# 2024特岗教师教育心理1

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-12-16

*第一篇：2024特岗教师教育心理1心理学第四天 学习——反选个体：人 动物 机器练习或反复经验：后天的行为 行为：外显行为+内隐行为改变：相对过程的和相对结果的 持久的：生理的改变-短暂的———————————————————1人类学习与...*

**第一篇：2024特岗教师教育心理1**

心理学第四天 学习——反选

个体：人 动物 机器

练习或反复经验：后天的行为 行为：外显行为+内隐行为

改变：相对过程的和相对结果的 持久的：生理的改变-短暂的

———————————————————

1人类学习与动物学习最本质的区别是人靠语言进行

2学生学习是人类学习的特殊形式 是有目的的，有计划的，有组织下进行的——正规学习

偶然偶发的-非正规学习

一定程度的被动性-在教学上是授受关系，而且还是学习的主体

例题：以下哪些是学习现象？

1事故后体会到交通规则的重要性 2疲劳时记忆能力下降-短暂的 3乳儿抓住碰到的东西-先天的 4青春期少年的嗓音变化-短暂的 例题：属于学习现象的是（）

1杯弓蛇影 2蜜蜂采蜜 3望梅止渴 4老马识途 例题：

1儿童从不会使用筷子到学会使用筷子 2人从暗的地方走到阳光下，视力要过一会儿才能恢复正常 ——视觉适应 3学生在教师的指导下掌握了勾股定理 4儿童大约在一岁的时候就可以行走

——生理变化 例题：

1幼儿进入托儿所的时候害怕生人，几天后不怕了 个体 行为 改变 ——学习（态度学习）

2服用兴奋剂之后，运动能力提升-短暂的 3成人每天阅读报纸

个体 行为 改变（内隐行为）持久的——学习

4学生每天练习广播体操

个体 行为 改变-没有

改变 ——不是学习

例题：小红练习举重数小时之后，举重的成绩越来越差。

——不是属于 个体 后天行为 改变 学习准备：那些促进或妨碍学生学习的生理或心理的水平

1根据桑代克的准备律提出

加涅根据 学习结果 1言语信息学习

1）处理的“是什么” 2）所有事实类的信息

3）必须侧重于理解的基础上，用语言表达出来

2智慧技能的学习1）解决“怎么做”

1辨别学习：区分异同

2概念学习：从同类事物所抽出的共同的本质的属性用来和其他事物相区分 3规则学习；多个概念之间的关系

4高级规则=解决问题 ：多个规则的关系 例题 圆的直径是半径的二倍——规则学习

例题：梯形的面积=两个三角形的面积+一个正方形的面积 ——高级规则的学习

梯形的面积=上底+下底乘以高/2 ——规则学习

3认知策略——调控它的认知过程（感知觉 记忆思维 想象）

智慧技能：外显的操作行为

认知策略：内隐的加工行为（加工的是认知）

4态度学习——对人对事对物的看法和行为倾向性

5动作技能——必须借助骨骼肌肉

例题：个体利用符号与环境相互作用的能力是？

——智慧技能

例题：学生通过学习后，能说出诚信的定义？

——言语信息

例题：一个小孩两岁半可以背诵古诗床前明月光 —— 动作技能

例题：学生积累了大量的字词也能造出主谓一致的句子，但就是写不出来作文？ ——认知策略（头脑的构思）

例题 实质是学生能在体现规则变化的情境中去适当的使用规则？ ——智慧技能

例题：根据加涅对技能的分类，将主动句风吹倒了大树，改为大树被风吹倒了？ ——智慧

加涅 学习水平信号学习

1巴甫洛夫的经典性条件作用理论 2 刺激——反应 刺激-反应学习

1斯金纳的操作性条件作用理论 2 刺激——反应 强化 连锁学习

1多个刺激和反应的联结 2动作技能 言语联想学习

1言语的连锁化（翻译文章）

例题：学会对同一类刺激作出相同的反应，也就是对事物的抽象特征的反应？ —— 概念学习

例题：学了全等三角形的判定定理后，在学习相似三角形的性定理进行的是什么学习? ——辨别学习

例题：每次给孩子喂奶都说宝贝乖，以后孩子饿了哭闹，他说宝贝乖就会安静下来？

喂奶——安静 宝贝乖——无

喂奶+宝贝乖——安静

宝贝乖——安静 ——信号学习条件反应——

例题：小红从不和老师主动打招呼，有一次主动给老师打招呼之后，受到了老师的表扬，之后每次见到老师都主动打招呼？ ——刺激 反应 打招呼——表扬

老师——打招呼 刺激——反应（表扬-强化作用）

内隐学习——无意识参与 外显学习——意识参与

奥苏贝尔 学习方式

1发现学习：非定论的形式 2接受学习：定论的形式 新旧知识的关系

机械学习-新旧知识无联系 孤立死记硬背

意义学习-新旧知识有联系 旧知识可以促进新知识的理解 布鲁纳——发现学习

奥苏贝尔——有意义的接受学习（小学生低年级发现学习/机械学习）

例题：不讲学习主要内容直接呈现给学习，而是向学生提供一定的背景资料，由学习者独立操作而习得知识属于什么学习？

——发现学习

例题：科学家合作探索卫星——发现学习

小学生通过编打油诗来背诵圆周率的小数点后十位 ——机械学习

小明背诵十遍概念 ——机械学习

儿童尝试操作走迷宫——发现学习机械学习

例题：学生借助老师提供的结构图来弄清概念直接的关系

——接受学习有意义学习

第二节 一般学习理论

一行为主义 ：刺激和反应的联结 强化 二认知主义：头脑的内在加工（头脑参与）

三人本主义：注重人的情感层面

四建构主义：主动建构性 社会互动性 情境性

例题 以下是行为主义观点的是 1组织开展合作学习—建构主义

2发动全班同学对正确回答问题的同学鼓掌并说你真棒 ——行为主义

3在作文课上发挥大胆想象——认知主义 4在播放最强大脑之后，发现学生学习劲头很足——观察学习——行为主义

一行为主义理论 1桑代克的猫，巴甫洛夫的狗 斯金纳的小白鼠，班杜拉的小宝宝

桑代克的实验

1猫学到的是一看到鱼就开门 环境中的刺激 —— 反应 学到的是刺激——反应

S-R 桑代克创造了最早的联结学派 2通过什么过程学到的？

1）猫通过反复的尝试错误最后习得了行为

——试误说

3学习曲线：随着练习次数增多，开门所用的时间减少 一准备律-前 1对应实验：猫是一只饿猫 ——说明具备了生理准备 教学启示：教师要给予学生相应的生理或心理准备 例：复习预习或不能搞突袭 二练习律-中

1对应实验：猫是通过练习从而加强了联结

2教学启示：教师要多提供给学生练习（加强了知识点和问题的联结）三效果律-后

1对应实验：猫一次成功逃出获得食物的行为会被保留，无关行为会被淘汰。2教学启示：教师要给予反馈（好的行为被表扬了会被保留。）

3效果律会影响后继的行为——最重要的定律

4练习律作为效果律的附律的是因为关有练习而无奖励不能导致学生的进步。——————————————————

例题：小李在全国数学比赛获得第二名，老师在班上点名予以表扬，从此以后小李更加努力，数学成绩越来越好

——效果律（表扬-影响后继行为）

例题：每次上课前，教师都会用问题来激发学生学习符合？

——准备律（心理准备）

例题 试误说是指在学习前，不断尝试错

误，从而形成正确的反应。——学习过程当中的

巴甫洛夫的经典性条件作用 1 实验中有几个联结 骨头——流口水 铃声——流口水

首次刺激有反应的——无条件反应 引起无条件反应的刺激——无条件刺激

多次刺激有反应的——条件反应 引起条件反应的刺激——条件刺激 2狗学到的是？ 铃声——流口水

1）学习的结果是形成暂时性的神经联系 第一信号：具体的信号-人和动物共有的 第二信号 抽象的信号，语言意义或联想意义的——人特有的

例题：尝梅生津-无条件 例题 ：望梅生津-第一

例题：望梅止渴-第二 第一 ——经典性条件作用

例题：杯弓蛇影-第一信号 例题：画饼充饥-第二信号 例题：谈虎色变-第二

例题：听到铃声就下课-第二 例题：一想到考试就害怕-第二 例题：一朝被蛇咬十年怕井绳-第一

经典性条件作用的基本理

论

1获得——条件反射建立的过程 2消退——条件反应消失的过程 “记忆痕迹衰退说=消退说”

3泛化——对相类似的刺激 分不清 4分化——对相类次的刺激 分的清

例题:学生分不清在和再——区分不开音

泛化

例题：教学中讲到重难点的时候放慢语速，提高音调 这是利用了？

1感觉适应 2感觉对比 3刺激泛化 4刺激分化

——————————————————

斯金纳的操作性条件作用理论 实验：小白鼠偶然的碰触到杠杆弹出来个肉丸，多次反复进行之后，发现小白鼠一看到杠杆就按压。

按压杠杆行为——肉丸 杠杆——按压杠杆行为

按压杠杆行为——操作性行为（自发行为）

按压杠杆行为——应答性行为（引发行为）

肉丸使操作性行为被保留下来，肉丸起到强化作用——强化理论

强化理论——改变行为频率 正强化 给+ + 负强化 拿掉-+ 正惩罚 给-消退 无刺激负强化

2通过没收小说来改掉课堂不认真听讲的习惯-负惩罚

不好—— 惩罚或消退

小说—— 好的刺激 负惩罚

3员工因为上班时间在办公室玩游戏，被领导发现，结果扣了他的钱，后来员工再也不敢在上班时间玩游戏了 正惩罚 行为 惩罚 或消退

刺激物 钱-好的 负惩罚

4妈妈为了激励小明提高成绩，提出如果他期末进了全班前十名，就免去他每周洗碗的任务

行为——学习考10 强化 刺激 ——洗碗 负强化

例题：张老师在班主任例会上谈到现在的学生管理时说，当学生违反纪律时，我对他们大声的严厉批评，但是他们却越来越不像话，对学生不良行为的增加属于？ 增加 —— 强化

刺激 ——严厉批评 好的刺激 ——正强化

例题：一批学教育心理学的大学生发现，如果他们合上笔记本看教室后面的钟表教授就会停止授课，从此学生们开始每天提前一点收好，因为知道可以让教师提前下课。

行为-合上笔记本 强化

刺激——上课 不好 负强化

普雷马克效应 先做不爱做的，在做爱做的

例题：先吃完蔬菜，再吃肉

+ + ——正强化 逃避条件作用 负强化 刺激物在眼前 回避条件作用 负强化 刺激无不在眼前

例题：小明下雨了跑着回去没有淋湿太多，下次他还是跑着回去、——刺激 下雨 ——逃避作用

例题：小明在路边听到了车的鸣笛声迅速跑回了屋子

——刺激 车—— 回避条件作用

例题：小明违章骑车看到了警察非常害怕。

——刺激 被罚 ——回避条件作用

程序教学 根据 操作性条件反射+强化理论

主动行为 反馈 把一本书拆成几个单元，学生自定步调，开始学习，每学习完一单元之后马上进行反馈，反馈好的继续下一阶段学习，不好的重复学习直到学完为止 小步子原则 自定步调，积极反应，及时反馈，低错误率

