

# 教育知识与能力

xiaochuan

2025 年 8 月 2 日

# 目录

|                      |          |
|----------------------|----------|
| <b>第一章 中学生发展心理</b>   | <b>1</b> |
| 1.1 中学生认知发展          | 1        |
| 1.1.1 皮亚杰的认知发展阶段理论   | 1        |
| 1.1.2 维果斯基的文化—历史发展理论 | 2        |
| 1.1.3 个别差异与因材施教      | 2        |
| 1.2 中学生情绪情感与意志的发展    | 3        |
| 1.2.1 情绪             | 3        |
| 1.2.2 情感             | 4        |
| 1.2.3 意志             | 4        |
| 1.3 中学生人格发展          | 5        |
| 1.3.1 人格概述           | 5        |
| 1.3.2 人格的结构          | 5        |
| 1.3.3 人格特征理论         | 6        |
| 1.3.4 人格发展理论         | 7        |
| 1.3.5 影响人格形成的因素      | 7        |
| 1.4 中学生的能力发展         | 7        |
| 1.4.1 能力的分类          | 7        |
| 1.4.2 能力的差异          | 8        |
| 1.4.3 影响能力发展的因素      | 8        |
| 1.4.4 能力的培养          | 8        |
| 1.5 中学生的异性交往         | 8        |

# 第一章 中学生发展心理

## 1.1 中学生认知发展

### 1.1.1 皮亚杰的认知发展阶段理论

#### 发展的实质

动作是感知的源泉和思维的基础

#### 发展的结构

表 1.1: 发展的结构

|    |                               |
|----|-------------------------------|
| 图式 | 指人在认识周围世界的过程中形成的自己独特的认知结构     |
| 同化 | 指把环境因素纳入已有的图式中，使之成为自身认知结构的一部分 |
| 顺应 | 改变原有图式，以适应环境                  |
| 平衡 | 通过同化和顺应达到有机体与环境的平衡            |

#### 皮亚杰的认知发展阶段论

表 1.2: 认知发展阶段论

|                  |  |
|------------------|--|
| 感知运动阶段（0 — 2 岁）  | 1. 形成了低级的行为图式<br>2. 获得了客体永恒性                                     |
| 前运算阶段（2 — 7 岁）   | 1. 泛灵论<br>2. 自我为中心（三山实验）<br>3. 思维不可逆，刻板性<br>4. 没有守恒性<br>5. 集中化思维 |
| 具体运算阶段（7 — 11 岁） | 1. 去自我中心性<br>2. 可逆性<br>3. 能够进行简单的抽象思维，但需要具体事物的支持<br>4. 守恒        |

Continued on next page

表 1.2: 认知发展阶段论 (Continued)

|                   |   |
|-------------------|---|
| 形式运算阶段（11 — 16 岁） | 思维发展已接近成人的水平<br>1. 命题推理<br>2. 假设—演绎推理<br>3. 类比推理<br>4. 思维的灵活性 |
|-------------------|---|

教育启示

1. 充分认识儿童不是小大人是教育获得成功的基本前提

2. 遵循儿童的思维发展规律是教育取得成效的根本保证

1.1.2 维果斯基的文化—历史发展理论

评价人类发展的层面—微观发生发展层面，个体发生发展层面，种系发生发展层面（系统层面），社会历史发展层面

心理发展观

个性的形成是高级心理机能发展的重要标志

内化学说

内化指个体将从社会环境中吸收的知识转化到自己的心理结构中的过程

教学和发展的关系

1. 最近发展区思想

2. 教学应当走在发展的前面

3. 关于学习的最佳期限问题
- 儿童的两种发展水平：现有水平和即将达到的发展水平

1.1.3 个别差异与因材施教

认知风格又叫认知方式，并没有好坏之分

表 1.3: 认知风格分类

|      |   |
|------|---|
| 场独立型 | 对事物判断利用内在的参照，不易受外来因素的影响和干扰，独立对事物做出判断      |
| 场依存型 | 对事物判断倾向于外部参考作为信息加工的依据，容易受周围人特别是权威人士的影响和干扰 |
| 沉思型  | 做出回答前倾向于深思熟虑                              |
| 冲动型  | 以很快速度形成自己的看法                              |
| 辐合型  | 解决问题时形成唯一确定的答案                            |
| 发散型  | 求得多种答案                                    |
| 整体型  | 倾向使用比较复杂的假设，每个假设同时涉及若干属性                  |

