

书海航行速

(学习心理篇)

天津市精神卫生中心 张嫦



活动目的

- ❖ **1.**了解在阅读中的注意策略，体验与感悟应用适当的注意策略对阅读效率的影响，调整学习策略，提高阅读及自学效率。
- ❖ **2.**反思自己的学习，提高学生的阅读过程的注意进行自我检查、自我评价和自我调控的能力，做到有序、高效地阅读。



活动准备

- ❖ **1.**了解高一学生在阅读、自学中常用学习方法，增强辅导效果。
- ❖ **2.**选取鲁迅先生的《拿来主义》一文，按照体验活动的要求打印好。
- ❖ **3.**打印自我评估思考题。



活动过程

活动一：Seven Up

- ❖ 指导语**1**：**1.**全班同学分成甲、乙、丙三大组。
- ❖ **2.**使用横排**S**型轮流的方式，从**1**开始连续报数，每一位轮到的同学，坐着说出自己轮到的数字，但在轮到数目字包含**7**（**7.17.27.....**）或是数目字为**7**的倍数时（**7.14.21.28.....**），该位同学必须站起来拍手，且不能说出此数目字。
- ❖ **3.**分组比赛，错误少、效率高的为优胜组。
- ❖ 指导语**2**：各组同学都很投入，不仅专注于小组的活动，而且还积极为其他组做督导，现在请大家一起来分享这个小游戏带给我们的感悟。





提示：

1. 做活动可以提高注意力；
2. 有效地监控可以提高游戏效率；
3. 注意是学习与记忆产生的前提；
4. 有效地注意是自学中的必要策略



活动二：读书得间

- ❖ 指导语**3**：你是一名高中生了，九年的学习生活，你拥有了丰富的读书经验，但不知道你们是不是通晓读书的一些窍门，今天让我们一起来体会“读书得间”的内涵。
- ❖ 指导语**4**：为了使大家体会的更深刻些，课前我为大家选取了鲁迅先生的“拿来主义”一文，文章短小精悍，只有千字之余，现在我们就开始行动。
- ❖ **1.**给甲、乙、丙三组同学分发甲、乙、丙三个不同印制格式的文档——鲁迅先生的“拿来主义”一文。
- ❖ **2.**请同学们反复诵读，直至熟练。



- ❖ **3.**请同学们在文档上做好标记，收回文档。
- ❖ **4.**分发思考问题，学生进行阅读的及时自我评估。
- ❖ **5.**采用举手的方式，请学生报告自己的评估，即：回答最好的题目，回答得不理想的题目。分别统计甲、乙、丙三组同学对四个自评问题的回答情况，并标示在黑板上。
- ❖ **6.**观察各组自评结果，思考为什么会出现这样的结果？
- ❖ **指导语5：**刚才我们只是简单地模仿了一下心理学家的实验，让大家尝试、体验了这一实验的过程，下面请看心理学家的研究。



