

考教师 | 学D类 | 金标尺



教师|招|聘|考|试|
教育理论知识

金标尺教育

教育心理学必备
15大高频考点

高频考点--心理学

【高频考点 1】 心理学的发展

三大势力	行为主义心理学派
	精神分析学派
	人本主义心理学派
三次革命	行为主义
	认知主义
	人本主义

【高频考点 2】 注意的分类

分类	目的性	意志努力	产生的条件或规律
无意注意 (不随意注意)	无	不需要	主客观条件
有意注意 (随意注意)	有	需要	目的、组织和意志力、间接兴趣
有意后注意 (随意后注意)	有	不需要	直接兴趣、熟练和系统化

【高频考点 3】 知觉的特性

特性	概念
知觉的选择性	当面对众多的客体时，知觉系统会自动地将刺激分为对象和背景，并把知觉对象优先地从背景中区分开来。
知觉的整体性	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的过程。
知觉的理解性	人以原有知识经验为基础对感知的事物加工处理，并用语词加以概括赋予说明的加工过程。知识经验越丰富，理解就越深刻，知觉也就越完整、精确。
知觉的恒常性	客观事物本身不变，但知觉条件在一定范围内发生变化时，人的知觉映像仍相对不变。知觉恒常性包括颜色恒常性、亮度恒常性、形状恒常性、大小恒常性和声音恒常性。

【高频考点 4】 社会知觉常出现的集中偏差

社会知觉常出现的集中偏差	
社会刻板印象	即对一群人的特征或动机加以概括，把概括得出的群体的特征归属于团体中的每一个人，认为他们每个人都具有这种特征，而无视团体成员中的个体差异。
晕轮效应	当我们认为某人具有某种特征时，就会对他的其他特征做相似判断，也称光环效应。
首因效应	在总体印象形成上最初获得的信息比后来获得的信息影响更大的现象，也叫最初效应。
近因效应	在总体印象形成上新近获得的信息比原来获得的信息影响更大的现象，也叫最近效应。

投射效应	与人交往时把自己具有的某些不讨人喜欢、不为人接受观念、性格、态度或欲望转移到别人身上，认为别人也是如此，以掩盖自己不受人欢迎的特征。
------	--

【高频考点 5】 记忆的分类

分类标准	分类及内容	
根据记忆内容和经验对象划分	形象记忆、情景记忆、语义记忆、逻辑记忆、情绪记忆、动作记忆。	
根据记忆内容保持的时间长短划分	瞬时记忆	瞬时记忆具有时间极短、容量较大、形象鲜明、信息原始的特点。它常以图像记忆和声像记忆的方式进行编码。声象记忆的容量要比图像记忆小，声象记忆的保持时间要比图像记忆长。
	感觉记忆	
	登记记忆 (1s 以内)	
	短时记忆 工作记忆 (1s-1min)	短时记忆具有时间很短、容量有限 (7±2 个组块)、意识清晰、操作性强、易受干扰等特点。它的编码方式可以分为听觉编码和视觉编码。
	长时记忆 (1min 以上)	长时记忆具有容量无限、保存时间长久的特点。它通常以意义编码为主，即语义编码和表象编码。
	联系	瞬时、短时、长时记忆是统一的记忆系统的三个不同的信息加工阶段，而不是非此即彼的记忆种类。它们之间相互联系、相互影响。任何信息都必须经过瞬时记忆、短时记忆才可能转入长时记忆。

