《教育理论》考试重点及做题技巧

第一部分：考试复习大纲

一、教育学部分

1、理解和掌握教育学的基础知识，基本理论，把握当前教育理论与实践中的热点问题。

2、**识记**教育学所涉及的基本概念，对教育学体系中的基础知识和理论，如教育学的研究对象，教育学的发展状况，教育的本质，职能和规律，教育目的，教育制度，教师和学生，教学理论和实践，德育理论和实践，班主任工作，课外校外教育等有较全面准确的认识和理解。

3、能运用教育学的基础知识和基本理论分析教育的现实问题，具有分析和解决教育和教学实践问题的初步能力。

二、心理学部分

1、理解心理学的基本概念，基本原理和基本理论，科学地认识各种心理现象，并堂握心理活动发生、发展及变化的规律。

2、理解心理学基本概念的内涵和外延;理解并掌握心理学研究的对象、感觉和知觉、注意、记忆、思维和想象，情绪与意志，需要与动机、技能、能力，人格、社会态度与行为，心理健康和心理咨询等心理活动及心理特征的分类和基本规律。

3、运用心理学的概念，原理，理论与方法，对教育教学工作及日常生活中的心理问题进行分析，新别、解释和说明。

4、能够综合运用心理学理论与知识，分析当前学校教育教学及社会生活中的心理学问题，并提出解决问题的心理学依据与策略，具备分析与处理教育实践问题的能力。

可以看跟试卷搭配的——常考、易考点手册

二、《教育理论》科目考试形式及试卷结构

1.试卷总分:150 分。

2.考试时间:150 分钟。

3.考试方式:闭卷考试，纸笔作答。

4.试卷结构

试卷结构		
项目类型		构成占比
试卷内容	教育学	约50%
	心理学	约50%
试卷题型	选择题	约32%
	解析题	约16%
	简答题	约32%
	论述题	约20%
试卷难易	容易题	约30%
	中等难度题	约50%
	较难题	约20%

5、题型及考试时间

分为教育学和心理学两部分，每部分75分，总分：150分，考试时间：150分钟

考试时间：10月20日上午9:00-11:30（请大家在8点30前进入考场）

教育学部分	题型	一、选择题	二、辨析题	三、简答题	四、论述题	总分
	分值	12×2=24	2×6=12	3×8=24	1×15=15	75

心理学部分	题型	五、选择题	六、辨析题	七、简答题	八、论述题	总分
	分值	12×2=24	2×6=12	3×8=24	1×15=15	75

6、例题

一、选择题：在每小题给出的四个选项中，只有一项是符合题目要求的。

例：在确立教育目的的价值取向上，注重人的尊严和价值的观点属于()

A、民族本位论 B、集体本位论

B、社会本位论 D、个人本位论

答案：D

注意：选择 A、B、C、D 中的一个正确选项用 2B 铅笔填涂答题卡指定区域。

二、辨析题：首先判断正确或者错误，然后说明理由。

例：只要能教好书就是一名好老师。

答案：

错误。

教师的根本任务是教书育人。教师的具体任务是:教师不仅要教好书，还要做好学生的思想品德教育工作，关怀学生的身体和心理健康，关心学生的生活。

注意：首先判断正确或者错误，然后说明理由（如果从字面意思上不能判断出来正确与否，根据近几年真题答案的频率，可以选择错误，然后再说明理由，理由首先是解释下相关名词，然后呼应下题目。切记多写一点）

要求：就算不会做，字数也要够，可以从选择题中找到相近的内容填写。

三、解答题

例、学校美育的主要任务有哪些？

答案：

（1）美育能促进学生智力发展，扩大和加深学生对客观现实的认识。

（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，美育具有怡情健身的作用。

（4）美育能促进劳动教育，使学生体验到劳动创造美的喜悦。

要求：就算不会做，字数也要够，可以从选择题中找到相近的内容填写。

四、论述题

例、阅读下列案例，并根据教学过程的基本阶段加以分析。

这是一堂科学课课程题目为“植物的根如何吸水”。

开始上课后老师很神秘地说“我做了一个有趣的实验，你们睁大眼睛好好观察看看谁能分析出其中的道理来。”

老师说着就拿出了两个瓶子里边是分别浸泡在清水和盐水里的萝卜然后老师从液体中拿出萝卜对同学们说:“这根萝卜是被清水浸泡过的而这根是被盐水浸泡过的。”同学们仔细观察后发现:泡过清水的萝卜变水灵了而泡过盐水的萝卜则变蔫了。

老师要求大家分小组讨论:为什么会发生这个变化?并提示大家这跟水分的流向有关。于是同学们在老师的启发引导下七嘴八舌地议论开了。最后,大家得出的结论是:泡过清水的萝卜吸水了,因为萝卜细胞液浓度大于清水水分向萝卜渗透:泡过盐水的萝卜失水了,因为萝卜细胞液

浓度小于盐水,水分从萝卜中外渗出来。

接着老师引导大家总结出水的渗透规律:水分总是从浓度小的溶液向浓度大的溶液渗透。植物的根吸水就是因为植物的细胸液浓度大于士壤里的溶液。

教学结束时老师对实验结论进行了总结，要求大家对“植物的根吸水 ”的原理整理课堂笔记最后老师布置课外作业要求大家研究一下:学校校园里有几株花出现烧根现象,这是什么原因导致的?应该如何处理呢?再进一步思考,盐碱地为什么长不好庄稼?又该如何处理呢?