❖ 心理学家研究注意策略的方法是在阅读材料中附加一些问题，通过这些问题激发学习者的注意，并观察对学习的影响。

问题位置对学习效果的影响

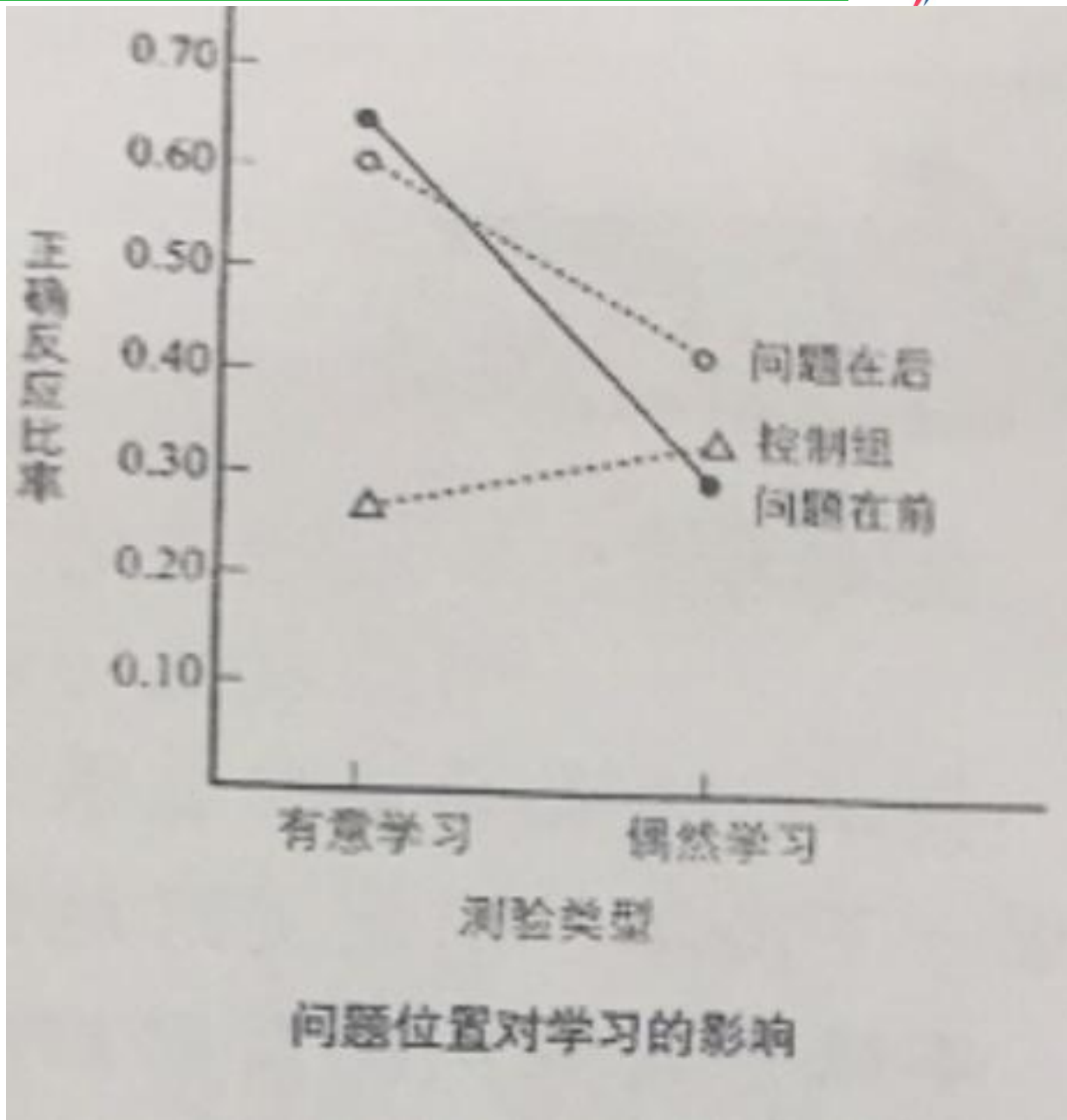
❖ 从两个方面进行研究 {

问题类型对学习效果的影响



- ❖ **1. 问题的位置对学习效果的影响**
- ❖ 所谓问题的位置是指问题出现在阅读之前，还是出现在阅读之后。
- ❖ 研究人员以中学生作为被试，并将被试分为三组：
 - ❖ 甲组：阅读前看到问题，即问题在前组；
 - ❖ 乙组：阅读后看到问题，即问题在后组；
 - ❖ 丙组：无问题组，即单纯阅读组。
- ❖ 阅读后进行两组测验：
 - ❖ ①测验提问过的材料，所测结果代表有意学习；
 - ❖ 测验未题问的材料，所测结果代表偶然学习。



