能动作用。

“莲，出淤泥而不染”这句话强调的是人身  
心发展的哪个因素在起作用？

**2. 作用：**个体的主观能动性是人的身心发展的动力，是促进个体发展的决定性因素。



## 本节自测

### 一、单项选择题

1. “拔苗助长”违背了人的身心发展的（ ）。

A. 阶段性                      B. 顺序性                      C. 不平衡性                      D. 差异性

2. 人们常说的“聪明早慧”或“大器晚成”是指个体身心发展的（ ）。

A. 互补性                      B. 个别差异性                      C. 不平衡性                      D. 阶段性

3. 因材施教的原则反映了人的身心发展的（ ）。

A. 阶段性                      B. 不平衡性                      C. 个别差异性                      D. 顺序性

4. 个体身心发展有两个高速发展期：新生儿与青春期，这是身心发展（ ）规律的反映。

A. 顺序性                      B. 不平衡性                      C. 阶段性                      D. 个别差异性

5. 下列历史中外名人中，坚持外铄论的是（ ）。

A.孟子 B.威尔逊 C.弗洛伊德 D.洛克

6. “近朱者赤，近墨者黑”，这句话反映了（ ）因素对人的发展的影响。

A.环境 B.遗传 C.教育 D.社会活动

7.遗传素质为个体的身心发展提供了（ ）。

A.现实性 B.必然性 C.必要性 D.可能性

8.有些阶段错过了一定的教育，再进行补救教育会出现不是很成功的情况，这表明的人的发展具有（ ）。

A.顺序性 B.可逆性 C.阶段性 D.关键期

9.人的发展需要经过乳儿、幼儿、童年、少年、青年等时期，这表明人身心发展具有（ ）。

A.稳定性 B.可变性 C.差异性 D.阶段性

## 二、材料分析题

季羨林在山东大学附属高中读书的时候，曾获校长王寿彭嘉奖。王校长赠了他一副对联和一个扇面。对联是“能将忙事成闲事，不薄今人爱古人”。扇面上王校长录了一首励志的诗，关键是落款，写的是“羨林老弟正”——王寿彭。季羨林说，“我从此才有意识地努力学习，要追究动机，那并不堂皇。无非是想保持自己的面子，决不能从甲等第一名落到第二名，如此而已。”

请结合材料分析学校教育、主观能动性与个体成长的关系。

## 第五节 教育制度



### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】英国政府 1870 年颁布的《初等教育法》中，一方面保持原有的专为资产阶级子女服务的学校系统，另一方面为劳动人民的子女设立国民小学、职业学校。这种学制属于（ ）。
2. 【2016 年下全国教资真题】在我国近现代学制改革中，明确规定将学堂改为学校，实行男女教育平等，允许初等小学男女同校的学制是（ ）。
3. 【2015 年上全国教资真题】【简答题】一个国家学制建立的主要依据有哪些？
4. 【2017 年上全国教资真题】世界各国的学制存在着差别，但在入学年龄、中小学分段等方面具有较高的一致性，这说明学制的建立要依据（ ）。

- A. 双轨学制                      B. 单轨学制                      C. 中间型学制                      D. 分支型学制
- A. 壬寅学制                      B. 癸卯学制                      C. 壬子癸丑学制                      D. 壬戌学制
- A. 社会政治经济制度                      B. 生产力发展水平                      C. 青少年身心发展规律                      D. 民族和文化传统



### 【学习目标】

考点	目标	自测
教育制度的概念	理解	请解释教育制度与学校教育制度是什么关系。
现代学制的类型	理解	单轨制、双轨制、分支制的主要区别在哪里？
我国现代学制的发展	识记	壬寅学制和癸卯学制的地位分别是什么？
义务教育的特点	识记	请联系实际分析义务教育的相关特点。



### 【内容梳理】

## 一、教育制度概述

### （一）教育制度的概念

广义的教育制度指国民教育制度，是一个国家为实现其国民目的，从组织系统上建立起来的一切教育设施和有关规章制度。

狭义的教育制度指学校教育制度，简称学制，是一个国家各级各类学校的总体系，具体规定各级各类学校的性质、任务、目的、入学条件、修业年限以及它们之间相互衔接关系。

其中学校教育制度处于国民教育制度的核心和主体地位，体现了一个国家国民教育制度的实质。

## （二）建立学制的依据

1. 生产力发展水平和科学技术发展状况
2. 社会政治经济制度
3. 青少年儿童身心发展规律
4. 本国学制的历史发展和外国学制的影响

## （三）学校教育制度在形式上的发展

前制度化教育有学校吗？

### 1. 前制度化教育

前制度化教育始于人类早期的原始社会教育，到奴隶社会后期逐渐出现了定型的形式化教育（即实体化教育）。

### 2. 制度化教育

制度化教育主要指的是正规教育，也就是指具有层次结构的、按年龄分级的教育制度。近代学校系统的出现，开启了制度化教育的新阶段。

中国近代制度化教育兴起的标志是清朝末年的“废科举、兴学堂”，以及颁布的一系列学制。

### 3. 非制度化教育

非制度化教育提倡的理想是：“教育不应再限于学校的围墙之内。”

## 二、西方现代学制的类型

**1. 双轨制：**19 世纪欧洲把学校分为两个互不相同的轨道：一轨自上而下，其结构是——大学（后来也包括其他高等学校）、中学（包括中学预备班）；另一轨从下而上，其结构是——小学（后来是小学和中学）及其后的职业学校（先是与小学相连的初等职业教育，后发展为和初中连接的中等职业教育）。

它们是两个平行的系列，既不相通也不相接，这样就剥夺了在国民教育学校上学的劳动人民子女升入中学和大学的权利。

**2. 单轨制：**19 世纪末 20 世纪初在美国形成的一种学制，其特点是所有的学生在同样的学校系统中学习，从小学、中学到大学，各级各类学校相互衔接。

**3. 分支制：**是 20 世纪上半叶前苏联建立的一种学制。这是一种在初等教育阶段强调共同的基础性教育，到中等教育阶段分职业教育和普通教育两个分支的学制。

## 三、我国现代学制的沿革

学制名称	颁布时间	颁布政府	特点	地位
壬寅学制 （《钦定学堂章程》）	1902 年	清政府	——	中国首次颁布的第一个现代学制，但只颁布而没有实行。
癸卯学制 （《奏定学堂章程》）	1904 年	清政府	主要承袭了日本的学制，反映了“中学为体，西学为用”的思想。规定男女不许同校，轻视女子教育。	中国开始实施的第一个现代学制或实行新学制的开端。

壬子癸丑学制	1912-1913 年	南京临时政府	它第一次规定男女同校，废除读经，充实了自然科学的内容，并将学堂改为学校。	我国教育史上第一个具有资本主义性质的学制。
壬戌学制	1922 年	北洋政府	以美国学制为蓝本。规定小学六年，初中三年，高中三年。	又叫新学制或六三三学制。

学制由横向划分的学校系统与纵向划分的学校阶段所构成。横向划分可分为基础教育、高等教育、成人教育、职业教育等类型，纵向划分可分为幼儿教育、初等教育、中等教育、高等教育等阶段。从形态上看，我国现行学制是从单轨学制发展而来的分支型学制。

请问幼儿教育属于基础教育吗？

## 四、义务教育制度

**1.概念：**义务教育是依据法律规定，适龄儿童和少年必须接受的，国家、社会、学校、家庭必须予以保证的国民教育。

**2.特点：**义务教育是强迫教育，具有强制性、普及性、免费性。

**3.实施：**我国九年制义务教育的学制年限实行小学六年、初中三年的“六三制”，或小学五年、初中四年的“五四制”，以及不划分为两个阶段的“九年一贯制”。总体来看，学制年限是多种形式并存。



## 本节自测

### 单项选择题

1. “教育主体确定，教育对象稳定，有相对的稳定活动场所和设施等教育实体出现，教育初步定型”，这些特征的出现标志学校教育制度进入（ ）。

- A.前制度化教育阶段 B.制度化教育阶段  
C.非制度化教育阶段 D.学校萌芽阶段

2.以欧洲为典型代表的学制类型是（ ）。

- A.双轨制 B.单轨制 C.分支制 D.多轨制

3.我国颁布的第一个现代学制是（ ）。

- A.壬寅学制 B.癸卯学制 C.壬戌学制 D.壬子癸丑学制

4.整个教育制度的核心是（ ）。

- A.学制 B.教育体制 C.教育结构 D.义务教育制度

5.分支型学制是介于双轨制和单轨制之间的学制结构，它最早出现在（ ）。

- A.美国 B.英国 C.苏联 D.德国

6.我国现阶段的学制类型属于（ ）。

- A.双轨制 B.单轨制 C.分支制 D.多轨制

## 第六节 教育目的



### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】确立我国教育目的的理论基础是（ ）。
- A. 素质教育理论 B. 马克思关于人的全面发展理论
- C. 创新教育理论 D. 生活教育理论
2. 【2016 年上全国教资真题】【辨析题】教育既然是培养人的活动，教育目的就只能按照人的发展需求确定。
3. 【2016 年上全国教资真题】【简答题】简述美育对促进学生德智体全面发展的意义。
4. 【2017 年上全国教资真题】在教育目的价值取向问题上，主张教育是为了使人增长智慧，发展才能，生活更加充实幸福的观点属于（ ）。
- A. 个人本位论 B. 社会本位论 C. 知识本位论 D. 能力本位论



### 【学习目标】

考点	目标	自测
教育目的的层次	掌握	请对教育目的、培养目标、教学目标进行排序。
全面发展教育的构成	理解	请解释五育的地位及作用。
素质教育的内涵	理解	请阐释全体、全面的含义



### 【内容梳理】

## 一、教育目的的概述

### （一）概念

教育目的是教育的核心问题，是国家对教育培养人的总的要求，它规定着人才的质量和规格，对教育工作具有全程性的指导作用。教育目的主要由两部分组成，一是规定人的身心素质的培养规格和质量，二是规定教育所要培养出的人的社会价值，即教育要为社会培养什么人的问题。

教育目的是整个教育工作的方向，是一切教育工作的出发点。教育目的的实现也是教育活动的归宿。



## 考点延伸

### 教育目的与教育方针的区别和联系

教育方针是国家教育工作的基本政策和指导思想，是国家根据政治经济的要求，为实现教育目的所规定的教育工作的总方向。它包括：教育工作的服务方向、教育目的、实现教育目的的途径。教育目的强调了教育活动要达到的最终结果，它是教育方针的重要组成部分。

联系：它们在对教育社会性质的规定上具有内在的一致性，都含有“为谁（哪个阶级、哪个社会）培养人”的规定性，都是一定社会（国家或地区）各级各类教育在其性质和方向上不得违背的根本指导原则。

区别：一方面教育方针所含的内容比教育目的更多些。教育目的一般只包含“为谁培养人”、“培养什么样的人”的问题；而教育方针除此之外，还含有“怎样培养人”的问题和教育事业发展的基本原则。另一方面，教育目的在对人培养的质量规格方面要求较为明确，而教育方针则在“办什么样的教育”、“怎样办教育”方面显得更为突出。

## （二）教育目的的层次结构

### 1. 国家的教育目的

### 2. 各级各类学校的培养目标

培养目标是教育目的的具体化，是结合教育目的、社会要求和受教育者的特点制定的各级各类教育的培养要求。

教育目的与培养目标之间是普遍与特殊的关系。

### 3. 教师的教学目标

教学目标是教育者在教育教学的过程中，在完成某一阶段（如一节课、一个单元或一个学期）工作时，希望受教育者达到的要求或产生的预期变化。

教学目标与教育目的、培养目标之间的关系是具体与抽象的关系。

## （三）教育目的的作用

### 1. 导向作用

### 2. 激励作用

### 3. 评价作用

## （四）确立教育目的的依据

### 1. 主观依据

从主观方面来看，教育目的首先是教育活动中人的价值选择。人们在考虑教育目的时往往会受其哲学观念、人性假设和理想人格等等观念和价值取向的影响。

### 2. 客观依据

#### （1）社会生产力和科学技术发展水平

(2) 一定的社会经济和政治制度

(3) 社会历史发展的进程

(4) 受教育者身心发展的规律

### (五) 有关教育目的的理论

#### 1. 社会本位论

代表人物有：赫尔巴特、柏拉图、孔德、涂尔干等。

社会本位教育目的论的观点是：从社会发展需要出发，注重教育的社会价值；主张教育的目的是培养合格公民和社会成员；教育是国家的事业；评价教育要看其对社会的发展贡献的指标。

#### 2. 个人本位论

代表人物有：卢梭、罗杰斯、福禄贝尔、裴斯泰洛齐等。

个人本位教育目的论的观点是：从个体本能需要出发，强调教育要服从人的成长规律和满足人的需要；注重教育对个人的价值；主张教育的目的是培养“自然人”，发展人的个性，增进人的价值，促使个人自我实现。

#### 3. 教育无目的论

由杜威提出来的。他在《民主主义与教育》中指出“教育的过程，在它自身以外没有目的，它就是它自己的目的。”杜威所否定的是教育的一般的、抽象的目的，强调的是教育过程内有的目的，即每一次教育活动的具体目的，并非主张教育完全无目的。

#### 4. 社会需要与人的自身发展的辩证统一论

教育目的的制定要从社会发展需要和人的自身发展需要两方面出发。

## 二、我国的教育目的

### (一) 我国教育目的的基本精神

1. 我们要求培养的人是社会主义事业的建设者和接班人，因此要坚持思想政治道德素质与科学文化知识能力的统一。

2. 我们要求学生在德、智、体等方面全面发展，要求坚持脑力劳动与体力劳动两方面的和谐发展。

3. 适应时代发展的要求，强调学生个性的发展，培养学生的创造精神和实践能力。

4. 教育必须与生产劳动相结合，这是教育目的实现的根本途径。

### (二) 确立我国教育目的的依据

我国确立教育目的的理论依据是马克思关于人的全面发展学说。

### (三) 全面发展教育的构成及其关系

全面发展的教育由德育、智育、体育、美育和劳动技术教育构成。它们相互依存、相互促进、相互制约，构成一个有机整体，共同促进人的全面发展。

#### 1. 德育

德育是向学生传授一定的社会思想准则、行为规范，并使其养成相应的思想品德的教育活动。德育

在全面教育中起着灵魂和核心作用，起着保证方向的作用。

德育的主要任务是：①培养学生良好的道德品质；②培养学生具有道德评价和自我教育的能力；③培养学生正确的世界观。

## 2. 智育

智育是教育者以系统的科学文化知识和技能来武装学生，发展学生智力的教育。

智育的主要任务包括：①向学生传授系统的文化科学基础知识；②培养训练学生形成基本技能和技巧；③发展学生智力。

智育的意义：①智育在社会文明建设中起着不可缺少的和越来越重要的作用；②智育在全国发展教育中占有十分重要的地位，它是各育的核心（基础）。

## 3. 体育

体育是授予学生体育卫生知识和技能，使学生增强体质，发展机体素质和运动能力，养成良好的卫生、保健习惯的教育。体育为人的全面发展教育提供了重要物质基础。

体育的主要任务包括：

①指导学生锻炼身体，促进身体的正常发育和技能的发展，增强体质，提高健康水平，全面发展学生的身体素质和身体的基本活动能力；

②使学生掌握体育的科学知识和正确的体育锻炼技能技巧，学会科学锻炼的方法，养成经常锻炼的良好习惯；

③使学生掌握卫生保健知识，养成良好的卫生保健的习惯，并能在日常生活中创造维护身体健康的条件；

④培养良好的品德。

体育的意义：

①促进学生身体健康发展，增强学生的体质；

②体育是促进学生人全面发展不可缺少的重要条件，它提供了一个物质基础；

③青少年一代的身心健康水平，关系到整个国家、民族的强弱盛衰。

## 4. 美育

美育，又称为审美教育或美感教育，是运用艺术美、自然美和社会生活美培养学生正确的审美观点以及感受美、鉴赏美和创造美的能力的教育。

美育的主要任务包括：

①培养学生正确的审美观点，使他们具有感受美、理解美和鉴赏美的知识和能力；

②培养学生艺术活动的技能，发展艺术创造能力；

③培养学生美好的情操和文明行为习惯。

美育对促进学生全面发展的意义：

①美育能促进学生智力发展，扩大和加深他们对客观世界的认识；

②美育能促进学生科学世界观和共产主义道德品质的形成；

③美育能促进体育，美育有怡情健身作用；

④美育能促进劳动教育，是学生体验到劳动创造美的喜悦。



## 第七节 教育科学研究方法



### 【真题再现】

1. 【2012 年上全国教资真题】在教育研究中，通过考察事物发生和发展的过程，揭示其本质和发展规律的研究方法是（ ）。
2. 【2012 年下全国教资真题】在教育调研中，为获取相关资料而对一所学校或一个学生进行专门调查属于（ ）。

- A. 调查法                      B. 访谈法                      C. 历史法                      D. 实验法
- A. 全面调查                      B. 重点调查                      C. 抽样调查                      D. 个案调查



### 【学习目标】

考点	目标	自测
观察法的概念	掌握	直接观察和间接观察的区分点
调查法的概念	了解	调查法的区分
实验法的概念	了解	实验法的优点



### 【内容梳理】

## 一、教育科学研究的含义

教育科学研究就是以教育现象或问题为对象，运用各种科学方法，遵循科学的认识过程，根据对收集到的事实材料的分析，对假设或理论进行检验，以揭示教育现象的本质及其客观规律的活动。

教育科学研究是教育科学自身发展的基本途径。

## 二、教育科学研究的基本方法

### （一）观察法

#### 1. 观察法的含义

观察法是研究者依据一定的目的和计划，在自然条件下，对研究对象进行系统的连续的观察，并做出准确、具体和详尽的记录，以便全面而正确地掌握所要研究的情况。

观察法是进行教育科学研究中广泛使用的、最基本的研究方法。

## 2. 观察法的分类

**(1) 根据对观察的环境条件是否进行控制和改变，观察法可以分为：自然情境下的观察和实验室中的观察**

### ① 自然情境中的观察

包括自然行为的偶然现象观察和系统的现象观察，能搜集到客观真实的材料，但往往观察的是对象的外部行为表现。

### ② 实验室中的观察

实验室观察是研究者根据研究的目的，在对观察对象发生的环境和条件加以控制或改变的条件下进行的观察。

这种观察有严密的计划，有利于探讨事物内在的因果关系。

**(2) 根据观察时是否借助仪器设备，观察法可以分为：直接观察和间接观察**

### ① 直接观察

直接观察是凭借人的感官，在现场直接对观察对象进行的感知和描述，直观具体。

### ② 间接观察

间接观察是利用一定的仪器或其他技术手段作为中介对观察对象进行考查。

**(3) 根据观察者是否直接参与被观察者所从事的活动，观察法可以分为：参与性观察和非参与性观察**

### ① 参与性观察

参与性观察是研究者直接参加到所观察的群体和活动中去，不暴露研究者的真正身份，在参与活动中进行隐蔽性的研究观察。

### ② 非参与性观察

非参与性观察不要求研究人员站到与被观察对象同一地位，而是以旁观者的身份，可采取公开的，也可以采取秘密的方式进行。每当一种行为发生时，观察者及时进行观察记录。

**(4) 根据是否对观察活动进行严格的控制，观察法可以分为：结构式观察和非结构式观察**

### ① 结构式观察

结构式观察有明确的目标、问题和范围，有详细的观察计划、步骤和合理设计的可控制性观察。

### ② 非结构式观察

非结构式观察是对研究问题的范围目标采取弹性态度，观察内容项目与观察步骤没有预先确定，也无具体记录要求的非控制性观察。

## (二) 调查法

### 1. 调查法的含义

调查法是指在教育理论指导下，通过运用问卷、访谈、作品分析、测量等方法，有目的、有计划、系统地收集研究对象的客观资料，进行整理分析之后，从中概括出规律性结论的一种研究方法。

### 2. 调查法的分类

**(1) 按调查对象的选择范围，可以分为普遍调查、抽样调查和个案调查**

**① 普遍调查也叫全面调查**，是对某一范围内所有被研究对象进行调查。如当前学生厌学情绪的情况

调查。这种类型的调查的优点是具有普遍性，能全面地反映教育的许多现象及其变化发展情况，搜集的资料比较全面。但是调查所得到的材料往往比较肤浅和简单，有些问题无法深入了解，同时由于调查范围广，往往耗资大、费时长。

②**抽样调查**，即从被调查对象的全体范围（总体）中，抽取一部分单位（样本）进行调查，并以样本特征值推断总体特征值的一种调查方法。

③**个案调查**，即在对被调查的教育现象或教育对象进行具体分析的基础上有意识地从中选择某个教育现象或教育对象进行调查与描述。

### （三）历史法

历史法是以历史研究法来研究教育科学。是通过搜集某种教育现象发生、发展和演变的历史事实，加以系统客观的分析研究，从而揭示其发展规律的一种研究方法。

### （四）实验法

实验法是按照研究目的，合理地控制或创设一定条件，人为地变革研究对象，从而验证研究假设，探讨教育因果关系，揭示教育工作规律的一种研究。

### （五）教育行动研究

教育行动研究，亦称“教师行动研究”，是指教师在现实教育教学情境中自主进行反思性探索，并以解决工作情境中特定的实际问题为主要目的，强调研究与活动一体化，使教师从工作过程中学习、思考、尝试和解决问题。



## 能力提升

### 一、单项选择题

1. 马克思认为，正确的教育起源论是（ ）。  
A. 生物起源论      B. 心理起源论      C. 劳动起源论      D. 宗教起源论
2. （ ）是教育科学研究中广泛使用的、基本的研究方法。  
A. 调查法      B. 问卷法      C. 观察法      D. 实验法
3. 提出“泛智”教育思想，探讨“把一切事物交给一切人类的全部艺术”的教育家是（ ）。  
A. 培根      B. 夸美纽斯      C. 赫尔巴特      D. 赞科夫
4. 最早提出“教学相长”教育主张的著作是（ ）。  
A. 《学记》      B. 《论语》      C. 《孟子》      D. 《荀子》
5. 最早应用“启发式”进行教学的中外教育家分别是（ ）。  
A. 孔子    苏格拉底      B. 孔子    亚里士多德  
C. 孟子    柏拉图      D. 朱熹    苏格拉底
6. “教育即生活”，提出这一命题的是（ ）。  
A. 布鲁姆      B. 布鲁纳      C. 杜威      D. 夸美纽斯

7.以高难度、高速度、理论知识起主导作用、理解学习过程、使所有学生包括差生都得到一般发展为主要原则的教育学理论被称为（ ）。

- A.全面和谐教育理论 B.掌握学习理论  
C.发现法 D.发展性教学理论

8.决定教育领导权的是（ ）。

- A.生产力 B.科学技术 C.文化 D.政治经济制度

9.校规、校纪等属于校园文化中的（ ）。

- A.物质文化 B.制度文化 C.教师文化 D.学生文化

10.个体身心发展的（ ）决定了教育工作必须循序渐进。

- A.顺序性 B.不平衡性 C.阶段性 D.个别差异性

11.教师围绕某一教育现象，采用问卷、谈话、座谈等多种形式收集资料，并对所获得的资料进行定量、定性分析，指出存在的问题并提出建议的研究方法属于（ ）。

- A.调查法 B.观察法 C.实验法 D.个案研究法

12.个人本位论的代表人物是（ ）。

- A.赫尔巴特 B.涂尔干 C.巴格莱 D.卢梭

13.社会本位教育目的论的代表人物是（ ）。

- A.涂尔干 B.卢梭 C.赞科夫 D.福禄倍尔

14.教育的生物起源论和心理起源论的共同特点是都否认了（ ）。

- A.教育的社会性 B.教育的平等性 C.教育的阶级性 D.教育的生产性

15.构建学习化社会的理想主要体现的是（ ）。

- A.前制度化教育 B.制度化教育 C.非制度化教育 D.正规教育

16.学校文化的核心是（ ）。

- A.学校的物质文化 B.学校的精神或观念文化  
C.学校组织和制度文化 D.学校的非正规文化

17.俗语说“人心不同，各如其面”，说明了儿童身心发展具有（ ）。

- A.顺序性 B.不平衡性 C.阶段性 D.个别差异性

18.我国古代教育家荀子说：“蓬生麻中，不扶自直；白沙在涅，与之俱黑”，这强调的是哪一因素对人的潜移默化的作用？（ ）

- A.遗传 B.环境 C.教育 D.主观能动性

## 二、辨析题

1.人口的质量决定教育事业的规模。

2.一定条件下，制约教育性质和发展方向的最直接的社会因素是政治经济制度。

3.盲人的触觉、听觉一般非常灵敏，这说明人的身心发展的互补性。

4.教育就是指学校教育。

5.学校教育在人身心发展中起主导作用。



三、简答题

1. 学校教育在人身心发展中起主导作用的表现有哪些。
2. 简述政治经济制度对教育的制约作用。
3. 确立教育目的有哪些依据？

## 第二章 中学课程

### 第一节 课程概述



#### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】校风、教风和学风是学校文化的重要构成部分。就课程类型而言，它们属于（ ）。  
A. 学科课程                      B. 活动课程                      C. 显性课程                      D. 隐性课程
2. 【2016 年下全国教资真题】围绕着学生的需要和兴趣，以活动为组织形式的课程类型属于（ ）。  
A. 学科课程                      B. 经验课程                      C. 综合课程                      D. 融合课程



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
课程的概念	理解	用自己的话说出课程的概念
课程的类型	理解	了解每个课程分类的标准，并举出实例
课程理论的流派	识记	识记掌握学科中心和活动中心课程理论
制约课程的因素	了解	如何理解制约课程的三大因素



#### 【内容梳理】

### 一、课程的概念

把课程用于教育科学的专门术语，始于英国教育家斯宾塞（1820-1903）《什么知识最有价值》，作为教育科学的重要倡导者，他把课程解释为教学内容的系统组织。课程是指学校学生所应学习的学科总和及其进程和安排。

### 二、课程的类型

分类标准	课程	课程特点
组织方式	分科课程	单科形式，强调不同学科门类之间的相对独立性，强调一门学科的逻辑体系的完整性，其课程的主导价值是使学生获得逻辑严密和条理清晰的文化知识。
	综合课程	学科整合，它强调学科之间的关联性、统一性和内在联系，其课程的主导价值在于通过相关学科的整合，促进学生认识的整体性发展并把握和解决问题

		的全面的视野与方法。
	活动课程	又称经验课程，它打破学科逻辑组织的界限，从儿童的兴趣和需要出发，以活动为中心组织的课程。
实施要求	必修课程	是指国家、地方或学校规定，学生必须学习的公共课程，是为了保证所有学生的基础学习而开发的课程。其主导价值在于培养和发展学生的共性，体现对学生基本的要求。
	选修课程	是指依据不同学生的特点与发展方向，容许个人选择的课程，是为了适应学生的个性差异而开发的课程。其主导价值在于满足学生的兴趣、爱好，培养和发展学生的良好个性。
设计开发主体	国家课程	根据所有公民基本素质发展的一般要求设计的，它反映了国家教育的基本标准，体现了国家对各个地方、社区的中小学教育的共同要求。国家课程的主导价值在于通过课程体现国家的教育意志，确保所有国民的共同基本素质。
	地方课程	地方教育主管部门以国家课程标准为基础，在一定的教育思想和课程观念的指导下，根据地方经济、特点和文化发展等实际情况而设计的课程。它的主导价值在于通过课程满足地方社会发展的现实需要。
	校本课程	实质上是一个以学校为基地进行课程开发的民主决策的过程，即校长、教师、课程专家、学生以及家长和社区人士共同参与学校课程计划的制定、实施和评价活动。校本课程的主导价值在于通过课程展示学校的办学宗旨和特色。
呈现方式	显性课程	亦称公开课程，是指在学校情境中以直接的、明显的方式呈现的课程。
	隐性课程	亦称潜在课程、自发课程，是学校情境中以间接的、内隐的方式呈现的课程。

国家课程一定是必修课程吗？

### 三、课程理论流派

#### （一）学科中心课程论

学科中心课程理论是最早出现、影响最广的课程理论，代表人物是夸美纽斯、赫尔巴特、斯宾塞等。

这派理论的基本观点是主张教学内容应以学科为中心，与不同学科对应设置课程，通过分科教学，使学生掌握各科教学的基本知识、技能、思想方法，从而形成学生的知识结构。

#### （二）活动中心课程论

活动中心课程又叫经验课程，代表人物是美国的杜威和其学生克伯屈。

其基本特征是：第一，主张一切学习都来自于经验，而学习就是经验的改造或改组；

第二，主张学习必须和个人的特殊经验发生联系，教学必须从学习者已有的经验开始；

第三，主张打破严格的学科界限，有步骤地扩充学习单元和组织教材，强调在活动中学习，而教师从中发挥协助作用。

### （三）社会中心课程论

社会中心课程理论，又称为社会改造主义课程理论，主张围绕重大社会问题来组织课程内容的理论。代表人物有布拉梅尔德等。

社会中心课程理论认为，教育的根本价值是社会发展，学校应该致力于社会的改造而不是个人的发展。强调课程建设要关注社会焦点问题，反映社会政治经济变革的客观需求，课程学习应深入社会生活中。

## 四、制约课程开发的因素

学生、社会及学科特征是制约学校课程的三大因素。

- 1.学生的年龄特征、知识、能力基础及其可接受性
- 2.社会政治经济制度和文化发展水平对课程开发的影响
- 3.学科特征影响课程的编制



## 本节自测

### 一、单项选择题

- 1.在教学过程中，采用各种形式使教育系统中各要素，各成分之间形成有机联系的课程形态是（ ）。  
A.校本课程                      B.综合课程                      C.分科课程                      D.必修课程
- 2.经验主义课程理论是当代影响较大的课程理论流派，其主要代表人物是（ ）。  
A.赫尔巴特                      B.杜威                              C.夸美纽斯                      D.涂尔干
- 3.在西方主要课程理论流派中，布拉梅尔德的理论属于（ ）。  
A.社会改造主义课程理论                      B.活动中心课程理论  
C.学科结构理论                                  D.多元智能理论
- 4.区分显性课程和隐性课程的主要标志是（ ）。  
A.严谨性                              B.灵活性                              C.计划性                              D.多维性

### 二、辨析题

- 1.地方课程一定是选修课程。
- 2.活动中心课程论比学科中心课程论优势更大。

### 三、简答题

请简述活动中心课程论的主要观点。

## 第二节 课程组织



### 【真题再现】

1. 【2014 年上全国教资真题】课程的文本一般表现为（ ）。  
 A. 课程计划、课程标准、教材  
 B. 课程计划、课程目标、课程实施  
 C. 课程目标、课程实施、课程评价  
 D. 课程主题、课程任务、课程标准
2. 【2017 年上全国教资真题】学生在小学数学课程中通过测量或拼图学习三角形的内角和为 180 度，在中学数学课程中通过证明学习三角形的内角和为 180 度。这种课程内容的组织形式是（ ）。  
 A. 直线式  
 B. 螺旋式  
 C. 纵向式  
 D. 横向式
3. 【2014 年下全国教资真题】【简答题】简述教科书编写的基本原则。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
课程内容	理解	掌握课程计划、课程标准及教材的含义、作用和内容
课程评价	识记	目标评价模式与目的游离模式的区别是什么？



### 【内容梳理】

## 一、课程内容

### （一）课程计划

课程计划，是根据教育目的和不同类型学校的教育任务，由国家教育主管部门制定的有关教学和教育工作的指导性文件。

课程计划由课程设置、学科顺序、课时分配、学年编制和学周安排构成。其中，**课程设置也就是开设哪些学科是课程计划的中心。**

课程计划是指导和规定学校教学活动的依据，也是制定课程标准的依据。

地方和学校可以编制课程计划和课程标准吗？

### （二）课程标准

课程标准是课程计划的具体化，是课程计划中每门学科以纲要的形式编定的、有关学科教学内容的指导性文件。

课程标准的基本框架：前言、课程目标、内容标准、实施建议、附录。其中，**课程目标是课程标准的核心内容。**

课程标准是教材编写、教学、评价和考试命题的依据，是国家管理和评价课程的基础。它规定了学

科的教学目的和任务，知识的范围、深度和结构、教学进度以及有关教学法的基本要求。

### （三）教材

#### 1.教材概述

教材是教师和学生据以进行教学活动的材料，包括教科书、讲义、讲授提纲、参考书、活动指导书以及各种视听材料。其中，教科书和讲义是教材的主体部分，故人们常把教科书与讲义简称为教材。

教科书又称课本，它是依据课程标准编制的，系统反映学科内容的教学用书。通常按学年或学期分册，划分单元或章节。课文是教科书的主体部分。

教科书的作用：

- （1）教科书是学生在学校获得系统知识、进行学习的主要材料。
- （2）是教师进行教学的主要依据。它为教师备课、上课、布置作业、学生学习成绩检查评定提供了基本材料。
- （3）根据教学计划对本学科的要求，分析本学科的教学目标、内容范围和教学任务。
- （4）根据本学科在整个学校课程中的地位，研究本学科与其他学科的关系，理论与实际相联系的基本途径和最佳方式，对各教学阶段的课堂教学和课外活动做出统筹安排。

#### 2.教材编写的基本方式

我国中小学教科书的组织结构一般采用螺旋式上升与直线式编写两种基本方式。

（1）**直线式教科书结构**，就是指把一门学科的课程内容或其中一个课题的内容按照知识本身的逻辑结构来展开呈现在教科书中，使各种知识在内容上均不重复的编排形式。

（2）**螺旋式教科书结构**，就是把同一课题内容按深度、广度的不同层次安排在教科书的不同阶段重复出现，使得每一次重复都将原有的知识、方法、经验进一步加深拓广，逐级深化。

#### 3.教材设计的一般原则

教科书的编写应遵循以下原则：

- 第一，按照不同学科的特点，在内容上体现科学性与思想性。
- 第二，强调内容的基础性。
- 第三，在保证科学性的前提下，教材还要考虑到我国社会发展现实水平和教育现状，必须注意到基本教材对大多数学生和大多数学校的适用性。
- 第四，在教材的编排上，要做到知识的内在逻辑与教学法要求的统一。
- 第五，教科书的编排形式要有利于学生的学习。
- 第六，教科书的编排要兼顾同一年级各门学科内容之间的关系和同一学科各年级教材之间的衔接。

## 三、课程评价

### （一）课程评价的含义

课程评价是指检查课程的目标、编订和实施是否实现了教育目的，实现的程度如何，以判定课程设计的效果，并据此作出改进课程的决策。

## （二）课程评价的主要模式

### 1. 目标评价模式

这一评价模式是以目标为中心而展开的，是针对 20 世纪初形成并流行的常模参照测验的不足而提出的，是在泰勒的“评价原理”和“课程原理”的基础上形成的。

目标模式既便于操作又容易见效，所以在很长时间里在课程领域占据主导地位，但它只关注预期的目标，忽视了其他因素。

### 2. 目的游离评价模式

该评价模式是由美国学者斯克里文针对目标评价模式的弊病而提出来的。即主张把评价的重点从“课程计划预期的结果”转向“课程计划实际的结果”上来。主张评价除了要关注预期的结果之外，还应关注非预期的结果。评价的指向不应该只是课程计划满足目标的程度，而且更应该考虑课程计划满足实际需要的程度。

泰勒，美国著名的课程理论家，被誉为教育史上的“课程评价之父”。1949 年泰勒出版了《课程与教学的基本原理》，提出了关于课程编制的四个问题，即“泰勒原理”。可概括为：目标、内容、方法、评价。



## 本节自测

### 一、单项选择题

1. 以目标为中心而展开，针对 20 世纪初形成并流行的常模参照测验的不足而提出的评价模式是（ ）。
  - A. 目标评价模式
  - B. 目的游离评价模式
  - C. 背景、输入、过程、成果评价模式
  - D. CSE 课程评价模式
2. 制定课程计划的首要问题是（ ）。
  - A. 课程设置
  - B. 学科顺序
  - C. 课时分配
  - D. 学年编制
3. 根据课程计划，以纲要的形式规定的各科教学内容和教学基本要求的指导性文件是（ ）。
  - A. 课程标准
  - B. 课程资源
  - C. 课程目标
  - D. 课程结构
4. 下列关于课程标准的叙述不正确的是（ ）。
  - A. 课程标准必须认真研究和把握
  - B. 教师必须全面系统的理解课程标准
  - C. 课程标准有一定弹性，所以老师不必严格执行
  - D. 课程标准可作为教师检查自己教学质量的依据
5. 在教材编写过程中，课程内容前后反复出现，且后面内容是对前面内容的扩展和深化，这种教材编排方式是（ ）。
  - A. 直线式
  - B. 螺旋式
  - C. 分科式
  - D. 综合式

### 二、简答题

1. 简述课程标准的涵义与内容。
2. 简述我国教科书组织结构的两种基本方式。

## 第三节 基础教育课程改革



### 【真题再现】

1. 【2015 年下全国教资真题】在我国新一轮基础教育课程改革中，要求义务教育课程实施（ ）。  
A. 六三学段设置      B. 五四学段设置      C. 九年整体设置      D. 多种形式设置并存
2. 【2016 年上全国教资真题】《基础教育课程改革纲要（试行）》规定，我国中小学课程设置“综合实践活动”，开设的学段是（ ）。  
A. 小学一年级至高中      B. 小学三年级至高中  
C. 小学五年级至高中      D. 初中一年级至高中
3. 【2015 年下全国教资真题】【辨析题】教学中“授之以鱼”不如“授之以渔”。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
新课改的理念	了解	用自己的话解释新课改的核心理念及其内涵
新课改下的教育观	理解	结合实际谈谈教师观、学生观、教学观的转变。
新课改的目标	识记	了解新课改的六大目标
新课改的实施状况	识记	新课改实施过程中，课程结构有哪些变化？



### 【内容梳理】

## 一、新课程改革的理念

### （一）基本理念

第一，三维目标观，即教学的目标是知识技能、过程方法、情感态度价值观三维目标。

第二，综合课程观，课程的设置要更加综合，体现整体性、开放性、动态性，培养学生综合的视角和综合的能力，以适应科学技术既分化又综合的现实。

第三，内容联系观，即课程内容的教学，要努力与社会生活相联系，与学生已有的经验相联系，加强教学内容的“生活化”，使学习更有意义。

第四，学习方式观，强调自主、合作、探究的学习方式，培养学生的自主性、合作性、创造性，使学生适应社会发展的需要。

第五，发展评价观，重视学习的过程评价，通过评价发挥促进学习的作用，而不是检查验收的作用。

第六，校本发展观，从学校的实际情况和学生的实际情况出发，开发校本课程，增强学生的选择性，



促进学校、教师、学生的特色发展。

## （二）核心理念

教育改革的核心是课程改革。

新课程标准的核心理念就是教育以人为本，即：“一切为了每一位学生的发展”。

第一，关注每一位学生。每一位学生都是生动活泼的人、发展的人、有尊严的人，在教师的课堂教学中，包括每一位学生在内的全班所有学生都是自己应该关注的对象，关注的实质是尊重、关心、牵挂，关注本身就是最好的教育。

第二，关注学生的情绪生活和情感体验。教师必须用“心”施教，不能做学科体系的传声筒。用“心”施教体现着教师对本职的热爱，对学生的关切，体现着教师热切的情感。

第三，关注学生的道德生活和人格养成。课堂不仅是学科知识传递的，更是人性养育的圣殿。教师不仅要充分挖掘和展示教学中的各种道德因素，还要积极关注和引导学生在教学活动中的各种道德表现和道德发展，从而使教学过程成为学生一种高尚的道德生活和丰富的人生体验，这样，学科知识增长的过程同时也就成为人格的健全与发展过程，伴随着学科知识的获得，学生变得越来越有爱心，越来越有同情心，越来越有责任感，越来越有教养。

结合实例谈一谈如何理解关注学生的情绪生活和情感体验？

## 二、新课程背景下的教育观

### （一）学生观

#### 1. 学生是发展的人

第一，学生的身心发展是有规律的。第二，学生具有巨大的发展潜能。第三，学生是处于发展过程中的人。

如何理解学生是个完整的人？结合新课改的理念谈一谈。

#### 2. 学生是独特的人

第一，学生是完整的人。第二，每个学生都有自身的独特性。第三，学生与成人之间存在着巨大的差异。

#### 3. 学生是具有独立意义的人

第一，每个学生都是独立于教师的头脑之外，不依教师的意志为转移的客观存在。第二，学生是学习的主体。第三，学生是责权的主体。

### （二）学习方式

#### 1. 自主学习

自主学习是以学生作为学习的主体，通过学生独立地分析、探索、实践、质疑、创造等方法来实现学习目标，即主动地自觉自愿地学习，而不是被动地或不情愿地学习。学习的“自主性”具体表现为“自立”“自为”“自律”三个特性，这三个特性构成了“自主学习”的三大支柱及所显示出的基本特征。

#### 2. 合作学习

合作学习是指学生为了完成共同的任务，有明确的责任分工的互助性学习。

### 3.探究学习

探究学习是在学生在主动参与的前提下，根据自己的猜想或假设，在科学理论指导下，运用科学的方法对问题进行研究，在研究过程中获得创新实践能力、获得思维发展，自主构建知识体系的一种学习方式。具有主动性、问题性、开放性、生成性和创造性。

### （三）教师观

1.从教师与学生的关系看，新课程要求教师应该是学生学习的促进者。具体来说，教师是学生学习的合作者、引导者、参与者。

2.从教学与研究的关系看，新课程要求教师应该是教育教学的研究者。

3.从教学与课程的关系看，新课程要求教师应该是课程的建设者和开发者。

4.从学校与社区的关系来看，新课程要求教师应该是社区型的开放教师。

### （四）教师教学观的转变

1.教学从“教育者为中心”转向“学习者为中心”

教师应鼓励学生参与教学；创设智力操作活动；教给学生思维的方法并加强训练。

2.教学从“教会学生知识”转向“教会学生学习”

教师应指导学生掌握基本的学习过程；指导学生了解学科特征，掌握学科研究方法；培养学生良好的学习习惯。

3.教学从“重结论轻过程”转向“重结论的同时更重过程”

让学生经历过程；要创设生活情境，生活情境要生动形象且符合实际特点；要善于引导，教学的本质在于引导。

4.教学从“关注学科”转向“关注人”

关注人的教学理念的表现：关注每一位学生，关注学生的情绪生活和情感体验，关注学生的道德生活和人格养成。

### （五）教师教学行为的转变

1.在对待师生关系上新课程强调尊重、赞赏

2.在对待教学关系上，新课程强调帮助、引导

3.在对待自我上，新课程强调反思

4.在对待与其他教育者的关系上，新课程强调合作

## 三、基础教育课程改革的目标

### （一）实现课程功能的转变

改变课程过于注重知识传授的倾向，强调形成积极主动的学习态度，使获得基础知识与基本技能的过程同时成为学会学习和形成正确价值观的过程。即从单纯注重传授知识转变为引导学生学会学习，学会合作，学会生存，学会做人。

## （二）体现课程结构的均衡性、综合性和选择性

改变课程结构过于强调学科本位、科目过多和缺乏整合的现状，整体设置九年一贯课程门类和课时比例，并设置综合课程，以适应不同地区和学生发展的需求。

## （三）密切课程内容与生活 and 时代的联系

改变课程内容“难、繁、偏、旧”和过于注重书本知识的现状，加强课程内容与学生生活以及现代社会和科技发展的联系，关注学生的学习兴趣和经验，精选终身学习必备的基础知识和技能。

## （四）改善学生的学习方式

改变课程实施过于强调接受学习、死记硬背、机械训练的现状，倡导自主学习、探究学习、合作学习的学习方式。

## （五）建立与素质教育理念相一致的评价与考试制度

改变课程评价过分强调甄别与选拔的功能，发挥评价促进学生发展、教师提高和改进教学实践的功能。

## （六）实行三级课程管理制度

改变课程管理过于集中的状况，实行国家、地方、学校三级课程管理，增强课程对地方、学校及学生的适应性。

# 四、基础教育课程改革的实施状况

## （一）课程结构

现行课程结构的不足	新课改课程结构特点
课程类型单一	<p>（1）整体设置九年一贯的义务教育课程：小学阶段以综合课程为主。<u>初中阶段设置分科与综合相结合的课程；高中以分科课程为主。</u></p> <p>（2）从小学至高中设置综合实践活动并作为必修课程。自小学 3 年级开始设置，每周平均 3 课时。</p> <p>（3）农村中学课程要为当地社会经济发展服务</p>
科目比重失衡	<p>（1）将语文所占的比重由原来的 24%降至 20%~22%，将数学由原来的 16%降至 13%~15%，并对其他传统优势科目所占的比重进行了适当的下调。</p> <p>（2）将下调后积累下来的课时分配给综合实践活动和地方与校本课程。其中综合实践活动拥有了 6%~8%的课时，地方与校本课程拥有了 10%~12%的课时。</p>

## 考点延伸

### 中小学综合实践活动的内容

(1) 研究性学习。研究性学习是指学生基于自身兴趣，在教师指导下，从自然、社会和学生自身生活中选择和确定研究专题，主动地获取知识、应用知识、解决问题的学习活动。

(2) 社区服务与社会实践。社区服务与社会实践是指学生在教师的指导下，超越单一的教室空间，参与社区和社会实践活动，以获得直接经验、发展实践能力、培养社会服务意识、增强公民责任感为主旨的学习领域。

(3) 劳动与技术教育。劳动与技术教育是以学生获得积极劳动体验、形成良好技术素养为主的多方面发展为目标，且以操作性学习为特征的学习领域。

(4) 信息技术教育。中小学信息技术教育是为了适应技术迅猛发展的信息时代对人才培养提出的新要求而设置的学习领域。

除上述指定领域以外，综合实践活动还包括大量非指定领域，如：班团队活动、校传统活动（科技节、体育节、艺术节）、学生同伴间的交往活动、学生个人或群体的心理健康活动等等。

## (二) 课程内容

现行课程内容的不足	新课改课程内容特点
繁、难、偏、旧状况依然存在，过于注重书本知识，忽视学生学习兴趣的培养和直接经验的积累，课程内容远离学生生活和社会实际。	<p><b>(一) 制定课程标准的原则</b></p> <p>1. 义务教育阶段课程标准的原则：义务教育阶段的课程标准应体现普及性、基础性和发展性；</p> <p>2. 普通高中课程标准的原则：普通高中课程标准应在坚持使学生普遍达到基本要求的前提下，有一定的层次性和选择性，并开设选修课程，以利于学生获得更多的选择和发展的机会，为培养学生的生存能力、实践能力和创造能力打下良好的基础。</p> <p><b>(二) 教材</b></p> <p>1. 教材管理由“国编制”转变“国审制”，教材呈现方式多样性；</p> <p>2. 适当降低了知识难度，大量引进现代信息；</p> <p>3. 密切联系生活，关注学生个体经验；</p> <p>4. 重视活动设计，鼓励学生探究创造；</p> <p>5. 尊重师生个性，给师生广阔的发展空间。</p>

### (三) 课程实施

现行课程实施的不足	新课改课程实施特点
<p>在传统的教学中，教师负责教，学生负责学，教学就是教师对学生单向的“培养”活动，它表现为：一是以教为中心，学围绕教转。二是以教为基础，先教后学。总之，传统教学只是教与学两方面的机械叠加。</p>	<p>新型教学观和学生观：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教学不只是课程传递和执行的过程，更是创造与开发的过程；</li> <li>2. 教学是师生交往、积极互动、共同发展的过程；</li> <li>3. 教学不仅要重结论，还要重过程；</li> <li>4. 教学应将重心放在关注人；</li> <li>5. 把学生看成发展的人，独特的人，具有独立意义的人；</li> <li>6. 建立新型的师生关系。</li> </ol>

### (四) 课程管理

现行课程管理的不足	新课改课程管理特点
<p>强调统一的、自上而下的集权管理，课程管理缺乏灵活性、开放性。旧有的学校管理制度弊端：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①以“分”为本，盛行分数管理；</li> <li>②以“章”为本，形式主义泛滥；</li> <li>③以“权”为本，权力至上</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立以校为本的教学研究制度；</li> <li>2. 建立民主科学的教学管理机制；</li> <li>3. 建立旨在促进教师专业成长的考评制度。</li> </ol>

### (五) 课程评价

现行课程评价的不足	新课改课程评价特点
<ol style="list-style-type: none"> <li>①评价内容——仍然过多倚重学科知识，特别是课本上的知识，而忽视了实践能力、创新精神、心理素质以及情绪、态度和习惯等综合素质的考查；</li> <li>②评价标准——仍然过多强调共性和一般趋势，忽略了个体差异和个性化发展的价值；</li> <li>③评价方法——仍以传统的纸笔考试为主，仍过多地倚重量化的结果，而很少采用体现新评价思想的、质性的评价手段与方法；</li> <li>④评价主体——被评价者仍多处于消极的被评价地位，基本上没有形成教师、家长、学生、管理者等多主体共同参与、交互作用的评价模式；</li> <li>⑤评价重心——仍过于关注结果，忽视被评价者在各个时期的进步状况和努力程度，没有形成真正意义上的形成性评价，不能很好地发挥评价促进发展的功能。</li> </ol>	<p>(一) 学生评价的改革重点</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立评价学生全面发展的指标体系；</li> <li>2. 重视采用灵活多样、具有开放性的质性评价方法；</li> <li>3. 考试只是学生评价的一种方式。</li> </ol> <p>(二) 教师评价的改革重点</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 打破惟“学生学业成绩”论教师工作业绩的传统做法，建立促进教师不断提高的评价指标体系；</li> <li>2. 强调以“自评”的方式促进教师教育教学反思能力的提高，倡导建立教师、学生、家长和管理者共同参与的、体现多渠道信息反馈的教师评价制度；</li> <li>3. 打破关注教师的行为表现、忽视学生参与学习过程的传统的课堂教学评价模式，建立“以学论教”的发展性课堂教学评价模式</li> </ol> <p>(三) 课程实施评价的改革重点：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立促进课程不断发展的评价体系；</li> <li>2. 以学校评价为基础，促进新课程的实施与发展。</li> </ol>



## 本节自测

### 一、单项选择题

1.《基础教育改革纲要》明确要求课程改革必须体现课程结构的（ ），这也是新课程结构区别于旧有课程结构的三个基本特征。

- A.强制性、普及性和统一性
- B.统一性、综合性和强制性
- C.均衡性、综合性和选择性
- D.科学性、基础性和发展性

2.新课程改革中提出的三维目标是（ ）。

- A.知识、智力、能力
- B.基本知识、基本技能、基础性学历
- C.知识与技能、过程与方法、情感态度价值观
- D.知识、智力、情感

3.综合实践课主要包括（ ）。

- A.信息技术教育，研究性学习，社区服务与社会实践，劳动技术教育
- B.信息技术教育，合作性学习，社会实践，劳动技术
- C.劳动技术教育，社区服务实践，研究性学习，合作性学习
- D.信息技术教育，合作性学习，社区服务与社会实践，劳动技术教育

4.新课程实行三级课程管理制度，其中包括（ ）。

- A.国家 地方 班级
- B.国家 学校 班级
- C.国家 地方 学校
- D.地方 学校 班级

5.新课程改革的基本特征是（ ）。

- A.学生学习方式的改变
- B.学生学习习惯的矫正
- C.学生学习目标的确
- D.学生学习内容的优化

### 二、简答题

我国第八次基础教育课程改革倡导自主学习，合作学习和探究学习，简述你对这三种学习方法的理解。



## 能力提升

### 一、单选选择题

1.课程标准作为衡量教育质量的基本依据，其核心部分是（ ）。

- A.课程内容
- B.课程目标
- C.课程结构
- D.课程理念

2.由学生所在学校的教师负责编制、实施和评价，并针对学校本年级或本班级特定的学生群体的课程是（ ）。

- A.正式课程
- B.综合课程
- C.校本课程
- D.地方课程

3. ( ) 是校本课程开发的主要力量。

- A.教师                      B.学生                      C.校长                      D.社区人员

4.贯彻新课程“以人为本”的教育理念首先应该做到 ( )。

- A.充分地传授知识                      B.尊重学生人格，关注个体差异  
C.培养学生正确的学习态度                      D.让学生自主地选择课程

5.新课程积极倡导的学生观是 ( )。

- ①学生是发展的人                      ②学生是独特的人  
③学生是单纯抽象的学习者                      ④学生是具有独立意义的人

- A.①②③                      B.②③④                      C.①③④                      D.①②④

## 二、简答题

1.制约课程开发的主要因素是什么？

2.简述新课程改革的具体目标。

## 第三章 中学教学

### 第一节 教学概述



#### 【真题再现】

1. 【2013 年上全国教资真题】在教学过程中，强调知识传授而忽视能力培养的理论是（ ）。  
A. 形式教育论                      B. 实质教育论                      C. 传统教育论                      D. 现代教育论
2. 【2016 年下全国教资真题】【辨析题】教学任务就是向学生传授知识。



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
教学的内涵	理解	谈谈教学与教育、教学与智育之间关系
教学的任务	理解	区分形式教育和实质教育的不同
教学的意义	识记	了解教学在学校教育工作中的地位



#### 【内容梳理】

### 一、教学的内涵

#### 1. 教学的含义

教学，是在国家教育目的规范下，由教师的教与学生的学共同组成的一种活动。这种教育活动的核心，是学生通过教师有目的、有计划地积极引导和培养，主动掌握系统的文化科学知识和技能，发展能力，增强体质，陶冶品德、美感，从而促进他们自身全面发展的过程。

#### 2. 教学与教育的关系

教学与教育是部分与整体的关系。教育包括教学，教学是学校进行全面发展教育的基本途径。除了教学，学校还通过课外活动、生产劳动、社会实践等途径对学生进行教育。

#### 3. 教学与智育的关系

智育是学校教育的重要组成部分，它主要通过教学这条途径来实现，但智育也需要通过课外活动等途径才能全面实现。教学不仅是智育的实施途径，也是德育、美育、体育、劳动技术教育的实施途径。



