



中国科学院教材建设专家委员会规划教材
全国高等医药院校规划教材

大学心理学

主 编 李儒林



科学出版社

中国科学院教材建设专家委员会规划教材
全国~~高等医药院校~~规划教材

大学心理学

主 编 李儒林
副 主 编 张鹏程
编 委 李儒林 张鹏程
 李 澜 代成书

科学出版社
北 京

· 版权所有 侵权必究 ·

举报电话:010-64030229;010-64034315;13501151303(打假办)

内 容 简 介

本书较完整、系统地阐述了心理学的基本原理,广泛介绍了大学心理学理论,紧密联系心理发展的特点和现状,构建了大学心理学较完整的学科体系。全书对生理、心理、社会诸方面的发展、特征和成因做了全面阐述。具体包括:心理生理基础;意识;感觉和知觉;记忆;人的毕生发展、动机、情绪、人格、人际交往和心理冲突等。

本书作为大学心理学,既可供广大青年研究者、大学工作者、教育工作者、管理工作学习参考,也可用于大学生心理学教材或参考书。

图书在版编目(CIP)数据

大学心理学 / 李儒林主编. —北京:科学出版社,2014. 10

中国科学院教材建设专家委员会规划教材·全国高等医药院校规划教材
ISBN 978-7-03-042205-7

I. 大… II. 李… III. 心理学-高等学校-教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 239605 号

责任编辑:邹梦娜 / 责任校对:陈玉凤

责任印制:肖 兴 / 封面设计:范璧合

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

北京华正印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2014 年 10 月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2014 年 10 月第一次印刷 印张:14 1/2

字数:335 000

定价:35.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

前 言

大学心理学是适合高等院校学生的教材,随着现代社会的发展,人的精神生活将越来越重要。但生活压力的增大,随之带来的心理问题也越来越多,心理学也越来越重要。大学生在学习和生活中,难免会碰到种种心理难题和心理困惑,如恋爱问题、自卑问题、学习问题、人际关系问题,以及失眠、焦虑、忧郁等。学了心理学,就能很好地进行自我分析和自我调节,不至于陷入心理困惑之中而不能自拔。心理学还将有助于大学生了解自己,加强自我修养,科学地理解心理现象,能使人正确地评价自己和他人个性品质的长处和短处,确定个别的特点,正确而自觉去努力发展积极的品质,克服消极的品质。

基于心理学的重要地位和年轻人对心理学的需要,大学心理学以此为目的向青年们提供一本学习教材。我们在编写过程中,力求做到完整系统地阐述心理学理论,紧密联系实际,给予同学们更多的启发和思考。本书由主编提出编写大纲,并确定基本内容及体例。各章撰写者为:李儒林(第一、三、四、六章);张鹏程(第七、十一章);李澜(第八、十章);代成书(第二、五、九章)。主编对全部初稿进行了修改、统稿和定稿。

在编著过程中,我们参阅了大量国内外已有的资料,在此谨向原作者表示诚挚的感谢,在所列参考书目中恐有个别遗漏,也请谅解。大学心理学具有时代特征,还需要不断地完善,加之作者水平有限,书中难免有疏漏之处,恳请广大读者批评指正。

编 者

2014年9月30日

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 什么是心理学	(1)
第二节 心理学的历史	(4)
第三节 中国心理学史	(9)
第四节 心理学的研究领域及研究方法	(10)
第二章 心理的生理基础	(18)
第一节 神经元	(18)
第二节 神经系统	(21)
第三节 大脑的结构和功能	(25)
第四节 心理实质	(29)
第五节 探讨脑奥秘的方法	(32)
第六节 内分泌系统	(34)
第三章 意识	(37)
第一节 意识的概念	(37)
第二节 注意	(40)
第三节 生物节律、睡眠与梦	(45)
第四节 意识的特殊现象	(48)
第五节 超觉静坐	(52)
第四章 感觉和知觉	(54)
第一节 感觉和知觉的概述	(54)
第二节 感知觉规律及其应用	(62)
第三节 观察和观察力的培养	(69)
第五章 记忆	(72)
第一节 记忆概述	(72)
第二节 记忆的模型	(75)
第三节 遗忘	(85)
第四节 提高记忆力	(88)
第六章 人的毕生发展	(91)
第一节 心理的毕生发展	(91)
第二节 儿童的心理发展	(92)
第三节 儿童的道德发展	(100)
第四节 青年期的身心发展	(110)
第五节 成年后的身心发展与生活适应	(119)
第七章 需要与动机	(122)
第一节 需要	(122)

第二节 动机	(127)
第三节 需要与动机的关系	(135)
第八章 情绪、压力和健康	(140)
第一节 情绪概述	(140)
第二节 情绪理论	(152)
第三节 情绪的性质和功能	(157)
第四节 情绪调节	(160)
第五节 压力与心理健康	(163)
第九章 人格概述	(169)
第一节 人格概念	(169)
第二节 人格理论	(172)
第三节 认知风格	(178)
第四节 人格测评	(181)
第五节 人格的形成	(184)
第十章 人际交往	(191)
第一节 人际交往需要与人际吸引	(191)
第二节 人际沟通	(197)
第三节 人际关系的改善及技术	(205)
第十一章 心理冲突与挫折	(214)
第一节 心理冲突及其类型	(214)
第二节 挫折与心理防御	(215)
参考文献	(226)