		没有瞬时记忆的登记、短时记忆的加工，信息就不可能长时间贮存在头脑中。
--	--	------------------------------------

【高频考点 6】 皮亚杰的认知发展阶段理论

认知发展阶段	特征
感知运动阶段 (0-2岁)	<ol style="list-style-type: none"> 1.儿童的认知发展主要是感觉和动作的分化。 2.通过探索感知与运动之间的关系来获得动作经验。 3.逐渐形成较为低级的行为图式。 4.逐渐获得客体的永恒性。
前运算阶段 (2-7岁)	<ol style="list-style-type: none"> 1.认为外界的一切事物都是有生命的，即“万物有灵论”。 2.所有的人都有相同的感受，一切以自我为中心。 3.单向思维，思维不具有可逆性。 4.没有守恒概念。
具体运算阶段 (7-11岁)	<ol style="list-style-type: none"> 1.形成守恒概念，这是这个阶段的标志。 2.思维运算必须有具体的事物支持，可以进行简单抽象思维。 3.理解原则和规则，但只能刻板遵守规则，不敢改变。 4.思维具有可逆性。思维的可逆性是儿童思维发展的最重要特征。
形式运算阶段 (11-16岁)	<ol style="list-style-type: none"> 1.能够根据逻辑推理、归纳或演绎方式来解决实际问题。即具有抽象逻辑思维。 2.能够理解符号意义、隐喻和直喻，能作一定的概括。 3.思维具有可逆性、补偿性和灵活性。

【高频考点7】 情绪的分类

情绪	内涵
心境	心境是一种微弱的、持续时间较长的，带有弥漫性的情绪状态。在相当长的一段时间内，使人的整个心理活动都染上某种情绪色彩，影响人的整个行为表现，成为情绪生活的背景。
激情	激情是一种爆发式的、猛烈而短暂的情绪状态。例如：狂喜、暴怒、恐惧、绝望等。有人用激情爆发来原谅自己的错误，认为“激情时完全失去理智，自己无法控制”，这种说法是不对的，人能够意识到自己的激情状态，也能够有意识地调节和控制它。
应激	应激是出乎意料的紧迫情况所引起的急速而高度紧张的情绪状态。当人们遇到突然出现的事件或意外发生危险时，为了应付瞬息万变的紧急情况，就得果断地采取决定，迅速地作出反应。应激状态既有积极作用，也有消极作用。应激状态持续的时间不可过长，否则，会有害健康。

【高频考点8】 动机冲突

动机冲突	具体内涵
双趋冲突 (接近-接近冲突)	同时并存两种能满足需要的目标，他们具有等同的吸引力，但只能选择其中之一时所产生的动机冲突。
双避冲突 (回避-回避冲突)	当个体必须在两个令人不快的选择对象之间作抉择时所产生的冲突。
趋避冲突 (接近-回避冲突)	同一目标具有吸引力，又有排斥力，人既希望接近，同时又不得不回避，从而引起的冲突。

多重趋避冲突	即对含有吸引与排除两种力量的多种目标予以选择时所发生的冲突。
--------	--------------------------------

【高频考点 9】 气质类型

气质类型	高级神经活动过程	高级神经活动类型	特点
胆汁质	强、不平衡	不可遏制型	精力旺盛、粗枝大叶、表里如一、刚强；但暴躁易怒、脾气急、易感情用事、好冲动
多血质	强、平衡、灵活	活泼型	反应迅速、有朝气、活泼好动、热爱交际、能说会道、适应性强、动作敏捷；但稳定性差、缺少耐心、见异思迁、具有明显的外向倾向、粗枝大叶
粘液质	强、平衡、不灵活	安静型	安静、稳重、踏实、性格坚韧、交际适度；但反应性低、话少、可塑性差、有些死板、缺乏生气、适于从事细心且程序化的学习
抑郁质	弱	抑郁型	敏锐、稳重、体验深刻、外表温柔；但行为孤僻、不善交往、易多愁善感、怯懦、行动缓慢、适应能力差、具有明显的内倾性