## 二、教学的任务

### 1. 形式教育与实质教育

形式教育形成于 17 世纪，代表人物主要有英国教育家洛克和瑞士教育家裴斯泰洛齐。形式教育论者认为，教学的主要任务在于通过开设希腊文、拉丁文、逻辑、文法和数学等学科发展学生的智力，至于学科内容的实用意义则是无关紧要的，形式教育以官能心理学为基础。

实质教育是在 18 世纪末和 19 世纪初出现的，德国教育家赫尔巴特和英国教育家斯宾塞是其主要代表。实质教育论认为，教学的主要任务在于传授给学生对生活有用的知识，至于学生的智力则无须进行特别的培养和训练，实质教育以联想主义心理学为基础。

### 2. 我国现阶段的教学任务

- (1) 传授系统的科学基础知识和基本技能。这是教学的首要任务。
- (2) 发展学生的智力、体力和创造才能。
- (3) 培养社会主义品德和审美情趣，奠定学生的科学世界观基础。
- (4) 关注学生的个性发展。

## 三、教学的意义

1. 教学是传播系统知识、促进学生发展的最有效的形式，是社会经验的再生产、适应并促进社会发展的有力手段；

2. 教学是进行全面发展教育，实现培养目标的基本途径，为个人全面发展提供科学的基础和实践，是培养学生个性全面发展的重要环节；

3. 教学是学校教育工作的中心工作，学校教育工作必须坚持教学为主。



## 本节自测

如果说教学是教育工作的  
中心工作，那么德育呢？

### 一、单项选择题

教学和教育是（ ）的关系。

- A. 普遍和特殊      B. 个别和一般      C. 整体和部分      D. 部分与整体

### 二、辨析题

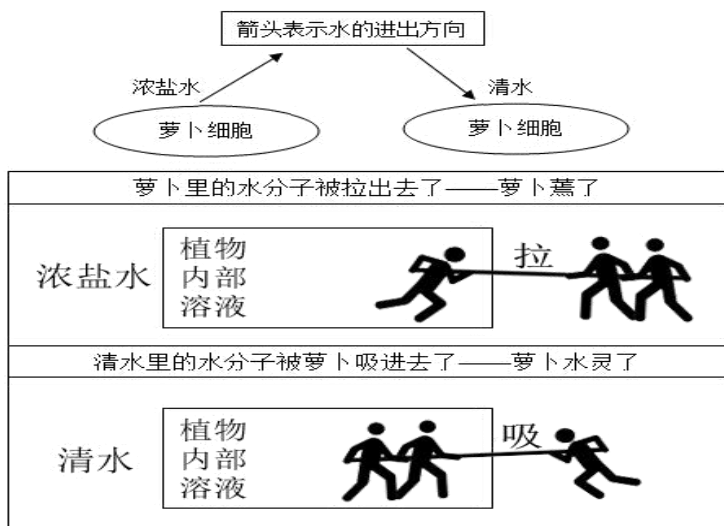
形式教育论认为教学的主要任务在于传授对实际有用的知识，至于学生智力开发无需特别训练。

## 第二节 教学过程



### 【真题再现】

1. 【2015 年上全国教资真题】教学过程中学生掌握知识的中心环节是（ ）。  
A. 感知教材 B. 理解教材 C. 巩固知识 D. 运用知识
2. 【2015 年下全国教资真题】陈老师在讲“二氧化碳性质”时，讲台上放着两瓶没有标签的无色气体，其中一瓶是二氧化碳，一瓶是空气。怎么区分他们呢？陈老师边说边将燃烧的木条分别深入两个集气瓶中，告诉学生使木条熄灭的是二氧化碳，使木条继续燃烧的是空气。这种教学方法是（ ）。  
A. 实验法 B. 讲授法 C. 演示法 D. 谈话法
3. 【2016 年上全国教资真题】王老师在化学课上讲到元素周期表中的“镭”元素时，向同学们介绍了“镭”的发现者居里夫人献身科学的事迹，同学们深受教育。这体现了哪一教学原则？（ ）。  
A. 理论联系实际的原则 B. 科学性和思想性统一的原则  
C. 启发性原则 D. 发展性原则
4. 【2016 年下全国教资真题】依据学生个人的成绩在该班学生成绩序列中所处的位置来判定其成绩的优劣，而不考虑其是否达到了教学目标的要求。这种教学评价属于（ ）。  
A. 诊断性评价 B. 绝对性评价 C. 总结性评价 D. 相对性评价
5. 【2017 年上全国教资真题】李老师在语文课上，按照组织教学、检查复习、讲授新教材、巩固新教材、布置课外作业的程序进行教学。这体现了哪一类型课的结构？（ ）。  
A. 单一课 B. 综合课 C. 练习课 D. 复习课
6. 【2016 年上全国教资真题】【辨析题】智力水平越高，学习成绩越好。
7. 【2015 年下全国教资真题】【简答题】教师备课的基本要求有哪些？
8. 【2016 年上全国教资真题】【材料分析题】材料：  
张老师在生物课上讲解植物吸水的知识时，首先要求同学动手做个实验：将两块萝卜分别浸泡在两个装有浓盐水和清水的烧杯里，浸泡后取出并观察萝卜的变化。结果发现泡过浓盐水的萝卜变蔫了，而泡过清水的萝卜变水灵了。张老师用下方示意图显示实验结果：泡过浓盐水的萝卜失去水分，泡过清水的萝卜吸收水分。



张老师接着进一步提问：谁能概括出萝卜什么状态下失水？什么状态下吸水？

根据同学们的回答，张老师总结说明植物吸水的原理：当植物细胞液浓度小于外界溶液浓度时，细胞就失水；反之，细胞则吸水。接着，张老师布置小组讨论：为什么盐碱地一般种不好庄稼？如果你种的植物出现“烧根”现象，你需要追肥还是浇水，为什么？

最后张老师请各小组汇报讨论结果。

问题：

- (1) 张老师采用了哪些教学方法？请结合材料加以分析。
- (2) 张老师贯彻了哪些教学原则？请结合材料加以分析。



## 【学习目标】

考点	目标	自测
教学过程及其本质	理解	如何理解教学是一种特殊的认识过程
教学过程的基本规律	理解	识记并理解教学的四大基本规律
教学过程的基本阶段	理解	复述教学过程的基本阶段
教学过程的基本环节	识记	识记教学过程的五大基本环节
教学原则	应用	试分别举一例说明教学的八大原则
教学方法	应用	试分别举一例说明教学方法
教学组织形式	理解	区分每个教学组织形式的特点，特别是班级授课制
教学评价	理解	诊断性评价、形成性评价和总结性评价的区别在哪里？



## 【内容梳理】

### 一、教学过程的概念

教学过程是教师的教和学生的学所构成的一种双边活动过程。即是教师根据教学目的、任务和学生的身心发展的特点，指导学生有目的、有计划地掌握系统的文化科学基础知识和基本技能，同时促进学生身心发展，培养思想品德的过程。

### 二、教学过程的本质观

#### （一）教学过程主要是一种认识过程

一般来讲，教学过程的主要矛盾是学生与其所学知识之间的矛盾，具体体现在教师提出的教学任务同学生完成这些任务的需要、实际水平之间的矛盾。这一矛盾实际上是学生认识过程的矛盾，因此，教学过程本质上是一种认识过程。

## （二）教学过程是一种特殊的认识过程

学生认识的特殊性表现在以下几方面：

- （1）**间接性**，主要以掌握人类长期积累起来的科学文化知识为中介间接地认识世界；
- （2）**引导性**，需要在富有知识的教师的引导下进行认识，而不能独立完成；
- （3）**简捷性**，走的是一条认识的捷径，是一种科学文化知识的再生产。

### 考点延伸

#### 历史上关于教学过程的观点

- （1）孔子：学、思、行。
- （2）《礼记·中庸》：博学之、审问之、慎思之、明辨之、笃行之。
- （3）昆体良：模仿、理论、练习。
- （4）赫尔巴特：明了、联想、系统、方法。
- （5）席勒：预备、提示、联想、系统、方法。
- （6）杜威：困难、问题、假设、验证、结论。

## 三、教学过程的基本规律

能谈谈直接经验和间接经验之间的辩证关系吗？

### （一）间接经验与直接经验相统一

教学过程中学生认识的特殊性主要表现为间接经验和直接经验相结合。教学活动是学生认识客观世界的过程，要以间接经验为主，但也要辅之以直接经验，把二者有机地结合起来。

直接经验就是学生在探索和改造世界的过程中，体悟、感知和概括出来的经验。间接经验是人类在文明史的演进历程中所积累起来的人类一切经验，主要表现为自然科学、社会科学、人文科学等文化成果，是个体通过交往等活动获得的前人、别人的经验。

#### 1. 学生以学习间接经验为主

教学中学生主要是学习间接经验，并且是间接地去体验。首先，学生的学习内容是经过系统选择、精心加工，简化的和典型化的人类文明经验的精华。其次，在学生的认识方式上也表现出间接性。它的主要特点是，把科学文化知识加以选择，组成课程，引导学生循序渐进地学习，使学生能用最短的时间、最高效率地掌握大量的系统的文化科学基础知识。同时，还可以使学生在新的起点上继续认识客观世界，继续开拓新的认识领域。

#### 2. 学生学习间接经验要以直接经验为基础

要使人类的知识经验转化为学生真正理解掌握的知识，必须依靠个人以往积累的或现时获得的感性经验为基础，原因在于学生学习的书本知识是以抽象的文字符号表示的，是前人生产实践和社会实践的认识和概括，而不是来自学生的实践与经验。所以，教学中要充分利用学生已有经验，增加学生学习新知识所必须有的感性认识，以保证教学的顺利进行。

## （二）掌握知识与发展能力相统一

掌握知识与发展能力是既有区别又有联系的，两者是相互统一和相互促进的。

### 1. 掌握知识是发展能力的基础

学生认识能力的发展有赖于知识的掌握，知识为智力提供了广阔的领域。向学生介绍关于归纳、演绎、解决问题等思维方法的知识，就是把心智操作的方式教给学生。掌握知识的过程必然要求学生积极进行认识、思考和判断等心智活动，只有在心智操作的活动中才能发展认识能力。

### 2. 能力发展是掌握知识的重要条件

学生具有一定的认识能力，是他们进一步掌握文化科学知识的必要条件。学生掌握知识的速度与质量，依赖于学生原有智力水平的高低。认识能力具有普遍的迁移价值，它不但能有效地提高学生的学习效率和知识质量，推动学生进一步掌握知识，而且有利于促使学生将知识应用于社会实践活动，从而获得完全的知识。教学中教师应启发学生运用自己潜在能力，使学生在掌握知识的过程中发展认识能力。

## （三）教师的主导与学生的主体相统一

教学是教师教学生去学，学生是教师组织的教学活动中的学习主体，教师对学生的学起主导、指导作用。

### 1. 教师在教学过程中处于组织者的地位，应充分发挥教师的主导作用

教师的主导作用表现在：教师的指导决定着学生学习的方向、内容、进程、结果和质量，起引导、规范、评价和纠正的作用。教师的教还影响着学生学习方式以及学生学习主动积极性的发挥，影响着学生的个性以及人生观、世界观的形成。

### 2. 学生在教学过程中处于学习主体的地位，应充分发挥学生的主体能动性

在教学中，学生是学习的主体，其能动性具体表现在：受学生本人兴趣、需要以及所接受的外部要求的推动和支配，学生对外部信息选择的能动性、自觉性；受学生原有知识经验、思维方式、情感意志、价值观等制约，学生对外部信息进行内部加工的独立性、创造性。

## （四）传授知识与思想教育相统一

### 1. 知识是思想品德形成的基础

学生思想品德的提高有赖于其对科学文化知识的掌握。首先，科学的世界观和先进的思想都要有一定的科学文化知识作基础。其次，知识学习的本身是艰苦的劳动，可以锻炼培养学生的优良道德品质。

### 2. 学生思想品德的提高又为他们积极地学习知识奠定了基础

掌握科学文化知识的过程是一个能动的认识过程，他们的思想品德状况对学习的积极性起着重要的作用。在教学中，教师要不断培养、提高他们的思想品德水平，引导他们将个人的学习与社会发展、祖国前途联系起来，培养他们爱科学、学科学、用科学的热情，给学生的学习以巨大的推动力，充分调动他们学习的主动性、积极性，这是学生获取知识的重要保证。

如何理解知识是思想品德形成的基础？

## 四、教学过程的基本阶段

### （一）激发学习动机

学习兴趣和求知欲望是直接推动学生学习的动力。具有浓厚的学习兴趣和较好的学习愿望是进行学习的基本条件和心理起点。

激发学生的求知欲与兴趣，主要靠以下三个方面：第一，所学的内容及知识本身，如事实、现象、特点、逻辑等，具有吸引力；第二，要强调学生的活动；第三，要依靠教师的引导，教师要特别注意把所学内容与学生的生活实际有机地结合起来。

### （二）领会知识

这是教学过程的中心环节。领会知识包括使学生感知和理解教材。

第一，感知教材。教师要引导学生通过感知形成清晰的表象和鲜明的观点，为理解抽象概念提供感性知识的基础并发展学生相应的能力。感知的来源包括：学生已有的知识经验，直观教具的演示、参观或实验，教师形象而生动的语言描述和学生的再造想像以及社会生产、生活实践。

第二，理解教材，形成科学概念。引导学生在感知基础上，通过分析、比较、抽象概括以及归纳演绎等思维方法的加工，形成概念、原理，真正认识事物的本质和规律。理解教材可以有两种思维途径：一是从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡；二是从已知到未知，不必都从感知具体事物开始。

### （三）巩固知识

巩固所学的知识是教学过程的一个必要环节。巩固知识的必要性在于：第一，学生在课堂上所获得的知识是间接知识，容易遗忘，必须通过复习来加以巩固，第二，只有掌握与记住知识，才能为下一步学习奠定基础，才能顺利地学习新知识、新材料。在教学的每一个环节上，都应重视教材的识记与巩固。教学中用一段时间专门复习，定期复习，对巩固知识是十分必要的。

### （四）运用知识

掌握知识是为了运用知识。在教学中，运用知识，形成技能技巧，主要是通过教学实践来实现的，如完成各种书面或口头作业、实验等。学生从掌握知识到形成技能，再从技能发展成为技巧，需要经过反复的练习才能达到。此外，运用知识还包括“知识迁移”的能力和创造能力等。

### （五）检查知识

检查知识是指教师通过作业、提问、测验等方式对学生的学习效果进行考查的过程。检查学习效果的目的在于，使教师及时获得关于教学效果的反馈信息，以调整教学进程与要求；帮助学生了解自己掌握知识技能的情况，发现学习上的问题，及时调节自己的学习方式，改进学习方法，提高学习效率。

## 五、教学工作的基本环节

### （一）备课——上课前的准备工作，是教好课的前提

#### 1. 备好课，必须做好三方面的工作

##### （1）钻研教材

教师要认真钻研课程标准、教科书和阅读有关的参考书。教师掌握教材有一个深化的过程，一般要经过懂、透、熟三个阶段。

##### （2）了解学生

包括了解学生原有的知识技能的质量，是否存在缺陷，应采取什么措施弥补；他们的兴趣、欲求、需要与思想状况；他们的学习方法和习惯等；他们学习新知识会有哪些困难和问题，要采取哪些措施，也应有预见与准备。

##### （3）考虑教法

即如何把已掌握的教材传授给学生。它包括：如何组织教材，确定课的类型与每节课的活动，如何运用各种方法开展教学活动。此外，也要相应地考虑学生的学法，包括预习，学生在课堂中的学习与课外作业等。

#### 2. 备课要写好三种计划

##### （1）学期（学年）教学进度计划

它应在学期开始前编制出来，其内容包括：学生情况的简要分析，学期教学的总要求，根据学科的课程标准、教科书，列出一学期教学内容的章节或课题、每一课题的教学时数、需要用的主要教具，安排参观、实验等重要的联系实际的活动，提出教学改革的设计等。

##### （2）课题（单元）计划

一个课题教学开始前，教师必须对这个课题的教学作全面的考虑和准备，并制订出课题计划。它的内容包括：课题名称、课题教学目的、课时划分、每一课时的教学任务与内容、课的类型及其采用的主要方法。

##### （3）课时计划（教案）

上课前，教师一定要写好并熟悉教案。教案是在课题备课基础上，对每节课进行的深入细致的准备。教案的内容包括以下项目：班级、学科名称、授课时间、教学内容、教学目的、课的类型、主要教学方法、教具、教学进程等。其中教学进程是教案的基本部分，它包含教学纲要和教学活动安排、方法的具体应用和各组成部分的时间分配。

### （二）上课——教学工作的中心环节

#### 1. 上课概述

上课就是通过教师对课堂教学活动本身的导入、课中和结束过程的不断调整和控制，顺利实施教学设计方案，以达到预定教学目标。

构成课的基本组成部分有：（1）组织教学；（2）检查复习；（3）讲授新教材；（4）巩固新教材；（5）布置课外作业。

## 2. 课的类型（即课的分类）

（1）根据教学任务可为：传授知识课（新授课）、巩固知识课（巩固课）、培养技能技巧课（技能课）和检查知识课（检查课）。

（2）根据一节课所完成的任务的数量可分为：单一课和综合课。

## 3. 上好课的具体要求

（1）目的明确：一是目标制定得当，符合课程标准的要求及学生的实际；二是课堂上的一切教学活动都应该围绕教学目的来进行。

（2）内容正确：保证教学内容的科学性和思想性。

（3）方法得当：是指教师根据教学任务、内容和学生的特点选择较佳的方法进行教学，力求使教学取得较好的效果。

结合本节知识点回想你的中学老师，看看有没有一个老师符合这八点。此知识点简答题备考。

（4）结构合理：要有严密的计划性和组织性。是指课的进程次序分明、有条不紊，课的进行紧凑，不同任务变换时过渡自然，课堂秩序良好。

（5）语言艺术：讲普通话、清楚、抑扬顿挫等。

（6）气氛热烈：是指课应该自始至终在教师的指导下充分发挥学生的积极性。教师注意因材施教，使每个学生都能积极地动脑、动手、动口，课堂内充满民主的气氛，形成生动活泼的教学局面。

（7）板书有序：形式上字迹规范、清楚、位置适宜；内容上重点突出，条理。

（8）态度从容：充满自信、适当应用肢体语言。

## （三）布置、检查课外作业

### 1. 课外作业形式

课外作业的主要形式包括：阅读教科书和参考书；各种口头作业和口头答问；各种书面作业；各种实践作业。

### 2. 布置课外作业的要求

第一，内容符合课程标准规定的范围和深度，有助于学生对“双基”的掌握和发展其智能；第二，分量适宜，难易适度；第三，有助于启发学生思维，力求理论联系实际。

## （四）课外辅导

1. 课外辅导的方式主要有集体和个别辅导两种。

### 2. 课外辅导的要求

（1）要因材施教，教师应深入了解学生，根据不同类型和特点的学生，确定具体的辅导内容和措施，以增强辅导的针对性。

（2）指导学生独立思考、钻研，以形成科学的学习方法和习惯。

（3）发挥集体优势，组织学生开展互帮互学活动。

## （五）学生学业成绩的检查与评定

### 1. 测验的方法

学生学业成绩评价的方法主要有：测验法、观察法、调查法、自我评价法。其中，测验法是学生学



业成绩评价的基本方法。测验有口试、笔试、操作测验等多种具体方法，其中笔试是考核、测定学生成绩的基本方法。

## 2. 测验的分类

根据测验题目的性质，可以将测验划分为论文式测验、客观性测验、问题情境测验和标准化测验等类型。

论文式测验，也称主观性测验，是通过出少量的论述题要求学生系统回答以测定他们的知识与能力水平的测验。

客观性测验，是通过出一系列客观性试题要求学生回答来测定他们的知识与能力水平的测验。

问题情境测验，是通过设计出一种问题情境或提供一定条件要求学生完成具有一定任务的作业来测定学生知识与能力水平的测验。

标准化测验，是一种具有统一标准、对误差做了严格控制的测验。

## 3. 衡量一个测验的指标

衡量测验题目的质量指标主要有信度、效度、难度和区分度。

效度越高信度越高？信度越高效度越高？

(1) 信度：是指测验结果的稳定性或可靠性，即某一测验在多次施测后所得到的分数的稳定、一致程度。它既包括在时间上的一致性，也包括内容和不同评分者之间的一致性。

(2) 效度：是指测量的正确性，即一个测验能够测量出其所要测量的东西的程度。效度考虑的问题是：测验测量什么？测验对测量目标的测量精确性和真实性有多大？就一个测验的优劣而言，效度是一个比信度更为重要的指标。

(3) 难度：是指测验包含的试题难易程度。试题过难或过易都不能准确测出学生的真实成绩，所以，一张卷总的来说，它的试题既要有较难的题，又要有较易的题，做到难易适中。

(4) 区分度：是指测验对考生的不同水平能够区分的程度，即具有区分不同水平考生的能力。区分度与难度有关，只有在试卷中包含有不同难度的试题，才能提高区分度，拉开考生得分的差距。

# 六、教学原则

教学原则是根据教育目的及教学规律制定的指导教学工作的基本准则。

## (一) 直观性教学原则

### 1. 基本涵义

指根据教学活动的需要，让学生直接感知学习对象。这一原则是针对教学中词、概念、原理等理论知识与其所代表的事物之间相互脱离的矛盾而提出的。其意义在于克服学生在学习和理解过程中的困难，通过提供给学生直接经验或利用学生已有经验，帮助他们掌握原本生疏难解的理论知识。

标本是模象直观吗？

### 2. 贯彻此原则的要求

(1) 恰当地选择直观手段。(直观教学可以分为三大种类：实物直观、模象直观和言语直观三大类。)

(2) 直观是手段而不是目的。一般在学生对教学内容比较生疏时，在理解遇到困难时才需要教师运用直观。

(3) 在直观的基础上提高学生的认识。

## （二）启发性教学原则

### 1.基本涵义

教师在教学中运用各种教学手段充分调动学生学习主动性、积极性，引导他们独立思考，积极探索，生动活泼地学习，自觉地掌握科学知识和提高分析问题和解决问题的能力。的教学方法。

### 2.贯彻此原则的要求

- （1）加强学习的目的性教育，调动学生学习的主动性。
- （2）教师的讲授应抓重点、难点、关键。
- （3）设置问题情景，启发学生积极思维。
- （4）培养学生良好的思维方法。

## （三）循序渐进教学原则（系统性原则）

### 1.基本涵义

指教学活动应当持续、连贯、系统地进行。这一原则是为了处理好教学活动的顺序、学科课程的体系、科学理论的体系、学生发展规律之间错综复杂的关系而提出的。

### 2.贯彻此原则的要求

- （1）按照课程标准的顺序教学。
- （2）按照学生的认识顺序，由浅入深、由易到难地进行教学。
- （3）根据具体情况进行调整，适当的调整速度、增删内容。

## （四）巩固性教学原则

### 1.基本涵义

指在教学中要不断地安排和进行专门的复习，使学生对所学的知识牢固地掌握和保存。这一原则是为了处理好教学中获取新知识和保持旧知识之间的矛盾而提出的。

### 2.贯彻此原则的要求

- （1）在理解的基础上巩固。教师首先应当保证学生学会学懂，才有可能获得巩固的良好效果。
- （2）保证巩固的科学性。教师应该利用记忆和遗忘的一些规律，组织安排巩固，提高巩固的效率。
- （3）巩固的具体方式要多样化。除了常见的各种书面作业，还要善于利用调查、制作、实践等多种方式帮助学生巩固所学知识。

## （五）量力性原则（可接受性原则）

### 1.基本涵义

指教学活动要适合学生的发展水平。这一原则是为了防止发生教学难度低于或高于学生实际程度而提出的。

### 2.贯彻此原则的要求

- （1）重视儿童的年龄特征。
- （2）了解学生发展的具体特点。
- （3）恰当地把握教学难度。

“语之而不知，虽舍之可也”体现了什么教学原则呢？

## （六）因材施教教学原则

### 1. 基本涵义

指教师在教学活动中要照顾学生的个别差异。这一原则是为了处理好集体教学与个别教学、统一要求与尊重学生个别差异问题而提出的。

### 2. 贯彻此原则的要求

- （1）充分了解学生，包括学生的年龄特征、学习成绩、个性特征、家庭背景、生活经历等。
- （2）尊重学生的差异。
- （3）面向每一个学生，每一个学生都有权利得到适合自己的教育。

## （七）科学性与教育性相结合的原则

### 1. 基本涵义

既要把现代先进科学的基础知识和基本技能传授给学生，同时要结合知识、技能中内在的德育因素，对学生进行政治、思想教育和道德品质教育。

### 2. 贯彻此原则的要求

教师要保证教学的科学性，结合教学内容的特点进行思想品德教育，要通过各个环节对学生进行思想品德教育，不断提高自己的业务能力和思想水平。

## （八）理论联系实际教学原则

### 1. 基本涵义

理论联系实际原则是指教学要以学习基础知识为主导，从理论与实际的联系上去理解知识，注意运用知识去分析问题和解决问题，达到学懂学会、学以致用目的。

### 2. 贯彻此原则的要求

- （1）书本知识的教学要注重联系实际。
- （2）重视培养学生运用知识的能力。
- （3）正确处理知识教学与技能训练的关系。
- （4）补充必要的乡土教材。

## 七、教学方法

教学方法是指在教学活动中，教师指导学生以达到教学目的而采取的教与学相互作用的活动方式的总称。它包括教师教的方法和学的方法，是教师引导学生掌握知识技能、获得身心发展的方法。

### （一）国外常用的教学方法

20 世纪中叶以来，世界上所出现的教学方法有：

#### 1. 探究——研讨法

美国哈佛大学教授兰本达在经过多年的理论研究与实践之后提出了科学教育的“探究—研讨教学法”。

## 2. 纲要图式教学法

沙塔洛夫在自己 30 年的教学实践基础上创立的。所谓纲要图式是一种由字母、单词、数学或其他信号组成的直观性很强的图表，是教学辅助工具。它通过各种“信号”提纲挈领、简明扼要地把需要重点掌握的知识表现出来，帮助学生更快更深刻地理解课文。

## 3. 暗示教学法

暗示教学法（又称启发教学法）是由保加利亚精神病疗法心理学家乔治·洛扎诺夫（也叫格奥尔基·洛扎诺夫）于 60 年代末 70 年代初首创的，被称为是一种“开发人类智能，加速学习进程”的教学方法。

“懦（诺）夫只会暗（暗示）恋别人”。有时候学习很有趣，你可以试试。

洛扎诺夫给暗示教学法下的定义是：“创造高度的动机，建立激发个人潜力的心理倾向，从学生是一个完整的个体这个角度出发，在学习交流过程中，力求把各种无意识结合起来。”

## 4. 非指导教学法

非指导教学是由人本主义代表人物罗杰斯提出的重要教学方法。

传统指导教学法是以教师为中心，注重知识和技能，采取比较固定的步骤；而非指导教学则以学生为中心，不重视技术，只重视态度，主要是移情性理解，无条件尊重和真诚学生。

## 5. 以探究为主的教学方法——发现法

以探究为主的教学方法，是指教师组织和引导学生通过独立的探索和研究活动而掌握知识、培养能力、开发潜力、形成研究意识和探究精神的方法。这类方法的特点：学生具有较大的活动自由，由学生积极主动地研究问题、探索解决问题的方法，学生的主体性得到充分彰显，学生的独立性得到高度发挥。以探究为主的教学方法最主要的就是发现法。

发现法又称探索法、研究法，是学生借助于教师提供的适宜于进行“再发现”的问题情境和学习内容，积极开展独立的探索、研究和尝试活动，以掌握知识和解决问题的方法和步骤，研究客观事物的属性，发现相应的原理或结论，培养创造能力的方法。它是由美国教育家布鲁纳所倡导的。

# （二）我国中学常用的教学方法

## 1. 以语言传递为主的教学方法

### （1）讲授法

定义：是教师运用口头语言系统向学生传授知识的一种方法。主要有讲述、讲解、讲读、讲演四种方式。

讲述：教师运用具体生动的语言对教学内容作系统叙述和形象描绘的一种讲授方式。一般在人文学科教学中运用得比较多。又分为科学性讲述和艺术性讲述。

讲解：教师运用通俗易懂的语言对教材内容进行解释、说明、论证的一种讲授方式。一般在自然学科教学中运用较多。

讲读：教师把讲述、讲解同阅读教材有机结合，讲、读、练、思相结合的一种讲授方式。一般用于语文、外语教学中，也可用于数理化学科教学。

讲演：以教师的学说或报告的形式在较长的时间里系统地讲授教材内容，条分缕析，广征博引，科学论证，从而得出科学结论的一种讲授方式。因为讲演时间长、知识面涉及广、难度大，主要运用于大学教学中，中小学中较少运用。

优缺点：能在短时间系统传授知识，但不利于学生主动性的发挥。

运用的基本要求：

第一，讲授内容要有科学性、系统性、思想性。既要突出重点、难点，又要系统、全面；既要使学生获得可靠知识，又要在思想上有提高。

第二，注意启发。在讲授中善于诘问并引导学生分析和思考问题。使他们的认识活动积极展开，自觉地领悟知识。

第三，讲究语言艺术。力图做到语言清晰、准确、简练、形象、条理清楚、通俗易懂，讲授的音量、速度要适中，注意语调的抑扬顿挫；以姿势助说话，提高语言的感染力。

第四，要组织学生听讲。

谈话法是一种普遍适用的教学方法吗？

## （2）谈话法

**谈话法也叫问答法**，它是教师按一定的教学要求向学生提出问题，要求学生回答，并通过问答的形式来引导学生获取或巩固知识的方法。运用谈话法，学生必须有一定的知识基础，这是谈话法的前提。

谈话法可分复习谈话和启发谈话两种。复习谈话是根据学生已学教材向学生提出一系列问题，通过师生问答形式以帮助学生复习、深化、系统化已学的知识。启发谈话则是通过向学生提出未思考过的问题，一步一步引导他们去深入思考和探索新知识。

谈话法的基本要求是：

第一，要准备好问题和谈话计划。教师要对谈话的中心和提问的内容做好充足的准备。在上课之前，教师要根据教学内容和学生已有的经验、知识，准备好谈话的问题、顺序，如何从一个问题引出和过渡到另一个问题。

第二，提出的问题要明确、具体。能引起思维兴奋，即富有挑战性和启发性，问题的难易要因人而异，符合学生的已有知识程度和经验。

第三，要善于启发诱导。当问题提出后，要善于启发学生利用他们已有的知识经验或对直观教具观察获得的感性认识进行分析、思考，研究问题或矛盾的所在，因势利导，让学生一步一步地去获取新知。

第四，要做好归纳、小结。这样使学生的知识系统化、科学化，并注意纠正一些不正确的认识，帮助他们准确地掌握知识。

## （3）讨论法

讨论法是学生在教师指导下为解决某个问题进行探讨、辩论，从而获取知识的一种方法。

优缺点：有利于学生集思广益，互相启发，加深理解，但是运用讨论法需要学生具备一定的基础，一定的理解力，因此在高年级运用较多。

运用的基本要求：

第一，讨论前做好充分准备。讨论的问题要有吸引力。抓好问题是讨论的前提，问题要有吸引力，能激起学生的兴趣，有讨论、钻研的价值。

第二，讨论中要对学生进行启发诱导。启发学生独立思考，勇于发表自己的看法，围绕中心议题发言。

第三，在讨论结束时要做好小结。讨论结束前，教师要简要概括讨论情况，使学生获得正确的观点和系统的知识，纠正错误、片面或模糊的认识。对于疑难和争论的问题，教师尽力阐明自己的看法，但

要允许学生保留意见。

#### (4) 读书指导法

定义：教师指导学生通过阅读教科书和参考书，培养学生自学能力的一种方法。教师通过读书指导法，教给学生读书的方法，组织学生交流心得，让他们学会自己按照方法来读懂课文，感受语言。

运用的基本要求：

第一，提出明确的目的、要求和思考题；

第二，教给学生读书的方法；

第三，加强评价和辅导；

第四，适当组织学生交流读书心得。

### 2.以直观感知为主的教学方法

#### (1) 演示法

定义：教师在课堂上通过展示各种实物、直观教具或者进行示范性的实验，让学生通过实际观察获得感性知识的教学方法。

演示的手段大致可以分为三类：

一是实物或模型、标本、图片、挂图的演示。

二是用连续成套的模型、标本、挂图、图片或幻灯、电影等，进行序列性演示。

三是音乐、体育、劳动课上教师的示范性动作或操作等。

演示的基本要求是：

第一，要使学生明确演示的目的、要求与过程，主动、积极、自觉地投入观察与思考。让他们知道要看什么，怎么看，需要考虑什么问题。

第二，注意持续性和引导性。演示前，教师要明确演示的目的和关键，选择好演示的教具；演示时，教师要结合讲授进行，引导学生注意观察，演示必须精确可靠、操作规范；演示结束后，教师要引导学生分析观察到的结果以及各种变化之间的关系，通过分析、对比、归纳、综合得出正确结论。

第三，通过演示，使所有的学生都能清楚、准确地感知演示对象，并引导他们在感知过程中进行综合分析。

第四，尽量排除次要因素或减小次要因素的影响，以使目的明确，现象明显。

#### (2) 参观法

参观法是教师根据教学目的和要求，组织学生对实物进行实地观察、研究，从而在实际中获得新知识或巩固、验证已学知识的方法。它可以分为三类：准备性参观、并行参观、总结性参观。

运用的基本要求：

第一，做好参观的准备；

第二，参观时要及时对学生具体指导；

第三，参观后及时总结。

### 3.以实际训练为主的教学方法

#### (1) 练习法

练习法是学生在教师的指导下运用所学知识独立地进行实际操作，以巩固知识、形成技能的方法。

运用的基本要求:

第一,使学生明确练习的目的与要求,掌握练习的原理和方法。这样能防止练习中可能产生的盲目性,从而提高练习的自觉性。

第二,精选练习材料,适当分配分量、次数和时间,练习的方式要多样化,循序渐进,逐步提高。

第三,严格要求。无论是口头练习、书面练习或操作练习,都要严肃认真。要求学生一丝不苟、刻苦训练、精益求精,达到最高的水平,具有创造性。

## (2) 实验法

实验法是指学生在教师的指导下,使用一定的仪器和设备,在一定条件下引起某些事物和现象产生变化,进行观察和分析,以获得知识和技能的方法。一般在物理、化学、生物等自然科学的教学中运用得较多。实验法不仅有利于学生掌握知识,而且有利于培养学生的动手能力和科学的、严谨的学习态度。

运用的基本要求:

第一,明确目的,精选内容,制定详细的实验计划,提出具体的操作步骤和实验要求。

第二,做好实验的组织和指导。重视语言指导,重视教师示范的作用。教师可以在实验前示范,也可以在学生实验后总结性示范。

第三,做好实验小结。要求学生独立操作,要求所有学生都亲自操作;及时检查结果,要求学生按照规定写出实验报告。

## (3) 实习作业法

教师依据学科课程标准要求,指导学生运用所学的知识从事一定的工作或操作,将书本知识运用于实践的的教学方法。实习作业法在自然科学各门学科和职业教育中占有重要地位,如数学课的测量练习、生物课的植物栽培等。

## (4) 实践活动法

让学生参加社会实践活动,培养学生解决实际问题的能力和多方面实践能力的教学方法。在实践活动中,学生是中心,教师是学生的参谋或顾问,教师必须保证学生的主动参与。

### 4. 以情感陶冶为主的教学方法

#### (1) 欣赏教学法

在教学过程中指导学生体验客观事物的真善美的一种教学方法。一般包括对自然的欣赏、对人生的欣赏和对艺术的欣赏等。

#### (2) 情景教学法

教师有目的地引入或创设以形象为主题的具有一定情绪色彩的生动具体场景,以引起学生一定的情感体验,从而帮助学生理解教材,并使学生的心理机能得到发展的教学方法。创设的情景一般包括生活展现的情境、图画在线的情境、实物演示的情境、音乐渲染的情境等。

能举出欣赏教学法和情景教学法的实例吗?

## (三) 教学方法选用的依据

1. 考虑教学方法本身的特点和功能,灵活选择,综合运用。

2. 依据学科特点和学习内容选择教学方法。

3. 依据教学目标选择教学方法。

4. 依据学生特点选择教学方法。

5.依据现有的教学媒体的特点选择教学方法。

## 八、常见的教学组织形式

教学组织形式可以定义为教学活动中师生相互作用的结构形式，或者说是师生的共同活动在人员、程序、时空关系上的组合形式。

### （一）班级授课制

#### 1.定义

班级授课制又称课堂教学，是一种集体教学形式。是把一定数量的学生按年龄和知识程度编成固定的班级，根据周课表和作息时间表，安排教师有计划地向全班学生集体授课的一种教学组织形式。

#### 2.班级授课制的产生和发展

（1）产生标志：1632年捷克教育家夸美纽斯在《大教学论》中首次从理论上对班级授课制作了论述，奠定了理论基础。

（2）我国最早采用班级授课制是：1862年清政府在北京设立的京师同文馆。

#### 3.班级授课制的基本特征

（1）以班为单位集体授课，学生人数固定；

（2）按课教学。“课”是教学活动的基本单元；

（3）按时授课。把每一“课”规定在固定的单位时间内进行，这个单位时间称为“课时”，课与课之间有一定的间歇和休息。

#### 4.班级授课制的优越性和局限性

##### （1）优越性

①有严格的制度保证教学的正常开展，达到一定质量；

②有利于大面积培养人才；

③能够充分发挥教师的主导作用；

④有利于发挥集体教育的作用。

##### （2）局限性

①难以因材施教；

②难以形成学生的探索精神、创造能力和实践能力；

③缺乏灵活性。

怎么区分外部分组和内部分组？

### （二）小组教学

小组教学指的是将两人以上的学生编成一个小组，以各小组为单位共同学习的教学组织形式。这是对集体教学的有效的补充，有利于学生进行合作学习，是培养健全人格、促进个体社会化的有效途径。

小组教学的关键是有效地分组。目前，美、英、法、德等国家实行的分组教学，大致可分为两大类：外部分组和内部分组。

外部分组是指打乱传统的按年龄编班的做法，而按学生的能力或学习成绩编班。内部分组是指在传统的按年龄编班的班级内，按学生的能力或学习成绩编组。



分组教学最显著的优点：在于它比班级上课更切合学生个人的水平和特点，便于因材施教，有利于人才的培养。

缺点：一是很难科学地鉴别学生的能力和水平；二是在对待分组教学上，学生、家长和教师的意愿常常与学校的要求相矛盾；三是分组后造成的副作用很大，往往使高水平组学生容易产生骄傲，使低水平组学生的学习积极性普遍降低。

### （三）个别教学制

个别教学组织形式主要是由学生个人与适合个别学习的教材内容发生接触，并辅以师生之间的直接联系。它虽然也有一群学生，但没有固定的班级，学生的年龄和程度各不相同，每个学生学习内容和学习活动也无计划，随时随意决定学习什么和不学习什么。

其有别于个别辅导，前者是针对每个学生因材施教，使学生潜能得到最大发挥；后者主要面向特殊学生，如后进生和优秀生。

### （四）设计教学法和道尔顿制

设计教学法是美国教育家克伯屈于 1918 年创立的一种教学组织形式，主张废除班级授课制和教科书，打破传统的学科界限，在教师指导下，由学生自己决定学习目的和内容，在自己设计、自己负责任的单元活动中获得有关的知识和能力。

道尔顿制是美国教育家柏克赫斯特于 1920 年提出的，指教师不再上课向学生系统讲授教材，而只为学生分别指定自学参考书、布置作业，由学生自学和独立作业，有疑难时才请教师辅导，学生完成一定阶段的学习任务后，向教师汇报学习情况和接受考查。

它们的优点在于有利于调动学生学习的主动性，培养他们的学习能力和创造才能，但不利于系统知识的掌握，且对教学设施和条件要求较高。

### （五）特朗普制

又称“灵活的课程表”，它是美国教育学教授劳伊德·特朗普于 20 世纪 50 年代提出的一种教学组织形式。这种教学形式把大班上课、小班研究和个别教学三种教学形式结合起来。

特朗普制既有班级授课制的优点，也有个别教学的长处，但管理起来比较麻烦。

### （六）复式教学——班级授课制的特殊形式

复式教学是把两个或两个以上年级的学生编在一个班里，由一位教师分别用不同程度的教材，在同一节课里对不同年级的学生，采取直接教学和自动作业交替的办法进行教学的组织形式。它可以节约师资力量、教室和教学设备等。复式教学是由于一定地区的教育条件和经济条件落后或不平衡而产生的，它利于普及教育。

**复式教学是班级教学的一种特殊形式**，它保持了班级教学的一切本质特征。其差别在于：当教师给一个年级上课时，其他年级的学生根据教师的指示进行预习、复习、练习或做其他作业。复式教学取得成功的关键是直接教学和自动做作业的合理搭配。

复式教学的特点是：直接教学和学生自学或做作业交替进行。由于学科门类多、讲课时间少、教学任务重、备课复杂，对教学过程的组织、教学时间的分配和教学秩序的处理等有更多的要求。

## 九、教学评价

### （一）教学评价的概念

教学评价是指以教学目标为依据，通过一定的标准和手段，对教学活动及其结果给予价值上的判断，即对教学活动及其结果进行测量、分析和评定的过程。

教学评价有诊断作用、激励作用、调节作用。

### （二）教学评价的种类

1. 根据实施功能的不同，可分为诊断性评价、形成性评价和总结性评价

#### （1）诊断性评价

诊断性评价是在学期开始或一个单元教学开始时，为了了解学生的学习准备状况及影响学习的因素而进行的评价。

功能：

- ①检查学生的学习准备程度；
- ②决定对学生的适当安置；
- ③辨别造成学生学习困难的原因。

#### （2）形成性评价

形成性评价是在教学过程中为改进和完善教学活动而进行的对学生学习过程及结果的评价。

功能：

- ①改进学生的学习；
- ②为学生的学习定步；
- ③强化学生的学习；
- ④给教师提供反馈。

#### （3）总结性评价

总结性评价是在一个大的学习阶段、一个学期或一门课程结束时对学生学习结果的评价，也称为终结性评价。

功能：①评定学生的学习成绩；②证明学生掌握知识、技能的程度和能力水平以及达到教学目标的程度；③确定学生在后继教学活动中的学习起点；④预言学生在后继教学活动中成功的可能性；⑤为制订新的教学目标提供依据。

2. 根据运用的标准不同，可以分为相对性评价和绝对性评价和个体内差异评价

#### （1）相对性评价

相对性评价又称为常模参照性评价，是运用常模参照性测验对学生的学习成绩进行的评价。它主要依据学生个人的学习成绩在该班学生成绩序列或常模中所处的位置来评价和决定他的成绩的优劣，而不考虑他是否达到教学目标的要求。

具体做法：以常模为参照点，把学生个体的学习成绩与常模相比较，根据学生在该班中的相对位置和名次，确定他的学习成绩在该班中是属于“优”、“中”还是“差”。

相对性评价具有甄选性强的特点，因而可以作为选拔人才、分类排队的依据。它的缺点是不能明确表示学生的真正水平，不能表明他在学业上是否达到了特定的标准，对于个人的努力状况和进步的程度也不够重视。

## （2）绝对性评价

绝对性评价又称为目标参照性评价，是运用目标参照性测验对学生的学习成绩进行的评价。它主要依据教学目标和教材编制试题来测量学生的学业成绩，判断学生是否达到了教学目标的要求，而不以评定学生之间的差异为目的。

具体做法：在被评价对象的集合以外确定一个客观标准，将评价对象与这一客观标准相比较，以判断其达到程度。

绝对性评价可以衡量学生的实际水平，了解学生对知识、技能的掌握情况，它关心的是学生掌握了什么、能做什么或没掌握什么、不能做什么，宜用于毕业考试和合格考试。它的缺点是不适用于甄选人才。

## （3）个体内差异评价

这种评价是对被评价者的过去和现在进行比较，或将评价对象的不同方面进行比较。

3.根据评价主体，可以分为外部评价、内部评价

### （1）外部评价

外部评价是被评价者之外的专业人员对评价对象进行明显的（看得见的、众所周知的）统计分析或文字描述。

### （2）内部评价

内部评价也就是自我评价，指由课程设计者或使用者自己实施的评价。

## （三）教学评价的原则

### 1.客观性原则

首先，评价标准要客观，不带有随意性；

其次，评价方法要客观，不带有偶然性；

再次，评价态度要客观，不带有主观性。

### 2.发展性原则

教学评价是鼓励师生、促进教学的手段，所以教学评价应着眼于学生的学习进步和动态发展，着眼于教师的教学改进和能力提高，调动师生积极性，提高教学质量。

### 3.整体性原则

首先，评价标准要全面；

其次，把握主次，区分轻重；

再次，把分数评价、等级评价、语言评价结合起来，以求全面、准确地接近客观实际。

### 4.指导性原则

首先，明确教学评价的指导思想在于指导师生改进学习和教学；

其次，重视形成性评价的作用以便及时矫正；

再次，对学生或教师的分析指导要切合实际，扬长避短。



## 本节自测

### 一、单项选择题

- 1.萌芽于 16 世纪、兴起于 17 世纪，经夸美纽斯总结、改进和理论升华的教学组织形式是（ ）。  
A.特朗普制                      B.分组教学制                      C.班级授课制                      D.道尔顿制
- 2.系统地收集学生学习行为的有关资料，参照预定的教学目标对其进行价值判断的过程是（ ）。  
A.教学计划                      B.教学设计                      C.教学评价                      D.教学过程
- 3.目前中学最常采用的教学方法是（ ）。  
A.讲授法                      B.讨论法                      C.演示法                      D.实验法
- 4.“开而弗达”体现了教学的（ ）。  
A.直观性原则                      B.巩固性原则                      C.启发性原则                      D.循序渐进的原则
- 5.学生学业成绩评价的最基本方法是（ ）。  
A.测验法                      B.观察法                      C.调查法                      D.学生自我评价法
- 6.保加利亚学者洛扎诺夫在 20 世纪 60 年代创立的一种利用联想、情境、音乐等强化教学效果的方法是（ ）。  
A.纲要信号教学法                      B.探究发现教学法                      C.暗示教学法                      D.范例教学法
- 7.能使学生在短时间内获得大量系统的科学知识的教学方法是（ ）。  
A.讲授法                      B.讨论法                      C.谈话法                      D.指导法
- 8.教学从本质上说，是一种（ ）。  
A.认识活动                      B.教师教的活动                      C.学生学的活动                      D.课堂活动
- 9.以主观评价对象的集合中的一个或者以个体为基准把各个评价对象与基准进行比较，然后确定每个评价对象在集合中所处的位置。这种教学评价是（ ）。  
A.绝对评价                      B.定性评价                      C.定量评价                      D.相对评价
- 10.“大有大成，小有小成”体现了什么教学原则（ ）。  
A.循序渐进原则                      B.因材施教原则                      C.巩固性原则                      D.导向性原则

### 二、辨析题

- 1.学以致用体现的是理论联系实际的教学原则。
- 2.只要选择科学的教学方法，教学就能事半功倍。

### 三、简答题

简述上好课的具体要求。

### 四、材料分析题

有位体育教师在讲授前滚翻和后滚翻的动作技能时，他首先讲解了前滚翻和后滚翻的动作要领，然后他根据学生已有的知识经验，问学生：“什么样的东西最容易滚来滚去？”同学们齐声回答道：“圆的东西。”教师又进一步问：“既然圆的东西最容易滚来滚去，你们能不能在做这个动作时把身体变圆一点呢？”下面我做一次示范你们要认真看，然后教师请学生们按照要求进行分组训练，很快全班学生便掌

握了前滚翻和后滚翻的动作技能。

结合材料分析该体育教师主要运用了哪四个教学方法？



## 能力提升

### 一、单项选择题

- 最早在理论上对班级授课制加以论证的教育家是（ ）。  
A.洛克 B.赫尔巴特 C.夸美纽斯 D.杜威
- 《学记》指出：“独学而无友，则孤陋而寡闻”；“相观而善”，相互切磋。这就启示我们在教学中要注意运用（ ）的方法。  
A.谈话法 B.讨论法 C.参观法 D.练习法
- 教育评价中的形成性评价是一种（ ）。  
A.过程取向评价 B.结果取向评价 C.方法取向评价 D.内容取向评价
- 打乱传统的按年龄编班的做法，而按学生的能力或学习成绩编班，这是（ ）。  
A.外部分组 B.内部分组 C.设计教学法 D.道尔顿制
- 教学工作的中心环节是（ ）。  
A.备课 B.上课 C.作业布置与批改 D.教学评价
- 教师带领学生进行实地参观、访问、考察，如让学生参观博物馆，观看前人创造的金银玉饰、碑刻书画等，这对理解中国古代史及文明史有很好的促进作用，这种教学形式是（ ）。  
A.实物直观 B.模象直观 C.言语直观 D.意念直观
- 我国于 1862 年在北京的（ ）首先采用班级授课制这一教学组织形式。  
A.奏定学堂 B.南洋公学 C.乡学 D.京师同文馆
- 领会知识包括感知教材和（ ）。  
A.熟悉教材 B.分析教材 C.概括教材 D.理解教材
- 我国幅员辽阔，各地的差距很大，为了使教学不脱离实际，必须补充必要的乡土教材，这体现了（ ）的教学原则。  
A.直观性原则 B.启发性原则 C.理论联系实际原则 D.因材施教原则
- 学校实现教育目的的基本途径是（ ）。  
A.德育 B.教学 C.考试 D.学生管理
- 贯彻启发式原则的基本要求不包括（ ）。  
A.调动学生学习的主动性 B.重视组织各种复习  
C.启发学生独立思考 D.发扬教学民主
- “一个坏的教师奉送真理，一个好的教师则教人发现真理。”这句话在教学过程中应遵循（ ）原则。  
A.理论联系实际 B.直观性 C.启发性 D.循序渐进
- “欲速则不达”“盈科而后进”等话语所体现的教学原则是（ ）。

- A.理论联系实际      B.直观性      C.启发性      D.循序渐进

14.班级授课制的特殊形式是（ ）。

- A.复式教学      B.现场教学      C.分组教学      D.个别教学

15.主张教师不再向学生传授系统知识，而是辅导学生自学和独立作业的教学组织形式是（ ）。

- A.复式教学      B.分组教学      C.道尔顿制      D.个别指导

16.把两个及两个年级以上的儿童编在一个班级，直接教学与布置、完成作业轮流交替进行，在一节课内由一位教师对不同年级学生进行教学的组织形式是（ ）。

- A.分层教学      B.合作学习      C.小班教学      D.复式教学

17.为了解决名词、术语脱离事物，抽象概念脱离具体形象，理解脱离感知等矛盾，教师在教学中必须注意贯彻（ ）。

- A.理论联系实际原则      B.直观性原则  
C.巩固性原则      D.启发性原则

18.“时教必有正业，退息必有居学”体现的是（ ）教育思想。

- A.课内与课外相结合      B.因材施教  
C.教学相长      D.启发式教学

19.英语课在学习就餐语言时，为了让学生更深刻地体验语境，老师在课堂上让学生模仿餐厅点餐服务进行英语对话，这是一种（ ）教学法。

- A.讨论      B.练习      C.情景      D.演示

20.把实物、教具呈示给学生观察，或通过示范性地实验来说明和印证要求学生掌握知识的一种教学方法称（ ）。

- A.讲授法      B.实验法      C.参观法      D.演示法

21.赫尔巴特指出：“我想不到有任何无教学的教育，正如在相反的方面，我不承认有任何无教育的教学。”这说明了教学过程具有什么特点？（ ）

- A.间接经验与直接经验相结合      B.掌握知识与发展智力相统一  
C.教学过程中知、情、意的统一      D.教师主导作用与学生能动作用相结合

22.班级授课制的特征可以用以下几个字概括（ ）。

- A.班、课、室      B.师、生、课      C.师、生、时      D.班、课、时

23.高水平学生在测验中能得高分，而低水平学生只能得低分，说明该测验（ ）质量指标高。

- A.效度      B.信度      C.区分度      D.难度

24.在教学中，通过学生观察所学事物或教师语言的形象描述，引导学生形成所学事物、过程的清晰表象，丰富他们的感性认识，从而使他们能够正确理解书本知识和发展认识能力的是（ ）。

- A.直观性原则      B.启发性原则      C.循序渐进原则      D.巩固性原则

25.教师采用摸底考试了解学生已有的知识和能力的做法属于（ ）。

- A.形成性评价      B.相对性评价      C.总结性评价      D.诊断性评价

## 二、辨析题

1.运用练习法就是让学生多做各种类型的题。

- 2.用于选拔性和竞赛性活动的评价属于绝对评价。
- 3.教学工作的中心环节是备课。
- 4.学校可为了教学而忽略其他事情。
- 5.教学评价的基本作用是调节、改善和提高教学活动本身。

