

灵活运用教育心理学效应*

摘要：在家庭教育及学校教育中，父母和老师常常为了教育好孩子而煞费苦心，但是在教育过程中仍然避免不了会出现很多问题。其实父母和老师在教育孩子的过程中，关键是要把握孩子心理发展的规律，顺应孩子的心理成长轨迹。与此同时，如果父母和老师在教育孩子的过程中能灵活运用教育心理学效应，将能趋利避害，让教育变得事半功倍。本案例通过对罗森塔尔效应、超限效应、德西效应、南风效应、木桶效应、霍桑效应、增减效应、蝴蝶效应、贴标签效应和登门槛效应十个教育心理学效应进行分析，并得出一定的教育启示，从而更好地帮助父母和老师进行教育活动。

关键词：教育；教育心理学；教育心理学效应；

Flexible Use of Educational Psychology Effects

Abstract: In family education and school education, parents and teachers often take pains to educate their children, but there are still many problems in the process of education. In fact, in the process of educating the children of parents and teachers, the key is to grasp the law of the children's psychological development, and conform to the children's psychological growth trajectory. At the same time, if parents and teachers can flexibly use the effect of educational psychology in the process of educating their children, they will be able to avoid harm and make education get twice the result with half the effort. In this case, the Rosenthal effect, overrun effect, Daisy effect, south wind effect, bucket effect, butterfly effect, labeling effect and threshold effect, ten educational psychology effects, and get certain educational enlightenment, so as to better help parents and teachers in educational activities.

Key words: Education; Educational psychology; the effect of educational psychology;

背景信息

教育心理学是一种以研究学生个体和群体的行为，及学生个体及群体心理现象的发生、发展规律的科学。分为个体心理和社会心理现象，在教育心理学的研究中，主要是以构造主义、精神分析学为依托，在教育教学过程中，对师生之间在不同的教学情景中的心理现象进行研究，在教育教学情景的心理规律的研究环境下，主要的分类有普通心理学、积极心理学、个性

* **作者简介：**王志丹，男，江苏师范大学教育科学学院（教师教育学院）副教授，主要研究方向为儿童发展、自闭症儿童早期筛查与公共心理健康等领域。

编制说明：为尊重当事人，案例中所有的人物、学校、地区都用了化名或代号。

心理学等。教育心理学作为教育学和心理学延伸出来的一门学科，旨在研究在教育教学过程中教师和学生的心理活动状态及其发展变化，并以此为基础揭示学生在教育教学活动中对于知识、技能的接受程度与发展规律。教学心理学主要研究的是在教育的前提下，教师与学生的学习状态、教学状态以及教育干预的最终结果，它的主旨在于将心理学的有关理论尽可能应用于教育中，从而促进受教育者的身心健康发展，顺利实现教学效果，提高教育质量。教育心理学能够帮助教师了解在教育过程中学生的心理活动与发展规律，正确指导学生应该以什么样的方式进行学习才能获得真正意义上的发展，它对于合理设计教学课程、提高教学手段、激发学生学习的主动性和积极性等都有着非常重要的作用。

教育心理学在学生教育教学工作中具有重要意义。首先，教育心理学作为一门以研究心理活动为主的学科，其在学生教育教学工作中的应用，有助于更好地对学生进行心理辅导工作，及时、正确调整学生心理状态。其次，教育心理学在教育教学工作中的应用，能够增加师生之间的互动与交流，进而拉近彼此之间的关系，无论是对于青春叛逆期的学生、学习压力重的高中生而言，还是对于面临着激烈的就业竞争的大学生来讲，都有助于教师对其心理烦恼与压力进行有效的疏通排解，从而有助于帮助教师科学、合理地做好学生管理工作，切实提高学生管理的质量。再次，教育心理学有助于提高教育教学工作的目的性、计划性和预见性。加强教育心理学在学生教育教学工作中的应用与实践，有助于帮助教师更好地知道学生的内在心理需求，明白学生学习的心理动机与关注点，清楚学生学习的目的以及今后的发展方向，帮助学生将一切不健康的心理行为逐一进行化解，保持健康、积极、向上的心理状态，从而真正促进学生身心健康发展。

学前儿童作为成长中的个体，学前期是其身心成长的关键时期。在幼儿的成长和发育过程中，学前教育起到了至关重要的作用，在很大程度上影响了幼儿今后会发展成为一个什么样的人，学前教育不仅仅是幼儿个性发展阶段的开始，更是培养幼儿形成一个良好人格的重要措施。但是随着生活节奏的加快，对学前儿童的教育似乎面临着越来越多的问题。了解对教育心理学的相关效应能够帮助家长和老师灵活应对学前教育过程中出现的种种问题，与此同时也更好地保护了儿童的身心健康，帮助儿童身心和谐发展。