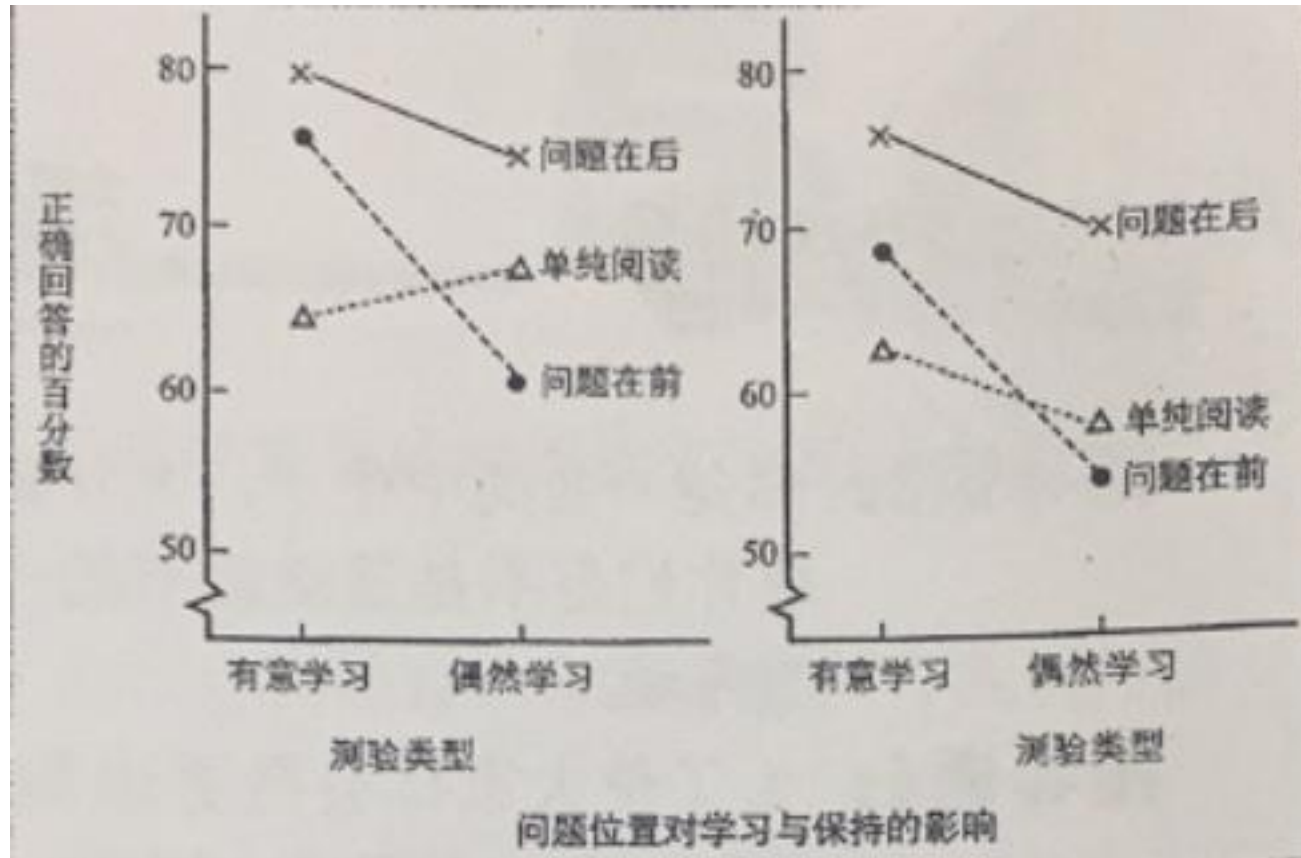


- ❖ 结论：有问题的两组，无论问题位置在何处都比单纯阅读在有意学习方面的成绩好；但在偶然学习方面，问题在后组的成绩好。
- ❖ 后来有一位学者做了更仔细的研究。他选择了一段**2500**个词汇的课文让学生阅读，课文分为十个小节，每小节均涉计**2**个选择题，问题或至于每节之前，或至于每节之后。阅读后进行有**40**个题目的测验，其中**20**个题目是提问过的内容，另外**20**个题目是未提问过的内容。测验进行两次。
- ❖ 即时测验：学完之后立即测验；
- ❖ 延时测验：学完一周后复测。



❖ 结论：有问题的两组的有意学习成绩，无论是即使成绩或延后保持成绩均优于单词阅读组的成绩。但在偶然学习方面，问题在后组的成绩显著高于问题在前组的成绩。这表明阅读之前的问题使被试的注意局限于与问题有关的内容上。





