

心理学

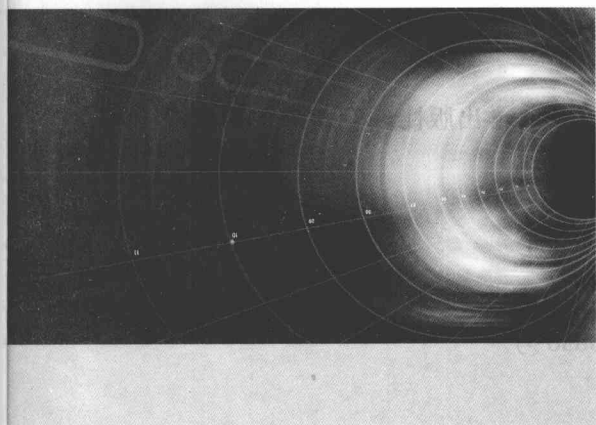
XINLIXUE

- 主编 陈美荣
- 主审 胡永萍

中山大学出版社

心理学

XINLIXUE



主 编 陈美荣
主 审 胡永萍
编写人员 陈美荣 胡永萍 汪小琴 张劲松
朱小颖 涂远娜 黄仁辉

中山大学出版社

· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

心理学/陈美荣主编; 胡永萍主审. —广州: 中山大学出版社, 2008. 8
ISBN 978 - 7 - 306 - 03140 - 2

I. 心… II. ①陈…②胡… III. 心理学 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 113830 号

出 版 人: 叶侨健

策划编辑: 嵇春霞

责任编辑: 嵇春霞

封面设计: 红 枫

责任校对: 陈 霞

责任技编: 何雅涛

出版发行: 中山大学出版社

电 话: 编辑部 020 - 84111996, 84113349

发行部 020 - 84111998, 84111981, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275 传 真: 020 - 84036565

网 址: <http://www.zsup.com.cn> E-mail: zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者: 广州市新明光印刷有限公司

规 格: 787mm × 1092mm 1/16 16.5 印张 350 千字

版次印次: 2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

印 数: 1 - 5000 册 定 价: 28.00 元

本书如发现因印装质量问题影响阅读, 请与出版社发行部联系调换

序

公共心理学是高等师范院校的公共必修课,也是具有教师教育特色的标志性课程之一。该课程的主要目标是提高师范生的心理学素养和职业适应能力,有助于师范生在获得心理学基础知识、专业素质和掌握心理学技能的基础上,为将来从事教育教学工作奠定坚实的心理学理论根基。

《心理学》教材编写者都是长期从事高等师范院校公共心理学教学的中青年骨干教师,他们在多年的教学实践中深刻体会到,培养全面建设小康社会和适应基础教育改革与发展的未来教师,课程教材建设是关键,也是整个教学改革中的核心环节之一。为此,编者在借鉴国内外同类优秀教材的基础上,以研究性教学理念为指导,编写了贴近学生生活、满足于学生将来所从事职业需求的心理学教材。

该教材的基本特点是,以科学性、时代性和师范性为原则,致力于培养未来教师的创新精神和实践能力,力求建立合理的教材结构,突出教材内容的完整性、操作办法上的实用性和示范性,充分体现心理学基本原理和基础知识对未来教师在发展和教育模式上的建设性,为全面提高师范生的心理素质和满足对教师素质结构的需要,以及运用心理学知识解决实际问题的能力服务。

编写心理学教材并非易事,尤其是公共课心理学教材,它既要包括本学科体系的核心内容,体现其专业理论深度,又要考虑学习对象的非专业化,体现可读性,还要反映编写者构建新的心理学理论体系,体现具有先进的现代教学理念;应当说,该教材的编写是一个有益的尝试。难能可贵的是,该教材在编写原则、体例设计、内容取舍等诸方面都很好地处理了上述关系。