Continued on next page

表 1.3: 认知风格分类 (Continued)

|     |                          |
|-----|--------------------------|
| 系列型 | 提出的假设一般比较简单，每个假设只包括一个属性  |
| 同时型 | 右优势脑，同时考虑几种假设            |
| 继时型 | 左优势脑，一步一步分析问题，每一步只考虑一种假设 |

1.2 中学生情绪情感与意志的发展

1.2.1 情绪

倾向的概念

情绪指个体在需要是否得到满足的情境中直接产生的心理体验和相应的反应。由主观体验，外部表现，生理唤醒三部分组成

情绪的特点

- 1. 主观性
- 2. 社会性
- 3. 两级性

情绪的分类

- 1. 心境：是一种微弱，平静和持久的情绪状态，具有弥散性和长期性的特点
- 2. 激情：是一种爆发强烈而持续时间短暂的情绪状态，是强烈的，短暂的，爆发式的
- 3. 应激：是外部压力所引起的急速而高度紧张的情绪状态

情绪的理论

表 1.4: 情绪理论

|            |  |
|------------|--|
| 詹姆斯—兰格理论   | 情绪是对身体生理变化的知觉，直接由生理变化引起                  |
| 坎农—巴德学说    | 情绪体验和生理变化是同时发生的，都受丘脑控制                   |
| 阿诺德评定—兴奋说  | 刺激情境并不直接决定情绪的性质，从刺激出现到情绪产生需要经过对刺激的估量和评价  |
| 沙赫特—辛格情绪理论 | 特定的情绪有三个因素：生理唤醒，认知性唤醒，环境因素。认知对情绪产生起决定性作用 |

中学生情绪发展的特点和培养

中学生情绪发展的特点

- 1. 情绪体验的迅速，强烈性
- 2. 不稳定性（波动性）和两级性（矛盾性）交替
- 3. 情绪的外露性和内隐性（掩饰性）并存
- 4. 情绪体验的时间延长，出现心境化的特点

情绪调节的办法

- 1. 敏锐察觉情绪
- 2. 平和接纳情绪
- 3. 正确调整情绪
- 4. 有效表达情绪
- 5. 保持和创造快乐的情绪

1.2.2 情感

情感的分类

1. 道德感 2. 理智感 3. 美感

中学生情感发展的特点

- 1. 自我意识增强，自尊的需要迫切
- 2. 情感有文饰，内隐和曲折性
- 3. 情感容易受挫，忍受能力差

1.2.3 意志

意志的动机冲突

表 1.5: 意志动机冲突

|        |                  |
|--------|------------------|
| 双趋中途   | 两个目标都想接近只能选一个    |
| 双避冲突   | 两个目标都行回避，只能回避一个  |
| 趋避冲突   | 同一个目标，想接近，又不得不回避 |
| 多重趋避冲突 | 多个目标间的接近与回避      |

良好意志品质的培养

第五章中学生发展心理

- (1) 加强生活目的性教育，树立科学的世界观、远大的理想和信念，培养学生行为的目的性，减少其行动的盲目性。
- (2) 加强养成教育，培养学生的自制能力。
- (3) 组织实践活动，在困难环境中锻炼学生的意志，让学生获得意志锻炼的直接经验。
- (4) 教育学生正确地对待挫折。
- (5) 根据学生意志品质的差异，采取不同的锻炼措施。
- (6) 发挥教师、班集体和榜样的模范作用，给予必要的纪律约束。
- (7) 促进学生加强自我锻炼，从点滴小事做起。

