专升本《教育理论》分教育学和心理学两部分

考试内容：

教育论主要分为两个部分。一部分是教育学，一部分是心理学。每一部分都是75分。各部分详细分值如下：

教育学部分，单项选择题12道，一道2分，共24分；辨析题2道，一道6分，共12分；

简答题3道，一道题8分，共24分；论述题1道，共15分。

心理学部分，单项选择题12道，一道2分，共24分；辨析题2道，一道6分，共12分；

简答题3道，一道题8分，共24分；论述题1道，共15分。

作答技巧：

1、选择题：选择题（24题， 48分）单选常是四选一，主要考查对知识点的理解深度和明确程度。

选择题答题技巧：可采用比较、推理、排除的方法。

2、辨析题：辨析题（4题，24分）。

辨析题答题技巧：知道的认真辨析，不会的全选错，辨析题的观点一般都是错误的。辨析题一般回答思路为：先回答题目的观点是正确还是错误。然后根据题目的关键词来阐述其含义、内容等。

3、简答题+案例分析题：简答题（6题，48分）+案例分析题（2题，30分）。

简答题+案例分析题答题技巧：题目中一般会提及考点，如XX老师在教学过程中采用了什么教学原则？结合案例加以分析。

这时一定要把记得的教学原则都写全，写多了不扣分，写少了少得分。观点要分层次罗列，不要和谐作文一样堆在一起，要做到条理清晰，给人看起来舒服。

例如：答：XX老师在教学过程中采用的教学原则如下

（1）……

（2）……

（3）……

以上即为答题技巧。历年教育类的录取分数都是在180分左右，所以只有英语、政治及教育理论三科总分达到180分这样，才能考过，对于教育理论分值还是有一定要求的。以下是教育理论重要知识点梳理，只要我们学员掌握以下考点，教育理论这门科目我们最少能拿60-80分以上。

专升本《教育理论》教育学主要考点汇总

01绪论

一、教育学的萌芽阶段

1、我国战国时期出现的《学记》是世界上最早专门论述教育的著作。

2、唐朝韩愈的《师说》，较系统地论述了教师的地位和作用，是中外教育史上一篇出色的教师专论。

3、孔子的《论语》、孟子的《孟子》、老子的《老子》、朱熹的《四书集注》、王守仁的《传习录》、无名氏的《大学》等著作中都有许多丰富的、深刻的教育思想。

4、300多年后，西方的第一部教育著作——古罗马昆体良的《论演说家的教育》 (又译为《雄辩术原理》)问世。

二、独立形态教育学的产生

1、英国哲学家培根作为近代实验科学的鼻祖，提出归纳法，为教育学的发展奠定了方法论的基础，首次把教育学作为一门独立的学科提了出来。

2、首次从理论上论述了班级授课制；曾经赞誉教师为“太阳底下最光辉的职业”的学者是：夸美纽斯，他在总结自己丰富教育实践的基础上写出了《大教学论》(1632)。一般认为，《大教学论》是教育学形成一门独立学科的标志。

他的最主要观点是：教育要适应自然，不能违背自然的规律，大自然是如何运转的，教育就应该怎样去做。

3、提出了著名的“白板说”，主张绅士教育的学者是：洛克。

4、杜威：新三中心论，儿童中心、活动中心、经验中心。

他的主要观点是：教育即生长，教育即生活，教育即经验的改造。

三、马克思主义教育学的建立

1、我国第一部以马克思主义观点阐述教育问题的著作是杨贤江的：《新教育大纲》（1930年）

四、教育学发展中形成的理论派别

1、实验教育学

2、文化教育学

3、实用主义教育学：杜威的《民主主义与教育》，克伯屈的《设计教学法》

4、批判教育学

五、当代教育学理论的新发展

1、苏联赞科夫于1975年出版了作为实践总结性成果的《教学与发展》专著。

2、苏联苏霍姆林斯基的理论也受到世界的关注。他提出了许多富有创造精神的见解。他的论著被誉为“活的教育学”和“学校生活的百科全书”。他的《给教师的建议》 《把整个心灵献给儿童》等著作已在我国翻译出版。

3、在西方，瑞士教育家皮亚杰在《教育科学和儿童心理学》一书中提出的儿童智力发展阶段与教学关系的理论。美国心理学家布卢姆制定出新的教育目标分类系统，他把教育目标分为认知目标、情感目标和动作技能目标三大类。美国教育家布鲁纳在《教育过程》一书中提出的“结构主义学说”和“发现法”的教学方法，德国教育家瓦·根舍因提出的“范例教学理论”，都在一定程度上反映了教育的某些特点和规律。

