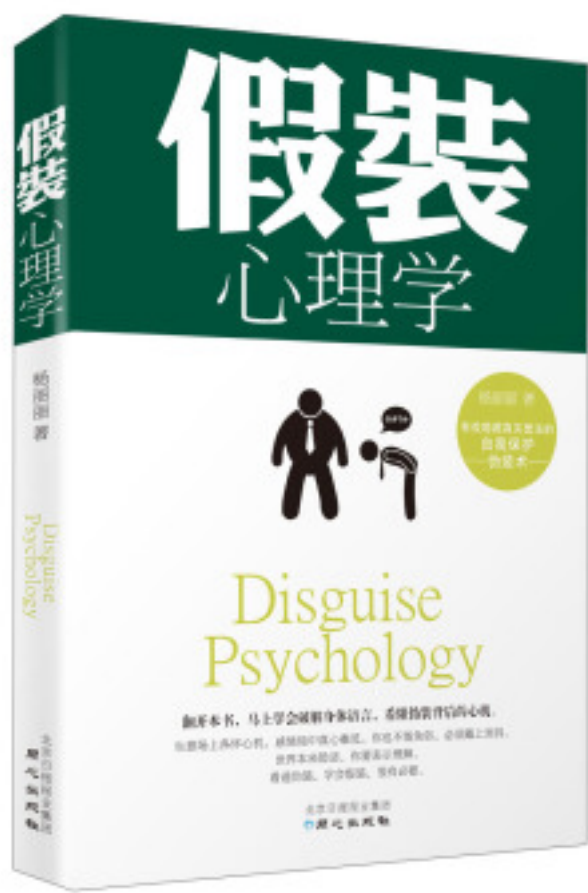


# 假装心理学



[假装心理学\\_下载链接1](#)

著者:杨丽丽 著

[假装心理学\\_下载链接1](#)

## 标签

## 评论

我看了这本书籍很好，有不错的感想。认真学习了这本书，给我几个感受  
①多向互动，形式多样.互动的课堂，一定的活动的课堂，生活的课堂。互动的条件：平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习

题互动、评价互动。互动的形式：问

题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述

。②民主平等是指在学术面前人人平等，在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视，不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事，教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上，有意无意地忽视多数学生的存在。“抓两头带中间”就是典型的做法。但结果往往是抓“两头”变成抓“一头”，“带中间”变成“丢中间”。教学民主最好的体现是以能者为师，教学相长。信息时代的特征，能者未必一定是教师，未必一定是“好”学生。在特定领域，特定环节上，有兴趣占有知识高地的学生可以为同学“师”，甚至为教师“师”。在教学中发现不足，补充知识、改善教法、提高效益，亦可谓“教学相长”。

③我们的教师为了控制课堂，总担心秩序失控而严格纪律，导致紧张有余而轻松不足。轻松的氛围，使学生没有思想顾忌，没有思想负担，提问可以自由发言，讨论可以畅所欲言，回答不用担心受怕，辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到尊重、都尽可能让他们自己做解释，在聆听中交流想法、沟通中达成共识。

④关系和谐，才能有轻松愉快；关系融洽，才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、环境和谐、氛围和谐，都需要教师的大度、风度与气度。与同行斤斤计较，对学生寸步不让，艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待“差生”，宽容“差生”。

⑤教学生抓重点。教学难免有意外，课堂难免有突变，应对教学意外、课堂突变的本领，就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说，让意外干扰教学、影响教学是无能，把意外变成生成，促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言，分有意生成、无意生成两种类型；问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、思维生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点。随机应变的才智与机敏，最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的机智、学生学的机智，师生互动的机智，学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的解答，面对难题的措施，发现问题的敏锐，解决问题的灵活。