答案：

教学过程大致分为五个阶段，该老师较好地遵循了教学过程中学生认识的特殊性规律，取得了较好的效果。

(1)激发学习动机:老师很神秘地说自己做了二个有趣的实验，让学生睁大眼睛好好观察，激发了学生学习的兴趣、求知欲等。

(2)感知阶段:老师拿出浸泡在清水和盐水里的萝卜，让学生观察两者的区别，使学生对水分的流向、细胞液浓度有了初步的感性认识。

(3)理解阶段:老师通过提示和引导,使学生明白植物的根吸水的原因，进一步掌握了出水的渗透规律。

(4)巩固阶段:老师再次总结结论并要求学生对“植物的根吸水 ”的原理整理课堂笔记，巩固了所学内容。

(5)运用阶段:老师通过布置作业，要求学生研究、思考实际生活中的问题。

要求：尽量选择分点作答，字数要够。可以从选择题中找到相近的内容填写。采用分点答题，从题干中找到相关语句论证论点，结合生活实际情况，多写几点。

第二部分：重要识记

教育学

一、选择题

1、教育的两条基本规律是教育与社会发展互相制约的规律教育与人的身心发展相互制约的规律。

2、教育的目的规定了特定社会教育所培养的人的质量规格标准。

3、结构主义教学理论的代表人物是布鲁纳。

4、课外校外教育是指在课程计划和教学大纲以外，利用课余时间，对学生实施的各种有目的，有计划，有组织的教育活动。

5、我国新时期的教育方针是:教育必须为社会主义建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德智体等几方面全面发展的社会主义事业的建设者和接班人。(制定我国教育目的的理论依据)