02本质与基本规律

一、教育的本质

1、教育的基本概念

广义：泛指一切有目的的增进人的知识技能，发展人的智力和体力，影响人的思想品德活动。

狭义：指学校教育，是教育者按照一定要求和受教育者身心发展的规律，对受教育者所进行的一种有目的、有计划、有组织的系统影响的社会活动。

2、教育属性

教育的本质属性

(1)教育是把自然人转化为社会人的社会实践活动，这表明教育是人类所独有的社会现象。

(2)教育培养人是有意识、有目的、自觉地进行的。

(3)在教育这种培养人的活动中，存在着教育者、受教育者以及社会要求三种要素之间的矛盾运动。

教育的社会属性

(1)教育具有永恒性。

教育是人类所特有的社会现象，它是一个永恒的范畴。教育的两大职能：一是使新生一代适合现存的生产力，作为生产斗争的工具；二是使新生一代适合现存的生产关系，在阶级社会作为阶级斗争的工具。

(2)教育具有历史性。

(3)教育具有相对的独立性。

具体表现在：教育具有自身的继承关系；教育要受其他社会意识形态的影响；教育与社会政治经济发展不平衡。不能将其独立性化。

3、教育的功能

教育功能的类型：

(1)从作用的对象划分，可分为教育的个体功能和社会功能。

(2)从作用的方向划分，分为教育的正向功能和负向功能。

(3)从作用的呈现形式划分，可分为教育的显性功能和隐性功能。

教育的个体功能：

(1)教育促进人体生理发展的功能。

(2)教育促进个体心理发展的功能。

教育的社会功能：

(1)教育的政治功能。

(2)教育的文化功能。

教育有筛选、整理、传递、保存和继承文化的作用；

教育具有传播和交流文化的作用；

教育具有活化文化的作用；

教育具有更新和创造文化的作用；

教育具有批判和引导文化的作用。

(3)教育的经济功能。

(4)教育的生态功能。

(5)教育的人口功能。

二、教育的基本规律

1、教育与社会发展相互制约的规律

教育与生产力相互制约

生产力对教育的制约作用

①生产力的发展水平制约着教育目的。

②生产力发展水平制约着课程设置和教育内容。

③生产力的发展水平制约着教育发展的规模和速度。

④生产力的发展水平制约着学校结构。

⑤生产力的发展制约着教学方法、手段、组织形式。

教育对生产力的促进作用

①教育是劳动力再生产的必要手段。

②教育是科学知识和技术再生产的手段。

③教育是生产新的科学知识和技术的手段。

教育与社会政治经济制度相互制约

社会政治经济制度对教育的制约作用

①社会政治经济制度决定教育的目的。

②社会政治经济制度决定教育的领导权。

③社会政治经济制度决定受教育的权利。

教育对社会政治经济制度的反作用

①教育培养出具有一定阶级意识的人，维护和巩固一定的政治经济制度。教育通过培养大批的统治人才，直接为政治经济制度服务。

②教育通过影响社会舆论、道德风尚为政治经济制度服务。

③教育对政治经济制度不起决定作用。

2、教育与人的发展相互制约的规律

影响人的发展的主要因素

影响人的发展因素很多，主要有遗传、环境和教育三种。

①遗传的概念，遗传在人的发展中的作用；

②环境的概念，环境在人的发展中的作用，人对环境的反映是能动的反映；

③教育对人的发展的制约，教育在人的发展中起主导作用，教育起主导作用的原因。

人的发展对教育的制约

教育要充分发挥主导作用，必须遵循人的发展规律，主要是遵循以下五方面的规律：

①教育要适应人的发展的顺序性和阶段性；教育要循序渐进地促进人的发展。

②教育要适应人的发展的不平衡性；应在儿童身心发展的某一关键期施以相应的教育。

③教育要适应人的发展的稳定性和可变性；在教育中既要注意稳定性，不随意改变教育的内容和方法，又要考虑可变性，充分挖掘学生发展的潜力。

④教育要适应人的发展的个别差异性，做到因材施教。

⑤教育要适应人的发展的互补性，促进人的个性发展。

03教育目的

一、教育目的概述

1、教育目的和培养目标的概念

教育目的规定了把受教育者培养成什么样的人，是培养人的质量规格标准，是对受教育者的一个总的要求。培养目标一般是指教育目的在各级各类教育机构的具体化。

2、教育目的的意义

(1)教育目的既是教育工作的出发点，也是教育工作的归宿。

(2)教育目的对提升教育质量有指导意义。

二、确立教育目的的依据

1、马克思关于人的全面发展学说

(1)旧式分工造成了人的全面发展学说。

(2)机器大工业生产提供了人的全面发展的基础和可能。

