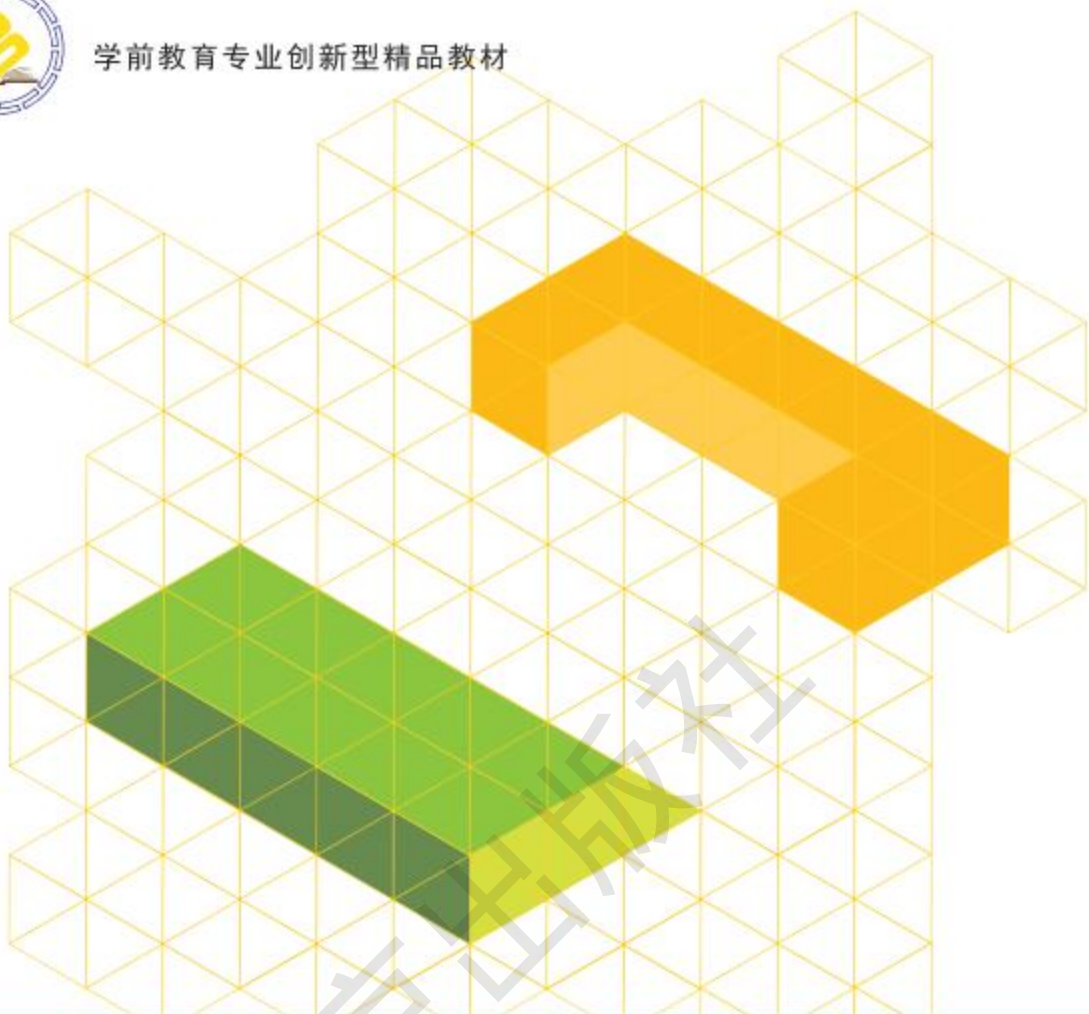




学前教育专业创新型精品教材



心理学学习指导

XINLIXUE XUEXI ZHIDAO

主 编 潘 一

本书主编 任春风 齐桂林

北京出版集团公司
北京出版社

心理学学习指导

主 编 潘 一
本书主编 任春风 齐桂林

北京出版集团公司
北京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心理学学习指导 / 潘一主编. — 北京 : 北京出版社, 2010.6 (2021 重印)
高等师范院校教育专业规划教材
ISBN 978-7-200-08255-5