### 三、材料分析题

#### 1.阅读下列材料回答问题：

老师：同学们，端午节快到了，我非常想到你们各家去过端午节，哪位同学愿意请我？

学生：（都面露喜色，大声喊）到我家！到我家！

老师：很高兴大家都愿意请我。但我只能去一家，这样吧，谁会做菜，而且做得好，我就到谁家去做客，怎么样？

学生：（面露难色，沉默）

老师：这个条件让大家为难了。离端午节还有好几天，如果大家努力，一定能学会炒菜，能请到我。

学生：（兴高采烈）好，一言为定。

{两天后作文课上}

老师：同学们学会做菜了吗？

学生：（争先喊道）学会了！老师到我家吃饭吧！

老师：感谢你们的一片诚心，那么你们都学会了做什么菜了呢？

学生：（争先恐后，七嘴八舌的说起了自己学做菜的情况）

老师：我很想知道同学们是怎样学做菜的，但是全班这么多同学，不可能每个人都详细的介绍自己做菜的情况。有什么办法让老师知道每个同学学做菜的过程呢？

学生：老师，让我们把做菜的过程和做的什么菜都写出来就知道了！

老师：这个主意真好。这样，老师不仅能知道你们做的什么，还能比较一下，谁做的菜最好，我就到他家去做客，好吗？

学生：好！

老师：那好，那就快写吧！

上面是一则作文教学课实例。请你试从教学原则、教学方法和教学过程的视角对此进行分析。

2.记者在一次家长开放日后的家长座谈会上，听到一位家长对教师和学校提出批评。他说，在听公开课的过程中，他发现当老师提问题时，自己的儿子频繁举手，但老师都视而不见，而总是把机会提供给那些学习优秀的学生，对此他感到气愤。

据记者了解，每位教师都意识到应努力为班内所有学生提供均等的学习机会，然而在教学过程中的实际情况与这种理想相差甚远。一般来说，教师往往对班内 1/3 或 1/4 的优秀学生最为关注并给予了更多的积极强化与鼓励，而班内半数较差的学生得到的关注和帮助最少；师生之间关系的这些差异使得一些学生得到了更多的机会与鼓励。

结合材料分析如何通过教学组织形式的改革促进教学过程的机会均等。

## 第四章 中学生学习心理

### 第一节 认知过程



#### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】小亮在解决物理习题时，能够把各种解法逐一列出并加以尝试，最终找到一个最佳解法。小亮的这种解题方法属于（ ）。  
A.启发式 B.推理式 C.算法式 D.归纳式
2. 【2015 年下全国教资真题】成人与幼儿对一幅画的知觉有明显差异，幼儿只会看到这幅画的主要构成，而成人看到的是画面的意义，这反映的知觉特性是（ ）。  
A.理解性 B.选择性 C.恒常性 D.整体性
3. 【2015 年上全国教资真题】在张老师组织的百人大合唱中，如果增加一至两个人，小红感觉不到音量的变化，如果增加到十个人左右时，小红就能明显地感觉到音量的变化。这种刚刚能使小红感觉到音量变化的最小差异量称为（ ）。  
A.绝对感觉阈限 B.绝对感受性 C.差别感觉阈限 D.差别感受性
4. 【2015 年上全国教资真题】【简答题】影响遗忘的主要因素有哪些？



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
注意的分类	理解	注意的三种分类如何区分？
注意的品质	理解	注意的四种品质如何区别
感觉的一般规律	理解	感受性和感觉阈限的之间是什么关系？
知觉的特性	理解	知觉的理解性与其他几种特性如何区分？
记忆的分类	理解	瞬时记忆、短时记忆和长时记忆的信息保存时间分别是多少？
记忆过程	理解	遗忘的压抑说和提取失败说如何区分？
思维的特征	识记	思维的两个基本特征有什么联系与区别？
思维的种类	理解	区分思维的种类
创造性思维的特征	理解	理解创造性思维的三个特征



想象的分类	理解	区分三种想象
培养学生想象力的方法	识记	复述培养学生想象力的方法
问题解决	识记	简述问题解决的一般过程
影响问题解决的因素	理解	如何区分思维定势和功能固着这两个概念



## 【内容梳理】

### 一、注意

#### （一）注意的概念

注意是心理活动对一定对象的指向和集中。它与认识过程、情感过程、意志过程密切联系，是一切心理活动的共同特征。

#### （二）注意的分类

根据有无目的和意志努力的程度，可以把注意分为无意注意、有意注意、有意后注意三种。

##### 1. 无意注意

无意注意也称不随意注意，是没有预定目的、无需意志努力就能维持的注意。

无意注意在教学中都是消极表现吗？

##### 2. 有意注意

有意注意也称随意注意，是有预先目的，需要付出一定意志努力才能维持的注意。

无意注意和有意注意是两种性质不同的注意，但实际工作却离不开这两种注意。如果只有有意注意，长时间工作会使人疲劳，注意就容易分散，工作也难以进行下去；如果只有无意注意，稍遇困难或干扰，注意就容易分散，同样也不能做好工作。无意注意和有意注意常常交替发生，一些简单的不重要的活动只需要无意注意，而对于复杂的重要的活动则必须要有有意注意参与。

##### 3. 有意后注意

有意后注意，是指事前有预定目的，不需意志努力的注意，是由有意注意转化而来的一种特殊形态的注意。

#### （三）注意的品质

##### 1. 注意的广度

注意的广度又称注意的范围，是指一个人在同一时间内能够清楚地把握注意对象的数量。它反映的是注意品质的空间特征。

##### 2. 注意的稳定性

注意的稳定性也称为注意的持久性，是指注意在同一对象或活动上所保持时间的长短。

同注意的稳定性相反的表现是注意的分散。注意的分散，又称分心，是指在注意过程中，由于无关

刺激的干扰或者单调刺激的持续作用引起的偏离注意对象的状态。无关刺激的干扰容易引起无意注意，妨碍有意注意的活动；单调刺激的作用是指有意注意的活动如果千篇一律，毫无新意，会引起主体的疲劳和精神松懈，也会产生分心。

### 3. 注意的分配

注意的分配是指在同一时间内把注意指向不同的对象和活动。

注意的分散和注意的转移有什么区别？

### 4. 注意的转移

注意的转移是指根据活动任务的要求，主动地把注意从一个对象转移到另一个对象。

注意的转移不同于注意的分散。前者是根据任务需要，有目的地、主动地转换注意对象，为的是提高活动效率，保证活动的顺利完成，后者是由于外部刺激或主体内部因素的干扰作用引起的，是消极被动的。注意的分散违背了活动任务的要求，偏离了正确的注意对象，降低了活动效率。

## （三）注意规律在教学中的应用

1. 正确运用无意注意规律组织教学活动

2. 运用有意注意的规律组织教学，提高学习的自觉性

3. 运用两种注意相互转换的规律组织教学，引导学生交替使用不同的注意形式，保持学习活动

4. 要根据注意的特点和规律培养学生的注意

## 二、感觉

### （一）感觉的概念

感觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物个别属性的反映。

### （二）感觉的种类

根据感觉所接受信息的来源和感受器在个体身上所处的位置不同，可以把感觉分为两大类：

#### 1. 外部感觉

外部感觉是接受外部刺激，反映外部事物个别属性的感觉。外部感觉有：视觉、听觉、味觉、嗅觉和肤觉。

#### 2. 内部感觉

内部感觉是指感受内部刺激，反映机体内部变化的感觉。主要分为：机体觉、运动觉和平衡觉。

（1）机体觉：又叫内脏感觉，它是反映我们身体内部状况及各器官活动变化状态的感觉。

（2）运动觉：就是关节肌肉的感觉。它是传递人们对四肢位置、运动状态及肌肉收缩程度的信号的。

（3）平衡觉：也叫静觉或姿势感觉。这种感觉能够发出关于运动与头部位置的信号，反映运动速度的变化（如加速或减速）。

### （三）感觉的一般规律

感觉是客观世界的主观映像，任何感觉的产生，必须具备两个条件：一个是主体的感觉能力；另一个是客观世界的刺激。前者是感受性的问题，后者是感觉阈限的问题。

## 1. 感受性与感觉阈限

### (1) 感受性

感受性：是感觉器官对适宜刺激的感觉能力。也就是人对刺激的感觉灵敏程度。

绝对感受性：感觉出最小刺激量的能力。

差别感受性：在感觉上，能察觉出两个同类刺激物之间的最小差别量的能力，叫差别感受性。

### (2) 感觉阈限

感受性是通过感觉阈限来测量的。感觉阈限是指能够引起人的感觉的刺激范围。

绝对感觉阈限：刚刚能引起感觉的最小刺激量。

差别感觉阈限：也叫差别阈限，又称最小可觉差，是指刚刚能引起差别感觉的刺激的最小变化量。

是将一个刺激与另一个刺激区别开来的最小差别量。

感受性与感觉阈限成反比关系，感觉阈限越大，感受能力越差。

## 2. 感受性变化的规律（感觉现象）

### (1) 感觉适应

在外界刺激持续作用下感受性发生变化的现象叫感觉适应，适应现象发生在所有的感觉中。其中，视觉的适应分为暗适应和明适应。

#### ①暗适应

暗适应是指照明停止或由亮处转入暗处时视觉感受性提高的现象。从亮的环境到暗的环境，开始看不到东西，后来逐渐看到了东西，就是暗适应的表现。进入暗的地方，开始无法适应，是因为视觉感受性比较低，随着视觉感受性的提高对暗就能适应了。

#### ②明适应

明适应是指照明开始或由暗处转入亮处时视觉感受性下降的现象。从暗的环境到亮的环境，开始觉得光线刺得眼睛睁不开，很快就习惯了，这是明适应的表现。

### (2) 感觉后象

外界刺激停止作用后，暂时保留的感觉印象叫感觉后象。

### (3) 感觉对比

不同刺激作用于同一感觉器官，使感受性发生变化的现象叫感觉对比。感觉对比分为两种：同时对比和继时对比。

#### ①同时对比

两种感觉同时发生所形成的对比叫同时对比。

#### ②继时对比

两种感觉先后发生所形成的对比叫继时对比。

### (4) 感觉的补偿作用和相互作用

①感觉的补偿作用：当某些感觉失却以后，可以由其他感觉来弥补。

②感觉的相互作用——联觉：一个刺激不仅引起一种感觉，同时还引起另一种感觉的现象就叫联觉。

### 三、知觉

#### （一）知觉的概念

知觉是直接作用于感觉器官的客观事物的整体属性在人脑中的反映，它是在感觉的基础上产生的。

#### （二）知觉的特性

**1.选择性：**人在知觉过程中把知觉对象从背景中区分出来优先加以清晰地反映的特性就叫知觉的选择性。其中被清楚地知觉到的客体叫对象，未被清楚地知觉到的客体叫背景。

**2.整体性：**知觉的对象是由不同部分和属性组成的。人在知觉时，并不把知觉对象感知为个别孤立的部分，而总是把它知觉为统一的整体。

鹤立鸡群反映的是知觉的什么特性？

**3.理解性：**人在知觉某一事物时，总是利用已有的知识和经验去认识它，并把它用词语标示出来，这种感性认识阶段的理解就叫知觉的理解性。

**4.恒常性：**是指客观事物本身不变但知觉的条件在一定范围内发生变化时，人的知觉的映象仍然保持相对不变的特性。在不同的物理环境中，从不同的角度、不同的距离知觉某一熟知的物体时，虽然该知觉对象的物理属性（大小、形状、明度、颜色等）受环境情况的影响而有所改变，但是对它的知觉却保持相对稳定性，知觉的这种特征，称为知觉的恒常性。

### 四、记忆

#### （一）记忆的概念

记忆是在头脑中积累和保持个体经验的心理过程，是人脑对外界输入的信息进行编码、储存和提取的过程。

#### （二）记忆的分类

1.记忆按其内容可分为

- （1）**形象记忆：**对感知过的事物具体形象的记忆；
- （2）**情绪记忆：**对自己体验过的情绪和情感的记忆；
- （3）**逻辑记忆：**以对概念、公式、规律等逻辑思维过程为内容的记忆；
- （4）**动作记忆：**对身体的运动状态和动作技能的记忆。

2.记忆按保持时间可分为

- （1）**瞬时记忆：**也叫感觉记忆，是极为短暂的记忆。
- （2）**短时记忆：**短时记忆的信息在头脑中储存的时间比瞬时记忆长一些，但一般不超过 1 分钟。一般认为短时记忆的信息容量为  $7 \pm 2$  个组块。

（3）**长时记忆：**信息在记忆中储存时间超过 1 分钟以上，直至几天、几周或数年，甚至终身不忘。

记忆类型	保持时间	记忆容量	编码方式	影响因素
瞬时记忆	0.25 秒-4 秒	容量较大	物理特征编码	注意和模式识别
短时记忆	5 秒-1 分钟	$7 \pm 2$	主要是听觉编码，	觉醒状态、组块、

			还有视觉编码	加工深度
长时记忆	1 分钟以上, 通常为几天、几周、数年, 甚至终身不忘	容量无限	以意义编码为主 (表象和语义编码)	加工深度、 意识状态、

3. 图尔文将长时记忆分为两类: 情景记忆和语义记忆

(1) **情景记忆**: 是指人们根据时空关系对某个事件的记忆。这种记忆与个人的亲身经历分不开, 如想起自己参加过的一个会议或曾经去过的地方。

(2) **语义记忆**: 指人们对一般知识和规律的记忆, 与特殊的时间和地点无关。它表现在单词、符号、公式、规则、概念这样的形式中, 如记住一年有四季。

4. 根据信息加工和存储内容的不同, 可分为: 陈述性记忆和程序性记忆

(1) **陈述性记忆**: 以陈述性知识为内容, 即事实类信息, 包括字词、定义、人名、时间、事件、概念和观念。陈述性内容可以用言语表达。

(2) **程序性记忆**: 又称技能记忆, 即对程序性知识进行记忆, 如该怎样做事情或如何掌握技能, 通常包含一系列复杂的动作过程, 即有多个动作间的序列联系, 也包括在同一瞬间同时进行的动作间的横向联系, 这两方面共同构成的复合体是无法用语言清楚表述的。如打篮球。

### (三) 记忆过程

在记忆过程中, 从记到忆包括识记、保持、回忆或再认三个基本环节, 它们是相互联系、相互制约的完整统一的过程。

#### 1. 识记

识记是记忆过程的开端, 是个体获得知识和经验的过程, 它具有选择性。识记可以从以下方面进行分类:

(1) 根据识记有无目的性, 可以把它分为无意识记和有意识记

(2) 根据识记的方法来分, 可以分为机械记忆和意义记忆

机械记忆: 是指不理解材料意义的情况下, 采用多次机械重复的方法进行的识记。

意义记忆: 是对事物理解的基础上, 依据事物的内在联系所进行的识记。

#### 2. 保持

保持: 是指已获得的知识经验在人脑中的巩固过程, 它是记忆过程的第二个环节。

遗忘: 是指识记过的东西不能再认或回忆或者再认或回忆发生错误。

##### (1) 遗忘的原因

● 痕迹衰退说: (自动消退)

代表人物: 巴甫洛夫

主张: 遗忘是记忆痕迹得不到强化而逐渐衰退, 以至最后消退的结果。

● 干扰抑制说

代表人物: 詹金斯和达伦巴希

主张: 认为遗忘是因为在学习和回忆之间受到其他刺激的干扰所致。这种学说可以用前摄抑制和倒摄抑制来说明。

★ 前摄抑制: 先前学习的材料对后学习的材料的回忆或再认产生的干扰。

★倒摄抑制：后来学习的材料对先前学习的材料的回忆或再认产生的干扰。

●压抑说

代表人物：弗洛伊德

主张：认为遗忘由于情绪或动机的压抑作用引起的，如果这种压抑被解除，记忆也就能恢复。

●提取失败说

代表人物：图尔文

主张：储存在长时记忆中的信息之所以无法回忆，是因为个体在提取时没有找到适当的提取线索。

如果有恰当的线索提示，个体就能够很快将信息提取出来。

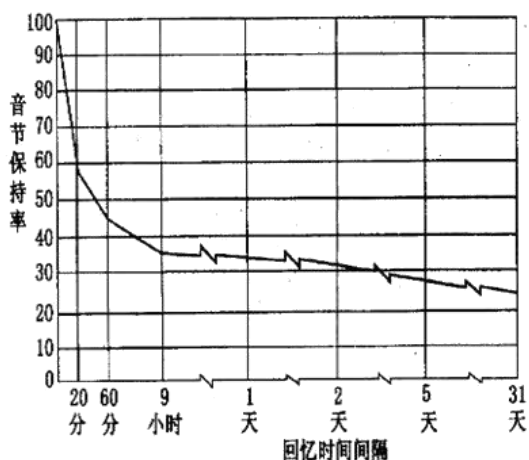
●同化说

代表人物：奥苏贝尔

主张：遗忘实际上是知识的组织与认知结构简化的过程，即用高级的概念与规律代替低级的观念，使低级观念发生遗忘，从而提炼和简化了认识并减轻了记忆负担，这是一种积极的遗忘。用于解释有意义学习的保持与遗忘，他认为在真正有意义的学习中，前后相继的学习不是相互干扰而是相互促进的，因为有意义学习总以原有的学习为基础，后者的学习是前面学习的加深和扩充。

## (2) 遗忘的规律

19 世纪末德国心理学家艾宾浩斯通过实验，提出了著名的“遗忘曲线”。



这条曲线表明：遗忘是学习之后立即发生的，而且遗忘的进程是不均匀的，有先快后慢的特点。

## (3) 影响遗忘进程的因素

- ①学习材料的性质；
- ②识记材料的数量和学习程度的大小；
- ③记忆任务的长久性与重要性；
- ④识记的方法；
- ⑤时间因素；
- ⑥情绪和动机也影响着遗忘的进程。

### 3. 回忆或再认

回忆或再认是在不同条件下重现过去经验的过程。

回忆：对不在眼前的过去经历过的事物，在脑中重新呈现出来的过程称为回忆。

再认：对过去经历过的事物，当它再度出现时能识别出是以前经历过的就是再认。

#### （四）利用记忆规律促进学生有效学习

- 1.明确记忆目的，增强学习的主动性
- 2.理解材料的意义，少用机械记忆
- 3.对材料进行精细加工，促进深度理解
- 4.运用组块化学习策略，合理组织材料
- 5.运用多重编码方式，提高信息加工处理的质量
- 6.注重复习方法，防止知识遗忘

防止遗忘的方法：

- （1）及时复习，经常复习。这是根据艾宾浩斯的遗忘的规律来进行复习。
- （2）合理分配时间，
- （3）做到分散与集中复习相结合。
- （4）反复阅读与试图回忆相结合。
- （5）复习方法要多样化。
- （6）运用多种感官参与复习。

## 五、思维

### （一）思维的概念

思维是借助语言、表象或动作实现的，对客观现实间接的、概括的反映。

### （二）思维的特征

#### 1.间接性

所谓思维的间接性，是指思维总是以一定事物为媒介来反映那些不能直接作用于感官的事物。

思维的间接性主要体现在三个方面：首先，思维可通过事物认识事物。其次，思维可通过事物的外部特征认识其内部变化及内在联系。其三，思维可通过语言和词反映有关事实，预测事物发展变化的进程等。正是由于思维的间接性，人们才可能超越时空的限制，认识那些没有感知或不可能直接感知的事物属性，揭露事物的本质、规律，从而了解过去，认识现在，预见未来。

#### 2.概括性

所谓思维的概括性，是指思维能够把同类事物的共同的、本质的属性抽取出来加以概括，反映事物间的规律性联系。

思维的概括性包括两层含义；第一，思维所反映的对象总是一类事物的共同的本质特征和它们之间的规律性联系。也就是说，思维把握的是一类事物的共同特征，而不同于个别事物的个别特征。第二，人通过思维能从部分事物相互联系的事实中找到普遍的或必然的联系，并将其推广到同类现象中去。

### （三）思维的种类

#### 1. 根据思维的凭借物划分

##### （1）直观动作思维

直观动作思维是指在思维过程中要以具体、实际动作作为支柱而进行的思维。

##### （2）具体形象思维

具体形象思维是指在思维过程中借助于表象而进行的思维。表象是这类思维的支柱。

##### （3）抽象逻辑思维

抽象逻辑思维是指在思维过程中以概念、判断、推理的形式来反映事物本质属性和内在规律的思维。概念是这类思维的支柱。

#### 2. 根据思维的逻辑性划分

##### （1）直觉思维

直觉思维是未经逐步分析就迅速对问题答案作出合理的猜测、设想或突然领悟的思维。

##### （2）分析思维

分析思维是经过逐步分析后，对问题解决作出明确结论的思维。

#### 3. 根据思维的指向性划分

##### （1）聚合思维

聚合思维又称求同思维、集中思维，是指人们解决问题时，思路集中到一个方向，从而形成唯一的、确定的答案。

##### （2）发散思维

发散思维又称求异思维、辐射思维，是指人们解决问题时，思路向各种可能的方向扩散，从而求得多种答案。

聚合思维和发散思维的区别是什么？

聚合思维与发散思维都是智力活动不可缺少的思维，都带有创造的成分，而发散思维最能代表创造性的特征。

#### 4. 根据思维的创新性程度

##### （1）常规思维

也称再造性思维，是指人们运用已获得的知识经验，按现成的方案和程序，用惯用的方法、固定的模式来解决问题的思维方式。

##### （2）创造性思维

创造性思维是指以新颖、独特的方式来解决问题的思维方式。

### （四）创造性思维的特征

#### 1. 流畅性

个人面对问题情境时，在规定的时间内产生不同观念的数量的多少。该特征代表心智灵活，思路通达。对同一问题所想到的可能答案越多，即表示他的流畅性越高。

#### 2. 变通性

即灵活性，指个人面对问题情境时，不墨守成规，不钻牛角尖，能随机应变，触类旁通。对同一问



题所想出不同类型答案越多者，变通性越高。

### 3. 独创性

个人面对问题情境时，能独具慧心，想出不同寻常的、超越自己也超越前辈的意见。具有新奇性。对同一问题所提意见愈新奇独特者，其独创性越高。

## 六、想象

### （一）想象概念

想象是人脑对已储存的表象进行加工改造，形成新形象的心理过程。

### （二）想象的分类

按照想象活动是否具有目的性，可以区分为无意想象和有意想象。

#### 1. 无意想象

无意想象也称不随意想象，是没有预定目的，不自觉地产生的想象。它是人们的意识减弱时，在某种刺激的作用下，不由自主地想象某种事物的过程。

#### 2. 有意想象

有意想象是按一定目的、自觉进行的想象。根据想象的内容和新颖程度和形成方式的不同，可分为再造想象、创造想象和幻想。

##### （1）再造想象

再造想象是根据言语的描述或图样的示意，在人脑中形成相应的新形象的过程。

请说出再造想象和创造现象的区别。

##### （2）创造想象

创造想象是在创造活动中，根据一定的目的、任务，在人脑中独立地创造出新形象的过程。

##### （3）幻想

幻想是指向未来，并与个人愿望相联系的想象，是创造想象的特殊形式。幻想不立即体现在人们的实际生活中，而带有向往的性质，是人们寄托的东西。

当人们依据事物发生的客观规律来想象时，这种想象叫理想。当人们不以客观规律为依据，甚至违背事物发展的客观进程，因而是不能实现的想象，这种想象是空想。

### （三）想象的功能

#### 1. 预见功能

想象能预见活动的结果，指导人们活动进行的方向。

#### 2. 补充功能

在现实生活中，有许多事物是人们不可能直接感知的，在这种情况下，我们可以借助想象，弥补人类认识活动的时空局限和不足，超越个体狭隘的经验范围，扩大人的视野。

#### 3. 替代功能

在现实生活中，当人们的某种需要不能得到满足时，可以利用想象从心理上得到一定的补偿和慰藉。

#### （四）培养学生想象力的方法

- 1.要引导学生学会观察，丰富学生的表象储备。
- 2.引导学生积极思考，有利于打开想象力的大门。
- 3.引导学生努力学习科学文化知识，扩大学生的知识经验以发展学生的空间想象能力。
- 4.结合学科教学，有目的地训练学生的想象力。
- 5.引导学生进行积极的幻想。

### 七、问题解决

#### （一）问题解决概述

##### 1.涵义

问题解决是指为了从问题的初始状态到达目标状态，而采取一系列具有目标指向性的认知操作的过程。它有两种类型：常规问题解决和创造性问题解决。

##### 2.特征

（1）**目的性**：问题解决具有明确的目的性，它总是要达到某个特定的目标状态。

（2）**序列性**：问题解决包含一系列的心理活动，即认知操作，如分析、联想、比较、推论等。而且这些心理操作是存在一定序列的，一旦序列出错，问题就无法解决。

（3）**认知性**：问题解决活动必须由认知操作来进行，即通过内在的心理加工实现的。

#### （二）问题解决的一般过程

问题解决的基本过程是：发现问题——理解问题——提出假设——检验假设。

**发现问题**：从完整的问题解决过程来看，发现问题是其首要环节。

**理解问题**：理解问题就是把握问题的性质和关键信息。摒弃无关因素，并在头脑中形成有关问题的初步印象，即形成问题的表征。

**提出假设**：提出假设就是提出解决问题的可能途径和方案，选择恰当的问题解决操作步骤。**提出假设**是问题解决的关键阶段。

**检验假设**：检验假设就是通过一定的方法来确定假设是否合乎实际、是否符合科学原理。检验假设分为直接检验和间接检验，间接检验的结果是否正确，最终还要有直接检验来证明。

#### （三）常用的问题解决方法

##### 1.算法式

一个算法就是为达到某一个目标或解决某个问题而采取的一步一步的程序。

##### 2.启发式

所谓启发式就是根据目标的指引，试图不断的将问题状态转换成与目标状态相近的状态，从而试探那些只对成功趋向目标状态的有价值的操作。

##### ①手段目的分析法

手段目的分析是指将目标划分成许多子目标，将问题划分成许多子问题后，寻找每一个子问题的手

段。

## ②逆向反推法

应用反推法，从目标开始，退回到未解决的最初的问题，这种方法对解决几何证明题有时非常有效。

## ③爬山法

爬山法：采用一定的方法逐步降低初始状态和目标状态的距离，以达到问题解决的一种方法。就好像登山者，为了登上山峰，需要从山脚一步一步登上山峰一样。

爬山法与手段——目的分析法的不同在于后者包括这样一种情况，即有时人们为了达到目的，不得不暂时扩大目标状态与初始状态的差异，以有利于最终达到目标。

## ④类比思维

当面对某种问题情境时，个体可以运用类比思维，先寻求与此有些相似的情境的解答。

# （四）影响问题解决的主要因素

## 1.问题的特征

解决抽象而不带具体情节的问题时比较容易，解决具体而接近实际的问题时比较困难。此外，由于问题的陈述方式或所给图示的不同，也会直接影响问题解决的过程。

## 2.迁移

是指已有的知识经验对解决问题的影响。分为正迁移和负迁移。正迁移是指已获得的知识经验对解决新问题有促进作用；负迁移是指已获得的知识经验对解决问题有阻碍或干扰的影响。

## 3.思维定势

思维定势是指使用原有已证明有效的方法解决新问题的心理倾向。在环境不变的条件下，定势使人能够应用已掌握的方法迅速解决问题。而在情境发生变化时，它则会妨碍人采用新的方法。

## 4.功能固着

是指个体在解决问题时往往只看到某种事物的通常功能，而看不到它其他方面可能有的功能。这是人们长期以来形成的对某些事物的功能或用途的固定看法。

## 5.原型启发

是指在其他事物或现象中获得的信息对解决当前问题的启发。其中具有启发作用的事物或现象叫原型。

## 6.动机的强度

学习动机会影响问题解决。学习动机和学习效果之间的关系见下节（耶克斯—多德森定律）。

除了上述因素外，个体的智力水平、性格特征、情绪状态、认知风格和世界观等个性心理特性也制约着问题解决的方向和效果。



# 本节自测

## 一、单项选择题

1. “视而不见，听而不闻”的现象，典型的表现了（ ）。

A.注意的指向性      B.注意的集中性      C.注意的稳定性      D.注意的分配性

2.注意的稳定性是注意品质的哪种特性? ( )

A.广度      B.强度      C.时间      D.空间

3.黑人的牙齿总是给人以特别洁白的感觉、“月明星稀”，都是感觉的 ( )。

A.代偿      B.适应      C.同时对比      D.继时对比

4.班主任张老师告诉班上学生说早上起来记忆效果最好，希望他们重视早自习的学习，这是因为少了 ( )。

A.前摄抑制      B.倒摄抑制

C.前摄抑制和倒摄抑制      D.自然消退

5.小学生晓东看到了课文中描写雷锋形象的句子，然而想象出雷锋叔叔的模样，这属于 ( )。

A.幻想      B.空想      C.再造想象      D.创造想象

6.张明想起了自己拿到重点高中录取通知书的兴奋心情，这属于 ( )。

A.形象记忆      B.情绪记忆      C.逻辑记忆      D.动作记忆

7.晓明到一个地方去办事，会事先在头脑中想出可能到达的道路，经过分析与比较，最后他选择一条短而方便的路。这样的思维是 ( )。

A.直观动作思维      B.形象思维      C.逻辑思维      D.直觉思维

## 二、辨析题

定势使人能够应用已掌握的方法解决一切问题。

## 三、简答题

简述培养学生想象力的方法。

## 第二节 知识与技能的学习



### 【真题再现】

1. 【2012 年上全国教资真题】王老师在讲“果实”这个概念时，列举了苹果、花生等可食果实的例子，也列举了棉籽、橡树籽等不可食果实的例子。这种教学方法称为（ ）。  
A.变式 B.范式 C.原型 D.演绎
2. 【2016 年上全国教资真题】【简答题】简述动作技能培养的途径。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
学习的内涵	理解	理解学习的内涵以及特点
知识的类型	理解	区分陈述性知识和程序性知识
知识学习的种类	理解	能够理解知识学习两大分类并且区分它们之间的关系
概念的学习	识记	识记概念获得的基本形式
技能及其分类	理解	理解技能的含义以及具体分类
心智技能的形成和培养	识记	简述心智技能的培养要求



### 【内容梳理】

## 一、学习的内涵

### （一）学习的实质

动物有学习么？

学习是个体在特定的情境下由于练习或反复经验而产生的行为或行为潜能的比较持久的改变。

第一，学习不仅指学习后所表现的结果，如用筷子吃饭，会骑自行车等，而且还包括从不会用筷子到会用筷子、从不会骑自行车到会骑自行车的行为变化的过程；

第二，所说的“行为”，既包括可观察的外显行为，如读书、写字，也包括像思想、观点的获得这样不能直接观察的内潜行为；

第三，学习的行为变化是由经验引起的，所说的“经验”是个体在后天活动中获得的，那些由遗传、

成熟或机体损伤等导致的行为变化，比如吞咽、身体发育、残疾行为等，不能称之为学习。

第四，学习的行为变化是比较持久的，由适应、疲劳、药物等亦能引起行为变化，如运动员服用兴奋剂，成绩暂时提高，但这样的行为变化是比较短暂的，不能称之为学习。

第五，所说的“行为变化”，既包括由坏向好的变化，也包括由好向坏的变化，养成好习惯与养成坏习惯，同样都是学习。

## （二）学生学习的特点

1. 学生的学习是以掌握间接知识经验为主的。
2. 学生的学习是在教师有目的、有计划、有组织地指导下进行的。
3. 学生学习的主要任务是掌握系统的科学知识、技能，形成科学的世界观和良好的道德品质。
4. 学生的学习是在学校班集体中进行的。
5. 学生的学习具有一定程度的被动性。

## 二、知识的学习

### （一）知识的类型与表征

#### 1. 知识的类型

根据知识的功能划，可以把知识分为陈述性知识和程序性知识。

**陈述性知识：**陈述性知识也叫“描述性知识”，它是个人有意识的提取线索，因而能够直接加以回忆和陈述的知识。主要用来说明事物的性质、特征和状态，用于区别和辨别事物。这类知识主要解决是什么的问题。这种知识具有**静态的性质**。

**程序性知识：**程序性知识也叫“操作性知识”，是个人没有有意识的提取线索，因而其存在只能借助某种作业形式间接推测的知识。这类知识主要用来解决做什么和怎么做的问题。这种知识具有**动态的性质**。

请对陈述性知识和程序性知识各举一例

#### 2. 知识的表征存储

##### （1）陈述性知识的主要表征形式

###### ①命题和命题网络

一个命题就相当于一个观念，它是我们能够评价是非对错的最小的意义单元。

两个或多个命题常常因为有某个共同的成分而相互联系在一起，从而构成了命题网络，或称为语义网络。

###### ②图式

图式是认知结构的起点和核心，是将相互联系的概念、命题和表象组织起来而形成的有组织的认知单元。

##### （2）程序性知识的主要表征形式——产生式和产生式系统

产生式是条件与动作的联结，即在某一条件下会产生某一动作的规则，它由条件项“如果”和动作项“那么”构成。即在满足某个条件的时候，我们做出某个行动。

众多的产生式联系在一起，就构成了复杂的产生式系统，表征复杂技能的完成过程。

## （二）知识学习的种类

1. 根据头脑内知识的不同形式或学习任务的复杂程度分为符号学习、概念学习和命题学习

（1）符号学习，又称代表学习，指学习单个符号或一组符号的意义，或者说学习它们代表什么。包括对历史事件、历史人物、地理信息、词汇、图标等的学习。

这三种学习的关系是什么？

（2）概念学习，即掌握同类事物的共同的本质属性。

（3）命题学习，实质上是学习若干概念之间的关系，或者说掌握由几个概念联合所构成的复合意义。命题学习必须以概念学习和符号学习为前提。

请举例这三种学习

2. 根据新知识与原有认知结构的关系，可以分为下位学习、上位学习和组合学习

（1）**下位学习（类属学习）**：指将概括程度或包容范围较低的新概念或命题，归属到认知结构中原有的概括程度或包容范围较高的适当概念或命题之下，从而获得新概念或新命题的意义。

下位学习可以分为两种形式：一种是派生类属，即新学习内容仅仅是学生已有的、包容面较广命题的一个例证，或是能从已有命题中直接派生出来的。另一种是相关类属，即新内容纳入可以扩展、修饰或限定学生已有的概念、命题，并使其精确化。

（2）**上位学习（总括学习）**：是指新概念、新命题具有较广的包容面或较高的概括水平，这时，新知识通过把一系列已有观念包含于其下而获得意义，新学习的内容便与学生认知结构中已有观念产生了一种上位关系。

（3）**组合学习**：当学生的新概念或新命题与认知结构中已有的观念既不产生下位关系，又不产生上位关系时，它们之间可能存在组合关系，这种只凭组合关系来理解意义的学习就是组合学习。

## （三）知识学习的过程

1. 陈述性知识学习的一般过程

学习心理学研究认为，从教学实际过程看，陈述性知识学习的过程可分为知识的理解、巩固和应用三个彼此相互联系又相对独立的阶段。

2. 概念的学习

概念就是用某种符号所代表一类具有某些共同关键特征的事物。概念获得实质上就是理解一类事物的共同关键特征。

（1）概念获得的基本形式

①**概念形成**。个体从大量的例子出发，从他们的实际经验的概念的肯定例证中，以归纳的方式抽出一类事物的共同属性，从而获得某些初级概念。

②**概念同化**。学习者也可以利用原有概念来理解一个新概念的定义，从而明确一类事物的共同关键特征，使学习者获得概念的方式。概念同化是获得概念的主要形式。

（2）概念教学的基本形式

①**从例子到规则**

先向学生呈现某个概念的各种例证，然后要求他们分析归纳，总结出一个定义，这叫做“**例——规法**”。

②**从规则到例子**

先给学生一个定义，然后要求他们结合实例进行识别归类，这叫做“**规一例法**”。

当然，实际教学中所采用的往往是这两种思路的综合形式“**规一例一规法**”，一般是先给出一个定义，接着呈现几个例子，然后分析这些例子是如何说明这一定义的。

### (3) 概念教学的具体方法

①以准确的语言明确揭示概念的本质

②突出有关特征，控制无关特征

③正例与反例的辨别

④**变式**。变式指概念的正例（肯定例证）在无关特征方面的具体变化，也就是通过保持概念的关键特征而变化那些非关键特征，从而构成的表现形式不同的例证。

⑤**比较**。比较就是区分事物的异同，比较主要有两种形式：一是同类比较，即关于同类事物之间的比较；二是异类比较，即不同类但相似、相近、相关的事物之间的比较。

### 3. 程序性知识学习的一般过程

程序性知识学习的一般过程是从陈述性知识转化为自动化的技能的过程，它主要由三个阶段构成：陈述性阶段、转化阶段和自动化阶段。

变式和比较的区别是什么？

## 三、技能的形成

### (一) 技能及其分类

技能是通过练习而形成的合乎法则的活动方式。

根据技能的性质和特点，通常把技能分为**操作技能**和**心智技能**。

**操作技能**也叫动作技能、运动技能，是通过学习而形成的合乎法则的程序化、自动化和完善化的操作活动方式。具有客观性、外显性和展开性的特点。

**心智技能**也叫智力技能、认知技能，它是一种借助于内部力量调节、控制心智活动的经验，是通过学习而形成的合乎法则的心智活动方式。特点是：对象具有**观念性**、执行具有**内潜性**、结构具有**简缩性**。

各举一例解释操作技能和心智技能。

### (二) 操作技能的形成与培养

#### 1. 操作技能的形成阶段

(1) **操作定向**。也称作操作的认知阶段，即理解操作活动的结构和程序的要求，在头脑中建立起操作活动的定向映象的过程。

(2) **操作模仿**。学习者通过观察实际再现特定的示范动作或行为模式。

(3) **操作整合**。是把模仿阶段习得的动作依据其内在联系联结起来，固定下来，并使各动作成分相互结合，成为定型的、一体化的动作。

(4) **操作熟练**。是操作技能掌握的高级阶段，这个阶段形成的动作方式对各种变化的条件具有高度的适应性，动作的执行达到高度的程序化、自动化和完善化。

#### 2. 操作技能的培训要求

##### (1) 准确的示范与讲解

示范、讲解是技能训练的第一步，准确的示范与讲解有利于学习者在头脑中形成准确的定向映象，



进而在实际操作活动中调节动作的执行。一般来说，教师的示范要注意整体示范与分解示范的结合，并且注意示范时速度的控制。

### （2）必要而适当的练习

练习是形成各种操作技能所不可缺少的关键环节，是动作技能形成的基本条件和途径，对技能进步有促进作用。

### （3）充分而有效地反馈

反馈是指在学习者知道自己的学习结果后，据此对其学习方法、计划和目标作出相应的调整。

### （4）建立稳定清晰的动觉

动觉是由运动感觉和运动知觉构成的，是复杂的内部运动知觉，它反映的主要是身体运动时的各种肌肉活动的特性，如紧张、放松等，而不是外界事物的特性。动觉是运动知识获得的前提，是运动技能形成的心理基础。

## （三）心智技能的形成与培养

### 1.我国关于心智技能形成的理论

#### （1）原型定向

原型定向就是了解心智活动的实践模式，了解“外化”或“物质化”了的心智活动方式或操作活动程序，了解原型的活动结构（动作构成要素、动作执行次序、动作执行要求），从而使主体知道该做哪些动作和如何去完成这些动作，明确活动的方向。

#### （2）原型操作

原型操作就是依据智力技能的实践模式，把学生在头脑中建立起来的活动程序计划，以外显的操作方式付诸实施。

#### （3）原型内化

所谓原型内化，是指心智活动的实践模式（实践方式）向头脑内部转化，由物质的、外显的、展开的形式变成观念的、内在的、简缩形式的过程。原型内化阶段是心智技能形成的高级阶段。

### 2.心智技能的培养要求

- （1）激发学习的积极性与主动性
- （2）注意原型的完备性、独立性与概括性
- （3）适应培养的阶段特征，正确使用语言
- （4）注意学生的个别差异



## 本节自测

### 一、单项选择题

- 1.王老师讲学习质量与能量等概念之间的关系属于（ ）。  
A.并列结合学习      B.概念学习      C.下位学习      D.上位学习
- 2.李老师在教学中先让学生掌握了“蔬菜”这个概念，然后再学习萝卜、白菜等概念，属于（ ）。

- A.并列结合学习      B.下位学习      C.上位学习      D.强化学习

3. ( )是形成各种操作技能所不可缺少的关键环节,通过对它的应用可以使个体掌握某种技能。

- A.示范      B.讲解      C.练习      D.反馈

4.吹拉弹唱属于 ( )。

- A.识记技能      B.心智技能      C.操作技能      D.认知技能

5.为了更好地形成心智技能,数学教师当着全班的面先在黑板上清晰而细致地演算例题,这种学习属于 ( )。

- A.原型定向      B.原型模型      C.原型操作      D.原型内化

## 二、简答题

简述心智技能的培训要求。

### 第三节 学习理论



#### 【真题再现】

1. 【2017 年上全国教资真题】小马上课时害怕回答问题，他发现自己坐在教室后排时可减少被老师提问的次数。于是，他总坐在教室后排。下列哪种强化方式导致了小马愿意坐在教室的后排？（ ）  
A.正强化 B.负强化 C.延迟强化 D.替代强化
2. 【2015 年下全国教资真题】【辨析题】程序教学是合作学习的一种重要形式。
3. 【2017 年上全国教资真题】【辨析题】接受学习一定是有意义学习。



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
经典性条件反射的基本规律	理解	理解获得、消退、泛化、分化的含义
桑代克的尝试错误说	理解	理解准备律、练习律、效果律的内涵
操作性条件作用的基本规律	理解	理解操作性条件的基本规律
程序教学	识记	理解程序教学的内涵
观察学习	理解	理解观察学习的含义
布鲁纳的认知发现学习论	识记	记忆布鲁纳的学习观
奥苏贝尔对学习的分类	理解	区分接受学习和发现学习的区别
有意义学习的实质及条件	理解	理解有意义学习的含义和条件
先行组织者策略	理解	理解先行组织者含义
建构主义学习观	识记	识记建构主义学习观的三个特征



#### 【内容梳理】

学习理论是探究人类学习本质及其形成机制的心理学理论。它重点研究学习的性质、过程、动机以及方法和策略等。

学习理论主要有：行为主义学习理论，认知主义学习理论，建构主义学习理论，人本主义学习理论。

## 一、行为主义学习理论

行为主义理论的核心观点认为，学习过程是有机体在一定条件下形成刺激与反应的联系从而获得新经验的过程。强化在刺激——反应联结的建立中起着重要作用。在刺激——反应联结之中，个体学到的是习惯，而习惯是反复练习与强化的结果。习惯一旦形成，只要原来的或类似的刺激情景出现，习得的习惯性反应就会自动出现。

### （一）巴甫洛夫的经典性条件作用理论

#### 1. 巴甫洛夫的经典实验

巴甫洛夫在研究狗的进食行为时发现，狗吃到食物时，会分泌唾液，这是自然的生理反应，不需要学习，这种反应叫无条件反射，引起这种反应的刺激是食物，称为无条件刺激。如果在狗每次进食时发出铃声，一段时间后，狗只要听到铃声也会分泌唾液，这是作为中性刺激的铃声由于与无条件刺激联结而成了条件刺激，由此引起的唾液分泌就是条件反射，后人称之为“经典性条件作用”。

建立前	无条件刺激物 (食物)	→	无条件反应 (唾液分泌)
	中性刺激 (铃声)	→	引起注意 (但无唾液分泌)
建立中	中性刺激 (铃声) 无条件刺激 (食物)	↘ ↗	无条件反应 (唾液分泌)
建立后	条件刺激 (铃声)	→	条件反应 (唾液分泌)

反射是神经系统活动的基本方式，是有机体通过神经系统对体内外刺激产生有规律的应答活动。反射一般分为两大类：无条件反射和条件反射。

无条件反射：是人和动物先天遗传的，不学而能的反射，也称为本能。

条件反射：是人和动物后天获得的经过学习才会的反射。

第一信号系统：凡是能够引起条件反应的物理性的条件刺激叫做第一信号系统。

第二信号系统：凡是能够引起条件反应的以语言为中介的条件刺激叫做第二信号系统。

#### 2. 经典性条件反射的基本规律

##### （1）获得与消退

条件反射的获得是指条件刺激（如铃声）反复与无条件刺激（如食物）相匹配，使条件刺激获得信号意义的过程，亦即条件反射建立的过程。

条件反射的消退是指在条件反射形成后，如果条件刺激重复出现多次而没有无条件刺激相伴随，则条件反应会变得越来越弱，并最终消失。

泛化和分化的区别是什么？

## (2) 刺激泛化与分化

刺激泛化指的是人和动物一旦学会对某一特定的条件刺激做出条件反应以后,其他与该条件刺激相类似的刺激也能诱发其条件反应。

刺激分化指的是通过选择性强化和消退使有机体学会对条件刺激和与条件刺激相类似的刺激做出不同的反应。

教师授课不能突袭反映了哪条规律?

## (二) 桑代克的尝试错误说

桑代克认为学习的过程是刺激与反应之间建立联结的过程,联结是通过盲目尝试→逐步减少错误→再尝试而形成的,因此他把自己的观点称为试误说。

桑代克根据自己的实验研究得出了三条主要的学习定律。

**1.准备律。**在进入某种学习活动之前,如果学习者做好了与相应的学习活动相关的预备性反应(包括生理和心理的),学习者就能比较自如地掌握学习的内容。

**2.练习律。**对于学习者已形成的某种联结,在实践中正确地重复这种反应会有效地增强这种联结。另外,桑代克也非常重视练习中的反馈,他认为告诉学习者练习正确或错误的信息有利于学习者在学习中不断纠正自己的学习内容。

**3.效果律。**学习者在学习过程中所得到的各种正或负的反馈意见会加强或减弱学习者在头脑中已经形成的某种联结。效果律是最重要的学习定律。

## (三) 斯金纳的操作性条件作用理论

斯金纳进一步发展了桑代克的刺激—反应学说,他与桑代克的主要区别在于:桑代克侧重于研究学习的S—R联结,而斯金纳则在桑代克研究的基础上提出了强化的概念。强化是一种操作,强化的作用在于改变同类反应在将来发生的概率。而强化物则是一些刺激物,它们的呈现或撤除能够增加反应发生的概率。斯金纳认为,学习实质上是一种反应概率上的变化,而强化是增强反应概率的手段。

斯金纳认为,人和动物的行为有两种:应答性行为和操作性行为。应答性行为是由特定刺激所引起的,是有机体对环境的被动、不随意反应,是经典条件作用的研究对象。而操作性行为则不与任何特定刺激相联系,是有机体自发做出的随意反应,是操作性条件作用的研究对象。操作性行为主要受强化规律的制约。

### (1) 强化分类

正强化:给予一个愉快刺激,从而增强其行为出现的概率。

负强化:摆脱一个厌恶刺激,从而增强其行为出现的概率。

负强化和惩罚有什么区别?