(3)社会主义制度是实现人的全面发展的社会条件，教育与生产劳动相结合是实现人的全面发展的惟一途径。

2、社会生产方式

(1)教育目的受社会生产力制约。

(2)教育目的也受一定的生产关系和以这种生产关系为基础的政治观点、政治制度和政治设施的制约。

3、人的自身发展需要

4、教育目的的确立

在教育目的的确立依据问题上教育形成的两大理论观点

(1)个人本位论及主要观点。

(2)社会本位论及主要观点。

三、我国的教育目的

1、我国制定教育目的的理论基础是：马克思关于人的全面发展学说

2、培养全面发展的人的唯一途径是：教育与生产劳动相结合

3、教育目的既是教育工作的出发点，也是教育工作的归宿

4、我国社会主义教育目的的基本点

①培养社会主义事业的建设者和接班人，这一点表明我国社会主义教育目的的性质和方向。

②培养全面发展的人，这是社会主义教育目的对人才素质的基本要求。

③教育目的的根本实现途径是教育与生产劳动相结合。

5、《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010-2020年）》中进一步明确了我国的教育方针，其中规定的教育目的是：培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。

6、素质教育

素质教育是面向全体学生的教育，是指向学生全面发展的教育，是发展学生个性的教育，是以培养创新精神和实践能力为重点的教育。

素质教育的理论依据：全面发展教育。

素质教育的根本目的：全面提高学生素质。

教育的三大基本任务：培养学生的身体素质、心理素质和社会任务。

素质教育的意义

①它有助于提高中华民族的整体素质，提高综合国。

②它是克服应试教育弊端，深化教育改革的必然趋势。

③它有助于受教育者全面发展的落实。?

实施素质教育的措施

①改变教育观念。?

②转变学生观。?

③加大教育改革的力度。?

④建立素质教育的保障机制和运行机制。?

⑤营造良好的校园文化氛围。?

素质教育与应试教育的区别

①教育目的的不同：应试教育着眼于分数和选拔，素质教育旨在提高国民素质。?

②教育对象不同：应试教育重视高分学生，忽视大多数学生和差生，素质教育面向全体学生。?

③教育内容不同：应试教育紧紧围绕考试和升学需要，素质教育立足于学生全面素质。?

④教育方法不同：应试教育大搞题海战术，素质教育重视启发诱导，因材施教。?

⑤教育评价标准不同：应试教育以分数作为衡量学生和教师水平的唯一尺度，素质教育则立足于学生素质的全面提高。?

⑥教育结果不同：应试教育使多数学生受到忽视，产生厌学情绪，个性受到压抑，素质教育使全体学生的潜能得到充分发挥。???

04教育制度

一、旧中国的学制

1、壬寅学制：中国颁布的第一个近代学制（未实施）

2、癸卯学制：我国第一个正式实施的学制，明显反映了“中学为体、西学为用”

3、壬子癸丑学制：在法律上体现了教育机会均等

4、壬戌学制：以美国学制为蓝本

二、新中国学制改革

新中国的第一个学制是：《关于学制改革的决定》1951年10月1日实施

三、1985年学制改革

我国首次提出“把普及九年制义务教育的责任交给地方，有计划，有步骤地普及九年学制义务教育”的政策出自：1985年《中共中央关于教育体制改革的决定》

05教师与学生

一、教师劳动的特点

1、复杂性（表现在教育任务的多样性、教育目的的全面性、劳动对象的差异性）、创造性（表现在因材施教、教学方法不断更新、教育机智）

2、连续性、广延性

3、长期性、间接性

4、主体性、示范性

二、师生关系的基本类型

①专制型?②放任型?③民主型?

师生关系的作用：

①良好的师生关系是教育教学活动顺利进行的保障。

②良好的师生关系是构建和谐校园的基础。?

③良好的师生关系是实现教学相长的催化剂。

④良好的师生关系能够满足学生的多种需要。

三、师生关系的作用

①良好的师生关系是教育教学活动顺利进行的保障。?

②良好的师生关系是构建和谐校园的基础。?

③良好的师生关系是实现教学相长的催化剂。?

④良好的师生关系能够满足学生的多种需要。

四、怎样建立新型师生关系

教师方面：

①了解和研究学生?

②树立正确的学生观?

③提高教师自身素质?

④热爱和尊重学生，公平对待学生?

⑤发扬教育民主?

⑥主动与学生沟通，善于与学生交往?

⑦正确处理师生矛盾?

⑧提高法制意识，保护学生的合法权利。?

学生方面：?

①正确认识自己

②正确认识老师?