第一章 绪 论

1954年,美国最高法院对布朗与托皮卡教育委员会的案件宣布了一项判决,判定将黑人和白人儿童分隔在不同的学校就读是非法的。最高法院的这项判决在很大程度上受到了心理学家和其他社会科学家所提出证据的影响,他们就种族隔离对黑人儿童的心理伤害进行了大量的研究。下面是心理学家肯尼斯·克拉克给出的对布朗案件产生极大影响的证词——克拉克报道了他对一群黑人幼儿的研究。

我在你们的要求下,于上个星期四和星期五制定了这些测验,并对 scott's branch 小学中的儿童,特别是那些低年級的群体进行了测试,我使用了我告诉你们的方法——黑人和白人玩具娃娃,它们除了肤色以外,在其他方面都是一模一样的。

我把画有这些娃娃图像的纸呈现给他们,并按顺序询问他们以下问题:“指给我看你最喜欢的或者你最想玩的那个娃娃”;“指给我看哪个看上去是漂亮的娃娃”;“指给我看哪个看上去是不好的娃娃”。

我发现,在我测试的6~9岁的总共16个儿童中,有10个选择了白人娃娃作为他们偏爱的或最喜欢的。他们中的10个也认为白人娃娃是漂亮的,16个儿童中的11个选择了棕色娃娃作为看上去“不好”的娃娃。这与以前我们测试300多个儿童得到的结果是一致的,我们将此解释为,黑人儿童早在6岁、7岁或8岁时就已经接受了关于自己种族的负面刻板印象。

我们不得不做出的结论是,这些儿童在其人格发展过程中的确受到了伤害,他们个性中的不稳定性是明显的,我认为每个心理学家都会接受这样的解释,并且对这些现象做出同样的解释。

你能看出为什么这份证词——一份来自心理学研究的直接叙述——对最高法院和国家对于种族隔离所付出的心理代价的理解产生了多么巨大的影响。

本章作为开宗明义第一章,首先需要明确什么是心理学、心理学的历史发展过程,心理学的特点和当代心理学的主要研究内容。

第一节 什么是心理学

心理学(psychology)是研究人和动物心理现象发生、发展和活动规律的一门科学,它既是理论学科,又是应用学科,主要研究个体心理,包括认知、情绪和动机、能力和人格等,也研究团体和社会心理。它包括理论心理学和应用心理学。心理学既研究动物的心理(研究动物心理主要是为了深层次地了解、预测人的心理的发生、发展的规律),也研究人的心理,而以人的心理现象为主要研究对象。因此,总而言之,心理学是研究心理现象和心理规律的一门科学。

一、心理学是一门科学

在我们生活的周围环境中,有各种各样的现象,如日月星辰、山川河流、风土人情、社会

规范等,它们有的属于自然现象,有的属于社会现象。这些现象分别由不同的学科进行研究,构成了人类不同的知识领域。人的心理现象是自然界最复杂、最奇妙的一种现象。艾宾浩斯(1850~1909)曾说:心理学是一个悠久的过去,但却只有一个短暂的历史。心理学一词源于希腊语,由“psyche”(灵魂)和“logos”(学问)所组成。心理学是研究灵魂的学问。古希腊哲学家亚里士多德(公元前384~公元前322)的《论灵魂》一书,是人类文明史上最早关于心理学的专著。而后,心理学一直在哲学领域内发展,是哲学的组成部分。

1879年,德国哲学家、生理学家冯特(1832~1920)把实验法引进心理学,并在德国莱比锡大学创建了世界上第一个专门的心理学实验室,对感觉、知觉、注意、联想和情感展开系统的实验研究。这标志着心理学从哲学的母体中分离出来,成为一门独立的实验科学,冯特因此也被视为心理学的创始人。随后,他还创办了第一个心理学杂志《哲学研究》,出版了第一部科学心理学专著《生理心理学原理》。冯特的工作对心理学的发展起到了划时代的意义。

二、心理学是研究人的心理现象及其规律的科学

人是作为个体而存在的,个人所具有的心理现象称个体心理。个体心理异常复杂,概括起来有认知、情绪、动机和意志、人格三大方面。

(一) 认知过程

认知(cognition)是最基本的心理过程,指人们获得知识和应用知识的过程,或信息加工(information processing)的过程,这是人的最基本的心理过程。它是人对客观事物的属性及其规律的认识,包括感觉、知觉、记忆、思维、语言、想象等。人脑接受外界输入的信息,经过头脑的加工处理,转换成内在的心理活动,再进而支配人的行为,这个过程就是信息加工的过程,也就是认知的过程。