### (2) 惩罚

当有机体做出某种反应以后,呈现一个厌恶刺激(如体罚、谴责等),以消除或抑制此类反应的过程,称作惩罚。惩罚与负强化有所不同,负强化是通过厌恶刺激的排除来增加反应在将来发生的概率,而惩罚则是通过厌恶刺激的呈现来降低反应在将来发生的概率。

### (3) 消退

有机体做出以前曾被强化过的反应,如果在这一反应之后不再有强化物相伴,那么,此类反应在将来发生的概率便降低,称为消退。消退是一种无强化的过程,其作用在于降低某种反应在将来发生的概

率，以达到消除某种行为的目的。因此，消退是减少不良行为、消除坏习惯的有效方法。

类型		条件	行为发生频率
强化	正强化	给予愉快刺激	增加行为发生的频率
	负强化	摆脱厌恶刺激	增加行为发生的频率
惩罚		呈现厌恶刺激	减少行为发生的频率
消退		无任何强化物 (不理睬)	减少行为发生的频率

#### (4) 程序教学

这是基于操作性条件反射和积极强化的原理而设计的教学模式，并以此设计了教学机器。基本做法：

①把教材内容细分成很多的小单元；

②按照这些单元的逻辑顺序排列起来，构成由易到难的很多层次或小步子，让学生循序渐进，依次进行学习；

③学生回答问题后教师要立即反馈，出示正确答案。

这是一种个别化的学习方式适合那些能力高且个性独立的学生。它基本是一种自学程序，缺少了学生与教师之间的互动。

#### (四) 班杜拉的社会学习理论

美国心理学家班杜拉不满于极端行为主义的观点，在吸取了认知学习理论观点后，形成了一种认知—行为主义的模式，形成了很有特色的社会学习理论。

##### 1.交互决定论

班杜拉反对环境决定论和个人决定论的观点，他认为，个体、环境和行为三者都是作为相互决定的因素而起作用的，它们彼此之间的影响都是相互的。强调在社会学习过程中行为、认知和环境三者的交互作用。

##### 2.观察学习

社会认知学习理论把学习分为参与性学习和替代性学习。参与性学习是指通过实做并体验行动后果而进行的学习，实际上就是在做中学。

观察学习，又称替代学习，是指通过对他人及其强化性结果的观察，一个人获得某些新的反应，或者矫正原有的行为反应，而在这一过程中，学习者作为观察者并没有外显的操作。

##### 3.强化的分类

###### (1) 直接强化

观察者因表现出观察行为而受到强化。

###### (2) 替代性强化

观察者因看到榜样的行为被强化而受到强化。

###### (3) 自我强化

人能观察自己的行为，并根据自己的标准进行判断，由此强化或处罚自己。

## 二、认知学习理论

认知派的学习理论认为：学习不是在外部环境的支配下被动地形成 S—R 联结，而是主动地在头脑内部构建认知结构；学习不是通过练习与强化形成反应习惯，而是通过顿悟与理解获得期待；当有机体当前的学习依赖于他原有的认知结构和当前的刺激情境时，学习受主体的预期所引导，而不是受习惯所支配。

### （一）苛勒的完型—顿悟学习理论（格式塔学习理论）

完型—顿悟说是由德国的心理学家苛勒提出的。他通过黑猩猩实验得出完型—顿悟学习理论：

#### （1）学习是通过顿悟过程实现的

苛勒认为，学习是个体利用本身的智慧与理解力对情境及情境与自身关系的顿悟，而不是动作的累积或盲目的尝试。顿悟虽然常常出现在若干尝试与错误的学习之后，但不是桑代克所说的那种盲目的、胡乱的冲撞，而是在做出外显反应之前，在头脑中要进行一番类似于“验证假说”的思索。动物解决问题的过程似乎是在提出一些“假说”，然后检验一些“假设”，并抛弃一些错误的“假说”。动物只有在清楚地认识到整个问题情境中各种成分之间的关系时，顿悟才会出现。

#### （2）学习的实质是在主体内部构造完型

完型是一种心理结构，是对事物关系的认知。苛勒认为，学习过程中问题的解决，都是由于对情境中事物关系的理解而构成一种“完型”来实现的。

### （二）布鲁纳的认知发现学习论

发现学习论又称为结构学习论，布鲁纳是发现学习的创始者。认为学习的本质不是被动地形成刺激—反应的联结，而是主动的形成认知结构。即：学习者不是被动地接受知识，而是主动地获取知识，并通过把新获得的知识和已有的认知结构联系起来，积极地建构其知识体系。

#### 1. 学习观

##### （1）学习的实质是主动地形成认知结构

布鲁纳认为，学习的本质不是被动地形成刺激—反应的联结，而是主动的形成认知结构。学习者不是被动地接受知识，而是主动地获取知识，并通过把新获得的知识和已有的认知结构联系起来，积极地建构其知识体系。由此，布鲁纳十分强调认知结构在学习过程中的作用，认为认知结构可以给经验中的规律性以意义和组织，使人能够超越给定的信息，举一反三，触类旁通。

##### （2）学习包括获得、转化和评价三个过程

获得：学习活动首先是新知识的获得。新知识可能是以前知识的精炼，也可能与原有知识相违背。

转化：我们可以超越给定的信息，运用各种方法将它们变成另外的形式，以适合新任务，并获得更多的知识。

评价：评价是对知识转化的一种检查，通过评价可以核对我们处理知识的方法是否适合新的任务，或者运用得是否正确。因此，评价通常包含对知识的合理性进行判断。

## 2. 教学观

### (1) 教学的目的在于理解学科的基本结构

由于布鲁纳强调学习的主动性和认知结构的重要性，所以他主张教学的最终目标是促进学生对学科结构的一般理解。所谓学科的基本结构，是指学科的基本概念、基本原理、基本态度和方法。他认为，学生理解了学科的基本结构，就容易掌握整个学科的具体内容，就容易记忆学科知识，就能促进学习迁移，促进儿童智力和创造力的发展，并可提高学习兴趣。

### (2) 提倡发现学习

所谓发现学习，就是让学生独立思考，提出假设，进行验证，自己发现要学习的概念、原则等。在教学过程中，教师的作用不是为学生提供现成的答案，而是为学生提供能够独立探究的教学情境。

接受学习和发现学习的区别是什么？

### (三) 奥苏贝尔的有意义接受学习论

#### 1. 奥苏贝尔对学习的分类

根据两个维度对认知领域进行学习分类：一是学习进行的方式，分为接受学习和发现学习；另一个维度是学习材料与学习者原有知识的关系，可分为机械学习和有意义学习。这两个维度互不依赖，彼此独立，并且每一个维度都存在许多过渡形式。

接受学习是指教师把学习内容以定论的形式传授给学生。发现学习是指学习的内容不是以定论的方式给学生，而是由学生自己先从事某些心理活动，发现学习内容，然后再把这些内容与已有知识相联系。发现学习与接受学习的根本区别在于学生在新旧知识相联系之前，是否有一个发现的过程。

#### 2. 有意义学习的实质及条件

有意义学习的实质是将新知识与已有知识建立起非人为（内在的）和实质性（非字面）的联系。所谓非人为的是指新知识与已有观点的联系是合理的或有逻辑基础的。实质性的是指新知识与已有观点之间的联系是在理解后建立的，而不是字面上的联系。有意义学习的产生既受学习材料性质的影响，也受学习者自身因素的影响。

有意义学习的条件：①学习材料的逻辑意义；②有意义学习的心向；③学习者认知结构中必须具有适当的知识，以便与新知识进行联系。

#### 3. 先行组织者策略

奥苏贝尔学习理论在教学中具体应用的技术——先行组织者策略：所谓“先行组织者”，是先于学习任务本身呈现的一种引导性材料，它要比学习任务本身有较高的抽象、概括和综合水平，并且能够清晰地与认知结构中原有观念和新任务关联起来。也就是，通过呈现“组织者”，在学习者已有知识与需要学习的新内容之间架设一道桥梁，使学生能更有效地学习新材料。这种引导性材料被称为先行组织者。

## 三、建构主义学习理论

建构主义心理学家认为客观的知识是不存在的，知识的学习是个体积极、主动地进行意义建构的过程，与学习者原有的知识经验、学习情境等因素有关。因而，教学并不是将知识放入学习者的头脑，而是要引导学习者从原有经验出发建构新的知识。理论的主要代表人物有：皮亚杰、维果斯基等。



## （一）建构主义知识观

知识并不是对现实的准确表征，也不是最终答案，而只是一种解释、一种假设。

知识并不能精确地概括世界的法则，在具体问题中，并不能拿来就用，一用就灵，而是要针对具体情景进行再创造。

尽管我们通过语言符号赋予知识一定的外在形式，甚至这些命题还得到了普遍的认可，但并不意味着每个学生对这些命题都会有同样的理解，因为理解只能由学生基于自己的经验背景而建构起来，取决于特定情境下的学习历程。

## （二）建构主义学生观

建构主义强调学生经验世界的丰富性，强调学生的巨大潜能。

建构主义强调学生经验世界的差异性，每个人在自己的活动和交往中形成了自己的个性化的、独特性的经验，每个人有自己的兴趣和认知风格，所以，在具体问题面前，每个人都会基于自己的经验背景形成自己的理解，每个人的理解往往着眼于问题的不同侧面。

因此，教学不能无视学生的这些经验另起炉灶，而是要把学生现有的知识经验作为新知识的生长点，引导学生从原有的知识经验中“生长”出新的知识经验。教学不是知识的传递，而是知识的处理和转换。教师不简单是知识的呈现者，应该重视学生自己对各种现象的理解，倾听他们现在的想法，以此为根据，引导学生丰富或调整自己的理解。

## （三）建构主义学习观

**学习的主动建构性**。建构主义认为，学习不是知识由教师向学生的传递，而是学生建构自己的知识的过程。学习者不是被动的信息吸收者，相反，他们要主动地建构信息的意义，这种建构不可能由其他人代替。

**学习的社会互动性**。学习者是通过参与某种社会文化的参与而内化相关的知识和技能、掌握有关工具的过程，这一过程常常需要一个学习共同体的合作互动来完成。

**学习的情境性**。建构主义者提出了情境性的认知观点。知识存在于具体、情境性的、可感知的活动之中，不是一套独立于情景的知识符号，只有通过实际应用活动才能真正被人理解。人的学习应该与情境化的社会实践活动联系在一起，通过对某种社会实践的参与而逐渐掌握有关的社会规则、工具、活动程序等，形成相应的知识。

## （四）建构主义学习观的教学含义

### 1.探究学习

通过有意义的问题情境，让学生通过不断地发现问题和解决问题，来学习与所探究的问题有关的知识，形成解决问题的技能以及自主学习的能力。

### 2.支架式教学

这是指教师为学生的学习提供外部支持，帮助他们完成自己无法独立完成的任务，然后逐步撤去支架，让学生独立探索学习。

### 3.情境教学

建立在有感染力的真实事件或真实问题基础上的教学成为情境教学。知识、学习是与情境化的活动联系在一起的。学生应该在真实任务情境中，尝试发现问题、分析问题、解决问题。

### 4.合作学习

合作学习主要是以互动合作（师生之间、学生之间）为教学活动取向的，以学习小组为基本组织形式，来共同达成教学目标。

## 四、人本主义学习理论

人本主义心理学是 20 世纪五六十年代在美国兴起的一种心理学思潮，其主要代表人物是马斯洛和罗杰斯。人本主义的学习与教学观深刻地影响了世界范围内的教育改革，是与程序教学运动、学科结构运动齐名的 20 世纪三大教学运动之一。

人本主义学习理论强调人的自主性、整体性和独特性，认为学习是个人自主发起的、使个人整体投入其中并产生全面变化的活动，学生内在的思维和情感活动极为重要。在教学方法上，主张以学生为中心，放手让学生自我选择、自我发现。人本主义学习理论强调人的潜能、个性与创造性的发展，强调自我实现、自我选择和健康人格作为追求的目标。

### 1.有意义的自由学习观

人本主义者倡导有意义的自由学习观，有意义学习关注学习内容与个人之间的关系，它不仅是理解记忆的学习，而且是学习者所作出的一种自主、自觉地学习，能够在相当大的范围内自行选择学习材料，自己安排适合于自己的学习情境。

### 2.学生中心的教学观

教师的任务是要为学生提供学习的手段和条件，促进个体自由地成长，学生中心模式又称为非指导模式，教师的角色是“助产士”或“催化剂”。

人本主义学习理论强调人的潜能、个性与创造性的发展，强调自我实现、自我选择和健康人格作为追求的目标。



## 本节自测

### 单项选择题

1.在实际教学中，教师不能突袭（比如，应该学习新知识，却进行考试），不利于学生学习，这种做法依据是学习的（ ）。

- A.准备律                      B.练习律                      C.效果律                      D.刺激

2.当学生违反校规校纪时，我们会给他一个处分，经过一段时间教育，发现该生表现越来越好，为了巩固其良好行为，才撤销了处分，这种做法在心理学上叫（ ）。

- A.消退                      B.惩罚                      C.负强化                      D.正强化

3.小红的妈妈想奖励小红认真按时完成作业的行为，她最合适的安排应该是（ ）。

- A.让儿童看完电视后立即督促其完成作业

B.规定每周看电视的适当时间

C.惩罚孩子过分喜欢看电视的行为

D.只有按时完成作业才能看电视

4.美国心理学家布鲁纳认为学习的实质在于（ ）。

A.获得知识

B.习得学习方法

C.主动形成认知结构

D.建立知识系统

5. “一朝被蛇咬，十年怕井绳”，这种现象是指（ ）。

A.消退

B.刺激比较

C.刺激泛化

D.刺激分化

## 第四节 学习心理



### 【真题再现】

1. 【2016 年下全国教资真题】在归因训练中，老师要求学生尽量尝试“努力归因”，以增强他们的自信心。因为在维纳的成败归因理论中，努力属于（ ）。

- A. 内部的、不稳定的、可控的因素
- B. 内部的、不稳定的、不可控的因素
- C. 内部的、稳定的、可控的因素
- D. 内部的、稳定的、不可控的因素

2. 【2015 年上全国教资真题】学生小辉由于会打羽毛球，很快就学会了打网球。这种现象属于（ ）。

- A. 顺向、正迁移
- B. 逆向、正迁移
- C. 顺向、负迁移
- D. 逆向、负迁移

3. 【2015 年下全国教资真题】【辨析题】两种学习材料的相似度越高越容易产生正迁移。

4. 【2015 年下全国教资真题】【材料分析题】

小美很喜欢唱歌，从小就希望自己在音乐方面有所成就。在她还没有确定是否报考音乐学院前，她在众人面前能很好的展示自己的歌声。她确定报考音乐学院后，学习更加勤奋努力，希望实现自己的目标，但是在音乐学院的专业课面试过程中，由于她极度渴望有完美的表现，结果事与愿违，不但没有发挥出应有的水平，而且比平时更差，导致面试失利。这个结果让大家很诧异，她自己也无法接受。

问题：

- (1) 请运用动机相关知识解释小美专业课面试失利的原因。
- (2) 假设你是班主任，你如何帮助小美在下次面试中发挥正常水平？



### 【学习目标】

考点	目标	自测
学习动机的功能	识记	理解学习动机的三个功能
学习动机的分类	理解	内部动机和外部动机怎么区分
马斯洛需要层次理论	理解	复述马斯洛需要层次理论的主要观点
维纳的成败归因理论	理解	结合具体实例说明能力与努力在归因中的重要性
学习迁移的分类	理解	一般迁移与具体迁移如何区分？
有效促进学习迁移的策略	识记	复述有效促进学习迁移的策略

学习策略的分类	理解	组织策略都有哪些具体的手段与方法？
---------	----	-------------------



## 【内容梳理】

### 一、学习动机

#### （一）学习动机的含义

学习动机是指激发和维持个体学习活动，并将学习活动指向一定学习目标的动力机制，是直接推动学生学习的内部动力。这种动力机制表现为推力、拉力和压力三种动力因素之间的相互作用。

#### （二）学习动机的结构

学习动机有两个基本成分：**学习需要和学习期待**，两者相互作用形成学习的动机系统。

##### 1. 学习需要与内驱力

学习需要是指个体在学习活动中感到有某种欠缺而力求获得满足的心理状态。它的主观体验形式是学习者的学习愿望或学习意向，包括学习的兴趣、爱好和学习的信念等。内驱力也是一种需要，但它是动态的。从需要的作用上来看，学习需要即为学习的内驱力。所以，学习需要对学习的作用就称为学习驱力。

##### 2. 学习期待与诱因

学习期待是个体对学习活动所要达到目标的主观估计。学习期待与学习目标密切相关，但两者不能等同。学习目标是个体通过学习活动想要达到的预期结果，而在个体完成学习活动之前，这个预想结果是以观念的形式存在于头脑之中的。

诱因是指能够激起有机体的定向行为，并能满足某种需要的外部条件或刺激物。

学习期待就其作用来说就是学习的诱因。

学习需要和学习期待是学习动机心理结构中的两个基本成分，学习需要是个体从事学习活动的最根本的动力，学习需要在学习动机结构中占主导地位。学习期待则指向学习需要的满足，促使个体去达到学习目标。学习期待也是学习动机结构中必不可少的成分。

#### （三）学习动机的功能

##### 1. 激活功能

当学生对于某些知识或技能产生强烈的学习动机时，这种学习动机能够唤醒学生进行学习的情绪状态，产生焦急、渴求等心理体验，并最终激起一定的学习行为。

##### 2. 指向功能

在动机的支配下，学生会给自己设定目标，并使自己的学习行为指向这一目标。

##### 3. 维持功能

学习动机能够使学生在 学习过程中，集中注意力，克服分心刺激的影响，提高努力程度和意志力，遇到困难甚至失败时坚持不懈，直到达到学习目的。

## （四）学习动机的分类

### 1. 学习动机的一般分类

#### （1）内部学习动机与外部学习动机

根据动机产生的动力来源不同，学习动机分为内部学习动机和外部学习动机。

内部学习动机，指的是个体内在需要引起的学习动机，与学习本身的兴趣相联系。

外部学习动机，往往由外部诱因引起，与外部奖励相联系。

直接动机可以是近景么？

#### （2）近景的直接性动机和远景的间接性动机

根据学习动机的作用与学习活动的关系，可以分为近景的直接性动机和远景的间接性动机。

近景的直接性动机是与学习活动直接相连的，来源于对学习内容或学习结果的兴趣。例如，学生的求知欲、成功的愿望、对某门学科的浓厚兴趣，以及教师生动形象的讲解、教学内容的新颖等都直接影响到学生的学习动机。这类动机作用的效果比较明显，但稳定性比较差，容易受到环境或一些偶然因素的影响。

远景的间接性动机是与学习的社会意义和个人的前途相连的。例如，大学生意识到自己的历史使命，为不辜负父母的期望，为争取自己在班集体中的地位和荣誉等都属于间接性的动机。那些高尚的、正确的间接性动机的作用较为稳定和持久，能激励学生努力学习并取得好成绩。而那些为父母、教师的期望或是为了自己的名声、地位的动机作用的稳定性和持久性相对较差，容易受到情境因素的冲击。

### 2. 奥苏贝尔成就动机的分类

奥苏贝尔认为，学校情境中的成就动机至少应包括三方面的内驱力，即认知内驱力、自我提高内驱力、附属内驱力。

认知内驱力，即一种学生渴望了解和理解，要求掌握知识以及系统地阐述问题并解决问题的倾向。这种内驱力，一般说来，多半是从好奇的倾向中派生出来的。

自我提高内驱力，是个体要求凭自己胜任工作的才能和工作成就而赢得相应地位的愿望。自我提高内驱力把成就看作是赢得地位与自尊心的根源，它显然是一种外部的动机。

附属内驱力，是学生为了保持家长和教师等的赞许或认可而努力学习的一种需要。它是一种外部的动机。

在儿童早期，附属内驱力最为突出，他们努力学习获得学业成就，主要是为了实现家长的期待，并得到家长的赞许。到了儿童后期和少年期，附属内驱力的强度有所减弱，而来自同伴、集体的赞许和认可逐渐替代了对长者的依附。在这期间，赢得同伴的赞许就成为一个强有力的动机因素。而到了青年期，认知内驱力和自我提高的内驱力则成为学生学习的主要动机，学生学习的主要目的在于满足自己的求知需要，并从中获得相应的地位和威望。

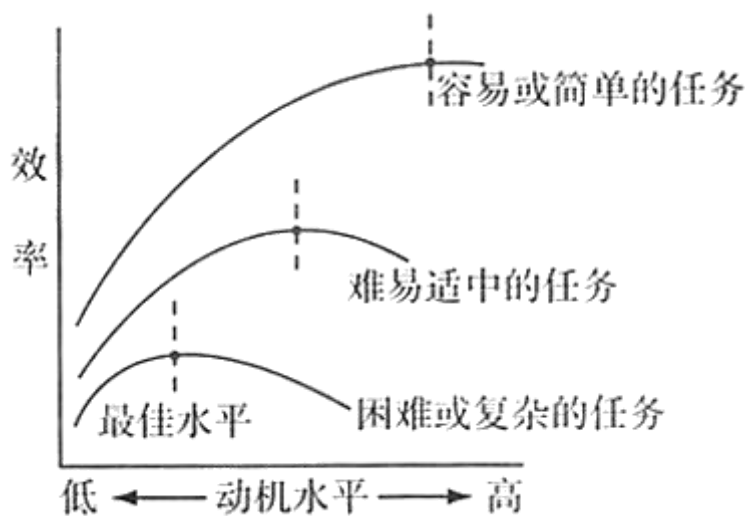
动机强度和工作效率是正相关么？

## （五）学习动机与学习效果相互作用

动机强度与工作效率之间的关系并不是一种线性关系，而是倒 U 型曲线关系。中等强度的动机最有利于任务的完成，即动机强度处于中等水平时，工作效率最高。

心理学家耶克斯和多得森的研究表明，各种活动都存在一个最佳的动机水平。动机不足或过分强烈都会导致工作效率下降。此外，动机的最佳水平还随任务性质的不同而不同：在学习较复杂的问题时，

动机强度的最佳水平点会低些；在学习任务比较简单时，动机强度的最佳水平点会高些。



## （六）学习动机理论

理论名称	代表人物	主要观点
强化理论	巴甫洛夫 斯金纳	人的学习行为倾向完全取决于某种行为与刺激因强化而建立的稳固关系，受到强化的行为比没强化的行为更倾向于再次出现，因此，不断强化可以使这种联结得到加强和巩固。认为强化能够促进学习动机。
成就动机理论	麦克里兰 阿特金森	成就动机是个体为达到某一有价值的社会目标的内部动力。个体的成就动机可以分成两部分：趋向成功的倾向和避免失败的倾向。趋向成功的倾向指力求克服障碍，施展才能，从而尽快好地解决某一难题的心理倾向；避免失败的倾向指为了避免因失败在他人心目中形象受损时带来的。趋向成功者倾向于选择成功概率在 50% 的任务。
成败归因理论	维纳	归因是人们对自我或他人活动及其结果的原因所作的解释和评价。心理学家维纳对行为结果的归因进行了系统探讨，并把归因分为三个维度：内部归因与外部归因；稳定性归因和非稳定性归因；可控制归因与不可控制性归因。他又把人们活动成败的原因即行为责任主要归结为六个因素，即能力高低、努力程度、任务难易、运气（机遇）好坏、身心状态和外界环境。
自我效能感	班杜拉	自我效能感指人们对自己是否能够成功地从事某一成就行为的主观判断。班杜拉在他的动机理论中指出，人的行为受行为的结果因素与先行因素的影响。行为的结果因素即强化，包含直接强化、替代性强化和自我强化。先行因素就是通常所

		<p>说的期待。期待包括结果期待和效能期待。结果期待是指人对自己的某一行为会导致某一结果的推测。效能期待是指人对自己能够进行某一行为的实施能力的推测或判断，它意味着人是否确信自己能够成功地进行带来某一结果的行为。</p> <p>影响自我效能感的因素有：成败经验（最重要）；替代性经验；言语信息；情感状态等。</p>
--	--	---

## 1. 马斯洛需要层次理论

马斯洛是 20 世纪 50 年代中期兴起的人本主义心理学派的主要创始人，他提出了需要层次论。他认为，人的一切行为都由需要引起，而需要系统又包括五种由低级到高级的不同层次的需要：生理需要、安全需要、归属与爱的需要、尊重的需要、自我实现的需要。也有将需要系统分为七个等级的说法，包括生理需要、安全需要、归属与爱的需要、尊重的需要、认知理解需要、审美需要和自我实现的需要。这里主要介绍前者。

### （1）生理需要

这是人类维持自身生存的最基本要求，包括饥、渴、衣、住、性的方面的要求。

### （2）安全需要

人身安全、健康保障、资源所有性、财产所有性、道德保障、工作职位保障、家庭安全、社会安定和国际和平。

### （3）归属和爱的需要

也称为社交需要，包括被人爱与热爱他人、希望交友融洽、保持和谐的人际关系、被团体接纳的归属感等。

### （4）尊重的需要

表现为自尊和受到别人尊重，具体表现为认可自己的实力和成就、自信、独立、渴望赏识与评价、重视威望和名誉等。

### （5）自我实现的需要

所谓自我实现是指追求自我理想的实现，是充分发挥个人潜能和才能的心理需要，也是创造力和自我价值得到体现的需要。

需要的五个层次关系：

（1）其中最低层次的需要是生理的需要，中间层有安全需要、归属和爱的需要、尊重的需要，最高层次的需要是自我实现的需要。

（2）五种需要的划分：马斯洛把人的需要分为两种类型：“匮乏性需要”和“成长性需要”。

所谓“匮乏性需要”，也叫缺失性需要，包括生理需要、安全需要、归属和爱的需要、尊重的需要，是指人在满足这些需要的时候，完全依赖于外界。

所谓“成长性需要”，包括自我实现的需要（七种层次理论还包括认知理解需要和审美需要）。是指不回避挑战，甚至刻意追求挑战；不回避紧张状态，甚至刻意保持适度的紧张状态。成长性需要被自我实现的趋向所激发。

马斯洛认为，五种需要像阶梯一样，按层次逐级递升，一般情况下，当某种低层次的需要得到一定



程度的满足之后，就会向高层次的需要发展，如“衣食足而后知荣辱”。但这种需求层次的等级也不是绝对的，有时人会在低级需要尚未得到满足之前，去寻求高级需要（如自我实现的需要）。

（3）同一时期，一个人可能有几种需要，但每一时期总有一种需要占支配地位，对行为起决定作用。任何一种需要都不会因为更高层次需要的发展而消失。各层次的需要相互依赖和重叠，高层次的需要发展后，低层次的需要仍然存在，只是对行为影响的程度大大减小。

## 2. 维纳的成败归因理论

维纳成败归因理论的六因素与三维度表格

因素 \ 维度	因素来源		稳定性		可控制性	
	内部	外部	稳定	不稳定	可控制	不可控制
能力	√		√			√
努力程度	√			√	√	
工作难度		√	√			√
运气		√		√		√
身心状况	√			√		√
外界环境		√		√		√

由于归因理论是从结果来阐述行为动机的，因此它的理论价值与实际作用主要表现在三个方面：

- （1）有助于了解心理活动发生的因果关系；
- （2）有助于根据学习行为及其结果来推断个体的心理特征；
- （3）有助于从特定的学习行为及其结果来预测个体在某种情况下可能产生的学习行为。

正因为如此，在实际教学过程中，运用归因理论来了解学习动机，对于改善学生的学习行为，提高其学习效果，也会产生一定的作用。

归因理论的指导原则的基本假设是：寻求理解是行为的基本动因。

一个总是失败并把失败归于内部的、稳定的和不可控的因素（即能力低）的学生会形成一种习得性无助的自我感觉。**习得性无助是当个体感到无论做什么事情都不会对自己的重要生活事件产生影响时所体验到的一种抑郁状态。**

根据归因理论，学生将成败归因于努力比归因于能力会产生更强烈的情绪体验。努力而成功，体验到愉快；不努力而失败，体验到羞愧；努力而失败，也应受到鼓励。因此，教师在给予奖励时，不仅要考虑学生的学习结果，而且要联系其学习进步与努力程度状况来看，强调内部、不稳定和可控制的因素。在学生付出同样努力时，对能力低的学生应给予更多的奖励，对能力低而努力的人给以最高评价，对能力高而不努力的人则给以最低评价，以此引导学生进行正确归因。

## 3. 成就目标理论

埃利奥特等人主张将成就目标划分为以下三种类型：

**掌握目标：**在这种目标定向的情况下，个体关注的是掌握任务，发展能力，获得一种基于自我参照或任务参照的胜任感；

**成绩—接近目标：**在成绩—接近目标的情况下，个体关注的是如何取得好成绩，得到基于社会比较结果的胜任感和良好的能力评价；

**成绩—回避目标：**在成绩—回避目标的情况下，个体关注的是如何避免对自身不利的能力评价，回避社会比较的不胜任结果。

平瑞克指出，成就目标的三分法将接近一回避概念引入了成就目标理论，具有积极的意义。但是，只将其用于区分成绩目标的两种状态似乎是不够的，也不对称，他主张将掌握目标也区分为接近和回避两种状态，从而形成一个 $2 \times 2$ 的对称结构，如下：

四种成就目标的界定

	接近状态	回避状态
掌握目标	个体关注的是掌握任务，学习和理解；根据自己的进步提高和对任务的理解深度来评价自身表现。	个体关心的是如何避免不能理解或不能掌握任务的情况；判断成功的标准是在自我比较的基础上准确无误地完成任务。
成绩目标	个体关注的是如何超越他人，显得自己最聪明、最棒；根据常模标准来评价自身表现，如在班上考得最好。	个体关心的是如何不让自己显得低能，显得比别人笨；根据常模标准来评价自身表现，如不是班里最差的。

## （七）学习动机的培养与激发

### 1. 学习动机的培养

#### （1）了解和满足学生的需要，促使学习动机的产生

学生的学习动机产生于需要，需要是学生学习积极性的源泉。教师应该通过多种方法了解学生的学习需要，通过采取一些强化和训练手段使学习的要求内化为学生自己的学习需要。

#### （2）重视立志教育，对学生进行成就动机训练

通过立志教育可以增强学生的责任感与使命感，启发学生自觉、勤奋地学习。

#### （3）帮助学生确立正确的自我概念，获得自我效能感

自我效能感是一种主观判断，它与个体的自我概念有密切的关系。要培养学生的自我效能感应从培养正确的自我概念入手，方法包括：（1）创造条件使学生获得成功的体验；（2）为学生树立成功的榜样。

#### （4）培养学生努力导致成功的归因观

相信成功与努力之间有必然的联系，人就不容易表现出消极行为，不容易产生无力感，这样有助于培养学生的学习动机。教师训练学生的步骤如下：①了解学生的归因倾向；②让学生进行某种活动，并取得成功体验；③让学生对自己的成败归因；④引导学生进行积极归因。

### 2. 学习动机的激发

#### （1）创设问题情境，实施启发式教学

所谓问题情境，指的是具有一定难度，需要学生努力克服，而又是力所能及的学习情景。要想实施启发式教学，关键在于创设问题情境。

问题情境创设的方式多种多样，并应贯穿在教学过程的始终。但它的创设，首先要求教师熟悉教材，掌握教材结构，了解新旧知识之间的内在联系；此外要求教师充分了解学生已有的认知结构状态，使新的学习内容与学生已有水平构成一个适当的跨度。

#### （2）根据作业难度，恰当控制动机水平

动机水平并不是越高越好，动机水平超过一定限度，学习效果反而更差。教师在教学时，要根据学习任务的不同难度，恰当控制学生学习动机的激起程度。在学习较容易、较简单的课题时，应尽量使学

生集中注意力，使学生尽量紧张一些；而学习较复杂、较困难的课题时，则应尽量创造轻松自由的课堂气氛，在学生遇到困难或是问题出现时，要尽量心气平和地慢慢引导，以免学生过度紧张和焦虑。

### （3）充分利用反馈信息，妥善进行奖惩

心理学研究表明，来自学习结果的种种反馈信息，对学习效果有明显影响。如果在提供信息反馈的基础上加上定性的评价，效果会更明显，这就是奖励与惩罚的作用。

教学实践表明，表扬与奖励比批评与指责能更有效地激发学生的学习动机，因为前者能使学生获得成就感，增强自信心，而后者恰恰起到相反的作用。但表扬和奖励使用过多或者使用不当，也会产生消极作用。如果滥用外部奖励，不仅不能促进学习，而且可能破坏学生的内在动机。所以，要根据学生的具体情况进行奖励，把奖励看成某种隐含着成功的信息，其本身并无价值，只是用它来吸引学生的注意力，促使学生由外部动机向内部动机转换，对任务本身产生兴趣。

### （4）正确指导结果归因，促使学生继续努力

既然不同的归因方式会影响到主体今后的行为，也就可以通过改变主体的归因方式来改变主体今后的行为，这对于学校教育工作是有实际意义的。在学生完成某一学习任务后，教师应指导学生进行成败归因。一方面，要引导学生找出成功或失败的真正原因；另一方面，教师也应该根据每个学生过去一贯的成绩的优劣差异，从有利于今后学习的角度进行归因，哪怕这时的归因并不真实。一般而言，无论对优生还是差生，归因于主观努力的方面均是有利的。因为归因于努力，可使优生不至于过分自傲，能继续努力，以便今后能继续成功；使差生不至于过分自卑，也能进一步努力学习，以争取今后的成功。

## 二、学习迁移

### （一）定义

学习迁移指一种学习对另一种学习的影响，或习得的经验对完成其他活动的影响。如通常所说的“举一反三”、“触类旁通”。任何一种学习都要受到学习者已有知识经验、技能、态度等的影响，只要有学习，就有迁移。

### （二）迁移的分类

分类标准	分类	含义
根据迁移的性质和结果	正迁移	一种学习对另一种学习起到积极的促进作用。
	负迁移	两种学习之间相互干扰、阻碍，即一种学习对另一种学习产生消极影响。
根据迁移内容的抽象和概括水平的不同	水平迁移 (横向迁移)	处于同一抽象和概括水平的经验之间的相互影响。也就是指在难度、复杂程度和概括层次上处于同一水平的先行学习内容与后继学习内容、学习活动之间产生的影响。
	垂直迁移 (纵向迁移)	处于不同抽象、概括水平的经验之间的相互影响，也就是指先行学习与后续学习内容是不同水平的学习活动之间产生的影响。垂直迁移表现在两个方面：一是自下而上的迁移，即下位的较低层次的经验影响上位的较高层次的经验的学习；一是自上而下的

		迁移，即上位的较高层次的经验影响下位的较低层次的经验的学习。
根据迁移发生的方向	顺向迁移	指先前学习对后继学习产生的影响。
	逆向迁移	指后继学习对先前学习产生的影响。
根据迁移内容的不同	一般迁移	也称“非特殊迁移”、“普遍迁移”，是指在一种学习中所习得的一般原理、方法、策略和态度对另一种具体内容学习的影响。
	具体迁移	也称“特殊迁移”，是指一种学习中习得的具体的、特殊的经验直接迁移到另一种学习中。

### （三）学习的迁移理论

理论名称	代表人物	主张
形式训练说 (关于迁移的最早理论)	沃尔夫	以官能心理学为基础，它主张迁移要经历一个形式训练过程才能产生。它把训练和改进“心智”的各种官能作为教学的重要目标。认为学习的内容不重要，重要的是所学材料对官能训练的价值。
共同要素说	桑代克、伍德沃斯	共同要素说认为，只有当学习情境和迁移测验情境存在共同成分，一种学习才能影响另一种学习，即才会产生学习的迁移。两个完全不相似的刺激反应联结之间，不可能产生迁移，这会使人们对迁移产生悲观态度。
经验类化说（概括说）	贾德	对已有经验进行了概括，就可以完成从一个情境对另一个情境的迁移。（水下击靶实验）
关系转化说	苛勒	习得经验能否迁移取决于对情境中各种关系的理解或顿悟。

### （四）有效促进学习迁移的策略

#### 1. 关注学生的认知结构

##### （1）学生原有认知经验的丰富性

教师要关注学生在新学习开始之前，是否具备了必要的知识储备。已有的知识经验越丰富，越有利于新的学习，迁移越容易产生。

##### （2）原有知识经验的概括与组织性

学生原有的知识经验越概括，越能够不受事物表面特点的制约，从结构特性着眼，对新情况、新问题的适应性就越广，就越能产生广泛的迁移。

##### （3）原有知识经验的可利用性

教师在教学过程中，除了关注于知识内容本身的掌握，还需要使学生明白何时、何处、如何迁移某种经验，拥有迁移的心向，沿着正确、合理的程序分析问题，提高已有知识经验的可利用性。

#### 2. 教育内容与教学过程的选择与安排

##### （1）精选教材

要想使学生在有限的时间内掌握大量的有用的经验，教学内容就必须精选。教师应选择那些具有广

泛迁移价值的科学成果作为教材的基本内容，在选择这些基本的经验作为教材内容的同时，还必须包括基本的、典型的事实材料，并阐明概念、原理的适用条件。

## （2）合理编排教学内容

教学内容要注意内容之间的内在逻辑联系和前后衔接，充分利用教学材料的内部联系，使内容结构简明、有序、相互联系，促进学生对教材内容的深层次加工与理解，有助于学生构建合理的知识结构，使学生达到融会贯通。

## （3）合理安排教学过程

合理编排的教学内容是通过合理的教学程序得以体现、实施的，教学程序是使有效的教材发挥功效的最直接的环节。在宏观上，教学中应将基本的知识、技能和态度作为教学的主干结构，并依此进行教学。在微观上，应注重学习目标与学习过程的相似性，或有意识地沟通具有相似性的学习。简言之，在教学过程中的每一个环节都应努力体现迁移规律。

### 3.教授学习方法

掌握学习方法不仅可以促进对所学内容的理解，而且可以改善学生的迁移能力。教师讲授必要的学习方法，可以从根本上改善迁移能力，提高学习与教学的效率。

## 三、学习策略

### （一）学习策略的概念

学习策略就是指学习者在学习活动中，为了达到有效的学习目的而采用的规则、方法、技巧及其调控方式的综合。它既可以是内隐的规则系统，也可以是外显的操作程序与步骤。

### （二）学习策略的特征

#### 1.操作性和监控性的有机统一

操作性和监控性是学习策略最基本的特性。学习策略的操作性体现在学生认知过程各阶段，监控性则体现在内隐的认知操作之中。

#### 2.外显性和内隐性的有机统一

在学习中使用的一些学习操作可以直接观察到，足见其外显性的特点。而学习策略又是在头脑中借助内部语言进行的内部意向活动，因此又具有内隐性的特点。

#### 3.主动性和迁移性的有机统一

学习策略的主动性是指学习策略可以根据学习材料和学习情境的特点以及学习的变化，进行自我调整。迁移性则是指从某种学习情境中获得的学习策略，能够有效地迁移到类似或不同的学习情境中去。

### (三) 学习策略分类

学习策略	分类	内容或方法
认知策略	复述策略	利用无意识记和有意识记；排除抑制干扰；整体记忆与分段记忆；多种感官参与；画线、圈点批注等。
	精细加工策略	记忆术（如位置记忆法、缩减与编歌诀、谐音联想法、关键词法、视觉联想）；做笔记；提问；生成性学习；利用背景知识，联系实际等。
	组织策略	列提纲；利用图形（系统结构图、流程图、模型图、网络关系图等）；利用表格（一览表、双向表）等
元认知策略	计划策略	包括设置学习目标、浏览阅读材料、产生待回答的问题以及分析如何完成学习任务。
	监控策略	包括阅读时对注意加以跟踪、对材料进行自我提问、考试时监视自己的速度和时间。
	调节策略	根据对认知活动结果的检查，如发现问题，则采取相应的补救措施。
资源管理策略	时间管理策略	统筹安排学习时间；高效利用最佳时间；灵活利用零碎时间。
	环境管理策略	注意调节自然条件（如流通的空气、适宜的温度、明亮的光线以及和谐的色彩等）；设计好学习的空间（如空间范围、室内布置、用具摆放）。
	努力管理策略	激发内在动机；树立良好信念；选择有挑战性的任务；调节成败标准；正确认识成败的原因；自我奖励。
	资源利用策略	学习工具的利用；社会性人力资源的利用（老师的帮助、同学间的合作和探讨等）。



## 本节自测

### 一、单项选择题

1. 认知内驱力属于（ ）。

- A. 内部动机      B. 外部动机      C. 直接动机      D. 间接动机

2. 只有当学习情境和迁移测验情境存在共同成分时，一种学习才能影响另一种学习，即才会产生学习的迁移。这是（ ）的观点。

- A. 形式训练说      B. 共同要素说      C. 概括说      D. 奥苏贝尔的认知观

3. 已学会写“石”这个字后，有助于写“磊”。这种现象属于（ ）。

- A. 一般迁移      B. 具体迁移      C. 水平迁移      D. 垂直迁移

4. 迁移的概括原理理论认为实现迁移的原因是两种学习之间有共同的概括化的原理，这一理论的代

表人物是（ ）。

- A.桑代克 B.苛勒 C.奥苏贝尔 D.贾德

5.在学习过程中，学习者针对所学内容画出网络关系图，这种学习策略属于（ ）。

- A.元认识策略 B.精细加工策略 C.资源管理策略 D.认知策略

6.有人记忆马克思的生日 1818 年 5 月 5 日时，联想为“马克思一巴掌一巴掌打得资产阶级呜呜地哭”，这是使用了（ ）。

- A.组织策略 B.精细加工策略 C.元认识策略 D.复述策略

7.英语学习中，当学完单词“eye”（眼睛）后，再学习“eyeball”（眼球）时，即可以产生（ ）。

- A.正迁移 B.负迁移 C.一般迁移 D.特殊迁移

## 二、辨析题

1.根据归因理论，学生将成败归因于努力比归因于能力会产生更强烈的情绪体验。

2.学习迁移就是先前的学习对后来的学习的影响。

## 三、简答题

简述培养学生学习动机的途径。



# 能力提升

## 一、单项选择题

1.“万绿丛中一点红”，容易引起人们的无意注意，这主要是由于刺激物具有（ ）。

- A.强度的特点 B.新异性的特点 C.变化的特点 D.对比的特点

2.教师可以边讲课、边板书，这种注意品质是注意的（ ）。

- A.范围 B.稳定性 C.分配 D.转移

3.喧嚣的闹市中，大声地叫卖未必能引起人的注意，但在安静的阅览室中小声交谈就可能引起人的注意，这是因为（ ）。

- A.刺激物的相对强度对注意产生的影响 B.刺激物的新颖性对注意产生的影响  
C.人的感觉阈限在不同环境中是不同的 D.注意具有集中性的结果

4.由于看到鸟的飞翔而发明了飞机，这类创造活动的主要心理影响机制是（ ）。

- A.原型启发 B.正向迁移 C.功能固着 D.定势影响

5.吃糖后接着吃橘子会觉得橘子酸，这是感觉的（ ）。

- A.适应 B.同时对比 C.继时对比 D.差别感受性

6.在校园建设中，采用提高刺激物的强度等做法来突出教育内容是利用了知觉的（ ）。

- A.选择性 B.理解性 C.恒常性 D.整体性

7.在感知事物时，人总是根据以往的知识经验来理解它，并用语词加以概括，赋予它确定的含义，称为知觉（ ）。

- A.选择性 B.整体性 C.恒常性 D.理解性

8.在对学习材料理解的基础上，依据学习材料的内在联系，并运用已有的知识经验而进行的记忆是

( )。

- A.有意记忆                  B.无意记忆                  C.意义记忆                  D.机械记忆

9.后学习的材料对先前学习材料的识记与回忆的干扰是( )。

- A.单一抑制                  B.双重抑制                  C.前摄抑制                  D.倒摄抑制

10.学习后立即睡觉,保持的效果往往比学习后继续活动保持的效果更好,这是由于( )。

- A.过度学习                                  B.记忆的恢复现象  
C.无倒摄抑制的影响                          D.无前摄抑制的影响

11.学习骑自行车后不利于学习骑三轮车。这种迁移属于( )。

- A.顺向正迁移                  B.顺向负迁移                  C.逆向正迁移                  D.逆向负迁移

12.吟咏“日出江花红似火,春来江水绿如蓝”的诗句时,仿佛看到了祖国江南秀丽的景色,这是一种( )。

- A.记忆表象                  B.再造想象                  C.创造想象                  D.幻想

13.根据班杜拉的理论,影响自我效能感的最主要因素是个体自身行为的( )。

- A.自我预期                  B.成败经验                  C.自我归因                  D.期待

14.人们对自己是否能够成功地进行某一成就行为的主观推测和判断是( )。

- A.学习需要                  B.动机归因                  C.成就动机                  D.自我效能感

15.以下属于元认知计划策略的是( )。

- A.设置学习目标                                  B.对材料进行自我提问  
C.测验先做简单题目                          D.考试时监视自己速度和时间

16.提出认知发现理论,提倡发现学习的教育学家和心理学家是( )。

- A.布鲁纳                  B.苛勒                  C.奥苏泊爾                  D.班杜拉

17.下列是我国中学生的一些需要,试用马斯洛的需要层次理论指出哪项的层次最高( )。

- A.家庭的现代化                                  B.安静的学习环境  
C.结交正直诚实的朋友                          D.搞小发明

18.耶克斯和多德森在研究动机强度与学习效率之间关系时发现( )。

- A.动机越低,学习效率越高  
B.任务难度不同,其最佳动机强度不同  
C.动机高,学习效率高  
D.任务难度不同,其最佳动机强度相同

19.一个人面对同一问题,能想出多种不同类型的答案,这表明他的思维有( )。

- A.流畅性                  B.变通性                  C.指向性                  D.独创性

20.学习者根据一定的评价标准进行自我评价和自我监督来强化相应学习行为是属于( )。

- A.直接强化                  B.间接强化                  C.自我强化                  D.替代性强化

21.“先行组织者”的提出者是美国著名心理学家( )。

- A.斯金纳                  B.布鲁纳                  C.奥苏贝尔                  D.桑代克

22.教师在制作教学课件时,应注意字体颜色的搭配,这是因为( )。



- A.活动的物体更易引起人的无意注意
- B.新型的刺激更易引起人的无意注意
- C.色彩对比鲜明的刺激更易引起人的无意注意
- D.刺激强度大的物体更易引起人的无意注意

23.在嘈杂的环境中人们能够敏感的听见有人喊自己的名字，这是知觉的（ ）。

- A.理解性
- B.整体性
- C.选择性
- D.恒常性

24.“余音绕梁三日不绝于耳”属于（ ）。

- A.形象记忆
- B.动作记忆
- C.情绪记忆
- D.逻辑记忆

25.北京“鸟巢”的设计者主要运用了（ ）。

- A.常规思维
- B.创新思维
- C.动作思维
- D.逻辑思维

## 二、辨析题

1.刺激泛化和刺激分化是对立的过程。

2.正强化是为了加强行为发生的概率，负强化则是为了降低行为发生的频率。

## 三、简答题

简述建构主义学习观。

## 四、材料分析题

小明转学到 A 学校，刚来时学习成绩不好。进校后学习成绩由中下一直往下掉，常不交作业、上课打瞌睡，学习主动性、积极性都不高。他的父母都从商，家境比较富裕，父母并不溺爱孩子，同时对学生要求并不高，只要求有进步。小明腼腆，不爱参加文体活动；很想有一个好的人际关系，但因为一开始给周围同学的印象不好，因此，得不到同学们的认可，导致人际关系不好；有时被欺负，因为比较胆小，也不敢说。

- (1) 该同学哪些基本需要没有得到满足？
- (2) 从需要的关系分析他成绩下滑的原因。
- (3) 请分析如何帮助他摆脱困境。

## 第五章 中学生发展心理

### 第一节 中学生的认知发展



#### 【真题再现】

1. 【2015 年下全国教资真题】中学生晓波遇到物理实验发现，钟表摆动幅度不取决于钟链的材料或重量，而是取决于钟摆的长度。根据皮亚杰的认知发展阶段理论，晓波的认知发展水平已达到（ ）。

- A. 感知运动阶段      B. 前运算阶段      C. 具体运算阶段      D. 形式运算阶段

2. 【2014 年上全国教资真题】学生的实际发展水平与在成人的指导下可能达到的水平之间的差距，维果斯基称之为（ ）。

- A. 教学支架      B. 最近发展区      C. 先行组织者      D. 互动协作

3. 【2014 年下全国教资真题】【材料分析题】

材料：小林进入初中以后发生了很大的变化。小学时，他经常把“这是老师说的”挂在嘴边。现在，他经常跟同学一起讨论书本以及老师的一些观点，觉得书本上和老师的很多观点不合理，经常以独立批判的态度对待老师和家长所给出的建议，有时候甚至会因为一个问题或观点同老师争得面红耳赤。老师觉得小林有时不能根据实际情况对所学原理恰当地加以运用，看待问题有点片面，对一些观点的怀疑和批判缺乏充足的论据。

问题：根据心理学原理分析小林思维变化的特点，提出促进小林思维发展的建议。



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
中学生注意发展的特点	了解	从注意的品质角度说说中学生的注意力发展有哪些特点。
中学生感知发展的特点	了解	你能列举出中学生知觉发展的特点有哪些吗？
中学生记忆发展的特点	了解	对于中学生来说，有意识记和无意识记哪个占主导地位？
中学生思维发展的特点	了解	初中生思维发展的特点有哪些？
皮亚杰的认知发展理论	理解	——
维果斯基发展观的基本内容	了解	——
最近发展区	理解	——



## 【内容梳理】

### 一、中学生认知发展概述

#### （一）中学生注意发展的特点

中学生的注意目的性逐渐增强并趋于成熟。有意注意在学习、生活中发挥重要作用，无意注意进一步得到深化并达到成人水平。注意品质不断改善。

##### 1. 注意稳定性提高，但发展速度相对较慢

注意稳定性不良在小学生中是普遍的现象，这是由于他们容易受到外界刺激和自身兴趣的左右。随着意志力的发展，中学生控制自己注意的能力显著增强，注意的稳定性得到了迅速的提高。研究表明，7~10岁儿童每次注意稳定约20分钟，10~12岁是25分钟，而12岁以后则是30分钟左右。虽然注意稳定性随着年龄的增长而不断增长，但发展的速度不尽相同，其中小学阶段发展速度较快，幼儿阶段和中学阶段发展速度相对较慢。

##### 2. 注意广度接近成人

注意的广度除了与注意对象的特点和性质有关外，主要取决于个人的知识经验。中学生随着学习的不断深入，生活经验的丰富和见识的增长，注意的广度也有了长足的提高。13岁儿童的注意广度已接近成人。

##### 3. 注意分配能力还不够成熟

个体的注意分配能力发生较早，但发展较为缓慢。基于对学生注意分配能力的考虑，在教学活动中，老师不要求初中生记笔记，对高中生只要求记讲课要点。

##### 4. 注意转移能力缓慢增长

注意转移的能力是随个体大脑神经系统内抑制能力、第二信号系统的发展而得以迅速发展的。研究表明，注意转移发展的趋势是小学二年级至初中二年级是迅速增长期，初中二年级至高中二年级是发展的停滞期，高中一年级到大学二年级是缓慢增长期。

#### （二）中学生感知发展的特点

##### 1. 感觉的发展

###### （1）感受性和观察力进一步发展

青少年的视觉感受性在不断提高，精确区分各种颜色和色度的能力也在不断增加。

###### （2）各种感觉能力接近甚至超过成人水平

研究表明，初中生区分各种色度的能力比小学要高出60%以上。15岁前后，视觉和听觉感受性甚至超过成人。

##### 2. 知觉的发展

###### （1）知觉的有意性和目的性提高

###### （2）知觉的精确性和概括性发展起来

###### （3）少年期学生开始出现逻辑知觉

这种知觉是和逻辑思维密切联系的，即在知觉过程中，能够把一般原理、规则和个别事物或问题联系起来。

#### （4）初中阶段，少年期学生的空间和时间知觉有了新的发展

他们学会在抽象水平上理解各种图形的形状、大小以及空间位置的相互关系。在时间知觉方面，对于较长时间的单位如“纪元”、“世纪”、“年代”等开始初步理解，但往往很不精确，容易把遥远的过去在观念上缩短。

### （三）中学生记忆发展的特点

- 1.记忆的容量日渐增大，短时记忆广度接近成人。
- 2.对直观形象的材料记忆要优于抽象材料，对图形记忆要优于词语。
- 3.有意记忆逐渐占主导地位，能够学会依据不同的教材内容，由自己提出恰当的记忆任务，主动选择良好的记忆方法。
- 4.理解记忆成为主要记忆手段。
- 5.抽象记忆逐渐占据主导地位。

### （四）中学生思维发展的特点

#### 1.初中生思维发展特点

初中生思维最主要的特点就是其思维的抽象逻辑性。这一特点体现在：

- （1）运用假设；
- （2）逻辑推理；
- （3）运用逻辑法则。

与初中生心理发展的矛盾性特点相呼应，在初中生的思维品质中也显示出明显的矛盾性，主要表现在：

- （1）思维的创造性和批判性日益明显。
- （2）思维的片面性和表面性依然存在。
- （3）思维活动中的自我中心的出现。

#### 2.高中生思维的发展特点

高中生认知能力的发展，一方面表现在其观察能力、记忆能力、想象能力等方面的发展变化和完善上，主要是抽象逻辑思维的发展和成熟（包括形式逻辑思维和辩证逻辑思维的发展）。

高中生抽象逻辑思维发展的总特点是：

- （1）高中生的抽象思维已具有充分的假设性、预计性及内省性。
- （2）高中生的形式逻辑思维处于优势，辩证逻辑思维迅速发展。
- （3）抽象逻辑思维的发展在高中阶段进入成熟期。

高中生形式逻辑思维的发展，主要表现在概念、推理、逻辑法则的运用能力等三个方面。

## 二、中学生认知发展阶段与教育

### (一) 皮亚杰的认知发展阶段论

同化和顺应的本质区别在哪里？

#### 1. 建构主义发展观

瑞士心理学家皮亚杰认为，人的知识来源于动作，动作是感知的源泉和思维的基础。婴儿通过对物体的抓取、摆弄等动作获得关于物体的知识，从而认识物体。

人在认识周围世界的过程中，形成自己独特的认知结构，叫做图式。而人类所有的心理反应归根到底都是适应，适应的本质在于取得机体与环境的平衡。适应分为同化和顺应。

同化是指有机体面对一个新的刺激情景时，把刺激整合到已有的图式或认知结构中。

顺应是指当有机体不能利用原有图式接受和解释新刺激时，其认知结构发生改变来适应刺激的影响。

个体通过同化和顺应达到机体与环境的平衡，如果失去了平衡，需要改变行为以重建平衡。个体在平衡与不平衡的交替中不断建构和完善认知结构，实现认知发展。

#### 2. 皮亚杰的认知发展理论

关于认知发展问题，皮亚杰认为认知发展是一种建构的过程，是个体与环境的相互作用中实现的，从而表现出按不变顺序相继出现的四个阶段。每一个阶段有它主要的行为模式；其中，每一个阶段都是一个统一的整体。他提出了认知发展理论，并将个体的认知发展分为四个阶段。

阶段	年龄	特征
感知运动阶段	0-2 岁	仅靠感觉和动作适应外部环境，应付外界事物。 认知特点：(1) 通过探索感知与运动之间的关系来获得动作经验； (2) 低级的行为图式； (3) 获得了客体的永恒性(9~12 个月)
前运算阶段	2-7 岁	1. “万物有灵论”； 2. 一切以自我为中心(自我中心言语有三种表现：重复、独白、集体独白) 3. 思维具有不可逆性、刻板性； 4. 没有守恒概念； 5. 集中化，作出判断时只能运用一个标准或维度。
具体运算阶段	7-11 岁	1. 这个阶段的标志是守恒观念的形成(守恒性)； 2. 思维运算必须有具体的事物支持，可以进行简单抽象思维； 3. 理解原则和规则，但只能刻板遵守规则，不敢改变； 4. 思维具有可逆性。
形式运算阶段	11-16 岁	1. 能够根据逻辑推理、归纳或演绎方式来解决实际问题； 2. 能够理解符号意义、隐喻和直喻，能作一定的概括； 3. 思维具有可逆性、补偿性和灵活性。

#### 3. 影响发展的因素

(1) **成熟**，指机体的成长，特别是神经系统和内分泌系统的成熟。

(2) **练习和经验**，皮亚杰把经验区别为物理经验和逻辑数理经验两种。

(3) **社会性经验**，指社会环境中人与人之间的相互作用和社会文化的传递。

(4) **具有自我调节作用的平衡过程**，皮亚杰认为，具有自我调节作用的平衡过程是智力发展的内在动力。

## （二）维果斯基的心理发展观与教育

维果斯基是前苏联心理学家，他强调人类社会文化对人的心理发展的重要作用，认为人的高级心理机能是在人的活动中形成和发展起来并借助语言实现的。

### 1.文化历史发展理论

维果斯基从种系和个体发展的角度分析了心理发展的实质，提出了文化历史发展理论。

维果斯基区分了两种心理机能：一种是作为动物进化结果的低级心理机能；另一种则是作为历史发展结果的高级心理机能，即以符号系统为中介的心理机能。高级心理机能的实质是以心理工具为中介的，受到社会历史发展规律的制约。维果斯基提到的工具有两个层次：物质生产的工具和精神生产的工具——语言符号系统。

维果斯基认为：人的思维与智力是在活动中发展起来的，是各种活动、社会性相互作用不断内化的结果。

### 2.心理发展观

心理发展是个体的心理自出生到成年，在环境与教育的影响下，在低级心理机能基础上，逐渐向高级机能转化的过程。有四个方面的表现：

- ①随意机能的不断发展。
- ②抽象——概括机能的提高。
- ③各种心理机能之间的关系不断变化、重组，形成间接的，以符号为中介的心理结构。
- ④心理活动的个性化。个性的形成是心理机能发展的重要标志，个性特点对其他机能的发展具有重要作用。

对于儿童心理发展的原因，维果斯基强调了三点：

- ①心理机能的发展起源于社会文化历史的发展，受社会规律的制约；
- ②从个体发展来看，儿童在与成人交往过程中通过掌握高级心理机能的工具——语言符号系统，从而在低级的心理机能的基础上形成了各种新质的心理机能。
- ③高级心理机能是外部活动不断内化的结果。

### 3.内化学说

维果斯基的内化学说的基础是他的工具理论。具体地说，在儿童认知发展的内化过程中，语言符号系统的作用是至关重要的。

### 4.教育和发展的关系——“最近发展区”

维果斯基认为，儿童有两种发展水平：一是儿童的现有水平，即由一定的已经完成的发展系统所形成的儿童心理机能的发展水平；二是即将达到的发展水平。这两种水平之间的差异就是最近发展区。也就是说，儿童在有指导的情况下，借助成人帮助所能达到的解决问题的水平与独自解决问题所达到的水平之间的差异，实际上是两个邻近发展阶段间的过渡。

教学的作用表现在两个方面：一方面决定着儿童发展的内容、水平和速度等；另一方面也创造着最近发展区。

教学应着眼于学生的最近发展区，把潜在的发展水平变成现实的发展水平，并创造新的最近发展区。维果斯基特别提出：“教学应当走在发展的前面”。



## 本节自测

### 单项选择题

1. 中学生的（ ）占主要地位。  
A. 直观动作思维      B. 具体形象思维      C. 逻辑抽象思维      D. 创造性思维
2. （ ）的学生开始出现逻辑知觉。  
A. 幼儿期      B. 童年期      C. 少年期      D. 青年期
3. 儿童已经具有了明显的符号性和逻辑性，能进行简单的逻辑推演，克服了思维的自我中心性，思维活动仍局限于具体的事物及日常经验，缺乏抽象性，这在皮亚杰儿童认知发展阶段中是属于（ ）。  
A. 感知运动阶段      B. 前运算阶段      C. 具体运算阶段      D. 形式运算阶段
4. 一个儿童能够辨别自己的左右手，但是不能辨别他人的左右手，按照皮亚杰的认知发展理论，这个儿童的认知发展处于（ ）。  
A. 前运算阶段      B. 形式运算阶段      C. 感知运动阶段      D. 具体运算阶段
5. 提出“最近发展区”思想的心理学家是（ ）。  
A. 维果斯基      B. 巴班斯基      C. 凯洛夫      D. 杜威

## 第二节 中学生的情绪发展



### 【真题再现】

1. 【2014 年上全国教资真题】晓东在解决了困扰他许久的数学难题后出现的喜悦感属于（ ）。  
A. 道德感 B. 理智感 C. 美感 D. 效能感
2. 【2014 年下全国教资真题】中学生小博得知自己物理竞赛成绩名列年级第一，在家里高兴得手舞足蹈，但在学校却表现出若无其事的样子。这反映了小博的情绪具有（ ）。  
A. 矛盾性 B. 激动性 C. 掩饰性 D. 短暂性
3. 【2016 年上全国教资真题】【材料分析题】中学生晓雯是一个品学兼优的学生，老师与同学都很喜欢她。但她需要进行选择与决策时，总是拿不定主意，处于矛盾中。例如，有同学建议晓雯竞选班长，她也有此想法，但又担心班级事务繁多影响自己的学习；学校举行数学竞赛，她渴望参加，但又担心无法完成老师交给她的创建班级环境规划的任务。日常生活中，晓雯也常常为参加集体活动还是温习功课拿不定主意；在专业选择问题上，她既想成为一名音乐家，又想成为一名心理学家。