环境方面：加强校园文化建设。

五、学生权利和义务

《教育法》对学生权利的规定

1、参加教育教学计划安排的各种活动，使用教育教学设施、设备的权利

2、按照国家有关规定获得奖学金、贷学金、助学金的权利

3、在学业成绩和品行上获得公正评价，完成规定学业后获得相应的学业证书、学位证书的权利

4、对学校给予的处分不服向有关部门提出申诉，对学校，教师侵犯其人身权、财产权等合法权益，提出申诉或依法提出诉讼的权利

5、法律法规规定的其他权利：受教育权、姓名权、荣誉权、隐私权以及健康权

《教育法》对学生义务的规定

1、遵守法律、法规

2、遵守学生行为规范，尊敬师长，养成良好的思想品德和行为习惯

3、努力学习，完成规定的学习任务

4、遵守其所在学校或其他教育机构的管理制度规定

06课程

一、课程要素

课程的四个要素：课程目标、课程内容、课程结构和课程评价

二、课程的类型

1、从课程管理制度角度分为国家课程、地方课程和学校课程

2、从课程的组织核心划分为学科课程、活动课程和综合课程

学科课程特点：

（1）主张分科教学，从不同的知识体系出发设计课程，强调知识本位。

（2）强调教材的逻辑组织和训练的价值，重视学科理论知识。

（3）重视对未来成人生活的分析和准备。

活动课程特点：

（1）从儿童的需要、兴趣、个性出发设计课程，强调儿童本位、经验本位。

（2）重视教材的心理组织，主张“做中学”，在活动中探索、尝试错误，学到方法。

（3）认为教育即生活而不是生活的准备。

3、从学生对课程选择的自由度划分为必修课程和选修课程

三、课程内容

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，初中阶段设置分科与综合相结合的课程。

②高中以分科课程为主。?

③从小学到高中设置综合实践活动课程并作为必修课程。

④农村中学课程要为当地社会经济发展服务。?

《基础教育课程改革纲要》规定，在学校课程中设置综合实践活动作为必修课程，其设置的时段为：小学一年级到高中阶段。

课程主要内容

(1)关于自然、社会和人的发展规律的基础知识。

(2)关于一般智力技能和操作技能的知识经验。

(3)关于对待世界与他人的态度的知识经验。

课程内容的具体表现形式

在我国，课程主要由三部分组成，即课程计划(教学计划)、学科课程标准(教学大纲)和教材。

07教学理论与实践

一、我国目前教学的四大基本

基本原则：

1、科学性与教育性相结合原则

2、理论联系实际原则

3、直观性原则

4、启发性原则

5、循序渐进原则

6、巩固性原则

7、因材施教原则

基本规律：

(1)间接经验与直接经验相结合的规律。

(2)教师的主导作用与学生的主体作用相统一的规律。

(3)掌握知识与发展智力相统一的规律。

(4)知识教学与品德教育相统一的规律(教学的教育性规律)。

基本阶段：

教学过程大致分为以下五个阶段：

(1)激发学习动机。

(2)感知教材。

(3)理解教材。

(4)巩固知识。

(5)运用知识。

基本任务：

1、引导学生掌握科学文化基础知识和基本技能，这是教学的首要任务

2、发展学生智力，培养学生的创新精神与实践能力

3、发展学生的体力，提高学生的身心健康水平

4、培养学生的审美情趣和能力，形成良好的世界观基础

5、发展学生积极的情感、态度和价值观，形成良好品德和个性心理品质

二、我国目前基本的教学原则及其运用

在我国的中小学中，常用的教学原则主要有以下七条：

(1)科学性与教育性相结合原则。

(2)理论联系实际原则。

(3)直观性原则。

(4)启发性原则。

(5)循序渐进原则。

(6)巩固性原则。

(7)因材施教原则。

三、常见教学方法

1、以语言传递为主的教学方法：讲授法、谈话法、讨论法、读书指导法

2、以直观感知为主的教学方法：演示法、参观法

3、以实际训练为主的教学方法：练习法、实验法、实习作业法、实践活动法

四、教学评价的类型

①根据教学评价的作用，分为诊断性评价、形成性评价和总结性评价。

②根据评价采用的标准，分为相对性评价、绝对性评价和个体内差异评价。

③根据评价的主体，分为外部评价和内部评价。

评价一堂课好坏的重要指标是：学生的学

08德育理论与实践

一、德育三大基本

德育过程的基本矛盾

教育者提出的德育要求与受教育者已有的品德基础之间的矛盾

德育的基本原则

1、现实性与方向性相结合的原则

2、从学生实际出发的原则

3、知行统一原则

4、集体教育与个别教育相结合的原则

5、正面教育与纪律约束相结合的原则

6、依靠积极因素克服消极因素的原则

7、尊重信任学生与严格要求学生相结合的原则

德育过程的基本规律

1、德育过程是对学生知、情、意、行的培养提高过程

2、德育过程是促进学生思想内部矛盾斗争的发展过程

3、德育过程是组织学生的活动和交往、统一多方面教育影响的过程

4、德育过程是一个长期的、反复的、逐步提高的过程

二、德育途径

学校有目的、有计划、有系统地对学生进行德育的基本途径是：教学

①思想品德课和其他学科教学（基本途径）?

