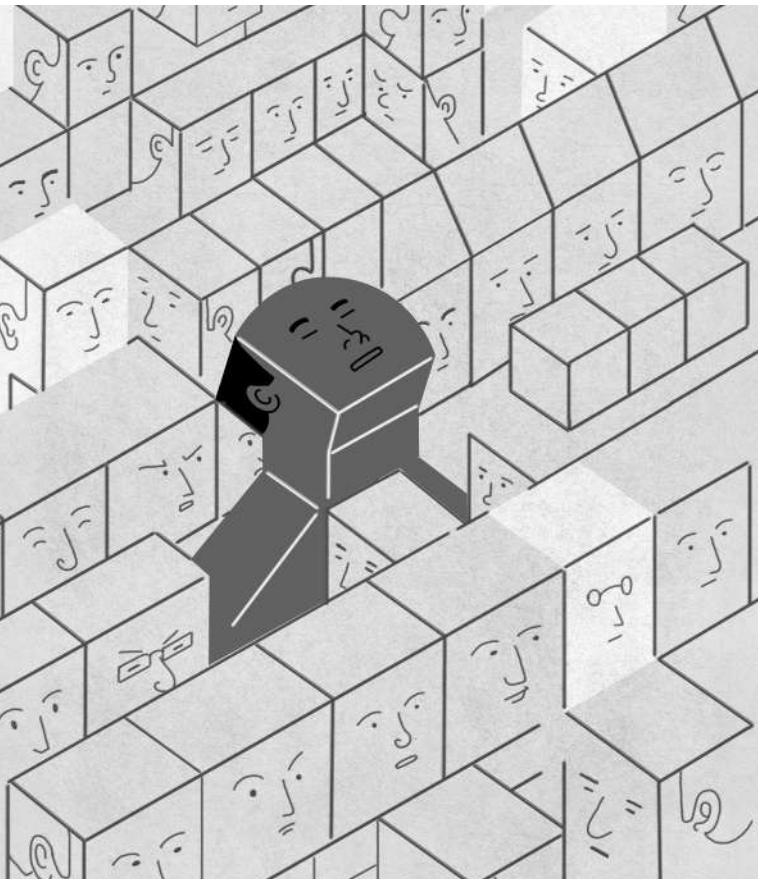


拥有自己的心理学“工具箱”

吴奇



视觉中国 供图

时代发展到今天，有些人还是有意或无意地抵触心理学。其实，学习心理学并不是件难事，它可以帮助我们解决工作、学习中的心理问题并支持我们勇敢前行。事实上，心理学能促人自省，促使我们面对真实的自己。阅读《写给教师的心理学》(华东师范大学出版社)这本书时你会发现，运用应用心理学的知识来指导教育实践会让你拥有并保持乐观向上的心态，让你在教师生涯不断向前发展时能够和其他人分享见解，帮助自己和他实现持续的专业发展。

多种视角打开“心”世界

“视角”是这本书的核心。“经验主义、结构主义、行为主义、人文主义、认知主义、生物心理学、进化”等都是作者为读者呈现出的经典理论和新兴心理学理论中的多种视角，从经典行为主义、人本主义到认知主义视角，从积极心理学的心流到脑科学的神经系统，从“自我”认知发展到儿童社会发展，从动机到特殊教育需求，涉及范围非常广泛。

了解并能学习这些视角可以充实教师的理论基础，并为学习新知识提供脚手架。通过认识教学方法的多样性，不断反思自身教学方法的教师，就可以致力于

实现最佳的教学实践。

为什么说这是一本专门写给教师的心理学书籍？一方面，作者为教师提供了很多能够应用的心理学方法，比如启发法、焦点解决、心理意向等方法；另一方面，作者很用心地在每一种心理学理论和视角中都加入了“反思”或“活动”环节，引导读者利用刚阅读过的理论进行练习和反思。这些环节中的“问题”基本上都来自各种教学场景，而且非常具有开放性，能够帮助教师思考、构建个人的教育哲学。阅读这本书时，需要保持一个开放的心态，这样才能确保你不断重温理论，思考理论，并能进一步改善教学实践。

成为高效教师必先具备的心理学技能

为了达到最佳教学效果，作者从心理学的视角探究了教师需要具备的一系列技能。在研究者眼中，高效教师有三个共同要素：能够建立良好的学习关系，有良好的学科背景，有良好的组织技能。在管理者眼中，高效教师有七个习惯：积极主动、以终为始、要事第一、双赢思维、学会理解、寻求协作、自我更新。