❖ 2.问题的类型对学习效果的影响

- ❖ 有关问题类型的研究，也得到相类似的结果。若问题涉及材料的基本结构，学习者注意材料的主要内容；若问题涉及材料的细节，则被试注意材料中的细节。



活动三： 我说你做

- ❖ 指导语**6**： 请注意听， 听时尽量集中注意力
- ❖ 当你上来时， 电梯操纵员把门关上了， 这个电梯里除了一个操纵员， 一个助手和你以外还有**12**个人。 这时你要特别注意上下电梯的人数。 即：**2**人下， **3**人上； **3**人下， **4**人上； **8**人下， **6**人上； **4**人下， **3**人上； **6**人下， **12**人上， **7**人下， **4**人上。
- ❖ 问题： 电梯停了几次？
- ❖ 指导语**7**： 如果提问电梯上还有多少人， 肯定会正确回答， 结果却被提到了一个无关问题， 说明问题在先的有意学习效果好， 而偶然学习效果不明显。



活动四：心有灵犀

- ❖ **指导语8**：经过刚才的“读书得间”活动以及“我说你做”小练习，现在每位同学用一句话表达与记录你对阅读与自学中注意策略的反思，大家共同分享一下。
- ❖ **提示**：总结要点：在共同分享今天学习成果的快乐中，本课也即将结束，让我们共同来整理一下思路，以便更好地保持。
- ❖ 本课带给我们的**重要启示**（屏幕显示或写在黑板、白纸上均可）。
- ❖ **1.带着问题学习**。无论问题在先在后，有问题均比无问题的注意效率高。那就带着问题学习吧！



- ❖ 需要更全面地了解阅读材料时，或在不知要被提问什么问题时，最好先阅读，后看到问题，避免过早选择，局限注意。这样更有利于自我监控自学效果。
- ❖ **2.**设计问题学习是一种注意策略。设计问题，自己提问，自己回答，这是阅读时自我控制的有效学习策略。
- ❖ **3.**此外，用不同颜色的笔画线或标着重号；写摘录、摘要和列标题、小标题；做笔记等也是重要的注意策略。



第三单元 学习心理篇

○ “书海航行速”活动记录卡 ○

班级：_____ 班级：_____ 小组（甲组）：_____

阅读提示：

1. 作者是在哪一段提出“拿来主义”这一主张的？
2. 课文前半部分主要批判什么？



- ❖ 中国一向是所谓“闭关主义”，自己不去，别人也不许来。自从给枪炮打破了大门之后，又碰了一串钉子，到现在，成了什么都是“送去主义”了。别的且不说罢，单是学艺上的东西，近来就先送一批古董到巴黎去展览，但终“不知后事如何”；还有几位“大师”们捧着几张古画和新画，在欧洲各国一路的挂过去，叫做“发扬国光”。听说还不远还要送梅兰芳博士到苏联去，以催进“象征主义”，此后是顺便到欧洲传道。我在这里不想讨论梅博士演艺和象征主义的关系，总之，活人替代的古董，我敢说，也可以算得显出一点进步了。
- ❖ 但我们没有人根据了“礼尚往来”的礼节，说道：拿来！



- ❖ 当然，能够只是送出去，也不算坏事情，一者见得丰富，二者见得大肚。尼采就自诩过他是太阳，光热无穷，只是给与，不想取得。然而尼采究竟不是太阳，他发了疯。中国也不是，虽然有人说，崛起地下的煤来，就足够全世界几百年之用。但是，几百年之后呢？几百年之后，我们当然是化为的魂灵，或上天堂，或落了地狱，但我们的子孙是在的，所以还应该给他们留下一点礼品。要不然，则当佳节大典之际，他们拿不出东西来，只好磕头贺喜，讨一点残羹冷炙做奖赏。
- ❖ 这种奖赏，不要误解为“抛来”的东西，就是“抛给”的，说得冠冕些，可以称之为“送来”，我在这里不想举出实例。