班杜拉的社会学习理论-认知行为主义

1交互决定论

环境（刺激）行为 认知 ——用宝宝（研究的是宝宝外显的打娃娃的行为）2观察学习=替代性学习

通过观察他人，促使自己行为的塑造或改变。

3社会学习理论认为学习是通过（观察）和（模仿）实现的

直接的观察学习：行为——行为

抽象性的观察学习行为——行为规则 创造性的观察学习加入自己的特点

例题：教师演示几道例题之后，总结出定律，并按教师方式去解题

行为——行为规则 抽象性的观察学习

观察学习过程 一注意——看

二保持——保持在自己的头脑中

三复制=再现=生成——用自己的外显行为去再现脑中的行为

四动机——决定做还是不做

直接强化 ——行为-行为

替代性强化 ——行为结果——行为 自我强化 ——自我标准

例题：我们对优秀学生进行奖励，不仅可以激励优秀学生也可以激励一般学生 ——替代性强化

例题：同桌小李偷吃零食，受到了老师的批评，吓得同桌小红把自己的零食马上收了起来。

——替代性强化

例题：小刚看到别的同学努力学习得到了老师的表扬，于是在心理告诫自己也要好好学习

——替代性强化

例题：陈老师是小学一年级的班主任，近期陈老师发现有部分学生热衷观看一部卡通片而且模仿片中反面人物的行为，结

果导致学生中口角和打架等不良行为的发生，为了避免该卡通片的消极影响老师应该？——观察学习

4陈老师应该让学生体验到善有善报，恶有恶报

——替代性强化（做出坏的行为-惩罚 不会做）

最核心的是替代性强化

认知学习理论 靠头脑的参与 ——学习的实质是内在的信息加工

一苛勒的完形顿悟说

1大猩猩摘香蕉的实验

2格式塔学派——认知学习理论 想怎么摘香蕉-想出来在笼子里有很多事物和摘香蕉有关系 观点：对 整体 情境中事物关系=完形的认识 学习是顿悟的过程 ——和桑代克的试误说相对立

二托尔曼的符号学习理论

（认知目的说）1小白鼠走迷宫实验 学习是有目的的行为，是期望的获得——走出迷宫，吃到食物

3学习是形成认知地图-小白鼠在第一次走完迷宫之后，把原本的地图转化为头脑里的认知地图 S-------0—————R

食物 头脑里的地图 走迷宫行为 5潜伏学习：预期的证实是一种内部强化 ——————————————————

例题：即时不给于强化或奖励学生也能学习

1潜伏2替代 3试误 4意义

三布鲁纳认知结构

1学生学习的是学科的基本结构

2基本概念 基本原理 基本态度 和基本方法 强调把学科的基本结构转化为头脑里的认知结构 学科结构应该按照螺旋上升的顺序去编订 ——（内容重复，考虑到了学生的心理顺序）

5“三个任何” 6 学习过程：

1）获得：知识或经验的习得

2）转化：用自己的理解去内化知识，以适合新任务。（理解 +运用）3）评价： 对知识转化的检查

例题：小明在阅读书籍的时候力图使之能够指导自己的工作属于布鲁纳的哪个过程？

——知识的转化 固定原则 口诀：冻结城墙 四奥苏贝尔的有意义学习

定义——反选（新旧知识建立起实质的和非人为的联系）

实质的——深层理解 非人为——新旧知识有内在的联系

例题：小李利用口诀记住了各个历史朝代的顺序？

——机械学习意义记忆

例题：8乘以9=9乘以8这两者只是表述方式上有区别，但是两者是等值的？ 非人为 理解 ——有意义学习

例题：地球的深层是熔岩，在地下挖1000英尺，是热的还是凉的学生不知所答。——实质性 ——不是有意义学习方法

机械记忆-死记硬背

意义记忆-理解，或用知识经验去解释或运用记忆术

五加涅的信息加工 有意义学习的条件

1学习材料的逻辑意义（非孤立的内容）——新知识 有意义学习的心向（有理解的意识）——人

3认知结构中有适当的适当的知识——旧知识 起到的是固定点的作用

有意义学习的类型 表征学习=符号学习=代表学习1用符号代表具有真实事物意义的姓名 天气预报 路线图 九一八

概念学习——核心 1同类事物得来的 2 反应事物本质属性

3用来和其他事物相区分的

命题学习——多个概念之间的关系 =规则学习

例题：如果儿童听到鸟或看到文字的鸟就知道他代表实际的鸟，及时此时未看到真实的鸟，儿童也能以语言或文字的形式在大脑中形成关于鸟的形象这属于（）文字——鸟的形象 符号学习

例题：北京是中国的首都

——命题学习

北京是一个城市 ——符号学习

例题：直角三角形是有一个角是直角的三角形

——概念学习（本质属性）

例题：鸟是前肢有翼，无齿有喙的动物 ——概念学习（本质属性）

例题：从 狗 猫 猪——得到了动物 ——概念学习（同类事物）

例题：婴幼儿在成年人交往中，学会区分你我他属于？

——概念学习（区分）

意义的同化：用旧知识去同化新知识，使新知识赋予新的意义。

水果 苹果 ——苹果是一种水果

一逐渐分化的原则：先讲大的再讲小的 二整合协作的原则：

三先行组织者原则：先于学习任务本身所呈现的引导性材料，必须比新任务的范围要大。

旧知识-新知识 ——不需要 旧知识 ——先行-新知识 先行组织者起到的是桥梁的作用平行四边形 ——四边形-梯形 两组 一组 陈述性组织者：上位关系（先行大 新知识小）

比较性组织者：为了区分相类似的材料 例题：智力技能与动作技能一样，都是越练习越熟练，所不同的是前者为内化动作，后者为外化动作。先行组织者是动作 智力-内化 动作-外化

例题：语文课上，学生学习一篇课文之前，教师介绍作者的生平和写作的时代背景是先行组织者吗？ 不是 没有联系旧知识 旧知识 作者生平——新知识 课文

内容 课文

古诗 情境 古诗

信息加工理论 1加涅

观点：分成八个阶段，每个阶段都进行不同的信息加工

学习的事件是学生内部加工的过程 教学阶段完全与学生的学习阶段对应

学习的模式是用来说明学习的结构与进程的

口诀：东邻活宝会做盖饭 动机阶段——激发动机

领会阶段=了解阶段——注意/看 获得阶段 ——短时记忆 保持阶段——长时记忆 回忆阶段——检索阶段 概括阶段——迁移 操作阶段——应用

反馈阶段——检查和评价

建构主义-许多理论的统称（认知 行为 人本）

2当代的一场革命

3皮亚杰 维果斯基 卡茨 斯滕伯格

一知识观

1认知主义-客观恒久性 建构主义-不是绝对的正确 认知主义-应用的普遍性 建构主义-动态的 认知主义-客观性 建构主义-主观性

二学生观 1学生是有丰富经验的 2学生的经验是有差异的 3需要在学生已有经验基础上去生长知识

三学习观 主动建构性 自主 社会互动性 合作 情境性 探究

四教学观 认为教学不是知识的传递，而是知识的处理和转换 随机进入式教学：通过试图转变多种情境，让学生在多种角度去掌握一个知识点，达到对知识点的全面掌握。

师徒式教学 社会学习共同体

人本主义

马斯洛

1强调学习是内在学习人有学习的需要——自我实现的需要当中

3学生又有自我价值和自我潜能就会推动学生去学习。

罗杰斯 知情统一的教学目标观——完整的人

注重了情感体验而且让学生学会如何学习

2有意义的自由学习观-学生感兴趣的，有用的有情感的

3提出以学生为中心的教学模式=非指导性教学模式（学生为中心教师只是助产士或催化剂）4 真诚一致

无条件积极关注

同理心 开放式课堂模式的理论是人本主义（以学生为中心 在课堂中自由从事活动）

**第二篇：2024特岗教师教育心理4[推荐]**

心理学第二天

1分析：整体—部分 2综合 部分——整体

3比较：区分异同——（比较是在分析的基础上形成的）4分类：把相同的 和不同的分成不同的类别——（分类是在综合的基础上形成的）5抽象；抽出共同的本质属性——（特殊的分析）