人们获得知识或应用知识的过程开始于感觉与知觉,感觉是人最简单的认知活动,但却是我们认识事物的起点和基础。我们看见颜色、听到声音、闻到气味时,就产生了各种不同的感觉。在感觉基础上,辨认出风的凉爽、空气中花草的清香、鸟的鸣唱、汽车的轰鸣等,这时你对事物个别属性的感觉就转化为对事物的整体知觉,知觉是事物的整体及其联系与关系的认识。知觉是在感觉的基础上产生的,但不是感觉简单的相加。在知觉中人的知识经验起着相当重要的作用。当你回到家中,户外感受到的一切还会“历历在目”,这种积累和保存个体经验的心理过程就是记忆。记忆是人在头脑中保留以前感知过的对象或现象的映像再现。当我们利用感知材料和已有知识经验分析和思考,认识到事物内在的、本质的特征和规律,形成对事物的概念,进行推理判断,解决面临的各种各样的问题,这就是思维,它是认知的高级形式。人们还利用语言把自己思维活动的结果、认知活动的结果与别人进行交流,接受别人的经验,这就是语言活动。人们不仅能直接感知事物,记住和回忆经历过的事物,同时还可以在感知、记忆、思维的基础上对头脑中的形象加以改造,形成新的形象,这就是想象。例如,作家创造一个人物形象、科学家构建自己的理论模型、设计人员设计一种机器模型或者方案,都包含着复杂的想象活动。

(二) 情绪过程

情绪(emotion)或情感(feeling)是人对客观事物的态度体验。人们在认识客观事物的

时候,不仅能够认识事物的属性、特性及其关系,其表现也并不是无动于衷、冷漠无情的,总是要对之采取一定的态度,产生某种主观体验,如获得成功的喜悦、失去亲人的悲伤、对不道德行为的憎恨、对祖国名山大川的赞美等。凡能满足人的需要或符合人的愿望、观点的客观事物,能使人产生愉快、喜爱等积极体验;相反,凡是不符合人的需要或违背人的愿望、观点的客观事物,就使人产生烦闷、厌恶等消极体验。情感是在认知的基础上产生,又对认知产生巨大影响,成为调节和控制人的认识活动的一种内在因素。积极的情感能够激发人们认识的积极性,使人锐意进取、积极向上;相反,消极的情感会使人消极、沮丧,窒息人们认识与创造的热情。

人类的认知和行为不仅受情绪和情感的影响,而且是在动机的支配下进行的。动机(motive)是指推动人的活动,并使活动朝向某一目标的内在动力。例如,一个人希望成为某一领域的专家,并以自己的努力为这一领域的发展做出贡献,这种内部的动力会成为推动他学习和工作的动机。一个人希望在一个集体中得到认可和享有一定的地位,这种内在动力会成为他处理各种人际关系的动机。动机的基础是人类的各种需要,即个体在生理和心理上的某种不平衡状态。人有生理需要,如饥饿择食、口渴等,也有社会需要,如劳动的需要、人际交往的需要、成就的需要、自尊的需要等。人有物质的需要,如衣物、食物、住房、交通工具等,也有精神需要,如认知的需要、美的享受的需要等。正是在不同需要的基础上形成了人的不同动机。动机具有性质和强度的区别,动机不同,人们对现实的态度及相应的行为方式也不一样。

(三) 意志过程

人对客观事物不仅要感受它、认识它,同时还要改造它,使它适合人的需求。人们在认识世界和改造世界的过程中,必须要有明确的目标,还要制订计划、选择方法、克服种种困难,最终才能实现预定目标。意志是人自觉地确定目的,并根据目的去调节和支配自身的行动,克服困难去实现预定目标的心理过程。

认知、情绪情感与意志这三个过程不是彼此孤立的,而是相互联系、相互制约的。认知是情绪情感和意志的基础,只有正确与深刻的认知,才能产生强烈的情绪情感和坚强的意志,正所谓“知之深,则爱之切”;情绪情感和意志又会影响认知活动的发展,因为情绪情感和意志既在人的认知过程中起过滤和动力作用,同时又是衡量人的认知水平的一个重要标志。同样,情绪情感也会对意志产生推动作用,而意志又有利于情绪情感的丰富和升华,各种心理过程及其相互关系是心理学研究的一个重要内容。

(四) 人格

人格是个体在遗传的基础上,在社会化过程中所形成稳定的、具有一定倾向的心理品质或特征的总和。它包括人格倾向性和人格心理特征两方面。

1. 人格倾向性 是心理活动动力方面的心理特征,包括需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观、自我意识等。人格倾向决定着人对现实的态度,决定着人对心理活动对象的趋向和选择,是人格结构中最活跃的因素。它制约着所有心理活动,表现出人格的积极性和社会实质。各种人格倾向性在个体成熟与发展的不同阶段所占的地位也是不同的。儿童时期,兴趣在心理和行为活动的支配和调节中占主导地位;青少年时期,理想开始占主导地位;青年后期和成年期,人生观和世界观逐渐成为主导的人格倾向,支配着人的整个心理与

行为活动。

2. 人格特征 是一个人经常表现出来的稳定的心理特征。它集中反映了人的心理活动的独特性,包括能力、气质和性格。例如,有的人音乐才华出众,有的人擅长语言表达,这是能力上的差异;有的人活泼好动,有的人沉默寡言,这是气质上的差异;有的人认真能干,有的人马虎懒散,这是性格上的差异。性格是人格心理特征中的核心,它反映了一个人的基本精神面貌。

心理现象虽然分为认知、情绪和人格三大方面,是心理学的主要研究对象。三个方面是密切联系、不可割裂的。认知的需要推动人们去探索世界,交往的需要推动人们去建立各种人际关系,并获得各种各样的情绪体验。人格是通过心理过程形成的,对客观现实的认知、对外界事物的情绪情感体验及对客观事物积极改造的意志活动中,人的能力、性格、信念、世界观等逐渐形成;已形成的人格又影响着心理过程,并在心理过程中得以表现,使人的各种心理过程总带有个人的色彩。