教育智慧求妙点。从知识到能力，从情感到智慧，教育逐步进入它的最佳境界。教育智慧表现为对本

质的要求，对教育规律的把握，对教学艺术的领悟，对教学特色的追求。

-----  
主要流派。1.精神分析。弗洛伊德是精神分析学派的创始人，以潜意识为研究对象，将意识划分为三个层次：意识，前意识和无意识。前意识是能够变成意识的东西，比如特定的经历或特定的记忆。无意识也称潜意识，是指那些在正常情况下根本不能变为意识的东西，比如人内心深处被压抑而无从意识到的欲望。2.行为主义。约翰·华生是行为主义心理学的创始人，他认为心理学必须成为一门纯圣物学或纯生理学的自然科学。华生由于主持一项实验研究，引发了家庭丑闻及一系列的风波，于不惑之年离开学术界而转投商界，开创了又一成功的职业生涯。华生认为心理学应该研究外显的行为，心理和意识只是假设，不能加以观察和证实。3.人本主义。人本主义心理学的核心内容有四个方面：强调人的责任；强调“此时此地”；从现象学角度看个体；强调人的成长。人自己最终要对所发生的事情负责，这是人本主义人格理论的基础。弗洛伊德和行为主义把人说成是无法自我控制的，人本主义心理学家则与之相反，他们把人看做自己生活的主动构建者，可以自由地改变自己，如不能改变，只是因为自身局限。人本主义心理治疗的主要目标，就是来访者认识到他们有能力做他们想做的任何事情。根据人本主义的观点，只有按生活的本来面貌去生活，我们才能成为真正完善的人。对过去和捡来的某些思考虽有益，但多数人花费过多的时间反省过去，计划未来，其实是浪费时间，因为只有生活在此时此地，人才能充分享受生活。人本主义理疗师努力理解来访者的问题所在，然后给来访者提供指导，使他们能够自己帮助自己。卡尔·罗杰斯是人本主义心理学的创建者4之一，创立了来访者中心疗法。术语“来访者”强调接受治疗者主动的、自愿的、负责的参与，按时治疗者与寻求帮助者之间的平等。亚伯拉罕·马斯洛也是人本主义心理学的主要创建者之一。需要层次论是他最著名的理论：生理需要、安全需要、归属和爱的需要、尊重需要、认知需要、审美需要和自我实现需要。摘抄一段关于焦

虑和防御机制的话：“在很多时候，成为功能完备的人只是一种理想。人经常会不快乐，不能最大限度地享受生活的乐趣。罗杰斯认为，当我们接触到与我们自我知觉不一致的信息的时候，就会产生焦虑。试想，你本来以为你是个受朋友欢迎的人、一个受老师青睐的好学生、一个好情人，但你很可能会听到别人对你的评价与你的自我感觉根本不一致。比如你以为自己对朋友很讲义气但有一天你听到别人说你很自私，你回怎么办？如果你是一个功能完备的人，你会乐意承认：并不是所有的人都喜欢你。你会考虑别人对你的这种评价，并把它纳入到你的自我概念中。你会跟自己说，我们是个不错的人，但不是每个人都会欣赏我的，这很正常。不过，大多数人做不到这样“大度”，这种有差异的评价会使你感到焦虑：原本以为每个人都欢迎你，但事实证明实际情况并非你所愿。有时候这种焦虑一晃而过，但如果这个信息对你的自我概念的根本不分构成了威胁，焦虑就很难克服。这时为了对抗焦虑，你回使用各种防御机制来阻止这个信息进入你的意识层。常用的防御机制是扭曲和否定。你可能认为说你“坏话”的人心情不好，或者根本就是个小人。这样信息就被扭曲了，就不会与你的自我概念相矛盾了，焦虑水平就会降低。有时候，你可能会一厢情愿地否定：我可能听错了，他们不是在说我，没准讲的是一个和我名字很像的人。在短时期内，防御机制会奏效。但时间长了，每次都使用它，就会使人离现实越来越远。例如，有一个人把现实和幻想混淆在一起，总认为自己是钻石王老五，但实际生活中几乎没人这样认为。当这种差距越来越大时，防御机制就会不管用了，结果就会造成极度的焦虑。”

-----  
[假装心理学\\_下载链接1](#)

书评

[假装心理学\\_下载链接1](#)