问题：

- （1）请运用动机冲突相关知识分析晓雯的问题。
- （2）假如你是晓雯的班主任教师，你如何帮助她？



### 【学习目标】

考点	目标	自测
情绪的种类	理解	激情和应激有什么区别？
情感的分类	理解	理智感与日常生活所说的“理智”有什么区别？
情绪与情感的区别	了解	情绪与情感的区别在哪里？
中学生常见的情绪问题	了解	说说中学生常见的情绪问题有哪些？
中学生情绪特点	掌握	对照自己的中学经历，你身上的情绪特点表现是否明显？
中学生良好情绪培养	了解	尝试说说如何培养良好的情绪。
动机冲突的四种类型	掌握	“趋”和“避”怎么理解？
意志的品质	理解	意志的自觉性和自制性如何区分？
良好意志品质的培养	了解	结合自身谈谈如何培养良好的意志品质。





## 【内容梳理】

### 一、情绪的分类

#### （一）情绪的基本分类

关于情绪的类别，一般认为有四种基本情绪，即快乐、愤怒、恐惧和悲哀。

##### 1.快乐

快乐是指一个人盼望和追求的目的达到后产生的情绪体验。由于需要得到满足，愿望得以实现，心理的急迫感和紧张感解除，快乐随之而生。

##### 2.愤怒

愤怒是指所追求的目的受到阻碍，愿望无法实现时产生的情绪体验。

##### 3.恐惧

恐惧是企图摆脱和逃避某种危险情景而又无力应付时产生的情绪体验。

##### 4.悲哀

悲哀是指心爱的事物失去时，或理想和愿望破灭时产生的情绪体验。

#### （二）青少年学生主要的情绪类别

个体的情绪表现形式多种多样。我们根据情绪发生的强度、持续性和紧张度可以把情绪状态划分为：心境、激情和应激。

##### 1.心境

心境是指个体一种微弱、平静、持续时间较长而且带有感染作用的情绪状态。心境体验会使人的情绪在相当一段时间内，染上同样的情绪色彩，它具有长期性、弥散性的特点。

##### 2.激情

激情是指个体一种强烈的、爆发式的而时间短暂的情绪状态。

激情会产生积极的或消极的作用。积极的激情使人迸发出巨大的能量、振奋人心、行为果断、自我激励、富有效率；消极的激情同样也会因为其暴风雨般的强烈能量带来破坏性的结果，给个体的工作学习生活造成极大恶果。如青少年学生因小摩擦，导致口角、斗殴、伤人乃至殃及生命，都源于一时的激情冲动。

##### 3.应激

应激是指一种出乎意料的、紧迫情况下所引起个体急速而高度紧张的情绪状态。

一方面它可能提高人的激活能力，表现为急中生智、灵活应变；另一方面，它也可能致使人的行为紊乱，判断失误，不能准确地做出符合当时目的的行动。但是，人们如果长时间处在应激状态中，就会降低机体的免疫能力，减弱机体对外界刺激的敏锐性。

## 二、情绪理论

情绪理论主要试图解释情绪体验的生理和心理方面的关系。

### （一）詹姆士—兰格理论

美国心理学家詹姆士和丹麦心理学兰格分别与 1884 年和 1885 年提出了基本相同的情绪理论观点，人们称之为詹姆士—兰格理论。该理论强调情绪的产生是植物性神经系统的产物，认为情绪是内脏器官和骨骼肌肉活动在脑内引起的感觉。即情绪是源于身体的反馈，刺激引起身体的生理反应，而生理反应进一步导致情绪体验的产生。

詹姆士—兰格理论看到了情绪和机体变化的直接关系，强调了植物性神经在情绪产生中的作用，这有其合理性的一面；但是他们片面强调植物性神经系统的作用，忽视了中枢神经系统的调节、控制作用，因而引起了很大的争议。

### （二）坎农—巴德学说

坎农认为，情绪并非外界变化的必然结果，情绪产生的中心不在外周神经系统，而在中枢神经系统的丘脑。由外界刺激引起感觉器官的神经冲动，传至丘脑；再由丘脑向上向下发出神经冲动，向上传至大脑，产生情绪的主观体验，向下传至交感神经，引起机体的生理变化，如血压增高、心跳加速、瞳孔放大、内分泌增加和肌肉紧张等。情绪体验与生理变化是同时产生的，他们都受丘脑的控制。坎农的情绪学说得到巴德的支持和发展，故后人称之为坎农—巴德情绪学说。

### （三）阿诺德的“评定—兴奋说”

美国心理学家阿诺德在 20 世纪 50 年代提出了情绪的评定—兴奋说，强调情绪的产生来源于大脑皮层对情境的评估。

阿诺德的评定—兴奋说主要有三个主要观点：

1. 刺激情境并不直接决定情绪的性质，从刺激出现到情绪的产生，要经过对刺激情境的评估，情绪产生的过程是刺激情境—评估—情绪。如我们在森林里碰到狼会感到恐怖，但看到动物园里关在笼中的狼并不会感到恐怖。恐怖的产生决定于人们对情境的认知和评估，通过评估来确定刺激对人的意义，从而产生出不同的情绪。

2. 情绪的产生是大脑皮层和皮下组织协同组织的结果，大脑皮层的兴奋是情绪行为的最重要的条件。

3. 情绪产生的理论模式是，作为引起情绪的外界刺激作用于感受器，产生神经冲动，通过内导神经，经丘脑传到大脑皮层，刺激情境在此得到评估，形成一种特殊的态度。这种态度通过外导神经将皮层的神经冲动传至丘脑的交感神经，将兴奋发放到血管或内脏，使纯粹的认识经验转化为被感受到的情绪。

### （四）沙赫特的两因素情绪理论

20 世纪 60 年代，美国心理学家沙赫特提出，对于特定的情绪来说，有两个因素是必不可少：一是个体必须体验到高度的生理唤醒；二是个体必须对生理状态的变化进行认知性的唤醒。事实上，情绪状态是通过认知过程、生理状态和环境因素在大脑皮层整合作用的结果。环境中的刺激因素，通过感受器

向大脑皮层输入生理状态变化的信息；认知过程是对过去经验的回忆和当前情景的评估，来自这三个方面的信息经过大脑皮层的整合作用，才产生了某种情绪经验。将上述理论转化为一个工作系统，成为情绪唤醒理论。这个情绪唤醒模型的核心部分是认知。

### 三、情感

#### （一）情感的概念

情感一般指个体意识到自己与客观事物的关系后而产生的稳定的、深刻的心理体验和相应的反应。

#### （二）情感的分类

##### 1. 道德感

道德感是用一定的道德标准去评价自己或他人的思想和言行时产生的情感体验。

##### 2. 理智感

理智感是在智力活动中，认识、探求或维护真理的需要是否得到满足而产生的情感体验。

##### 3. 美感

美感用一定的审美标准来评价事物时所产生的情感体验。

### 四、情绪与情感的关系

#### （一）情绪与情感的区别

1. 情绪的产生与有机体的自然需要有关；而情感的产生则与人的社会性需要有关。
2. 情绪是人和动物所共有的心理现象，而情感则是人类特有的一种心理现象。
3. 情绪产生早（个体生命开始，饥饿哭闹），情感产生晚（社会生产实践中产生）。
4. 情绪具有情境性和动摇性，而情感则具有稳定性和深刻性。
5. 情绪多是外显性和冲动性，而情感则具有内隐性与持久性。

#### （二）情绪与情感的联系

情绪与情感两者密切联系、相互依存、相互转化。

1. 情绪变化受情感制约，而情感又在各种变化的情绪中得到体现。
2. 情绪是情感的外在表现，情感是情绪的本质内容。
3. 情绪和情感是两种彼此难以分离的心理现象，是同一事物的两个侧面。

### 五、中学生情绪的特点

青春期是“疾风怒涛”时期，是人生的“第二次断乳期”。这时期的青少年情绪体验跌宕起伏、剧烈波动，情感活动广泛且丰富多彩，表现出很明显的心理年龄特征，具体表现为以下特点：

#### 1. 爆发性和冲动性

青少年学生对各种事物比较敏感，自我意识迅速发展，心理行为自控能力较弱。一旦激起某种性质

的情感情绪就如火山般的猛烈爆发出来，表现出强烈的激情特征，情感情绪冲破理智的意识控制，淋漓尽致地显露出他们对外界事物的爱、恨、不满或恐惧、绝望等情绪。

## 2.不稳定性和两极性

青少年学生情绪虽然强烈，但波动剧烈，两极性明显，很不稳定，情绪很容易从一个极端剧烈地转向另一个极端，他们对事物看法较片面，很容易产生偏激反应。心理学家曾把处于这个时期青少年的情感情绪形象地比喻为“像一个钟摆”，在寻求平衡点的过程中摇晃于两极之间，这主要与这个时期青少年学生的认知发展特点有关。

## 3.外露性和内隐性

随着年龄的增大、认知范围的扩大、个人知识经验的积累、自我意识的逐渐成熟，青少年学生情感情绪的自我认识、自我观察体验、自我监控的能力逐渐增强，他们逐渐学会控制自己的情感表现和行为反应。他们既表现出强烈的情感情绪反应，对外界事物的喜怒哀乐喜形于色，淋漓尽致地抒发他们的内心感受；又能表现逐渐掩饰、压抑自己的情绪，使这种情绪的表露有时往往带有很大的文饰性，并逐渐学会用理智控制自己的情绪反应。

## 4.心境化和持久性

一方面青少年会因为成功或收获而使快乐的情绪体验延长成为积极良好的心境；另一方面因挫折或失败会使不愉快的消极情绪延长为不良的心境。青少年的许多不良情绪（如焦虑、抑郁、自卑、烦躁、失望等）往往具有情绪心境化色彩。

# 六、中学生良好情绪的培养

## （一）中学生良好情绪的标准

**1.有良好情绪的学生能正确反映一定的环境的影响。**善于准确表达自己的感受，需要注意的是，教师不但应该鼓励学生表达积极的情绪，同时也应该允许学生表达消极情绪，因为压抑消极情绪对身心健康是有害的。但在学生表达消极情绪后还应该正确引导他们予以克服。

**2.有良好情绪的学生能对引起情绪的刺激做出适当强度的反应。**当教师发现学生对某些事情表现出的情绪过度强烈或过分抑制时，就可以判断这是不正常的。

**3.有良好情绪的学生应该具备情绪反应的转移能力。**如果引起积极情绪的刺激环境消失了，学生还长时间地陶醉在愉快、兴奋的情绪中，这是不适当的。同样，陷入消极情绪而不能自拔的学生，也会影响自己的学习或活动效率。

**4.良好的情绪应符合学生的年龄特点。**如一个学生表现出来的情绪特点与他所处的年龄阶段应有的情绪特点不相符合，则需引起老师的注意，并采取相应的教育措施。

## （二）情绪调节的方法

### 1.敏锐觉察情绪

敏锐地觉察情绪就是能够自我觉察、了解自己当时的主要情绪，并能予以命名，且大概知道各种感受的前因后果。只有首先觉知自己的情绪及产生的真正原因，才能适时对自己的情绪作出适当的反应，进而给情绪一个转化的出口。可以通过以下方式了解自己的情绪：

- (1) 了解自己的个性特征
- (2) 了解自身成长经历及早期经验
- (3) 反思自己的情绪状态

## 2.平和接纳情绪状态

生命中的一切的情绪印象都有它该有的意义，以平和地心态接纳发生在生命中的一切。负性情绪也有它存在的价值，如恐惧提醒我们危险的存在，愤怒是一种强大的力量。坦然接受自己的情绪，不苛求自己、不过于追求完美，以平常心来面对自己的情绪上的波动。

## 3.正确调整情绪

善于及时调整自己的不良心态。其中包括能够保持一个正确的理性认知；善于采用多种方式及时宣泄自己的情绪；在遇到生活中的挫折时能够积极地自我暗示；或使自己的情感升华。有效控制情绪的方法包括：

- (1) 宣泄：是指采用一定的方法和方式把人的情绪体验充分表达出来。如放松训练、气功、瑜伽等。
- (2) 转移：是从主观上努力把注意力从消极或不良情绪状态转移到其他事物上去的自我调节方法。
- (3) 调节认知功能：主要是运用艾利斯 ABC 合理情绪疗法合理改变认知。对自己习惯化的思维方式进行重解，看到问题的不同角度，以更宽广的视角理解自己和他人。
- (4) 积极的自我暗示：指运用内部语言或书面语言以隐含的方式来调节和控制情绪的方法。

## 4.有效表达情绪

学会正确表达、合理宣泄情绪。在恰当的时候以恰当的方式表达自己的情绪体验。不要把情绪隐藏在心里，情绪不会因为压抑而消失，累积的情绪越多，心里的压力就越大，总有一天会爆发出来。有效表达包括：

- (1) 选择恰当的方式；(2) 进行完整客观的情绪表达。

## 5.保持和创造快乐的情绪

我们可以通过陶冶性情的艺术类兴趣爱好、身体锻炼、创造愉快的生活环境等来保持和创造积极快乐的情绪。

# 七、意志

## (一) 意志的定义

意志是有意识地确立目的，调节和支配行动，并通过克服困难和挫折，实现预定目的的心理过程。受意志支配的行动叫意志行动，所以意志行动是有意识、有目的的行动，行动的目的通过克服困难和挫折才能达到。

## (二) 意志的基本特征

- 第一，意志有明确的目的性
- 第二，意志对活动有调节作用
- 第三，克服困难是意志行动最重要的特征

第四，意志以随意动作为基础

### （三）动机冲突

#### 1. 双趋冲突（趋：归向，事情、形势朝着某个方向发展。）

同时并存两种能满足需要的目标，他们具有同等的吸引力，但只能选择其中之一时所产生的动机冲突。

#### 2. 双避冲突

同时遇到两个力图回避的威胁性目标，但只能避其一所产生的冲突。

#### 3. 趋避冲突

同一目标既有吸引力，又有排斥力，人既希望接近，同时又不得不回避，从而引起的冲突。

#### 4. 多重趋避冲突

即对含有吸引与排斥两种力量的多种目标予以选择时所发生的冲突。

### （四）意志品质

#### 1. 意志的自觉性

意志的自觉性是指对行动的目的有深刻的认识，能自觉地支配自己的行动，使之服从于活动目的的品质。

与自觉性相反的意志品质是易受暗示性与独断性。易受暗示性的人，行动缺乏主见，没有信心。容易受别人左右，因而会随便改变自己原来的决定。独断性的人则盲目自信，拒绝他人的合理意见和劝告，一意孤行，固执己见。易受暗示性与独断性都是缺乏对事物自觉、正确的认识，分不清是非曲直，而去遵循盲目的倾向。

#### 2. 意志的果断性

意志的果断性是指一个人是否善于明辨是非，迅速而合理地采取决定和执行决定方面的意志品质。

与果断性相反的意志品质是优柔寡断和草率决定。优柔寡断的人遇事犹豫不决，患得患失，顾虑重重；在认识上分不清轻重缓急，思想斗争时间过长，即使执行决定也是三心二意。草率的人则相反，在没有辨明是非之前，不负责任地做出决断，凭一时冲动，不考虑主、客观条件和行动的后果。优柔寡断和草率决定都是意志薄弱的表现。

#### 3. 意志的坚持性

意志的坚持性是指在意志行动中能否坚持决定，百折不挠地克服困难和障碍，完成既定目的方面的意志品质。

与坚持性相反的意志品质是顽固执拗和见异思迁。顽固执拗的人对自己的行动不作理性评价，执迷不悟，或者是明知不可为而为之。见异思迁者则是行为缺乏坚定性，容易发生动摇，随意更改目标和行动方向，这山望着那山高，庸庸碌碌，终生无为。

#### 4. 意志的自制性

意志自制性是指能否善于控制和支配自己行动方面的意志品质。自制性强的人，在意志行动中，不受无关诱因的干扰，能控制自己的情绪，坚持完成意志行动。同时能制止自身不利于达到目的的行动。

与自制性相反的意志品质是任性和怯懦。任性的人自我约束力差，不能有效地调节自己的言论和行

动，不能控制自己的情绪，行为常常为情绪所支配。怯懦的人胆小怕事，遇到困难或情况突变时惊慌失措，畏缩不前。

### （五）良好意志品质的培养

- 1.培养学生行为的目的性，减少其行动的盲目性；
- 2.培养学生良好的行为习惯，从生活入手培养意志品质；
- 3.培养学生自我控制、自我调节的能力；
- 4.有意识地为学​​生创设困难情境，使学生在克服困难的过程中，锻炼各种意志品质。



## 本节自测

### 一、单项选择题

- 1.心理学家曾把处于这个时期青少年的情感情绪形象地比喻为“像一个钟摆”，这是因为中学生情绪有（ ）特点。  
A.爆发性和冲动性    B.不稳定性和两极性    C.外露性和内隐性    D.心境化和持久性
- 2.坎农提出的情绪理论特别重视（ ）的作用。  
A.大脑皮层    B.丘脑    C.边缘系统    D.网状结构
- 3.“感时花溅泪，恨别鸟惊心”反映的情绪状态是（ ）。  
A.心境    B.激情    C.应激    D.焦虑
- 4.列宁说，“没有人的情感就从来没有也不可能有人对真理的追求……”这种情感是（ ）。  
A.道德感    B.美感    C.理智感    D.责任感
- 5.某同学既想当班干部，为同学服务，又怕耽误时间，影响自己的学习。这是动机斗争类型中的（ ）。  
A.双趋冲突    B.双避冲突    C.趋避冲突    D.多重趋避冲突

### 二、简答题

简述詹姆士—兰格理论。

### 第三节 中学生的人格发展



#### 【真题再现】

1.【2016 年上全国教资真题】中学生小孙近期心里很矛盾，觉得未来的自己应该是一名科学家，但又觉得能力有限，遥不可及。根据埃里克森的人格发展阶段论，当前他的主要发展任务是（ ）。

- A.获得勤奋感                      B.克服内疚感                      C.避免孤独感                      D.建立同一性

2.【2016 年下全国教资真题】小林诚实、内向、谦虚、勤劳，且具有亲和力。这些描述的是（ ）。

- A.性格特征                      B.能力特征                      C.气质特征                      D.认知特征

3.【2017 年上全国教资真题】中学生晓楠极端争强好胜，性格急躁，富有竞争意识，外向，常常处于紧张状态，很难使自己放松。晓楠的人格特征属于（ ）。

- A.A 型人格                      B.B 型人格                      C.C 型人格                      D.D 型人格

4.【2015 年上全国教资真题】【辨析题】液体智力属于人类的基本能力，它受文化教育的影响较大。

5.【2017 年上全国教资真题】【材料分析题】材料：

小明和小罗今年高三，是一对好朋友，两个人在处理问题的认知风格方面有较大差异。小明在学习上遇到问题时，常常利用个人经验独立地对其进行判断，喜欢用概括的与逻辑的方式分析问题，很少受到同学与老师建议的影响。而小罗遇到问题时表现则与小明相反，他更愿意倾听老师和同学的建议，并以他们的建议作为分析问题的依据。另外，他还善于察言观色，关注社会问题。

问题：

- (1) 结合材料分析小明和小罗的认知风格差异。
- (2) 假如你是他们的老师，如何根据认知风格差异开展教学？



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
人格的特征	理解	列举出有关人格“独特性”的常见俗语。
气质类型的特点及教育意义	掌握	对照气质类型的特点判断自己属于何种气质。
性格的结构特征	了解	性格的四种结构特征如何区分？
认知风格的类型	掌握	场独立型和场依存型的区分点在哪里？
影响人格发展的因素	识记	简述影响认知风格的因素有哪些？
弗洛伊德的人格发展理论	了解	本我、自我和超我怎么区分？



埃里克森的社会性发展阶段理论

掌握

中学生对应的是哪个发展阶段？



## 【内容梳理】

### 一、人格

#### （一）人格的概念

人格是个人在适应环境的过程中所表现出来的系统的独特的反应方式，主要是指人所具有的与他人相区别的独特而稳定的思维方式和行为风格。它由个人在其遗传、环境、成熟、学习等因素交互作用下形成。

#### （二）人格的特征

人格是一个具有丰富内涵的概念，具有独特性、稳定性、整体性和功能性的特点。

##### 1. 独特性

一个人的人格是在遗传、环境、教育等因素的交互作用下形成的。不同的遗传、生存及教育环境，形成了各自独特的心理特点。

##### 2. 稳定性

人格的稳定性表现为两个方面：一是人格的跨时间的持续性。在人生的不同时期，人格持续性首先表现为自我的持久性。二是人格的跨情境一致性。所谓人格特征是指一个人经常表现出来的稳定的心理与行为特征，那些暂时的、偶尔表现出来的行为则不属于人格特征。

##### 3. 统合性

又称人格的整体性。人格是由多种成分构成的一个有机整体，具有内在统一的一致性，受自我意识的调控。人格统合性是心理健康的重要指标。一个现实的人具有多种心理成分和特质，如才智、情绪、愿望、价值观和习惯等，但它们并不是孤立存在的，而是密切联系并整合成为一个有机组织。

##### 4. 功能性

人格决定一个人的生活方式，甚至决定一个人的命运，因而是人生成败的根源之一。当面对挫折与失败时，坚强者能发奋拼搏，懦弱则会一蹶不振，这就是人格功能的表现。

#### （三）人格的结构

人格是一个复杂的结构系统，它包括许多成分，其中主要包括气质、性格、认知风格、自我调控等方面。

##### 1. 气质

气质是表现在心理活动的强度、速度、灵活性与指向性等方面的一种稳定的心理特征。即我们平时所说的脾气、秉性。人的气质差异是先天形成的，受神经系统活动过程的特性所制约。孩子刚出生时，最先表现出来的差异就是气质差异。 气质是人的天性，无好坏之分。

气质类型	气质类型特点
胆汁质	直率热情，精力旺盛，好冲动，但暴躁易怒，脾气急，热情忽高忽低，喜欢新环境带来刺激的学习。
多血质	活泼好动，反应迅速，热爱交际，能说会道，适应性强，具有明显的外向倾向，粗枝大叶。
粘液质	安静稳重踏实，反应性低，交际适度，自制力强（性格坚韧），话少，适于从事细心、程序化的学习，表现出内倾性，可塑性差。有些死板，缺乏生气。
抑郁质	行为孤僻，不善交往，易多愁善感，反应迟缓，适应能力差，容易疲劳，性格具有明显的内倾性。

在现实生活中，并不是每个人的气质都能归入某一气质类型。除少数人具有某种气质类型的典型特征之外，大多数人都偏于中间型或混合型，也就是说，他们较多地具有某一类型的特点，同时又具有其他气质类型的一些特点。

### 不同气质类型在教学中的意义:

第一，不同气质类型的学生有各自的特点，作为教师应了解并有针对性的因材施教。每一种气质都存在向某些积极或消极性格品质发展的可能，作为教师，在教学过程中不应刻意的改变学生气质，而是要注意帮助各种气质类型的学生，发展积极品质而克服消极品质。

第二，针对不同气质类型的学生特点，可以分别采取各种相适应的教育措施，帮助学生克服消极因素，形成良好品格。教师在了解学生气质类型的基础上，要注意从学生的气质出发，进行教育。

对胆汁质的学生进行具有说服力的严厉的批评，可以促使他们遵守纪律，约束自己的任性行为，但不能激怒他们，在日常工作学习中要去锻炼他们的自制力，沉着冷静地对待事物。

对于多血质的学生可交给他们更多的任务，让他们有机会参加更多的活动，在活动中磨炼他们的意志的坚韧性、情绪的稳定性。

对于粘液质的学生需要更耐心地进行教育，指出他们的缺点和错误时应给予更多的思考时间，才能使他们逐步认识自己的问题所在。

对于抑郁质的学生则需要给予更多的关怀和照顾，不宜在公开场合批评他们，要在能接受的范围内，鼓励他们参加公开活动的勇气。

第三，教师只有将不同气质类型的学生区别对待，一把钥匙开一把锁，才能使不同气质类型学生的优势都得到充分的发挥，使学生乐于学习，充分发挥自身的潜力，达到自我实现，这才是我们教育的最终目的。

## 2. 性格

### (1) 定义

性格是指人的较稳定的态度与习惯化了的行为方式相结合而形成的人格特征。（性格具有独特性，在人格特征中具有核心意义）他是一个人心理面貌本质属性的独特结合，是人与人相互区别的主要方面。

### (2) 性格的结构特征

①**性格的态度特征**。个体对自己、他人、集体、社会以及对工作、劳动、学习的态度特征。如谦虚或自负、利他或利己、粗心或细心、创造或墨守成规等。性格的态度特征在性格结构中具有核心意义。

②**性格的意志特征**。指个体自觉地确定目标，调节支配行为，从而达到目标的性格特征。包括行为方式和水平的调节，如顽强拼搏、当机立断。

③**性格的情绪特征**。指个体稳定而独特的情绪活动方式。如情绪活动的强度、稳定性、持久性和主导心境等方面的特征。

④**性格的理智特征**。指个体在感知、记忆、想象、思维等认知过程中表现出来的认知特点和风格。如主动感知或被动感知，习惯于看到细节还是看到轮廓等。

### 3. 认知风格

认知风格是指个人所偏爱使用的信息加工方式，也叫认知方式。认知风格主要有：场独立型和场依存型、冲动和沉思、同时性和继时性等。

(1) **场独立型——场依存型**：两者的差异主要表现在人对外部环境（“场”）的不同依赖程度上。**场独立型**的人在信息加工中对内在参照有较大的依赖倾向，他们的心理分化水平较高，在加工信息时，主要依据内在标准或内在参照，与人交往时也很少能体察入微。而**场依存型**的人在加工信息时，对外在参照有较大的依赖倾向，他们的心理分化水平较低，处理问题时往往依赖于“场”，与别人交往时较能考虑对方的感受。

	场独立型	场依存型
学科兴趣	自然科学和数学	社会科学和人文科学
学科成绩	自然科学成绩好；社会科学成绩差	自然科学成绩差；社会科学成绩好
学习策略	独立自觉学习；由内在动机支配	易受暗示，学习欠主动；由外在动机支配
教学偏好	结构不严密的教学	结构严密的教学

(2) **冲动——沉思的差异**：杰罗姆·卡根依据个体解决问题时的速度与精确度的偏好，将认知风格分为沉思型和冲动型。在学习过程中，有的学生反应非常快，但往往不够准确，这种反应方式称为**冲动型**；而有的学生反应虽然很慢，却很仔细、准确，这种反应方式称为**沉思型**。

(3) **同时性——继时性**：左脑优势的个体往往表现出继时性加工风格，而右脑优势的个体往往表现出同时性加工的风格。继时性认知风格的特点是，在解决问题时，能一步一步地分析问题，每一个步骤只考虑一种假设或一种属性，提出的假设在时间上有明显的前后顺序；同时性认知风格的特点是，在解决问题时，采取宽视野的方式，同时考虑多种假设，并兼顾到解决问题的各种可能。

### 4. 自我调控系统

自我调控系统是人格中的内控系统或自控系统，具有自我认知、自我体验、自我控制三个子系统，其作用是对人格的各种成分进行调控，保证人格的完整、统一、和谐。

#### (1) 自我认知

自我认知是对自己的洞察和理解，包括自我观察和自我评价。自我观察是指对自己的感知、思想和意向等方面的觉察，自我评价是指对自己的想法、期望、行为及人格特征的判断与评估。

#### (2) 自我体验

自我体验是伴随自我认识而产生的内心体验，是自我意识在情感上的表现。当一个人对自己作积极的评价时，就会产生自尊感；作消极的评价时，就会产生自卑感。

#### (3) 自我控制

自我控制是自我意识在行为上的表现，是实现自我意识调节的最后环节，如一个学生意识到学习对自己发展的重要意义，会激发起努力学习的动机，在行为上表现出刻苦学习、不怕困难的精神。自我控制包括自我监控、自我激励、自我教育等成分。

#### （四）影响人格发展的因素

##### 1. 生物遗传因素

第一，遗传是人格不可缺少的影响因素；第二，遗传因素对人格的作用程度因人格特征的不同而异。通常智力、气质这些与遗传因素关系较密切，而价值观、信念、性格等与社会因素关系更密切；第三，人格发展过程是遗传与环境交互作用的结果。

##### 2. 社会文化因素

第一，社会文化对人格具有重要影响作用；第二，社会文化对个人的影响力因文化强弱而异，社会对顺应要求越严格，其影响力越大；第三，社会文化因素决定了人格的共同性特征，它使同一社会的人在人格上具有某种程度的相似性。

##### 3. 家庭因素

强调人格的家庭成因，重点在于探讨家庭间的差异对人格发展的影响，探讨不同的教养方式对人格差异的影响。家庭教养方式一般可以分为三类：

（1）**权威型教养方式**。采用这种教养方式的父母在子女教育中，表现的过于支配，孩子的一切都由父母来控制。在这种环境下长大的孩子容易形成消极、被动、依赖、服从、懦弱，做事缺乏主动性，甚至会形成不诚实的人格特征。

（2）**放纵型教养方式**。采用这种教养方式的父母，对孩子过于溺爱，让孩子随心所欲，父母对孩子的教育有时达到失控的状态。在这种环境中成长的孩子多表现为任性、幼稚、自私、野蛮、无礼、独立性差、蛮横无理、胡闹等。

（3）**民主型教养方式**。父母与孩子在家中处于一个平等和谐的氛围中，父母尊重孩子，给孩子一定的自主权，并给予孩子积极正确的指导，父母的这种教养方式使孩子形成了一些积极的人格品质，如活泼、自立、彬彬有礼、善于交往、富于合作精神、思想活跃等。

##### 4. 学校教育因素

学校的教育对儿童性格的形成起主导作用。

##### 5. 个人主观因素

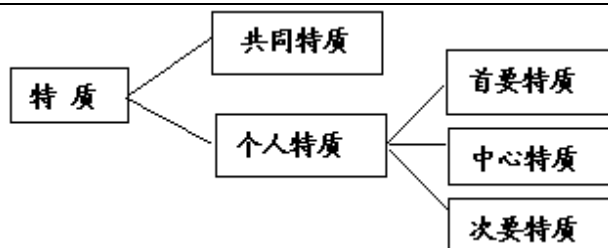
后天环境对能力的形成和发展固然起主导作用，但没有个人的努力和勤奋，要获取事业成功同样是不可能的。

## 二、人格特质理论

起源于 20 世纪 40 年代的美国，主要代表人物：**奥尔波特**和**卡特尔**。特质理论认为：特质是决定个体行为的基本特性，是人格的有效组成元素，也是测评人格常用的基本单位。

##### 1. 奥尔波特的特质理论

他把人格特质分为两类：一类是共同特质（common traits），指在某一社会形态下，大多数人或一个群体所共有的、相同的特质；另一类是个人特质（individual traits），指个体身上所独具的特质。个人特质又分为三种：首要特质、中心特质、次要特质。



**首要特质：**一个人最典型、最有概括性的特质。

**中心特质：**构成个体独特性的几个重要特质，在每个人身上大约有 5~10 个。

**次要特质：**个体的一些不太重要的特质，往往只有在特殊情况下才会表现出来。

## 2. 卡特尔的人格特质理论

卡特尔提出了基于人格特质的一个理论模型。模型分为四层，即个别特质和共同特质；表面特质和根源特质；体质特质和环境特质；动力特质、能力特质和气质特质。各层之间用连线表示个别特质和共同特质之间的关系。

### (1) 表面特质和根源特质

**表面特质：**从外部行为能直接观察到的特质。

**根源特质：**相互联系而以相同原因为其基础的行为特质。1949 年，卡特尔用因素分析法提出了 16 种相互独立的根源特质。编制了“卡特尔 16 种人格因素调查表（16PF）”

### (2) 体质特质和环境特质

**体质特质：**由先天生物因素决定的，如兴奋性、情绪稳定性等。

**环境特质：**由后天环境因素决定的，如焦虑、有恒性等。

### (3) 动力特质、能力特质和气质特质

**动力特质：**指具有动力特征的特质，它使人趋向某一目标，包括生理驱力、态度和情操。

**能力特质：**表现在知觉和运动方面的差异特质，包括流体能力和晶体能力。晶体能力是以习得的经验为基础的认知能力；流体能力是以生理为基础的认知能力。

**流体能力：**在信息加工和问题解决过程中所表现的能力。如对关系的认识，类比、演绎推理能力，形成抽象概念的能力等。一般人在 20 岁以后，流体能力发展达到顶峰，30 岁以后将随年龄的增长而降低。

**晶体能力：**获得语言、数学等知识的能力，它决定于后天的学习和经验，与社会文化有密切的关系。晶体能力在人的一生中一直在发展，只是到 25 岁以后，发展速度渐趋平缓。

**气质特质：**决定一个人情绪反应的速度与强度的特质。

## 三、弗洛伊德的人格发展理论

精神分析理论属于心理动力学理论，是奥地利精神科医生弗洛伊德于 19 世纪末 20 世纪初创立的。

**弗洛伊德认为人格结构由本我、自我、超我三部分组成。**

**本我即原我，**是指原始的自己，包含生存所需的基本欲望、冲动和生命力。本我是一切心理能量之源，它遵循“快乐原则”。

**自我，**是自己可意识到的，执行思考、感觉、判断或记忆的部分，自我的机能是寻求“本我”冲动

得以满足，而同时保护整个机体不受伤害，它遵循的是“现实原则”，为本我服务

超我，是人格结构中代表理想的部分，它是个体在成长过程中通过内化道德规范、内化社会及文化环境的价值观念而形成，其机能主要在监督、批判及管束自己的行为。超我的特点是追求完美，它所遵循的是“道德原则”。

本我：抢夺别人的食物来满足自己填饱肚子的欲望。

超我：认识到抢夺他人的财物是不道德的行为，就算饿死也不能违背道德的原则。

自我：想些别的事情，转移自己的注意力从而压抑自己的饥饿感。

弗洛伊德的人格发展理论有两个重要特点：一是强调生物本能即性本能在人格形成和发展中的重要作用；二是强调婴幼儿时期的经历和经验对人格形成和发展的重要作用。他把发展分为五个时期：

#### 1.口腔期：从出生到 12-18 个月左右

刚生下来的婴儿就懂得吸乳，乳头摩擦口唇黏膜引起快感，此期间婴幼儿以吸吮、咬和吞咽等口腔活动为主来满足本能和性的需要。

#### 2.肛门期：大约从 12-18 个月到 3 岁左右

此期间儿童由排泄而得到快感满足。在这一阶段儿童开始接受排便习惯的训练，他必须学会控制自己的排便行为以适应社会的要求。儿童在肛门期欲望的满足和他在大小便训练过程中所学到的人际关系方式，对他未来的人格形成产生较大影响，满足太少或过分满足均可导致发展的滞留，形成所谓肛门性格。

#### 3.性器期：大约从 3 岁到 5 岁

此期间儿童通过性器官满足原始欲望，儿童表现出对生殖器官的极大兴趣，喜欢触摸自己的性器官。儿童这一阶段的矛盾和冲突的解决，对其将来性别特征的形成和对异性的态度及性生活是很重要的。如果这一阶段发生滞留或失败，可能导致将来的许多行为问题，如所谓的“性器官人格”。

在口腔期、肛门期和性器期的发展过程中，大部分人格特征已形成。因此，5 岁以前是人格发展的关键时期。

#### 4.潜伏期：大约从 5 岁到 12 岁

在这一时期，儿童的兴趣转向周围事物和智力活动中，参加学校和团体的活动，与同伴娱乐、运动，发展同性的友谊，满足来自于外界、好奇心和知识满足，娱乐和运动等。此时原始的欲望仿佛处于潜伏状态，在这一阶段，两性之间比较疏远。

#### 5.生殖期：大约从 12 岁到成年

青春期是生殖期开始的标志，此时个体生理发展趋于成熟。在心理和生理上两性的差异日益显著，发展到成年阶段，主要的满足将来源于两性关系的建立。

### 四、埃里克森的社会性发展阶段理论

埃里克森的心理社会发展理论认为，儿童人格的发展是一个逐渐形成的过程，它必须经历一系列顺序不变的阶段，每一阶段都有一个生物学的成熟与社会文化环境、社会期望之间的冲突和矛盾所决定的发展危机，每一个危机都涉及一个积极的选择与一个潜在的消极选择之间的冲突。

埃里克森认为人格的发展贯穿于个体的一生，整个发展过程可以划分为八个阶段，其中前五个阶段

属于成长和接受教育的时期。

阶段	年龄	冲突	人格发展任务	障碍者的心理特征
婴儿期	0-18 个月左右	基本的信任感对基本的不信任感	发展信任感, 克服不信任感	面对新环境时会焦虑不安
儿童早期	18 个月到 3 岁	自主对羞怯与怀疑	培养自主感, 克服羞怯与怀疑	缺乏信心, 行动畏首畏尾
学前期	3~6、7 岁	主动对内疚	培养主动感, 克服内疚感	畏惧退缩, 缺少自我价值感
学龄期	6、7~12 岁	勤奋对自卑感	培养勤奋感, 克服自卑感	缺乏生活基本能力, 充满失败感
青年期	12~18 岁	同一性对角色混乱	建立同一性, 防止角色混乱	生活无目的、无方向感, 时而感到彷徨迷失
成年早期	18~30 岁	亲密对孤独	发展亲密感, 避免孤独感	与社会疏离时感到寂寞孤独
成年中期	30~60 岁	繁殖感对停滞感	获得繁殖感, 避免停滞感	不关心别人与社会, 缺少生活意义
成年晚期	60 岁以后	完善对绝望	获得完善感, 避免绝望与沮丧	悔恨旧事, 徒呼负负

## 拓展延伸

### 性格与疾病

#### 揭开性格的面纱

医学的发展使人们有效地控制了细菌与病毒对健康的威胁, 但社会的快速发展、社会竞争的加剧又使得肿瘤及心血管疾病跃居人类死因排行榜首位。经典的医学理论无法说清这些疾病的病因, 而广泛的多病因研究正逐渐揭开这些疾病的神秘面纱, 其中一个最引人注目的致病因素就是心理社会因素。

1959 年, 美国旧金山哈佛布鲁恩(Howard Brunn)心血管病研究所的两位心脏病专家弗里德曼(M. Friedman)与罗森曼(R. H. Rosenman)报道了他们的重要发现: A 型人格与冠心病之间关系密切。弗里德曼的研究始于一个非常有趣的观察: 负责维修病人候诊室里沙发与椅子的人员告诉他, 这些沙发和椅子只是坐面前沿部分严重损坏。似乎这些病人都只坐沙发与椅子的前边缘。这一现象促使弗里德曼怀疑这些心脏病患者的总体行为可能有些特异之处, 继而对此展开了深入研究。这是人类首次用科学的研究方法验证了性格特点与病症之间的对应关系, 意义重大。

#### ABCD 人格类型

弗里德曼总结的 A 型人格(性格)具有 6 种基本特征:

- (1) 强烈持久的目标动机;
- (2) 处处追求完美的内在倾向;
- (3) 强烈持久的追求赞誉与进步的欲望;
- (4) 连续卷入多项事务, 挑战极限压力;
- (5) 习惯于突击完成工作;
- (6) 经常特意地使自己的心理与身体处于机警状态。

总结起来, A 型人格集中体现两大心理行为特征: 过强的时间意识和过强的竞争意识。

弗里德曼还提出 **B 型人格**，B 型人格与 A 型人格相反，属于一种**舒缓的、善于自我调节的人格特点**。研究结果表明，人群中 A 型人格患心血管病的概率是 B 型人格的 2~3 倍；而在冠心病患者当中，A 型人格的比例更是高达 70.9%。北美的一项研究也表明，心肌梗塞的发病率 A 型人格是 B 型人格的 2-4 倍。此后，有关人格与疾病的研究大量涌现。研究者相继提出了 C、D 型人格，与前面提到的 A、B 型人格一起称为 ABCD 人格类型。

**C 型人格**是大多数癌症病人的一种普遍人格特征，**表现为：好忍气吞声，过度压抑自己的情绪，负性情绪体验过多**。中国人当中具有比较典型的 c 型人格特征的是一些带有较强传统意识的中年人。他们常常为了面子而强调家丑不可外扬，同时家庭观念又特别强，所以只要子女“不成气”，就会整天处于一种负性情绪体验中，不仅不释放这种负性情绪反而拼命地压抑与忍耐。

**D 型人格**又称为“忧伤型人格”，这类人**常常比较忧伤而且孤独，同时对自己忧伤与孤独的心情一味地进行压抑，比较沉默寡言**。这种忧伤与压抑会导致心血管系统承受巨大的压力，时间一长极易出现心血管类疾病。

除了这些经常提到的人格类型外，还有些人格类型与疾病之间的关系也比较密切。比如，“溃疡病人格”这类病人经常表现为比较自负，承诺的事情常常超过自己的实际能力范围，好控制自己某些明显而自然出现的冲动，经常体验到强烈的自我冲突感。临床研究发现消化性溃疡病人普遍出现类似的人格特点。



## 本节自测

### 一、单项选择题

1. “江山易改，本性难移”这句俗语为人格的（ ）作了最好的诠释。

- A.稳定性                      B.独特性                      C.整合性                      D.功能性

2.有的人情绪爆发快，精力旺盛，争强好斗，做事勇敢果断，为人热情直率，朴实真诚，但是这种人的思维活动常常是粗枝大叶、不求甚解，遇事常欠思量、鲁莽冒失，做事也常常感情用事、刚愎自用，但表里如一。这种人的气质属于（ ）。

- A.胆汁质                      B.多血质                      C.粘液质                      D.抑郁质

3.节俭属于性格的（ ）特征。

- A.态度                      B.行为                      C.意志                      D.情感

4.某学生在研究事物时，容易受他人态度的影响，这位学生的认知方式很可能属于（ ）。

- A.场依存型                      B.场独立型                      C.冲动型                      D.沉思型

5.某人经常问自己：我是一个怎样的人？按照埃里克森人格发展阶段理论，该个体正处在（ ）。

- A.信任感对怀疑感阶段                      B.主动感对内疚感阶段  
C.勤奋感对自卑感阶段                      D.自我同一性对角色混乱阶段

### 二、材料分析题

王老师班上一位学生在课堂上总是积极回答问题，反应很快，但是正确率不高，与班上的每位同学都能处的来，但是都没有深交，没有固定的好朋友，积极参加多种课外活动，兴趣很广泛，但是没有擅



长的活动，生气的时候会大声喊出来，情绪很激动，如果别人安慰劝慰她，马上破涕为笑，经常丢三落四。

- (1) 根据气质型学说分析这位同学气质类型，并写出该气质类型人的特点。
- (2) 对于这类人的学生，教师应该怎么做？

## 第四节 中学生的身心发展



### 【真题再现】

【2016 年上全国教资真题】中学生随着身心的迅速发展，开始积极尝试脱离父母的保护和管理，渴望自己的行为像成人，不愿意被当做孩子看待。这说明中学生心理发展具有（ ）。

- A. 平衡性                      B. 独立性                      C. 闭锁性                      D. 动荡性



### 【学习目标】

考点	目标	自测
中学生身心发展的特点	掌握	用自己的话解释什么叫闭锁性和动荡性。
中学生与异性交往	了解	了解有关中学生异性交往的指导策略。



### 【内容梳理】

#### 一、中学生身心发展的特点

中学生在生理上正处于青春发育期。这一时期的最大特点是：生理上的蓬勃成长、急骤变化；智力迅速发展；中学生的情绪和情感的内容十分丰富，其形式也比较复杂，他们重感情、讲友谊，稳定性也在逐步提高。但总体看来，中学生的情绪和情感比较强烈，带有明显的两极性，很容易动感情。他们常常遇到一点小事，就会被感动或者感到泄气变得消沉起来。他们的情绪或情感来得快，平息得也快，常常是暴风雨式的。

中学生这些身心的变化，集中地表现出这个阶段的四个特点：

##### 1. 过渡性

中学以前是真正的幼稚期，儿童更多地依靠成人的照顾、保护，他们的独立性和自觉性都比较差。青年期是个体发展上的成熟期，它标志着个体真正开始成为独立的社会成员。中学生处于少年期和青年初期，刚好是从儿童期向青年期发展的一个过渡时期。少年期是一个半幼稚、半成熟的时期，是独立性和依赖性、自觉性和幼稚性错综复杂、充满矛盾的时期，青年初期则是一个逐步趋于成熟的时期，是独立地走向社会生活的准备时期。

##### 2. 闭锁性

有人作了一些研究，发现初二、初三以后的中学生，自己放东西的抽屉总爱加锁，似乎有什么秘密的东西不愿让别人知道，其实里面并无什么要紧的东西。因此，要了解和研究这个阶段的学生，尤其是

高中生的心理，如果只根据他们的一时一事或某个举动就作判断，或作出研究的结论，那常常是容易发生错误的。研究也表明，中学生容易对同年龄、同性别的人，特别是“知己”暴露真挚的心理、思想，这就成为了解中学生心理活动的一个重要方面。

### 3.社会性

中学阶段是理想、动机和兴趣发展的重要阶段，是品德发展的重要阶段。良好的品德或不良品德都在中学阶段形成并获得初步成熟。

### 4.动荡性

中学生的思想比较敏感。尤其是高中生往往在政治活动中“打头阵”起着“先锋和桥梁”的作用。然而，中学生也好走另一个“极端”。中学生希望受人重视，把他们看成“大人”，当成社会的一员，他们思想单纯，很少有保守思想，敢想敢说敢作敢为。但在他们心目中，什么是正确的幸福观、友谊观、英雄观、自由观和人生观，还都是个谜。他们对于别人的评价十分敏感，好斗好胜，但思维的片面性很大，容易偏激，容易摇摆。他们往往把坚定与执拗，勇敢与蛮干、冒险混同起来。他们的精力充沛，能力也在发展，但性格未最后定型。因此对处于青少年阶段的中学生的教育和培养工作，在整个国民教育中起着关键性的作用。

## 二、中学生的性心理与异性交往

中学生是人一生中身体发育的鼎盛时期，尤其是初中阶段。经过初中三年的快速成长，中学生的身体和生理机能都发生了急剧的变化，这一系列的变化也导致了中学生心理的变化，尤其是性心理的变化。

### （一）中学生性心理发展的特点

性心理是指在性生理的基础上，与性生理特征、性欲望、性行为有关的心理状态和心理过程，也包括了与异性交往和婚恋等心理状态。随着第二性征的出现和性机能的成熟，中学生对性的关注加强，处于青春期的中学生性心理最主要的特征就是性意识的逐渐觉醒和对性的敏感，具体表现在以下方面：

#### 1.性意识的出现

中学生性意识的特点为：

- ①渴望了解性知识；
- ②对异性充满好奇与爱慕；
- ③在异性面前容易紧张和兴奋；
- ④性冲动和性欲望的出现。

#### 2.性情感的发展变化

中学生性情感的发展要经历以下几个阶段：

- ①疏远异性阶段；②接近异性阶段；③异性眷恋阶段；④择偶尝试阶段。

### （二）性心理健康教育的对策

青春期内分泌迅速的变化，使得中学生感到自己和以前有了很大的不同，性冲动的出现和压抑也使得他们常常处于困惑之中。对于中学生来说青春期的性教育，具有十分重要的意义。

- 1.加强教育，理解性生理和心理的变化；

- 2.更新理念，认识异性交往的意义；
- 3.指导行为，让学生能够正确地处理性冲动、恰当地与异性交往。

### 三、对中学生正确处理异性交往的指导

在异性交往过程中，引起中学生心理困扰的一般有以下几种情形：

一是许多正常的异性交往被老师、同学或家长当成早恋对待，纯洁的友情遭人误解，各方面的压力不但使自己和异性朋友倍感痛苦，真挚的友情也有被扼杀的危险。

二是感情沟通的困扰，收到求爱信后该怎么处理？怎样面对对方的爱才算恰当？

三是单恋、失恋的困扰，如单恋上了一位同学而又缺乏勇气向对方示爱，就会在学习、生活上魂不守舍，而失恋又使其自信心受到重大打击。

中学生的异性交往需要老师、家长的正确引导。

首先，老师和家长要重视性教育，而且要把握好教育尺度，在传授性知识的时候，用符合中学生年龄特点、能被他们接受的方式为宜，而不是简单地把成人的知识教给孩子，或是单纯地迎合孩子的心理。

此外，采取适当的教育方式，组织男女学生共同参加一些健康有益的活动，使他们与异性交往的需求在活动中得到满足。



## 能力提升

#### 一、单项选择题

- 1.新教师上讲台慌乱属于（ ）。
  - A.激情
  - B.心境
  - C.应激
  - D.理智感
- 2.根据埃里克森的理论，中学生的的发展任务是培养（ ）。
  - A.自主性
  - B.主动性
  - C.勤奋感
  - D.自我同一性
- 3.中学生的思维已经超越了对具体的可感知的事物的依赖，能以命题的形式进行，并能发现命题之间的关系，能理解符号的意义，能作一定的概括，思维已经接近成人的水平。这在皮亚杰儿童认知发展阶段中属于（ ）。
  - A.感知运动阶段
  - B.前运算阶段
  - C.具体运算阶段
  - D.形式运算阶段
- 4.好奇心属于（ ）。
  - A.美感
  - B.道德感
  - C.理智感
  - D.心境
- 5.某学生的感受很低，不易受外界刺激的影响，具有较低的可塑性，反应不够灵活，耐受性高。这种气质属于（ ）。
  - A.多血质
  - B.粘液质
  - C.胆汁质
  - D.抑郁质
- 6.个体倾向于利用自己身体或内部参照作为信息加工依据的学习风格是（ ）。
  - A.场依存型
  - B.场独立型
  - C.冲动型
  - D.沉思型
- 7.去过几次小朋友的家，就能画出具体的路线图来，认知发展到（ ）儿童能够做到这种程度。
  - A.感知运动阶段
  - B.前运算阶段
  - C.具体运算阶段
  - D.形式运算阶段

8.思维的不可逆性和自我中心在皮亚杰所描述的（ ）阶段表现得最为明显。

- A.感知运动阶段      B.前运算阶段      C.具体运算阶段      D.形式运算阶段

9.强者遇到困难会激发斗志，弱者则会萎靡不振，这体现了人格的（ ）特征。

- A.稳定性      B.统合性      C.独特性      D.功能性

10.“文化—历史发展理论”的创始人是（ ）。

- A.弗洛伊德      B.华生      C.冯特      D.维果斯基

11.下列中哪一项是基本的情绪分类？（ ）

- A.快乐、悲哀、愤怒、恐惧      B.快乐、悲哀、愤怒、嫉妒  
C.道德感、理智感、美感      D.快乐、悲哀、愤怒、惭愧

12.“山笑水笑人欢笑”体现的情绪状态是（ ）。

- A.应激      B.心境      C.激情      D.高兴

13.在重大国际比赛中，为祖国争光所激起的拼搏精神，会激起运动员们克服重重难关去夺取金牌。这体现的情绪状态是（ ）。

- A.心境      B.激情      C.应激      D.道德感

14.盛怒时，拍案大叫，暴跳如雷；狂喜时，捧腹大笑，手舞足蹈；绝望时，心灰意冷，麻木不仁，这说的是一种（ ）。

- A.激情      B.心境      C.应激      D.热情

15.“人心不同，各如其面”，这句俗语为人格的哪种特性作了最好的诠释？（ ）。

- A.独特性      B.稳定性      C.统合性      D.复杂性

## 二、材料分析题

冯亮和丁明是初二的学生，最近两个人都有些心事。于是，凑在一起聊天……

冯：你说咱们已经快要和爸爸一样高了，可父母还老把我们当小孩看，什么都管。

丁：可不是吗？吃饭要管，穿衣服要管，去哪玩也要管，放学回家稍晚就唠叨个不停……真烦！有时他们让我做什么，我偏不听他们的话。

丁：最近一段时间，我情绪似乎失控了。今天的课堂演讲，我紧张得要命，生怕在老师同学面前出丑。

冯：我发现了，你脸都红到脖子根了。

丁：不光这个，有时高兴起来，我就跟飞上天似的，觉得无所不能，可是难过起来，又像被打入了18层地狱……

冯：我也一样，就比如每次女同学打招呼，我都莫名地心中加速，想说既紧张又害羞，以前不是这样。

丁：有时候也会担心自己在别人眼中形象不好，譬如不够帅之类的。

冯：还有不够优秀，能力不够强等。特别希望在别人眼中我是一个聪明有实力的人。

丁：我特别理解你，这种感觉我也有，而且特想跟人倾诉，但就是不知道该跟谁说……

（1）上面两位同学的对话，反映了中学生青春期心理发展的哪些特点？

（2）作为老师，你会对他们提出哪些建议？

## 第六章 中学生心理辅导

### 第一节 中学生的心理健康



#### 【真题再现】

1. 【2014 年下全国教资真题】小燕近期非常苦闷，一提到学习就心烦意乱、焦躁不安，对老师有抵触情绪，成绩也明显下降。小燕存在的心理问题是（ ）。

- A. 焦虑症 B. 神经衰弱症 C. 强迫症 D. 抑郁症

2. 【2017 年上全国教资真题】中学生小艾上学前总是反复检查书包，如果不检查，他就难受，明知该带的文具都带了，就是控制不住。他的问题是

- A. 抑郁症 B. 焦虑症 C. 强迫症 D. 恐怖症



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
心理健康的内涵	了解	对照心理健康的标准判断自己的心理健康状况。
抑郁症的表现	掌握	你可以说出抑郁症的表现都有哪些吗？
焦虑症的表现	掌握	你可以说出焦虑症的表现都有哪些吗？
强迫症的表现	掌握	你可以说出强迫症的表现都有哪些吗？
恐怖症的表现	掌握	你可以说出恐怖症的表现都有哪些吗？



#### 【内容梳理】

### 一、心理健康的概念

1989 年，世界卫生组织明确提出：“健康不仅是没有疾病，而且包括身体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。”