本书中作者用了很大的篇幅探讨了学习者的神经系统、身体发育、感知、认知、情感发展以及学生需求。为了了解学生如何获取知识，应该对人体的结构及各个系统的发展有深入的了解，特别是中枢神经系统，因为中枢系统里有关键器官“大脑”。了解大脑结构和技能后，就可以进一步理解知觉和认知发展以及社会和情感发展，更好地了解学生自我、个性成功、动机这些需求。作者还考察了学生的特殊需

求。首先探索了自我概念、自我的组成部分以及如何提高自我感觉。既着眼于划分学生的方式，质疑其合理性，拓展了关于个人独特性的讨论，探讨了传统上“特殊教育需求”学生的各种需求，又着眼于探索动机问题，讨论动力将如何有效促进学习，并研究了传统视角，介绍了自我决定理论及学生“需求”阻碍有效学习时的解决方法。

相对而言，了解学生特殊需求比了解教与学的心理学更加重要。为提高教师的能力，作者提供了一些应用心理学策略。比如：设定目标、自我对话、心理意象及放松。此外，我们还必须知道如何运用“何时”运用这些方法。这些方法需要经过长期运用才有成效。因此，教师需要保证充足的时间和精力才能从这些方法中全面获益。为实现这一目的，应确保教师和学生均喜爱教学活动。

设定目标创设良好学习环境

为了成功进行教学，有效设定目标是一项基本方法。关注设立目标的类型很重要。结果性、表现性和过程性目标各不相同，长期、中期和短期目标也各有各的特点，知晓这些差异并选择合适的目标将决定教师专业发展的持续性。认知重组方法可以用来消除并改变脑海中“瞬间”出现的消极想法。当教师相信他们可以有效应对与现代教学并而来的挑战时，对这些方法进行任意组合会有助于他们培养心理承受能力。

为了教学能成功进行，教师还应创造一个令人兴奋的学习环境。教师与学生相处融洽，就可以营造出放松、愉快的氛围，这种氛围中充满了支持与合作。当教师看上去享受教学以及与学生相处的时光时，也会产生这种氛围。

如何创造这种氛围？教师要尊重学生，及时表扬学生取得的成就，同时监督并管理学生行为，帮助学生解决难题。要有工作重心，确保课堂实际任务有趣且迷人，这样可以调动学生的积极性。会组织课堂也能创设良好氛围，教师组织课堂和准备课程的水平，特别是组织通过各种活动使学习时间最大化的能力尤其重要。

教师对学生要有明确的期望。只有具备了解学生的能力，才能对他们能够

完成的事抱有明确的希望，才能确立智力上具有挑战性的高学术标准和清晰的目标。确定目标很重要，有助于给学生提供恰当的评价和反馈。进而，学生可以提高对自身能力的预期，确定需要学习的内容及学习方式。

教师要有很好的知识。只有教师很好地理解一门学科，知道如何将这门学科的知识有效地教给学生，才能组织好一堂课来促进学生去学习。教师要会反思，要经常通过同伴和经验更丰富的人讨论进行反思，同时保持内心对话和自我反思能力。

认真阅读这本书，你会得到最新的心理学观点以及教育与心理学相关联的方式。和其他心理学著作不同，书中分享的所有方法、理论和理念都被实践过，所提供的研究资料也都经过了各自学科以及彼此学科的批判性评估。极其有利于教师们“学以致用”，并立竿见影。

也许当自己的学生出现“情况”时，并不能像专业的心理学从业者那样做出精准的判断并开出对症的处方，但因为拥有了自己的心理学“工具箱”，我们就可以灵活选用适当的工具，很好地解决教育实践中发生的“情况”。

(作者单位系天津市天津中学)

教育之初决定未来之路

——评《小学教育原理》

肖冬民

小学教育作为一个专业，它的独特地位与价值是什么？小学教育跟大学、中学教育有什么不同？2021年，谢维和李敏教授所著的《小学教育原理》由高等教育出版社出版。在该书序言，谢维和教授鲜明地提出：小学教育是一门科学，小学教育是一个专门性的教育类型与领域。

该书基于儿童立场，整体回答了有关小学教育的基本问题，阐述了其基本理论，包括小学教育的地位、观念，小学的管理与课程，以及小学教师、教育评价等，系统梳理了德智体美劳五育的实施及相互关系，率先提出了小学的福利、小学教育风险内容。这本书给我们带来哪些认识？