6概括：抽出共同的本质属性综合起来——下定义——（特殊的综合）7具体化：应用概念 8系统化：成体系

基本过程是分析和综合

苹果 萝卜（果皮 果核 果肉）（根茎叶）梨

（果皮 果核 果肉）

水果——下定义 苹果 梨 桃子 西瓜 红苹果 例题:学生分段总结段意

——综合（部分——整体）

例题：我们在把握鸟的本质属性的基础上，得出所有鸟都是有羽毛的这一结论，这种思维过程是？ 2概括 3抽象

例题：学生通过对各种各样不同的鱼进行分析和比较得到所有的鱼的本质的思维过程是？

3抽象 4概括

思维的基本形式 一概念——最基本的形式

1同类事物得来的，用来区分其他事物的本质属性 ——独有的特点 二判断

1带有是或否 鸟是乌龟——至少包含两个概念

三推理——推理至少包含三个概念 1归纳推理——从小-大 例子：铁能导电，铜能导电，铝能导电——金属能导电

2演绎推理——从大-小 3类比推理

第五节 表象与想象

在眼前的是——形象 在脑海中的形象——表象

异常清晰鲜明的表象——遗觉象 视觉表象（想起母亲的笑脸）运动表象（想起舞蹈动作）

听觉表像（想起某歌曲的旋律）根据表象是否加工 1记忆表象

2想象表象=想象

形象 表象

鲜明 暗淡

稳定 不稳定

完整 不完整

表象的特征

1直观性=形象性——和真实的类似 2概括性——只有大体的轮廓 3可操作性——可以加工处理

想象——动词

1想象是加工表象，形成新形象的过程 想象的分类

1无意想象——无目的，不需要克服困难——不由自主的想象

2有意想象——有目的，需要克服困难——刻意的一种想象

1）再造想象 1需要媒介 2 呈现的是已有的形象

2）创造想象 1无 2 呈现的是新形象 3）幻想——指向于个人愿望

幻想是特殊的创造现象 / 所有神话人物都是幻想

例题：提到交通拥挤，人们头脑中能够浮现出车水马龙的景象，这属于（）

1空想 2幻想 3有意想象 4无意想象

例题：浮想联翩 ——无意想象

例题：登山泰山之后，头脑中又再次浮现出雄伟壮丽的景象 1无意现象 2有意想象 3表象 4 幻想 例题:根据诗词大漠孤烟直长河落日圆，在头脑中呈现出相应的形象。——有意想象

1表象 2无意还是有意 3再造 创造 幻想 例题；设计师设计，描述城市蓝图 有意——创造想象 例题：梦 白日梦 ——无意想象的特殊形式

——白日梦是幻想，有意想象

表象——无意还是有意——再造 创造 幻想

例题：西游记当中的孙悟空——幻想

想象的过程

一粘合 ：原来的形象发生改变

二夸张与强调：无限方法每一个特点或部分

三拟人化：原来的形象不改变，只是赋予人的意义 例 花儿对我笑

四典型化：所有特点集聚一身 小猪佩奇——拟人 九头鸟——夸张

想象的功能

1预见过程：指向于未来的结果 2补充功能：超越时空的限制 3替代功能：得到心灵的慰藉

例题：人们根据楼盘来推测它建成的样子 例：通过想象体会在月球当中生活，通过想象知道原始人生活的情况 幻想 1 理想 2 空想

第六节 言语的发展

言语——对语言的运用-动态的 语言——文字符号——静态的 言语的种类 1外部言语

1）口头言语：对话言语 独白言语 2）书面言语

2内部言语——伴随着思维

第三章 情绪情感过程

1情绪和情感都是伴随着需要而产生的。2情绪和情感——心理体验和相应的反应 3 情绪的组成部分 1）主观体验——内 2）外部表现——外

3）生理唤醒——生理（血压升高，心跳加速）

下列属于情绪外部表现的是（）1心潮澎湃 2眉开眼笑 3坐立不安 4轻声呻吟

例题：紧张的时候心跳加快手心冒汗？ 1主观体验 2外部表现 3生理唤醒

情绪情感的功能 1信号功能——传递信息

2调节功能——动力功能 情绪情感可以调节行为

3感染功能——波及他人 4适应功能 1）适应环境 2）适应自身

5动机功能=始动作用（决定做不做）6组织功能（决定你做的好坏）7社会功能

8健康功能 情绪具有生理唤醒 例题：人在缺氧的情况下，产生补氧的生理需要，使人产生恐慌和急迫感 1信号 2调节 3 适应 4感染

例题：球迷因为输球闹情绪而在赛场上斗殴破坏公共财产

——适应功能（环境）

例题：一个小丑进城胜过一百个医生。——健康功能

三情绪的维度与两极性

1强度 2紧张度 3 激动性 4动力性 两极性——不可以相互转化

强度：强 弱

行为容易被情绪所支配 行为支配情绪

紧张度： 紧张 轻松

准备不够充分 准备充分 激动性：激动平静

重要事件引起的 人们正常状态

动力性： 增力 减力 推动作用 阻碍作用

情绪状态的分类

情绪的分类：喜 怒 哀 惧 情绪状态的分类：

一心境 微弱的，平静的 持久的

2特点 时间：长期性 空间上：无指向性=弥散性

3几小时 几个月 心境的持续时间取决于客观刺激 性格开朗的人往往事过境迁 内向人耿耿于怀

二激情

1短暂的，爆发的 强烈的

2特点 时间：短暂的 空间：有指向性 例子：范进中举

3伴随着生理变化和明显的外部表情 4 激情会使人认识活动的范围缩小

三应激 意外或突发的状况，高度紧张的状态 2应激会伴随着应激反应，激发人的潜能 古诗词——大部分都是心境

例题：范跑跑的事件，韩国沉船事故当中，船长逃跑的行为属于？ ——应激反应

例题：学生临考时怯场属于？ ——应激反应

例题：灰心丧气 见花落泪 对月伤神？ ——心境

例题：风声鹤唳 草木皆兵？ ——应激

例题：心有余悸描述的是？ ——心境

情感

1意识到自己与客观事物的关系 2 伴随着社会性的需要 情感的品质 1情感的倾向性：喜好 2情感的深刻性：程度

3情感的稳定性：时间维度密切相连 4情感的效能性：情感对行为的影响——以前三个品质为基础

情感的分类 一道德感

1道德标准 二理智感

1和学习活动密切相连的，追求真理事实 三美感 1审美标准 2分类

1）自然美 2艺术美 3社会美 2）自然美 2艺术美 3人格美 例题：歪曲真相觉得非常愧疚？ ——理智感

例题：小明说谎后觉得特别惭愧 ——道德感

例题：最美山村女教师？ ——道德感 情绪——喜欢 情感——爱

情感是情绪的内容，情绪是情感的外部表现

压力的分类

1躯体性压力源-生理变化

2心理性压力源-自身的不良认知

3社会性压力源-社会生活中的重要事件 4文化性压力源-文化或传统上。

例题：我不想出国读书，是因为怕语言不通—

文化性压力源

例题：在全新的环境中，陌生风俗习惯和不同的生活方式会使人产生？ ——心理性压力源

例题：由于战争引起的人们恐慌——社会性压力源

三压力反应的表现

第四章 意志过程 有意识的=有目的的 2 意志有调节作用 伴随着克服困难——关键特征

4意志以随意动作为基础（受意志监控的动作）

认知过程是基础和前提

情感过程是动力（增力+减力）意志过程可以调节 认知 和情感

二意志行动的基本阶段 一采取决定阶段——准备阶段 动机冲突

1双趋-接近-接近型 +/+ 例子：鱼和熊掌不可兼得

2双避 回避-回避型-/-例子：进退维谷 前有狼后有虎

3趋避 接近-回避型 +-例子：蛋糕美味却增肥

4多重趋避 双重趋避 +-/+-/+-（事件当中必须有联系）

例子：火车慢但是便宜，高跟鞋好看但是穿着累 ——趋避冲突

例题：学生既怕寒冷而不愿意起床，又怕因迟到而受到老师批评。——趋避冲突

二执行决定阶段——关键环节也是最终阶段

意志品质

1例题：冒失轻率的人于是不加考虑，只凭一时冲突行事，草率的作出决定和采取行动，他们不加思索，想及早摆脱内心的冲突

——果断性

2例题 中国女排奋力拼搏 终于获得五连冠，表明中国女排的品质是？ ——坚持性 3例题：魏征曾对唐太宗李世民说 奢欲喜怒之情，贤愚皆同，不使过度，愚使纵之，每至所失 ——自制性