6、中共中央于 1999 年颁发了《关于深化教育体制改革全面推进素质教育的决定》。

7、德育过程的基本矛盾是社会通过教师向学生提出的道德要求与学生已有品的水平之间的矛盾。

8、“头脑不是一个可以填满的容器，而是一支需要被点燃的火把”体现了启发式的教学方法思想。

9“我爱我师，我更爱真理 ”，这句名言说明我国社会主义条件下师生关系的民主平等的特点。

10 马克思主义教育观点认为，实现人的全面发展的唯一方法是教育与生产劳动相结合。

11、决定教育性质的主要社会因素是生产力。

12、活动课程论的代表人物是美国教育家杜威。

13、《学记》中说”学不几等”体现的是循序渐进教学原则。

14、当代最具影响力的两大教育思潮是全民教育和终身教育。

15、正确运用德育方法中的陶冶教育法(情感陶冶法)能够达到“随风潜入夜，润物细无声”的效果。

16、“要尽量多的要求一个人，也要尽可能的尊重一个人”，是前苏联教育家马卡连柯提出来的。

17、2001 年基础教育课程改革设置的综合实践活动课包括信息技术教育、研究性学习、社区服务与社会实践、劳动与技术教育。

18、新型的师生关系建立在全面、民主、平等的基础上。

19、教育与其他社会现象的区别在于，它是一种培养人的社会活动。（本质）

20、人力资本理论的主要代表人物是舒尔茨。

21、新课程将实行国家、地方和学校的三级管理模式。

22、与“注入式”相对立的教学方法思想是启发式。

23、教学的基本组织形式是班级授课制。

24、“桃李不言，下自成蹊”所蕴含的德育方法是榜样示范法。

25、在德育工作中最基本的方法是说服法。

26、狭义的教育指学校教育。《学记》是世界上最早的教育专著。

27、学科课程理论主要有前苏联赞科夫的发展主义课程论、美国布鲁纳的结构主义课程论、德国瓦根舍因的范例课程论。

28、学校是培养人才的场所，要培养合格人才就必须坚持以教学为中心，学校其他各项工作都必须围绕这个中心二展开。

29、班级是组成学校的基本单位，也是学校组织系统中最基本的正式组织，是学生成长的重要环境。

30、现代教师职业经历了满足数量、提高质量和追求专业化三个阶段。

31、教师的根本任务是教书育人。

32、当前，我国中小学教师职业道德规范的核心内容是爱岗敬业、教书育人和为人师表。

33、 自从古代社会以后，学校教育成为教育的主要形态。

34、现代社会中政治与教育的关系突出表现为政治民主与教育平等的相互促进。

36、新型的师生关系的属性三个字是全面性、民主性、教育性。四个字是、尊师爱生、教学相长、民主平等

37、学制是实现教育目的、落实教育方针的制度化保证。

38、课程计划是课程的总体规划，教学标准与教材是课程内容的具体体现。

39、教学目标分类体系（布卢姆）分为三个领域—认知领域、情感领域、动作技能领域，其中比较受重视的是认知领域。

40、掌握知识与发展智能是教学活动的两大基本任务。关于这一问题，教育史上存在着形式教育论与实质教育论之争。

41、教学组织方式的分类：（1）个别教学（是古代社会的基本教学形式）个别教学是漫长的奴隶社会和封建社会中主要的、甚至惟一的教学组织形式。（2）班级上课

42、教学方法分为：（1）语言传递为主，讲授法、谈话法、讨论法、读书指导法（2）以直观感知为主，演示法、参观法

（3）以实际训练为主，练习法、实验法、实习作业法（4）以情感陶冶为主的教学方法—情境教学欣赏教学

42、17 世纪（捷克）夸美纽斯《大教学论》提出了班级授课制。

43、19 世纪中期，班级授课制成为西方学校主要的教学组织形式。

44、教学评价有教育和管理这两大功能。

45、教学评价的分类是由（美国）布卢姆提出的，分为—诊断性评价、形成性评价和终结性评价三类。

46、德育的基本功能是人格养成。

47、德育过程由相互制约的四个因素构成：教育者、受教育者、德育内容和德育方法。

48、西方公认的最早的教育学专著是古罗马昆体良所著的《论演说家的教育》。

49、《学记》从“玉不琢，不成器；人不学，不知道”，引申出“化民成俗，其必由学”和“建国君民，教学为先“，揭示了教育的重要性、教育同政治的关系。

50、《学记》教师要做到“道而弗牵，强而弗抑，开而弗达”（指的是教学的启发诱导的原则）

51、1632 年捷克教育家夸美纽斯所著《大教学论》的问世，标志着教育学开始成为一门独立的学科；

52、1806 年，德国教育家赫尔巴特的著作《普通教育学》的出版，标志着教育学已经成为一门独立学科。

53、学校是儿童和青少年成长的重要空间，班级是学校活动的基本单位。

54、最早提出教学具有教育性的教育家是德国教育家赫尔巴特。

55、《论语》中提出的“举一反三”的教学要求体现了教学的启发性原则。

56、教育方针包括三部分的内容—教育的性质或任务；教育目的；实现目的的途径。

57、隐性课程的主要特点是潜在性和非预期性。

58、课程目标的三个维度：知识技能、过程与方法、情感态度与价值观。

59、课程标准的基本内容：（1）前言（2）课程目标（3）内容标准（4）实施建议（5）术语解释

60、教材的组织方法--（1）逻辑式组织（2）心理式组织

61、教材的编排方式--（1）直线式排列（直线推进、不予重复）（2）螺旋式排列

62、教学目标的功能--（1）导向功能（2）控制功能（3）激励功能（4）评价功能

63、教学目标的具体化：教学总目标—学校教学目标—课程目标—单元目标—课时目标单元目标和课时目标是最基本的教学目标，是要求教师在教学过程中直接把握的目标。

64、从内容范围上看，德育包括道德教育、思想教育、政治教育和个性心理品质教育。

65、教育学的发展历史可分（1）古代准备时期；（2）教育学的近代独立时期；（3）现代发展时期。

66、按照《教育法》的规定，我国现阶段的教育目的是培养德、智、体等方面全面发展的社会注意事业的建设者和接班人。

67、两种师资职前培养模式———定向型（前苏联）开放型（美国）

68、在现代社会，教育的功能可分为个体发展功能和社会发展功能，个体发展功能又可分为个体社会化功能和个体个性化功能。

69、个体的发展受遗传、环境与教育三方面的影响。遗传因素是个体发展的生物前提，为个体的发展提供了可能性。

70、对人的发展起决定作用的是环境因素；学校教育作为一种特殊的环境对人的发展具有主导作用。

71、影响个体发展的基本因素—可能性因素：（1）个体自身条件和环境（2）现实性因素：活动

72、不同的学生观:1 教师中心论（德国）赫尔巴特，忽视了学生的主体性 2 学生中心论（美国）杜威，抹煞了教师的主导作用

73、教育目的的分类：按照价值取向，分为个体本位的教育目的，代表人物为卢梭；社会本位的教育目的，代表人物为涂尔干。

74、体育的根本任务是增强学生体质。基本组织形式是体育课。

75、1912 颁行“壬子祭丑”学制。1904 年，“祭卯学制”是中国第一个正式实施的现代学制。1922 年，施行“壬戌”学制或称“六三三”学制。

76、学校课程主要表现为课程计划、教学标准、教材三种物化形式。

77、提出教学过程最优化理论的教育家是巴班斯基。

78、提倡终身教育的学者是法国的朗格朗。

79、强调“生活及教育”“社会及学校”“教学做合一”的是陶行知

二、辨析题（出现了肯定性语气的，一般都是错误的，判断后，再展开论述）

1、教育从来就是同生产劳动结合在一起的（错误）

2、教育从来就是具有而且将永远具有阶级性的特点（错误）

3、在我国，不同层次、不同类别的学校具有不同的教育目的（错误）

4、学制是学生学习的制度。（错误）

5、一个国家有什么样的政治制度，就有什么样的教育制度。（正确）

6、通过教育所提高的人的劳动能力，所增加的劳动力的“值”，是立即就能显示出来的。（错误）

7、师生关系就是教与学的关系。（错误）

8、课程计划是规定各学科知识的深度、广度和结构的指导性文件。（正确）

9、我国当前基础教育课程改革中，课程管理方面的改革目标是进一步加强国家对课程的统一管理。（错误）

10、采用问答式进行教育必然是一种启发式教学。（错误）

11、正面教育就是用正面的材料对学生进行教育。（错误）

12、在集体中进行教育，是指教育者通过集体，充分发挥集体对个人的教育作用。（正确）

13、班级干部最好实行轮换制。（正确）

14、开展班级活动与抓学生血液成绩有矛盾，不能多搞。（错误）

15、课外校外教育是课堂教学的继续。（错误）

16、给学生请家教就是家庭教育。（错误）

三、简答题

1、为什么说教育在人的发展中起主导作用？

(1) 教育是一和有目的的培养人的活动，它规定着人的发展方向;(2)教育，特别是学校教育给人的影响比较全面、系统和深刻;(3)学校有专门负责教育工作的教师。

2、人的发展对教育的制约？

（1）教育要适应个体发展的顺序性和阶段性；②）教育要适应个体发展的不平衡性；③）教育要适应个体发展的稳定性与不可变性；（4）教育要适应个体发展的个别差异性，因材施教；（5）教育要适应个体发展的互补性，促进人的个性发展。