- ❖ 我在这里也并不想对于“送去”再说什么，否则太不“摩登”了。我只想鼓吹我们再吝啬一点，“送去”之外，还得“拿来”，是为“拿来主义”。
- ❖ 但我们被“送来”的东西吓怕了。先有英国的鸦片，德国的废枪炮，后来法国的香粉，美国的电影，日本的印着“完全国货”的各种小东西。于是连清醒的青年们，也对于洋货发生的恐怖。其实，这正是因为那是“送来”的，而不是“拿来”的缘故。
- ❖ 所以我们要运用脑髓，放出眼光，自己来拿！



❖譬如罢，我们之中的一个穷青年，因为祖上的阴功，（姑且让我们这么说说罢），得了一所大宅子，且不说他是骗来的，抢来的，或合法继承人的，或是做了女婿换来的。那么，怎么办呢？我想，首先不管三七二十一，“拿来”！但是，如果反对这宅子的旧主人，怕给他的东西污染了，徘徊不敢走进门，是孱头；勃然大怒，房一把火烧光，算是保存自己的清白，则是昏蛋。不过因为原是羡慕这宅子的旧主人的，而这回接受一切，欣欣然的蹩进卧室，大吸剩下的鸦片，那当然更是废物。“拿来主义”者是全不这样的。



❖ 他占有，挑选。看见鱼翅，并不就抛在路上以显示“平民化”，只要有养料，也和朋友们像萝卜白菜一样的吃掉，只不用它来宴大宾；看见鸦片，也不当中摔在茅厕里，以见其彻底革命，只送到药房里去，以供治病之用，却不弄“出售存膏，售完即止”的玄虚。只有烟枪和烟灯，虽然形式和印度，波斯，阿拉伯的烟具都不同，却可以算是一种国粹，倘使背着周游世界，一定会有人看，但我想，除了送一点进博物馆之外，其余的是大可以毁掉的了。还有一群姨太太，也大可以请她们各自走散为是，要不然，“拿来主义”怕未免有些危机。



❖ 总之，我们要拿来。我们要或使用，或存放，或毁灭。那么，主人是新主人，宅子也就会成为新宅子。然而首先要这人沉着，勇猛，有辨别，不自私。没有拿来的，人不能自成为新人，没有拿来的，文艺不能自称为新文艺。

❖ 六月四日

❖ 一句话感悟：



第三单元 学习心理篇

○ “书海航行速”活动记录卡 ○

班级：_____ 班级：_____ 小组（乙组）：_____

中国一向是所谓“闭关主义”，自己不去，别人也不许来。自从给枪炮打破了大门之后，又碰了一串钉子，到现在，成了什么都是“送去主义”了。别的且不说罢，单是学艺上的东西，近来就先送一批古董到巴黎去展览，但终“不知后事如何”；还有几位“大师”们捧着几张古画和新画，在欧洲各国一路的挂过去，叫做“发扬国光”。听说不远还要送梅兰芳博士到苏联去，以催进“象征主义”，此后是顺便到欧洲传道。我在这里不想讨论梅博士演艺和象征主义的关系，总之，活人替代的古董，我敢说，也可以算得显出一点进步了。

但我们没有人根据了“礼尚往来”的礼节，说道：拿来！



- ❖ 当然，能够只是送出去，也不算坏事情，一者见得丰富，二者见得大肚。尼采就自诩过他是太阳，光热无穷，只是给与，不想取得。然而尼采究竟不是太阳，他发了疯。中国也不是，虽然有人说，崛起地下的煤来，就足够全世界几百年之用。但是，几百年之后呢？几百年之后，我们当然是化为的魂灵，或上天堂，或落了地狱，但我们的子孙是在的，所以还应该给他们留下一点礼品。要不然，则当佳节大典之际，他们拿不出东西来，只好磕头贺喜，讨一点残羹冷炙做奖赏。
- ❖ 这种奖赏，不要误解为“抛来”的东西，就是“抛给”的，说得冠冕些，可以称之为“送来”，我在这里不想举出实例。