I. ①心… II. ①潘… III. ①心理学—师范大学—教学参考资料 IV. ① B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 085548 号

心理学学习指导

XINLIXUE XUEXI ZHIDAO

主 编：潘 一
出 版：北京出版集团公司
北 京 出 版 社
地 址：北京北三环中路 6 号
邮 编：100120
网 址：www.bph.com.cn
总发行：北京出版集团公司
经 销：新华书店
印 刷：定州市新华印刷有限公司
版 次：2010 年 6 月第 1 版 2020 年 11 月修订 2021 年 7 月第 6 次印刷
开 本：787 毫米 × 1092 毫米 1/16
印 张：8.75
字 数：202 千字
书 号：ISBN 978-7-200-08255-5
定 价：22.00 元

质量监督电话：010-82685218 010-58572162 010-58572393

目 录

绪论	1
第一节 心理学的研究对象	1
第二节 心理的实质	2
第三节 心理学研究的原则与方法	3
本章习题	5
第一章 小学生的感觉、知觉和注意	9
第一节 小学生的感觉和知觉	9
第二节 小学生的注意	11
本章习题	12
第二章 小学生的记忆	18
第一节 记忆的概述	18
第二节 记忆过程的分析	19
第三节 小学生记忆的发展与培养	20
本章习题	21
第三章 小学生的思维和想象	24
第一节 小学生的思维	24
第二节 小学生的想象	26
本章习题	27
第四章 小学生的情感过程与意志过程	31
第一节 小学生的情感过程	31
第二节 小学生的意志过程	32
本章习题	33
第五章 个性及小学生的个性倾向性	38
第一节 个性的概述	38
第二节 小学生的个性倾向性	39
本章习题	41
第六章 小学生的自我意识	45
第一节 自我意识的概述	45
第二节 小学生自我意识的发展	46
第三节 小学生自我意识的培养	47
本章习题	49

第七章 小学生的个性心理特征	52
第一节 小学生的能力	52
第二节 小学生的气质	53
第三节 小学生的性格	54
本章习题	55
第八章 小学生的学习动机与学习迁移	60
第一节 学习的概述	60
第二节 小学生的学习动机	61
第三节 小学生的学习迁移	62
本章习题	63
第九章 小学生知识与技能的学习	67
第一节 知识的学习	67
第二节 技能的形成	68
本章习题	70
第十章 问题解决与小学生创造性的培养	73
第一节 问题解决概述	73
第二节 小学生的创造性及其培养	74
本章习题	76
第十一章 小学生的品德	81
第一节 品德的概述	81
第二节 小学生品德的发展与培养	81
第三节 小学生过错行为的矫正	83
本章习题	84
第十二章 小学生的人际关系	87
第一节 人际关系概述	87
第二节 班级中的人际关系	88
第三节 小学生人际关系的指导与调节	89
本章习题	90
附录	92
辽宁省 2009 年初中起点五年制初等（学前）教育专业三年级升本科考试心理学试卷	92
辽宁省 2010 年初中起点五年制初等（学前）教育专业三年级升本科考试心理学模拟试卷（一）	95
辽宁省 2010 年初中起点五年制初等（学前）教育专业三年级升本科考试心理学模拟试卷（二）	99
习题答案解析	102
参考文献	129



第一章 小学生的感觉、知觉和注意

第一节 小学生的感觉和知觉

一、本节的学习目标

1. 记忆感觉、知觉、感受性、观察、错觉等概念，理解感知觉对我们工作、学习的重要意义。
2. 了解感知觉的种类。
3. 理解和掌握感知觉的特性，能够运用感知觉的规律指导日常的教学工作。
4. 能够运用感知觉的相关理论解释日常生活中的心理现象。
5. 理解小学生的感知觉的发展特点。
6. 理解和掌握小学生观察发展的特点及培养小学生观察力的方法。