心理学的基本任务是揭示人的心理现象的实质,探讨心理活动发生发展的规律,并应用这些规律为人类生活服务。具体来说,就是要对人的心理现象描述、解释、预测的控制。

第二节 心理学的历史

心理学和其他科学一样,也有自己的历史发展过程。在它的早期历史上,也曾记载着人们对心理活动的种种猜测和解释。各种各样关于灵魂的描述,在历史上表现了人类对自身的精神现象曾有过浓厚的兴趣和好奇心,恰似炼金术对于现代化学一样,这样一些猜测为后来心理学的发生奠定了基础。

心理学虽然是一门较年轻的科学,但就其基本概念的形成而言,却可以追溯到远古时期。“心理”这一概念早在公元前的古希腊哲学中就已经出现了。集其大成者是亚里士多德(公元前384~公元前322年)的心理学专著《灵魂论》。在《灵魂论》中,亚里士多德把“心理”这种东西理解为有机过程,并把它分为“植物的”、“动物的”和“理性的”三种,并把心理功能分为认知功能和动机功能,在他看来,认知功能有感觉、意象、记忆、思维等。在中国提出与“心理”有关的思想比古希腊还早,孔子(公元前551~公元前479)在《论语》中已经广泛地论述到教育心理学的某些问题。然而,数千年的人类认识史证明,认识心理活动及其本质绝非容易之事。

科学心理学诞生产生重要影响的哲学思潮是17世纪法国的理性主义及17~18世纪英国的经验主义。理性主义的著名代表人物是法国的笛卡儿(1596—1650)。他贬低感觉经验,抬高理性能力,相信人有“天赋观念”。他认为,认识就是靠理性的直观的去发现“清楚明白”的天赋观念。笛卡儿是个二元论者,认为身和心是两种截然不同的本原:人的身体像一部机器,其结构和行动均可用机械原理来说明,于是他提出了反射的概念;而心是自由的,是感知、思维和意志的主体。他认为,身和心可以互相影响,即所谓身心交感作用,身心交感地点在脑内的松果体。经验主义的奠基人是英国的洛克(1637—1704),洛克是唯物经验论者,认为人的心灵犹如蜡板,上面没有任何痕迹,一切观念都是从后天经验获得的。他把观念分为由感觉得来的观念和由反省得来的观念两种,并认为由感觉和反省得来的观念最初都是简单观念,许多简单观念通过心灵的结合而成为复杂性观念。理性主义和经验主

义对人性的解释不同。

19 世纪英国生物学家达尔文(1809—1882)的划时代著作《物种起源》发表于 1859 年。他提出了生物进化论,认为世界上现存的一切生物的状态特征是经历数百万年长期进化演变而来的,种类间的差异是由不同的遗传所致,同一种类内的个体差异则主要是因适应环境所致。1877 年他发表了《一个婴儿的生活简史》,是他对自己的一个孩子的观察记录,是一项系统的自然观察典范,对促进儿童心理学的发展有重要作用。

影响到心理学的生理学研究,主要始自 19 世纪德国三位生理学家的研究。一是柏林大学的教授缪勒(1801—1858)。他首倡神经特殊能量说,认为人类对外界刺激之所以产生感觉,之所以能够辨别,完全是依赖于各种不同神经传导所发生的特殊能量所致。二是赫尔姆霍兹(1821—1894)。缪勒的理论引起当时生理学家的重视,并由其弟子赫尔姆霍兹用实验加以证实。赫尔姆霍兹后来也成为柏林大学著名的生理学教授,他所倡导的色觉理论与听觉理论及“无意识推动”,迄今仍是心理学上解释色觉、听觉现象及知觉经验的重要理论根据。三是费希纳(1801—1887)。他是对科学心理学的诞生有重大影响的生理学家。费希纳是德国莱比锡大学的教授,首创用实验法将物理刺激的变化转化为心理经验过程。他对生理感官功能的一系列实验研究,使他成为心理物理学和实验心理学的奠基人。心理学的历史分两个时期:哲学心理学时期,约从公元前 6 世纪至公元 19 世纪中叶,包括古代、中世纪、近代(文艺复兴时期及 17~19 世纪上半期)对心理问题的探讨;科学心理学的创建和发展时期,从 19 世纪后半叶到 20 世纪七八十年代,包括科学心理学孕育的时代背景、诞生及其后来的学派纷争,直至逐渐走向学派融合的当代心理学。

人类为了认识自身的精神活动,曾经历过多次反复并走过许多弯路,这样的经历至今被记载在哲学史中,因为心理学的思想一直是寄生在哲学之中。哲学的思辨虽然不断加深人们对心理活动的理解,但心理学作为一门实证科学,如果不摆脱纯哲学的思辨便无法充分发展。当然,这种摆脱不是无条件的,它必须借助于临近自然科学的力量。20 世纪后期的物理学、数学、生物学和生理学的发展成就,事实上就是近代心理学诞生的助产士。