第一，明确了小学教育的独特价值和地位。谢维和教授表达了有关小学教育价值的观点：“一个人的教育和成长过程中的优点和缺点，一个国家和社会发展中的特色与风格，都能够在这个人或这个国家的小学教育中找到它们的胚胎和萌芽。”小学教育具有入门性，是培养一代新人的基础，要为小学生的发展提供一个关于世界整体认知的平台。教师要向小学生学习，教师专业反思的源泉来自于小学生“同心”“同行”“同学”，从而真正将“教学”与自身的“学习”和“研究”结合起来。

第二，总结了小学生的学习规律与教育规律。小学生作为儿童，是一种主体性存在，其发展是感性的，是一种初级阶段的整体发展；其学习具有同化学习和主观联想的客观化两个特点。小学教育应强调“成熟理论”优先于“适应理论”，即在尊重小学生身心发展规律的基础上适应社会发展要求。

第三，系统阐述了小学教育的课程设置与“五育并举”问题。如课程要按照儿童学习和发展心理过程进行编制；课程建构要“顶灯理论”优于“探照灯理论”，即要给小学生提供综合性

课程，而不是专门化的学科课程；完善德智体美劳五育系统，是立德树人与促进小学生全面发展的要求，五育之间“自律者得，自知者明，自胜者强，自信者美，自力者立”，缺一不可。

第四，回答了当前基础教育改革中一些热点、难点问题。如全科教师要将多个学科知识统整在某一个特定领域或主题中，或在不同学科的边界处及之间相互渗透与融合。再如有关作业设计要注重帮助小学生建构积极经验，注重小学教育活动的安排，合理关注并看待小学生的淘气等。该书还专门阐述了校园欺凌防治这一难点问题，提出应用心理学的方法，开发相关课程等。

第五，首次系统阐述了小学福利问题，这是本书的创新点。书中提出，福利是小学的一项重要职责，小学教育应属于国家的一项福利事业；我国小学要从福利福利阶段，走向情感福利和社会福利阶段，从政策法规层面、学校制度层面，从教育到生活方面、心理支持到设施建设等方面推进建设，以提高小学教育自身质量。

该书从理论和实践上呼应了当前我国基础教育改革乃至高等教育发展要求。其中有一个特点：一是专业性，体现了小学教育者的专业自信与职业尊严；二是学术性，明确了小学教育的科学根据与理论根基；三是实践性，展示了小学教育的技术形态与实证路线。该书适合有关小学教育的相关主体阅读，它能给我们带来三个方面的阅读收获：一是明确了如何按照小学生的学习规律开展教育教学活动；二是明确了如何解决小学教育教学问题；三是明确了如何实现教师专业发展。

(作者系高等教育出版社副编审)

吾心安处是故乡

——读《一路还乡》

朱洄

从地理坐标上看，我的故乡就是如今生活工作的地方。

但我似乎一直缺乏对故乡的深厚情感。其中原因，或许是我从未长时间走出过这里，“只在此山中，云深不知处”。另一个原因，或许是自己一直深陷在长沙的“世俗”文化中，不接受不适应，又不可改变。

所以在我心中，“故乡”一直若隐若现、若存若亡。失意时，找不见故乡；得意时，看不见故乡。

成长的印记里，一直在“逃”，逃离陆地，逃出课堂，逃避现实。一个一直在小步逃跑的人，心里总是慌慌张张，即便身在故乡，却不敢对故乡有半点儿奢望。直到有一天，读到苏轼的诗句：“试问岭南应不好，却道：此心安处是吾乡。”原来，我又何必再胡乱跑，读书令我心安，在阅读中，我看见了悠远的湖湘文化，勤劳、智慧与勇敢的湖湘儿女，山川大地，湘江洞庭，民俗风情。我看见了故乡。

最先读到黄耀红老师的作品是《吾土吾湘》，黄老师对故乡故土的记载与表述，对湖湘志士的深情，让我找到了湖南文化的精神所向，其实故乡一直都在。我读书少，但对湖湘文化一直抱有认同，特别是作为一名体育人，欣赏着湖湘文化中的那股气力精神，那股子劲。读这本《一路还乡》就更亲近了，好多身边的人和事。故乡是棠坡、乍波塘、白果树，是父亲的菜地，母亲的酸菜，是乡间的紫苏、洋姜、马齿苋，这些平常的记忆，都是一页页乡思和乡愁。