3、教育的相对独立性表现在哪些方面？

(1) 教育具有自身的继承关系；(2)教育受其它社会意识形态的影响；(3)教育与政治经济发展的不平衡性。

4、实施素质教育的意义有哪些？

(1) 素质教育有助于提高中华民族的整体素质，提高综合国力。(2)素质教育是克服应试教育的弊端,深化教育改革的必然趋势。(3)素质教育是实施全面发展教育的具体落实。

5、智育的任务？

（1）向学生传授系统的科学文化基础只是，培养基本技能技巧。（2）发展学生的智力。（3）培养学生良好的学习品质和热爱科学的精神。

6、1985 年颁布的《中共中央关于教育体制改革的决定》中对教育体制改革的规定有哪些？

(1) 改革的根本目的是提高中华民族素质，多出人才,出好人才。(2)把普及九年制义务教育的责任交给地方，有计划、有步骤地普及九年制义务教育。(3)中等教育改革。(4)高等教育改革。(5)加强领导,保证改革顺利进行。

7、教师的劳动为什么具有复杂性？

教师劳动的复杂性是由以下因素决定的:(1)教育目的的全面性。教师劳动的目的是培养德、智、体全面发展的人，而不是单方面发展的人。(2)教育任务的多样性。教师不仅要教书又要育人，教师要实施德育、智育、体育、美育和劳动教育，所 要完成的教育教学任务是多样性的。(3)劳动对象的差异性。

8、我国《教育法》中对各级各类学校及其他教育机构学生的基本义务作了哪些专门规定？

(1) 遵守法律法规。(2)遵守学生行动规范,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)遵守所在学校或者其他教育机构的管理制度。

9、我国新型师生关系的特点：尊师爱生、民主平等、教学相长。

10、合作教育学思想中关于教学的基本观点是什么？

(1)教学过程是师生合作的过程。(2)提倡超前学习。(3)主张大单元教学。(4)倡导没有强制的学习。(5)给学生提供学习依靠点。(6)引导学生学习,教会学生学习。

11、教学过程有哪些基本规律？

(1)直接经验与间接经验相结合的规律。(2)教师主导作用与学生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)传授知识与思想品德教育相统一的规律。

12、中小学德育的具体任务有哪些？

(1)培养学生初步树立坚定正确的政治方向。 (2)引导学生逐步树立科学的世界观和人生观。(3)逐步使学生养成社会主义的基本道德、法纪观念和文明行为习惯。(4)培养学生具有一定的品德能力和良好的品德心理品质。

13、中小学常用的德育方法有哪些？

（1）说理教育法。(2)榜样示范法。(3)实践锻炼法。(4)陶冶教育法。(5)指导自我教育法。(6)品德评价法。

14、如何做好个别学生教育工作？

(1)促进学生个人的全面发展,培养优秀生典具型。(2)重点抓中间。(3)做好后进生的转化工作。(4)做好偶发事件中的个别教育。

15、班主任如何组织和培养班集体？

(1)确立班集体的奋斗目标。(2)选择和培养班干部。(3)培养正确的集体舆论和优良的班风。(4)组织多样的教育活动。

16、课外校外教育的主要要求是什么？

(1)确立班集体的奋斗目标。(2)选择和培养班干部。(3)培养正确的集体舆论和优良的班风。(4)组织多样的教育活动。

17、学校与社会教育机构联系的主要形式有哪些？

(1)建立学校、家庭、社会三结合的校外教育有组织。(2)学校与校外教育机构建立经常性的联系。(3)采取走出去、请进来的方法与社会各界保持密切联系。

18、家庭教育的基本要求是什么？

(1)创造和谐的家庭环境。(2)对孩子的要求合理、统一。(3)要理解和尊重孩子。(4)不断提高家长的文化素养和思想修养。

四、论述题（需要认真识记并对照真题理解记忆）

1、试论美育对促进学生全面发展的意义

(1) 美育能够促进学生智力发展,扩大和加深他们对客观现实的认识。(2)美育能够促进学生科学世界观和良好道德品质的形成。(3)美育能够促进体育，具有健身怡情的作用。(4)美育能促进劳动教育,使学生体验到劳动创造美的喜悦。

(1) 遵守法律法规。(2)遵守学生行动规: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)遵守所在学校或者其他教育机构的管理制度。

2、我国目前基本的教学原则：科学性与教育性相结合原则、理论联系实际原则、直观性原则、启发性原则、循序渐进原则、巩固性原则、因材施教原则。**（具体内容见小册子）**

3、教学过程的基本阶段？

(1) 激发学习动机。(2)感知教材,形成表象。(3)理解教材。理解教材是教学过程的中心环节。(4)巩固知识与保持。(5)运用知识。

4、**德育的基本原则：**现实性与实际性相结合的原则、从学生实际出发的原则、知行统一的原则、集体教育与个别教育相结合的原则、正面教育与纪律约束相结合的原则、依靠积极因素克服消极因素的原则、尊重信任学生与严格要求学生相结合的原则、教育影响的一致性和连贯性原则。