- ❖ 我在这里也并不想对于“送去”再说什么，否则太不“摩登”了。我只想鼓吹我们再吝啬一点，“送去”之外，还得“拿来”，是为“拿来主义”。
- ❖ 但我们被“送来”的东西吓怕了。先有英国的鸦片，德国的废枪炮，后来法国的香粉，美国的电影，日本的印着“完全国货”的各种小东西。于是连清醒的青年们，也对于洋货发生的恐怖。其实，这正是因为那是“送来”的，而不是“拿来”的缘故。
- ❖ 所以我们要运用脑髓，放出眼光，自己来拿！



❖譬如罢，我们之中的一个穷青年，因为祖上的阴功，（姑且让我们这么说说罢），得了一所大宅子，且不说他是骗来的，抢来的，或合法继承人的，或是做了女婿换来的。那么，怎么办呢？我想，首先不管三七二十一，“拿来”！但是，如果反对这宅子的旧主人，怕给他的东西污染了，徘徊不敢走进门，是孱头；勃然大怒，房一把火烧光，算是保存自己的清白，则是昏蛋。不过因为原是羡慕这宅子的旧主人的，而这回接受一切，欣欣然的蹩进卧室，大吸剩下的鸦片，那当然更是废物。“拿来主义”者是全不这样的。



❖ 他占有，挑选。看见鱼翅，并不就抛在路上以显示“平民化”，只要有养料，也和朋友们像萝卜白菜一样的吃掉，只不用它来宴大宾；看见鸦片，也不当中摔在茅厕里，以见其彻底革命，只送到药房里去，以供治病之用，却不弄“出售存膏，售完即止”的玄虚。只有烟枪和烟灯，虽然形式和印度，波斯，阿拉伯的烟具都不同，却可以算是一种国粹，倘使背着周游世界，一定会有人看，但我想，除了送一点进博物馆之外，其余的是大可以毁掉的了。还有一群姨太太，也大可以请她们各自走散为是，要不然，“拿来主义”怕未免有些危机。



❖ 总之，我们要拿来。我们要或使用，或存放，或毁灭。那么，主人是新主人，宅子也就会成为新宅子。然而首先要这人沉着，勇猛，有辨别，不自私。没有拿来的，人不能自成为新人，没有拿来的，文艺不能自称为新文艺。

❖ 六月四日

❖ 阅读思考：

❖ **1.**作者是在哪一段提出“拿来主义”这一主张的？

❖ **2.**课文前半部分主要批判什么？

❖ 一句话感悟：



第三单元 学习心理篇

○ “书海航行速”活动记录卡 ○

班级：_____ 班级：_____ 小组（丙组）：_____

中国一向是所谓“闭关主义”，自己不去，别人也不许来。自从给枪炮打破了大门之后，又碰了一串钉子，到现在，成了什么都是“送去主义”了。别的且不说罢，单是学艺上的东西，近来就先送一批古董到巴黎去展览，但终“不知后事如何”；还有几位“大师”们捧着几张古画和新画，在欧洲各国一路的挂过去，叫做“发扬国光”。听说 不远还要送梅兰芳博士到苏联去，以催进“象征主义”，此后是顺便到欧洲传道。我在这里不想讨论梅博士演艺和象征主义的关系，总之，活人替代的古董，我敢说，也可以算得显出一点进步了。



- ❖ 但我们没有人根据了“礼尚往来”的礼节，说道：拿来！
- ❖ 当然，能够只是送出去，也不算坏事情，一者见得丰富，二者见得大肚。尼采就自诩过他是太阳，光热无穷，只是给与，不想取得。然而尼采究竟不是太阳，他发了疯。中国也不是，虽然有人说，崛起地下的煤来，就足够全世界几百年之用。但是，几百年之后呢？几百年之后，我们当然是化为的魂灵，或上天堂，或落了地狱，但我们的子孙是在的，所以还应该给他们留下一点礼品。要不然，则当佳节大典之际，他们拿不出东西来，只好磕头贺喜，讨一点残羹冷炙做奖赏。