4例题：遇事情没有主见缺乏？ ——自觉性

5例题：学生认为写完了作业就可以随便玩缺乏？ ——自觉性

6例题： 水滴石穿，咬住青山不放松 ——坚持性

7例题：小明在写作业，同学叫他去打篮球，他坚持做作业。——自制性

8例题：胜不骄败不馁 ——自制性

9例题：小明因为怕冷不肯起床所以总是

迟到

——坚持性 10例题：小明因为懒惰所以不肯起床所以总是迟到 ——自制性

11例题：有的人在行动中畏缩不前，惊慌失措？

——自觉性 自制性

12例题：明日复明日，明日何其多，教师让学生体会到时间的重要性。——自制性 自觉性

一自觉性-独立性

1内涵：对任务或目的具有深刻的认识之后，在行为上表现出独立性

不足（人云亦云，盲从 受暗示性）太足（对任务认识有了偏差——独断）

二果断性-（伴随着选择或抉择）1内涵： 速度 和准确性

速度慢，准确度高——优柔寡断 速度快，准确度低——草率

三坚持性——所有意志品质的集中体现

不足：见异思迁 太足：顽固执拗

四自制性=自我管理

不足：任性 太足：怯懦 1 题干有没有诱惑——自制性 2 主观困难——自制性 3客观困难——坚持性

4时间长，品质好——坚持性是所有品质的集中体现

跑步

自觉性（跑步有利于身体健康——自己跑）

自制性（想赖床——主观困难）坚持性（突然有一天下雪了还去跑）果断性（）

记忆的准备性是所有品质的集中体现

思维的逻辑性是所有品质的集中体现

情感的效能性是以前三个品质为基础

意志的坚持性是所有品质的集中体现

五挫折——意志行为无法克服的干扰。

挫折情境——外在的干扰 挫折认知——对挫折的看法 挫折反应——行为

改善挫折情境——找寻挫折的原因 总结经验教训——找寻解决方法

第五章 个性心理

个性倾向性 个性心理特征

需要 动机 兴趣

一需要

1定义：人都有一种平衡状态，不平衡的时候，力求满足的部分

例题：下列哪一项属于需要 ？ 2 1 水 2 饥渴 3寻找水源 4喝水 2需要是活动的原动力，是个体活动积极性的源泉

例题：需要的根本特征是？

1目的性 2心理性 3 动力性 4生理性 ——在需要的基础上进行了动机 3个性倾向性当中需要是基础，兴趣是表现形式

需要层次理论 1马斯洛

2生理需要——安全需要——归属和爱的需要——尊重的需要——自我实现的需要（认知 审美——创造）

安全需要——怕外界威胁自身 归属和爱的需要——人际关系

尊重需要——自尊和他人对你的尊重 自我实现的需要——做自己力所能及的事，使自我价值得到充分的发挥

例题：怕领导给穿小鞋 ——安全需要

例题：小明因为怕老师批评而不敢去上学 ——尊重需要

例题：小明因为怕老师不喜欢自己而不敢去上学——归属和爱的需要 例题：画家作画，诗人作诗 ——自我实现的需要

最重要和最基本的需要是——生理需要

匮乏性需要=缺失性需要——前四层需要 生长性需要=成长性需要——自我实现的需要

1）低层次的需要产生的早，高层次的需要一般在低层次满足之后，才会产生。

2）低层次的需要满足之后，会更好的追求更高层次的需要（衣食足而知荣辱）3）可以跳级（不食嗟来之食）

4）高层次的需要满足之后，低层次的需要同样重要

5）同一时间只有一种需要占主导地位

动机

1激起或维持个体的活动——目标的内部推动力量

2学习动机—— 激起或维持个体的学习活动——指向学习目标

3直接推动学生学习的内部推动力量——学习动机

4和认识活动密切相关兴趣

动机产生的条件 内部——需要（不平衡状态）2外部——诱因（满足的刺激物）主导性动机——对行为起支配作用 1个 辅助性动机——辅助作用 多个

动机的功能

激活 激活 激活 指向=定向 指向 指向 强化 强化 维持

调节 调节 激活功能——由静止到活动状态 指向功能——指向了对象

强化=维持功能——动机一直保持在对象上

调节功能——偏离了对象之后，调整回来

例题：我渴了我想喝水——激活功能

兴趣

——和认识活动密切相关，对认识活动有推动力量——兴趣

直接兴趣——对活动本身感兴趣

间接兴趣——对活动带来的结果感兴趣

个体兴趣——知识 价值观经验

情境兴趣——被环境中某些条件吸引 兴趣的广度：兴趣多

兴趣的中心 ：有一个最喜欢的兴趣 兴趣的稳定性 和时间相连

兴趣的效能 兴趣对行为的影响

个性心理 能力 人格（气质 性格 自我调控系统）

能力：顺利或成功完成 能力——单一的特性

才能——能力的组合和结构 天才——高度发展的才能

1知识是能力的基础

2能力是知识掌握的前提

3能力是知识或技能掌握的结果——并非线性关系（高分低能）知识——认知经验的概括 技能——活动方式的概括 能力——心理水平的概括

能力的分类

1一般能力：在所有领域或所有活动中表现出来的能力

2特殊能力=专业能力：在专业领域用到的能力

一般能力是基础 特殊能力又会推动一般能力的发展

一般能力的核心是抽象概括能力=思维力 一般能力的最高表现是创造力

例题：色彩鉴别能力 ——特殊能力 例题：手眼协调能力 ——一般能力

例题：绘画才能中的手眼协调能力——特殊能力

认知能力——脑 操作能力——动手 社会交往能力——口

模仿能力 创造能力

——先模仿在创造，模仿能力是创造能力的前提和基础

卡特尔 一流体能力 趋势：一般到25岁达到顶峰之后随年龄生长而降低

2影响因素：先天的遗传

3流体能力更加擅长信息加工和问题解决方面

4近似-一般能力 二晶体能力

1趋势：25岁之前迅速增长，25岁之后缓

慢增长——（受到流体能力的制约）2影响因素：后天的经验 3近似-特殊能力

例子：老谋深算 老将出马一个顶两

二智力及其测量

智力：顺利或成功做成 =能力

智力的核心是思维力=抽象概括能力，最高创造力

智力因素：带“力”字

非智力因素：兴趣 动机 意志 需要 智力测验：评定一个人智力水平高低的方式 比纳-西蒙量表——世界上第一个智力量表（法国）

2斯坦福-比纳量表 推孟 比率量表

3韦克斯勒智力量表：是指个体的智力测验成绩和同年龄组被试的平均成绩比较得来。

100——平均值 15——标准差 4瑞文推理测验 ——非文字测验，主要考察的是逻辑推理能力

智龄=心理年龄

1人的智力呈正态分布（两头少中间多）70以下是低

90-110 一般水平130以上是高 140以上是天才

智力理论

1斯皮尔曼——二因素论 1）一般因素 G 2）特殊因素 S

2吉尔福特的智力三维结构论 1）内容-5

2）操作-5 ——体现了智力水平的高低，操作方式也决定产品的高低 3）产品-6

加德纳的多元智力理论（背）

1认为一方面智力与社会文化环境下人们的价值标准是有关的。另一方面智力既是解决实际问题的能力，又是生产及创造出社会所需要产品的能力

分成相互独立的智力 ——为我国新课改全面发展的评价体系提供了理论基础 语言智力——语文 逻辑——数学——数学 视觉——空间——几何 音乐智力——音乐 身体-动觉——体育 人际智力——人与社会

自知智力=内省智力——人与自我 自然探究智力——人与自然

瑟斯顿的群因素论 7种因素

卡尔特

流体能力 晶体能力

斯滕伯格的三元智力理论

1成分亚理论 经验亚理论 情境亚理论 2成分亚理论：知识获得成分，操作成分，元成分

影响能力的因素 1先天因素——遗传

2早期经验——6岁之前的家庭教育 5岁是智力的关键期 10岁是小学生智力关键期

3教育教学=学校教育 4社会实践

5主观努力=主观能动性

人格

人格——区别于他人的

性格——稳定的态度与习惯化了的行为方式

特征 1独特性：人心不同各由其面 一样的米养百种人

2稳定性：不易变 江山易改本性难移 3整合性=统合性 ：成分具有内在一致性，不一致会造成人格分裂 ——心理健康的重要指标

4功能性：人格会影响一生的命运-例题有的人面对困难愈挫愈勇

5社会性：一般是后天塑造的——性格 6复杂性： 例题 横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛

弗洛伊德 1本我-快乐

2自我-现实——调节本我与超我的矛盾

3超我-道德

例题：当学生在一次考试中夹带小抄进考场，但经过激烈的思想斗争之后，还是忍住没有偷看小抄作弊属于？——超我影响人格的因素 1生物遗传因素-遗传 2社会文化

3家庭教养方式——性格 1）民主型-最好 2）放纵型 3）权威型 4学校教育

5个体的主观能动性

人格测量 人格测验

1房树人测验

卡特尔把人格特质：个别特质 共同特质

分成： 表面特质 和 根源特质

分成：先天 体质特征 环境 后天 动力 能力（流体和晶体）气质 情绪状态

投射法——结构不明确，意义模糊的刺激

**第三篇：2024特岗教师教育心理3**

心理学 第一天

一 研究对象：一切心理现象 /心理活动

1心理过程

1）认知过程（感知觉 记忆 思维 想象 言语）

2）情绪过程 3）意志过程 2个性心理

1）个性倾向性（需要 动机 兴趣）

2）个性心理特征：能力 人格（气质 性格自我调控系统）

心理过程 ——共性（基础）

个性心理——个性

2学科性质：属于自然科学和社会科学的交叉学科 =也是边缘科学 人和动物最大的区别是意识是心理反映的最高形式

认知过程：指人获得知识或应用知识的过程——（脑的参与）

1最基本的认识活动——感知觉

2最高的认识活动——思维

情绪情感过程：一般都伴随着需要而产生 意志过程：一般都伴随着克服困难 认知过程——（由外向内）

情绪情感——（内外之间的关系）意志过程——（由内向外的过程）1认知过程是基础和前提

2情绪和情感是动力（增力和减力）3意志过程是调节作用（化悲痛为力量 笨鸟先飞）

————注意（是伴随过程而非独立过程）

个性倾向性——活跃 个性心理特征——稳定

1个性心理特征的核心是性格

例题：在审美活动中最突出最活跃的心理因素是？——情感

例题：怒发冲冠，明知山有虎偏向虎山行 ？

——情绪情感，意志，性格

二心理学的产生与发展

第一部 亚里士多德的——《论灵魂》

1879年 建立了心理学实验室 ——心理学独立——《生理心理学原理》——心理

学之父

1.1632年夸美纽斯的《大教学论》——教育学之父

2.1806年赫尔巴特的《普通教育学》——科学教育学之父

3.1879年冯特-第一所实验室——心理学之父

4.1903年桑代克-教育心理学之父

5.清末，1862年 京师同文馆的班级授课制

6.1903-1904年《癸卯学制》普遍实行班级授课制

7.1922年《壬戌学制》

8.19世纪-双规 19世纪末20世纪初-单轨 20世纪上半叶分支

9.17世纪形式教育 18世纪-19世纪实质教

一构造心理学派

1研究的内容：意识的构成成分 2 研究的方法：内省法=自我观察法 3 冯特首创了内省法

二机能主义心理学派

1第一个反对构造心理学派的

2研究的内容：以达尔文的适者生存为理论基础——意识的作用是适应环境

3认为意识是动态的过程而非静态的元素组成

三 格式塔学派=完形心理学 1 第二个反对构造心理学派的

2研究的内容：对整体情境中事物关系的认识 整体不能还原为各个部分各个元素的总和

共同点：研究内容：都研究意识

研究方法：内省法

研究内容——革命

研究方法——势力

行为主义

1创始人：华生——以巴甫洛夫理论为基础

2研究内容：研究人外显的行为——“第一革命”

2研究方法：实验法——“第一势力”，实验结果非常客观

4环境决定论：认为人的行为是被动的被环境所决定的（刺激——反应 S-R）

精神分析学派 1 弗洛伊德

2研究内容：研究人异常的行为 3研究方法：采用释梦方法=自由联想——强调无意识占主导。“第二势力” 提出了冰山理论（意识，前意识，潜意识=深层意识=无意识）——提出了压抑说=动机说 提出了人格三我（本我 自我 超我）