心理健康是指个体心理活动在自身及环境条件许可范围内所达到的最佳功能状态。具体来说，心理健康至少应包括两层含义：一是无心理疾病；二是有积极发展的心理状态。

心理专家将人的心理健康水平大致分为三个等级：

1. 一般常态心理者。表现为心情经常处于愉快的状态，适应能力强，善于自我调节，能较好地完

同龄人发展水平应做的活动，具有调节情绪的能力。

2.轻度失调心理者。表现出不具有同龄人所应有的愉快，与他人相处略感困难，生活自理有些吃力。若主动调节或通过心理辅导专业人员的帮助，就会消除或缓解心理问题，逐步恢复常态。

3.严重病态心理者。表现为严重的心理适应失调，不能维持正常的生活、工作。如不及时治疗就有可能恶化，成为精神病患者。

## 二、中学生常见的心理健康问题

### （一）焦虑症

**含义：**焦虑症是个体不能达成目标或不能克服困难的威胁，致使自尊心，自信心受挫，或使失败感和内疚感增加，形成一种紧张不安的情绪状态。

**表现：**紧张不安，忧心忡忡，集中注意困难，极端敏感，对轻微刺激作过度反应，难以作决定。在躯体症状方面，心跳加快、过度出汗、肌肉持续性紧张、尿频尿急、睡眠障碍等不适反应。

学生中常见的焦虑反应是考试焦虑。其表现是随着考试临近，心情极度紧张。考试时不能集中注意，知觉范围变窄，思维刻板，出现慌乱，无法发挥正常水平。考试后又持久地不能松弛下来。

### （二）抑郁症

**含义：**以持久性的心境低落为特征的神经症。过度的抑郁反应，通常伴随着严重的焦虑症。焦虑是个人对紧张情景的最先反应，如果一个人确信这种情景不能改变或控制时，抑郁就取代焦虑成为主要症状。

**表现：**一是情绪消极、悲伤、颓废、淡漠，失去满足感和生活乐趣；二是消极的认识倾向，低自尊、无能感，从消极方面看事物，好责难自己，对未来不抱多大希望；三是动机缺失、被动，缺少热情；四是躯体上疲劳、失眠、食欲不振等。

### （三）强迫症

**含义：**是一组以强迫症状（主要包括强迫观念和强迫行为）为主要临床表现的神经症。

**表现：**强迫观念指当事人身不由己地思考他不想考虑的事情；强迫行为指当事人反复去做他不希望执行的动作，如果不这样想、不这样做，他就会感到极端焦虑。

### （四）恐怖症

**含义：**对特定的无实在危害的事物与场景的非理性惧怕。

**表现：**

（1）单纯恐怖症：对一件具体的东西、动作或情境恐怖；

（2）广场恐怖症：害怕大片的水域、空荡荡的街道；

（3）社交恐怖症：害怕在社交场合讲话，担心自己会因双手发抖、脸红、声音发颤、口吃而暴露自己的焦虑，觉得自己说话不自然，因而不敢抬头，不敢正视对方眼睛。

## （五）网络成瘾

中学生网络成瘾是指中学生由于过度地和不当地使用网络而导致的一种难以抗拒再度使用网络的着迷状态，并影响到其正常的学习和生活。网络成瘾者自身有一些躯体症状，如头晕、心烦、胸闷气憋、紧张性兴奋、懒散等，并且与家长、朋友打电话或与朋友聚会次数减少，下网后变得空虚、失落，不愿与人交流。

网络成瘾的治疗方法：心理干预。网络成瘾心理干预法的适用对象是确已上网成瘾的学生。常用的几种心理干预法有：

### 1. 强化干预

在网络成瘾的干预中，奖励的使用条件是一旦发现成瘾学生有了减少上网的行为时，就给予奖励、表扬或肯定性评价。惩罚的使用条件是一旦发现成瘾学生上网时间增加时，立即给予处罚。处罚可以是物质性的，如取消他获得他最想要的东西的权利，也可以是精神上的，如校纪处分等。

### 2. 厌恶干预法

厌恶干预指采用惩罚性的厌恶刺激来减少或消除一些适应不良行为的方法。常用做法有橡皮圈拉弹法、不赞成干预、内隐致敏法等。

橡皮圈拉弹法：是由成瘾学生预先在自己手腕上套上一根橡皮圈，当他坐到电脑前准备上网时，自己用力拉弹手腕上的橡皮圈，使其手腕有强烈的疼痛感，从而提醒自己下网。也可借助外力如闹钟发出尖利的噪音，来促使自己停止上网。

社会不赞成厌恶干预：主要是运用图片、影视、舆论等手段，使学生在上网的同时产生一种来自社会的压力，并在心理上造成威慑和畏惧心理，从而达到戒除网瘾的一种干预方法。

内隐致敏法：又叫想象性厌恶干预，是指用想象上网的过程和结果的办法，使自己对上网感到厌恶感，从而逐步减少上网时间直至戒除网瘾的一种干预方法。这种方法可与橡皮圈拉弹法结合使用，效果会更好。

### 3. 转移注意力法

学校或班级通过组织各类有意义的文体活动，让成瘾学生参与其中，从而转移他的注意力和减轻他对网络的迷恋程度的一种干预方法。

### 4. 替代、延迟满足法

一方面学校和老师要帮助学生培养替代活动（其感兴趣的课外活动）吸引其注意力，并弄清他的上网习惯，然后使其反其道而行之，在原来上网的时间里做其他事情。另一方面，了解问题学生的上网时间（起初要控制上网时间，不必绝对戒除），将其上网总时间列表，纳入周计划，在可以控制的前提下，逐步减少上网时间最终实现戒除网络成瘾的目标。

### 5. 团体辅导法

将患有网络成瘾症的学生组合成一个团体，由富有经验的老师作为指导者，运用团体动力理论做理论基础，综合运用团体咨询的原则和各种方法，达到使参加团队的成员整体戒除网瘾的目标。对中学生的网络成瘾，重点应放在预防，而不只是对网络成瘾学生的补救性矫治。





## 本节自测

### 单项选择题

1. 张小青在睡前要依据一定程序脱衣鞋并按固定的规律放置，否则感到不安，重新穿好衣、鞋、再按程序脱。这种心理状态是（ ）。

- A. 恐怖症                      B. 焦虑症                      C. 强迫症                      D. 抑郁症

2. 如果一个人情绪消极，对生活感到全无乐趣，觉得自己的活动没有价值，这种人患有（ ）。

- A. 焦虑症                      B. 抑郁症                      C. 强迫症                      D. 恐怖症

3. 李晓明害怕在社交场合讲话，经常担心自己会因发抖、脸红、声音发颤、口吃而不敢抬头，不敢正视对方眼睛，这种心理状态是一种（ ）。

- A. 抑郁症                      B. 恐怖症                      C. 焦虑症                      D. 强迫症

## 第二节 中学生心理辅导的方法



### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】晓玲性格内向，平时不敢同老师讲话，遇到疑难问题也没有勇气求教。偶有一次，她向杨老师求教，杨老师耐心解答了问题，并对她的行为及时给予表扬。经过多次这样的教学交往，晓玲学会了主动向老师请教问题。杨老师改变晓玲行为的方法属于（ ）。

- A. 强化法                      B. 自控法                      C. 脱敏法                      D. 放松法

2. 【2015 年上全国教资真题】高三学生小辉因一次模拟考试失败，就认定自己考不上理想中的大学，感觉前途无望。根据理性情绪疗法原理，小辉的这种不合理信念属于（ ）。

- A. 主观要求                      B. 相对比                      C. 糟糕至极                      D. 片面化

3. 【2017 年上全国教资真题】【简答题】简述学校心理辅导的原则。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
心理辅导的目标	了解	心理辅导的基本目标和高级目标分别是什么？
强化法的应用	掌握	强化法与行为塑造法如何区分？
系统脱敏法的应用	掌握	你能说出系统脱敏法的操作原理吗？
理性情绪疗法的应用	掌握	结合事例说明情绪 ABC 理论的原理。
消退法的应用	掌握	消退法的原理是什么？



### 【内容梳理】

#### 一、心理辅导的目标与途径

心理辅导是指心理辅导者与受辅导者之间建立起一种具有咨询功能的融洽关系，以帮助来访者正确认识自己，接纳自己，进而欣赏自己，并克服成长中的障碍，改变自己的不良意识和倾向，充分发挥个人潜能，迈向自我实现的过程。

心理辅导的目标有两个：一是学会调适，二是寻求发展。这两个目标中，学会调适是基本目标，以此为主要目标的心理辅导可称为调适性辅导；寻求发展是高级目标，以此为主要目标的心理辅导可称为发展性辅导。简言之，这两个目标也就是要引导学生达到基础层次的心理健康和高层次的心理健康。

在学校开展心理健康教育有以下几条途径：（1）开设心理健康教育有关课程；（2）开设心理辅导活动课；（3）在学科教学中渗透心理健康教育的内容；（4）结合班级、团队活动开展心理健康教育；（5）个别心理辅导或咨询；（6）小组辅导。

## 二、心理辅导的原则

要做好心理辅导工作，必须遵循以下基本原则：

1.面向全体学生原则。心理辅导是面向全体学生、为全体学生服务的，是为了促进学生整体素质的提高和个性的和谐发展。

2.预防与发展相结合原则。心理辅导既有预防功能，又有发展功能。预防功能是初级功能，发展功能则是高级功能，而两者的有机结合才能更好达到心理辅导的目的。

3.尊重与理解学生原则。尊重与理解学生是心理辅导最基本的条件，也就是要尊重学生的人格与尊严，尊重与理解学生的权利和选择。

4.学生主体性原则。在心理辅导中要承认和尊重学生的主体地位，激发和调动学生自我心理发展的自觉性和积极性，原因之一是学生自己是心理发展的主体。

5.个别化对待原则。学生有较大的差异性，因此，心理辅导要根据学生的心理特点，采取因材施教的方法，个别化地对待每个学生。

6.整体性发展原则。心理辅导应以发展的眼光看待学生的心理状况，教育活动必须立足于促进学生的心理发展，而不仅仅限于心理健康的一般问题。

在进行心理辅导时，不论采用何种方法，都必须以建立良好的辅导关系为前提。辅导教师与受辅导学生之间要建立起一种新型的、建设性的、具有辅导与治疗功能的人际关系，其主要特点是：积极关注、尊重、真诚与同感。同感是指辅导教师设身处地地去体会受辅导学生的内心感受，进入到他们的内心世界之中。

## 三、心理辅导的主要方法

### （一）行为改变的基本方法

#### 1.强化法

强化法是应用操作性条件反射原理，强化行为的改变是依据行为后果而定的，其目的在于矫正不良行为，训练与建立良好行为。

具体操作方法是：每当学生出现所期望的心理与目标行为，或者在一种符合要求的良好行为之后，采取奖励办法立刻强化，以增强此种行为出现的频率。

#### 2.惩罚法

惩罚的作用是消除不良行为。惩罚有两种：一是在不良行为出现后，呈现一个厌恶刺激（如否定评定、给予处分）；二是在不良行为出现时，撤销一个愉快刺激。

#### 3.消退法

通过停止对某不良行为的强化，从而使该行为逐渐消失的一种行为治疗方法。该方法包括两个特征：

一是行为之后停止维持该行为强化物的供给，二是该行为出现的频度要下降。

#### 4. 代币奖励法

代币是一种象征性强化物。筹码、小红星、盖章的卡片、特制的塑料币等都可作为代币。当学生做出所期待的良好行为后，教师发给数量相当的代币作为强化物。学生用代币可以兑换有实际价值的奖励物或活动。代币奖励的优点是：可使奖励的数量与学生良好行为的数量、质量相适应，代币不会像原始强化物那样产生“饱足”现象而使强化失效。

#### 5. 行为塑造法

行为塑造指通过不断强化逐渐趋近目标的反应，来形成某种较复杂的行为。

#### 6. 示范法

观察、模仿教师呈现的范例（榜样），是学生社会行为学习的重要方式。

#### 7. 自我控制法

当事人自己运用学习原理进行自我分析、自我监督、自我强化、自我惩罚，以改善自身行为。

### （二）行为演练的基本方法

#### 1. 全身松弛法

全身松弛法又称松弛训练，是通过改变肌肉紧张，减轻肌肉紧张引起的酸痛，以应付情绪上的紧张、不安、焦虑和气愤。

其要点是：训练者要学会接受自身生理状态的信息，辨认肌肉紧张、放松的感觉，对肌肉做“紧张——坚持——放松”的练习，从紧张与放松的感觉对比中学会放松；对全身多处肌肉按固定次序依次放松，每日练习，坚持不断。

#### 2. 系统脱敏法

系统脱敏的含义是，当某些人对某事物、某环境产生敏感反应（害怕、焦虑、不安）时，在当事人身上发展起一种不相容的反应，使对本来可引起敏感反应的事物，不再发生敏感反应。

系统脱敏法包括几个步骤：①建立焦虑刺激等级表。焦虑等级评定以受辅导学生主观感受为标准，排在最前面的是仅能引起最弱程度焦虑的刺激。②进行全身放松训练。③焦虑刺激与松弛活动相配合，即让来访者在肌肉松弛的情况下，从最低层次开始想象产生焦虑的情境，这样直到来访者能从想象情境转移到现实情境，并能在原引起恐惧的情境中保持放松状态，焦虑情绪不再出现为止。

#### 3. 肯定性训练

肯定性训练，也叫“自信训练”、“果敢训练”，其目的是促进个人在人际关系中公开表达自己真实情感和观点，维护自己权益也尊重别人权益，发展人的自我肯定行为。

自我肯定行为主要表现在三个方面：①请求：请求他人为自己做某事，以满足自己合理的需要；②拒绝：拒绝他人无理要求而又不伤害对方；③表达：真实地表达自己的意见和情感。

### （三）来访者中心疗法

来访者中心治疗是由美国心理学家罗杰斯创立的。

来访者中心疗法是通过为来访者创造无条件支持与鼓励的氛围使来访者能够深化自我认识、发现自我潜能并且回归本我，来访者通过改善“自我”或自我意识来充分发挥积极向上的、自我肯定的、自我

实现的和无限成长的潜力，以改变自我的适应不良行为，矫正自身的心理问题。其实质是帮助来访者去掉那些用于应付生活的面具，从而恢复真实的自我。

#### （四）理性情绪疗法

心理学家艾利斯提出理性情绪辅导方法，它是认知疗法的一种，因其采用了行为治疗的一些方法，故又被称之为认知行为疗法。理性情绪疗法的基本理论主要是 ABC 理论，这一理论又是建立在艾利斯对人的基本看法之上的。

艾利斯认为，人的情绪是由人的思想决定的，合理的观念导致健康的情绪，不合理的观念导致负向的、不稳定的情绪，即人的行为的 ABC 理论。

A：A 是指诱发性事件，即个体遇到的主要事实、行为、事件。

B：个体对 A 的信念、观点，即个体在遇到诱发事件之后相应而生的信念。

C：事件造成的情绪结果，即在特定情景下，个体的情绪及行为的结果。

人的情绪反应 C 是由 B（信念）直接决定的。可是许多人只注意 A 与 C 的关系，而忽略了 C 是由 B 造成的。B 如果是一个非理性的观念，就会造成负向情绪。

若要改善情绪状态，必须驳斥（D）非理性信念 B，建立新观念并获得正向的情绪效果（E）。这就是艾里斯理性情绪治疗的 ABCDE 步骤。

非合理信念的特征：①绝对化的要求；②过分概括化；③糟糕至极。

什么是绝对化的要求：指人们从自己的主观愿望出发，认为某一事情必定会发生或不会发生的信念。表现形式：这种信念通常与“必须如何”“应该如何”这类字眼联系在一起。比如“别人必须很好地对待我”，“别人应该理解我”等等。

什么是过分概括化：即以偏概全，以一概十，对自己或他人有不合理评价，稍有不足即认为一无是处、一钱不值。比如：某妻子怒骂丈夫：“如果这件小事你都办不好，你这个人就完了，我看你这辈子就这点出息了！”

什么是糟糕至极：这种观念认为如果发生了一件不好的事情，那将是非常可怕的、非常糟糕的，糟糕透了，是一场灭顶之灾。例如：高考如果失败，将非常可怕，一切都完了。

你能结合具体事例解释非理性信念的三方面特征吗？



## 本节自测

### 单项选择题

- （ ）是学生心理健康教育的主要场所。  
A.学校 B.家庭 C.社会 D.心理健康教育机构
- 在学校教育中开展心理辅导的基本目标是（ ）。  
A.学会调适 B.寻求发展 C.适应环境 D.调节自我
- 李苗过分害怕猫，教师先让她看猫的照片，谈论猫，再让她看笼子里的猫，并接近猫，最后让她摸猫、抱猫，消除对猫的恐惧反应。教师对该生所用的行为矫正方法是（ ）。  
A.理性情绪法 B.来访者中心疗法 C.消退法 D.系统脱敏法

4.根据斯金纳的操作条件反射原理而设计的培养和养成新反应或行为的一项行为治疗技术，即通过不断强化，逐渐趋近目标的反应来形成某种较复杂的行为的方法是（ ）。

A.示范法

B.处罚法

C.自我控制法

D.行为塑造法

## 第三节 压力与挫折



### 【真题再现】

1. 【2015 年上全国教资真题】小强高考落榜了，他经过认真总结，分析考试失利的原因，发现自己努力程度不够，决定继续努力，明年再考。小强这种对待挫折的方式是（ ）。  
A. 情绪宣泄 B. 精神升华 C. 行为补偿 D. 认知改变
2. 【2017 年上全国教资真题】小强期中考试失利，但是他没有气馁，而是认真地分析了失败的原因，找到了问题，确定了新的方向。小强这种对待挫折的方式是（ ）。  
A. 宣泄 B. 升华 C. 补偿 D. 认知重组
3. 【2015 年下全国教资真题】【简答题】简述压力产生的来源。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
压力源的种类	了解	用自己的话解释压力的四个来源。
压力调节的方法	识记	你是否能够运用相关调节方法调节自己的压力？
挫折应对的心理机制	掌握	结合自己说说曾经采用过的心理防御机制有哪些？



### 【内容梳理】

## 一、压力及压力源概述

### （一）压力的概念

压力指由于刺激引起的、伴有躯体机能以及心理活动改变的一种身心紧张状态。

### （二）压力源的种类

压力源即心理压力产生的原因，指具有威胁性或伤害性并因此带来压力感受的事件或环境。心理学家在研究中通过分析造成压力的各种生活事件，提出了四种类型的压力源：

#### 1. 躯体性压力源

躯体性压力源是指通过对人的躯体直接发生刺激作用而造成身心紧张状态的刺激物，包括物理的、化学的、生物的刺激物，如过高或过低的温度、微生物、变质食物、酸碱刺激等。

## 2. 心理性压力源

心理性压力源是指来自人们头脑中的紧张性信息，如心理冲突与挫折、不切实际的期望、不祥预感以及与工作责任有关的压力和紧张等。

## 3. 社会性压力源

社会性压力源主要指，造成个人生活方式上的变化，并要求人们对其做出调整和适应的情境与事件。社会性压力源包括个人生活中的变化，也包括社会生活中的重要事件。

## 4. 文化性压力源

文化性压力源最常见的是文化性迁移，即从一种语言环境或文化背景进入到另一种语言环境或文化背景中，使人面临全新的生活环境、陌生的风俗习惯和不同的生活方式，从而产生压力。

# 二、压力的调节方法

一般而言，应对压力的策略有两类：处理困扰与减轻不适感。处理困扰指直接改变压力来源；减轻不适感指不直接解决问题，而是调节自己，消解不良反应。具体来说，有如下几种方法：

1. 了解自己的能力和能力，制订切实可行的目标；
2. 劳逸结合，积极休息，培养业余兴趣爱好；
3. 加强体育锻炼，生活有规律，睡眠充足；
4. 建立和扩展良好社会支持系统，拥有朋友；
5. 积极面对人生，自信豁达，知足常乐，笑口常开；
6. 改变不合理观念，通过有意地改变自己的内部语言来改变不适应状况。

# 三、挫折的含义

挫折是个体的动机、愿望、需要和行为受到内部和外部因素阻碍的情境和相应的情感态度。

挫折具有挫折情境、挫折认知、挫折行为三方面的含义。

挫折情境，是指导致个体确定的目标不能实现的干扰事件或阻碍达到目的的行动条件以及情境等。

挫折认知，即对挫折情境的认识、态度、评价与解释状况，这是产生挫折和如何应对挫折的关键。

挫折反应，即伴随着挫折认知产生的情绪和行为反应。

# 四、挫折的应对

通过训练和有意识的辅导，帮助学生掌握积极适应挫折的方法和技术，使他们学会如何对挫折做出积极主动的适应是挫折教育不可忽视的内容。适应可分为消极适应和积极适应两方面。常见的积极适应方式有：理智的压抑、升华、补偿、幽默、合理宣泄、认知改组等。

以下是一些常见的心理防御机制：

(1) **理智的压抑**。这是一种成熟的适应方式，指当一个人的欲望、冲动或本能因不符合社会规范或要求而无法达到、满足或表现时，有意识地去压抑、控制、想办法延续其满足需要。

(2) **升华**。指心理欲望从社会不可接受的方向转向社会可接受的方向的过程。当一个人意识到自



己的某种欲望无法为自己接受、且与社会规范、伦理道德相悖时，为求得心理平衡，将其净化、提高，成为一种高尚的追求。

(3) **补偿**。指个人所追求的目标、理想受到挫折，或由于本身的某种缺陷而达不到既定目标时，用另一种目标来代替或通过另一种活动来弥补，从而减轻心理上的不适感。

(4) **幽默**。指个体遇到挫折、处境困难或尴尬时，用一种机智、双关、讽喻、诙谐、自嘲等语言、动作的良性刺激，来化解困难，以摆脱内心的失衡状态。

(5) **宣泄**。指通过创设一种情景，使受挫者能自由抒发受压抑的情绪。遇到挫折、失败，最好是一吐为快，想办法把内心的不满、不愉快的情感宣泄出来。

(6) **行为转移**。转移注意力，暂时摆脱烦恼。如“做另一件有意义的事来忘掉它”，“想些高兴的事自我安慰”等。

补偿和行为转移的区别是什么？

(7) **认同**。指一个人以各种各样的方式去建立与另一个人、一个团体或一个目标的同一性。就是把别人具有的使自己感到羡慕的品质加在自己头上，或是将自己与所崇拜的人视为一体，以提高自己的信心、声望、地位，从而减轻挫折感。

(8) **认知改变**。主体对挫折情景的认知评价如何，直接影响挫折感的产生。比如高考落榜是考生产生挫折的情景，如果改变对高考落榜严重性的认识，看到上大学并非惟一成才之路，通过自修下一年再考也不迟。这样就可以减轻挫折感。这种对挫折情景的重新认识与评价，称为认知改变，也叫认知改组或认知重组。



## 本节自测

### 单项选择题

1. 由于刺激引起的、伴有躯体机能以及心理活动改变的一种身心紧张状态是（ ）。

- A. 焦虑                      B. 强迫症                      C. 压力                      D. 条件反射

2. 某中学生把对他人的愤怒和不满写进日记；有时干脆痛哭一场，用眼泪冲走悲痛或委屈。这种对待挫折的方式是（ ）。

- A. 认知改组                      B. 行为补偿                      C. 合理宣泄                      D. 理智压抑

3. 一个学生在家做作业，听到电视里正在播放自己最爱看的节目，就算特别想看电视，可是一想，作业还没有做完，于是，强迫自己集中注意做完作业，然后再看电视，得到满足。这种对待挫折的方式是（ ）。

- A. 行为补偿                      B. 理智压抑                      C. 情感升华                      D. 认知改变



## 能力提升

### 一、单项选择题

1. 恐怖症是对特定的无实在危害的事物与场景的（ ）。

- A. 严重惧怕                      B. 原因不明地惧怕                      C. 非理性惧怕                      D. 持久性地惧怕

2.关于考试焦虑症的处理，以下哪种说法是不正确的？（ ）

- A.考试焦虑症必要时可以心理治疗配合抗焦虑的药物来处理
- B.学业压力和考试焦虑会形成恶性循环，令考试焦虑症越来越严重
- C.考试焦虑症只要处理好学生的心态和观念就可以
- D.系统脱敏法是治疗考试焦虑症的方法之一

3.小王总是怀疑自己家的门没有上锁，因此常常要反复检查，它的这种行为属于（ ）。

- A.焦虑症
- B.强迫症
- C.恐怖症
- D.压力

4.以持久性的心境低落为特征的神经症是（ ）。

- A.焦虑症
- B.抑郁症
- C.强迫症
- D.恐怖症

5.在充分放松的情况下，让学生逐渐接近所惧怕的事物，或逐渐提高其对所恐惧的事物的刺激强度，使其对惧怕的事物的敏感性逐渐减轻，直至完全消失的心理治疗方法是（ ）。

- A.强化法
- B.系统脱敏法
- C.惩罚法
- D.理性情绪法

## 二、简答题

1.简述中学生网瘾常用的心理干预疗法。

2.学校开展心理健康教育的基本途径。

## 第七章 中学德育

### 第一节 中学生品德心理与发展



#### 【真题再现】

1. 【2014 年上全国教资真题】刘老师与学生一起讨论“网络谣言”的危害，形成了“拒绝网络谣言”的共识，共同提出相应的具体要求并被全班同学所认可。这种品德培养方法属于（ ）。

- A. 有效说服                      B. 树立榜样                      C. 群体约定                      D. 价值辨析

2. 【2014 年下全国教资真题】【辨析题】有什么样的道德认识，就一定有什么样的道德行为。



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
品德心理结构	识记	德育的四要素是什么？
品德形成的一般过程	理解	简述品德形成的一般过程？并叙说三阶段的区别。
影响品德形成的因素	识记	判断认知失调、社会群体、态度定势、学校教育分别属于内部因素还是外部因素？



#### 【内容梳理】

### 一、品德概述

#### （一）品德的含义

品德是道德品质的简称，是个体依据一定的社会道德准则

品德、道德、德育是一样的吗？

在行动中表现出来的稳定的心理特征和倾向。品德不仅反映了人的社会性，是个体在社会生活中，将外在的社会规范转化为个体的内在需要的结果，是社会道德在个人身上的具体表现；而且品德具有相对稳定性，是一个人认识与行为的统一，是人的一贯行为表现。

品德与道德是两个既相联系又有区别的概念。道德是由社会舆论和个人内在信念系统支持或驱使的行为规范的综合。道德是社会现象，是以社会舆论的力量来调整人们之间相互关系的各种行为规范和准则；而品德是个体现象，是人对社会道德的主观反映，是自主调控的行为表现。

## （二）品德的心理结构

一般来说，品德主要是由道德认识、道德情感、道德意志和道德行为四种心理成分构成的。

道德认识、情感、意志、行为的作用分别是什么？道德认识和道德行为永远一致吗？

### 1.道德认识

道德认识是人们对道德规范及其执行意义的认识，是个体品德的核心部分。它主要是指一个人面对矛盾冲突的情境能自觉地意识到是非善恶，进而能就行动作出缜密的抉择。

### 2.道德情感

道德情感就是伴随着道德认识而出现的一种内心体验。一般地说，在现实生活中的各种事件或是他人、个人的行为，凡是符合自己的认识或自己所维护的道德观念时，就会产生积极的情绪体验，否则就会产生消极的情绪体验。

### 3.道德意志

道德意志是一个自觉地调节行为，克服困难，以实现一定道德目的的心理过程，通常表现为一个人的信心、决心和恒心。意志行动过程包括：头脑中产生各种可供选择的行动方案；预测各种行动方案的结果；衡量行动后的利弊得失；按自己的决定行动；现实生活中结果的出现；接受行为结果的反馈；反馈影响心理结构。

### 4.道德行为

道德行为是在道德认识和道德情感的推动下，表现出来的对他人或社会具有一定道德意义的实际行为。道德行为是衡量品德的重要标志。看一个学生的品德，主要不是看他认识到什么，而是看他是否言行一致。

## （三）品德形成的一般过程

依从、认同、内化的区别点是什么？

### 1.依从

依从包括从众和服从两种。从众是指人们对于某种行为要求的依据或必要性缺乏认识与体验而跟随他人行动的现象。服从是指在权威命令、社会舆论或群体气氛的压力下，放弃自己的意见而采取与大多数人一致的行为。

依从阶段的行为具有盲目性、被动性、不稳定性，随情境的变化而变化。行为受外界的压力，而不是内在的需要。

### 2.认同

认同是在思想、情感、态度和行为上主动接受他人的影响，使自己的态度和行为与他人相接近。认同实质上就是对榜样的模仿，其出发点就是试图与榜样一致。这一阶段的学生行为具有一定的自觉性、主动性和稳定性等特点。

### 3.内化

内化指在思想观点上与他人的思想观点一致。将自己所认同的思想和自己原有的观点、信念融为一体，构成一个完整的价值体系。

在内化阶段，个体的行为具有高度的自觉性和主动性，并具有坚定性，表现为“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”。此时，稳定的品德即形成了。

## 二、中学生品德发展的特点

### （一）伦理道德发展具有自律性，品德心理中自我意识成分明显

在整个中学阶段，学生的品德迅速发展，处于伦理形成时期。伦理是人与人之间关系以及必须遵守的行为准则，它是道德关系的概括，伦理道德是道德发展的最高阶段。同时，中学时期学生的自我意识发展迅速，从仿效他人的评价发展到独立进行道德评价，品德心理中自我意识成分明显。

#### 1.形成道德信念与道德理想，道德信念在道德动机中占据相当地位

从品德心理形成的过程来看，中学生对于道德知识的理解水平逐步深化，道德观念也向稳定性发展，逐步形成比较明确的道德信念与道德理想。

#### 2.学生道德信念的形成要经历一个长期的阶段，表现出阶段性

- （1）道德信念的准备时期，大约在 10 岁以前；
- （2）道德信念萌发期，大约在 10 到 15 岁；
- （3）道德信念确定期，大约在 15 岁以后。

#### 3.道德行为习惯逐步巩固

中学阶段是人一生中道德行为习惯形成的关键时期。中学生已经基本形成了与道德伦理相一致、较稳定的道德习惯。

#### 4.品德结构更加完善

中学生的道德认识、道德情感与道德行为三者相互协调，形成了一个较为完善的动态结构，使他们不仅按照自己的道德准则去行动，而且也逐渐成为稳定的个性心理结构的一部分。

### （二）品德发展由动荡向成熟过渡

#### 1.初中阶段品德发展具有动荡性

初中生道德动机的多变性与稳定性交织在一起，以多变性为主，随年龄增长，总的趋势是向稳定性发展，多变性减少。初中生在活动中，容易被“诱因”引起的欲望所驱使，道德动机简单，情境性动机、情绪性动机、兴奋性动机突出，动机容易发生变化。随着社会化水平提高，理智性动机发展，兴趣趋向稳定，道德动机向稳定性发展。品德不良、违法犯罪多发生在这个时期。根据研究，**初二年级**是品德发展的关键期。

#### 2.高中阶段品德发展趋向成熟

高中阶段或青年初期的品德发展进入了以自律为主要形式、应用道德信念来调节道德行为的成熟时期，表现在能自觉地应用一定的道德观点、信念来调节行为，并初步形成人生观和世界观。

## 三、影响品德发展的因素

### （一）外部条件

#### 1.家庭教养方式

若家庭教养方式是民主、信任、容忍的，则有助于儿童的优良态度与品德的形成与发展。若家长对待子女过分严格或放任，则儿童更容易产生不良的、敌对的行为。

## 2. 社会风气

社会风气由社会舆论、大众媒介传播的信息、各种榜样的作用等构成。作为社会的成员，学生不可能与社会隔绝，也无力控制、净化社会环境，再加上自身的选择、判断能力有限，因此，社会上的良好与不良的风气都有可能影响其道德信念与道德价值观的形成。这也使得德育工作难度更大。

## 3. 同伴群体

归属于某一个团体的需要是个体的一种基本需要，因此，正式的班集体、非正式的小团体等对学生都具有一定的吸引力，他们试图使自己的言行态度与同伴群体保持一致，以得到同伴群体的接纳和认可。可以说，学生的态度与道德行为在很大程度上受到他们所归属的同伴群体的行为准则和风气影响。

## 4. 学校教育

学校里在群体成员中占优势的言语倾向和作用，即校风和班风对学生起着潜移默化的影响。此外，教师的模范作用、学校的德育课程和各科教学都会对学生的品德发展产生系统、深刻而多方面的影响。

# （二）内部条件

## 1. 认知失调

人类具有一种维持平衡和一致性的需要，即力求维持自己的观点、信念的一致，以保持心理平衡。当认知不平衡或不协调时，比如，新出现的事物与自己原有的经验不一致，或者自己的观点与他人的、社会的观点或风气不一致等，内心就会有不愉快或紧张的感受，个体就试图通过改变自己的观点或信念，以达到新的平衡。可以说，**认知失调是态度改变的先决条件。**

## 2. 态度定势

个体由于过去的经验，对所面临的人或事可能会具有某种肯定或否定、趋向或回避、喜好或厌恶等内心倾向性，这种事先的心理准备或态度定势常常支配着人对事物的预期与评价，进而影响人是否接受有关的信息和接受的量。

## 3. 道德认识

态度、品德的形成与改变取决于个体头脑中已有的道德准则和规范的理解水平及掌握程度，取决于已有的道德判断水平。实施道德教育时，不应只注意道德教育的形式，进行道德说教，而应结合学生的实际生活和切身体验，晓之以理。

此外，个体的智力水平、受教育程度、年龄等因素也对态度与品德的形成与改变有不同程度的影响。

# 四、促进中学生形成良好品德的方法

## （一）有效的说服

教师经常应用言语来说服学生改变态度，在说服的过程中，教师要向学生提供某些证据或信息，以支持或改变学生的态度。

试着把良好品德形成的方法与德育方法相互整合！

教师的说服不仅要以理服人，还要以情动人。一般而言，说服开始时，富于情感色彩的说服内容容易引起兴趣，然后再用充分的材料进行说理论证，比较容易产生稳定的、长期的说服效果。对于低年级的学生来说，情感因素作用更大些、通过说服也可以引发学生产生某些负向的情绪体验，如恐惧、焦虑等，这对于改变作弊、吸烟、酗酒等简单的态度有一定的效果。

## （二）树立良好的榜样

由于榜样在观察学习中的重要作用，因此，给学生呈现榜样时，应考虑到榜样的年龄、性别、兴趣爱好、社会背景等特点，以尽量与学生相似，这样可以使学生产生可接近感，避免产生高不可攀或望尘莫及之感。另外，给学生呈现受人尊敬、地位较高、能力较强且具有吸引力的榜样，这样的榜样具有感染力和可信性，使学生产生情感共鸣，也容易成为学生向往的、追随的对象，激发学生产生见贤思齐的上进心，希望通过学习这样的榜样来发展自我、完善自我。

## （三）利用群体约定

研究发现，经集体成员共同讨论决定的规则、协定，对其成员有一定的约束力，使成员承担执行的责任。一旦某成员出现越轨或违反约定的行为，则会受到其他成员的有形或无形的压力，迫使其改变态度。教师则可以利用集体讨论后作出集体约定的方法，来改变学生的态度。

## （四）给予恰当的奖励与惩罚

奖励和惩罚作为外部的调控手段，不仅影响着认知、技能或策略的学习，而且对个体的态度与品德的形成也起到一定的作用。

奖励有物质的（如奖品），也有精神的（如言语鼓励）；有内部的（如自豪、满足感），也有外部的。给予奖励时，首先要选择、确定可以得到奖励的道德行为。一般来讲，应奖励爱护公物、拾金不昧、尊老爱幼等一些具体的道德行为，而不是奖励一些概括性的行为。其次，应选择、给予恰当的奖励物。同一种奖励物，其效用可能因人而异，应考虑个体的实际情况，选用最有效的奖励物。再次，应强调内部奖励。外部的物质奖励只是权宜之计，不可过多使用。应引导学生进行自我强化，让学生亲身体验做出道德行为后的愉快感、自豪感、欣慰感，以此转化为产生道德行为的持久的内部动力。

从抑制不良行为的角度来看，惩罚还是有必要的，也是有助于良好的态度与品德形成的。当不良行为出现时，可以用两种惩罚方式，一是给予某种厌恶刺激。如批评、处分、舆论谴责等；二是取消个体喜爱的刺激或剥夺某种特权等，如不许参加某种娱乐性活动。应严格避免体罚或变相体罚，否则将损害学生的自尊，或导致更严重的不良行为，如攻击性行为。惩罚不是最终目的。给予惩罚时，教师应让学生认识到惩罚与错误行为的关系，使学生心悦诚服，同时还要给学生指明改正的方向，或提供正确的、可替代的行为。

## （五）价值辨析

价值辨析是指引导个体利用理性思维和情绪体验来检查自己的行为模式，努力去发现自身的价值观并指导自己的道德行动。在价值观辨析的过程中，教师引导学生利用理性思维和情绪体验来检查自己的行为模式，鼓励他们努力去发现自身的价值，并根据自己的价值选择来行事。



# 本节自测

### 一、单项选择题

- 1.与依从相比，认同更深入一层，它不受外界压力控制，行为具有一定的（ ）。

A.自觉性、主动性和稳定性

B.积极

C.适应性和社会性

D.内化性和意志性

2.在思想观点上与他人的思想观点一致，将自己所认同的思想和自己原有的观点、信念融为一体，构成一个完整的价值体系称之为（ ）。

A.模仿

B.从众

C.认同

D.内化

3.认同是在思想、情感、行为 and 态度上主动接受他人的影响，使自己的态度和行为（ ）。

A.与他人基本相同

B.与大家保持一致

C.被他人认可

D.与他人相接近

4.一个人的对人、对己、对事的态度是（ ）。

A.与生俱来的

B.在先天因素基础上形成的

C.是遗传得来的

D.通过学习而形成的

## 二、辨析题

在教育实践中要多使用奖励，而尽量少用惩罚。



## 第二节 道德发展理论



### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】中学生小张认为遵守交通法规是人人应尽的责任与任务。根据柯尔伯格的道德发展阶段理论，小张的道德判断处于（ ）。

- A. 惩罚服从趋向 B. 相对功利趋向  
C. 寻求认可趋向 D. 社会契约趋向

2. 【2016 年下全国教资真题】小华认为，法律或道德是一种社会契约，为维护社会公正，每个人都必须履行自己的权利和义务，但同时他又认为，契约可根据需要而改变，使之更符合大众权益。根据柯尔伯格的道德发展理论，小华的道德判断处于（ ）。

- A. 前习俗水平 B. 习俗水平 C. 后习俗水平 D. 超习俗水平

3. 【2017 年上全国教资真题】小星判断道德问题时，不仅能依据规则，而且能出于同情和关心做出判断。根据皮亚杰道德认知发展理论，小星的道德认知发展处于（ ）。

- A. 自我中心阶段 B. 权威阶段 C. 可逆阶段 D. 公正阶段



### 【学习目标】

考点	目标	自测
皮亚杰道德发展阶段	理解	甲同学打破了 1 个玻璃，乙同学打破了 10 个玻璃杯，处于自律阶段的儿童会认为谁的错误更大？
科尔伯格道德发展阶段	理解	社会契约定向阶段的部分儿童会赞成偷药，为什么？



### 【内容梳理】

## 一、皮亚杰道德发展阶段论

皮亚杰对于儿童道德发展的研究主要集中在儿童道德情感与道德判断两个方面。皮亚杰通过观察儿童的活动，用编造对偶故事同儿童交谈，考察儿童关于公正、责任、欺骗、奖励等道德发展问题，得出了三大研究成果，写成《儿童的道德判断》一书。

1. **自我中心阶段（2-5 岁）**：无道德规则阶段，规则对儿童没有约束力。这时期儿童还不能把自己同外在环境区别开来，而把外在环境看作是他自身的延伸。规则对他来说不具有约束力。皮亚杰认为儿童在 5 岁以前还是“无律期”，顾不得人我关系，而是以“自我中心”来考虑问题。

2. **权威阶段（5-8 岁）**：又称他律道德阶段，该时期的儿童服从外部规则，

权威阶段和可逆性阶段有啥异同？并举例说明！

接受权威指定的规范，把人们规定的准则看作是固定的、不可变更的，而且只根据行为后果来判断对错。

**3.可逆性阶段（8-10岁）：**自律道德的开始阶段，开始按照内在标准进行道德判断，认为道德是可以修改的，即不单纯服从权威，也不机械地遵守规则，要求平等。儿童一般都形成了这样的概念：如果所有的人都同意的话，规则是可以改变的。儿童已经意识到一种同伴间的社会关系，应当相互尊重。准则对他们来说已具有一种保证他们相互行动、互惠的可逆特征。同伴间的可逆关系的出现，标志着品德由他律开始进入自律阶段。这一时期也称作自律期，也就是自主期。道德发展到这个时期，不再无条件地服从权威。当然这个时期判断还是不成熟的，要到十一二岁后才能独立判断。有人称该时期为道德相对主义或合作的道德。

**4.公正阶段（10-12岁）：**倾向于主持公道、平等，体验到公正、平等应该符合每个人的特殊情况。他们开始倾向于主持公正、平等。公正的奖惩不能是千篇一律的，应根据各个人的具体情况进行。

皮亚杰认为，品德发展的阶段不是绝对孤立的，而是连续发展的。儿童品德的发展是一个连续的统一体，应用时加以界说只是为了研究的方便，并不表明发展的连续统一体的中断。

试比较遵守法规和秩序阶段与社会契约阶段有何异同？

## 二、科尔伯格的道德发展阶段论

科尔伯格提出道德发展阶段论，采用“道德两难故事法”，让儿童对道德两难问题作出判断。科尔伯格将道德判断分为三个水平，每一水平包括两个阶段，六个阶段依照由低到高的层次发展。

三水平	六阶段	含义
前习俗水平（10岁以下）	惩罚与服从定向阶段	他们服从权威或规则只是为了避免惩罚，认为受赞扬的行为就是好的，受惩罚的行为就是坏的。他们还没有真正的道德概念。
	相对功利取向阶段	这一阶段的儿童道德价值来自对自己需要的满足，他们不再把规则看成是绝对的、固定不变的，评定行为的好坏主要看是否符合自己的利益。
习俗水平（10-20岁）	寻求认可定向阶段也称“好孩子”定向阶段	处于该阶段的儿童，个体的道德价值以人际关系的和谐为导向，顺从传统的要求，符合大家的意见，谋求大家的赞赏和认可。总是考虑到他人和社会对“好孩子”的要求，并总是尽量按这种要求去思考。他们认为好的行为是使人喜欢或被人赞赏的行为。
	遵守法规和秩序定向阶段	处于该阶段的儿童其道德价值以服从权威为导向，他们服从社会规范，遵守公共秩序，尊重法律的权威，以法制观念判断是非，知法懂法。认为准则和法律是维护社会秩序的。因此，应当遵循权威和有关规范去行动。
后习俗水平（20岁以上）	社会契约定向阶段	处于这一水平阶段的人认为法律和规范是大家商定的，是一种社会契约。他们看重法律的效力，认为法律可以帮助人维持公正。但同时认为契约和法律的规定并不是绝对的，可以应大多数人的要求而改变。在强调按契约和法律的规定享受权利的同时，认识到个人应尽义务和责任的重要性。
	普遍伦理定向阶段也称原则或良心定向阶段	这是进行道德判断的最高阶段，表现为能以公正、平等、尊严这些最一般的原则为标准进行思考。在根据自己选择的原则进行某些活动时。认为只要动机是好的，行为就是正确的。在这个阶段上，他们认为人类普遍的道义高于一切。

### 考点延伸

#### 道德两难故事——“海因茨偷药的故事”

这个故事的大意是：欧洲有一位妇女患了癌症，生命危在旦夕。医生告诉她的丈夫海因茨，只有本城一个药剂师最近发明的一种药可以救他的妻子。但该药价钱十分昂贵，要卖到成本价的十倍。海因茨四处求人，尽全力也只借到了购药所需钱数的一半。万般无奈之下，海因茨只得请求药剂师便宜一点儿卖给他，或允许他赊账。但药剂师坚决不答应他的请求，并说他发明这种药就是为了赚钱。海因茨在走投无路的情况下，为了挽救妻子的生命，在夜间闯入药店偷了药，治好了妻子的病。但海因茨因此被警察抓了起来。



## 本节自测

### 单项选择题

- 科尔伯格道德判断发展的最高阶段是（ ）。  
A.寻求认可取向阶段 B.遵守法规取向阶段  
C.社会契约取向阶段 D.普遍伦理取向阶段
- 道德认知是儿童社会认知发展的重要内容；将儿童道德认知分为三个水平和六个阶段的研究者是（ ）。  
A.维果斯基 B.皮亚杰 C.科尔伯格 D.奥苏贝尔
- “儿童对父母和权威表现出尊重与顺从，或者把成人的规则看成是不变的”，这一阶段称为（ ）。  
A.自我中心阶段 B.他律阶段 C.自律阶段 D.公正阶段
- “他们看重法律的效力，认为法律可以帮助人维持公正。”这一年龄阶段处于科尔伯格道德发展阶段论的（ ）。  
A.前习俗水平 B.后习俗水平 C.习俗水平 D.公正道德阶段
- 科尔伯格研究道德的方法是（ ）。  
A.情景故事法 B.道德两难故事法  
C.道德故事法 D.示范榜样法
- 小青常在课堂上玩手机，小娜提醒小青学校规定课堂上不能玩手机，可小青不听，因此小娜认为小青不是好学生。根据科尔伯格道德发展理论，小娜的道德发展处于哪一阶段？（ ）。  
A.惩罚和服从 B.相对功利 C.遵守法规 D.道德伦理
- 方雨认为社会法制应符合社会大众权益，当它不符合时就应修改，据科尔伯格理论，他处于道德发展的哪个阶段（ ）。  
A.服从与惩罚 B.社会契约 C.维护权威 D.普遍伦理

## 第三节 德育工作



### 【真题再现】

【2014 年上全国教资真题】【辨析题】德育就是培养学生道德品质的教育。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
德育的内容	识记	思想品德素质的内容包括哪些？
新时期德育新主题	了解	三生教育包括哪些？



### 【内容梳理】

## 一、德育的涵义

广义的德育泛指所有有目的、有计划地对社会成员在政治、思想与道德等方面施加影响的活动，包括社会德育、社区德育、学校德育和家庭德育等方面。

狭义的德育则指学校德育。学校德育是指教育者依据一定社会或阶级的要求和受教育者思想品德形成规律，有目的、有计划地对受教育者施加系统的影响，把一定社会的思想和道德转化为学生个体的思想意识和道德品质的教育。

新时期学生的思想品德素质的内容应该包括政治、思想、道德和民主法制四个方面。

1. 政治素质：主要包括正确的立场、观点、态度、信念、理想等要素。

2. 思想素质：主要指思想认识和思想方法。包括科学的世界观、正确的人生观、健康的价值观以及现代公民意识（主体意识、群体意识、竞争意识、合作意识、信息意识、环保意识、创新意识和法制意识）。

3. 道德素质：现阶段我国对青少年的道德素质要求是以为人民服务为核心，以集体主义为原则，以宪法规定的“五爱”为基本，包括家庭伦理道德、社会公德、职业道德及传统美德。

4. 法制素质：我国现阶段对学生进行的社会主义法制观点教育主要包括社会主义民主、社会主义法制和纪律的教育。

其中，**政治教育是方向，思想教育是基础，道德品质教育是核心，法制教育是保障**，它们共同塑造完整、健全的新人。

## 二、德育的基本内容

**1.爱国主义教育和国际主义教育：**爱国主义教育是以激发爱国情感，树立民族自尊心和自豪感为核心内容的，也包括热爱中国共产党和社会主义的教育。同时，应将爱国主义教育同增进世界和平的国际主义教育相结合，以维护人类共同利益为目标。

**2.理想教育：**理想是人奋斗的目标，是人们对未来的憧憬、向往和追求。理想是历史中继承下来的、大众认可的思想主张和行为习惯。理想教育重在让学生心中有明天，传统教育则在于使学生不忘昨天。二者结合，给学生以使命感，不断努力超越自我。

**3.集体主义教育：**基本内容为教育学生要热爱集体，维护集体利益的教育，服从集体决定，遵守集体规则。核心内容是教育学生正确认识和处理好个人与集体的关系。

**4.劳动教育：**教育学生认识劳动有脑力劳动和体力劳动之分，掌握各种基本劳动技能，养成积极探索、勤于动手的习惯，要求具有热爱劳动、尊重劳动、劳动者及劳动成果的素养。

**5.法制与纪律教育：**重在教育学生熟知现代社会中合格公民应遵守的基本法律，以及我国中小学生在学校学习生活中的校规校纪，认清权利与义务、民主与集中、自由与纪律的关系，确立法律意识，养成遵纪守法的习惯。

**6.辩证唯物主义世界观和人生观教育：**这是德育内容的最高层次，教育学生正确地认识人生、规划人生，在协调人与人、人与社会、人与自然的联系时，能以历史唯物主义和辩证唯物主义为指导，确立正确的人生目的、人生态度、人生价值取向，选择正确的路径，不断提升并实现人生的价值。

## 三、新时期德育发展的新主题

### （一）生命教育

#### 1.生命教育的含义

生命教育有广义与狭义两种：狭义的生命教育指的是对生命本身的关注，包括个人与他人的生命，进而扩展到一切自然生命。广义的生命教育是一种全人的教育，它不仅包括对生命的关注，而且包括对生存能力的培养和生命价值的提升。

#### 2.生命教育的意义

##### （1）开展生命教育是整体提升国民素质的基本要求

在中小学大力开展生命教育，有利于提高广大青少年学生的生存技能和生命质量，激发他们树立为祖国的繁荣富强而努力学习、奋发成才的志向；有利于将中华民族坚韧不拔的意志熔铸在青少年学生的精神中，培养他们勇敢、自信、坚强的品格；有利于提高广大青少年学生的国际竞争意识，增强他们在国际化开放性环境中的应对能力。

##### （2）开展生命教育是社会环境发展变化的迫切要求

经济全球化和文化多元化的发展趋势，现代科技和信息技术的飞速发展，迫切需要培养青少年形成科学的生命观，进而为学生树立正确的世界观、人生观和价值观奠定基础。

##### （3）开展生命教育是促进青少年学生身心健康成长的必要条件

学生生理发展过程中出现的困惑常常得不到及时指导，对无法预料且时有发生隐性伤害往往难于

应对，导致一些学生产生心理脆弱、思想困惑、行为失控等现象。因此，需要积极引导科学理解生理、心理发展的规律，正确认识生命现象和生命的意义。

#### （4）开展生命教育是家庭教育的重要职责

家庭教育是生命教育必不可少的环节和重要组成部分。现代化进程的迅速推进，使家庭教育面临着新的挑战，家庭教育还存在和青少年成长需要不相适应的方面，迫切需要引导家庭开展科学、正确的生命教育。

#### （5）开展生命教育是现代学校教育发展的必然要求

必须加快学校教育的改革，从生理、心理和伦理等方面对学生进行全面、系统、科学的生命教育，引导学生善待生命，帮助学生完善人格、健康成长。

### 3.生命教育的基本途径

生命教育应该渗透到学校所有教育教学活动中。主要采用六条途径来开展：学科教学、专题教育、课外活动、校园文化、家庭教育和社会教育。

#### （1）学科教学中渗透生命教育

在显性学科如自然、社会、思想品德、体育、健康教育等，开展生命知识和生命伦理的教育。

在隐性学科如地理、生物、语文、音乐、美术等挖掘生命教育的元素，有机融入生命教育。

#### （2）专题教育中融合生命教育

在学校开展的青春期教育、心理教育、安全教育、健康教育、环境教育、法制教育、禁毒和预防艾滋病教育等专题教育中，全面融合生命教育，从关爱生命的视角将我们进行的各种教育内容进行整合，将科学精神和人文精神相结合，赋予各种教育和管理以人文关怀。

#### （3）课外活动中实践生命教育

课外活动主要是指利用德育活动课、节日活动、纪念活动、仪式活动、社会实践等来实践生命教育。其中德育活动课是实施生命教育的主要渠道。通过德育活动课，让学生在活动中掌握生命知识，从而形成正确的生命意识、生命态度。

#### （4）教师培训是生命教育的关键

即教师要有强烈的生命教育意识和有效实施生命教育的能力。学校可采取集体培训与个人自学、实践中探索相结合的方法。

#### （5）家庭、社会教育是生命教育的扩展空间

生命教育是一项全社会的系统工程，要取得满意的成效离不开社会的支持系统，如良好的家庭关系、和睦的邻里交往、融洽的社区氛围、积极向上的社会风气等。

总之，在探索生命教育的过程中，应充分发挥各条途径的作用，有机整合生命教育资源，构建包括学校、家庭、社会、自我四个教育支点在内的综合教育体系。

## （二）生活教育

### 1.生活教育的含义

生活教育是帮助学生获得生活常识、掌握生活技能、确立生活目标、实践生活过程、获得生活体验、树立正确生活观念、追求幸福生活的教育。

## 2.生活教育的意义

### (1) 生活教育是学校教育的重要组成部分

现在有部分中学生对生活常识、生活技能等相关知识极度缺乏，还有部分中学生没有形成正确的消费观，休闲观等。这些都要求生活教育成为学校教育的重要组成部分，以帮助学生获得相关生活常识、技能、理念等。

### (2) 开展生活教育是家庭教育的重要职责

生活教育不仅需要学校教育的参与，更需要家庭教育的参与，开展生活教育应成为家庭教育的重要组成部分。家庭是个体生存和生活的小环境，在家庭中进行社会教育具有天然的优势，可以随时随地开展生活教育。