②社会实践活动?

③课外、校外活动?

④共青团、少先队组织的活动?

⑤校会、班会、周会、晨会、时事政策的学习?

⑥班主任工作

三、常用的德育方法

1、说理教育

2、榜样示范

3、实际锻炼

4、陶冶教育

5、指导自我教育

6、品德评价

德育方法的选择与运用

德育方法具有阶级性、继承性、实践性、系统性等特点.

选择德育方法的依据

(1)德育目标。

(2)德育内容。

(3)德育对象的年龄特点和个性差异。

德育方法的改革：

(1)双导法，又称启发诱导法。

(2)疏导法。

(3)对话法。

(4)感化法。

(5)交流法。

(6)心理咨询法。

09班主任工作

一、班主任工作的任务

1、班主任的基本任务是：带好班级，教好学生。

2、班主任的中心工作是：组织和培养班集体。

3、衡量班集体是否形成的重要标志之一是：培养正确的集体舆论和优良的班风。

4、班集体的形成与培养：?

①确定班集体发展目标

②建立得力的班集体核心?

③建立班集体的正常秩序?

④组织形式多样的教育活动?

⑤培养正确的舆论和良好的班风

二、班主任工作的方法和主要内容

班主任工作的方法

1、全面了解和研究学生

2、组织和培养班集体

3、做好个别教育工作

4、家庭与社会教育密切结合，统一各方面的教育力量

5、做好班主任工作的计划和总结

班主任工作的主要内容

1、对学生进行思想品德教育。这是班主任的工作重点和经常性工作

2、教育学生努力学习，完成学习任务

3、指导学生课余生活，关心学生身体健康

4、组织学生参加劳动和其他社会活动

5、指导本班班委会和共青团、少先队工作

6、做好家长工作，争取社会有关方面的配合

7、评定学生操行

三、班主任的地位和作用

①是班集体的组织者和领导者?

②是实现教育目的，促进学生全面发展的骨干力量。? ③是沟通学校、家庭、社会三方面的桥梁，是形成教育合力的重要中介。

专升本《教育理论》心理学主要考点汇总

01绪论

一、心理学概念

1、心理学：是研究人的心理现象及其规律的科学，一般以探讨人的发生、发展规律为主要研究对象。人的心理现象包括心理过程（包括认识过程、情感过程、意志过程）和个性心理（包含个性倾向性和个性心理特征）两个方面

2、德国著名心理学家冯特被誉为“实验心理学之父”或“心理学之父”

3、反射：是神经系统基本的活动方式

4、高级神经活动的基本过程就是兴奋过程和抑制过程

二、心理学的研究目标

1. 陈述心理现象

2. 解释心理现象

3. 预测心理现象

4. 调节与控制人的心理活动与行为

三、主要的心理学流派

1. 构造主义心理学

2. 机能主义心理学

3. 行为主义心理学

4. 格式塔心理学

5. 精神分析学派

6. 人本主义心理学

7. 认知心理学

四、心理学的研究方法

观察法、实验法、测验的、调查法

02感觉与知觉

一、感觉

感觉：是日常生活中常见的心理现象，是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映。

感觉现象

(1)适应。由于刺激对感受器的持续作用而使感受性发生变化的现象，叫感觉适应。感觉适应可以引起感受性的提高，也可以引起感受性的降低。

(2)对比。对比是同一感受器接受不同的刺激，而使感受性发生变化的现象。

(3)联觉。一种感觉兼有另一种感觉的心理现象叫联觉。联觉产生的主要原因是由于在日常生活中各种感觉现象经常联系在一起的缘故。

感觉的分类

从感觉器官的角度来划分，分为外部感觉和内部感觉。外部感觉包括视觉、听觉、嗅觉和肤觉。内部感觉包括机体觉、平衡觉和运动觉。? 感受性与感觉阙限在数值上成反比关系，感受性高，则感觉阙限低，反之，感受性低，则感觉阙限高。

感觉的种类

包括外部感觉和内部感觉。外部感觉包括视觉、听觉、嗅觉、味觉、肤觉，内部感觉包括运动觉（本体感觉）、平衡觉、机体觉。

二、知觉

观察：是人有目的、有计划的知觉，是知觉的最高形式。

知觉的特性

1、知觉的选择性

2、知觉的理解性

3、知觉的整体性

4、知觉的恒常性

三、知觉与感觉的关系

联系：

①都是刺激物直接作用于感觉器官而产生的，都是我们对现实的感性反映?

②反映的都是事物的外部特征和外部联系。??