1861 年法国神经科学家布洛卡(Broca)的研究与发现,把人类的精神活动直接地和实证地与大脑联系起来。这一发现使以往若干天才的猜测黯然失色。为此,也加强了人们为研究心理现象而采取的观察和实验的方法。19 世纪自然科学发展的伟大里程碑——达尔文的《进化论》,为理解人类心理的起源和进化提供了依据,而生物学和生理学的其他成果为建立心理学的实验方法提供了可能性。于是,一部真正的实验心理学著作在 1834 年问世了,这就是韦伯的《触觉论》。稍后,费希纳进一步充实了韦伯的研究并确立了心理(感觉)过程数量化的基础,这就为心理学最后摆脱思辨的哲学创造了条件。把生理学和心理物理学资料加以汇集并且以实验的方法对人的心理活动加以考察和分析,这就是早期的心理学。把关于心理活动的哲学思考放到实验室里进行验证,这是德国生理学家冯特的贡献,他于 1879 年在德国建立了世界上第一个心理学实验室。为此,至今人们仍把冯特在莱比锡建立实验室的时间定为心理学的誕生日。

科学史证实,绝对化和片面化的思维方式是人类认识自然事物时经历的不可避免的阶段,特别是在各门科学发展的早期。心理学也不例外。心理学早期出现的所谓各种派别,就是不同心理学家由于认识上的原因而“各执真理的一面”不顾及其他的例证。下面,我们简要回顾一下心理科学诞生 100 多年以来的发展历史。

一、构造主义心理学

德国心理、生理学家冯特 1879 年在莱比锡大学建立世界上第一个心理实验室,用自然科学的方法研究心理现象,使心理学开始从哲学中分离出来,成为一门独立的科学。这一行动标志着科学心理学的诞生,冯特为此被称为心理学的始祖。冯特用实验的方法来分析人的心理结构,冯特的心理学为此被称为构造主义心理学。构造心理学著名的代表人物为铁钦纳,他认为心理学的研究对象是意识经验,主张心理学应该采用实验内省法分析意识的内容或构造,并找出意识的组成部分,以及它们如何联结成各种复杂心理过程的规律。铁钦纳把人的经验分为感觉、意象和激情状态三种元素。感觉是知觉的元素,意象是观念的元素,而激情是情绪的元素。所有复杂的心理现象都是由这些元素构成的。构造心理学是心理学史上第一个从哲学中独立出来的心理学派,它为新兴的心理学提供了一些符合实际的实验资料。但是由于构造心理学为心理学所确定的研究对象过于狭窄和脱离生活实际,同时又把内省法看作心理学的主要方法,遭到欧美许多心理学家的反对。在铁钦纳在世的最后岁月,构造心理学便已逐渐削弱,最后趋于瓦解,但是它同时也从反面推动了其他心理学派的兴起和发展。

二、机能心理学

美国机能心理学的先驱是詹姆斯。一位深受达尔文生物进化论影响的心理学家。他认为意识是连续不断流动的,人的心理是作为不可分割的整体发挥作用的。他还持有实用主义观点,强调有效用的思想就是真理。因此,心理学应该把有效用的心理过程而不是静态的心理内容作为研究对象。1890 年,詹姆斯在《心理学原理》一书中指出:“心理学是研究心理生活的科学,研究心理生活的现象及其条件。”他还主张意识的功用是指引用机体适应环境,强调意识是流动的东西,称为意识流。意识流这个词含有意识是不可分析的整体之意。他的这些主张成为后来美国机能心理学的基本信条。机能心理学对心理的研究已从单纯主观方面扩大到心理的客观方面(外部行为),因此,这个学派为行为主义心理学开拓了道路。在机能心理学的影响下,个别差异心理学、各种心理测验、学习心理学、知觉心理学等在美国有了明显的发展。

三、行为主义心理学

1913~1930 年是早期行为主义时期,行为主义心理学是由美国心理学家华生在巴甫洛夫条件反射学说的基础上创立的,他主张心理学应该摒弃意识、意象等太多主观的东西,只研究所观察到的并能客观地加以测量的刺激和反应。无须理会其中的中间环节,华生称之为“黑箱作业”。他认为人类的行为都是后天习得的,环境决定了一个人的行为模式,无论是正常的行为还是病态的行为都是经过学习而获得的,也可以通过学习而更改、增加或消除,认为查明了环境刺激与行为反应之间的规律性关系,就能根据刺激预知反应,或根据反应推断刺激,达到预测并控制动物和人的行为的目的。他认为,行为就是有机体用以适应环境刺激的各种躯体反应的组合,有的表现在外表,有的隐藏在内部,在他眼里人和动物没什么差异,都遵循同样的规律。

1930年起出现了新行为主义理论,以托尔曼为代表的新行为主义者修正了华生的极端观点。他们指出在个体所受刺激与行为反应之间存在着中间变量,这个中间变量是指个体当时的生理和心理状态,它们是行为的实际决定因子,它们包括需求变量和认知变量。需求变量本质上就是动机,它们包括性、饥饿,以及面临危险时对安全的要求。认知变量就是能力,它们包括对象知觉、运动技能等。行为主义者在研究方法上摒弃内省,主张采用客观观察法、条件反射法、言语报告法和测验法。这是他们在研究对象上否认意识的必然结论。