案例正文

一、罗森塔尔效应

美国著名的心理学家罗森塔尔曾做过这样一个试验：他把一群小白鼠随机地分成两组：A组和B组，并且告诉A组的饲养员说，这一组的老鼠非常聪明；同时又告诉B组的饲养员说他这一组的老鼠智力一般。几个月后，教授对这两组的老鼠进行穿越迷宫的测试，发现A组的老鼠竟然真的比B组的老鼠聪明，它们能够先走出迷宫并找到食物。于是罗森塔尔教授得到了启发，他想这种效应能不能也发生在人的身上呢？他来到了一所普通中学，在一个班里随便地走了一趟，然后就在学生名单上圈了几个名字，告诉他们的老师说，这几个学生智商很高，很聪明。过了一段时间，教授又来到这所中学，奇迹又发生了，那几个被他选出的学生现在真的成为了班上的佼佼者。为什么会出现这种现象呢？正是“暗示”这一神奇的魔力在发挥作用。

每个人在生活中都会接受这样或那样的心理暗示，这些暗示有的是积极的，有的是消极的。老师、妈妈都是孩子最信任和最依赖的人，同时也是施加心理暗示的人。如果是长期的消极和不良的心理暗示，就会使孩子的情绪受到影响，严重的甚至会影响其心理健康。相反，如果老师、家长对孩子寄予厚望、积极肯定，通过期待的眼神、赞许的笑容、激励的语言来滋润孩子的心田，使孩子更加自尊、自爱、自信、自强。

二、超限效应

美国著名作家马克·吐温有一次在教堂听牧师演讲。最初，他觉得牧师讲得很好，使人感动，准备捐款。过了10分钟，牧师还没有讲完，他有些不耐烦了，决定只捐一些零钱。又过了10分钟，牧师还没有讲完，于是他决定1分钱也不捐。等到牧师终于结束了冗长的演讲开始募捐时，马克·吐温由于气愤，不仅未捐钱，还从盘子里偷了2元钱。这种刺激过多、过强和作用时间过久而引起心理极不耐烦或反抗的心理现象，被称之为“超限效应”。

超限效应在家庭教育、学校教育中时常发生。如，当孩子犯错时，家长、老师会一次、两次、三次，甚至四次、五次重复对一件事作同样的批评，使孩子从内疚不安到不耐烦乃至反感讨厌。被“逼急”了，就会出现“我偏要这样”的反抗心理和行为。可见，老师、家长对孩子的批评不能超过限度，应对孩子“犯一次错，只批评一次”。如果非要再次批评，那也不应简单地重复，要换个角度、换种说法。这样，孩子才不会觉得同样的错误被“揪住不放”，厌烦心理、逆反心理也会随之减低。

三、德西效应

心理学家德西曾讲述了这样一个寓言：有一群孩子在一位老人家门前嬉闹，叫声连天。几天过去，老人难以忍受。于是，他出来给了每个孩子10美分，对他们说：“你们让这儿变得很热闹，我觉得自己年轻了不少，这点钱表示谢意。”孩子们很高兴，第二天仍然来了，一如既往地嬉闹。老人再出来，给了每个孩子5美分。5美分也还可以吧，孩子仍然兴高采烈地走了。第三天，老人只给了每个孩子2美分，孩子们勃然大怒，“一天才2美分，知不知道我们多辛苦！”他们向老人发誓，他们再也不会为他玩了！在这个寓言中，老人的方法很简单，他将孩子们的内部动机“为自己快乐而玩”变成了外部动机“为得到美分而玩”，而他操纵着美分这个外部因素，所以也操纵了孩子们的行为。

德西效应在生活中时有显现。比如，父母经常会对孩子说：“如果你这次得到五颗红星，就奖励你吃两根棒棒糖”、“要是你能认真地完成任务，就奖励你一个新玩具”等等。家长们也许没有想到，正是这种不当的奖励机制，将孩子的学习兴趣一点点地消减了。在学习方面，家长应引导孩子树立远大的理想，增进孩子对学习的情感和兴趣，增加孩子对学习本身的动机，帮助孩子收获学习的乐趣。家长的奖励可以是对学习有帮助的一些东西，如书本、学习器具，而一些与学习无关的奖励，则最好不要。