本我-快乐 自我-现实 超我-道德 ——平衡作用的是自我

中国人——肛门期人格

认知主义 研究内容：研究的头脑中内在的加工行为——“第二革命” 人是具有主观能动性的，有大量经验，是积极和环境相互作用的有机体 3=信息加工理论

人本主义 1 马斯洛 和罗杰斯 从人角度出发（潜能 需要 自我价值 自我实现 情感 兴趣 体验）3 内在研究方法——第三势力

心理的本质

1心理是脑的机能，脑是心理的器官——布洛卡——语言布洛卡区

2神经系统——物质基础

神经元——神经系统结构和机能的单位

1）细胞体——联结=联结神经元=中间神经元

2）树突——接受端=感觉神经元=传入神经元

3）轴突——传送端=传出神经元=运动神经元

中枢神经系统 1脑和脊髓

左右半球 左半球-抽象逻辑和言语中枢和积极的情感负责

右半球-形象思维和高度空间知觉 额叶——朝向作用 顶叶——感觉

颞叶——听觉

枕叶——视觉 桥脑——心跳呼吸 间脑——内分泌 小脑——平衡

边缘系统——海马（记忆）

周围神经系统

12对脑神经 31对脊神经

神经系统的活动方式 ：/心理活动的产生式——反射

反射的基础是反射弧

感受器——传入神经——中枢神经系统——传出神经——效应器

心理活动的具体形象性和无意性的生理基础是第一信号

心理活动的抽象概括和有意性的生理基础是第二信号

神经活动的基本过程 一兴奋——活跃状态 二抑制 ——停滞状态

三诱导——兴奋和抑制可以相互作用 四正诱导六同时：同一时间 七继时 ： 有先后 例题：学习时手脚并拢

兴奋——抑制

负诱导 例题：开车的时候不晕车

兴奋 ——抑制

负诱导

例题：昨天晚上玩了一夜，第二天非常困

兴奋——抑制

负诱导

例题：小孩闹觉（小孩睡不着起来作）

抑制 —— 兴奋

正诱导继时性 例题：脑力劳动者，通过运动缓解疲劳

运动脑区-兴奋 认知中枢-抑制的 ——负诱导

二心理是对人脑对客观现实的反映

1心理的内容来自于客观现实 2能动的反映 ——个性心理

1）能动的认识世界 2）能动的改造世界

注意——伴随过程 一特点

1指向性：指向的对象 2集中性：注意保持在此对象上的程度 3指向性和集中性密不可分的。集中性一定包含指向的对象

例题：目不窥园 两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书 视而不见听而不闻 4 注意的集中性导致注意的广度降低

二注意的功能

1选择功能——最基本的功能（剔除无关刺激，选择有关刺激）

2保持功能：注意在此对象上的持续 3调节和监督功能——最高的功能

：当注意偏离了此对象，调节回来进而监督

注意的分类（想象 识记 再现）有无目的 有无意志努力 一无意注意

1无目的，不需要意志 = 不随意注意（随着意志监控）不由自主而产生的人和动物共有的注意 4条件： 客观条件：

主观条件：直接兴趣引起人的无意注意 直接兴趣：对活动本身感兴趣

间接兴趣：对活动给你带来的结果感兴趣 二有意注意 有目的，需要意志参与=随意注意 2 只有人特有

3是自主自觉的注意

4条件：

1）明确目的和任务

2）排除无关刺激的干扰——需要克服困难

3）间接兴趣——引起人的有意注意 三有意后注意 有目的，无需意志，伴随着有意注意而产生的注意形式 =随意后注意

2被评为高级的注意

3条件：

1）直接兴趣引起人的有意后注意（如果前期是有意注意那么引起的一定是有意后注意）

2）熟练和系统化——是技能形成的标志

例题：王羲之苦练写字，有一次把馒头蘸到了墨汁里

——有意后注意

例题：学生初学文言文兴趣较低，只是为了完成任务而学习，随着对基础知识的掌握，对文言文产生了兴趣，开始凭借兴趣将注意力集中于学习上。——间接兴趣-有意注意

——直接兴趣-有意后注意

二注意的品质——衡量注意水平高低的指标

1注意的范围=广度

1）注意对象数量的多少 例子：一目十行 2）影响因素

1排列越有规律 范围越大

2越关注细节（所包含对象的数量少）-广度缩小

3个体的知识经验越丰富广度越大。———————————————————

2注意的稳定性=持久性

1）注意的稳定性和时间密切相连 2）条件

1注意对象：丰富》单调

2主体的精神状态 ： 充沛》疲惫 3主体的意志力水平：强>弱

3注意的转移——（有意识的，主动的）1）时间：继时

对象：两个

2）条件 越集中越不容易发生转移

2新注意对象的吸引力强越容易转移 3明确的信号提升容易转移 多血质容易转移 粘液质不容易转移

自控能力强容易转移

4注意的分配

1）同一时间 2 两个 题干里伴随“一边 一边”

2）注意的分配在动作技能上容易，在心智技能上难

1注意的分散=分心

1）离开了所要指向的对象，而被无关刺激吸引去的现象

2）有意注意 ——变为无意注意 ———————————————————用无意注意缓解有意注意的疲劳 小学生以无意注意为主导 2注意的起伏

1）注意周期性的增强或减弱（预备信号，手表声音

心跳声音）

感知觉——最基本的认识活动 感觉：个别属性-个别特点 知觉：整体属性-整体

1感觉是知觉的基础 介于生理和心理属性

2知觉是心理属性，不是感觉的简单叠加 例子 看到一个苹果是红色的——感觉

看到一个红色的苹果——知觉

1外部感觉-视听味嗅肤 视觉听觉嗅觉是距离感觉

深度知觉=距离知觉 2内部感觉

1）机体觉-身体内部

2）运动觉-关节肌肉感觉 例 体操舞蹈 3）平衡觉-感知速度快慢 和位置例子：晕车

感觉的一般规律 感觉产生的条件有两个 1 刺激

2感觉器官

———————————————————

感觉感受性：反映对刺激物灵敏程度的能力

感觉阈限：是衡量感受性，一般指引起感觉的刺激量的范围

例子：引起听觉是 15——20000赫兹 A 15 ——灵敏 B 17

感觉阈限和感受性呈反比

——————————————————

感受性——心理量的指标 感觉阈限——物理量的指标

绝对感觉阈限——刚刚能引起人感觉的最小刺激量

绝对感受性——感觉最小刺激量的能力 杯子 1勺糖——甜

4勺糖——更甜

引起感受性不同的差值——差别感觉阈限

感受差值的能力——差别感受性

K 越小越灵敏 K值是根据不同感觉而变化的

感受性——能力

从无到有——绝对感受性 从有到不同——差别感受性 数值——阈限

最小值——绝对感觉阈限 最小差值——差别感觉阈限

———————————————————

感受性变化规律

一感觉适应-同一个刺激物，感受性发生变化

1听觉：例-走进KTV开始吵后来不吵 2味觉：例-吃辣的越吃口味越重

3嗅觉：例-入芝兰之室，久而不闻其香 4肤觉：例-带着眼镜找眼镜 5视觉；

1）明适应（从暗到明）感受性降低 感觉阈限升高

2）暗适应（从明到暗）感受性提高 感觉阈限降低

6痛觉——最难适应具有保护作用

二感觉对比-不同刺激物，感受性发生变化-

1同时对比：例子月明星稀 鹤立鸡群 2继时对比：例:先吃甜的再吃酸的更酸了 3马赫带现象：明暗相邻的边界上，亮出更亮

三感觉后效=感觉后像：停止后暂时保留的现象

1例子：看完灯之后，闭上眼之后有光圈 2例子：电影中的画面利用的是视觉后像-知觉的动景运动 正后效：性质相同

负后效：性质不同 ：颜色后效

4闪光融合现象：风扇三片，开始后六片 九片最后是一个圆盘

四感觉的补偿 1 感受性增强

2感觉器官不一定丧失 例子 闭眼听音乐更悦耳 盲人听觉灵敏

五感觉的联觉

一个刺激物引起多种感觉 例子：温暖的话语

知觉 1整体属性的反映

2优先知觉能力：人都是从整体再到部分 3知觉的分类 时间知觉 运动知觉 空间知觉

空间知觉：形状 大小

方位 深度知觉=距离知觉——“视崖实验”