相比景和物，我还是最爱“看人”。在黄老师的文字间总能看见人。虽说书里并没有着重笔墨去描写自己的人生轨迹，但在不经意间，我似乎看见了一位当代学者在大江大河里，迎着时代的风浪，步步成长，从青丝到白雪。正如序章里所说，“古代人宦游或经商于外地，人生大约经历着离乡、望乡、还乡三个阶段”。离乡是望乡的前提，望乡是思乡的前奏，至于还乡，可以有肉身与精神之分。

我最爱看人，看好看的人。先生当中，最爱看胡适。“世间最可恶的事，莫过于一张生气的脸。世间最下流的事，莫过于把生气的脸摆给旁人看，这比打骂更难受。”这位提出“容忍比自由更重要”的胡适先生，在留下来的影像中，似乎看不见生气的脸，总是一副谦谦君子、温文尔雅的样子。

在湖湘文人中，我爱看沈从文先生的脸。有人说：“星斗其文，赤子其人。”沈先生的脸，真是一张干净的脸。



黄耀红 著
漓江出版社

脸。在这本《一路还乡》中，对沈从文先生的描写比较详细。我特别好奇，沈先生是怎样从一名士兵，走向戎马之路，想了解那段人生转折时期的面孔和思想。沈先生说：“眼前环境只能使我近于窒息，不是疯狂是毁，不会有更合理的安排。我得想办法自救。”这段话让我看到了他的苦闷。即便是晚来不得已停笔，做起历史博物馆研究，也不曾见过先生如此苦闷。

让我回味与感动的还是书中这些写人的章节。《永恒的怀念》《山水清音》《先生之风》《最美遇见》《挥不去的记忆》，我格外珍惜这样的文字，因为我似乎穿越历史的镜头，听见了对话的声音，看见了温暖的画面。

青年时代的黄耀红，也曾惴惴不安，给校长写信，表现“真实”。当年的专科生，走进长沙市第一中学时，也曾面露卑微。当年不经意的一句话，一把伞，一个手势，却经久地影响着这位曾经的少年，正如黄老师自己所言：“还有什么样的价值，比影响人更深刻，更长远，更美好？”

作为被肯德基、麦当劳等外来文化强烈冲击的一代人，我时常在感性认识和理性认知中存在着对某些故乡文化的批评与不接受。后来走进社会，被故乡的世俗文化所累而不得法时，或许也会如黄老师所说，当年乡下的鸡屎藤子臭气熏天，怎会想过还会回来怀念。可天之大，何以为乡？生命不过是寄于天地之间的一场漂泊。心在流浪居无定所时，是阅读带我看见故乡，回到故乡。

读这本书，让我心安下来回望与思索。因为成长的经历，生长的时代背景不同，难以对书中的事物完全感同身受。我们又何必纠结于故乡是“马齿苋”，还是“麦辣鸡翅”的儿时味道？又何必在意故乡带给我的是什么样的精神慰藉与生命感动？

此刻，吾心安处，便是故乡。

(作者系湖南省长沙市湘一立信实验学校教师)

■ 新书速递



《人居北京：唤醒工业遗产》
中国大百科全书出版社
单霁翔 著

从火花四溢的炼钢厂到北京冬奥组委入驻的首钢园，首钢工业遗产的转型发展奏响了新的“冰与火之歌”。这是一本关于北京城市规划中工业遗产转型发展案例的读本，一场重新认识北京城工业遗产保护再利用的漫游。让人们更深入地感受、热爱北京这座城市。

人居环境的守护和营造是城市发展中的重要课题。工业遗产承载着城市的记忆，也必将随着城市的更新而焕发生机。本书从城市规划视角讲述了首都北京城市建设中，工业遗产保护性再利用的故事。上篇讲述了首钢老厂区从钢铁工业龙头转型为首钢特色工业遗产打卡地的前今生。对工业遗产保护的认识需要一个过程，只有让人们感受到工业遗产在现实生活中存在的意义，才能使这项工作逐渐得到社会民众的理解和支持。

(梁杰)

■ 灯下漫笔

从出版文化视角审视明清戏曲

卢有泉 刘容江

明清时期，随着城市经济的繁荣，市民阶层普遍“慕奇好异”，喜好“异调新声”的戏曲。加之明中叶后，印刷与造纸技术不断改进、发展，形成了完善的刻印出版系统。这样，市场需求的刺激和出版印刷业的发达，共同促成了明清戏曲文化的野蛮生长。而所谓的戏曲“问世是指创作的完成，出版则意味着广泛传播”，就是说若把文人创作的戏曲比作娇艳的玫瑰，而坊刻的兴盛则终究使玫瑰蔓延成了花海。