区别：

①感觉反映的是事物的个别属性，知觉反映的是事物的整体属性。?

②感觉仅依赖于个别感觉器官的活动，而知觉依赖于多种感觉器官的联合活动。

③知觉不仅受感觉系统的生理因素影响，而且还依赖于人的过去经验，受人的心理特点制约。?

④知觉与词联系在一起。

03注意

一、注意分类

不随意注意：是事先没有预定目的，也不需要意志努力的注意

随意注意：是一种自觉的、有预定目的的、必要时需要一定意志努力的注意

随意后注意：是指有预定目的，但不需要意志努力的注意

二、注意分配

是指同一时间内把自己的心理活动指向于两种或者两种以上的对象或任务上的注意品质

三、注意的功能

1、选择功能

2、保持功能

3、对活动进行调节与监督的功能

四、引起随意注意的原因

1、对活动目的与任务的理解

2、兴趣的依从性

3、对活动的合理组织

4、个性特点

04记忆

1、短时记忆又称工作记忆，是人脑中的信息在一分钟之内的加工与编码的记忆

2、研究表明，过度学习程度达到150%时，记忆效果最佳，超过150%，就会出现报酬递减

一、记忆的基本过程

1、记忆有识记、保持、再认或回忆三个基本环节

2、识记是记忆过程的第一个基本环节，保持是中间环节，再认或回忆是识记和保持效果的结果，并能一步巩固识记和保持的内容

二、记忆的分类

1、根据记忆的内容与经验的对象分类：形象记忆、情景记忆、语义记忆、情绪记忆和运动记忆

2、根据信息保持时间的长短分类：瞬时记忆、短时记忆和长时记忆

3、根据信息加工与存储的内容不同分类：陈述性记忆和程序性记忆

4、根据记忆时意识参与的程度分类：内隐记忆和外显记忆

三、短时记忆的特点

1、信息保持的时间短暂，最长不超过一分钟

2、短时记忆容量有限，短时记忆的容量为7±2个组块

3、短时记忆的信息容易受干扰

四、记忆结构

记忆结构由三个子系统构成：?

①瞬时记忆：编码方式以图像记忆为主。?

②短时记忆：编码方式有听觉编码和视觉编码。?

③长时记忆：编码方式以意义编码为主。

05思维与想象

一、思维

抽象逻辑思维：是用语言符号进行的思维

思维的过程：包括分析与综合、比较与分类、抽象与概括、系统化与具体化，其中分析与综合是思维的基本过程

分析：是将事物的心理表征进行分解，以把握事物的基本结构要素、属性和特征

思维的基本形式

①概念：是人脑反映客观事物共同的、本质的特征的思维形式

②判断：指认识概念与概念之间的联系，它是事物之间的联系和关系在人脑的反映

③推理：由一个或几个相互联系的已知判断推出合乎逻辑的新判断的思维形式

创造性思维的培养

①运用启发式教学，激发学生的求知欲，调动学生的学习积极性

②培养学生发散性思维和聚合性思维

③发展学生的创造性想象

④鼓励学生参加各项创造性活动，正确评价有创造力的学生

思维的特征：概括性、间接性

二、想象

1、想象：是人脑对已有表象进行加工改造而形成新形象的心理过程

2、创造想象：是指按照一定目的、任务，使用自己以往积累的表象，在头脑中独立地创造出新形象的过程

想象的分类

①从有无目的性的角度，可分为有意想象和无意想象。?