### (3) 开展生活教育对个体发展有重要意义

生活教育是个体生活的基础，只有获得生活知识、技能，才能进行生活；而生活体验、生活观念等对个体的幸福生活有重要的意义。

## 3.学校生活教育的途径和方式

学校教育更应在教育发展中做出贡献，在学校教育中体现“生活教育”，首先，从职业和生涯规划指导中，体现生活教育的内容，为以后的生活做准备。其次，通过学校实践的活动，以及教学内容的“知行统一”，在行动中实现教育为生活质量提高之内容。

根据课堂生活、课余生活、校外生活不同特点和现代社会生活的不同要求，可采取多种活动方式，充分利用生活的各个场所，有力发挥生活这种教育手段，有效达到现代教育目标。

### (1) 探究型活动方式

学生大量的时间是在课堂上度过的，改进课堂教学方式，提高课堂效率，就是促进学生的课堂生活质量。一般要求是：有目的地选择重演和再现的内容；通过设疑提问或借助现代教育技术，创造探究和发现的情境；帮助组织小群体、提供优结构的材料；鼓励运用多种方式完成发现；指导学生进行科学加工。开设研究性课程，让学生自己选题、设计方案、实施研究、撰写结题报告或论文。

### (2) 交往型活动方式

组织各种学习小组、研究小组、实践小队，不仅鼓励进行小群体内相互交流、共同协作，而且安排他们走出校门，深入社会访问调查。通过主题班会、联欢晚会、演讲和辩论比赛，增强学生自由准确地表达，和谐愉快地交往。

### (3) 体验型活动方式

体验是人类的一种心理感受，与个体生活经历有着密切的关系。学校以体验学习、体验劳动、体验爱心、体验道德为主线，开展多种多样的体验生活。在课堂生活中，倡导体验学习，并努力引导学生主动体验，调动学生情感、知觉、思维、注意等一系列心理功能。课余体验劳动，主要有：校内执勤、保卫、搞卫生、种树、清除操场，可以让学生干的活，尽量让学生干。

### (4) 创造型活动方式

一方面要求教师在课堂上通过材料组织、情景创设、问题设计，努力激发学生的创造性思维，开展创造性活动。另一方面，组织大型的文化艺术节，为学生体验创造生活，展示个性特长搭建广阔舞台。

### （三）生存教育

#### 1.生存教育的含义

生存教育就是通过开展一系列与生命保护和社会生存有关的教育活动和社会实践活动，向受教育者系统传授生存的知识和经验，有目的、有计划地培养学生的生存意识、生存能力和生存态度，树立科学的生存价值观，从而促进个性自由全面健康发展，实现人与自然的和谐统一的过程。

#### 2.生存教育的教育意义

##### （1）生存教育是适应全面发展教育目的的重要组成部分

从生存教育的内涵意义上来说，生存教育即是培养个人生存、生活、发展之学生为本的教育目的，也是培养个人适应社会，适应社会发展中对个人能力、素质方面需求的要求。从教育的目的看，生存教育是全面教育目的的发展和重要组成部分，适应现今全面教育的目的需求理念。

##### （2）有助于培养学生正确的生存观念

通过生存教育，帮助学生学习生存知识，掌握生存技能，保护生存环境，强化生存意志，把握生存规律，提高生存的适应能力和创造能力，树立正确生存观念。

##### （3）有助于学生提高生存能力

通过生存教育，帮助学生把握生存规律，学会判断和选择正确的生存方式，学会应对生存危机和摆脱生存困境，善待生存挫折，形成一定的劳动能力，能够合法、高效和较好地解决安身立命的问题。

#### 3.生存教育的基本途径

生存教育要以家庭教育为基础，学校教育为主干，社会教育为保障，通过专题式教育和渗透式教育两大类途径来实施。

专题式教育可分为组织开展以生存教育为主题的专题活动和以综合课程的思路开设此类课程两个方面。渗透式教育可分为学科课程渗透和活动课程渗透两种。要及时地有机渗透到各项教育管理服务工作。要在充分研究和实践的基础上，再组织编写教材和开设课程。

### （四）安全教育

#### 1.安全教育的含义

安全教育是指教育学生确立自主维护生命安全、财产安全的意识；严防危及生命安全的犯罪。中学生安全教育包括：交通安全；校内外活动安全；消防安全；卫生防病，饮食及家居安全等。

#### 2.安全教育的意义

##### （1）加强学生安全教育，可以提高学生的自我防护能力

通过安全教育，使学生基本上做到“三懂”、“三会”，即认识到各种不安全因素的危险性，从而增强安全意识；懂得各种危险危害形成原理，注意了解各种安全事项的细节；懂得预防各种危险危害，积极开展安全宣传；学会报警方法，学会预防危险，学会自护自救方法。

##### （2）加强中小学生安全教育，是向全社会普及安全知识的一个重要环节

每个学生身后都有一个关心、爱护着他（她）的家庭，每个家庭又是构成社会的基本单元，面向学生的安全教育还可以从校园拓展到家庭和全社会，从而推动全社会安全意识和防范能力的提高。学校的安全教育搞好了，就能达到“教育一个学生，带动一个家庭，影响整个社会”的目的。



### （3）加强学生安全教育，可以培养社会及专业的后备安全防范队伍

通过良好的安全教育，让学生认识安全防范工作的重要，认识安全防范事业的崇高，为我们安全防范事业培养后备人才。今天的学生，是未来社会的栋梁。今天一个受到良好安全教育的学生，明天必定是一个安全防范事业的热情支持者、参与者，也可能成为安全防范的专业骨干力量。

### 3. 安全教育的基本途径

#### （1）切实提高对中学生安全教育工作重要性的认识

安全教育是维护中学生安全的一项基本教育，是中学生素质教育的一部分，是人才保障的根本教育，它始终贯穿于人才培养的全过程。要把做好中学生安全教育工作提高到能不能营造优良育人环境、能不能维护校园和社会的稳定、能不能实现学校的教育培养目标这一高度来认识，时刻把学生安全教育工作摆在重要位置。

#### （2）充分调动各方面力量开展宣传教育活动，形成齐抓共管的局面

对学生的安全教育，仅靠保卫部门和学校是远远不够的，还要依靠学生管理工作者和学生组织及学生家长等有关部门和人员共同参与，形成齐抓共管的局面，才能收到良好的效果。特别是要发挥思想教育阵地的作用，利用学校思想政治教育的工作体系和优势。此外，要发挥课堂教学的主渠道作用，在有关课程和教学环节中由任课老师结合课程内容适时地对学生进行安全教育和法制教育。

#### （3）突出重点、注意提高教育实效

加强学生的安全教育，既要全面展开，更要有重点地进行，做到点面结合，以点带面。一是教育的内容要以防人身伤害、防财务受损、防心理失常、防违法犯罪、保学业完成为重点。二是针对不同的教育对象开展不同内容的教育。如对有不良行为的“后进生”要以防违法犯罪为主要内容，帮助、引导他们健康成长，成为一个遵纪守法的好学生；对喜爱运动，行为又过于冒险的学生，要加强防运动损伤教育，教育他们做好安全防护工作；对有心理失常表现的学生要加强心理健康教育，帮助他们消除心理障碍，等等。

#### （4）组织学生积极参与学校的校园管理工作

让中学生参与学校的校园管理工作是提高中学生安全防范意识的有效途径。学校要十分注意激发学生的参与意识，提高他们的自我教育、自我管理、自我服务能力，引导他们积极主动参与校园校园管理工作。

#### （5）争取相关部门协作，整治校园周边环境，优化育人环境

学校在加大对校园安全保卫力量的投入、提高保卫人员素质和学校安全教育水平的同时，要积极争取地方政府、公安机关的支持，严厉打击危害学校及中学生安全的不法行为，切实改善校园周边治安状况，优化育人环境。

### （五）升学就业指导教育

#### 1. 升学就业指导教育的含义

升学和就业指导是指教师根据社会的需要指导学生树立正确的职业观，帮助他们了解社会职业，进而引导他们按照社会需要和自己的特点为将来升学选择专业与就业选择职业，在思想上、学习上和心理上做好准备。

## **2.升学就业指导的意义**

第一，帮助学生充分了解自己的个性特点，使学生对自己有全面、理性的认识。

第二，帮助学生完毕学业，了解社会分工的要求，根据自身特点选择适合自身的发展方向。

第三，激励学生以新的姿态继续学习，走向成功。

## **3.升学就业指导教育的途径**

教育学生做好升学与就业的“两手准备”，可以利用多种途径与方法，诸如渗透于各学科课程中、或组织专题报告会、或开展系列的主题教育活动、或通过与家长、社区协作的其他校外活动等。

## 第四节 中学德育过程



### 【真题再现】

1. 【2015 年上全国教资真题】王军写了保证书，决心遵守《中学生守则》，上课不再迟到。可是一到冬天一冷，王军迟迟不肯钻出被窝，以至于再次迟到。对王军进行思想品德教育的重点在于提高其（ ）。

- A.道德认识水平      B.道德情感水平      C.道德意志水平      D.道德行为水平

2. 【2016 年上全国教资真题】【辨析题】德育过程是对学生知情意行的培养提高过程，应以知为开端，知情意行依次进行。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
德育过程四要素	识记	德育过程的四要素之间是什么关系？
德育过程的基本规律	识记	德育过程的一般顺序是什么？



### 【内容梳理】

## 一、德育过程的内涵

### （一）概念

德育过程是以提升受教育者的品德水平为目标，教育者与受教育者共同参与的教育活动过程。德育过程从本质上说就是个体社会化与社会规范个体化的统一过程。**德育过程的矛盾是教育者提出的德育目标与受教育者现有水平之间的矛盾。**

### （二）构成要素

#### 1.教育者

教育者是德育过程的组织者、领导者，是一定社会德育要求和思想道德的体现者，在德育过程中起**主导作用**。教育者包括直接和间接的个体教育者和群体教育者。

简述德育四要素和教育三要素包含的成分。

#### 2.受教育者

受教育者包括受教育者个体和群体。**在德育过程中，受教育者既是德育的客体，又是德育的主体**。当他们为德育对象时，是德育的客体；当他们接受德育影响，进行自我品德教育和其他德育对象产生影响时，又成为德育主体。

### 3.德育内容

德育内容是用以形成受教育者品德的社会思想、政治和道德规范，是受教育者学习、修养和内在化的客体。中学德育的基本内容是根据学校德育目标和学生品德形成发展规律确定的，它具有一定范围和层次。

### 4.德育方法

德育方法是教育者施教传道和受教育者受教修养的相互作用的活动方式的总和。它凭借一定的手段进行。教育者借助一定的德育方法将德育内容作用于受教育者，受教育者借助一定的德育方法来学习、修养、内化德育内容而将其转化为自己的品德。

## 二、德育过程的基本规律

### （一）德育过程是具有多种开端的对学生知、情、意、行的培养提高过程

#### 1.学生的思想品德由知、情、意、行四个心理因素构成

学生思想品德的形成与发展，即这四个心理因素的形成与发展的过程。德育过程也就是培养四种品德心理因素并使之协调发展的过程。

用最为核心的词语描述知情意行的作用是什么？

#### 2.德育过程的一般顺序可以概括为知、情、意、行，以知为开端、以行为终结

由于社会生活的复杂性，德育影响的多样性等因素，德育具体实施过程，又具有多种开端，这可根据学生品德发展的具体情况，或从导之以行开始，或从动之以情开始，或从锻炼品德意志开始，最后达到使学生品德在知、情、意、行等方面的和谐发展。

### （二）德育过程是促使学生思想内部矛盾运动的过程

#### 1.学生思想品德的任何变化，都必须依赖学生个体的心理活动

任何外界的教育和影响，都必须通过学生思想状态的变化，经过学生思想内部的矛盾斗争，才能发生作用，促使学生品德的真正形成。

#### 2.在德育过程中，学生思想内部的矛盾斗争，实质上是对外界教育因素的分析、综合过程

学生不断做出反应，斗争的过程也就是学生品德不断发展的过程。教育者应当自觉利用矛盾运动的规律，促进学生思想矛盾向社会需要的方向转化。

#### 3.青少年学生的自我教育过程，实际上也是他们思想内部矛盾斗争的过程

根据这一规律，要求教育者在重视对学生进行思想品德教育的同时，高度重视培养学生的自我教育能力，发挥学生在德育过程中的主观能动性。

试对比品德形成基础和德育过程的基础。

### （三）德育过程是组织学生的活动和交往，对学生多方面教育影响的过程

#### 1.活动和交往是德育过程的基础

学生的思想品德是在活动和交往的过程中，接受外界教育影响，逐渐形成和发展，并通过活动和交往的过程表现出来的。

教育性活动和交往是德育过程的基础。有目的地根据德育目标和思想品德的形成规律设计实施活动，能加快个体品德的发展速度，对学生品德发展方向起规范和保证作用。这就要求教育者精心设计和组织教育活动和交往。

## 2. 学生在活动和交往中，必定受到多方面的影响

品德形成是学生能动地接受多方面教育影响的过程。多方面教育影响广泛多样，既有校内的正式影响，又有校外的非正式影响，既有积极正面的影响，也有消极负面的影响。

学校德育应在多方面影响中发挥主导作用，将多方面教育影响统一到教育目的上来，形成学校与家庭、社会教育的合力，促使学生良好品德的形成和发展。

## （四）德育过程是一个长期的、反复的、不断前进的过程

### 1. 德育过程是一个长期的过程

人类社会不断发展进步，要使德育适应社会不断变化的要求，就需要在德育内容、手段、方法等方面不断地加以调整、补充。其次在德育过程中，知、情、意、行的培养提高绝非一朝一夕之功，需要通过长期的训练、积累才能实现。最后在意识形态领域里，不同的思想斗争长期存在，必然会反映到学生思想中来，这就决定了德育过程必然是一个长期的过程。

### 2. 德育过程是一个反复的过程

青少年学生正处于成长时期，世界观尚未形成，思想很不稳定。学生品德过程中的反复是不断深化的过程。这也就要求教师要正确认识和对待这种现象，耐心细致地教育学生，引导学生在反复中逐步前进。

### 3. 德育过程是一个不断前进的过程

长期、反复、渐进性特点要求教育者必须持之以恒、耐心细致地教育学生，要正确认识和对待学生思想行为的反复，善于反复抓，抓反复，引导学生在反复中不断前进。

德育是否会随着年龄的增长，德育的水平会变得越来越高的？



## 本节自测

### 单项选择题

1. 学生从道德上理解道德规范并不很难，但是要真正把这种要求转化为个人的道德需要，形成道德信念，就必须经过道德实践的亲身体验，其中转化的“催化剂”是（ ）。

- A. 道德动机
- B. 道德评价
- C. 道德行为习惯
- D. 积极的道德情感

2. 德育过程的主要矛盾是（ ）。

- A. 学生知的深与知的浅的矛盾
- B. 无产阶级思想与非无产阶级思想的矛盾
- C. 教育者与德育内容、方法的矛盾
- D. 教育者提出的德育要求与受教育者已有的品德水平之间的矛盾

3. ( ) 应是教育者和受教育者全部活动的出发点和归宿。

- A.德育内容                  B.德育方法                  C.德育评价                  D.德育目标

4. 下列说法，错误的是 ( )。

A. 教师对学生的德育影响，必须经过他们主体的选择、吸取与能动的实践活动，才能转化为他们的品德

B. 自我教育能力是德育的一个重要条件，只有注意培养学生的这种能力，学生品德内部矛盾才能转化

C. 学校的德育工作必须主要放在调节学生品德发展的外部环境方面

D. 德育要注意发挥知、情、意、行的整体功能

5. “寓德育于教学之中，寓德育于活动之中，寓德育于教师榜样之中，寓德育于学生自我教育之中，寓德育于管理之中。”这体现的德育过程是 ( )。

A. 培养学生知情意行的过程

B. 促进学生思想内部矛盾斗争发展的过程，是教育和自我教育统一的过程

C. 长期、反复的逐步提高的过程

D. 组织学生的活动和交往，统一多方面的教育影响的过程

## 第五节 中学德育原则、途径与方法



### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】初二（1）班小王同学在黑板上画了个漫画，并写上“班长是班主任的小跟班”。班主任冯老师看了，发现漫画真画出了自己的特征，认为他有绘画天赋。于是请他担任班上的板报和班刊绘画编辑，并安排班长协助他。在班长的帮助下，小王发挥了自己的才能，出色地完成了任务，克服了散漫的毛病，后来还圆了他考取美术专业的大学梦。冯老师遵循的主要德育原则是（ ）。

- A. 疏导原则 B. 教育影响一致性与连贯性原则  
C. 长善救失原则 D. 严格要求与尊重学生相结合原则

2. 【2016 年下全国教资真题】某中学为了对学生进行思想品德教育，组织学生观看《建国大业》等爱国主义影片。该校采用的这种德育方法是（ ）。

- A. 实际锻炼法 B. 情感陶冶法 C. 说服教育法 D. 个人修养法

3. 【2015 年上全国教资真题】【材料分析题】

某校初二女生小芳，上课不遵守纪律，注意力不集中，听讲极不专心，有时还会发出怪叫声，她不仅毫无羞怯之意，反而感到高兴。平时，小芳和老师、同学都很少沟通，不愿意交流，有些以自我为中心。她顽皮、好动，喜欢接老师的话茬，而且常常在当面或背地给同学或老师起绰号，有时还无缘无故地欺负同学。

当然小芳也有值得肯定的方面。她性格直率，敢作敢为，勇于承担任务，而且，身体强壮，体育成绩好，是运动场上的风云人物，每次运动会时都能给班里争光。

问题：如果你是班主任，根据材料中小芳同学的表现，在对她的教育中，你认为应该贯彻哪些德育原则？运用哪些德育方法？请分别结合材料加以分析。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
德育原则	应用	区分教学原则和德育原则
德育途径	理解	德育的最基本途径是什么？
德育方法	应用	区分德育六大方法的区别并通过事例呈现六大方法



### 【内容梳理】

#### 一、中学德育的原则

德育原则是教育者对青少年进行德育必须遵循的基本要求，是处理德育工作的基本矛盾、关系的准

则或指导思想。

## （一）导向性原则

### 1.基本涵义

导向性原则是指进行德育时要有一定的理想性和方向性，以指导学生向正确的方向发展。这一原则是依据社会主义教育的性质和目的提出来的。

### 2.要求

贯彻导向性原则的基本要求：

（1）坚定正确的政治方向，坚持四项基本原则；（2）德育目标必须适应改革开放和发展社会主义市场经济的需要；（3）要把德育的理想性和现实性结合起来。

## （二）知行统一原则

### 1.基本涵义

既要重视思想道德的理论教育，又要重视组织学生参加实践锻炼，把提高认识和行为养成结合起来，使学生做到言行一致、表里如一。

### 2.要求

- （1）加强思想道德的理论教育，提高学生的思想道德认识。
- （2）组织和引导学生参加各种社会实践活动，促使他们在接触社会的实践活动中加深情感体验，养成良好的行为习惯。
- （3）对学生的评价和要求要坚持知行统一的原则。
- （4）教育者要以身作则，严于律己。

## （三）尊重学生与严格要求学生相结合原则

### 1.基本涵义

这一原则是指教育者既要尊重、信任、热爱学生，又要对学生提出严格的要求，把严和爱有机结合起来，促使教育者的合理要求转化为学生的自觉行动。

### 2.要求

- （1）教育者要尊重热爱学生，关心爱护学生，建立和谐融洽的师生关系；
- （2）教育者应根据教育目的和德育目标，对学生严格要求，认真管理和教育。

### 考点延伸

#### “平行教育”原则

马卡连柯除了提出尊重学生与严格要求相结合的原则以外，还提出了“平行教育”原则，即：集体教育与个别教育相结合的原则。他说：“公社的教育方针概括地说，就是建立合理的集体，建立集体对个人的合理的影响。”他认为，良好的集体必须有共同的目的，一致的行动；必须有正确的舆论，必要的制度和纪律，以培养集体义务感、责任感和荣誉感。他主张建立教师集体，对集体的教育和对个人的教育应当有一致的方向。因此，他把为了影响个别学生而影响集体的方法称为“平行影响教育法”。



## （四）教育影响的一致性与连贯性原则

### 1.基本涵义

这一原则是指进行德育应主动协调多方面教育力量，统一认识和步调，有计划、有系统、前后连贯地教育学生，发挥教育的整体效能，培养学生正确的思想品德。

试想“5”+“2”=“0”，要求教师如何做？

### 2.要求

- （1）充分发挥教师集体的作用，统一学校内部各方面的教育力量；
- （2）争取家长和社会的配合，逐步形成以学校为中心的“三位一体”德育网络；
- （3）处理好衔接工作，保持德育工作的经常性、制度化、连续性、系统性。

## （五）因材施教原则

### 1.基本涵义

这一原则是指教育者应根据学生的年龄特征、个性差异以及思想品德发展的实际现状，因材施教，引导学生，加强德育的针对性和实效性。

列举4个反映因材施教所对应的俗语或成语。  
如：一把钥匙开一把锁

### 2.要求

- （1）以发展的眼光，客观、全面、深入地了解学生，正确认识和评价当代青少年学生的思想特点；
- （2）根据不同年龄阶段学生的特点，选择不同的内容和方法进行教育，防止一般化、成人化、模式化；
- （3）注意学生的个别差异，因材施教。

## （六）疏导原则

### 1.基本涵义

疏导原则是指进行德育要循循善诱，以理服人，从提高学生认识入手，调动学生的主动性，使他们积极向上。

试说明导向性原则与疏导性原则区别？

### 2.要求

- （1）讲明道理，疏导思想；
- （2）因势利导，循循善诱；
- （3）以表扬激励为主，坚持正面教育。

## （七）依靠积极因素，克服消极因素的原则

### 1.基本涵义

德育工作中，教育者要善于依靠、发扬学生自身的积极因素，调动学生自我教育的积极性，克服消极因素。

### 2.要求

- （1）教育者要用一分为二的观点，全面分析，客观地评价学生的优点和不足；
- （2）教育者要有意识地创造条件，将学生思想中的消极因素转化为积极因素；

(3) 教育者要提高学生自我认识、自我评价能力,启发他们自觉思考,克服缺点,发扬优点。

## (八) 正面教育与纪律约束相结合的原则

### 1. 基本涵义

德育工作既要**正面引导、说服教育**、启发自觉,调动学生接受教育的内在动力,又要**辅之以必要的纪律约束**,并使两者有机结合起来。

如何判别正面教育与纪律约束相结合的原则和尊重学生与严格要求相结合的原则?

### 2. 要求

- (1) 坚持正面教育原则;
- (2) 坚持摆事实、讲道理,以理服人;
- (3) 建立健全学校规章制度和集体组织的公约、守则等,并且严格管理,认真执行。

## 二、中学德育的途径与方法

### (一) 中学德育的途径

德育途径是指学校教育者对学生实施德育时可供选择和利用的渠道,又称为德育组织形式。我国中学德育途径是广泛的,其中,基本途径是思想政治课与其他学科教学。

#### 1. 思想政治课与其他学科教学

学校工作以教学为主,教学是学校教育的主要组织形式,教学具有教育性。思想政治课与其他学科教学是学校有目的、有计划、系统地对学生进行教育的基本途径。通过教学实施教育是通过传授和学习文化科学知识实现的。各科教材中都包含有丰富的教育内容,只要充分发掘教材本身所固有的德育因素,把教学的科学性和思想性统一起来,就能在传授和学习文化科学知识的同时,使学生受到科学精神、社会人文精神的熏陶,从而使学生形成良好品德。

#### 2. 社会实践活动

学生的思想品德是在活动和交往中形成,并通过活动和交往表现出来的。通过社会实践活动有助于培养学生各种良好的品德和弘扬良好的道德风尚。因此,社会实践活动也是学校德育不可缺少的重要途径。社会实践活动一般包括三种类型:一是社会生产劳动;二是社会宣传和服务活动;三是社会调查,包括参观、访问、考察等。

#### 3. 课外活动

课外活动是整个教育体系中一个必不可少的组成部分,它不受教学计划的限制,是向学生进行德育的一个重要途径。课外活动具有丰富多彩的内容和灵活多样的形式,可以让学生根据兴趣、爱好自愿选择参加。因此,通过这个途径进行的德育符合中学生的特点和需要,能够充分调动他们的积极性,深受他们的喜爱。

#### 4. 共青团组织的活动

共青团是青少年学生自己的集体组织。通过自己的组织进行德育,有利于调动学生的积极性和创造性,培养主人翁意识以及自我教育和管理的能力。团队通过开展活动、组织生活等来激发青少年学生的上进心、荣誉感,促使他们严格要求自己,自觉提高思想认识,培养优良品德。

## 5.校会、班会、周会、晨会、时事政策的学习

校会是学校组织的全校师生参加的活动，班会是教学班组织的全班同学参加的活动。这能经常持久地潜移默化地影响学生，能及时地、有针对性地解决学生的思想问题。周会每周一次，主要对学生进行社会主义道德教育和时事政策教育。晨会一般在每天早晨进行，对随时出现的问题予以及时解决，是对学生进行品德教育的重要形式。

时事政策学习是国情教育的重要途径。一般采用做政策报告，学生自己阅读报纸或收听广播，收看电视等形式，使学生了解国内外形势和政治生活中的重大事件，了解党和国家当前的基本路线和重大举措等。

## 6.班主任工作

班级是学校教育工作的基本单位，班主任是班级教育系统的主导力量。通过班主任，学校可以强有力地管理学校基层学生集体，教育每一个学生，更好地发挥上述各个德育途径的作用。严格地说，这个途径与上个途径不能平列，它通过班主任的自觉能动作用，能够对其他途径起调节作用，对学生品德的发展产生巨大的影响。

## （二）中学德育方法

### 1.德育方法的概念

德育方法是达到德育目的，在德育过程中采用的教育者和受教育者相互作用的活动方式的总和。它包括教育者的施教传道方式和受教育者的受教育方式。

### 2.常用的德育方法

#### （1）说服教育法

说服教育法是借助语言和事实，通过摆事实、讲道理，以影响受教育者的思想意识，使其明辨是非，提高其思想认识的方法。这是学校对学生进行德育的基本方法。

①语言说服法：运用口头和书面语言向学生讲述道理，使学生明辨是非的方法。主要包括讲解、报告、谈话、讨论、指导阅读等方式。

②事实说服法：组织学生接触社会实际，用各种生动具体的事实来说服学生，使学生获得直接经验、形成正确的认识的方法。主要包括参观、访问、调查等形式。

运用说服教育法应注意以下几点：

第一，有目的性和针对性；

第二，有知识性和趣味性，内容真实、可信；

第三，态度真诚、热情；

第四，善于捕捉说理时机，拨动学生的心弦，以增强教育效果。

#### （2）榜样示范法

榜样示范法是用榜样人物的高尚思想、模范行为、优异成就来影响学生的思想、情感和行为的方

哪些人可以成为学习的榜样呢？

运用榜样示范法应注意以下几点：

①选好学习的榜样。选好榜样是学习榜样的前提。我们应根据时代要求和学生实际情况，指导他们选择好学习的榜样，获得前进的明确方向和巨大动力。

②激起学生对榜样的敬慕之情。要使榜样能对学生产生力量，推动他们前进，就需要引导学生了解榜样。

③引导学生用榜样来调节行为，提高修养。要及时地把学生的情感、冲动引导到行动上来，把敬慕之情转化为道德行为和习惯，逐步巩固、加深这种情感。

### （3）情感陶冶法

这是教育者自觉创设良好的教育情境，使受教育者在道德和思想情感方面受到潜移默化的感染、熏陶的方法。陶冶包括：人格感化、环境陶冶、艺术陶冶。它的基本特点是直观具体、生动形象、情景交融，易于激起学生情感上的共鸣，于无声处教育学生。

运用情感陶冶法应注意以下几点：

- ①创造良好的环境；
- ②组织学生积极参与情境创设；
- ③与启发说服相互结合。

### （4）实际锻炼法

教育者组织学生参加各种实际活动，在行为实践中使学生接受磨炼和考验，以培养其优良思想品德的方法。

实际锻炼法包括两种形式：常规训练；实践锻炼。

第一，常规训练：教师指导学生按照一定的规章制度进行经常性的行为练习，以形成良好的行为习惯的方法。常规训练的内容和方式多种多样，主要有学生守则训练、课堂常规训练、卫生常规训练、礼貌常规训练等。

运用常规训练应注意以下几点：

①建立健全各种规章制度；②使学生明确常规的内容、要求和意义；③坚持不懈地、循序渐进地进行训练。

第二，实践锻炼：让学生参加各种实际活动，在活动中形成优良品德和行为习惯的方法。

运用实践锻炼应注意以下几点：

- ①目的明确、计划周密；②生动活泼、灵活多样；③以学为主、加强指导；④持之以恒、随时总结。

### （5）品德评价法

品德评价法是教育者根据一定的要求和标准，对学生的思想品德进行肯定或否定的评价，促使其发扬优点，克服缺点，督促其不断进步的一种方法。它包括奖励、惩罚、评比和操行评定等方式。

运用品德评价法应注意以下几点：

- 第一，要有明确的目的和正确的态度；
- 第二，要公正合理，实事求是，坚持标准；
- 第三，发扬民主，让学生积极参与评价活动；
- 第四，把奖惩和教育结合起来，坚持育人为目的，不为了奖惩而奖惩。

座右铭所使用的是品德评价法还是道德修养法？

### （6）道德修养法（道德指导法、自我指导修养法、个人修养法）

教师指导学生自觉主动地进行学习、自我反省，以实现思想转化及行为控制。品德修养是建立在我意识、自我评价能力发展基础上的人的自觉能动性的表现。

运用道德修养法时要注意以下几点：

- ①在指导学生自我教育的过程中，要正确处理好班主任的主导作用和学生主体作用之间的关系；
- ②在肯定学生自我教育意愿和能力的基础上，班主任要启发帮助学生制定自我教育计划，使学生明确自我努力的方向；
- ③班主任要注意给学生提供自我教育的机会。

### （三）选择德育方法的依据

#### 1.德育目标

德育目标是教育者和受教育者全部活动的出发点和归宿，是德育工作的预期结果，德育方法是为实现德育目标服务的，所以选择德育方法，首先要考虑德育目标的要求。目标不同，方法也相应有所不同。因此，选择德育方法时一定要分析德育目标的性质、特点，从中寻找对德育方法的具体需求。

#### 2.德育内容

德育内容对德育方法有特定要求。不同性质、不同类别的德育内容需要采用不同性质、不同类别的德育方法。如属于社会政治意识的德育内容，通常采用说理教育法，而属于道德品质和良好行为习惯的德育内容，大多采用榜样示范法和实际锻炼法。

#### 3.学生的年龄特点和个性差异

德育方法的选择和运用必须符合学生的特点，如学生身心发展的年龄特征和个性差异以及品德发展的状况和需要。同一种德育方法对不同性别、个性的学生，运用的具体方式和要求也应有所不同。



## 本节自测

### 一、单项选择题

- 1.“一把钥匙开一把锁”体现的是德育的（ ）。
  - A.导向性原则
  - B.疏导原则
  - C.教育一致性与连性原则
  - D.因材施教原则
- 2.孔子提出了“力行而近乎仁”这一观点，它所反映的德育原则是（ ）。
  - A.导向性原则
  - B.疏导原则
  - C.知行统一原则
  - D.因材施教原则
- 3.马卡连柯提出“要尽量多地要求一个人，也要尽可能地尊重一个人”反映了德育的（ ）原则。
  - A.疏导
  - B.因材施教
  - C.导向性
  - D.尊重学生与严格要求相结合
- 4.某班在“每月一星”的活动中，将表现好，进步大的学生照片贴在“明星墙”上以示奖励，这样的方法是（ ）。
  - A.说服法
  - B.陶冶法
  - C.实际锻炼法
  - D.品德评价法
- 5.运用先进典型对学生进行思想品德教育，这是德育的（ ）。
  - A.引导法
  - B.榜样法
  - C.谈话法
  - D.讨论法



- 7.德育过程的实质是（ ）。
- A.将学生的思想品德认识转化为品德行为  
B.提高学生自我教育、自我修养的自觉性  
C.提高学生对客观世界的认识  
D.教育者将一定社会的思想道德规范转化为受教育者个体的思想品德
- 8.教育者施教传道和受教育者受教修养的相互作用的活动方式称为（ ）。
- A.德育内容                  B.德育活动                  C.德育方法                  D.德育过程
- 9.教师通过“讲解、谈话、报告、讨论、参观”等形式对学生进行思想品德教育，其方法是（ ）。
- A.说服教育法                  B.实际锻炼法                  C.情感陶冶法                  D.道德修养法
- 10.对中学进行德育工作最基本、最经常、最有效的途径是（ ）。
- A.班主任工作                  B.社会实践活动  
C.课外、校外活动                  D.思想政治及其他学科教学
- 11.在教师引导下学生经过自觉学习、自我反思和自我行为调节，使自身品德不断完善的一种德育方法是（ ）。
- A.自我锻炼法                  B.自我调节法                  C.自我修养法                  D.自我评价法
- 12.通过人格感化来培养学生品德的方法是（ ）。
- A.榜样示范法                  B.陶冶教育法                  C.参观法                  D.实际锻炼法
- 13.由于学生知、情、意、行几个因素发展不平衡，所以对学生的德育要注意（ ）。
- A.提高学生的道德认识                  B.抓好行为习惯的训练  
C.抓薄弱环节，因材施教                  D.引导学生锻炼意志
- 14.“让学校的每一面墙壁都开口说话”，这是充分运用了下列哪一种德育方法（ ）。
- A.陶冶教育                  B.榜样示范                  C.实际锻炼                  D.品德评价
- 15.衡量人们思想品德好坏高低的根本标志是（ ）。
- A.道德认识                  B.道德意志                  C.道德情感                  D.道德行为
- 16.德育教育不单单依靠学校教育力量，还要联合家庭、社会形成教育合力，这体现了德育原则的（ ）。
- A.导向性原则                  B.疏导原则  
C.教育影响的一致性与连贯性原则                  D.依靠积极因素，克服消极因素原则
- 17.态度与品德的形成过程经历的阶段不包括（ ）。
- A.依从                  B.认同                  C.内化                  D.稳定
- 18.表现为“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的阶段是（ ）。
- A.依从                  B.认同                  C.内化                  D.服从
- 19.人们对于某种行为要求的依据或必要性缺乏认识与体验，不知不觉受到群体的压力而产生的跟随他人行动的现象称为（ ）。
- A.模仿                  B.从众                  C.服从                  D.感染
- 20.中学生品德发展的关键期在（ ）。

- A.初二年级                      B.初三年级                      C.高一年级                      D.高二年级

21.德育是指教育者培养受教育者（ ）。

- A.政治立场和观点的教育                      B.政治思想品质的教育  
C.共产主义道德品质教育                      D.品德的教育

## 二、辨析题

- 1.德育过程是组织学生的活动和交往的过程。  
2.德育过程要促进学生的知、情、意、行诸因素和谐统一发展。

## 三、材料分析题

1.某学校四年级2班新学期搬进了新教室，条件挺好只是教室旁边垃圾桶附近时不时的有苍蝇飞来飞去，刚开学几天班主任老师就发现这个问题，但从第三天，王老师发现每天上午第二节课后和下午第一节课前，后边的垃圾桶总是干干净净“食物”少了，苍蝇也找不到了，原来是班上的闵红同学在课间时主动把垃圾倒掉了，闵红同学性格内向，平时不爱说话更不愿意在班上表现自己，学习成绩一般，王老师觉得闵红的行为很有价值，应该在全班表扬树立一个爱劳动讲卫生的榜样，老师请求班干部的意见，生活委员说闵红是假积极，想表现自己，垃圾每天会有值日生倒，她不应该去倒。学习委员说闵红学习成绩不好，如果树立典型恐怕成绩好的同学会有意见，班长说闵红平时不参加活动不适合树立榜样。

问题：如果你是王老师，你会把闵红树立为榜样吗？请运用榜样教育知识说明如何处理这个问题。

2.班主任王老师就一位学生的化妆问题，先后找她谈了两次话。

第一次谈话：

老师：今天你要来办公室是为什么？

学生：……

老师：你看看你，烫一头卷发，还涂口红……

学生：口红怎么啦？英语老师也涂口红、画眉毛、烫发。

老师：老师是老师，学生是学生。

学生：学生就不是人？

老师：学生是人，但你的妆化得人不是人，鬼不鬼的，不好好学习，一天到晚化妆、涂口红有什么用？人漂不漂亮也不是靠化妆化出来的。

学生：你……漂不漂亮不要你管！呜呜……

第二次谈话：

老师：“为您服务”节目看了吗？有趣吗？

学生：有趣。

老师：那个要大家评论四张妇女化妆像好坏的节目，你觉得怎么样？你能讲出她们的优缺点吗？

学生：这还不晓得！第一张脸长却梳高发型；第二个年纪好大还化浓妆；第三个脸大细眉，脸就更大，丑死了……

老师：为什么丑死了？

学生：那些妆不合她们的身份和特征。

老师：哦……要是她们都是中学生，应该怎么化妆？



学生：我不晓得，老师讲讲。

老师：我看中学生应该朴素自然、整洁大方、健康活泼。化妆切记莫乱学别人的浓妆艳抹。

学生：为什么呢？

老师：因为中学生接触的主要是同学和老师，浓妆艳抹会在同学之间和师生之间造成隔膜，青少年应有自然朴素的美，过分化妆掩盖住青春活力和红润的肤色，让人觉得矫揉造作，不伦不类。

学生：嗯，有道理。

老师：还有，中学生应该有蓬勃向上的气质，浓妆艳抹会让人以为你是几十岁的妇女，把少女天真活泼的自然美都糟蹋了。

学生：想不到化妆还有这么多学问。

老师：是啊，穿着也是一样，要注意自己的身份、体型、肤色等特征。

学生：哎，老师，我那天化妆化得……嘻嘻。

问题：试运用德育原则和方法的相关理论对这两次谈话加以评析。

## 第八章 中学班级管理与教师心理

### 第一节 群体心理



#### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】中学生晓华和几个同学为了参加全省航模大赛，组成了航模小组。他们为了在大赛中表现出色，达成了共识：牺牲各自的一些课余时间，放弃各自的一些爱好，以规范自己的参赛行为。这种情况下，小组成员遵循的纪律属于（ ）。

- A. 教师促成 B. 群体促成 C. 任务促成 D. 自我促成

2. 【2015 年下全国教资真题】董老师总是希望在课堂上尽可能地满足学生爱与被爱的需要。董老师的做法体现了哪种课堂取向？（ ）

- A. 建构取向 B. 行为取向 C. 认知取向 D. 人本取向

3. 【2015 年上全国教资真题】张老师课前宣布：“今天讲课的内容非常重要，讲完后当堂进行测验。”随后学生精神抖擞、全神贯注地投入听课，课堂秩序井然。这种情况下形成的纪律属于（ ）。

- A. 自我促成的纪律 B. 任务促成的纪律 C. 规则促成的纪律 D. 集体促成的纪律

4. 【2014 年下全国教资真题】丁老师在工作中常以自己的想法代替学生的想法，以自己的思维方式推测学生的思维方式。丁老师的行为体现了哪种效应？（ ）

- A. 首因效应 B. 晕轮效应 C. 刻板效应 D. 投射效应



#### 【学习目标】

考点	目标	自测
群体的心理功能	理解	群体的四项功能如何区分？
非正式群体	了解	学校中有哪些非正式群体，这些非正式群体有什么特点？
印象形成的心理效应	理解	你能够解释刻板效应和晕轮效应的区别吗
师生有效沟通的技巧	理解	结合实际谈谈如何进行师生之间的有效沟通。
课堂管理的模式	了解	请区分 4 种课堂管理的基本模式。
课堂纪律的四种类型	识记	请举例说明课堂纪律的类型。
课堂纪律的发展阶段	识记	如何判断课堂纪律发展所处的阶段？

课堂问题行为的应对

掌握

试说明如何针对课堂问题行为提出改进措施？



## 【内容梳理】

### 一、群体的功能

#### （一）群体的概念

两个人以上，为了达到共同的目标，以一定的方式联系在一起进行活动的人群就是群体。

#### （二）群体的心理功能

群体的心理功能是指群体情境对个体心理和行为上的影响。学校中群体的心理功能主要表现在以下几个方面。

##### 1. 归属功能

个体一旦明确自己是属于某个群体的，就能免除孤独与怯懦，获得安全感。儿童和青少年到了一定的年龄，就有渴望进入学校、参加同龄人的组织并和他们一起活动的需要。在他们进入学校和自己的班级后，就感到踏实、感到温暖，甚至会为自己是其中的一员感到自豪和骄傲。

##### 2. 认同功能

认同是指人们对其所喜欢和崇拜的对象的某些思想和行为的赞同和模仿。当学生喜欢自己的学校和所属的群体时，会因认同而与学校群体保持共同的看法和评价。相应的，学校群体对学生所具有的认同作用就明显，个体就愿意接受学校的影响并与学校群体融为一体。认同功能不仅使得学校能够更好地保持其内在的整体性，而且也使学校更容易实现其教育人、塑造人的目标。

##### 3. 支持功能

当学生的思想、观点、情感、行为等得到学校群体的肯定与鼓励时，个体就获得了一种支持的力量，就会增强其进一步努力的信心，成为其前进的动力。每一个学生都需要从群体中得到肯定、鼓励和支持，特别是那些学习与适应困难的学生更是需要这种支持与帮助。

##### 4. 塑造功能

上述群体对个体的归属、认同与支持功能其实最后都可以归结为一个功能，即人才培养或人格塑造功能。我们应该认识到，学校利用群体规范、群体的凝聚力、影响力来教育和塑造人是其整个教育方法与手段中的一个重要组成部分。

### 二、非正式群体

你能举一些非正式群体的例子吗？

#### （一）非正式群体的概念

非正式群体是相对于正式群体而言的。正式群体是指为了达到与组织任务有明确关系的特定目标，根据编制、章程或其他要求正式成立的群体。而非正式群体也称作同伴群体、同辈群体、友伴群体等，

是指那些以个人之间共同的价值观、兴趣、爱好和友谊为基础而结成的群体。

## （二）非正式群体的特点

非正式群体除了有自发性和满足成员心理需要的两个主要特点外，还有以下特点。

- 1.凝聚力强。由于非正式群体是自愿结合产生的，成员之间有一定的思想或情感的基础，在活动中态度一致，感情共鸣能增加相互的认同感，增强服从群体目标的自觉性。
- 2.群体内有不成文的行为规范，对群体成员行为的制约作用甚大，产生极大的标准化倾向。
- 3.信息传递快，反应灵敏。
- 4.自然形成的首领人物受到成员的拥护，有威望，影响力大。

## （三）学校非正式群体的作用与影响

非正式群体对于实现正式群体的目标可能有积极的作用，也可能有消极的作用。非正式群体对个体的影响是积极的还是消极的，主要取决于非正式群体的性质以及与正式群体的目标的一致程度。

管理班级必须注意协调非正式群体与正式群体的关系。

- 1.要不断巩固和发展正式群体，使班内学生之间形成共同的目标和利益关系，产生共同遵守的群体规范；并以此协调大家的行动，满足成员的归属需要和彼此之间的相互认同，从而使班级成为坚强的集体。
- 2.要正确对待非正式群体。对于积极型的非正式群体，应该支持和保护。可以利用其成员间感情密切的特点，引导他们相互学习，取长补短。

# 三、群体交往中的心理效应

## （一）社会刻板印象

对一群人的特征或动机加以概括，把概括得出的群体的特征归属于团体的每一个人，认为他们都具有这种特征，而无视团体成员的个体差异。这种现象称为社会刻板效应。

## （二）晕轮效应

当我们认为某人具有某种特征时，就会对其他特征作相似判断，这就是晕轮效应，也称为光环效应。

## （三）首因效应

在总体印象形成上，最初获得的信息比后来获得的信息影响更大的现象，称为首因效应，也叫最初效应。

## （四）近因效应

近因效应指在总体印象形成上，新近获得的信息比原来获得的信息影响更大的现象，也叫最近效应。

## （五）投射效应

投射效应是指因个体具有某种特性而推断他人也具有与自己相同特性的社会心理现象，即“以己度人”、“将心比心”，认为自己的言行和需要，别人也一定会有类似的言行和需要。

在现实生活中，投射效应有两种表现形式：一是有人总是从好的方面来解释别人的言论和行为；二是有人总是从坏的方面来解释别人的言论和行为。

## 四、师生沟通心理

### （一）有效师生沟通的基本前提

有效促进师生沟通的心理学原则：

**（1）真诚。**人本主义心理学家罗杰斯把“真诚”解释为自由地表达真正的自己，表现出开放和诚实，是一个表里如一、真实可靠的人。教师对学生真情流露的关爱和基于尊重信任的坦诚，可以使学生产生安全感，满足基本的心理需要。

**（2）尊重与接纳。**在所有的人际关系中，我们只有对对方尊重和接纳，才会发生有效的沟通。在师生关系中，尊重与接纳是教师对学生的沟通态度，更是教师的人性观。

**（3）同理心。**同理心包括三个条件：第一，站在对方的立场去理解对方；第二，了解导致这种情形的因素；第三，让对方了解自己对其设身处地的理解。

### （二）关键的沟通技巧——学会倾听

积极倾听能够帮助我们更准确地了解学生的真实状态，更理解学生，随之带来更好的沟通效能。特级教师黄爱华总结了行之有效的倾听技巧有 10 项。

- 1.带着热情来倾听。
- 2.使用并观察肢体语言。
- 3.非必要时，避免打断他人的谈话。
- 4.反应式倾听。
- 5.找出重点。
- 6.暗中回顾，整理出重点，并提出自己的结论。
- 7.接受说话者的观点。
- 8.做一个主动的倾听者。
- 9.提出问题和适时引入新话题。
- 10.要听出言外之意。

## 五、课堂管理

课堂管理是指教师为有效利用时间、创造愉快的和富有建设性的学习环境以及减少问题行为而采取的组织教学、设计学习环境、处理课堂行为的一系列活动与措施。

### （一）课堂管理的功能

#### 1.维持功能

所谓维持功能，是指课堂管理能够在课堂教学中，持久地维持良好的学习环境，有效地排除各种干扰因素，使学生充分地参与到学习活动中。

## 2.促进功能

课堂管理的促进功能是指良好的课堂管理能够增强、提升课堂教学的效果，促进学生的学习。

## 3.发展功能

课堂管理本身可以教给学生一些行为准则，促进学生从他律走向自律，帮助学生获得自我管理能力，使学生逐步走向成熟。

# (二) 课堂管理的影响因素

## 1.背景情况

这是影响课堂管理的重要因素，主要包括课堂文化和课堂设计的状况，以及既有的师生关系。

## 2.教学目标

这是关于课堂教学与管理的总方向的决定因素，集体目标与学生个体目标间协调与融洽，则方向一致而明确；否则，必然出现混乱无序。

## 3.课堂规模

课堂规模是指学生的人数多少，它直接影响课堂管理行为的有效性。课堂规模越大，对教师要求越高，对学生的自我约束要求越高，课堂规则越正式。相反，规模越小，越便于教师有效调控。

## 4.凝聚力

凝聚力常常表现为成员聚集在一起的愿望和高度的承诺，同时，尊重和鼓励行为与思想上的个别差异存在。它也是班级中和谐关系、良好班风的反映。

## 5.课堂规范

是被课堂中所有人所接受和期待的行为准则和模式，能使人的行为简易化和易于预测，避免尴尬的人际关系，便于教师控制指导学生的课堂行为。

## 6.教师领导

这是指教师作为课堂领导者对课堂的全面影响。包括对课堂进程与发展的影响力，以及对学生的思想与感情发展的影响。

# (三) 课堂管理的基本模式

## 1.行为主义取向的课堂管理模式

这种模式的基本理念是，学生的成长和发展是由外部环境决定的，他们在课堂中所表现出来的不良行为，或者是通过学习获得的，或是因为没有学会正确的行为。在课堂管理中，教师的责任是强化适宜的行为并根除不宜的行为。

## 2.人本主义取向的课堂管理模式

与行为主义不同，人本主义取向的课堂管理者认为，学生有自己的决策能力，他们可以对控制自己的行为负主要责任。在课堂管理中，教师不应该要求学生百依百顺，而是应该关注学生的需要、情感和主动精神，向学生提供最好的机会去发掘归属感、成就感和积极的自我认同，以此来维持一种积极的课堂环境；出现问题行为时，教师应更多地运用沟通技能，引导学生分析问题的性质和后果，自己把问题解决。

### 3.教师效能取向的课堂管理模式。

与行为主义和人本主义取向的课堂管理观不同，教师效能取向的课堂管理模式关注的是教师课堂管理技能的提高。

持这一取向的研究者认为，课堂管理主要取决于教师的管理技能；通过培训提高教师的课堂管理技能可以达到改善课堂管理质量的效果。

## 六、课堂气氛

### （一）课堂气氛的类型和特征

课堂气氛通常是指在课堂上占优势地位的态度和情感的综合状态。我国学者依据这些心理状态综合表现的不同特点，将课堂气氛划分为积极的、消极的和对抗的三种类型。

#### 1.积极的课堂气氛

积极的课堂气氛是恬静与活跃、热烈与深沉、宽松与严格的有机统一。也就是说，课堂纪律良好，学生注意力高度集中，思维活跃，师生双方都有饱满的热情，课堂发言踊跃。在热烈的课堂气氛下，学生保持冷静的头脑，注意听取同学的发言，并紧张而又深刻地思考。师生关系融洽，配合默契，课堂气氛宽松而不涣散，严谨而不紧张。

#### 2.消极的课堂气氛

消极的课堂气氛常常以学生的紧张拘谨、心不在焉、反应迟钝为基本特征。在课堂学习过程中，学生情绪压抑、无精打采、注意力分散、小动作多，有的甚至打瞌睡。对教师的要求，学生一般采取应付态度，很少主动发言。有时学生害怕上课或提心吊胆地上课。

#### 3.对抗的课堂气氛

对抗的课堂气氛实质上是一种失控的课堂气氛。教师失去了对课堂的驾驭和控制能力，学生在课堂学习过程中，各行其是，教师因此有时不得不停止讲课而维持秩序。

### （二）课堂气氛的影响因素

#### 1.教师的因素

教师的因素主要包括教师的领导方式、教师对学生的期望以及教师的情绪状态。

教师的领导方式是教师用来行使权力与发挥其领导作用的行为方式。勒温曾在 1939 年将教师的领导方式分为专制型、民主型和放任型三种类型。这三种不同的领导方式会使学生

产生不同的行为反应，从而形成不同的课堂气氛，其中民主型的课堂气氛最佳。

教师期望通过四种途径影响课堂气氛：

一是接受。教师通过接受学生意见的程度，为不同学生创造不同的社会情绪气氛。

二是反馈。教师通过输入信息的数量、交往频率、目光注视、赞扬和批评等向不同期望的学生提供不同的反馈。

三是输入。教师向不同期望的学生提供难度不同、数量不同的学习材料，对问题作出程度不同的说明、解释、提醒或暗示。

四是输出。教师允许学生提问和回答问题，听取学生回答问题的耐心程度等等，都会对课堂气氛产

生不同的影响。

教师的积极情绪状态往往会投射到学生身上，使教师与学生的意图、观点和情感连结起来，从而在师生间产生共鸣性的情感反应，有利于创造良好的课堂气氛。焦虑是教师对当前或预计到对自尊心有潜在威胁的任何情境所具有的一种类似于担忧的反应倾向。只有当教师焦虑适中时，才会激起教师努力改变课堂现状，避免呆板或恐慌反应，从而推动教师不断努力以谋求最佳课堂气氛的出现。

## 2. 学生的因素

首先，学生对集体目标认同，个人需求与课堂教学目标一致，能使集体的士气高涨，提高活动效率；当学生个人目标融入集体目标之中，良好课堂气氛的形成有了必要前提。

其次，学生遵守纪律的自觉性高，有良好的品德和守纪律的习惯，有利于形成良好的课堂气氛。

## 3. 课堂物理环境因素

课堂物理环境是指教学时间和空间因素构成的特定的教学环境，包括教学的时间安排、班级规模、教室内的设备、教具、声响、光线、空气、气温、座位编排等。

### （三）创设良好课堂气氛的条件

影响课堂管理的因素很多，社会和学生对教师的定型期望、班集体的特点、学校领导的管理类型、教师自身的素质等都在不同程度上和不同层次影响着教师的课堂管理方式。

1. 正确地鉴定分析课堂气氛，这是营造良好课堂气氛的前提和基础。
2. 以积极的情感感染学生，师生之间形成情感共鸣。
3. 抓典型、树榜样、立威信，使学生明确应遵守的行为规范和应追求的发展目标。
4. 妥善处理矛盾冲突，主动承担责任，给学生做出良好榜样。

## 七、课堂纪律管理

### （一）课堂纪律概述

#### 1. 课堂纪律的含义

课堂纪律是为保障或促进学生的学习而设置的行为标准及对学生课堂行为施加的控制。课堂纪律具有约束性、标准性和自律性三大特征。

#### 2. 课堂纪律的类型

根据课堂纪律形成的途径，可以将课堂纪律分成以下四种类型：

##### （1）教师促成的纪律

所谓教师促成的纪律，主要指在教师的帮助指导下形成的班级行为规范。

##### （2）集体促成的纪律

集体促成的纪律主要是指在集体舆论和集体压力的作用下形成的群体行为规范。

##### （3）任务促成的纪律

所谓任务促成的纪律，主要指某一具体任务对学生行为提出的具体要求。这类纪律在学生的学习过程中占有重要地位。

##### （4）自我促成的纪律



简单说就是自律，是在个体自觉努力下外部纪律内化而成的个体内部约束力。自我促成的纪律是课堂纪律管理的最终目的。

## （二）课堂结构

学生、学习过程和学习情境是课堂的三大要素，这三大要素的相对稳定的组合模式就是课堂结构。它包括课堂情境结构与课堂教学结构，都对课堂纪律有着重要的影响。

### 1. 课堂情境结构

课堂学习情境的安排上要考虑以下几个方面：

#### （1）班级规模的控制

过大的班级规模限制了师生交往和学生参加课堂活动的机会，阻碍了课堂教学的个别化，因而有可能导致较多的纪律问题，从而间接影响学习成绩。然而过小规模的班级又不经济，所以中小学班级最好以 25~40 人为宜。

