



高考成功规律的探讨

——论心理素质在高考中的作用

王极盛

什么事情都有规律，高考也有规律，把握高考规律，不仅有助于考生高考成功，也助于推动高考改革与推行素质教育。

一、 高考考什么

高考侧重考核素质，高考考核考生的思想道德素质，科学文化素质，身体素质与心理素质。

二、 高考成功≈实力+心态

考生掌握与运用知识的水平是高考成功的基础，是高考成功的硬件，考生的心态状况是高考成功的软件，起调节作用，它既可使考生超常发挥也可使考生正常发挥或发挥失常。考生的学习实力与心态在高考成功中同等重要，缺一不可，越是临近高考，心态的调节越重要，越关键。

三、 调节好心态是高考成功的一半

我对 20 个影响高考成功因素在高考中的作用大小的研究表明，考生考试中的心态在高考成功中是第一位，考生考前的心态在高考成功中占第二位，考生的学习方法在高考成功中占第三位，考生的基础在高考中占第四位。

我对高考考生大量的调查研究与实证研究表明调节好心态是高考成功的一半。

四、 心理素质在高考成功中的作用

心理素质包括很多内容，以我提出的心商论可把心理素质分有四个系统。

1. 心理实现系统主要包括观察力、记忆力、思维力、想象力、实践能力以及智力策略、智力技巧等。高考侧重考核素质，侧重考核能力。心理实现系统是高考成功的最直接，最基础的心理因素。通过心理的实现系统来认识试卷的内容，把握试卷的要求，掌握试卷的解决问题的目标，从而通过思维力、记忆力等具体能力来解决问题，一般说来，能力越高，分数越高。
2. 心理的动力系统主要包括理想、信念、信心、情感、动机、需要、意志、兴趣、个性等是高考成功的心理力量的源泉，它维持、指引、推动心理的实现系统完成试卷要解决的问题。
3. 心理的调控系统主要包括心理适应能力，心理承受能力，心理平衡能力，心理调节能力。特别是情绪的健康在高考成功中能保证考生有效地控制自己的心态，不断地改善心态，



促使高考成功。

4. 心理的供给系统主要是指潜心能因素例如,思维的潜意识,记忆的潜意识等的水平越高,考生在高考中发挥就越好。

五、加强心理素质教育

心理素质在高考中的作用,说明高考考核的科学性。大中小学校切实加强心理素质教育是推行素质教育的重要内容,是实现中华民族的伟大复兴的心理素质的保证。