- ❖ 这种奖赏，不要误解为“抛来”的东西，就是“抛给”的，说得冠冕些，可以称之为“送来”，我在这里不想举出实例。
- ❖ 我在这里也并不想对于“送去”再说什么，否则太不“摩登”了。我只想鼓吹我们再吝啬一点，“送去”之外，还得“拿来”，是为“拿来主义”。
- ❖ 但我们被“送来”的东西吓怕了。先有英国的鸦片，德国的废枪炮，后来法国的香粉，美国的电影，日本的印着“完全国货”的各种小东西。于是连清醒的青年们，也对于洋货发生的恐怖。其实，这正是因为那是“送来”的，而不是“拿来”的缘故。
- ❖ 所以我们要运用脑髓，放出眼光，自己来拿！



❖ 譬如罢，我们之中的一个穷青年，因为祖上的阴功，（姑且让我们这么说说罢），得了一所大宅子，且不说他是骗来的，抢来的，或合法继承人的，或是做了女婿换来的。那么，怎么办呢？我想，首先不管三七二十一，“拿来”！但是，如果反对这宅子的旧主人，怕给他的东西污染了，徘徊不敢走进门，是孱头；勃然大怒，房一把火烧光，算是保存自己的清白，则是昏蛋。不过因为原是羡慕这宅子的旧主人的，而这回接受一切，欣欣然的蹩进卧室，大吸剩下的鸦片，那当然更是废物。“拿来主义”者是全不这样的。



❖ 他占有，挑选。看见鱼翅，并不就抛在路上以显示“平民化”，只要有养料，也和朋友们像萝卜白菜一样的吃掉，只不用它来宴大宾；看见鸦片，也不当中摔在茅厕里，以见其彻底革命，只送到药房里去，以供治病之用，却不弄“出售存膏，售完即止”的玄虚。只有烟枪和烟灯，虽然形式和印度，波斯，阿拉伯的烟具都不同，却可以算是一种国粹，倘使背着周游世界，一定会有人看，但我想，除了送一点进博物馆之外，其余的是大可以毁掉的了。还有一群姨太太，也大可以请她们各自走散为是，要不然，“拿来主义”怕未免有些危机。



❖ 总之，我们要拿来。我们要或使用，或存放，或毁灭。那么，主人是新主人，宅子也就会成为新宅子。然而首先要这人沉着，勇猛，有辨别，不自私。没有拿来的，人不能自成为新人，没有拿来的，文艺不能自称为新文艺。

❖ 六月四日

❖ 一句话感悟：



第三单元 学习心理篇

○ “书海航行速”活动记录卡 ○ ——思考问题 自我评价

1.作者是在哪一段提出“拿来主义”这一主张的？

2.课文前半部分主要批判什么？

3.作者在哪一段提出“要运用脑髓，放出眼光，自己来拿”的观点？

4.作者是从哪些方面对“送去主义”进行批判的？



活动素材库

1. 本课设计理念

- ❖ 进入高中阶段，学习任务加重，学习难度加大，由于各学科课时有限，因而对学生的自学能力要求相对提高。自学效果取决于学生阅读效率，刚刚进入高中的学生，往往还不适应自学，特别是在自学、阅读中不能采用有效的方法监控自己的注意力，这样是阅读效率大打折扣。
- ❖ 本节辅导课主要针对高中起始年级学生在自学中存在的效率不高的问题，通过团体辅导帮助学生采用有效的注意策略，监控自己的注意力，提高阅读、自学效果。



2. 相关心理学常识:

❖ (1) 学习策略与认知策略

❖ 加涅在论述认识策略的同时，也提到它与学习策略的关系。他说：“学生在学习过程中，学会如何学习，如何记忆，如何进行导致更多学习的反省性和分析思维。显然个体不断学会成为能自我教学的人，或者甚至成为所谓的独立学习者。其原因是他们逐渐获得了调节自己内部过程的有效策略。”从加涅的上述论述来看，认知策略与学习策略具有因果关系。认知策略的改进是学习策略改进的原因。



❖ 从某种意义上，学习策略比认知策略所包含的范围更广。例如梅耶把学习策略定义为：“在学习过程中用以提高学习效率的任何活动。”这样，学习策略就不限于加涅所说的执行控制过程，也涉及信息加工过程本身。梅耶把记忆术，建立新旧知识联系，建立新知识内部联系，做笔记，在书上评注、画线等促进学习的一切活动都称作学习策略。