我相信,学生通过学习该教材,牢固地掌握了心理学基础知识之后,能够比较顺利地学习心理学其他分支学科,并在未来的教育教学工作中攀登新的高峰。

梁宁建

于华东师范大学田家炳楼

2008年6月28日

目 录

序	梁宁建
第一章 揭开心理学的神秘面纱	1
第一节 心理学的由来、发展与研究对象	2
第二节 心理学的任务和意义	6
第三节 心理学的研究方法	9
第四节 西方及中国心理科学的发展	12
资源拓展	22
知识巩固	22
实践探究	22
第二章 心理的实质与脑潜能的开发	23
第一节 人的心理的实质	24
第二节 脑保护与脑潜能的开发	30
资源拓展	34
知识巩固	35
实践探究	35
第三章 认知过程与教育	36
第一节 注意与课堂教学	37
第二节 感知觉与课堂教学	40
第三节 记忆与记忆力的培养	52
第四节 思维与创造性思维的培养	61
资源拓展	71
知识巩固	72
实践探究	72
第四章 情绪、情感与教育	73
第一节 情绪与情感概述	74



第二节 情绪与情感分类	76
第三节 情绪、情感与教育	80
资源拓展	87
知识巩固	87
实践探究	88
第五章 意志与教育	89
第一节 意志概述	90
第二节 意志品质与教育	93
资源拓展	100
知识巩固	100
实践探究	101
第六章 个性心理与教育	102
第一节 个性概述	103
第二节 气质差异与因材施教	108
第三节 能力差异与因材施教	118
第四节 性格差异与良好性格的塑造	126
资源拓展	132
知识巩固	133
实践探究	133
第七章 学习心理与教育	134
第一节 学习概述	135
第二节 学习的基本理论及其对教学的启示	140
第三节 学习动机的培养与激发	148
资源拓展	156
知识巩固	157
实践探究	158
第八章 品德心理与教育	159
第一节 品德心理概述	160
第二节 青少年学生的品德发展	162
第三节 青少年学生品德的形成与培养	165
第四节 青少年学生品德不良行为及其矫正	174

资源拓展	178
知识巩固	178
实践探究	179
第九章 心理健康教育	180
第一节 心理健康概述	181
第二节 青少年学生常见的心理问题及其辅导	186
第三节 学校心理健康教育的目标、原则与方法	198
资源拓展	205
知识巩固	208
实践探究	208
第十章 人际沟通与人际关系	209
第一节 人际沟通及其实现	210
第二节 人际关系及其建立	218
第三节 人际互动及其运用	228
资源拓展	233
知识巩固	234
实践探究	234
第十一章 教师心理	235
第一节 教师角色	236
第二节 教师心理结构	239
第三节 教师威信	247
资源拓展	251
知识巩固	251
实践探究	251
主要参考文献	252
后记	254

第一章

揭开心理学的神秘面纱

西方心理学的源头

传说中，古希腊的奥林匹斯山是西方诸神所居住的地方，那里有西方的主神宙斯，以及由他统率的众神祇。斯芬克斯是众神祇之一，她是传说中的——一个奇特的生物——“狮身人面”。现在的埃及还有她的一座雕像，与那雄伟的金字塔一样著名。在古希腊的神话传说中，她作为神的使者，带着神对人类的忠告——“人，认识你自己”，从奥林匹斯山来到了人间，古希腊的忒拜城堡。经过精心的筹划，她把那句神的箴言化做了一段“谜语”，即“什么东西早晨用四条腿走路，中午用两条腿走路，晚上用三条腿走路？”并用来盘问她所遇到的所有人。凡是猜不中的，都会为此而丧生，被斯芬克斯毫不留情地吃掉。后来，青年俄狄浦斯来到了斯芬克斯面前，并且解答出了斯芬克斯的谜语——那就是人，那就是人本身！人儿时用“四条腿”走路，即在地上爬；长大了能够站立，用两条腿走路；老了用根拐杖帮助自己走路，即变成了“三条腿”。俄狄浦斯答出了斯芬克斯的谜底，斯芬克斯也就完成了自己的使命。

这个传说，通过这样的一个谜语，来告诫人类要对自己或自身进行认识。作为人，你必须要认识你自己！就是这么一句话——“人，认识你自己”，成为西方心理学家所公认的心理学的源头，同时也成为历代心理学家为之奋斗的目标。