【高频考点 10】 自我防御机制

自我防御	内涵
否认	对某种痛苦的现实无意识地加以否定，因为不承认似乎就会不痛苦。
压抑	把意识所不能接受的概念、情感或冲动抑制到无意识中去。

合理化	又称文饰作用，指通过无意识地用一种似乎有理的解释或实际上站不住脚的理由来为其难以接受的情感、行为或动机辩护已使其可以接受，如对儿童的躯体虐待可以说成是“玉不琢不成器”。
移置	是无意识地将指向某一对象的情绪、意图或幻想转移到另一个对象或替代的象征物上，以减轻精神负担取得心理安宁。
投射	指自我将不能接受的冲动、欲望或观念归因投射于客观或别人。
退行	退回到前面的发展阶段是退行，指一个人遇到困难的时候放弃已学到的比较成熟的应对技巧和方式，而使用原先比较幼稚的方式去应对困难和满足自己的欲望。
升华	是一种最积极的富有建设性的防御机制。
幽默	指对于困境以幽默的方式处理。
认同	指无意识中取他人之长归为己有，作为自己行为的一部分去表达，借以排解焦虑与适应的一种防御手段。
反向形成	对内心的一种难以接受的理念或情感以相反的态度与行为表现出来。
过度代偿	又称过度补偿，是指一个真正的或幻想的躯体或心理缺陷可通过代偿而得到超乎寻常的纠正。
抵消	指一个不能接受的行为象征性地而且反复地用相反的行为加以显示，以图解除焦虑。

【高频考点 11】 科尔伯格的道德发展阶段理论

美国心理学家科尔伯格提出了人类道德发展的顺序原则，认为个体的道德认知是由低级阶段向高级阶段发展的，并认为道德认知是可以通过教育过程加以培养的。科尔伯格采用“道德两难故事法”研究儿童的道德发展，提出了著名的三水平六阶段的道德发展阶段理论。科尔伯格认为，大多数 9 岁以下的儿童和许多犯罪的青少年在道德认识上都处于前习俗水平。

三水平	六阶段	特点
前习俗水平 (9岁以下)	1.服从和惩罚的道德定向阶段	儿童只根据后果来判断行为的好坏。为了避免惩罚而服从权威人物的命令，尚未具有真正意义上的准则概念。
	2.相对功利主义定向阶段	以个人的最大利益为出发点来考虑是否遵守规则，通常是获得奖赏或满足自己的利益而遵守原则。
习俗水平 (9-16岁)	3.寻求认可定向阶段(好孩子定向阶段)	儿童在进行道德评价时总是考虑他人和社会对“好孩子”的期望和要求，并以此为标准展开思维和行为。
	4.尊重权威和维护社会秩序定向阶段	儿童更加广泛地注意到维护普遍的社会秩序的重要性，履行个人职责，尊重权威，强调对法律和权威的服从。
后习俗水平 (16岁以后)	5.社会契约定向阶段	个体认识到规则是人为的、民主的、契约性的东西，当社会习俗或法律不符合公众权益时，就应该修改。
	6.良心/普遍伦理原则定向阶段	个体已经认识到了社会规则、法律的局限性。开始基于自己的良心或人类的普遍价值标准判断道德行为。

【高频考点 12】 学生容易产生的心理健康问题

常见问题	症状
多动症	活动过多、注意力不集中、行为冲动、学习困难等。
恐惧症	对特定的无实在危害的事物与场景的非理性惧怕。恐惧症分为单纯恐惧症、广场恐惧症、社交恐惧症。
焦虑症	学生中最常见的焦虑反映是考试焦虑。
强迫症	它是一种神经官能症，焦虑症的一种。强迫症包括强迫观念和强迫行为。

学习困难综合症	某些智力正常或接近正常的儿童，因神经系统的某种或某些功能性失调，使其在听、读、写、算方面能力降低或发展较慢，以致陷入学习困难。
厌学症	是对学习不感兴趣，讨厌学习。
抑郁症	是以持久性的心境低落为特征的神经症。
网络成瘾	学生过度地和不当使用网络而导致的一种难以抗拒再度使用网络的着迷状态，并影响到正常学习和生活。
人格障碍	长期固定的适应不良的行为模式，这种行为模式由一些不成熟不适当的压力应对或问题解决方式所构成。