二、本节的重点和难点剖析

1. 本节的重点是感觉、知觉、观察的概念；感觉和知觉的特性以及感知觉的特性在教学中的应用；小学生观察力的发展特点及小学儿童观察力的培养

(1) 感觉、知觉、观察的概念。

感知是认识世界的开端，是一切较高级、较复杂的心理现象的基础，是一切知识的来源，是人类生活实践的基本条件。心理学从探讨感知入手，进一步论证了辩证唯物主义的认识论。在学习感觉和知觉概念的时候要注意二者的区别与联系。首先，知觉以感觉为基础，刺激物一旦从感官所涉及的范围消失，感觉和知觉都停止了。其次，知觉是对感觉材料的加工和解释。最后，知觉则要借助过去的经验，知觉过程中还有思维、记忆等的参与，因而知觉对事物的反映比感觉要深入完整。

(2) 感觉和知觉的特性以及感知觉的特性在教学中的应用。

感知觉的特性揭开了我们生活中一些有趣的心理现象的神秘面纱，学生通过这部分知识的学习，能够提高学习心理学的兴趣。同时，感知觉的特性也是教学中运用直观教具和贯彻直观性原则的理论依据。学习这部分内容的时候，要注意联系生活中的实际，并在此基础上理解教材中的内容。

(3) 小学生观察力的发展特点及小学儿童观察力的培养。

观察是感知觉发展的最高形式，是“思维的知觉”。观察力就是指人在感知活动过程中通过眼、耳、鼻、舌、身等感觉器官准确、全面、深入地感知客观事物特征的能力。作为一种特殊形式的感知能力，观察力是人类认识能力的重要组成部分。

观察不仅是人们认识客观世界的第一道工序，是一切知识和发现的起点，是一切创造

和发明的基础，还是检验知识和真理的重要途径。对于孩子们来说，观察是他们认识世界的重要途径；对于科学家来说，观察是科学发现的开始，观察能力的强弱，直接影响着人们智力水平的高低。所以，我们必须重视小学生观察力的培养。

2. 本节的难点是感觉和知觉的关系；感知觉的特性及其在教学中的应用

(1) 感觉和知觉的关系。

感觉和知觉的区别在于：首先，感觉是介于心理和生理之间的活动，它的产生主要通过感觉器官的生理活动过程，以及客观刺激的物理特性，相同的客观刺激会引起相同的感觉。而知觉则是纯粹的心理活动，它的产生是在感觉的基础上对物体的各种属性加以综合和解释的心理活动过程，处处表现出人的主观因素的参与。其次，由感觉到知觉，其间要经历一个主观选择的过程，即从感觉到的各种属性中选取一部分属性加以综合和解释，这在很大程度上依赖于一个人的过去经验，并受个人当时的兴趣、需要、动机和情绪的影响。同时，人的态度和需要也会使知觉具有一定的倾向性。最后，从感觉和知觉的生理机制来看，感觉是单一分析器活动的结果，而知觉则是多种分析器协同活动的结果。

感觉和知觉的联系在于：它们都是人脑对当前客观事物的反映，即都是客观事物直接作用于感觉器官时在人脑中产生的对当前事物的反映。感觉是对事物个别属性的反映，而知觉则是对事物整体属性的反映。没有对事物个别属性反映的感觉，就不可能有反映事物整体的知觉。因此，感觉是知觉的有机组成部分，是知觉的基础。

(2) 感知觉的特性及其在教学中的应用。

这部分内容既是本节的重点同时也是难点。由于这部分内容学生不易理解，所以学习时必须借助于实例，也只有这样才能使师范生在日后的教学工作中充分地利用这些规律来提高教学效果。

三、相关知识链接

是早晨的太阳大些，还是中午的太阳大些？这个问题，最早出现在《列子》中的“两小儿辩日”。故事说的是孔子往东方游学时，看到两个小孩在争论，孔子问他们争论的原因。一个小孩说：“我认为太阳刚出来时距离人近，而正午时距离人远。”另一个小孩认为太阳刚出来时离人远，而正午时离人近。一个小孩说：“太阳刚出来时像个大圆车篷，等到正午时就像个盘子或盂，这不是远处的小而近处的大吗？”另一个小孩说：“太阳刚出来时清凉寒冷，等到了正午，它热得像把手伸向热水里。这不正是近的就觉得热，距离远就觉得凉吗？”孔子不能够断定谁是谁非。两个小孩笑着说：“谁说你知道的事情多呢？”