例题：学生区分不开折和拆 ——形状知觉

例题：学生区分不开乒和乓——方位知觉 运动知觉 真动知觉 和似动知觉——运动错觉

真的动

没有动，我知觉为动

一动景运动：时间和空间的间隔

例子；电影 电视 广告 霓虹灯 LED显示屏 小儿书

二诱发运动：一个动使不动的动——同时的例子：月亮在云中穿行，行驶中的火车，在车里的人发现树在向后动

三自主运动：自己动 ——由于人具有注意的起伏现象

四运动后效：一个动使一个不动的向相反方向运动——继时的

例子；车停下来，发现树向前动

———————————————————

例题：人在桥下，看见水面在动，桥也跟着动

——运动后效（继时的）

例题：人在桥上，看见水面在动，感觉桥也跟着动

——诱发运动（同时性）例题：小小竹排江中游，巍巍青山两岸走。——————————————————

错觉 1错误的知觉

2特殊的知觉活动 错觉的分类：空间 时间 运动 错觉 4 既有积极的作用也有消极的作用 5错觉不可以避免——时间错觉

6错觉不存在个别差异

——————————————————

一选择性：人总是把少数事物当成对象，其他事物当成背景，探讨的是把对象从背景中选择出来

例题：万绿丛中一点红 鹤立鸡群

1注意的指向性 2注意的选择功能 3无意注意

4感觉对比 5知觉的选择性

二整体性—人的知觉系统具有把个别属性个别部分综合成整体的能力

1知觉对象的特点 接近-男生和女生并排走

相似-情侣装 闺蜜装

闭合

2强度关系 例：窥一斑而知全豹

3各部分的结构关系也影响其整体性

例：第一张图片是女孩哭 第二张是男孩在跑

第三张图片是在动物园跑

出的老虎

4知识经验也影响其整体性 例：boy 5整体性：处理的是部分和整体的关系 三理解性：知识经验导致了理解的不同

例：仁者见仁智者见智 一千个人眼里有一千个哈姆雷特

四恒常性：外界的条件变，但知觉对象不变

1亮度恒常性：金子在灯的照射下会发光，但我仍旧知道金子不会发光

2颜色恒常性：傍晚的国旗是暗红色的，但我仍旧知道国旗是鲜红色的

3形状恒常性：推开窗户发现变成了平行四边性但仍旧知道窗户是长方形的

4大小恒常性：高楼下的人很小，但我仍旧知道人很高大。

1例题：彼此接近的物体比相隔较远的物体更容易产生？

—— 整体性 ——接近 2例题：当我们在知觉一个不熟悉的物体时，总是倾向于赋予其一定的意义，或者将其归为经验的某一类？ ——理解性 理解性 理解性

3例题：人根据自己的知识经验把直接作用于感官的客观事物的多种属性整合为统一整体是？ ——整体性

4例题：一叶知秋 ——整体性

5例题：左文字校对工作的人，由于对整个句子的感知难以发现漏字？ ——整体性

6例题：看X光片，自己看不出端倪，但医生可以看出病变 ——理解性

7例题：小红烫了头发，但我仍旧知道是小红

—— 整体性（小红的脸——小红）小红对象已经改变

8例题：猎人进山只看兽，樵夫进山只看柴

——选择性 选择性 选择性

9例题：看两歧图形时发生了知觉的哪个规律？

——选择性

10例题：做完形填空的时候，体现了？ ——理解性

——————————————————

强度律：清楚的感知到

差异律-都是为了更好选择出来 1对多 对比律-都是为了更好选择出来 1对1 活动律——动静当中 动更容易知觉 例子；课堂当中的小动作

组合律—例子；记笔记留行 分隔符 写论文的段落

协同律——多种感官参与，效果更好 观注律——注意集中，养成良好的观察习惯

1例题：在大教室上课，教师借用扩音设备依据的规律是？——强度律 强度 强度

2例题：教师在黑板上用白色的粉笔写

字？

——差异律

3例题：教师在PPT上用大字号字体 ——强度律

4例题：重要的公式定理用粗体字 ——差异律

5例题：用红笔和绿笔勾画重点内容。——对比 对比

———————————————————

四观察

1有目的 有计划 持久的知觉活动——观察

2思维的知觉

———————————————— 目的性——有一定的观察目的 客观性——符合事实 精细性——对细节的把握 敏锐性——速度快

——对于科学家重要的品质是敏锐性和精细性

第三节 记忆

人的心理活动在时间上的连续 就是记忆 记忆的过程：识记 保持 再现（回忆与再认）

信息加工理论：编码 存储 提取

记忆的内容

1形象记忆-直接感知到的（视听味嗅肤）例子：记住了某个人的长相 例子：余音绕梁三日不绝于耳 例子：美食垂涎

2逻辑记忆-文字符号

3情绪记忆

例子：一朝被蛇咬十年怕井绳

例：良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒 4动作记忆-动作技能

5情境记忆-经历过的场景

——越简单越重复越容易记不容易遗忘-动作记忆

二记忆的时间

一瞬时记忆=感觉记忆=感觉登记 1时间：0.25-5S 2容量：较大

3编码：图像和声像编码 4特点：形象鲜明

5加工：大脑的浅层加工

6例；看电影连续的画面应用的是瞬时记忆

7瞬时记忆进入短时记忆靠注意

二短时记忆=工作记忆 1时间：5S-1MIN

2容量：5-9个组块（单位）组块化策略：把联系的事物作为一个大的组块可以扩大记忆的容量

1162549648136 3编码：视觉和听觉（为主）

4特点:当时记 当时用 当时加工的 5加工：大脑的浅层加工 例：查完电话号码拨打完之后就忘掉了，一般打字员对文稿中文字记忆 ——短时记忆

7短时记忆进入长时记忆-编码

短时记忆 变为长时记忆靠复述

三长时记忆

1时间：大于1MIN 2容量：无限大

3编码 表象和语义（为主）4特点：模糊

5加工：大脑的深层加工

6例子：存在头脑中的记忆——长时记忆 ——————————————————

图尔文

情景记忆：表象编码——直接经过的场景 语义记忆：语义编码——文字符号 信息加工和存储内容 陈述性记忆——文字符号 程序性记忆——动作

陈述性记忆和程序性记忆可以相互转化

逻辑记忆

语义记忆

————文字符号 陈述性记忆

----————————————————

意识的参与程度（识记，提取）

1外显记忆-需要意识参与 例 记住公式定理

2内隐记忆-不需要意识参与 例 记住广告词

————————————————

一 识记

识记是记忆的开端

有意识记：有目的，需要克服困难 无意识记：无目的，无需克服困难

识记的方法

机械记忆：不理解-机械记忆 死记硬背 意义记忆：理解的记忆，可以运用编歌诀或关键词等记忆术或用经验解释

例题：用编歌诀的形式去记忆乘法口诀 ——意义记忆

机械学习

————————————————

二 保持过程=巩固知识的过程 遗忘：记错了或没记住

一记忆痕迹衰退说=消退说 1巴甫洛夫 记忆得不到强化会逐渐衰退以至于消退——经典性条件作用理论当中的消退规律提出

3唯一一个忘光的理论 二干扰抑制说

1詹金斯和达伦巴希 遗忘是由于材料之间相互干扰导致 3 前摄抑制：前对后起干扰

倒摄抑制：后对前起干扰 早自习：无前摄抑制 晚自习：无倒摄抑制

中午学习：既有前摄抑制也有倒摄抑制=双重抑制

早晚自习学习效率好是由于均受到单一抑制

——————————————————

系列位置效应

1首因效应：最初呈现的记忆好——无前摄抑制

2近因效应：最近呈现的记忆好——无倒摄抑制

干扰抑制说可以解释系列位置效应

三同化说 1奥苏贝尔 忘掉简单的，低级的，记住高级的重要的信息缓解记忆造成的大脑负担。3 遗忘是积极的遗忘

四动机说 1弗洛伊德 遗忘是由于两个因素

1）情绪—情绪中等不容易遗忘

2）动机—动机适中不容易遗忘

五提取失败说——认知色彩的理论 遗忘是由于缺乏提取的线索

2现象：提笔忘字 舌尖效应

遗忘的规律

1德国 艾宾浩斯 的 遗忘曲线遗忘的进程是不均匀的 先快后慢 3遗忘的容量是先多后少 4遗忘最大时期是两天

4遗忘达到一定程度的时候，不发生遗忘 5遗忘是立即产生的，所以要立即复习————————————————

影响遗忘进程的因素

1学习材料的性质 ——逻辑性的强不容易遗忘

2识记材料的数量越多——遗忘的越多

3学习程度的大小：过度学习过度50%熟练程度达到150% 4记忆任务的长久性：时间越长 忘的越多

越重要越不容易遗忘

5识记的方法：意义记忆优于机械记忆 1）并不是所有材料都可以意义记忆例如（人名 地名）

2）小学生主要以机械记忆为主 情绪和动机也会影响遗忘——压抑说

再现（回忆与再认）2版本：再现=回忆

1根据有无目的有无意志努力

有意再现：有目的，需要克服困难——刻意（例子；看到习题回想知识点）无意再现：无目的，无需——不由自主（睹物思人 触景生情）

2根据是否有无中介 直接再现——无需媒介

间接再现——需要媒介 听名而忆旧容 ———————————————— 回忆：刺激不在眼前，在头脑中的呈现 再认：刺激物在眼前，识别出来 选择题：再认 填空题：回忆

能回忆的一定能再认，但是能再认的不一定能回忆

——————————————————

三记忆的品质

1敏捷性——记的快 “过目成诵” 2持久性——记的牢

“博闻强记” 3准确性——记的准

“倒背如流”

4准备性——提取和应用——记忆品质的集中体现 “出口成章”