【高频考点 13】 成败归因理论

代表人物：韦纳

最早提出归因理论的是海德，他曾指出人们会把行为归结为内部原因和外部原因。

韦纳的归因理论认为，一个人解释自己行为结果的原因会反过来激发他的动机，影响他的行为、期望和情感反应。韦纳对行为结果的归因进行了系统探讨，并把归因分为三维度六因素。

成败归因因素	成败归因维度					
	内外		稳定性		可控性	
	内	外	稳定	不稳定	可控	不可控
能力	√		√			√
努力	√			√	√	
任务难度		√	√			√

运气		√		√		√
身心状况	√			√		√
外界环境		√		√		√

归因理论的指导原则的基本假设是：寻求理解是行为的基本动因。

习得性无助是当个体感到无论做什么事情都不会对自己的重要生活实践产生影响时所体验到的一种抑郁状态。一个总是失败并把失败归于内部的、稳定的和不可控因素（即能力低）的学生会形成一种习得性无助的自我感觉。

【高频考点 14】 经典性条件作用理论的规律

规律	内涵
获得	要建立联系，第一条件刺激和无条件刺激必须同时或者接近同时出现，间隔时间短；第二条件刺激必须先于无条件刺激出现。
消退	条件反射形成以后，如果得不到强化，条件反应会逐渐减弱，直至消失，称为消退。
恢复	消退现象发生后，如果个体得到一段时间的休息，条件刺激再度出现，这时条件反射可能又会自动恢复。这种未经强化而条件反射自动重现的现象被称之为恢复。
泛化	机体对于条件刺激相似的刺激作出条件反应，属于刺激的泛化。
分化	只对条件刺激做出条件反应，而对其他相似刺激不作反应，则是刺激的分化。

【高频考点 15】 问题解决得影响因素

影响因素	解释
问题情境与表征方式	问题情境就是指问题呈现的知觉方式。问题呈现的知觉方式与人们已有的知识经验越接近，问题就越容易解决；反之，如果与人们已有的知识经验相差甚远，问题解决起来就很困难。
定势与功能固着	定势（即心向）是指重复先前的操作所引起的一种心理准备状态。在定势影响下，人们会以某种习惯的方式对刺激情景作出反应。定势对解决问题有积极作用，也有消极作用。为了说明思维定势对迁移的影响，陆钦斯做过一个典型的“量杯”实验。 人们把某种功能赋予某物体的倾向称为功能固着。功能固着只有消极作用。 这个概念是德国心理学家邓克尔提出
原型启发	对问题解决起启发作用的事物叫原型。原型启发是指从其他事物上发现解决问题的途径和方法。在问题解决者的思维活动处于积极但又不过于紧张的状态时，才最容易产生原型启发。
已有知识经验	经验水平或实践知识影响问题解决。
情绪与动机	情绪对问题解决有一定的影响，肯定、积极的情绪状态有利于问题的解决；否定、消极的情绪状态则会阻碍问题的解决。 动机的强度不同，影响的大小也不一样。

金标尺教师App

“金标尺教师”是金标尺教育专为教师资格证、教师招聘、特岗教师、教师遴选、高校/职校教师考试研发的备考APP和小程序，专注本土教研、本土师资，集题库、课程、模考、资讯、干货等功能于一体。



历年试题 考生回忆，刷题演练，洞悉考情

全真模考 立足试题，在线模考，直播精讲

职位检索 一键搜索，职位匹配，量身推荐

海量题库 专项练习、笔试面试、视频解析

直播课堂 结合本地，直播教学，在线督学

考试资讯 每日更新，数据分析，及时解读

备考干货 教育热点，作答技巧，报考答疑

扫码下载>>>



简章·笔试·面试·试题·模考·干货·技巧

考教师 学D类 金标尺!