②从想象与现实的关系，可分为幻想、理想和空想。?③从内容是否新颖的角度，可分为再造想象和创造想象。

想象规律在教育教学中的运用

在教学过程中发展学生的再造想象

(1)再造想象是学生感知和掌握未知事物的有效手段。

(2)再造想象是学生理解和掌握客观事物规律与内在联系必不可少的心理条件。

(3)再造想象是思想教育的重要形式之一。再造想象也是政治思想教育的好帮手。

在教学活动过程中培养学生的创造性想象

(1)丰富学生的表象储备。

(2)扩大学生的知识经验。

(3)结合学科教学，有目的地训练学生的想象力。

(4)引导学生进行积极的幻想。

三、影响问题解决的因素

1、人的知觉特点

2、定势与功能固着

3、已有知识经验

4、情绪与动机

5、个性因素

06情绪与意志

一、情绪

1、心境：是一种使人的一切其他体验和活动都染上情绪色彩的情绪状态，特点是弥散性

2、抑郁：是一种复合性情绪，它表现的强烈而持久。抑郁一般不会导致极端行为、人格解体以及严重的思维障碍，但常会使人处于一种消沉、沮丧、失望无助的状态中

3、耶克斯-多德森定律描述的是激奋学习与学习效率之间的关系

情绪的分类

1、基本的情绪分为：快乐、悲哀、愤怒、恐惧

2、按强度和持续时间分为：心境、激情、应激

压力事件应对方式

1、根据应对方式的针对性，分为对抗、淡化、自控、求助、自责、逃避、计划和自评

2、根据应对方式的目的，分为两种：一是改变应激源或个体与应激的关系，二是改变自我而不是改变应激源

3、根据应对方式的表现形式有积极的认知应对、积极的行为应对和回避应对

情绪的功能

(1)适应环境的功能。

(2)调节认知活动的功能。

(3)信息传递的功能。

二、意志

意志品质的特征

1、自觉性

2、果断性

3、自制性

4、坚韧性

意志品质的培养

1、胸怀大志，确立崇高的理想

2、加强目的性教育，树立科学的世界观

3、从小事做起，在困难中磨炼意志

4、根据意志品质差异，采取不同的锻炼措施

三、情绪和情感的关系

区别：

①情绪是原始的、低级的态度体验，与生理需要是否满足相联系，是人与动物共有的；情感是后继的、高级的态度体验，与社会需要是否满足相联系。?

②情绪可以由对事物单纯的感知觉直接引起，较多的带有情景性和易变性；情感则由对事物复杂意义的理解引起，较多的带有稳定性和持久性。?

③情绪体验强度大，往往带有冲动性，情感则比较内隐、深沉。

联系：

①情感依赖于情绪，同时情绪也依赖于情感的变化。?②情绪是情感的外在表现，情感是情绪的本质内容。

07需要与动机

一、需要

1、需要：是个体内部的某种缺乏或不平衡状态在心理上的反映，是个体活动积极性的内在源泉

2、需要层次是美国心理学家马斯洛提出来的，又称“动机层次理论”

3、自我实现需要的目标是自我实现，或是发挥潜能。它是在其他需要都满足之后才产生的最高层次的需要

马斯洛的需要层次理论

①生理需要

②安全需要

③归属与爱的需要

④尊重需要

⑤自我实现需要

需要的类型

①根据需要的起源，可以分为生理需要和社会需要。

②根据需要的对象，可以分为物质需要和精神需要。

二、动机

动机的概念

动机是激发和维持有机体的行动，并使该行动朝向一定目标的心理倾向或内部驱力。动机可以激起人行动或抑制这个行动的愿望和意图，它是一种推动人的行为的内在原因。

美国心理学家耶克斯和多德森认为，中等程度的动机激起水平最有利于学习效果的提高。

动机产生的条件

(1)内在条件是需要。

(2)外在条件是诱因。

动机的功能

(1)动机的引发功能。

(2)动机的指向功能。

(3)动机的激励功能。

动机的分类

1、按需求的种类可分为生理性动机与社会性动机

2、按动机持续作用的时间可分为远景性动机与近景性动机

3、按动机在活动中作用的大小可分为主导动机和从属动机

4、按动机的来源可分为内部动机和外部动机

学习动机的激发

1、创设问题情境，实施启发式教学

2、根据作业难度，恰当控制动机水平

3、利用反馈信息，有效经行奖惩

4、合理设置课程，适当组织学习竞赛

5、正确指导学习成绩的归因，促使学生继续努力

6、提供成功的学习经验，增强学习的自我效能

班杜拉的强化分类及其含义

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的强化

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，由此强化或惩罚自己

08技能与能力

一、技能

1、技能：是个体运用已有知识经验，通过练习而形成的合乎法则的活动方式

2、我国心理学家在长期的教学实践过程中，提出了原型定向、原型操作和原型内化的智力技能形成三阶段论

动作技能

动作技能，也即通常所说的技能，是指以肌肉骨骼的运动实现的程序化、自动化和完善化的外显动作方式。换言之，它是通过学习而形成的合乎法则的操作活动方式。

动作技能的特点：

(1)动作对象的物质性。

(2)动作进行的外显性。

(3)动作结构的展开性。

动作技能形成的条件：

（1）动作概念掌握

（2）经行有效练习

（3）动作示范

（4）动作反馈

智力技能

智力技能也称为认知技能或心智技能，它是人借助于内部言语在头脑中完成的智力活动方式。换言之，智力技能是通过学习而形成的合乎法则的智力活动方式。

智力技能的特点：

(1)动作对象的观念性。

(2)动作进行的内隐性。

(3)动作结构的简缩性。

二、能力

1、认知能力：指接收、加工、储存和应用信息的能力

能力的分类

（1）按倾向性划分为一般能力和特殊能力

（2）按功能划分为认知能力、操作能力和社交能力

（3）按参与其中的活动性质划分为模仿能力和创造能力

智力理论

（1）智力因素理论

①斯皮尔曼的二因素论

②瑟斯顿的群因素论

（2）智力结构论：吉尔福特-智力三维结构理论

（3）智力形态论：晶体智力和流体智力

（4）智力认知论：斯滕伯格-智力三元结构理论

（5）智力多元论：加德纳-多元智力理论

影响智力发展的因素

（1）遗传与营养

（2）早期经验

（3）教育与教学

（4）社会实践

（5）主观能动性

三、能力与知识、技能的关系

联系：

①能力是掌握知识与技能的前提，能力的高低会影响到知识掌握的深浅、难易和技能水平的高低。?