这个故事是编出来的，是列子用以讥笑孔子的无知。其实两小儿提出的疑问，也是列子提出的疑问。这个疑问，列子也不能解决。因为这是当时的人根本不能解决的问题。

原来我们的眼睛在观察物体时，感觉到的大小不仅取决于物体本身的实际大小，另外还受距离远近、背景衬托以及物体本身亮度等诸多因素的影响。有时我们会产生错觉。早晨，太阳刚刚从地平线升起，这时大地还处在比较昏暗的状态，明亮的太阳在暗淡的背景中就会显得特别大，而中午高悬在天空中的太阳和周围明亮的天空相比亮度相差较小，看起来就觉得小了。



至于冷热的变化，也不是远近造成的。中午时较早晨热，是因为中午时太阳光是直射在地面上，而早晨太阳光是斜射在地面上。太阳光直射时，地面和空气在相同的时间里、相等的面积内接受太阳的辐射热较早晨太阳光斜射时多，因而受热最强。所以，中午较早晨和傍晚时都热。当然，到中午时太阳晒了很长时间，地面吸收了很多太阳辐射热，这也是使气温升高的原因。而早上，太阳刚升起，自然不会太热。

现在我们知道，地球与太阳的平均距离约为 14960 万千米。早上与中午，日地之间的距离虽有差别，但相对于地球与太阳之间的距离，这种差别是微乎其微的，不至于产生我们感觉到太阳的大小或冷热的变化。早上的太阳又大又圆，而中午的太阳看上去要小得多，并不是由于太阳离我们距离的远近造成的（这个距离的影响实在太小了），其中主要原因是由我们的错觉造成的。

（资料来源：<http://zhidao.baidu.com/question/101567309.html>）

第二节 小学生的注意

一、本节的学习目标

1. 理解并掌握注意、无意注意、有意注意的概念。
2. 了解注意的外部表现。
3. 理解并掌握注意的品质及分类。
4. 理解并掌握引起无意注意和有意注意的原因。
5. 重点掌握小学生注意的发展特点及小学生良好注意力培养的方法。
6. 运用本节的心理学理论解释教育教学中的心理现象。

二、本节的重点和难点剖析

1. 本节的重点是小学生注意的发展特点以及如何培养小学生的注意力

小学生入学后，为了完成学习任务，需要培养有意注意的能力，也需要培养无意注意的能力。这种注意发展的新需要与原有水平之间的矛盾，成为小学生注意发展的动力。因此，只有通过小学生的学习实践才能使这对矛盾得到解决，从而促进小学生注意力的发展。而教师在教学中培养小学生的注意必须根据小学生注意的发展特点来进行。

2. 本节的难点是注意与心理过程的关系

（1）注意不是一种心理过程，而只是伴随着心理活动的一种状态。

心理过程是指心理活动发生、发展的过程，也就是人脑对现实的反映过程。从反映论的角度来看，任何一种独立的心理过程都有其特定的反映内容，而注意本身并不反映事物及其属性，人们也不可能有专门“从事注意”的意向发生。

（2）从两者紧密联系来看，注意总是和心理过程联系着。

① 注意是心理活动的重要组成部分，注意是感觉、知觉、记忆、想象、思维以及情

感、意志等心理过程的一种共同特征。

② 注意是一切心理过程的开端，任何心理过程总是由于注意指向它所反映的事物才能产生。在活动中，人们自然而然对那些强烈的、活动和变化着的、与众不同的、新颖的东西发生优先注意，也对那些符合人的需要、兴趣的东西产生无意注意。