二、心理学

考点 1 心理学概述

一、心理学的研究对象与任务

1、心理学的**研究对象**：

心理学是研究心理现象及其规律的科学。心理现象又称为心理活动。

心理现象包括：（1）心理过程：①认知过程，包括感觉、知觉、记忆、思维和想象、注意；②情绪、情感过程；③意志过程。（2）个性心理：①个性心理动力（倾向），包括需要、动机、兴趣、信念、世界观等；②个性心理特征，包括能力、气质和性格。

2、心理学的研究目标

陈述心理现象，解释心理现象，预测心理活动，调节与控制人的心理活动和行为。

二、心理学研究的**主要方法**

（1）观察法；（2）实验法；（3）测验法；（4）调查法。

考点 2 感觉知觉与注意

一、**感觉**

1、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的个别属性的反映。感觉是最简单也是最基本的心理现象。

2、感觉的种类：感觉主要包括视觉、听觉、嗅觉、味觉和皮肤觉五种，另外还有机体觉、运动觉和平衡觉。

二、**知觉**

1、什么是知觉：知觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的综合整体的反映。知觉是在感觉的基础上，借助于知识经验而产生的。

2、知觉的**基本特性**（特征）：

（1）选择性：把知觉对象优先地从背景中区分出来的特性。

（2）整体性：当客观事物的个别属性作用于人的感官时人能够根据知识经验把它知觉为一个整体。

（3）理解性：人在知觉某一客观对象时总是利用已有的知识经验去认识它，并用语词把它标志出来。

（4）恒常性：知觉条件在一定范围内变化时，人对客观事物的知觉映像仍然保持相对不变。一般有：形状恒常性、大小恒常性、颜色恒常性，亮度恒常性。

三、**注意**

一、注意的概述

（1）什么是注意：注意是心理活动对一定对象的指向与集中。

（2）注意的特点：①指向性；②集中性。

（3）注意的功能：①选择功能；②维持（保持）功能；③调节与监督功能。

二、根据注意有无目的以及是否需要意志努力，**注意分为**：

（1）无意注意（不随意注意）：无预定目的，也不需要作意志努力的注意。

（2）有意注意（随意注意）：有预定目的，需要作一定意志努力的注意。

（3）有意后注意（随意后注意）：有预定的目的，但不需要意志努力的注意。

三、**注意的品质**

（1）注意的范围（广度）：是指在一瞬间人能清楚把握的对象的数量。

（2）注意的稳定性：注意在某一对象或活动上保持的时间长短。

（3）注意分配：同一时间内人把注意分配到两种或两种以上活动中去的能力。

（4）注意转移：根据新的活动任务，主动地把注意从一个对象转移到另一个对象上。

四、注意规律在教学中的应用

（1）唤起学生的随意注意，提高学习的自觉性：①明确目的任务；②创设“ 问题情境 ”，启发学生的思维；③正确组织教学，严格要求学生。

（2）正确运用无意注意的规律组织教学：①教学环境应有利于注意，防止分散学生的注意；②教学方法丰富多样、有吸引力、防止单调死板。

（3）引导学生交替使用不同的注意形式，保持学习活动。

考点 3 记忆

一、记忆及其类型

1、什么是记忆：记忆是过去经验在人脑中的反映。

2、记忆的基本过程：记忆包括识记、保持、再现（再认和回忆）三个基本环节，从信息加工说来看，即对输入信息的编码、储存、提取的过程。

3、记忆的主要类型：

（1）记忆对象分类：形象记忆、情景记忆、语义记忆、情绪记忆和动作记忆。

（2）记忆阶段分类：①瞬时记忆；②短时记忆；③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：内隐记忆与外显记忆。

二、**记忆系统**

1、瞬时记忆，又叫感觉登记：瞬时记忆存储的时间很短，一般在 0.25-2 秒。

2、短时记忆，是指保持在 1 分钟之内的记忆。

3、长时记忆，是指保持在 1 分钟以上的记忆。

三、遗忘

1、什么是遗忘：对识记过的材料不能再认与回忆，或者表现为错误的再认与回忆。信息加工说认为，遗忘是信息提取不出或提取错误。

2、**遗忘的规律**：艾宾浩斯的遗忘曲线表明——遗忘进程不均衡，有“先快后慢”的特点，呈负加速曲线。影响遗忘进程的因素有：识记材料的性质与数量；学习的程度；识记材料的序列位置；识记者的态度。

考点 4 思维和想象

1、什么是思维：思维是人脑对客观事物的本质特征和内在规律的间接、概括的反映。

2、思维的特点：间接性与概括性是思维的两大基本特征。

3、**怎样培养学生良好的思维品质**：

（1）加强科学思维方法论的训练；（2）运用启发式教学方法；

（3）加强言语训练；（4）发挥定式的作用；

（5）培养学生解决实际问题的能力。

4、想象的概念

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。

5、想象规律在教育教学中的运用

（1）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。

（2）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。

考点 5 情绪与意志

1、什么是情绪：情绪是以（生理）需要为中介的人对客观事物的态度体验。

2、情绪的分类

（1）基本（原始）的情绪分类：快乐、悲哀、愤怒、恐惧。

（2）情绪按强度和持续时间分类：心境、激情与应激。

3、**健康情绪的培养**：

（1）培养乐观向上的人生态度；（2）培养广泛的兴趣和爱好；（3）丰富积极的情绪体验；（4） 自我接纳和自我欣赏；（5）建立良好的人际关系；（6）正确面对与处理负性情绪。