1.3 中学生人格发展

1.3.1 人格概述

表 1.6: 人格的特征

|     |                   |
|-----|-------------------|
| 独特性 | 一样米养百种人           |
| 稳定性 | 江山易改本性难移，三岁看大七岁看老 |
| 统合性 | 又叫整体性，例子：做个人格整合   |
| 功能性 | 性格决定命运            |
| 社会性 | 女性地位提高            |
| 复杂性 | 人格面对不同对象时的变化      |

1.3.2 人格的结构

人格主要包括气质，性格，自我调控

气质

气质是心理活动表现在强度，速度，稳定性和灵活性等方面的心理特征。来自先天遗传，通常称为秉性，脾气，性情。

表 1.7: 气质的分类

| 气质  | 特点                  | 例子          | 因材施教                                      |
|-----|---------------------|-------------|---|
| 胆汁质 | 直率热情，精力旺盛，暴躁易怒      | 张飞, 李逵, 鲁智深 | 老师应该直截了当告诉学生，对学生的批判一定要有说服力，同时培养学生坚持和自制的精神 |
| 多血质 | 活泼好动，反应迅速，缺少耐性，见异思迁 | 王熙凤，贾宝玉     | 采用多种多样的教育方式，定期提醒，培养专一的品质                  |
| 粘液质 | 安静，稳重，踏实            | 科学家，林冲      | 采取耐心教育的方式，让他们有考虑和做出反应的足够时间                |
| 抑郁质 | 多愁善感                | 林黛玉         | 采取委婉暗示的方式，对齐多关心，爱护                        |

气质并无好坏之分

性格

性格指人的较稳定的态度与习惯化的行为方式相结合而形成的人格特征。性格是个性的核心

X[1] X[5]

表 1.8: 性格的结构特征

|      |                                       |
|------|---------------------------------------|
| 态度特征 | 在性格结构中有核心意义，对他人的态度，对劳动和劳动产品的态度，对自己的态度 |
| 意志特征 | 坚韧不拔，半途而废                             |

表 1.8: 性格的结构特征 (Continued)

|      |         |
|------|---------|
| 情绪特征 | 情绪波动或平稳 |
| 理智特征 | 独立思考    |

气质和性格的关系

气质的稳定性强，性格的可塑性强。气质没有好坏之分，性格有优劣之分

影响性格形成的因素

1. 遗传因素
2. 家庭因素
3. 学校教育
4. 社会文化因素
5. 个人主观因素

良好性格的培养

1. 加强人生观，世界观和价值观教育
2. 及时强化学生的积极行为
3. 充分利用榜样人物的示范作用
4. 利用集体的教育力量
5. 依据性格倾向因材施教
6. 提高学生的自我教育能力

自我调控系统

自我调控系统又叫自我意识。包括自我认知，自我体验和自我控制

表 1.9: 自我意识的发展

|      |                                |
|------|--------------------------------|
| 生理自我 | 儿童的 1 — 3 岁，是自我意识发展的第一个飞跃期     |
| 社会自我 | 3 岁后进入，一直到少年期基本成熟              |
| 心理自我 | 从青春期开始发展和形成的。青春期是自我意识发展的第二个飞跃期 |

1.3.3 人格特征理论

表 1.10: 人格特征理论

|             |   |
|-------------|---|
| 奥尔波特的人格特质理论 | 分为通过特质和个人特征<br>共同特征：群体所共有的特质<br>个人特质：个人具有的特质：包括首要特质，中心特质，次要特质 |
| 卡特尔人格特质理论   | 分为表面特质和根源特质<br>表面特质：从外部行为能直接观察到的特质<br>根源特质：决定外显行为的潜在变量        |

Continued on next page



表 1.10: 人格特征理论 (Continued)

|            |   |
|------------|---|
| ABCD 型人格理论 | A 型: 进取心强, 过于紧张, 急躁<br>B 型: 抱负适度, 不争强好胜, 没有强烈的支配欲, 占用欲<br>C 型: 好生闷气, 委屈自己, 过分敏感<br>D 型: 看待问题很悲观 |
|------------|---|