较之元代，明清时期涌现出了更多的文人戏曲作家，作品数量浩繁，使戏曲生命之树更加欣欣向荣。如果说元代剧作家多是为了口腹之虞而投入戏曲创作的话，那么明清时期的剧作家则多是在游戏辞藻、音律、兴之所至，吟咏歌唱，真正把戏曲当作寄情寓意的工具。在近代以来关于明清戏曲的研究著作中，学者多从作家及其作品的角度探讨戏曲文学的发展，而少有从坊刻印、出版机制的角度去探讨戏曲文化的兴盛，这不能不是一大缺憾。因为但凡摒弃了文学的关联性存在和发展而孤立地就文学论文学，难免会失之偏颇。基于此，《明清书坊与戏曲研究》(廖华著 中国社会科学出版社)这部从另一视角观照明清戏曲文学盛况的著述就显得格外难能可贵了。

作为国家社会科学基金项目成果之一，廖华教授的这部新著最大的亮点就是以出版文化的视角，从戏曲稿源、编辑、广告、插图、选本、评点、演出、受众等方面，探究明清书坊在戏曲发展和传播中的作用，并顺此逻辑，考辨、解释了明清戏曲研究史上一些久争不明的疑题，进而丰富和深化了中国戏曲史研究的内涵。比较近年出版的相关研究成果，本书无论是文献选取的严谨性和翔实度，还是讨论问题的细致性和深入度，都是可圈可点的，不仅厘清了明清书坊和戏曲的关系，以及戏曲发展的脉络，还为研究明清戏曲提供了一种全新的路径，其开创性贡献颇得学界好评。正如著者在绪论中交代的，“如果说一部作品的产生，是作者、文本、读者三者紧密结合的结果，那么出版机构要完成一个刻本，就是刻家、作者、文本与受众之间四者相互影响的结果”。

本书开篇即明确了全书的切入点——书坊刻印出版，并顺此设计全书的逻辑框架、逐层展开论证。值得一提的是，著者从社会思潮、社会生产力、社会文化氛围以及创作主体的共性心理特征等方面去深入探讨明清戏曲刊刻兴起的原因，使读者能更为全面地了解明清戏曲刊刻兴盛背后的复杂合力。

厘清了戏曲刊刻兴起的原因后，作者重点阐释了明清戏曲书坊刊刻过程中至为关键的“物”“事”“人”。其中所谓的“物”是指刊刻的具体内容，也即选本和选本中的插图；所谓的“事”则指戏曲刊刻作为社会活动所附带的事项，诸如戏曲评点、戏曲改编和戏曲演出等；所谓的“人”则是指戏曲刊刻活动完成后的受众，也即读者群体。作为观照的重点，作者对“人”的论述给予了更多的篇幅，其中主要论及了读者群体的构成、读者主体的变化以及不同时期读者的特点等。作者还以“人”为基点，展开论述了读者与“事”和“物”之间的关联，即戏曲演出和戏曲文本之间的相互影响，以及读者对戏曲刊刻的影响。而这关联性的论述也契合了作者对连接戏曲创作主客体的出版文化出发来进行研究的独特视角，正如廖华教授在绪论中强调的，“一个戏曲刊本，不仅体现了作者的精神，而且包含了书坊主对于大众文化和通俗文学的思考”。书坊主及其书坊是连接受众最直接的群体，是研究这一时期诸如小说、戏曲等文化现象的不可或缺的重要环节。由此观之，全书紧紧围绕“书坊与明清戏曲”的关联，以全新的视角层层推进，一气呵成地解决了明清戏曲发展环节中的一系列关键问题，不能不说是我国古代戏曲研究史上的一大收获。

学术事业的推进、任何领域的研究开掘并不是一蹴而就的，本书也只能算是明清戏曲研究长河中的一项重要的阶段性成果，因而其不足或有待提升的地方也是显而易见的。乾嘉学派代表钱大昕在《潜研堂文集·答庄书》里曾言：“学问乃千秋事，讵能似过，非以毁誉前人，实以嘉惠后学。”以此衡量《明清书坊与戏曲研究》一书，洋洋30余万言，其独到的学术价值是难以用寥寥千余字说尽的，还有待诸位方家和感兴趣者仔细品读后自我领受了。

(作者单位系广西南宁师范大学新闻与传播学院)