4、什么是意志：意志是自觉地确定目的，根据目的支配、调节行为，克服内外部困难实现目的的心理过程。

5、**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加从小事做起，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。

考点 6 需要与动机

一、需要与动机概述

1、需要

（1）什么是需要：需要是个体内部的某种缺乏或不平衡状态。它是个性积极性的源泉。

（2）需要的种类：①根据起源分为：生理需要和社会需要（也称天生的需要与习得需要）。②根据对象（或内容）分为：物质需要和精神需要。

（3）**马斯洛的需要层次理论**：由低级向高级发展可分为：生理需要、安全需要、归属与爱的需要（也称为社交需要）、尊重的需要、自我实现的需要。

2、动机

（1）什么是动机：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。

（2）动机产生的条件：内在条件是需要，外在条件是刺激诱因。

二、学习动机的激发

1、创设问题情境，实施启发式教学：

（1）创设问题情境的理论基础是成就动机理论。成就动机理论认为，每个人都有追求成就，通过努力获得成功的欲望，即都有成就动机。问题的难度越大，学生成功后的成就感就越强，但问题太难，成功的机会会减小。所以要创设一个问题情境，具有一定的难度，使学生经过努力后才能完成，但经过努力又可以完成。

（2）创设问题情境的要求：①熟悉教材，了解新旧知识之间的内在联系，问题的创设才有针对性；②了解学生，掌握学生已有知识的程度，才能确保创设的问题难易恰当；③问题情境的创设应贯穿教学过程的始终，应用启发式教学，调动学生学习的积极性。

2、根据作业难度，恰当控制动机水平。

（1）耶克斯—多德森定律：动机水平适中，最有利于激发学习动机；（注意：下面一点也是此定律的一部分）

（2）作业越难，最佳动机水平越低；作业越容易，最佳动机水平越高。

3、充分利用反馈信息，有效进行奖惩。

（1）理论基础是强化理论；（2）学习结果的反馈信息，有利于激发学习动机；

（3）奖励比惩罚更能激发学习动机。

4、合理设置课堂结构，妥善组织学习竞赛。

（1）成就结构理论认为，有三种现实的课堂结构：合作型、竞争型和个别化型。合作型目标结构能最大限度地调动学习的积极性，有利于激励学生的学习动机和改善同伴关系。

（2）学习竞赛的积极和消极影响。适当的竞赛可以满足学生自我提高的需要和成就感，激发学习积极性；但过于频繁的竞赛则会造成紧张气氛，增加学习负担和心理压力，差学生还会因经常失败而丧失学习积极性。

5、正确指导结果归因，促使学生继续努力。

（1）**成败归因理论**认为，学生通常将成功或失败归因于四个方面：①能力（内在的稳定因素）；②努力（内在的不稳定因素）；③运气（外在的不稳定因素）；④任务难度（外在的稳定因素）。

（2）归因方式对学习动机的影响：内归因往往会使人产生自豪或羞愧，外归因则会使人感到侥幸或愤怒。

6、提供成功经验，增强自我效能。

（1） **自我效能理论**： 自我效能感最早由班杜拉提出，是指人们对自己是否能够成功以从事某一成就行为的主观判断。班杜拉认为，人的动机行为不仅受行为结果的影响（强化），而且受个体对下一强化的期待的影响，这种期待包括结果期待和效能期待。结果期待是指个体对自己的某种行为会导致某一结果的推测；效能期待则是指个体对自己能否实施某种成就行为的能力的判断，即人对自己行为能力的推测（或者说是对自己的特定行为能否导

致特定结果的预期）。

（2）影响自我效能的因素：①成败经验；②归因方式；③对他人的观察学习（替代强化）；④言语劝说及情绪状态等。

考点 7 技能

1、**技能的概念**：技能是通过学习而形成的合乎法则的活动方式。

2、技能的**特点**：（1）技能是学习得来的，区别于本能行为；（2）技能是一种活动方式，区别于知识。知识为活动提供定向依据，而技能控制活动的执行；（3）技能是合乎法则的活动方式，区别于一般的随意运动。

3、技能的种类：（1）操作技能：通过学习而形成的合乎法则的操作活动方式。操作技能的特点：动作对象的物质性，动作进行的外显性，动作结构的展开性。

（2）智力技能：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：动作对象的观念性，动作进行的内隐性，动作结构的简缩性。

考点 8 能力

1、什么是能力：能力是直接影响活动的效率，使活动顺利完成的个性特征。

2、**能力与知识、技能的关系**

（1）能力与知识技能的联系。①知识、技能是能力形成的基础，并推动能力的发展，；②能力制约知识、技能的掌握水平，影响知识、技能的学习进度。

（2）能力与知识、技能的区别：①知识是经验概括，技能是活动方式的概括，能力是心理水平的概括。②知识、技能的掌握并不必然导致能力的发展，知识、技能的掌握只有达到熟练程度，通过广泛迁移，才能促进能力的发展。