四、南风效应

“南风”效应也称“温暖”效应，源于法国作家拉·封丹写过的一则寓言：北风和南风比

威力，看谁能把行人身上的大衣脱掉。北风首先来一个冷风凛凛、寒冷刺骨，结果行人为了抵御北风的侵袭，便把大衣裹得紧紧的。南风则徐徐吹动，顿时风和日丽，行人觉得春暖上身，始而解开纽扣，继而脱掉大衣，南风获得了胜利。故事中南风之所以能达到目的，就是因为它顺应了人的内在需要。这种因启发自我反省、满足自我需要而产生的心理反应，就是“南风效应”。

由此我们可以知道，家庭教育中采用“棍棒”、“恐吓”之类“北风”式教育方法是不可取的。实行温情教育，多点“人情味”式的表扬，培养孩子自觉向上，才能达到事半功倍的效果。

五、木桶效应

“木桶”效应的意思是：一只沿口不齐的木桶，它盛水的多少，不在于木桶上那块最长的木板，而在于木桶上最短的木板。

一个孩子学习的学科综合成绩好比一个大木桶，每一门学科成绩都是组成这个大木桶的不可缺少的一块木板。孩子良好学习成绩的稳定形成不能靠某几门学科成绩的突出，而是应该取决于它的整体状况，特别取决于它的某些薄弱环节。因此当发现孩子的某些科目存在不足时，就应及时提醒孩子，让其在这门学科上多花费一些时间，做到“取长补短”。

六、霍桑效应

美国芝加哥郊外的霍桑工厂是一个制造电话交换机的工厂，有较完善的娱乐设施、医疗制度和养老金制度等，但工人们仍然愤愤不平，生产状况很不理想。后来，心理学专家专门对其进行了一项试验，即用两年时间，专家找工人个别谈话两万余人次，规定在谈话过程中，要耐心倾听工人对厂方的各种意见和不满。这一谈话试验收到了意想不到的结果：霍桑工厂的产值大幅度提高。

孩子在学习、成长的过程中难免有困惑或者不满，但又不能充分地表达出来。作为母亲，要尽量挤出时间与孩子谈心，并且在谈的过程中，要耐心地引导孩子尽情地说，说出自己生活、学习中的困惑，说出自己对家长、学校、老师、同学等的不满。孩子在“说”过之后，会有一种发泄式的满足，他们会感到轻松、舒畅。如此，他们在学习中就会更加努力，生活中就会更加自信！

七、增减效应

人际交往中的“增减效应”是指：任何人都希望对方对自己的喜欢能“不断增加”而不是“不断减少”。比如，许多销售员就是抓住了人们的这种心理，在称货给顾客时总是先抓一小堆放在称盘里再一点点地添入，而不是先抓一大堆放在称盘里再一点点地拿出。

我们在评价孩子的时候难免将他的缺点和优点都要诉说一番，并常常采用“先褒后贬”的方法。其实，这是一种很不理想的评价方法。在评价孩子的时候，我们不妨运用“增减效应”，比如先说孩子一些无伤尊严的小毛病，然后再恰如其分地给予赞扬……

八、蝴蝶效应

据研究，南半球一只蝴蝶偶尔扇动翅膀所带起来的微弱气流，由于其他各种因素的掺和，几星期后，竟会变成席卷美国德克萨斯州的一场龙卷风！紊乱学家把这种现象称为“蝴蝶效

应”，并作出了理论表述:一个极微小的起因，经过一定的时间及其他因素的参与作用，可以发展成极为巨大和复杂的影响力。

“蝴蝶效应”告诉我们，教育孩子无小事。一句话的表述、一件事的处理，正确和恰当的，可能影响孩子一生;错误和武断的，则可能贻误孩子一生。

九、贴标签效应

在第二次世界大战期间，美国由于兵力不足，而战争又的确需要一批军人。于是，美国就决定组织关在监狱里的犯人上前线战斗。为此，美国特派了几个心理学专家对犯人进行战前的训练和动员，并随他们一起到前线作战。训练期间心理学专家们对他们并不过多地进行说教，而特别强调犯人们每周给自己最亲的人写一封信。信的内容由心理学家统一拟定，叙述的是犯人在狱中的表现是如何地好、如何改过自新等。专家们要求犯人们认真抄写后寄给自己最亲爱的人。三个月后，犯人们开赴前线，专家们要犯人给亲人的信中写自己是如何地服从指挥、如何地勇敢等。结果，这批犯人在战场上的表现比起正规军来毫不逊色，他们在战斗中正如他们信中所说的那样服从指挥、那样勇敢拼搏。后来，心理学家就把这一现象称为“贴标签效应”，心理学上也叫暗示效应。