例题：茶壶里煮饺子，有话说不出。——准备性

深层加工——长时记忆

组块化策略——可以扩大记忆的容量 多重编码的记忆效果好 注意复习

1防止遗忘的最根本方法是复习

2及时复习： 立即复习在大面积遗忘之前开始复习

3第一次复习是在24小时内

4做到分散复习与集中复习相结合 1）分散复习优于集中复习

2）难度大的材料——分散复习

难度低的材料——集中复习

5反复阅读与试图回忆相结合——过度学习

第四节 思维

思维——是认识的一种高级形式 特点 间接性

1）强调通过媒介去推断。。2概括性

1）归纳性——概念 鸟是无齿有喙，前肢有翼

2）事物的内部联系 灯是照明的工具

3）规律 瑞雪兆丰年 朝霞不出门晚霞行千里

月晕而风，础润而雨

例题：夜来风雨声，花落日多少——间接性

例题：月亮的光圈大，预示着明天会刮风，石头上湿润推断出明天会下雨。——间接性，总结出月晕而风础润而雨——概括性

间接性是概括性的基础，认识水平越高，概括水平越高。

——————————————————

三思维的品质——衡量高低 1思维的广阔性=广度——思路多

2思维的灵活性——思路多，从多角度出发

3思维的深刻性——抓住本质

4思维的独立性——独立思考不受他人影响

5思维的批判性——客观公正不受情感影响

6思维的敏捷性——思维反应快

7思维的逻辑性——条理分明——所有思维品质的集中体现

——————————————————

思维的类型 凭借物=内容 ——间接性

1直观动作思维——思维借助动作实现（小孩拼图，摆积木 安装 拆卸 维修）2具体形象思维——思维借助于表象（事物的形象再脑海中的呈现）-艺术家 导演 作家 设计师

3抽象逻辑思维——思维借助于文字符号 小学生是从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡

初中生思维深刻性，独创性 批判性增强 高中生是渐趋成熟 ——思维一直发展 —————————————— 思维逻辑性

直觉思维：无分析步骤 灵感 顿悟 分析思维：逐步分析完成，有步骤 思维的指向性

聚合思维=辐合思维——指向于一个方向 1从给予的信息中，产生合乎逻辑的结论

发散思维——指向于多个方向 一题多解 1发散思维是创造性思维的核心 常规思维：通常 寻常 创造性思维：新颖独特

**第四篇：2024特岗教师教育心理2**

心理学 第五天 客观事物的主观表征——知识-认知主义/信息加工理论 知识 ——信息及其组织

深度

1感性知识——外部联系 2理性知识——本质 本质属性——理性知识 非本质属性——感性知识 鸟是前肢有翼，无齿有喙 概括水平

1具体知识-低 ——小 2抽象知识-高——大 功能

陈述性知识

1功能：用来区别和辨别事物 2回答：是什么 为什么 怎么样 3别称 描述性知识=静态的知识 程序性知识

1功能：反映活动的具体过程和步骤 2回答：做什么 怎么做

3别称：操作性知识=动态的知识

——————————————————

例题：学生能够说出功的计算公式W=FS ,并且可以用公式去解题。——程序性知识

陈述性知识是程序性知识的基础，区分两者要看参与的活动 例题：

1景泰兰的制作过程——程序性知识 2玩具的说明书——程序性知识 3导游解说——陈述性知识 4烹饪手册——程序性知识

例题：中小学各学科知识结构不同可分为程序性知识和陈述性知识和混合性属于程序性知识的是（）以下哪个知识可以运用

1数学 物理——自然学科（可以运用）——程序性知识

人文学科——陈述性知识

例题：知识就是力量这一命题所表达的观念在知识分类里属于（）

1程序性知识 2条件性知识 3策略性知识

-方法手段 4陈述性知识

力量——动态的 程序性知识

例题：运用程序性知识的是（123）

1以诚信为题写一篇作文——程序性知识（诚信是什么）

2根据能恒守恒解决物理问题-程序性知识（解题步骤）

3绘制人的心脏结构图——有步骤（程序性知识）

4说出中国最长的河流-陈述性知识 信息加工的内容

陈述性记忆——文字符号 程序性记忆——动作 呈现形式

1显性知识=言语性知识——可以言表 2隐性知识=缄默知识——不可言表

波兰尼：我们知晓的比我们能说出来的要多。

——隐性知识 内隐记忆 直接经验——实践获得

间接经验——非实践获得，一般借助一定的媒介

知识表征的存储：知识在头脑中的表示形式和组织结构（知识以啥形式记在脑子里）陈述性知识

1概念—最基本形式

2命题——评价是非对错的最小意义单元 3命题网络

4表象——头脑中的形象 5图式——最大 1）有变量 2）有层次 3）促进推论

程序性知识

产生式 ：条件和行为联结

产生式系统：条件和行为规则的联结 教育——符号学习

教育是一切对你产生影响的活动——概念学习狗猫猪-动物-同类事物 2鸟是前肢有翼—本质 3儿童学会区分你我他-区分

学校教育是狭义的教育——命题学习新旧知识的关系

下位=类属学习大——小 1派生类属：没有改变

2相关类属：旧的知识发生改变

水果（有水分 甜的）——柠檬 —还可以是酸的

例题：媒体：电视 广播和报纸，但是出现了电脑之后，人们运用“多媒体”来解释。

——相关类属

例题：油——花生油 植物油 汽油 煤油 豆油

例题：三角形——等腰三角形

平行四边形 ——菱形

1由在同一平面内的三条边首尾顺次所组成的封闭图形 2 两条边相等 ——相关类属

上位=总括学习小——大

并列组合=并列结合 大——大（没有包含和被包含）

例题：把学到的毛笔 归到原有的笔概念当中。笔 ——毛笔 下位学习知识是品德的基础 知识是技能的基础 知识是能力的基础 知识是创造性的基础

陈述性知识的过程 一知识的理解

1直观（言语 实物 模象）2概括化（知识的本质）

二知识的巩固-知识巩固的实质是记忆 三知识的运用——知识学习的最高目标是运用

用知识解决实际的问题

程序性知识

1陈述性阶段——陈述性知识

2转化阶段-将知识转化为动作去操作 3自动化阶段-无意识的参与完成知识的理解

1知识理解标志 ：合理即可 2知识理解有助于记忆=巩固

3影响知识的理解的因素 1）意义学习优于机械学习2）旧知识必须具备

1稳定性强 2可利用性高 3可辨别性大 3）学习材料的内容

1学习材料逻辑性越容易理解（能够和其他知识相联系）

2越抽象的材料越不利于理解

概念的理解与教学 一概念

1名称-符号学习教育

2内涵-本质属性 有目的的培养人 3外延-指向的对象 学校 家庭 社会 内涵大外延小

概念获得 一概念形成

1从例子中归纳出来共同的特点 2获得初级概念 3发现学习二概念同化

1用概念形成环节中总结出来的初级概念去同化老师所讲的准确的概念，更容易促进理解

2接受学习——有意义的学习

3概念获得的主要形式靠概念的同化

让学生认识三角形 1 锐角 直角 钝角

-三条边 三个角 在同一平面 三角形 由在同一平面内的三条边首尾顺次相连组成的封闭图形

概念教学的方法 1 例——规 2规——例

3例——规——例 4规——例——规

概念教学需注意 1本质 突出本质特征，控制非本质特征

1正例——符合本质 2反例 ——不符合本质 变式——运用正例，共同变换非本质特征，突出本质特征 4比较——为了区分异同 1）同类比较 2）异类比较

1先看目的 突出本质 ——比较 2 符合本质 ——反例 共同变换非本质特征 ——正例 4变式

例题：教鱼的概念时以鲸为例，说明生活在水中是鱼的无关特征运用的是（）鱼-卵生 胎生 反例

例题：讲解果实的概念时，既列举了可食用的果实，也列举了不可食用的果实，以便突出果实都具有种子的本质属性，运用的是（）

本质——比较 ——反例

无关特征-变式

例题：教师想要讲授高的概念，拿来不同形状的图形运用了（）1本质 ——比较 2 符合本质 ——反例

正例 变式 ——共同变换了形状

提高知识理解水平的措施

1在知识初级学习阶段模象直观的教学效果优于实物直观

2运用变式-材料 比较-方法

例题：教师在教学中用不同形式的直观材料和事例来说明丰富属性——表式

知识的巩固

1知识巩固的实质是记忆

知识的应用 ——将抽象知识具体化是实现的，一般是用知识解决实际问题

一审题-理解题意

二联想-提取相关的知识点

三解析-将知识点和问题匹配

四类化-找规律

影响知识应用的因素 一知识的理解和巩固水平二智力活动水平三课题的性质

课题的性质

越抽象的越不容易理解但容易应用 开放性的习题 填空题

大 小

知识越理解记忆效果越好越容易应用 越能快速提取-越容易应用（把大标题记住）

越掌握解决问题方法越容易理解

技能

通过练习而形成的合乎法则的活动方式 1后天的行为

2合乎法则——有标准

3活动方式 不是知识 不是能力 走路 ——技能（有标准的）

性质和特点

操作技能-无骨骼肌肉 对象-客观性（物质）执行-外显的 结构-展开的

心智技能-没有脑参与不行的 对象-观念性 执行-内隐的

结构-简缩的（可以省略步骤）

操作技能

工具 1操纵器具动作技能 写字 绘画 2机体动作技能 体操 唱歌 跳舞

连续性的动作技能 打字

断续性的动作技能 扔铅球 动作技能是心智技能的基础

例题：（）是指运用一定的知识，经过联系二获得的一种符合法则的活动方式 3智力技能

例题：技能的学习可以以（）的掌握为前提

1感性知识 2理性知识 3陈述性知识 4程序性知识 ——活动方式

第二节操作技能的形成与

培养

认知-程序性知识 做什么和怎么做 联结技能已经形成-无需意识参与

言语-动作-认知和联结 动作阶段——自动化阶段

一操作定向 1操作认知阶段

1）没有做只是获得定向映像（方向 幅度 频率 等）

二操作模仿 刚刚开始做，模仿他人分步去做 2 视觉占主导地位 3 特点：差 动作不准确，有很多错误动作=多余动作

三操作整合 把分步的动作固定下来，整体去练习2 特点：较差 刚刚出现动觉，还需要辅之以视觉 4 错误操作较少

四操作熟练 技能已经形成 ——自动化 程序化 完善化 ——（意识参与减少）“有意后注意” 2 特点：好 错误动作消失=多余动作消失 4 动觉占主导地位-视觉范围扩大

准确的示范与讲解——操作定向

必要而适当的练习

各种操作技能的关键环节-练习例题：见者易，学者难 ——练习

首先随着练习次数的增多，练习效率迅速提升的，中间有个明显的停顿期=高原期，度过高原期之后，随着练习次数的增多，效率缓慢增长，偶尔有暂时退步的现象，但总体呈上升趋势。1高原期-练习的中期 波峰波谷 ——练习的起伏 三充分而有效的反馈