一个神秘的传说故事似乎使心理学也带上了神秘色彩。本章将逐一揭开心理学的“神秘”面纱。

（本章你将学习到）

1. 心理学的由来与发展；
2. 心理学的研究对象；
3. 心理学的任务和意义；
4. 心理学的研究方法；
5. 西方及中国心理学的发展。



第一节 心理学的由来、发展与研究对象

一、心理学的由来与发展

“心理学”的英文 Psychology 是由希腊文中的 psyche 和 logos 两词演变而成,前者意指“灵魂”,后者意指“学说、学问”,合起来意思就是:心理学是阐述心灵或灵魂的学说、学问。国际上通用的心理学标识符号“ ψ ”就是希腊文中“心理学”一词的第一个字母。

科学心理学的发展有两大源头:一是自古流传的哲学;一是兴起于 19 世纪的生物学与生理学。

古代哲人对心灵与身体、思维与存在、人性的本质等问题均有过诸多的论述。例如,德谟克利特认为,灵魂是细小圆滑的原子,这种原子是极端流动的,它遍布于全身,在构成身体的其他原子之间来来往往,由此产生生命现象。人的认识活动是由于身体内的灵魂原子与直接来自外物的原子团相接触的结果。感官有孔道,自外物来的原子团由感官孔道传入,与灵魂原子接触使灵魂动荡,就产生感觉,进入孔道原子的大小、形状、粗滑的不同便产生不同的感觉;而柏拉图却认为,灵魂与物质没有任何共同之处,世界本体是由理念构成,世界万物都是理念派生出来的,只有理念才是唯一真实可靠的东西。^① 灵魂也来自理念世界,灵魂进入身体而支配身体活动。人体死亡,灵魂又回到理念世界,所以灵魂是永生不死、轮回转世的;但亚里士多德则在他所著的《灵魂论》等著作中反对柏拉图的二元论,认为灵魂可以分为植物的、动物的和人类的三种,植物只有滋长的灵魂,动物有感性的灵魂,唯人具有高级的理性灵魂。^② 我国古代也不乏柏拉图和亚里士多德这样著名的哲学家和思想家,如在《荀子·天论》中荀子就提出了“形具而神生”的命题,范缜于《神天论》中更明确地指出,“形者,神之质;神者,形之用”,“形存则神存,形谢则神灭也”,意即身体是心理的物质基础,心理是身体的功能,心理随着形体的死亡而消失。人类古代这些哲学先辈们思辨性的研究,虽然论及了一些心理学中的重要问题,但因历史的局限,并未使心理学成为一门独立的科学。

19 世纪中后期,随着生物学、生理学等自然科学的飞速发展,人类加深了对自身的认识,并逐渐把自然科学的研究方法和成果直接引入到对人的心理的研究上。1879 年,德国生理学家、哲学家冯特在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室,至此,意味着科学心理学的正式诞生,冯特也被誉为实验心理学之父,或被誉为心理学之父。

^① 参见叶浩生主编《西方心理学的历史与体系》,人民教育出版社 1998 年版,第 22 页。

^② 同上书,第 25 页。

资料窗

实验心理学之父威廉·冯特

威廉·冯特 (Wilhelm Wundt, 1832—1920) 是 19 世纪末 20 世纪初德国生理学家和心理学家, 构造主义心理学思想创始人, 第一个心理学实验室的创立者, 被心理学界誉为实验心理学之父。1855 年冯特获得医学博士学位后, 一直在海德堡大学从事生理学、心理学教学。1858 年, 他受聘为著名生理心理学家赫尔姆霍茨的研究助理, 1874 年晋升教授。1873 年至 1874 年出版的《生理心理学原理》被心理学史界誉为科学心理学史上最伟大的著作。1875 年任莱比锡大学哲学教授, 此后 45 年, 一直就职于该校。1879 年在该校建立世界上第一个心理学实验室。冯特将内省实验法引入了心理学。冯特的主要贡献是使心理学转变成成为一门以实验为基础的独立学科。冯特晚年兴趣转到了社会科学方面, 他在生命的最后 20 年中, 完成了共 10 卷的巨著《民族心理学》, 为科学心理学史留下无数英雄故事。