②能力是在掌握知识与技能的过程中形成和发展起来的，掌握系统的知识和技能有利于能力的增长和发挥。?

区别：

①知识是人类社会历史经验的概括和总结；技能是对一系列活动方式的概括，能力是人在从事某种活动时的表现。?

②在一个人身上，知识和技能的发展是无止境的，而能力的发展则有一定的限度。?

③知识、技能的掌握和能力的发展是不同步的。

09人格

一、人格

1、人格：是构成一个人思想、情感及行为的特有模式，这个特有模式包含了一个人区别于他人的稳定而统一的心理品质

人格主要包括性格、气质、自我调控三个方面。

人格的特点：

（1）独特性

（2）稳定性

（3）整体性

（4）功能性

二、性格

1、性格：是指人对客观事实的稳定态度与习惯了的行为方式相结合的人格特征。

影响性格形成与发展的因素：?

①家庭?②学校教育?③同伴群体?④社会实践?⑤自我教育?⑥社会文化因素

三、气质

1、气质：心理学上所说的气质是指一个人典型和稳定的心理活动的动力特征。

气质的特性：

(1)感受性。

(2)耐受性。

(3)反应的敏捷性。

(4)可塑性。

(5)情绪兴奋性。

(6)内向与外向性。

气质类型：

（1）多血质：情感丰富、思维敏捷、活泼好动、善于交往、适应能力强、缺乏耐心和毅力、见异思迁

（2）黏液质：情绪平稳、沉默寡言、细致周到、自制力强、耐受力高、主动性差、缺乏生气、行动迟缓

（3）抑郁质：情绪体验深刻、多愁善感、思维敏锐、想象丰富、不善交际、自制力强、举止缓慢、优柔寡断

（4）胆汁质：情绪体验强烈、思维灵活、精力旺盛、勇敢果断、朴实真诚、鲁莽冒失、易感情用事、刚愎自用

10社会态度与行为

一、社会态度

1、社会态度：是个体基于过去经验对其周围的人、事、物持有的比较持久而一致的心理倾向

2、社会促进：指个人对别人的意识，包括别人在场或与别人一起活动所带来的行为效率的提高

社会态度的维度

（1）指向维度

（2）强度维度

（3）中性维度

（4）外显维度

（5）深刻维度

社会态度的功能

（1）工具性功能

（2）知识功能

（3）价值表达功能

（4）自我防御功能

（5）社会适应功能

印象形成效应

（1）刻板印象

（2）首因效应和近因效应

（3）晕轮效应

当认知者对一个人的某种特征形成好或者坏的印象后，他还倾向于据此推论该人其他方面的特征

（4）投射倾向

三、培养助人行为的方法

（1）提高助人报酬。帮助别人时要付出的代价和可能得到的报酬之间的关系，是人们在决定是否做出助人行为时所主要考虑的，随着助人报酬的提高，助人行为的发生率提高

（2）将社会规范内化。个人将利他的社会规范内化为个人的规范形成道德义务感、社会责任感、信念和价值观，从而推动个人作出助人的行为

11心理健康

一、心理健康

心理健康两层含义

1、心理健康：是个体心理活动在自身及环境条件许可范围内所能达到的最佳功能状态。

一是无心理疾病；二是具有一种积极发展的心理状态。“无心理疾病”是心理健康的最基本条件

2、系统脱敏：主要用来治疗恐惧症，其基本治疗原理是对抗条件反射。

二、心理咨询

心理咨询的原则

1、理解支持原则

2、保密原则

3、倾听原则

4、细致询问原则

5、疏导原则

6、促进成长原则

7、预防原则

心理咨询的基本步骤

1、建立关系

2、了解问题

3、分析诊断

4、帮助指导

5、结束咨询

心理咨询的主要形式

1、直接咨询和间接咨询

2、个别咨询与小组咨询

3、面谈咨询、信函咨询、电话咨询、现场咨询

心理咨询与心理治疗的联系

（1）强度良好人际关系的建立

（2）所遵循的理论、方法与原则一致

心理咨询与心理治疗的区别

（1）工作对象和范围不同

（2）遵循的模式不同

（3）工作任务的侧重面不同

（4）从业人员有别