（2）关于认知策略与学习策略的研究及其教学意义



- ❖ 自从**20世纪60**年代中期开始，有关认知策略与学习策略的研究发展很快，已经积累了可观的资料。下面介绍有关注意中的策略研究，并指出其对教学的意义。
- ❖ 学生的注意是学习与记忆产生的前提。心理学家研究注意策略的一种重要方法是在阅读材料中附加一些问题，通过这些问题来激发学生的注意策略并观察其对学习的影响。研究主要集中在两个方面。一是问题位置对学习效果的影响。所谓问题的位置，指问题出现在阅读之前，或者出现在阅读之后。研究者们假定：问题在阅读之前，将影响学生的选择性知觉，是一种顺向影响。问题在阅读之后，将影响学生对已阅读过的材料的注意量，更多地重复阅读问题中提到的信息，是一种逆向影响。集中研究的第二个方面是问题的类型，不同类型的问题将影响学习者采用不同的加工策略。



- ❖ 例如，罗斯科夫研究的问题位置的效果。他以中学生作为被试。被试分为三组：甲组，阅读前看到问题（问题在前组）；乙组，阅读后看到问题（问题在后组）；丙组，无问题（单纯阅读组）。阅读之后进行两组测验。一种测验测量未提问的材料，所测得的结果代表偶然学习，另一种测验测量提问过的材料，所测结果代表有意学习。结果表明，有问题的两组比单纯阅读组在有意学习方面的成绩好。但在偶然学习方面，问题在后组的成绩好。
- ❖ 后来，柏克（**J.boker**）做了更仔细的研究。他选用一段有关历史地理的课文让学生阅读。课文共有**2500**个词，被分成十个小节。对每个小节设计了**2**个选择题（要求回答具体事实），问题或置于每节之前，或置于每节之后。阅读后进行有**40**个题目的测验。



❖ 结论：有问题的两组，无论问题位置在何处都比单纯阅读组在有意学习方面的成绩好；但在偶然学习方面，问题在后组的成绩好。这**40**个项目中有**20**个项目包括提问过的内容，其余**20**个项目为未提问过的内容。测验进行两次：在学完之后立即测验（即时测验）和一周后复测（延时测验）。学生根据自己的速度阅读，但不能回过去看前面一节，而且在问题出示并给予打回答后，不准再看课文。柏克测量的结果同罗斯科夫的实验结果类似：有问题的两组的有意学习成绩，不论是即时成绩或是延后保持成绩均优于单纯阅读组的成绩。但在偶然学习方面，问题在后组的成绩显著高于问题在前组的成绩。这表明阅读之前的问题使被试的注意局限于与问题有关的内容。



- ❖ 有关问题类别的研究，也得到相似的结果。若问题涉及材料的基本结构，学习者注意材料的主要内容；若问题涉及材料的细节，则被试注意材料中的细节。
- ❖ 这类研究对教学是有启发的。研究表明，教师可以采用外部手段来控制学生的注意并激发学生采用适当的注意策略，促进学习与保持。设计问题，不仅可以作为一种教学方法，也可以作为一种学习策略教给学生，让他们学会自己提问，自己回答，从外部控制转化成自我控制。

3. 补充资料：有助于感悟阅读中注意策略的小故事

。



❖ 梁启超是我国近代史上一位大学问家，他曾经告诫他的学生，如果想要学会读书，就要读到能将平面的字句浮凸出来为止。“书平面的字句怎么浮起来呢？”他的一个学生听了以后很纳闷。许多年过去了，这位学生在广博地读了许多书以后，才弄明白，这其实是一个注意力的控制问题。所谓要读到字句浮凸起来，指的就是在读那些不重要的字句时，浏览一下就可以放过去了，而对那些重要的，关键的字句，则要给予充分的重视，甚至做到在读某一篇文章时，能一下子注意到那些最重要，最关键的字句，好像这些字句浮凸在书面上似的。