(资料来源: 吕建国《大学心理学》, 四川大学出版社 2004 年版, 第 15 页。)

有人曾这样比喻, 科学心理学的发展, 哲学是父亲, 生理学是母亲, 而生物学是媒人。经生物学的媒介作用, 哲学与生理学结合孕育出了科学心理学这一“新生儿”, 这是不无道理的。

1879 年之后的二三十年间, 世界各地数以百计的心理学者云集于德国莱比锡大学学习心理学实验法, 使该实验室成为世界心理学研究的中心。采用实验法之后, 心理研究就从对心理、行为现象的描述深入到对因果关系的揭露。心理学拥有自己的学科研究方法, 能够独立揭示心理活动的因果关系及其规律, 使其获得了作为一门独立科学的存在资格。

二、心理学的研究对象

心理学是研究人的心理现象 (或称心理活动) 及其规律的科学。法国大文豪雨果曾经说过: “世界上最浩瀚的是海洋, 比海洋更浩瀚的是天空, 比天空还要浩瀚的是人的心灵。” 由此可以说明人的心理现象非常复杂。为了便于研究, 心理学把人的心理现象区分为心理过程与个性心理两个方面。

(一) 心理过程

心理过程是心理活动的一种动态过程, 是人脑对客观现实的反映过程。它包括认识过程、情绪情感过程、意志过程三个方面。

1. 认识过程。认识是人类最基本的心理活动过程之一。认识过程是人脑对客观



事物（或对象）的属性、特点及其规律的反映，它包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等认识活动。

感觉是人们对客观事物（或对象）最简单的认识。对于一定距离与一定范围的物体，通过视觉、嗅觉、听觉、触觉、味觉等感觉客观事物的形、色、光、糙、粗、细、软、硬、凉、热等个别属性，这些直接作用于感官的客观事物的个别属性在人头脑中的反映，就是感觉。客观事物直接作用于感官除产生感觉外，人脑还会产生对客观事物整体属性和事物间简单关系的反映，即知觉。

物体直接作用于我们的感官，形成感觉、知觉活动以后，经常会以经验的形式在头脑里储存起来。当物体离开感官时，我们还能回忆起它的形象；当物体离开后再次出现时，我们能够认知它，有熟悉感。例如，当人们在人群中看到一张熟悉的朋友或同学的面孔时，能马上辨认出来，并回忆起当初认识时的情景。这些过去经历过的事物和对象在人头脑中的反映，就是记忆。

人不仅能反映事物的属性和外部特征，还能反映事物的本质特征；不仅能反映单个事物，还能反映事物之间的关系；不仅能直接反映事物，还能间接地、概括地反映事物。这种间接、概括地认识事物本质属性的心理过程，就是思维。

人们不仅在头脑中能再现经历过的事物形象，还能在此基础上进行加工组合，创造事物新形象，这种心理活动过程就是想象。

2. 情绪情感过程。人们在认识世界的时候，对客观事物和对象总是充满生动的感情色彩。人有喜、怒、哀、乐、爱、恨等，对不同对象有不同的态度。情绪情感就是人对客观对象所持的态度和体验，它既能给人强大的精神动力，也能给人极大的阻力。

3. 意志过程。人不仅能认识世界，有感情地体验现实，而且还能自觉地、能动地变革现实。这种与改造现实相联系的自觉地确定目的，根据目的有计划地调节支配行动，并克服困难，最终实现目标的心理过程称为意志。

认识过程、情绪情感过程和意志过程是人的心理过程的三个不同方面，它们是相互联系、相互影响和相互制约的。在人的心理活动中，认识过程是基础，情绪情感过程和意志过程是动力系统。

（二）个性心理

个性心理是指表现在一个人身上的比较稳定的心理特性的综合。由于每个人的遗传素质、所处的社会环境、生活条件以及所受的教育不同，人与人之间在心理风格和面貌上存在着差别，形成了人的个性心理的差异。人的个性心理的差异主要表现在个性心理动力、个性心理特征、意识和无意识三个方面。