考点 9 人格

一、人格的**基本概念**

1、什么是人格：人格是一个人整个的心理面貌，是个人区别于他人的稳定而统一的心理品质。2、人格的特点：独特性；稳定性；整合性；功能性。

二、气质与性格

1、气质

①什么是气质：气质是受人的高级神经活动类型制约，主要表现为心理活动的速度、强度、内外倾向及灵活性等动力性方面的个性心理特征。

②**气质类型**：多血质、粘液质、胆汁质、抑郁质。总的情况是一般混合型居多，典型类型者偏少。

2、性格

（1）定义：性格是一个人对现实的稳固态度和习惯化的行为方式方面的个性心理特征。它是个性中的核心部分。

（2）性格特征：态度特征；意志特征；情绪特征；理智特征。

三、主要的人格理论

1、**气质理论**

（1）气质的体液理论；（2）气质的体型理论；

（3）气质的激素理论；（4）气质的高级神经活动类型理论：根据人的大脑（高级）神经活动中兴奋与抑制活动的强度、均衡性及二者转移的灵活性等三种基本特性，巴甫洛夫把人的神经活动分成许多类型，其中有四种典型类型与气质类型对应：①强、不均衡型为胆汁质；②强、均衡、灵活型为多血质；③强、均衡、不灵活（惰性）型为粘液质；④弱型为抑郁质。

2、**人格的特质理论**

（1）**奥尔波特的人格理论**：奥尔波特认为，人格特质是个体反应环境刺激时的一种内在倾向，它是由遗传和环境两方面的因素决定的。奥尔波特把人格特质分为两种：共同特质和个别特质。共同特质（一般特质）是在同一文化形态下群体所共有的普遍存在的特质，是由人们生活的共同环境造成的，反映了社会的习俗和价值。个人特质（个别特质）是个人独有的与他人相区别的特质，是由个体生活的特定环境造成的，决定着个体的行为方式。

奥尔波特进一步把个人特质分为三个层次：首要特质代表个人最显著的特征；中心特质概括性比首要特质低，是由一些彼此联系的特质构成的；次要特质是限于个人在特定行动中表现出来的那些相关联的特质。

（2）**卡特尔的人格理论**：卡特尔用因素分析方法把特质分为表面特质和根源特质。表面特质是指从外部行为能直接观察到的特质，直接与环境接触，常随环境的变化而变化。根源特质是一些单一的因素，相互独立，是人格的基本成分，隐藏在表面特质的后面，是制约表面特质的潜在基础，是建造人格的根基。表面特质是由根源特质决定的，是根源特质在各种不同情境中的外在表现，但根源特质又必须通过表面特质的中介，通过因素分析法才能发现。卡特尔找到了 16 种根源特质，并编制了 16 种人格因素问卷（16PF）。

（3）**艾森克的人格特质理论**。

2、人格的类型理论

（1）霍兰德的人格理论：霍兰德根据人格特征与职业选择的关系，把人格分为六个类型：现实型；研究型（理智型）；艺术型；社会型；企业型（贸易型）；常规型（传统型）。

（2）斯普兰格的人格理论：斯普兰格从文化社会学的观点出发，将人类社会生活分为六种形态，并以此划分出六种性格类型：理论型；经济型；审美型；政治型（权力型）；社会型和宗教型。

3、人格的精神分析理论

（1）弗洛伊德的人格理论：①意识有三个层次：意识、前意识和无意识。②人格结构有三种成分：本我；自我；超我。③人格发展的过程就是性心理的发展过程，包括五个阶段：口欲期；肛欲期；性器期；潜伏期；生殖期。

（2）荣格的人格理论：荣格根据“心理倾向”来划分人格类型，最先提出了内—外向人格类型学说。外向型的人兴趣和关注点指向外部客体，感情外露，善于交际；内向型的人兴趣和关注点指向主体，处事谨慎，沉静多思。荣格还提出了四种思想本能：感觉、思维、情感、直觉。

（3）阿德勒的人格理论：①阿德勒认为人一生下来就有一种自卑感，这种感觉标志着人生一开始就为克服自卑而抗争，这种抗争叫寻求优越；②阿德勒认为出生后的头几年对人成年后的人格形成绝对重要，并强调父母在这一过程中的作用。③阿德勒是第一个强调出生顺序在人格形成中的作用的心理学家。

4、人格的自我理论

（1）马斯洛的自我实现理论：马斯洛强调每种个性的独特性、奇异性和个体性，认为人的内在价值，即一些类似本能的潜能或需要要求实现，自我实现是在它的推动下最后完成的。马斯洛提出了需要层次理论（见动机一章）。

（1）罗杰斯的健康人格理论：①罗杰斯认为人有追求美好生活、为美好生活奋斗的本性，是自我完善的人：完善的人应该坦诚地对待自己的经历；完善的人关注此时此地正在发生的事情，生活在现实的空间里；完善的人想念自己的感觉。②自我即个体在现实中的客观存在，自我概念则是一个人对自己的认知（整体理解）。自我概念与自我的脱节是导致心理不平衡的原因，而自我概念与自的我的和谐一致则是健康人格的重要标志。③当个体对自己的认知、感受得到别人无条件的积极支持时，他的自我观念就会越来越明确，很少发生自我冲突，所以在心理咨询中应给予无条件积极关注。

考点 10 社会态度与行为

一、社会态度

1、**社会态度及其作用**

（1）什么是社会态度：社会态度是个人对特定对象以一定方式做出反应时所持的评价性的、较稳定的内部心理倾向。

（2）社会态度的结构：认知成分；情感成分；行动成分。

（3）社会态度的功能：工具性功能；知识功能；价值表达功能； 自我防御功能；社会适应功能。

二、态度的理论

1、态度的学习理论 2、态度的分阶段形成理论 3、态度的认知不协调理论

三、印象形成及其效应

1、印象形成

印象形成是人在社会生活中形成并存储在记忆中的认知对象的形象。2、印象形成的效应：

①刻板印象：人们对社会上某一类人的一种固定而笼统的看法。

②首因效应与近因效应：首因效应即第一印象，是指在社会认知过程中，最先的印象对人的认知具有极其重要的影响。近因效应即最后的印象，是指新近获得的信息对人的认知具有重要的影响。