四、精神分析心理学

精神分析心理学产生于19世纪末20世纪初的精神病的临床实践,主要讨论病态人的无意识,所述内容主要有人的梦、过失、焦虑、动机冲突、情绪紧张,以及人格的病理表现,强调潜意识和性本能的研究,创始人是奥地利心理学家弗洛伊德。精神分析心理学的主要研究主题有两个方面:一个方面是潜意识,在弗洛伊德的精神分析心理学中翻译为“无意识”。无意识主要在精神分析看来,不只是察觉不到、不在意识之中的意思,是心理的基础部分或底层,包括个人的原始冲动和各种本能,以及出生后和本能有关的欲望。这些冲动和欲望,不容于社会的风俗、习惯、道德、法律而被压抑或排斥在意识之外,而进入无意识领域。另一个方面是力比多,力比多在弗洛伊德的著作中常用以指心理能,尤其是性本能。弗洛伊德认为,人的行为都有它的动机,动机决定人的行为,而动机是心理的,主要是由力比多心理能的性本能所驱动、所支配的。

19世纪末20世纪初,西方资本主义开始进入帝国主义阶段。社会阶级矛盾日益尖锐,垄断资产阶级残酷掠夺;中小资产阶级面临着破产;整个社会尔虞我诈,互相倾轧;道德沦丧,惶惶不可终日。这种病态的社会现象,便自然地导致人们精神病和神经病发病率日益增高。精神分析就在这种特定的社会历史条件下产生的。其实,在我看来,这主要是因为社会化大生产造成的工作生活节奏加快,人们精神过于紧张造成的,人们的物质生活也得到了-一定的改善,精神抚慰成为一种需要。因此,精神分析的发展有两条线索,一条线索是正统精神分析的发展,经历了精神分析的自我(ego)心理学、精神分析的对象关系理论和精神分析的新自我(self)心理学;另一条是精神分析的社会文化学派,也称新精神分析。

五、格式塔心理学

格式塔心理学诞生于1912年。它强调经验和行为的整体性,反对当时流行的构造主义元素学说和行为主义“刺激-反应”公式,认为整体不等于部分之和,意识不等于感觉元素的集合,行为不等于反射弧的循环。在格式塔心理学家看来,知觉到的东西要大于眼睛见到的东西;任何一种经验的现象,其中的每一成分都牵连到其他成分,每一成分之所以有其特性,是因为它与其他部分具有关系。由此构成的整体,并不决定于其个别的元素,而局部却取决于整体的内在特性。完整的现象具有它本身的完整特性,它既不能分解为简单的元素,它的特性又不包含于元素之内。格式塔心理学把构造主义称为“砖块和灰泥心理学”,说它用联想过程的灰泥把元素的砖块粘合起来,借以垒成构造主义的大厦。问题在于:一个人往窗外观望,他看到的是树木、天空、建筑,还是组成这些物体的各种感觉素质,如亮度、色调等。如果是前者,则构造主义的大厦就会倒塌。G. A 米勒(G. A. Miller)曾举过一个有趣的例子,用以说明当时格式塔心理学的声势和构造主义的困境:当你走进心理学实

验室,一个构造主义心理学家问你,你在桌子上看见了什么。

“一本书”

“不错,当然是一本书。”“可是,你‘真正’看见了什么?”

“你说的是什么意思?我‘真正’看见什么?我不是已经告诉你了,我看见一本书,一本包着红色封套的书。”

“对了,你要对我尽可能明确地描述它。”

“按你的意思,它不是一本书?那是什么?”

“是的,它是一本书,我只要你把能看到的東西严格地向我描述出来。”

“这本书的封面看来好像是一个暗红色的平行四边形。”

“对了,对了,你在平行四边形上看到了暗红色。还有别的吗?”

“在它下面有一条灰白色的边,再下面是一条暗红色的细线,细线下面是桌子,周围是一些闪烁着淡褐色的杂色条纹。”

“谢谢你,你帮助我再一次证明了我的知觉原理。你看见的是颜色而不是物体,你之所以认为它是一本书,是因为它不是别的什么东西,而仅仅是感觉元素的复合物。”

那么,你究竟真正看到了什么?格式塔心理学家出来说话了:“任何一个蠢人都知道,‘书’是最初立即直接得到的不容置疑的知觉事实!至于那种把知觉还原为感觉,不是别的什么东西,只是一种智力游戏。任何人在应该看见书的地方,却看到一些暗红色的斑点,那么这个人就是一个病人。”