1. 个性心理动力。人的个性心理动力主要包括需要、动机、兴趣、爱好、理想、信念、世界观等。不同的人个性心理动力不尽一致。例如，有的人在物质需要方面追求强烈，有的人更注重精神的与成就的需要；有的人生理性动机强于社会性动机，有的人则社会性、心理性动机更为强烈；每个人除有各自不同的兴趣与爱好外，兴趣的

广度、深度、稳定性和效能性上也存在着差异；有的人信念模糊，有的人信念明确；有的人有远大理想，有的人思想空虚，无所追求；有的人持科学、正确的世界观，而有的人则持错误的世界观；等等。所有这些都从不同态度和行为的动力系统方面显示着人的个性倾向性差异。

2. 个性心理特征。个体的能力、气质、性格统称个性心理特征。能力的差异既表现在一般能力（即智力）方面，也表现在特殊能力方面；既表现在模仿能力方面，也表现在创造能力方面。此外，能力还有表现早晚的差异，有的人智力早慧，有的人则“大器晚成”。气质就是人们平常所指的性情或脾气。例如，有的人活泼好动，有的人则沉默寡言；有的人性急，有的人则是慢性子；有的人暴躁，有的人则性情温和；有的人外向善交，有的人则内向孤僻；等等。所有这些与遗传素质有关的表现人的心理与行为活动中的动力性方面的个性心理特征就是气质。性格是人的稳定的态度和习惯化的行为方式相结合表现出来的个性心理特征。例如，心胸宽广还是心地狭窄；谦虚还是骄傲；勤劳还是懒惰；勇敢献身还是怯懦怕死；热情友善还是冷漠无情；自尊、自信还是自卑、自负；等等，都是人的性格差异的具体表现。

3. 意识和无意识。

(1) 意识是人与动物最本质的区别，它是指能为个体所清晰觉察到的心理活动。意识是人的精神生活的重要特征，也是人的心理活动的主导方面。正是因为人具有意识，人才能够觉察到作用于感官的外部世界，同时，人才能够认识到客观事物的特征及其联系，并能动地去改造客观世界；人也才能够觉察到自己的主观世界，明确自己的行为动机和内心的需要，了解自己的认知过程及情绪状态，知道自己的心理特征和行为特点。由于人具有意识，因而人不仅能够认识、评价事物与自身，而且还能够实现对环境和自身能动的改造。

(2) 无意识是指人们在正常情况下觉察不到，也不能自觉调节和控制的心理现象。人在梦境中产生的心理现象就是在无意识的情况下出现的。人在清醒的时候也会出现无意识的心理现象如笔误、口误等。无意识也是人的心理活动，并对人的行为具有一定的作用。意识是人精神生活的重要特征，无意识也是人精神生活的一部分。

三、心理学的学科性质

从上述可知，心理学是一门“古老而年轻”的科学，正如德国心理学家艾宾浩斯（Ebbinghaus）所说：“心理学虽然有漫长的过去，却只有短暂的历史。”^① 心理学作为一门科学，如何给它在科学类属中定位，或者说它究竟属于什么性质的科学呢？

一般来说，一门学科的性质，应由它研究对象的特殊质的规定性来决定。心理学作为一门研究人的科学，与其他研究人的科学不同。例如，生理学侧重研究人体器官功能，解剖学侧重研究人体器官形态结构，而心理学要研究人的全部心理活动及其生

^① 艾宾浩斯著：《心理学纲要》，文化教育出版社1908年版，第1页。



理机制。心理学既要研究“心”，又要研究“身”。从“身”的角度看，人是个“自然的实体”，是自然界长期发展的产物，就是作为心理器官的人脑，虽说是在社会性的劳动中形成发展起来的，是社会化了了的物质实体，但它的本质仍是物质的，仍不失物质所固有的自然属性，因此心理学是一门自然科学；从“心”的角度看，人的心理反映的内容既包括社会存在，又包括自然界的一切事物，人的心理过程是全人类共有的，不存在什么阶级性的问题，可人的个性则又是社会关系的总和，要打上阶级的烙印，因此心理学又是一门社会科学。由此可见，心理学是一门介于自然科学和社会科学之间的交叉学科。