这一心理规律在教育中有着极其重要的作用。例如，如果我们老是对着孩子吼“笨蛋”、“猪头”、“怎么这么笨”、“连这么简单的题目都不会做”等，时间长了，孩子可能就会真的成为了我们所说的“笨蛋”。

十、登门槛效应

日常生活中常有这样一种现象:在你请求别人帮助时，如果一开始就提出较高的要求，很容易遭到拒绝;而如果你先提出较小要求，别人同意后再增加要求的分量，则更容易达到目标，这种现象被心理学家称为“登门槛效应”。

在教育中，我们也可以运用“登门槛效应”。例如，先对孩子提出较低的要求，待他们按照要求做了，予以肯定、表扬乃至奖励，然后逐渐提高要求，从而使孩子乐于无休止地积极奋发向上。

案例思考题

1. 谈一谈让你印象最深的一个教育心理学效应。
2. 除了这十个教育心理学效应，你还知道哪些教育心理学效应?
3. 哪些教育场景能够应用到这些教育心理学效应?
4. 你认为教育心理学效应对学前教育有何影响?
5. 你觉得在应用教育心理学效应指导学前教育时应该注意什么?

案例使用说明

1. 适用范围

适用对象：教育学专业研究生或本科生

适用课程：儿童发展心理学、教育心理学

2. 教学目的

①在知识层面，了解教育心理学对学前教育的重要性，理解并掌握相关的教育心理学效应，知晓不同效应的应用场景及使用注意事项。

②在情感层面，秉持热爱儿童的理念，注重将儿童心理学知识渗透到其它领域，彼此之间相互渗透，共同促进幼儿身心和谐发展，为幼儿健康成长奠基。

③在应用层面，利用实践机会，灵活应用所熟知的教育心理学效应，尝试将理论方法用于学前儿童心理研究当中。

3. 关键点

相关理论：

教育心理学、罗森塔尔效应、超限效应、德西效应、南风效应、木桶效应、霍桑效应、增减效应、蝴蝶效应、贴标签效应和登门槛效应。

关键知识点：

儿童发展心理学的研究的内容：儿童心理发展的普遍模式（规律）、儿童心理发展的原因和机制、不同环境对儿童发展的影响等。

关键能力点：

了解教育心理学对学前教育的重要性，理解并掌握相关的教育心理学效应，知晓不同效应的应用场景及使用注意事项。利用实践机会，灵活应用所熟知的教育心理学效应，尝试将理论方法用于学前儿童心理研究当中。秉持科学正确的教育观和儿童观，帮助儿童获得身心全面和谐的发展。

案例分析思路：

首先，呈现相关教育心理学效应，引导学生自主阅读并分析，分组讨论并交流初次阅读所得。然后，组织同学针对每一个教育心理学效应进行分析，分别探讨其内容、含义、启示、应用场景及注意事项。最后，进行课堂上的头脑风暴，尽可能多地列举生活中能够应用相关效应的教育场景，并在课后积累更多教育心理学效应。

4. 教学建议

时间安排：大学标准课 3 节，120 分钟。

环节安排：（1）分组讨论。用 30 分钟时间，围绕思考题进行组内讨论；（2）组间交流。用 50 分钟时间，每组派一名代表逐一交流对每道思考题的看法，每道题约 10 分钟；（3）生成问题讨论。用 15 分钟时间，全班共同参与讨论学员阅读或小组讨论过程中生成的问题。

（4）教师点评。用 15 分钟时间，对讨论进行概括与进一步引导，明确共识与分歧点。（5）政策风暴。用 10 分钟时间，全班进行头脑风暴，思考当前大队辅导员队伍建设实践的完善要点以及对个人工作的启示。

适合范围：20 人以下的班级教学。

教学方法：小组与班级讨论为主，教师点评为辅。

组织引导：教师布置任务清晰，预习要求明确。

为学习者提供参考资料的清单。

活动设计建议：

提前两周布置阅读任务。包括案例文本、政策文件和理论文献。

组织学生在适合分组讨论的教室上课，每个小组提供一张小组讨论记录表，包括主讲人及小组成员的发言记录和综合的观点。指定一位学生做好录音工作。教师准备好点评的资料和提纲。

课后根据各小组的汇报情况及时分析案例教学的得失，以便为今后的案例教学做进一步的改进与完善。

5. 推荐阅读

[1]刘儒德. 教育中的心理效应[M]. 上海：华东师范大学出版社，2013.