#### （2）课堂常规的建立

课堂常规，也就是教室常规，是每个学生必须遵守的最基本的日常课堂行为准则。从上课、发言、预习、复习、作业，到写字姿势、自修、教室整洁，课堂常规为学生提供了行为标准，具有约束和指导学生的作用。

#### （3）学生座位的分配

研究表明，分配学生座位时，最值得教师关注的应该是对人际关系的影响，因此分配座位时，一方面要考虑课堂行为的有效控制，预防纪律问题的发生；另一方面要考虑促进学生间的正常交往，并有助于学生形成良好的人格特征。

### 2. 课堂教学结构

课堂教学结构是在一定的教育思想的指导下为完成一定的教学目标，对构成教学的诸因素在时间、空间方面所设计的比较稳定的、简化的组合方式及其活动程序。

课堂教学结构的安排要考虑以下几个方面：

#### （1）教学时间的合理利用

通常情况下，用于学业活动的时间越多，学习成绩便越好。因此，不应该使他们把过多的时间花费在等待教师帮助、上课做白日梦以及在课堂里嬉闹等方面。解决这一问题的关键就在于建立完善的课堂秩序，有效地将学生吸引到学业学习上来，使花费在维持纪律上的时间减少到最低限度。

#### （2）课程表的编制

课程表是课堂教学有条不紊进行的保证。在编制中要注意：

第一，尽量将语文、数学、外语等核心课安排在学生精力最充沛的上午第一二三节课，而将音乐、美术、体育、习字等技能课安排在下午。

第二，文科与理科、形象性与抽象性学科应交错安排，避免学生产生疲劳和厌烦。

第三，新、老教师教平行班的时间间隔要不同，新教师间隔时间短，以保证第二班的教学效果更优；老教师间隔时间长，以避免简单重复产生乏味感。

#### （3）教学过程的规划

良好的教学设计是维持课堂纪律的又一重要条件。不少纪律问题是因为教学过程规划不合理造成的。

因此无论是教学目标的设立，还是教学方法的选择，教师都应认真对待。

### （三）课堂纪律的发展阶段

根据科尔伯格道德发展的阶段理论，对不同年龄阶段儿童的纪律发展水平分为四个阶段：

**1.反抗行为阶段。**4-5岁之前的儿童多处于这一阶段，这一阶段的儿童，他们的行为中经常表现出对抗性，拒绝遵循指示、要求，需要给予大量的注意；他们很少具有自己的规则，但是畏于斥责、可能遵循他人的要求。

**2.自我服务行为阶段。**5-7岁的儿童，多处于这一阶段。这一阶段的学生是以自我为中心的，但是在课堂上比较容易管理，因为他们所关心的是行为后果“对我意味着什么”，是奖励还是惩罚。

**3.人际纪律阶段。**大多数中学生。关心自己在别人心目中的形象，希望别人喜欢自己。你让他们安静下来，他们就会安静下来。

**4.自我约束阶段。**能够明辨是非，理解遵守纪律的意义，能够自我约束。

### （四）维持课堂纪律的策略

**1.建立有效的课堂规则。**课堂规则是课堂成员应遵循的课堂基本行为规范和要求。积极、有效的课堂规则有以下特点：第一，由教师和学生充分讨论，共同制定；第二，尽量少而精，内容表达多以正面引导为主。

**2.合理组织课堂教学。**教师应做到：首先，增加学生参与课堂的机会；其次，保持紧凑的教学节奏，合理布置学业任务；再次，处理好教学活动之间的过渡。

**3.做好课堂监控。**教师应能及时预防或发现课堂中出现的一些纪律问题，并采取言语提示、目光接触等方式提醒学生注意自己的行为。

**4.培养学生的自律品质。**促进学生形成和发展自律品质，是维持课堂纪律的最佳策略之一。教师应做到：首先，教师要对学生提出明确的要求，加强课堂纪律的目的性教育；其次，引导学生对学习纪律持有正确、积极的态度，产生积极的纪律情感体验，进行自我监控；最后，集体舆论和集体规范是促使学生自律品质形成和发展的有效手段，教师应对其加以有效利用。

## 八、课堂问题行为及其应对

课堂问题行为是指学生在课堂中发生的违反课堂教学规则、妨碍及干扰课堂教学活动的正常进行或影响教学效率的行为，是需要予以控制、矫正和防范的课堂学生行为。

### （一）课堂问题行为的类型

奎伊等人 在其研究的基础上，把课堂问题行为分为人格型、行为型和情绪型。

1.人格型问题行为带有神经质特征，常常表现为退缩行为

2.行为型问题行为主要具有对抗性、攻击性或破坏性特征

3.情绪型问题行为主要是由于学生过度焦虑、紧张和情绪多变而导致社会障碍的问题行为

我国学者将课堂问题行为分为：违纪行为和心理问题行为两类。前者包括隐蔽性违纪行为、轻度矛

盾冲突、不遵守作息制度、扰乱行为和小恶作剧等；后者包括人格型问题行为和情绪型问题行为。

## （二）课堂问题行为产生的原因

### 1.学生的因素

#### （1）适应不良

也叫个体人格的适应不良，是指个体不能很好地根据环境的要求改变自己，或个体不能积极作用于环境并改造环境，由此产生的各种情绪上的干扰。学校中常见学生人格适应不良的症状是注意广度低、多动、寻衅闹事、学术志向水平低和人格的不成熟等。

#### （2）厌烦

教学内容不适合学生的程度和水平，太难或太容易，都会使学生对学习失去信心或兴趣，感到索然无味；而教师教学方法的过于单调或语言平淡，也会使学生感到厌烦，失去学习的积极性。

#### （3）挫折与紧张

在课堂教学中，教师提出的学习和行为上的要求，不可能适合每个学生的情况，这就不可避免地会使有的学生面临失败或挫折的威胁。而挫折容易使学生紧张、积累到一定程度就会导致发泄、寻衅闹事。也有的学生采取逃避的方式，表现出回避批评、嘲笑及被人抛弃的不利情境的退缩性问题行为。

#### （4）寻求注意与地位

有些学习差生知道自己在学习方面不可能得到教师和其他同学的注意和认可，但他发现，教师为维持课堂教学秩序对问题行为比较注意，于是他就会故意出现某些问题行为，以引起教师或同学的注意，并获得自己在班级中的地位。

#### （5）过度活动

过度活动的学生，有的是由于有情绪冲突，有的是由于脑功能失调，使他们对于刺激过于敏感或有过度反应的倾向，因而在课堂上对一些无关刺激也易作出反应而造成问题行为。主要表现为注意力无法集中在课堂上，行为冲动，容易扰乱课堂秩序。对于由于生理原因造成问题行为的学生要热情交往，帮助他们学会控制自己的冲动，而不要滥用药物。

#### （6）性别差异

一般说来，男学生的问题行为比女生要多一些。这既可能是由于男孩语言技能发展较慢，导致其社交学习较晚造成的；也可能是因为低年级中女教师多，而使男生出现了学习适应上的困难。

### 2.教师的因素

**（1）要求不当：**有的教师要求过严，学生动辄得咎，造成师生矛盾和冲突逐渐尖锐化；有的教师则要求过低，只要学生不惹是生非，其他一概不管，这样课堂纪律必然涣散。

**（2）滥用惩罚手段：**惩罚虽能迅速而有效地制止课堂问题行为、但若不分青红皂白地惩罚，则会降低教师在学生中的威信，使学生产生怨恨情绪，从而诱发攻击性或退缩性问题行为。

**（3）教师缺乏自我批评精神：**当问题行为严重干扰课堂教学时，教师常对学生严厉惩处，而很少引咎自责，这更会加剧学生的不满情绪，导致问题行为变本加厉。此外，教师教学内容与方法不当，营造过于强烈的竞争氛围，也会引起不同的问题行为。

### 3.环境因素

**（1）家庭因素。**单亲家庭的孩子可能自制力差，极易冲动，容易产生对抗性逆反行为。

父母不和、经常打闹的家庭的孩子，在课堂上会表现出孤僻退缩、烦躁不安。有的家长对孩子过于溺爱，容易造成孩子的自我中心，放荡不羁，促使孩子产生问题行为。

(2) **大众媒体**。现在正处于信息时代，但是大众媒体也对学生产生了消极的影响。一些暴力、色情等低级庸俗的内容激发学生去效仿，这些行为能延伸到课堂上。

(3) **课堂内部环境**。课堂内部环境，诸如课堂内的温度、色彩、课堂气氛、课堂座位的编排方式等都会对学生的课堂行为产生十分明显的影响。

### (三) 课堂问题行为的处置与矫正

#### 1. 制订适宜的教学计划

获得学习成就是学生的根本需要。因此，教学计划中的教学目标、内容和方法必须要适合学生的程度和水平，使学生通过学习能取得较满意的成绩或成就，提高学生的自信心和自尊心。同时，较好的学业成就也能缓解学生的焦虑情绪，提高其在班集体和家庭中的地位，改善其人际关系，从而使其能更好地适应课堂环境。

#### 2. 帮助学生调整学习的认知结构

新的学习任务常会打破学生原有的知识结构，因此，这一阶段常会出现问题。如果这时学生处于良好的认知准备状态，从而顺利完成认知结构的转换，那么学生就能进一步增强学习的信心和能力。否则，学生就会产生焦虑，不知所措。所以，教师在引进新知识、新内容时，要交代清楚它的来龙去脉，把新知识与旧知识联系起来，也就是把新知识整合到学生头脑中已有的认知结构中去、使他们具备进行新的学习的知识结构基础。

#### 3. 给予精确而严格的指导

一般来讲，学生对于自己的课堂作业是严肃认真的，但他们往往准备不足，不知道该怎么办，因而产生问题行为。因此，教师应给予学生清晰的指导，包括学生将做什么、为什么做、怎样做、怎样获得帮助以及完成课堂作业后干什么、完成作业需要多少时间、不能按指定时间完成时该怎么办等，这样才能使学生得到足够的信息。否则，学生会有一种不确定的感觉，就会反复提出问题或表现出急躁、厌烦和焦虑，甚至产生问题行为。指导除言语方式外，还可以采用写黑板字、放投影或用纸写指导语等多种形式。

#### 4. 建立良好的教学秩序

良好的教学秩序会营造出愉快、和谐的课堂气氛，从而使教师与学生情绪平静、思维活跃，减少问题行为的发生。而建立良好的教学秩序，首先就要建立合理的课堂结构，也就是良好的课堂情境结构和良好的课堂教学结构。

#### 5. 协调同伴关系

有课堂问题的学生，往往表现出人际关系适应不良。因此，教师必须为他们创设一个良好的人际环境，创设更多的让他们在班集体中发挥才能和积极作用的机会，使他们能得到同伴的同情、尊重和认可，从而提高他们的自信心和在班级中的地位，同时，还要注意制止学生中对他们伤害的行为，如讽刺、挖苦、嘲笑等等。

## 6.与家长合作

亲子关系对于形成和纠正问题行为是十分重要的。所以，教师必须主动地与家长合作，互通信息，共同配合，采取有效措施纠正学生的不良行为，促进学生积极行为的发展。

## 7.行为矫正与心理辅导

对已经产生问题行为的学生，就要采取行为矫正和心理辅导的方法来处理。

行为矫正是强化学生的良好行为，排除不良行为的一种方法。这实际上是一种行为疗法，具体步骤是：①确定需要矫正的问题行为；②制定矫正问题行为的具体目标；③选择适当的强化物与强化时间的安排；④排除维持或强化问题行为的刺激；⑤以良好行为逐渐取代或消除问题行为。行为矫正必须以师生的密切配合为前提。

对复杂问题行为，尤其是那些由内在刺激引起与维持的问题行为，矫正效果并不显著，需要心理辅导来解决。心理辅导主要是通过改变学生的认知、信念、价值观念、道德观念来改变学生的外部行为。



# 本节自测

### 单项选择题

1.学生在课堂中发生的违反课堂教学规则、妨碍及干扰课堂教学活动的正常进行或影响教学效率的行为叫做（ ）。

- A.差生行为                      B.课堂问题行为                      C.逆反行为                      D.心理障碍行为

2.影响课堂气氛的主要因素不包括（ ）。

- A.教师的因素                      B.学生的因素                      C.学校的因素                      D.课堂物理环境因素

3.张晓明在课堂上经常表现出对抗、攻击等行为。按照问题行为的类型划分，这种问题行为属于（ ）。

- A.人格型问题行为                      B.行为型问题行为  
C.智力型问题行为                      D.情绪型问题行为

4.张老师通常认为学生只要学习成绩好，其他的表现都无关紧要。这体现的心理效应是（ ）。

- A.首因效应                      B.近因效应                      C.晕轮效应                      D.刻板效应

5.高一三班的学生能够明辨是非，理解遵守纪律的意义，能够自我约束。这体现的课堂纪律类型是（ ）。

- A.反抗行为阶段                      B.自我服务行为阶段  
C.人际纪律阶段                      D.自我约束阶段

## 第二节 班主任与班级管理



### 【真题再现】

【2017 年上全国教资真题】【简答题】简述班主任培养班集体的主要方法。



### 【学习目标】

考点	目标	自测
班主任的工作内容	识记	还记得班主任工作的前提和中心环节分别是什么吗？
班主任的个别教育工作	掌握	如何对后进生进行教育？
良好班集体的特征	识记	良好班集体的根本标志是什么？
培养班集体的方法	识记	请复述如何培养班集体？
课外活动的特点	识记	课外活动的自愿性和自主性怎么区分？
课外活动的组织形式	理解	针对不同的课外活动组织形式，各举一例。
学校与家庭的协调	了解	请列举你所知道的家校协调的常用方式
学校与社会的协调	了解	请列举你所知道的学校与社会协调的常用方式



### 【内容梳理】

#### 一、班主任的概念

班主任是指在学校中全面负责一个教学班学生的思想、学习、健康与生活等工作的教师，是班级的组织者、领导者和教育者。

#### 二、班主任的地位和作用

##### （一）班主任是班级建设的设计者

班级建设的设计是指班主任根据学校的整体办学思想，在主客观条件许可的范围内所提出的相对理想的班级模式，包括班级建设的目标、实现目标的途径、具体方法和工作程序。其中，又以班级建设目标的制定最为重要。

班级管理的设计，主要依据两个方面因素：一是国家的教育方针、政策和学校的培养目标；二是班级群体的现实发展水平。

## （二）班主任是班级组织的领导者

班主任在班级管理中的影响力主要表现在两个方面：

- 1.班主任的权威、地位、职权，这些构成班主任的职权影响力；
- 2.班主任的个性特征与人格魅力，这些构成班主任的个性影响力。

## （三）班主任是协调班级人际关系的主导者

班主任主要协调好三大类关系。

第一，协调学校内部各种教育因素之间的关系：

（1）协调与任课教师之间的关系：班主任必须与任课教师团结协作，班主任要经常与任课老师沟通本班学生的情况，班主任应经常听取任课老师的意见，班主任应邀请任课教师参加指导班级活动；

（2）协调与学校各级领导之间的关系；

（3）指导和协助共青团、少先队工作。

第二，协调学校教育家庭教育之间的关系。

第三，协调学校教育与社会教育之间的关系。

## 三、班主任的工作内容及方法

班主任的工作内容主要涉及以下八个方面：了解学生、组织和培养班集体、建立学生档案、个别教育、组织班会活动和课外活动、协调各种教育影响、操行评定、写好班主任工作计划与总结。

### 1.了解和研究学生

了解和研究学生是班主任工作的前提和基础。班主任了解和研究学生包括对学生个体的了解和对学生群体的了解两个方面。

班主任一般采用四种方法了解和研究学生：

（1）观察法：这是班主任了解学生最基本的方法。

（2）谈话法：这是班主任了解学生、管理班级时常用的一种方法。通过集体谈话和个别谈话深入了解真实可靠的信息。

（3）书面材料和学生作品分析法：班主任可以通过书面问卷调查、心理测验等书面材料以及学生的作业了解学生。

（4）调查访问：这是一种间接了解学生的方法。班主任可以通过家访、走访学生前任班主任或任课教师等，了解学生个体或群体的成长经历，深入了解有关背景原因。

### 2.组织和培养班集体

组织和培养班集体是班主任工作的中心环节。班主任应有计划、有组织地在短时间内有效地组建班集体。班级组织建构的首要原则是有利于教育原则。

### 3.建立学生成长档案

班主任在全面了解学生的基础上，对掌握的材料进行分析处理，并将整理结果分类存放起来，即建

立学生的档案。建立学生成长档案一般分为四个环节：收集——整理——鉴定——保管。

#### 4.组织班会活动和课外活动

班会是以班级为单位，在班主任指导之下，一般由学生干部主持进行的全班性会务活动。班会活动具有集体性、自主性和针对性的特点。

班会的种类：常规班会、生活班会和主题班会。其中，主题班会是班级活动的主要形式。主题班会是班主任依据教育目标，指导学生围绕一定主题，由学生自己主持、组织进行的班会活动。组织主题班会一般要经过以下几个阶段：（1）确定主题；（2）精心准备；（3）具体实施；（4）效果深化。

#### 5.协调各种教育影响

班主任要对班级实施有效的教育与管理，必须要争取校内外各种教育力量的配合，调动各种积极因素。具体内容包括：

- （1）充分发挥本班任课教师的作用；
- （2）协助和指导班级团队活动；
- （3）争取运用家庭和社会教育力量。

班主任要与学生、家庭和社会有关方面取得联系，加强学生的思想政治工作。具体如下：

- （1）借助社会力量到学校来影响学生；
- （2）把学生有组织、有目的地放到社会上去接受积极影响；
- （3）学校与社会合作，形成有组织的来往，使其成为班级活动的一部分。

#### 6.操行评定

操行评定是以教育目的为指导思想，以《学生守则》为基本依据，对学生一个学期内在学习、劳动、生活、品行等方面的小结与评价。

操行评定步骤：（1）学生自评；（2）小组评议；（3）班主任评价；等级一般分为优、良、中、差，但“差”等应慎用；（4）信息反馈。

操行评定要求：（1）操行评语要实事求是，抓住主要问题，有针对性，能反映学生思想品德的全面表现和发展趋向；（2）要充分肯定学生进步，适当指出他们不足；（3）文字要简明、具体、贴切，严防用词不当，伤害学生情感，造成家长误解。

#### 7.班主任工作计划与总结

班主任工作计划一般分为学期计划、月或周计划以及具体的活动计划。学期计划的基本内容有：（1）本班学生基本情况分析；（2）本学期的主要教育任务；（3）具体工作内容及时间安排；（4）各项工作的执行人员；（5）检查和督促的措施。

班主任工作总结是指班主任对一个时间段（一般是一学期，或一学年）的整个班级工作过程、状况和结果根据一定的标准做出全面的、恰如其分的评估。做好总结应注意两点：平时注意对班主任工作经历的积累；注意做阶段小结。

#### 8.个别教育工作

##### （1）优等生的个别教育

优等生，又叫“优秀生”或“先进生”，是指那些品学兼优，在德、智、体、美、劳诸方面都得到较全面发展的学生。



对优等生的教育：①严格要求，防止自满。②不断激励，提高抗挫折能力。③消除嫉妒，公平竞争。  
④发挥优势，带动全班。

### （2）中等生的个别教育

中等生，又叫“一般学生”或“中间生”，是指那些在班级中各方面都表现平平的学生。

对中等生的教育：①重视对中等生的教育。②根据中等生的不同特点有的放矢地进行个别教育。③给中等生创造充分展示自己才能的机会，增强他们的自信心。

### （3）后进生的个别教育

后进生是指那些在学业成绩和思想品德等方面均暂时落后的学生。典型特征：求知欲不强，学习能力较低，意志力薄弱，没有良好的学习习惯；自卑，多疑心理和逆反心理严重；缺乏正确的道德观念和分辨是非、善恶的能力。

对后进生进行教育：

- ①关心热爱与严格要求相结合。
- ②培养和激发学习动机。
- ③善于发掘后进生身上的“闪光点”，增强其自信心和集体荣誉感。
- ④针对后进生的个别差异，因材施教，对症下药。
- ⑤对后进生的教育要持之以恒。

## 四、班集体的培养

### （一）班级与班集体的概念

班级是学校为实现一定的教育目的，将年龄和知识程度相近的学生编班分级而形成的，有固定人数的基本教育单位。

班集体是在教育目的规范下的、由具有明确的奋斗目标、坚强的领导核心及良好纪律和舆论的班级学生所组成的活动共同体。

### （二）班集体形成的阶段

从其初步形成到巩固成熟是一个连续的动态的过程，一个优秀学生班集体的形成，一般要经过如下过程：

#### 1.初建期的松散群体阶段

这一阶段是指班级组建之初，班级成员互不相认，每位同学只是按照课表进入同一教室上课或根据班主任统一安排参与共同活动。同学彼此之间处在新奇而互相观察状态，共同对班主任的依赖性较强，班级工作主要由班主任主持。这一时期是班主任工作最繁忙的时期。

#### 2.形成期的合作群体阶段

这一阶段的班级学生在经历初始阶段的共同学习与生活后，彼此开始熟悉，并产生了一定人际关系，通过正式与非正式的交往也形成了各种小团体或小交际圈。这一时期是班主任培养班级骨干的重要时期。

#### 3.成熟期的集体阶段

这一阶段的班级已有了明确的、共同认可的奋斗目标，班级已经形成了坚强的核心，班干部已有了

独立主持班务的能力，学生已有了较强的自我教育能力，班集体形成了良好的舆论氛围和民主团结的风气。

### （三）班集体形成的标志

- 1.共同的奋斗目标。
- 2.有力的领导集体。
- 3.健全的规章制度。
- 4.健康的舆论与良好的班风。
- 5.学生个性的充分发展。

### （四）培养班集体的方法

#### 1.确定班集体的发展目标

目标是班集体形成的基础条件，是集体发展的方向和动力。班集体的发展目标一般可分为近期、中期、远期目标三种，目标的提出应由易到难，由近到远，逐步提高。

在实现班集体目标的过程中，教师要充分调动班级成员的积极性，使实现目标的过程成为教育与自我教育的过程。

#### 2.建立得力的班集体核心

建立班集体的核心队伍，首先教师要善于发现和培养积极分子。这就需要教师在了解学生的基础上，及时发现并选拔出热心为集体服务、团结同学且具有一定管理能力的学生干部；其次，教师应把对积极分子的使用与培养结合起来。

#### 3.建立班集体的正常秩序

班集体的正常秩序包括必要的规章制度、共同的生活准则以及一定的活动节律。班主任在刚接到一个班级时，首先就要做好这项工作。在建立正常秩序的过程中，教师要依靠班干部的力量，由他们来带动全班同学；一旦初步形成了班级秩序，不要轻易去改变它；不断让学生体验到正常的秩序对他们的学习、生活所带来的便利与成效。

#### 4.组织形式多样的教育活动

班级教育活动主要是由日常性的教育活动与阶段性的教育活动两部分组成的，所涉及的内容有主题教育活动、文艺体育活动、社会公益活动等。

班主任在组织各种教育活动时，要有明确的目的和要求，精心设计活动内容；注意形式的适龄化，力争把活动开展过程变成教育过程。

#### 5.培养正确的集体舆论与良好的班风

正确的舆论与良好的班风是班集体形成的重要标志。班集体的舆论是班集体生活与成员意愿的反映。正确的班集体舆论是一种巨大的教育力量，对班集体每个成员都有约束、激励的作用，是教育集体成员的重要手段。良好的班风是班集体大多数成员精神状态的共同倾向与表现。

## 五、课外活动的组织

### （一）课外活动的概念

课外活动是指在课堂教学之外，由学校组织指导的，用以补充课堂教学，实现教育方针要求的一种教育活动，是根据受教育者的需要和自己的能力以及教育教学的需要，在教育者的直接或间接指导下，来实现教育目的的一种活动。

### （二）课外活动的特点

#### 1.参加的自愿性

学校对学生参加课外活动虽有一定的要求，但这种要求是有灵活性的。学生可以按照自己的兴趣、爱好、特长和才能，根据自由选择的原则，自愿参加一项或几项课外活动。

#### 2.内容的广泛性

活动内容在围绕实现培养目标这一前提下，可广泛涉及科学知识的学习、探索和应用，能力的培养和发展，道德言行的锻炼和养成，以及各种社会实践活动。

#### 3.行动的自主性

课外活动是在教师、辅导员的指导下，由学生独立自主地进行活动，它强调鼓励学生自己动脑动手，充分做到自主、自治、自理，培养学生独立自主的意识、精神和能力。

#### 4.组织的灵活性

灵活性表现为活动的内容、要求、规模、时间、场地、形式以及参加活动的学生等，都可依据活动本身的特点、学生的兴趣爱好和才能特长、学校或校外指导的力量，以及校内外各种环境条件等具体情况，做出灵活多样的组织和安排。

#### 5.活动的实践性

课外活动是学生自己设计、自己创造条件、自己动手进行的活动，具有很强的实践性。

### （三）课外活动的主要内容

班级课外活动内容十分丰富，具体包括：班会、科技活动、文体活动、节日纪念日活动、社会公益活动、课外阅读活动及其他活动。

**1.班会：**班会一般排在课表中，每周一次，由班主任、班委会成员或其他同学来主持。根据是否有明确教育主题分为主题班会和常规班会两种形式。主题班会通常进行主题教育；常规班会则总结班级工作、布置班级计划、计划集体建设情况等。

**2.科技活动：**班级的科技活动可以通过科技班（队）会，科技参观，科技兴趣小组三种形式来进行。

**3.文体活动：**联欢会是经常采用的文艺活动形式，其他还有生日会、朗诵或辩论赛、班级才艺展示或大赛等。班主任还可以组织各种文体小组，利用课余实践开展小型体育竞赛，来达到锻炼身体、陶冶情操的教育目的。

**4.节日纪念日活动：**利用中秋节、国庆节、父亲节、母亲节等中外传统节日或纪念日开展歌咏比赛，感念亲情等活动，进行爱国、感恩等相关主题教育。

**5.课外阅读活动：**与各科教师相互配合，推荐阅读科目，建立班级图书室或图书角，定期或不定期

召开读书心得交流会，开展好书推荐等活动。扩展学生的知识面，培养学生的阅读习惯。

**6.其他班级活动：**包括学习经验交流会，知识或智力竞赛，自我服务性劳动，社会公益劳动，社会调查或参观等等。

#### （四）课外活动的组织形式

##### 1.群众性活动

群众性教育活动是一种面向多数或全体学生的带有普及性质的活动。

##### 2.小组活动

小组活动是课外活动的主要形式。小组活动以自愿组合为主，根据学生的兴趣、爱好和学校的具体条件，进行有目的、有计划的经常性活动。课外活动小组大致分为学科小组、劳动技术小组、文艺小组和体育小组等。小组活动的特点是自愿组合、小型分散、灵活机动。

##### 3.个别活动

它是指学生在教师指导下，在课外、校外单独进行的活动。它往往与小组或群众性活动相结合，由小组或集体分配任务，根据个人的兴趣和才能单独进行。个人活动能充分发展学生自己的兴趣爱好，丰富和充实学生的精神生活，培养学生独立完成作业的能力。

#### （五）课外活动组织管理的要求

##### 1.要有明确的目的

课外活动是实现教育目的的重要途径。每项活动都要有明确而具体的目的，防止出现“为活动而活动”的形式主义倾向。同时，课外活动作为学校教育的组成部分，应纳入学校工作的整体计划之中。在具体开展活动时应有周密的计划，以保证活动有序进行，并取得良好的效果。

##### 2.活动内容要丰富多彩，形式要多样化，要富有吸引力

课外活动要充分考虑到参加活动的学生的兴趣爱好和特长，要符合他们的年龄特征。课外活动的内容和形式应强调科学性、知识性和趣味性，让知识教育、思想教育寓于生动活泼的形式之中，使活动本身对学生具有强烈的吸引力，使他们乐于参加各项课外活动。

##### 3.发挥学生的积极性、主动性，并与教师的指导相结合

学生集体和个人是课外活动的主体，活动的开展主要依靠他们的积极性和主动性。教师在活动中要让学生独立思考，注意培养他们的创造精神和创造能力。同时，在活动中应重视发挥教师的指导作用，当学生遇到困难时，教师要给予鼓励和帮助，为学生创造和提供活动的条件。

## 六、学校、家庭、社会的合作

#### （一）学校与家庭的合作

班主任与家长合作是指班主任与家长之间双向互动、相互信任，以协调家长和学校的关系，使家庭教育与学校教育协调同步，形成教育合力，彼此协作配合，促进孩子的健康成长。

一般而言，家校协调的常用方式主要包括：家访、班级家长会、家长学校、家长委员会、家长沙龙。

### 1.家访

为了使家访收到实效，要注意以下几点：

- (1) 明确家访目的，即每次家访不可例行公事，更不可盲目进行。
- (2) 分析家访对象、选择家访时机，并选择与家长沟通访谈的恰当方式。
- (3) 注重家访后期追踪，有针对性地调整后续的教育方式。

### 2.班级家长会

这是一种传统的家校合作方式，其主要目的是使家长与班主任及学科教师直接面对面地集中沟通，交流意见或建议，增进互信理解与支持，共同为学生进一步发展协调配合。

### 3.家长学校

家长学校是组织学生家长学习进修的教育机构。家长在专业教师的引领指导下，学习教育学、心理学方面的知识，以及教育子女的方法，由此，能更好地配合班主任教育孩子，做好班级管理工作。

### 4.家长沙龙和家长委员会

家长沙龙是以家长为主体，以学生学习成长为中心，以教师及专家学者为咨询指导，旨在提高家长教育素养，提升教育理念，转变传统教育观念，实现以家庭教育为突破口，最终形成教育合力的一种形式。

家长委员会由关心学校、关心教育事业，具有教育子女经验的家长代表组成，其主要职责是参与学校和班级的教育与管理，协助做好学生教育工作。

## (二) 学校与社会的协调

对于班主任而言，与社会协调，整合社会教育资源，应通过“走出去、请进来”的方式，保持与社会的密切联系，具体可归结为以下两种形式。

### 1.依托社区的教育委员会

社区教育委员会是在当地政府领导下，对学校实行教育行政领导与管理的组织机构。教师可以主动邀请他们以多种形式指导并参加班级的某些活动，减少学校与社会之间的屏障，拉近学生与社会的距离，促进学生的社会化发展。

### 2.建立校外教育基地

各种校外教育基地主要是指少年宫、少年科技站、博物馆、各种业余学校等。这些机构在一定程度上弥补了学校教育的不足，在培养儿童和青少年不同兴趣爱好和特长方面发挥着重要的作用。



## 本节自测

### 单项选择题

- 1.良好班集体形成的重要标志是（ ）。
 

A.有明确的奋斗目标
B.有健全的组织系统和领导核心

C.形成了正确的舆论和良好的班风
D.有严格的规章制度与纪律
- 2.班主任做好班级工作的前提和基础是（ ）。

A.了解和研究学生

B.培养和组织集体

C.做好个别教育工作

D.协调各方面对学生的要求

3.训练班级成员自己管理自己、自己教育自己、自主开展活动的最好载体是（ ）。

A.班主任

B.兴趣小组

C.少先队

D.班集体

4.张老师班上的班干部已有了独立主持班务的能力，学生已有了较强的自我教育能力。这表明该班级的发展阶段是（ ）。

A.初建期

B.形成期

C.成熟期

D.完善期

## 第三节 教师心理



### 【真题再现】

1. 【2016 年上全国教资真题】孟老师近期工作比较消极，漠视学生的存在，对学生态度麻木，缺乏应有的尊重。依据职业倦怠的特征，孟老师的这些表现属于（ ）。

- A.情感枯竭 B.去人性化 C.成就感低 D.知识枯竭

2. 【2015 年下全国教资真题】李老师不仅掌握了所教学科的定理法则而且还能分析学生的心理特点与教学策略的密切关系，这主要体现了李老师的哪种教学能力？（ ）

- A.教学监控能力 B.教学操作能力 C.教学认知能力 D.教学反思能力



### 【学习目标】

考点	目标	自测
教师的角色	了解	结合实际谈谈你对教师角色多样性的理解。
教师的心理特征	理解	什么是教师的教学认知能力？
教师成长心理	识记	教师专业成长的三个阶段核心区别在哪里？
教师的心理健康	掌握	教师职业倦怠有哪三种表现？



### 【内容梳理】

## 一、教师角色心理

### （一）教师角色的含义

教师角色，指教师按照其特定的社会地位承担起相应的社会角色，并表现出符合社会期望的行为模式。

教师职业角色最大的特点是多样化！

### （二）教师角色的构成

#### 1. “家长代理人”的角色

在许多学生和家长眼里，教师是父母的化身。学生入学后常常自然地把许多父母具有的特征、行为模式，把与父母相处的经验、体会，推及到自己与教师的交往中。所以教师在课堂上、学习上是老师，在生活上长辈和父母。

这一角色在教师身上的积极意义主要在于，它激发教师产生一种对学生的父爱和母爱，产生“监护

人”的作用；消极意义主要是教师可能会出现家长制作风，认为学生就像他的“孩子”一样可以任意处置，以致形成不良的师生关系。

## 2. “学生楷模”的角色

在学生心目中，教师是知识的源泉，是智慧的替身与行为的典范，教师所有的举止言行都无疑成为学生模仿和学习的表率，在学生心灵上打下深深的烙印。

## 3. “知识传授者”的角色

这是教师职业的中心角色。教师的主要功能是传授知识，指导学生学会学习，培养学生的各种能力，促进他们的智力发展，教师的这一角色主要是通过教学活动来实现的。

## 4. “严格管理者”的角色

这个角色主要表现在教师是学生集体的领导者和纪律的执行人两方面。教师作为学生班级的管理者，应有计划地去培养班集体，创造一种和谐、民主、进取的集体环境，形成良好的班风，运用奖罚来控制调节学生的活动，帮助学生形成“律己”的习惯，加强自我管理。

## 5. “心理调节者”或“心理医生”的角色

随着人们对心理健康重要性的认识，“心理调节者”是当代教师不可忽视的重要角色。这个角色主要是帮助学生学习和适应更有效的生活方式；掌握心理疏导技术，减轻、消除心理压力和矛盾，帮助学生学会主动调节自己的情绪，以保持积极向上的精神状态；对较差的学生给予较多的关怀，消除其压抑感；了解学生常见的心理异常症状，及时发现问题；尊重学生的个别差异，帮助学生形成健康人格等等。

## 6. “学生的朋友和知己者”的角色

在日常生活中，教师有时还需要淡化他的地位角色，成为值得学生信赖的朋友和知己，对待学生热情、友好、同情、平等、民主，保持良好的师生关系。

# （三）教师角色的形成

## 1. 角色认知阶段

角色认知是指角色扮演者对某一角色行为规范的认知和了解，知道哪些行为是合适的，哪些行为是不合适的。

## 2. 角色认同阶段

教师角色的认同指个体亲身体验接受教师角色所承担的社会职责，并用来控制和衡量自己的行为。

## 3. 角色信念阶段

信念是个体确信并愿意以之作为自己行为指南的认识。信念表现在教师职业中就是为教育事业献身的精神。在此阶段中，教师角色中的社会要求转化为个体需要，形成了教师职业特有的自尊心和荣誉感。

# （四）教师角色冲突

## 1. 角色职能与角色期望的冲突

由于教师职业的社会意义与影响，教师活动的形式与内容常常成为社会公众期望的焦点，被寄以较多、较大的期望。这些期望又因不同的期望主体而有较大的差异性，不可能同时被满足，这就造成人们对教师的角色期望与教师角色职能之间相脱节。这些便形成了教师心理上的矛盾与冲突。



## 2. 社会角色定势与个体角色行为的冲突

人们头脑中存在着的较普遍的教师形象或一致的看法，构成社会对教师的角色定势。但是，一个教师在从事角色活动时，总是“以不跟他的自我概念与自我理想有根本冲突的方式来扮演这些角色”。况且教师是不同个性的人，他们对教师角色活动有不同的意识取向与价值认定，有不同的行为表现，这就使得教师个人的角色行为与社会上教师角色定势之间存在着较大的差异。这种差异，使不少教师因此受到他人对自己行为的期望冲击，甚至遭到非议与指责，在心理上产生矛盾与冲突。

## 3. 角色活动性质与角色活动成果的冲突

教育活动的成效具有较长的周期性。而且，教育活动始终是一种群体性的社会活动。教师个人很难说清自己在传授知识和培养学生方面究竟取得了哪些确切的成果。角色活动与活动的成就、个人的努力与他人的工作之间缺乏明确的界限，使得教师感到，自己的角色虽有明确的责任，但角色活动的成果却具有很大的“无形性”或“模糊性”。这种希望看到成果的需要与成果的“无形性”之间的矛盾，使一些教师产生心理上的困扰与挫折感。

## 4. 角色的责任要求与个人事业成就的冲突

这种冲突的实质是教师自我利益与他人利益之间的矛盾。教师作为现代社会中的一员，有追求个人事业、实现个人生活价值的成就需要，也有追求事业进展时的心理压力。但由于教师重大的社会责任和角色行为的表率作用，使其必须与学生随时维持某种持久、密切的关系，全副身心地投入教育教学之中，这就使教师自身的追求、个人事业成就因此而受到影响，加之角色活动成果的“无形性”，很难有事业上的成就感，于是角色冲突由此而产生。

## 5. 角色职责与不同价值间的冲突

无论是从角色职责，还是从社会文化的继承而言，教师一直是社会提倡的价值模范，且被作为一种价值传播的工具。今天，人们的价值观念发生了深刻变化，社会并存多元的价值观念与教师角色形成严峻冲突。比如，某些教学内容中蕴含着的价值观念与标准，并不完全合乎教师个人的价值观，但教学强调正面引导甚至灌输，教师就不得不在面对学生时压抑自己的价值观点。此外，教师自身的价值观念（特别是所谓的“传统”的价值观念）也常常与学生或年轻一代的价值观相对立，然而他们既要维持与社会意识形态相适应的价值观念，又不得不对学生的观念表示出某种宽容与理解。于是，教师在面对不同价值观念或对新旧价值观念调适时存在着心理冲突。

## 6. 群体组织特性与教师个人自我形象维护的冲突

社会心理学认为，角色个体所处组织机构的特性与社会声誉，会使个体获得相应的声誉或承受不同的心理压力。作为知识分子的教师，一直渴望自己的职业地位与角色活动受到社会的支持、赞誉，以维护强烈的自尊心；但他们在现实生活中发现，社会上人们对他们及其职业的态度与他们所渴望的职业地位和角色形象很不一致，加之“在所有的职业中，教师对于他处的机构控制性最低”，教师很难在学校组织的支持与帮助下，较自由地进行必要的社会人际交往。由于教师的社会关系较为单调，因此个人的自我形象受到一定的损害，心理上出现矛盾与冲突。

## 7. 职业劳动价值与职业劳动报酬的冲突

这是困扰教师最现实、最剧烈的心理冲突，教师对此的心理承受力，直接影响着他们从事教育活动或职业劳动的积极性。

教育对社会发展的促进价值和进步作用，决定了教师及其职业劳动应当具有较高的劳动报酬与经济待遇。在当前的商品经济环境中，社会其他职业的劳动报酬大幅度提高，教师的劳动报酬则远远低于社会一般职业，经济分配中出现“脑体倒挂”，甚至出现严重的拖欠教师工资情况。这样，教师就因自己的劳动价值与劳动报酬严重背离而对职业忧心忡忡，心理冲突剧烈，甚至离散心理严重，最终弃教“跳槽”。

## 二、教师的心理特征

教师的心理特征是指教师在教育教学实践活动中长期扮演的各种不同的角色并随之逐渐形成的特有的心理品质。教师的职业特点、社会角色决定了教师应具备一系列特定的心理品质，主要包括教师的认知能力、情感、意志和人格特征。

### （一）教师的认知特征

教师的认知特征包括其知识结构和教学能力。

#### 1. 知识结构

教师知识结构分为四个方面：**本体性知识、条件性知识、实践性知识和文化知识**，这四个方面共同构成教师的知识结构。

##### （1）本体性知识

教师的本体性知识是指教师所具有的特定的学科知识。

##### （2）条件性知识

条件性知识是指个体在什么时候、为什么以及在何种条件下才能更好地运用陈述性知识和程序性知识的一种知识类型。条件性知识，也就是具体的教育科学知识。

##### （3）实践性知识

实践性知识是教师积累的教学经验，是指教师在实现教学目的的行为中所具有的课堂情景知识以及与之相关的知识。

##### （4）文化知识

学生的全面发展在很大程度上取决于教师具有广泛而深刻的文化背景知识。具体说，教师的文化知识包括：基本哲学理论知识，包括辩证唯物主义和历史唯物主义的知识；现代科学和技术的一般常识，包括现代科学的一般原理和现代技术的本质内含；社会科学的理论与观点。

#### 2. 教学能力

教师的教学能力是教师从事教学活动，完成教学任务的能力，是教师专业能力的重要方面。现代教师的教学能力可以归结为以下四种：

##### （1）教学认知能力

主要是指教师对教学目标、教学任务、学习者的特点、某具体内容的教学方法与策略的选择以及教学情境的分析和判断能力，主要表现为：分析和领会教学大纲、课程标准的能力；分析处理教材的能力；对学生学习准备性和个性特点的了解和判断的能力。

##### （2）教学设计能力

是指教师事先对课堂教学的目标、内容、方法等重要的教学因素进行周密详细的计划和安排的能力，它主要包含以下几个方面：根据学生特点整合教学内容的能力；教学目标制定的能力；把握教材重点、难点的能力；根据教学内容选择恰当的教学模式和教学策略的能力。

### （3）教学操作能力

主要是指教师在实现教学目标过程中解决具体教学问题的能力。从教学操作的手段（或方式）看，这种能力主要表现为：教师的言语表达能力；非言语表达能力；选择和运用教学媒体的能力。从教学操作活动的内容看，这种能力主要包括：呈现教材的能力；课堂组织管理能力。

### （4）教学监控能力

是指教师为了保证教学成功，达到预期的教学目标，而在教学的全过程中，将教学活动本身作为意识的对象，不断地对其进行积极、主动的计划、检查、评价、反馈、控制和调节的能力。

## （二）教师的人格特征

教师的人格特征是影响教学的重要因素，其包含的内容是多方面的，如教师的职业信念、教师的性格特点和教师对学生的理解等。

在教师的人格特征中，有两个重要特征对教学效果有显著影响：一是教师的热心和同情心；二是教师富于激励和想象的倾向性。

你知道罗森塔尔的实验吗？

### （三）教师的行为特征

教师的行为特征一般包括教师教学行为的明确性、多样性、启发性、参与性、任务取向性和及时地教学效果评估及其对学生产生的期望效应。

罗森塔尔最早对教师期望进行了研究。他认为，教师的期望是一种自我实现的预言，因为学生的成绩最终反映了这种期望。这种现象被称为教师期望效应，又被称为罗森塔尔或皮格马利翁效应。这一效应认为教师的期望或明或暗地被传送给学生，学生会按照教师所期望的方向来塑造自己的行为。

## 三、教师的教学效能感

### （一）教学效能感的涵义

教师的教学效能感，是指教师对自己影响学生学习行为和学习成绩的能力的主观判断。这种判断，会影响教师对学生的期待、对学生的指导等行为，从而影响教师的工作效率。

### （二）教学效能感对教师与学生的影响和作用

#### 1. 教学效能感对教师行为的影响

第一，影响教师在工作中的努力程度。效能感高的教师相信自己的教学活动能使学生成才，便会投入很大的精力来努力工作。在教学中遇到困难的时候，勇于向困难挑战。效能感低的教师则认为家庭和社会对学生影响巨大，而自己的影响则很小，因而常放弃自己的努力。

第二，影响教师在工作中的经验总结和进一步的学习。效能感高的教师为了提高自己的教学效果，会注意总结各方面的经验，不断学习有关的知识，进而提高自己的教学能力；而效能感低的教师由于不相信自己在工作中会取得成就，便难以做到在教学过程中不断地积累、总结和提高。

第三，影响教师在工作中的情绪。效能感高的教师在工作时会信心十足、精神饱满、心情愉快、表现出极大的热情，往往取得良好的教育效果；效能感低的教师在工作中感到焦虑和恐惧，常常处于烦恼之中，无心教学，以至于不能很好地完成工作。

## 2. 教学效能感对学生学业成就的影响

教师的教学效能感与学生的学业成就具有显著的正相关。教师的教学效能感之所以能够影响学生的学业成就，是因为教师通过其外部的行为表现影响学生，而这种行为又影响学生学习的效能感进而支配学生的学习行为，从而影响其成就。反过来，学生的成就和他们的各种学习行为又会影响教师的教学效能感。

# 四、教师成长心理

## （一）教师成长的历程

教师在不同的成长阶段所关注的问题不同，福勒和布朗根据教师的需要和不同时期所关注的焦点问题，把教师的成长划分为关注生存、关注情境和关注学生等三个阶段。

### 1. 关注生存阶段

处于这一阶段的一般是新教师，他们非常关注自己的生存适应性，最担心的问题是：“学生喜欢我吗？”“同事们如何看我？”“领导是否觉得我干得不错？”等等。因而有些新教师可能会把大量的时间都花在如何与学生搞好个人关系上。有些新教师则可能想方设法控制学生，因为教师都想成为一个良好的课堂管理者。

“情境”是指什么？

### 2. 关注情境阶段

当教师感到自己完全能够适应时，便把关注的焦点投向了提高学生的成绩即进入了关注情境阶段。在此阶段教师关心的是如何教好每一堂课的内容，一般总是关心诸如班级的大小、时间的压力和备课材料是否充分等与教学情境有关的问题。传统教学评价也集中关注这一阶段，一般来说，老教师比新教师更关注此阶段。

### 3. 关注学生阶段

当教师顺利地适应了前两个阶段后，成长的下一个目标便是关注学生。教师将考虑学生的个别差异，认识到不同发展水平的学生有不同的需要，某些教学材料和方式不一定适合所有学生。能否自觉关注学生是衡量一个教师是否成长成熟的重要标志之一。

## （二）教师成长的方法

### 1. 观摩和分析优秀教师的教学活动

课堂教学观摩可分为组织化观摩和非组织化观摩。组织化观摩是有计划、有目的的观摩；非组织化观摩则没有这些特征。

一般来说，为培养提高新教师和教学经验欠缺的年青教师宜进行组织化观摩，这种观摩可以是现场观摩（如组织听课），也可以观看优秀教师的教学录像。非组织化观摩要求观摩者有相当完备的理论和洞察力，否则难以达到观摩学习的目的。通过观摩分析，学习优秀教师驾驭专业知识，进行教学管理，调动学生积极性等方面的教育机智和教学能力。

## 2.开展微格教学

微格教学指以少数的学生为对象，在较短的时间内（5~20 分钟），尝试做小型的课堂教学，可以把这种教学过程摄制成录像，课后再进行分析。这是训练新教师、提高教学水平的一条重要途径。

## 3.进行专门训练

要想促进新教师的成长，我们也可以对他们进行专门化训练。其中的关键程序有：（1）每天进行回顾；（2）有意义地呈现新材料；（3）有效地指导课堂作业；（4）布置家庭作业；（5）每周、每月都进行回顾。

## 4.反思教学经验

波斯纳提出了一个教师成长公式： $\boxed{\text{经验}+\text{反思}=\text{成长}}$ 。

布鲁巴奇等人于 1994 年提出了四种反思的方法：

- ①反思日记：在一天教学工作结束后，要求教师写下自己的经验，并以其指导教师共同分析。
- ②详细描述：教师相互观摩彼此的教学，详细描述他们所看到的情景，教师们对此进行讨论分析。
- ③交流讨论：来自不同学校的教师聚集在一起，首先提出课堂上发生的问题，然后共同讨论解决的办法，最后得到的方案为所有教师及其他学校所共享。
- ④行动研究：为弄明课堂上遇到的问题的实质，探索用以改进教学的行动方案，教师以及研究者用以进行调查和实验研究，它不同于研究者由外部进行的旨在探索普遍法则的研究，而是直接着眼于教学实践的改进。

# 五、教师的心理健康

## （一）影响教师心理健康的主要因素

### 1.职业压力

教师的职业压力主要是由工作引起的，是教师对来自教学情境的刺激而产生的情绪反应。

### 2.职业倦怠

职业倦怠是指个体在长期的职业压力下缺乏应对资源和应对能力而产生的身心耗竭状态。职业倦怠所产生的生理、情绪、认知和行为等方面的问题，会导致教师产生严重的身心疾病。

玛勒斯等人认为职业倦怠主要表现在三个方面：

- 一是**情绪耗竭**，主要表现在生理耗竭和心理耗竭两个方面。如极度的慢性疲劳、力不从心、丧失工作热情、情绪波动大等。
- 二是**去人性化**，即刻意在自身和工作对象间保持距离，对工作对象和环境采取冷漠和忽视的态度。教师以一种消极的、否定的态度和情感对待学生。
- 三是**个人成就感低**，表现为消极地评价自己，贬低自己工作的意义和价值。

## （二）教师心理健康的维护

### 1.个体积极地自我调适

个体自我调适的目的是通过改变个体自身的某些特点来增强适应工作环境的能力。个体自我调适的主要方法有：

### (1) 观念的改变

教师要学会正确看待自己的工作，培养乐观的人生态度，要认识到教师工作的复杂性，也要树立信心，正确认识自己，结合自身实际，对工作作出合理期望，勇于接纳自己。既要努力工作，也要学会休闲，张弛有度。

### (2) 积极地应对策略和归因方式

努力使自己成为更加内控的人，把原因归结为个体可以控制的因素。注意培养良好的意志品质，当自己有职业倦怠的症状时，要勇于面对现实，主动应对，反思自己的压力来源，积极认知，理智、客观地看待压力对自身的影响，形成面对压力的良好心态。如有必要，应主动寻求专业人士的帮助。

### (3) 合理的饮食和锻炼，保持健康的身体

合理的饮食和锻炼，尤其是锻炼，是一种精神娱乐法，可以分散教师的注意力，从而让教师放松紧张的情感和身体。

## 2.组织的有效干预

组织干预的思路是通过削减过度的工作时间、降低工作负荷、明确工作任务、积极沟通与反馈、建立有效的社会支持系统来防止和缓解教师的心理压力的。



## 本节自测

### 单项选择题

- 1.为培养提高新教师和教学经验欠缺的年轻教师宜进行（ ）观摩。  
A.正式 B.非正式 C.组织化 D.非组织化
- 2.（ ）指教师按照其特定的社会地位承担起相应的社会角色，并表现出符合社会期望的行为模式。  
A.教师角色 B.教师期待 C.教师期望 D.教师威信
- 3.（ ）是指角色扮演者对角色的社会地位、作用及行为规范的认识和对与社会的其他角色的关系的认识。  
A.角色冲突 B.角色期待 C.角色体验 D.角色认知
- 4.若教师经常思考“如何上好一堂课”，这说明其处于的阶段是（ ）。  
A.关注自我 B.关注学生 C.关注情境 D.关注生存



## 能力提升

### 一、单项选择题

- 1.李晓霞在学校里感到心里很踏实，能够感受到来自班级的关怀和温暖，以自己是班级一员而感到自豪和骄傲。这体现了群体的哪种功能？（ ）  
A.认同功能 B.支持功能 C.归属功能 D.塑造功能
- 2.某班有四位同学，号称“四大金刚”，他们四个人抱成团，个个都很牛，谁对他们提出意见，他们

不仅不听，而且态度不友好。这种群体属于（ ）。

- A.正式群体      B.非正式群体      C.初级群体      D.高级群体

3.数学老师周老师在上课时，下面的学生经常表现出无精打采的样子，有的甚至打起了瞌睡。这种课堂气氛是（ ）

- A.初级的      B.积极的      C.消极的      D.对抗的

4.课堂教学效率的高低，取决于（ ）的相互协调。

- A.教与学      B.教师与学生  
C.教师、学生与课堂情境      D.教师、学生与教学内容

5.课堂中某些占优势的态度和情感的综合状态称为（ ）。

- A.课堂规范      B.课堂气氛      C.课堂管理      D.课堂纪律

6.班主任了解学生最基本的方法是（ ）。

- A.观察法      B.谈话法      C.问卷法      D.实验法

7.班主任工作的中心环节是（ ）。

- A.建设和培养班集体      B.建立学生档案  
C.了解学生      D.操行评定

8.班主任以教育目的为指导思想，以“学生守则”为基本依据，对学生一个学期内在学习、劳动、生活、品行等方面进行小结与评价。这项工作（ ）。

- A.建立学生档案      B.班主任工作总结      C.班主任工作计划      D.操行评定

9.课外活动的基本组织形式是（ ）。

- A.个人活动      B.小组活动      C.集体活动      D.校园活动

10.衡量一个教师是否成熟的主要标志是能否自觉地关注（ ）。

- A.教材      B.情境      C.生存      D.学生

11.李老师认识到教育工作的性质，了解到教师所承担的社会职责。这表明其处于教师角色发展的（ ）。

- A.角色认知阶段      B.角色认同阶段      C.角色信念阶段      D.角色完善阶段

12.王老师能够理解教师意识和教师特有的情感，产生了奉献毕生精力投身于教育事业的决心。这种教师角色处于（ ）。

- A.认知阶段      B.认同阶段      C.信念阶段      D.完善阶段

## 二、简答题

- 1.一个好的班集体具有哪些特征？
- 2.简述班主任如何做好后进生教育工作。
- 3.联系实际，谈谈教师成长的方法。