第二节 心理学的任务和意义

一、心理学的任务

(一) 确定心理事实

心理学研究最起码的一项工作是在质上和量上确定心理生活的具体事实。每一种心理事实都有质上和量上的特点。例如，在研究中学生的成就动机时，就要确定成就动机具有哪些质的和量的特点，学生的成就动机包含回避失败倾向、学业达成倾向、克服困难倾向和社会竞争倾向，这四种倾向的组合就表现为成就动机的质的特点；而表示每种倾向强弱的分数则表现为成就动机的量的特点。每一种心理事实都可以从质的和量的方面来描述，从质上和量上对心理事实进行描述是心理学研究的一项基本任务。

(二) 揭示心理规律

心理学研究的第二类问题是揭示心理规律。科学研究不能只限于对心理事实的描述，而应从现象的描述进而探求其规律。例如，每当某种心理事实的发生具有相应的条件时，就必然会出现这种心理事实，我们就说，这种心理事实将合乎规律地发生。例如，“遗忘的速度，先快后慢”，就是艾宾浩斯用实验得出的一条规律。

(三) 揭示心理机制

心理学研究的第三类问题是揭示心理机制。“机制”一词，原指机器的构造和动作原理。心理学上借用这一术语是指要了解心理的内在工作方式，包括有关心理结构组成成分的相互关系和变化，以及其间发生的生理变化的性质和相互联系。对心理机制的探讨往往离不开对与之相应的生理机制的探讨。但是，对心理机制的探讨和对生理机制的探讨毕竟是属于心理学研究的不同层次，完全可以非同步地进行研究。

(四) 揭示心理本质

心理学研究的第四类问题是揭示心理本质。这类问题，包括各种心理过程、心理状态、个性心理特征和个性倾向性是如何产生的，又是如何发展的；这些心理现象有何作用，又是如何起作用的；等等。这些不是简单的问题，具体地说，它涉及心理与

客观现实的关系,心理与神经系统、脑的关系,心理与行为活动、社会实践的关系。在对这类问题的解决上,学者们的哲学观点往往会形成尖锐的对立——唯物论与唯心论、辩证法与形而上学的斗争。只有马克思主义哲学才能指导我们科学地解答这个问题。

因此,从心理学研究的对象和基本任务来看,可以下这样一个定义:心理学是研究心理现象的本质、规律、机制和事实的科学。

二、学习心理学的意义

探明心理现象的各种规律在理论上和实践上都具有重大意义。尤其在实践上的意义十分明显。

任何实践活动都是人的实践活动,都是在人的心理的调节下完成的。心理学的研究成果能使人们运用已发现的心理规律去预测和控制心理现象的发生和发展,以提高各种实践活动的效率。这样,心理学就可以直接参与到极为广泛的实践活动中去,为许多实践领域服务。

(一) 心理学在教育中的作用

1. 有助于理解和解释学生的心理现象和行为,认识和掌握教育、教学规律。教师天天都在与不同学生的各种心理现象和行为打交道,但要真正理解和解释这些心理现象和行为并不容易。但是,教师只有真正理解和解释这些现象和行为背后的心理原因,才能做出正确的决策,采取适当的教育措施,引导学生健康快乐地成长。心理学作为教育学的理论基础学科,研究学生认识活动、情感、意志以及个性特征的形成和发展的规律,研究学生年龄特点及在教育、教学条件下的心理活动规律,这些知识对于准确地了解受教育者的心理发展水平和年龄特点,预见学生发展的前景,有针对性地采取教育、教学措施,是十分重要的。

2. 有助于运用心理学原理,指导和开展当代教学改革。我们的时代正处在一个伟大的变革时期。随着现代科技的迅猛发展,人类认识客观世界日益深化,研究人的智能及其发展,研究思维规律、学习机制、智力开发、人才培养等教育问题,深入开展教育改革,已成为举世瞩目的一项富有竞争性的课题。从心理科学的角度,探索开发智力、改革教育、培养人才的有效途径,是每位教育工作者肩负的重任。