③ 注意是一切心理过程顺利进行的保证。

④ 注意影响着心理过程的活动效率。注意不是心理活动本身，而是保证心理过程更好地反映和变革客观现实，使心理活动富于组织性、积极性、清晰性、深刻性。

三、相关知识链接

在课堂上，学生听讲时的外部表现是多种多样的，它们既是学生的精神状态和听课兴趣的反映，也是教师了解自己教学效果的一面镜子。学生听讲时的外部表现大概可分为下列六种：

1. 集中状——鸦雀无声，眼光有神，全神贯注，听得入迷。
2. 活跃状——发言积极，思维活跃，气氛欢快，议论纷纷。
3. 疑惑状——情绪紧张，眉头紧皱，疑虑重重，焦虑不安。
4. 顿悟状——群情振奋，豁然开朗，眉飞色舞，喜笑颜开。
5. 厌倦状——心烦意乱，死气沉沉，东倒西歪，昏昏欲睡。
6. 松散状——漫不经心，松松垮垮，东张西望，交头接耳。

上述六种状态中，集中状、活跃状、顿悟状都是积极的状态；厌倦状和松散状都是消极的状态。疑惑状具有两重性，可能是顿悟状的准备阶段，如果发生的时间短暂（一两分钟）是具有积极意义的；倘若长时间地发生疑惑，则引起消极的分散。集中状固然是积极的，但长时间的集中就有可能向厌倦状转化。课堂上提倡活跃状，但如果持久地活跃会转向松散。为此，教师讲授的时候同时应留心观察学生的注意状态，从学生的眼神、情绪和行动上获取反馈信息，灵活地组织教学，使集中状、活跃状、疑惑状、顿悟状有规律地交替出现，保证课堂教学的最优化。

（资料来源：孙煜明. 心理学学习指导[M]. 北京：人民教育出版社，1991）



本章习题

一、名词解释

1. 感觉
2. 知觉
3. 观察
4. 错觉
5. 注意
6. 无意注意



7. 有意注意

二、填空题

1. 感受性即_____。
2. 知觉具有_____、_____、_____和_____等特性。
3. 在一定距离上感知和辨别细小物体的视觉能力是_____，俗称视力。
4. 在刺激物持续作用下引起的感受性的变化叫做感觉的_____。
5. 某一瞬间，人总是有选择地把某一种事物作为知觉对象，与此同时把其他对象则作为知觉对象的背景，这种现象叫知觉的_____。
6. 错觉是一种不正确的、歪曲的_____。
7. _____是知觉的有机组成部分，是知觉的基础。
8. 当知觉条件发生一定的变化时，知觉的映像仍然保持相对不变，这就是知觉的_____。
9. 在知觉的过程中，人总是用过去所获得的有关知识经验，对感知事物进行加工处理，并用概念的形式把它们标示出来，知觉的这种特性就是知觉的_____。
10. 知觉的对象具有不同的属性，由不同的部分组成。但是，人并不把知觉的对象感知为个别的孤立部分，而总是把它知觉为一个统一的整体，知觉的这种特性我们称之为知觉的_____。
11. 感觉的特性主要研究_____的变化规律。
12. 小学生在_____岁时的视觉调节能力的范围最大。
13. 根据知觉对象是否属于人，可以把知觉分为_____和_____。
14. _____是认识的开端，是获得知识经验的源泉。
15. 一种感觉的感受性，因其他感觉的影响而发生变化的现象叫做_____。
16. 小学生的注意范围存在着性别差异，无论是低年级还是高年级_____。
17. 注意指心理活动对一定对象的_____和_____。
18. 人在注意时的外部表现有_____、_____和_____。
19. 研究发现_____年级的小学生的注意分配能力与五年级学生基本相当。
20. 小学生的注意稳定性是随着年级的增长而提高的，有研究表明：7~10岁的儿童注意可以维持_____分钟，10~12岁的儿童约为_____分钟，12岁以上的儿童可维持_____分钟。
21. 注意的品质包括_____、_____、_____和_____。
22. 和注意稳定性相反的特点是注意的_____。
23. 小学生注意的发展呈现从_____占优势，逐渐到_____占主导地位的趋势。