四建立稳定而清晰的动觉-技能依靠动觉去控制

第三节 心智技能的形成与培养

1加里培林 2

活动的定向阶段

1知道做什么和怎么做

物质或物质化活动阶段

1更加明确做什么和怎么做——多了一个直观手段（实物或模象直观）

2直观手段必须和所讲授的内容密切相关 出声的外部言语

无声的外部言语————自己完成的 1刚刚出现抽象思维 内部言语 不需要多少意识参与的自动化智力活动阶段 抽象思维为主

1教师在黑板上清楚的演示求几个数的运算法则和进位规则等 ——活动定向阶段

2教师用小木棒或画片进行演算活动 ——物质或物质化活动阶段 3 出声说3+2=5 4 无声外部言语 5 内部言语

原型定向-活动定向

原型操作-物质或物质化活动阶段 1以外显的行为方式执行 原型内化-后三个阶段

态度

1对人对事对物的看法或行为倾向性 2决定行为选择的是态度 3 态度-是通过学习获得的

认知——带有评价意义的观念和信念 情感——情感体验——核心 行为——行为准备状态

例：抽烟有害健康，就是爱抽，所以天天抽烟

态度 品德 品德本身就是一种态度 态度 品德 范围大 范围小

内化程度低 内化程度高-稳定 核心 ：情感 道德认识

品德：道德品质 ——社会道德在个人身上的体现（心理特征和倾向）品德 道德

个人 社会属性 自然属性

品德的直接来源是道德 道德的直接来源是社会

品德和道德的最终根源是社会，直接根源是不同的。

道德认知——核心和基础 1使人具有明辨是非的能力

道德情感——动力（增力+减力 催化剂）1评价自己或他人所产生的内心体验 义务感 责任感 羞耻感

直觉的道德情感-直接感知（视听嗅味肤）想象的道德情感-想象人物形象

伦理的道德情感-文本形式呈现 爱国主义 革命感

道德意志=道德意识——克服困难 道德行为 ——标志和关键

1道德品质形成的关键是（道德信念的建立）学生品德是一个立体的结构，在这个结构中最顶端的是道德信念

例题：理达情不通，通情不达理反映了品德结构的

1多样性 2独立性 3 矛盾性 4现实矛盾

第二节 品德发展的基本特征

皮亚杰 四个阶段-瑞士 围绕的是道德认知

2根据对故事的道德判断推断所处的道德

认知水平

3《儿童的道德判断》 4 对偶故事法 道德认知发展都是从他律到自律的过程

6他律到自律的分水岭10岁

前道德 2 ——感知运动阶段（无）1思维仅能借助动作 2 无任何道德规范和意识

他律道德 8 ——前运算阶段（有 不可变）

1思维不可逆 ——有道德规范和意识但是不可变，没有公平意识 2思维刻板

根据行为的结果判断好坏 3 打碎十个盘子的小孩错误大

自律道德 12 ——具体运算阶段（有 可变）

1思维可逆——不在绝对的遵守具备了公平意识 思维是去集中化

根据行为的结果+行为的动机去判断好坏 打碎一个杯子的错误大（偷吃）

公正道德 12岁之后——形式运算阶段（利他）

——利他主义（自愿 利他 损害自身利益 不要求回报）

科尔伯格 三水平六阶段 1 围绕的是道德认知 2 道德两难故事法 素材来源 真 假 学科

一前习俗（无道德规范和准则）1惩罚与服从

1）根本目的为了避免惩罚

选择：

不偷：偷东西会被警察抓

偷：不偷的话家人会责备他 2相对功利

1）根本目的是以符合自身利益为标准 偷；汉斯需要这个药所以就偷药 不偷：药店老板也需要这个药去换钱

二习俗（有道德规范和准则，不可变）1寻求认可 1）根本目的是为了获取赞许和表扬 偷：偷药是老丈夫 不偷：偷东西不是好人 2权威定向阶段

1）根本目的是为了维护秩序，绝对的遵守不改变。

不偷：人人都偷东西社会秩序没有办法维护

三后习俗（有道德规范和准则，可变）1社会契约

1）根本目的：法律准则是可以商定更改的

偷：法官可以量刑 2 普遍原则

1）根本目的：利他主义

偷：生命权重于财产权

例题：在对道德两难故事进行评判时，小明认为救妻子是丈夫应该尽的义务所以应该偷药？

习俗 2-维护权威和秩序

例题：把行为后果是否损害自身的利益作为判断行为是否道德的标准？

相对功利阶段

例题：个体根据家庭社会的期望和要求行事不考虑行为所产生的直接和明显的后果？

-寻求认可阶段

小学生 协调性（言行一致 表里如一）

初中生 动荡性-两极分化

高中生 成熟

小学生品德发展的关键期是小学三年级

初中生品德发展的关键期是初二

第三节 态度与品德形成的过程

依从-对道德规范准则缺乏必要性的认识

1从众-群体压力 服从-以他人的意志去行为 特点：盲目 被动 不稳定 认同

1行为与他人相接近2行为是与榜样相一致

3实质是对榜样的模仿 4特点“一定的” 内化=信奉

1——自己的价值体系 2 特点“高度的”

内部条件

一道德认知-对道德规范准则的认识-明辨是非

二态度定势-帮助学生形成对教师集体的积极的态度定势和心理准备是接受道德教育的前提 三认知失调

1当认知和行为不一致的时候，调动自己的主观能动性使二者相平衡。先决条件也是关键环节是认知失调 例子 让品行不良的孩子做好事

道德认知 道德行为

不好 不好 ——品行不良

道德认知 道德行为

不好 好 ——品行都变好

第四节 培养

1有效的说服=说服教育法

2树立良好的榜样=榜样示范法

3给予适当的奖励与惩罚=品德评价法 4价值辨析=价值澄清模式

1）自由选择——赞赏——行动

5群体约定（大家共同商定确定下来，对群体中每个都有约束作用）

第一节 问题解决的性质与过程

一条件 二答案 三克服障碍

有结构的问题：条件明确 答案唯一

无结构的问题：条件不明确 答案不唯一 问题解决特点

1认知性-头脑的内部加工 2系列性-多步加工完成 3目的性-指向于目标状态 例题：属于问题解决的是

1漫无目的的幻想——无目的性 2走路-认知性 3联想-目的性 4发明创造 5学生考试

6回忆电话号码-系列性 7猜谜语

8吃饭穿衣-认知性

3457 34578 57 456 457 问题解决过程 一发现问题-首要环节 1明确问题究竟是什么 二理解问题=问题的表征

1表层表征：一般借助于符号，图表，路线图来促进深层理解

2深层表征：找寻到主要矛盾=本质 三提出假设-关键环节

1提出解决问题的方法手段方案等

1）算法式：把所有想到的方法逐一尝试直到解决问题为止

2）启发式；凭借直觉或经验 1手段目的分析法

1)着眼于总目标，把目标状态逐一拆分成小目标。

2逆向搜索法-把目标状态和初始状态颠倒

例题：从家到博物馆在导航当中把初始地设成博物馆 ——逆向搜索法 数学逆向反推 3爬山法

1）强调逐一降低初始状态和目标状态的距离，直到最后达到目标状态

例题：写一篇20页的论文可以拆成几个部分

——手段-目的分析法

例题：医生给病人去试药量 —— 爬山法 4类比思维 四验证假设

假设奏效了-问题解决

假设不奏效-再次提出假设 1直接检验——参与实践 2间接检验——推断淘汰

影响问题解决的因素

一问题情境 ：问题所呈现的形式 文言文 汉语言文字-解决

二 定势与功能固着

1定势必须用原有解释当前的。

小李自己检查作业发现不了错误，同桌检查发现错误 ——定势

2功能固着：强调只能看到事物的通常功能=一般性功能而忽略其他功能 吹风机只用来吹头发

作用

1定势的作用是有好有坏，类似的情境-好的，不类似的情境-消极的 2功能固着是消极的

功能固着是人围绕物品的定势

定势——人的 功能固着——物品的酝酿效应——打破了定势 荷花——雨伞

情绪和动机处在适中的水平最好

创造性及其培养

1新颖独特 2 有社会价值（有用）2创造性思维的核心是发散思维 1）流畅性 单位固定时间内，数量多 2）变通性=灵活性 1思维从多角度出发 3）独创性 1新颖独特

例：床 衣柜 沙发 厨子 桌子——流畅性

例 家具 纸 船 筷子 玩具——变通性

瓦拉斯

1准备——提出问题 2酝酿——理解思考 3豁朗——顿悟 灵感 4验证——检验假设

影响创造性的因素 一环境 二智力

1智力低创造性不高（可一般 可低）智力是创造性的必要条件 三个性

1发散思维训练 2推测与假设训练

3自我设计训练：自己动手 自己设计 4头脑风暴训练 1）是通过集体讨论，使思维相互撞击，达到集思广益的效果 2）奥斯本 3）原则

例题：体现利用紫色可以做什么？

——形态扩散（形状 颜色 味道 气味 明暗）

几类程度不同的心理健康问题 1心理困扰 2 心理障碍 3心理疾病

强化法 ——一次强化 行为塑造法——多次强化

针对的是恐怖症

行为主义常用的方法

狗——1建立等级 先看够画片，看真的狗，放出来摸，抱 ——克服 2肌肉放松 认知方法——艾里斯 理性情绪疗法 RET A-事件

B-对他的看法 C-不良的情绪

D-改变原有的看法 E-积极的情绪

教师的特征与职业成就的关系 一教师的认知特征 二教师的人格

1）教师的热心和同情心 2）富有激励和想象的倾向性 三教师的期望

1罗森塔尔效应 教师的期望会传递给学生，学生会按照教师的期望方向发展 前——计划 中——过程 后——评价

教师专业发展（从新老师成为专家型教师）专业理想 专业知识 专业能力 专业自我

关注生存——外界的人际关系 关注情境——教学

关注学生——学生的个别差异 ——标志 开展微格教学

1训练新教师 提高水平的重要途径 2 最大的特点是训练单元小 反思日记——自己的教学 详细描述——他人的教学 交流讨论 行动研究

**第五篇：特岗教师工作总结1**

站在讲台上将自己所擅长的东西教给学生，感受与孩子们在一起的快乐是我从小就有的梦想。因此，2024年大学毕业后我选择成为一名特岗教师，来到了校学。

从支教开始的第一天起，我就没有把自己当作一名流水教师，而是把自己当作本校正式老师对待。遵守学校的各项规章制度，努力完成学校领导交给我的各项工作任务。跟同事相处的特别融洽，也给予了学生满满的爱心。三年里，我工作着，收获着，付出着，感动着。我用行动战胜自我，从容的面对困难，战胜困难。走过这三年的历程，将在我的工作生涯中写下不平凡的一页，也是对我人生经历的一次极大的丰富。有辛苦地付出，就有幸福地收获，我感受着支教赋予我生命的精彩。

在思想方面，做为一名特岗老师，首先、我坚持教育方针的基本路线，根据教育大纲进行教学。其次、端正自己的服务态度，教书育人，为人师表。经常利用课余时间多跟同事和学生进行交流，使自己成为同事们的知己，学生们的良师益友。在工作方面，我严格要求自己，努力使自己成为一名合格的教育者。做一名合格的教师，要从教育、教学、教研三方面进行，这样才能不断的提高自己的水平。教育上，踏踏实实教书，全心全意育人；教学上，精心设计每堂课程，做好课后反思；教研方面，精心准备教研活动,共同提高。在生活方面，我没有搞什么特殊化，不迟到，不早退，服从学校的统一管理，遵守学校的各项规章制度，积极参加学校组织的各项活动。通过自己的努力，得到了学校领导和同事们的一致认可。

三年的支教工作已经结束了。在这三年的时间里，在校领导的关心爱护下，在同事朋友的支持下，刚来时孤单寂寞的感觉很快就荡然无存。在这里工作，感受到了家的温馨，我觉得自己在各方面都有所提高。回顾三年的历程，流过汗也流过泪，栽过跟头，也取得过一定的成绩。支教工作是短暂的，是忙碌的，也是充实的。尽管看起来显得有些平淡，但是我认为，它将是我人生道路上浓墨重彩的一笔。学无止境，前路依然漫漫，我仍将继续努力，在实际工作中不断提升自己的业务水平与工作能力，争取在未来的工作中再创佳绩。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！