综观现代教学改革的理论,大部分是心理学家根据学生的心理发展规律提出来的。教师只有学习和掌握心理学理论,才能有效地开展教学改革,提高教育质量;同时,才有可能在教改实践中开展心理学的研究,推动心理科学的发展。

3. 有助于教师判断学生的心理健康水平,有效地开展学生心理异常的调适工作。在现代社会中,人们普遍认为,与身体健康一样,心理健康也是健康的重要组成部分。对教育工作者来说,促进学生的心理健康无疑是一项重要的教育任务与目标。

教师应当学习心理学理论知识,掌握帮助和提高学生心理调适的基本技能,向学生提供有助于身心健康的心理学知识,劝导、了解心理异常学生在校生活和社会适



应上遇到的困难、挫折和冲突,帮助他们树立正确的自我意识,形成良好的人际关系,提高情绪的自我调控能力与环境适应能力,增进积极的个性品质和活动效能,等等,以便提高广大学生的心理素质、改善学校的心理社会环境、增进学生的社会适应能力,最大限度地促进学生德、智、体、美、劳的全面发展。

(二) 心理学在自我教育中的作用

心理学的知识对自我教育也很重要。科学地理解心理现象有助于人们改进自己的学习方法,合理地进行脑力工作;有助于人们认识自己个性品质的优缺点,自觉地发展积极的个性品质,克服消极的个性品质;有助于人们认识自己的不良情绪,调节自己的情绪,保证身心健康;等等。

三、心理学的分支学科

科学心理学经历了 100 多年的发展,随着现实生活需求的变化和临近学科的发展,心理学的研究领域越来越广,逐渐形成了众多的心理学分支学科。在这些分支学科中,有些继续着重基础的实验研究和理论探讨,即基础心理学;有些则着重实际应用,在社会实践的不同方面发挥着重要作用,即应用心理学。

(一) 基础心理学

基础心理学领域主要有以下几个分支学科。

1. 普通心理学。普通心理学研究人的心理现象产生和发展的一般规律,也研究心理学的最一般的理论,如心理与客观现实的关系、心理与脑的关系、各种心理现象之间的相互联系及其在人的整个心理结构中的地位和作用等。
2. 发展心理学。发展心理学研究人在其生命过程各个阶段的身心变化,探究各个年龄阶段的心理特征,揭示个体心理从一个年龄阶段发展到另一个年龄阶段的规律。
3. 认知心理学。认知心理学研究人是如何从周围环境中获取知识,并运用知识的心理活动过程。
4. 人格心理学。人格心理学研究个体的人格结构和人格发展,以及先天遗传和环境等因素对其产生的影响。
5. 社会心理学。社会心理学研究个体如何受团体的影响,以及团体中个体间的相互影响。
6. 变态心理学。变态心理学研究个体行为异常的原因及异常行为的类别特性。
7. 生理心理学。生理心理学研究人的行为和心理活动与人的生理机能之间的关系。
8. 实验心理学。实验心理学以科学实验的方法研究人类及动物的行为及心理变化。

9. 心理测量学。心理测量学研究如何以心理测验的方式度量个体的心理特征。
- ### (二) 应用心理学

应用心理学领域主要有以下几个分支学科。

1. 临床心理学。临床心理学以心理学原理应用于临床诊断和治疗行为异常及精神障碍者。

2. 消费心理学。消费心理学研究社会大众一般消费行为的规律。

3. 法律心理学。法律心理学运用心理学原理研究司法程序中犯罪动机、犯罪证据的信度和效度等,以有助于法律的公正。

4. 广告心理学。广告心理学以心理学原理研究如何通过广告引起消费者的购买行为。

5. 管理心理学。管理心理学研究管理活动过程中的心理规律。

6. 教育心理学。教育心理学研究教与学过程中的心理规律。

心理学的应用范围很广,还包括有其他的分支学科如咨询心理学、工业心理学等。心理学分支的迅速发展标志着心理学学科体系逐渐形成。随着人类社会实践活动领域的不断扩大,心理学研究的课题越来越广泛,心理科学的结构体系必将更加完善。