六、人本主义心理学

人本主义心理学兴起于20世纪五六十年代的美国,由马斯洛创立,以罗杰斯为代表,被称为除行为学派和精神分析以外,心理学上的第三势力。人本主义和其他学派最大的不同是特别强调人的正面本质和价值,而并非集中研究人的问题行为,并强调人的成长和发展,称为自我实现。马斯洛、罗杰斯都认为精神分析学派过于强调病态的行为和过于以决定论作为人的价值基础,缺乏了对行为的意义、正面的成长和发展的探索,因此决意创立一个全新的心理学取向,藉以强调正向的心理发展和个人成长的价值。人本主义心理学提出了基于自然的人性论,认为有机体均有一定的内在倾向,以有助于维持和增强机体的方式来发展自我潜能;强调人的基本需要均由人的潜能决定,人性是善的或中性的,每个人生来就是“佛”,带有“佛性”,恶是由人的基本需要受挫引起的,是不良的文化环境造成的。马斯洛根据动机与需要之间的关系,提出了经典的需要层次理论,即自下而上的生理、安全、归属感和爱、尊重、认知、审美和自我实现的一般模式。由于人有自我实现的需要,才使有机体的潜能得以实现、保持和增强。但每个人的需要和动机不一,自我实现的标准和结果各异,不能将一个人自我实现的标准和模式强加到他人身上。正如马斯洛所说,“一个人能够成为什么,他就必须成为什么,他必须忠于自己的本性。”自我实现的两个基本条件是无条件尊重与自尊。自我实现者以开放的态度对待经验,其自我概念与整个经验结构是和谐一致的,体验到一种无条件的自尊,并能与他人和谐相处。人本主义思想的局限性主要体现为理论体系不够严谨,缺乏对基本观点的明确目标和充分论证,一些概念也描述得很模糊。过分强调自我实现和自我选择,认为这是一种与生俱来的自然倾向,忽视社会环境和后天教育对人成长的影响和制约。人格问题研究方法有其积极意义,但作为一种方法论体系存

在一些不可忽视的缺陷。排除整体分析和经验描述,单纯以自然科学的实验和分析方法不足以说明人的精神生活相互联系和因果关系。尽管人本主义心理学有其不足之处,但它探讨了人的本性和价值,试图提供心理学的证明,不仅扩大了心理学的领域,丰富了人的精神生活的研究,并且加强了实证科学和规范科学的联系,也促进了心理学向高级发展。

七、认知心理学

认知心理学是20世纪50年代中期在西方兴起的一种心理学思潮,20世纪70年代开始其成为西方心理学的一个主要研究方向。它研究人的高级心理过程,主要是认知过程,如注意、知觉、表象、记忆、思维和语言等。与行为主义学家相反,认知心理学家研究那些不能观察的内部机制和过程,如记忆的加工、存储、提取和记忆力的改变。以信息加工的观点研究认知过程是现代认知心理学的主流,可以说认知心理学相当于信息加工心理学。它将人看作是一个信息加工的系统,认为认知就是信息加工,包括感觉输入的编码、储存和提取的全过程。按照这一观点,认知可以分解为一系列阶段,每个阶段是一个对输入的信息进行某些特定操作的单元,而反应则是这一系列阶段和操作的产物。信息加工系统的各个组成部分之间都以某种方式相互联系着。而随着认知心理学的发展,这种序列加工的观点越来越受到平行加工理论和认知神经心理学的相关理论的挑战,认知心理学是心理学发展的结果,它与西方传统哲学也有一定联系。其主要特点是强调知识的作用,认为知识是决定人类行为的主要因素,认知心理学也继承了早期实验心理学的传统。19世纪赫尔姆霍茨和东德斯提出的反应时研究法。格式塔对认知心理学的影响很明显。它以知觉和高级心理过程的研究著称,强调格式塔的组织、结构等,反对行为主义心理学把人看成是被动的刺激反应器。这些观点对认知心理学有重大影响,如认知心理学把知觉定义为对感觉信息的组织和解释,强调信息加工的主动性。认知心理学是反对行为主义的,但也受到它的一定影响。认知心理学从行为主义那里接受了严格的实验方法和操作主义等。近年来,认知心理学已不再专注于内部心理过程的研究,也开始注意行为的研究。一般认为,人们使用从环境得来的信息,结合记忆内存储的东西,指导未来的行为,并塑造生活环境。

第三节 中国心理学史

中国心理学史主要分为两个历史时期:中国古代心理学思想史和中国近现代心理学史。中国传统文化中蕴含着丰富的心理学思想,古人对心理现象的思考就提出了六大对立的基本问题,即人贵论、身心论、习性论、知行论、性情论、理欲论,它们构成了中国古代心理学思想的范畴论。在具体的心理学思想中,中国古代心理学又涉及人的心理的方方面面,如教育心理学思想、释梦心理学思想、心理卫生思想、情欲心理学思想、性情心理学思想、军事心理学思想等。

至于中国近现代心理学史,是研究中国近代及现代心理学形成和发展的历史。中国史学研究中,一般将1840年的鸦片战争视为是中国近代史的开端,而将1919年的五四运动作为中国现代史的开端。但鉴于中国心理学历史发展的“特殊性”,16、17世纪明朝时西方近代心理学的思想就已传入中国,这些思想对中国近代心理学的发展起到了一定影响。为此,我们在界定中国近代心理学史的年限时,就不完全以中国通史的历史分期来划定,而将

中国近代心理学史的启蒙时期追溯至 16、17 世纪。中国近代心理学思想中,一方面有诸如龚自珍、梁启超等学者以经验描述和思辨方法为主体的心理学论述,但更主要的还是通过早期教会学校,以及通过翻译西方心理学论著,使西方心理学思想在近代的中国得以初步传播。