1.3.4 人格发展理论

表 1.11: 人格发展理论

|               |  |
|---------------|--|
| 弗洛伊德人格发展阶段理论  | 1. 口唇期 (0 – 1 岁): 本能的发展是从嘴开始的<br>2. 肛门期 (1 – 3 岁): 幼儿享受排便及控制排便的乐趣<br>3. 性器期 (前生殖器期) (3 – 6 岁): 儿童开始对生殖器感兴趣<br>4. 潜伏期 (6 – 11 岁): 进入了性的潜伏期<br>5. 生殖期 (11 岁以后): 力比多集中在生殖器上, 产生强烈的性冲动 |
| 埃里克森社会性发展阶段理论 | 人格的发展是一个逐渐形成的过程, 必须经历一系列顺序不变的阶段, 每个阶段都有一个发展危机, 每一个危机都涉及积极的选择和消极选择的冲突<br>青年期 (12 – 18 岁): 同一性对角色混乱  |

1.3.5 影响人格形成的因素

1. 生物遗传因素
2. 社会文化因素
3. 家庭教育方式
4. 学校教育因素
5. 个人主观因素

1.4 中学生的能力发展

1.4.1 能力的分类

表 1.12: 能力分类

|                  |      |  |
|------------------|------|--|
| 根据能力的构造          | 一般能力 | 也称为智力, 是从事一切活动所必备能力的综合。抽象概括能力是一般能力的核心, 创造力是能力的高级表现   |
|                  | 特殊能力 | 指从事某种专业活动所必备能力的综合                                    |
| 根据能力在人一生中不同的发展趋势 | 流体能力 | 需要较少的专业知识。一般在 20 岁以后达到巅峰, 30 岁以后岁年龄降低                |
|                  | 晶体能力 | 指获得语言, 数学等知识的能力, 取决于后天的学习和经验。在人一生中一直发展, 25 岁后发展速度渐平缓 |

1.4.2 能力的差异

表 1.13: 能力差异

|         |              |
|---------|--------------|
| 能力的个体差异 | 能力发展水平的差异    |
|         | 能力发展类型的差异    |
|         | 能力表现早晚的差异    |
| 能力的群体差异 | 指不同群体之间的智力差异 |

1.4.3 影响能力发展的因素

1. 先天因素

2. 早起经验

3. 教育与教学

4. 社会实践

5. 主观努力（内在因素）

1.4.4 能力的培养

1. 注重对学生早期能力的培养

2. 教学中要加强知识与技能的学习与训练

3. 教学中要针对学生的能力差异因材施教

4. 在教学中要积极培养学生的元认知能力和创造能力

5. 社会实践活动是培养学生能力的基本途径

6. 要注意培养学生的非智力因素

1.5 中学生的异性交往

表 1.14: 中学生异性交往特点

|          |                          |
|----------|--------------------------|
| 交往方式的隐蔽性 | 异性交往一般是瞒着家长背着老师采取地下方式进行的 |
| 交往动机的多样性 | 中学生异性交往的动机多种多样           |
| 交往欲望趋向强烈 |                          |

表 1.15: 中学生性心理特点

|       |              |
|-------|--------------|
| 性意识出现 | 渴望了解性知识      |
|       | 对异性充满好奇与爱慕   |
|       | 在异性面前容易紧张和兴奋 |
|       | 性冲动与性欲望的出现   |
|       | 疏远异性阶段       |

表 1.15: 中学生性心理特点 (Continued)

|  |        |
|--|--------|
|  | 接近异性阶段 |
|  | 异性眷恋阶段 |

正确处理异性交往

- 1. 正确认识青少年学生的异性交往
- 2. 把握青少年学生异性交往的原则：自我原则和适度原则
- 3. 了解青少年学生异性交往的方法：克服羞怯，真是坦诚，留有余地
- 4. 引导青少年学生区分友谊与爱情