第三节 心理学的研究方法

一、心理学研究的基本原则

根据辩证唯物主义的哲学观点,心理学研究必须遵循以下基本原则。

(一) 客观性原则

客观性原则要求必须以实事求是的态度对任何心理现象按照它们的本来面目加以考察,必须在人的生活和活动中客观地进行心理学研究。

(二) 系统性原则

系统性原则要求在对人的心理现象进行研究时,必须考察各种内外部因素之间相互联系和制约的作用,注意把某一心理现象放在多层次、多因素的系统之中进行分析。

(三) 发展性原则

发展性原则要求在对人的心理现象进行研究时,坚持发展的观点。

(四) 理论联系实际的原则

理论联系实际的原则要求心理学的研究和设计过程必须有科学理论指导,提出的研究课题必须对社会实践活动和人类发展有积极意义。

二、心理学研究的基本方法

(一) 观察法

观察法(自然观察法)就是在自然情境中对被观察者的行为作系统的观察记录以了解其心理的一种方法。例如,观察学生在听课时的表现,以了解其注意的集中情



况。观察法通常是由于无法对被观察者进行控制,或者由于控制会影响其实际行为表现或有碍于伦理道德而采用的。从观察者和被观察者之间的关系来看,观察有两种主要形式:参与观察和非参与观察。前者是观察者成为被观察者活动中一个正式的成员,其双重身份一般不为其他参与者所知晓。后者是观察者不参加被观察者的活动,不以被观察者团体中的成员身份而出现。无论采用哪种形式,原则上都应在被观察者不知晓的情况下对其进行观察为宜。这样,被观察者的行为表现才自然真实。通过单向透光玻璃或闭路电视录像装置进行观察,使被观察者觉察不到有人在观察,就可以观察到其自然真实的行为。

根据观察要求不同,观察法又可以分为长期观察和定期观察。长期观察是指在相当长的时期内进行系统性观察,有计划地积累资料。例如,达尔文的《一个婴孩的生活概述》、陈鹤琴的《一个儿童发展的程序》就是这一类研究。定期观察是指在某一特定的时间里进行观察记录。例如,在每周中几个特定时间里观察小学生的课业责任心行为表现,待资料积累到一定的时候,进行分析整理得出结论。

为了避免观察的主观性和片面性,使观察时能够获得正确的资料,在使用观察法时应遵循以下几项原则:①观察必须要有明确的研究目的,对拟观察的行为特征要加以明确界定,制订好计划,按计划进行观察。②观察必须是系统的,而不是零星偶然的。③必须随时如实地做好记录,严格地把“传闻”与“事实”、“描述”与“解释”区分开来。如果能用录音机、录像机作记录,效果更好。④应在被观察者处于自然状态的情况下进行观察。

观察法是收集资料的初步方法。它使用方便,有经验的教师如能善于运用,是可以收集到所需资料的。但观察法积累的资料只能说明“是什么”,而不能解释“为什么”。因此,由观察所发现的问题尚需用其他研究方法进行进一步的研究。

(二) 调查法

调查法就是以问问题的方式,要求被调查者就某个或某些问题回答自己的想法的一种研究方法。调查法可以用来探讨被调查者的机体变量(如性别、年龄、教育程度、职业、经济状况等)、反应变量(即其对问题的理解、态度、期望、信念、行为等)以及它们之间的相互关系。根据研究的需要,可以向被研究者本人作调查,也可以向熟悉被研究者的人作调查。

调查法可分为书面调查和口头调查两种。

1. 书面调查。书面调查即问卷法,是研究者根据研究课题的要求,设计出问题表格让被调查者自行填写来收集资料的一种方法。这种方法具有向许多人同时收集同类型资料的优点;其缺点是发出去的调查表难以全部收回,只能得到被调查者对问题的相对完整的答案。

在设计调查问卷时应注意以下几点:①要针对调查的目的来设计问卷。②提出的问题要适合于调查的目的和被调查的对象。③使用方便,处理结果既省时又经济。

2. 口头调查。口头调查即访谈法,是研究者根据预先拟好的问题向被调查者提