中国现代心理学史的历史时期与中国现代史的划分基本上是一致的,它分为两个时期:19 世纪末至 20 世纪 40 年代,是中国现代心理学的建立时期。这一时期的心理学是以中国古代和近代心理学思想为历史渊源,通过传入西方心理学的途径而建立和发展起来的,其主要代表人物有郭任远、张耀翔等心理学家。从 1949 年 10 月中华人民共和国成立之后至今,是中国现代心理学的发展时期。这一时期经历了学习改造阶段、初步繁荣阶段、遭遇挫折阶段、重新恢复阶段和飞速发展阶段。目前,中国心理学已经取得了长足进步,表现之一是心理学研究机构和教学机构不断发展壮大;二是人才培养上了一个新台阶;三是与国外心理学同行开展的学术交流活动日益增多。

第四节 心理学的研究领域及研究方法

21 世纪以来,心理学获得了迅速的发展,主要有两个方面的原因:一方面由于实际生活的需要。在现代化生产、商业、交通、企事业管理工作中,人的心理因素的重要作用越来越为人们所重视;智力开发、人才培养引起了社会各界的普遍关注;由于心理异常带来的个人健康问题和社会问题,也要求人们采取相应对策,这一切都推动了心理学的研究。另一方面,由于交叉学科(如生物学、生理学、逻辑学、社会学、教育学和技术科学等)的发展及其与心理学的相互影响,心理学与这些学科形成了许多新兴的分支学科。因此,一般来说,心理学属于边缘科学,特别是大多数学科分支的基础研究部分应属于边缘科学。至于每一具体学科分支的性质,则应依具体研究对象来规定。

一、心理学的研究领域

现代心理学的发展,在理论上已形成了基本的、作为一门科学的独立体系。在应用上与社会各实践领域建立了广泛的联系,从而形成许多分支学科,体现了独立的、在科学体系上的分类。

(一) 普通心理学

普通心理学是研究正常成人的心理过程和个性心理特征的一般规律的学科,是心理学最基本、最重要的基础研究。普通心理学研究心理过程的发生、发展和个性心理特征形成的最一般的理论和规律,建立心理学研究最一般的方法论原则和具体的方法。普通心理学既包括过去研究中已经定论的、为科学实践所证实并为科学家所公认的理论 and 规律,也包括虽不一定为大家所公认,但却有重大影响的学派的理论和学说,还包括处于科学发展前沿的新成果和新发现。因此,普通心理学的内容不是一成不变的。在它已形成的理论体系上,不断地充实新的内容。特别由于心理学尚属一门年轻的科学,这一点尤为重要。

在普通心理学的范围内,按照心理活动的基本过程和个性心理特征,还可分为感觉(视觉、听觉、触摸觉、运动觉、嗅觉等)心理学、知觉心理学、记忆心理学、注意心理学、思维心

理学、言语心理学、情绪心理学、动机心理学、智能心理学、气质心理学、人格心理学等分支基础学科。

（二）生理心理学

生理心理学是从人体生理和神经生理、神经解剖、神经生物化学等方面进行关于心理的生理基础和机制研究的学科,是心理学基础研究的重要组成部分。生理心理学在现代脑科学研究成果和现代技术方法的基础上,揭示各种心理现象在脑的解剖部位及脑功能上发生的规律。生理心理学还包括神经心理学、心理生物学、动物心理学等分支学科。

（三）社会心理学

社会心理学是研究个体在特定社会、群体条件下,心理、动机、人际关系发生发展及其规律的学科。社会心理学着重探讨个体社会化的条件和规律,个体的社会动机与态度的形成,人际关系和群体心理的形成与影响等方面的一般规律。社会心理学包括民族心理学、家庭心理学等分支学科。

（四）发展心理学

发展心理学是研究个体心理发展规律的学科。发展中的个体,无论处于发展的哪一阶段之中,他们的心理发展既包括心理的各个过程及各个特征,又分别有着主要的发展方面和主要矛盾。在全面发展的基础上,每一阶段主要矛盾得到解决,即将向下一阶段过渡。发展心理学就要研究个体心理发展各个阶段各方面的矛盾与变化。发展心理学可分为婴儿心理学、幼儿心理学、学龄儿童心理学、少年心理学、老年心理学等分支学科。发展心理学既是心理学理论体系的重要组成部分,又是对发展中的人进行教育、教养的理论根据。

（五）教育心理学

教育心理学是研究学校教育和教学过程中学生的心理活动规律的学科。它主要涉及掌握各科知识和各种技能的心理活动特点及规律,研究智能的发展与智力测定方法,影响教学过程的心理因素、道德品质与行为习惯的形成规律,以及家庭、学校、团体、社会意识形态等对学生的影响。教育心理学涉及的范围很广,它可包括德育心理、学习心理、学科心理、智力缺陷与补偿、智力测定与教师心理等分支。

（六）劳动心理学

劳动心理学研究人在劳动过程中所需的心理能力和心理品质,研究操作程序、操作条件与操作者的心理特点适应等问题。劳动心理学包括工程心理学与工业心理学,工程心理学主要研究在生产高度机械化和自动化条件下人与机器的相互作用问题,工业心理学研究生产者选拔和操作合理化等问题。

（七）文艺心理学

文艺心理学在各种艺术领域有不同的研究对象。对于绘画艺术,着重研究光感觉、视色学、视知觉的规律,如光觉与色觉的感受性,视知觉的参照、透视规律。对于音乐艺术,着重研究发音和听觉特性,如发声机制及发声规律,听觉的音高、音强、音色、节奏感和旋律