三、选择题

1. 人们所获信息量的80%来源于()。

A. 听觉	B. 视觉
C. 触觉	D. 运动觉



13. 黑人的牙齿总给人以特别白的感觉,这是()。
- A. 感觉的适应 B. 感觉的对比
C. 感觉的相互作用 D. 实践的影响
14. 小学二年级语文看图说话的教学,如果笼统地让学生看书中的插图,然后叫学生把图的意思说出来,学生一般是说不好的。这是因为低年级小学生观察的()差。
- A. 深刻性 B. 顺序性
C. 精确性 D. 目的性
15. “提头知尾”,这是知觉的()。
- A. 知觉选择性 B. 知觉整体性
C. 知觉理解性 D. 知觉恒常性
16. “万绿丛中一点红”“白纸黑字”,这是知觉的()。
- A. 知觉选择性 B. 知觉整体性
C. 知觉理解性 D. 知觉恒常性
17. “国际歌”不管用什么乐器演奏,人们都能辨别它,这是由于知觉的()。
- A. 理解性 B. 恒常性
C. 选择性 D. 整体性
18. 在指导小学生观察图片时,下面哪句指导语易把小学生的观察引向观察个别事物?()
- A. 图上有些什么? B. 图上的大公鸡在做什么?
C. 这张图告诉我们一件什么事情? D. 图上讲的是什麼故事?
19. 噪音持续作用下拔牙不觉得疼,这是因为()。
- A. 感觉的适应 B. 感觉的对比
C. 感觉的相互作用 D. 实践的影响
20. 注意的两个特点是()。
- A. 指向性和集中性 B. 鲜明性和选择性
C. 清晰性和指向性 D. 清晰性和集中性
21. “聚精会神”“仔细”主要描绘的是注意的()特点。
- A. 指向性 B. 集中性
C. 清晰性 D. 鲜明性
22. 一天,某班级转来了一名新同学,大家自然把目光集中到她身上,这属于()。
- A. 有意注意 B. 无意注意
C. 不注意 D. 有意后注意
23. 思想开小差是注意的()。
- A. 分散 B. 转移
C. 动摇 D. 起伏
24. 12岁以上的学生注意可维持()分钟。
- A. 15 B. 20~25
C. 30 D. 35



6. 感觉是认识的初级阶段, 知觉是认识的高级阶段。 ()
7. 在体育课上, 低年级的小学生对于“向左转”“向右转”的口令往往做错。这是他们的方位知觉差的表现。 ()
8. 人有适应能力, 因此视力差的人若经常在暗淡的光线下长时间注视, 有助于视敏度的提高。 ()
9. 感觉的适应就是刺激物持续作用下引起的感受性的提高。 ()
10. 只有理解了事物, 才能更深刻地感觉它。 ()
11. 注意是一种独立的重要的心理过程。 ()
12. 有的学生在上课时边听课边做小动作, 这是注意的分配。 ()
13. “一目十行”和“一览无余”等都说明注意的范围。 ()
14. 在各项活动中, 人的注意范围越大越好。 ()
15. 刺激物的强度是引起无意注意的重要原因。 ()

五、简答题

1. 简述知觉的特性并举例说明。
2. 如何培养小学生良好的观察力?
3. 引起无意注意的客观因素和主观因素有哪些?
4. 简述小学生注意的发展特点。
5. 引起和保持有意注意的条件有哪些?

六、论述题

1. 试述感知觉的基本规律, 并分析如何根据这些规律组织教学?
2. 如何培养小学生的注意力?

七、实例分析

1. 小学二年级学生上“美丽的大公鸡”一课时, 老师问: “同学们从本课的插图中观察到了什么?” 同学们说“大红的鸡冠”“金黄色的爪子”“美丽的羽毛”等, 很少能观察到公鸡“得意”“骄傲”的样子。这说明了小学生观察的什么特点? 试从小学生观察品质的特点去分析。如果你是老师, 为了提高观察的效果, 你将如何设计本节课观察指导语? 如何培养小学生的观察力?

2. 某小学一年级一班正在上语文课, 正当大家聚精会神地听王老师讲课时, 外面某班在做体育游戏, 喧闹的声音马上把孩子们的注意吸引了过去。大家开始往窗外看并相互交谈, 老师大声提醒保持安静, 也没有吸引孩子们的注意。这时老师突然停止了讲话, 孩子们安静了下来, 继续听老师讲课。试分析这堂课中的小学生的有意注意和无意注意。