③晕轮效应：由于对对象某一特点过分重视而掩盖其他特点。

④投射倾向：个体往往会认为别人与自己具有同样的特点和观点。

3、人际关系：人际关系是人们在社会生活过程中，在情感基础上形成的心理上的相互关系。

四、社会影响

1、从众

（1）从众是指个人在群体的引导或压力下采取与大多数人一致的行为。俗称“随大流”。

（2）从众的原因：对外界情况缺乏认知而以多数人的行为为参照；对偏离群体的恐惧；群体的凝聚力。

考点 11 心理健康教育与心理咨询

一、心理健康

1、什么是健康与心理健康：健康不仅是没有疾病，而且包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。心理健康是一种无病态的、高效而愉快的持续的心理状态。“无心理疾病”是心理健康的最基本条件，“积极发展的心理状态”是心理健康的最高表现。

2、心理健康的标准

（1）心理健康的“自我实现者”标准（15 条）：正视现实；接纳自我；言行坦率；热爱事业；独立独处；与环境关系和谐；欣赏日常生活；具有高峰体验；同情关心他人；人际关系深刻；待人民主平等；信守道德标准；富于幽默感；富有创造力；不随波逐流。

（2）心理健康的现实标准：①自我意识正确；②人际关系协调；③性别角色分化④社会适应良好；⑤情绪积极稳定；⑥人格结构完整。

3、心理健康的促进

（1）促进心理健康的原则：生理与心理统一；个体与群体协调；理论与实践结合；防治与发展并重。

（2）促进心理健康的途径与方法：开展心理健康教育；建立心理健康保健网络；增设心理健康专业机构；创造良好社会环境。

二、心理咨询

1、心理咨询的实质

（1）什么是心理咨询：心理咨询就是通过人际关系，运用心理学方法，帮助来访者自强自立的过程。

（2）心理咨询的目标：促使行为改变；改进应对技能；提高做决定的水平；改善人际关系；发展来访者的潜能。

2、心理咨询的原则、步骤与形式

（1）心理咨询的基本原则：

①理解支持原则；②保密性原则；③耐心倾听；④细致询问原则；⑤疏导抚慰和启发教育原则；⑥促进成长的非指导性原则；⑦预防原则。

（2）心理咨询的基本步骤：

①建立关系：热情接待，讲明性质与原则，建立初步信任关系；

②了解问题：掌握求助者的意图和所存在的心理问题；

③分析诊断：认识求助者的问题类型、性质和严重程度，以便选择帮助方法；

④帮助指导：与求助者共商对策，以求解决问题并促进发展；⑤结束咨询：讨论下一步的安排，并在可能的情况下，进行追踪了解。

（3）心理咨询的主要形式：

①直接咨询与间接咨询；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。

三、青少年心理健康教育

1、 自我意识

（1）青少年自我意识的发展：

①自我认识的特点：青少年开始了解自己的个性特点，能客观全面地评价自己的优缺点，并追求“ 自我天地 ”；

②自我体验的特点：青少年有较强的自尊心，对别人的评价比较敏感，自我体验较为深刻；

③自我调控的特点：青少年对自己行为支配和调节的独立性增强并有对抗倾向，行动的目的更加明确。

（2）青少年自我意识的教育：

①全面认识自我；②积极接纳自我；③努力改善自我。

3、人际交往

（1）青少年人际交往的发展：

①朋友关系的特点：朋友关系在青少年生活中日益重要，成了青少年最重要的影响源；初中生对朋友的意义有了新的认识，他们能与朋友同甘共苦，相互理解；中学生在交友上还有多层次的特点。

②亲子关系的特点：亲子关系是指青少年与父母之间的关系，青少年在情感上、行为与观点上都逐步脱离父母，要求独立，被称为“心理性断乳 ”；父母的榜样作用在青少年心目中也逐步削弱。

③师生关系的特点：青少年不盲目接受任何一位教师，他们开始口语教师，甚至抗拒教师。但每位学生的心目中都有一两位最钦佩的老师。

（2）**青少年人际交往的基本原则**：互相接纳；社会交换；维护自尊；情境控制。

4、考试焦虑

（1）考试焦虑的危害：

①降低学习效率；

②影响考试成绩；③考试焦虑的恶性循环会迁移到其他情境，形成焦虑性人格。

（2）考试焦虑的成因：

①个体因素：神经类型；人格特征；认知评价；知识准备。

②环境因素：社会环境；家庭教育；学校教育。

（3）**考试焦虑的矫正：**

①自信训练：运用交互抑制原理，通过焦虑者自我表达正常情感和自信，使那些消极的自我意识得到扭转，削弱或消除其考试焦虑的一种自我训练方法。

②系统脱敏：将引起考试焦虑的具体情景由弱到强排列，逐步呈现给学生，并同时指导学生放松，从而使学生对考试的过敏性反应逐渐减弱直至消失。

③放松训练：通过循序交替收缩或放松自己的骨骼肌群，细心体验个人肌肉的松弛程度，最终达到缓解考试焦虑的一种自我训练方式。