

获 安徽省高等学校第二届优秀教材二等奖
华东地区大学出版社第三届优秀图书二等奖

高等师范 心理学教程

(第3版)

The background of the cover features a silhouette of a person in profile, looking out over a city skyline at night. The person is holding a pair of glasses. The city lights are visible through the windows of the buildings.

主编 李铮 副主编 张履祥
中国科学技术大学出版社

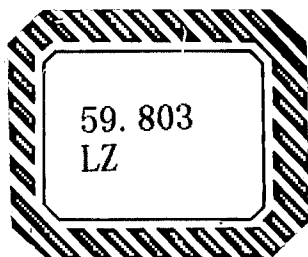
获 安徽省高等学校第二届优秀教材二等奖
华东地区大学出版社第三届优秀图书二等奖

高等师范 心理学教程

(第3版)

主 编 李 铮

副主编 张履祥



中国科学技术大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

高等师范心理学教程/李铮主编. —3 版. —合肥:中国科学技术大学出版社,1999.8

ISBN 7-312-01136-5

I. 高… II. 李… III. 教师心理学-高等师范教育-教材 IV. G443

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 35895 号

中国科学技术大学出版社出版发行

(安徽省合肥市金寨路 96 号 邮编:230026)

中国科学技术大学印刷厂印刷

全国新华书店经销

开本:850×1168/32 印张:12.75 字数:330 千

1993 年 7 月第 1 版 1999 年 8 月第 3 版第 4 次印刷

印数:35001—48000 册

ISBN7-312-01136-5/B·26 定价:15.00 元

序

日前,我的同事李铮教授送来一份由他主编的《高等师范心理学教程》教学大纲,并嘱咐我写一篇短序,我欣然允诺,十分乐意为之作序。这倒不是因为我在心理学领域有多深的学识和多高的造诣,而是为作者的事业心和探索精神所驱动。这本《教程》是我省五所高等师范院校的心理工作者在总结多年来的亲身教学实践的基础上,共同探索,潜心研究,大胆更新,通力协作的可喜硕果。它立足于现实,从当前高师院校的教学实际出发,针对在心理学教学中长期存在着的弊病(如针对性不强,理论脱离实际,教学效果欠佳等),在改革教材体系和内容方面作了有益的探索和可贵的尝试,我觉得,颇有特色,有新意,有创新。我衷心希望这本书能与读者早日见面。

人的心理活动是在日常生活和社会实践中最普通、最常见的现象,但它又是宇宙间最复杂的现象之一。人类对自身心理活动的不懈探索已有两千多年的历史,特别是自 19 世纪中期以来的一百多年间,随着科学的发展、认识的深化和社会的进步,心理学作为研究心理活动规律的科学得到了

蓬勃的发展,越来越广泛地深入各个学科和社会实践的各个领域,具有重大的理论意义和多方面的实践意义。在社会生活中,一切实践活动都是人的实践活动,而人的实践活动又都是在一定的心理活动调节之下完成的。随着人类实践领域的不断扩大、科学技术的日新月异和社会生活的多样化,心理科学领域也愈益扩展和深化,衍生出许许多多的分支和流派,它的理论和实践功能在日益增强,担负着越来越繁重的任务。在当代,教育、生产、劳动、医疗、工程、艺术、管理、体育、军事、航天等各个实践领域都离不开心理学知识,心理学正在从提供人的心理活动的规律性的知识来促进、调节和控制人们的心理过程和心理特征,提高人们实践活动的效率,为各行各业服务。当前,我国人民正在党的社会主义初级阶段的基本路线指引下,以经济建设为中心,坚持四项基本原则,坚持改革开放,建设有中国特色的社会主义。人们的生活方式、思维方式、交往方式和管理方式正在发生巨大的变化。新的历史条件要求心理学工作者适应社会发展的客观需要,大胆探索,不断补充、更新和完善心理学科,使之在社会主义建设的伟大实践中作出自己应有的贡献。

学校的根本任务是培养社会主义事业的建设者和接班人。俄国教育家乌申斯基说,教育学要想

从各个方面培养一个人,就应当先从各个方面了解这个人。教育必须研究、适应和遵循受教育者身心发展的规律,把心理学引进教育实践中,依据学生认识活动的发展规律和情感、意志、动机、注意以及个性特征的形成和发展规律,去确定教学内容,选择教学方法,采取有针对性的教育措施。只有深入地研究学生心理活动的规律,正确地掌握学生心理发展的特点,准确地了解他们心理发展的水平,才能有成效地、创造性地进行教育和教学工作。

在高等师范院校,心理学是一门必修课程。根据学校的培养目标,使学生系统地学习和掌握心理学的基本理论和基本知识,学会科学地对教育对象、教育过程、教育原则、教育方法,以及对教育本身进行心理分析的基本技能,不仅对于师范生自身心理素质培养和提高,而且对于他们未来教育事业的职前准备,都具有十分重要的意义。

教材是课程之本,是教学的依据,不断地更新和完善教材是学科建设的重要组成部分。时代在前进,教育在发展,教材的更新势在必行,李铮教授主持编写《教程》的旨意,正在于创新教材体系。这本书有自己的很多特色,从学校的培养目标和心理学科自身特点的结合上来创新教材体系和内容;在加强思想性和科学性的基础上,突出师范

性、针对性和实践性,使之具有独立风格和特色;在体系结构上比较系统完整,在内容上不仅注意吸收新的理论成果,而且贯彻理论联系实际的原则,在加强教学实践环节的同时,顾及到了学科的完整性和教学的循序性,以及各学科之间的联系;在文字表达上尽量做到简明准确,通俗易懂,等等。

心理学是一门正在迅速发展的科学。丰富、发展和完善这门学科,尚须广大心理学工作者、其他理论工作者和实际工作者的共同努力。我相信,本书的出版,对于心理学的建设和高等师范院校的教育工作将起积极的促进作用。

李松林 一九八四年
于燕京

再 版 前 言

《高等师范心理学教程》经过近两年的教学实践,普遍反映该教材的体系和内容具有特色,面向师范教育和教学实际,针对性较强,使用效果良好。

为了进一步完善教材内容,应有关方面的要求,现将其修订再版,以适应高等师范院校教学的需要。

修订再版主要是根据教学实践中尚需改进的一些问题,对部分章节内容作了进一步的增删和提炼,一部分章节结构也作了稍许变更,并适当充实有关教育和教学的实践内容。总之,修订的目的是为了更有利于教师的讲授和学生的学习。

本书由安徽师范大学教育系李铮教授和张履祥教授任正副主编。各章执笔分工如下:绪论,李铮;第一章,葛明贵;第二章、第三章,欧阳文珍、孔维民;第四章,汪明、郑长江;第五章,周策;第六章,汪涛;第七章,曹长德;第八章,蔡芸;第九章,鲍丽金;第十章,张履祥;第十一章,王丽秋;第十二章,钱含芬;第十三章,鲁峰;第十四章,赵凯;第十五章,沐守宽;第十六章,姚本先、桑青松。

在修订再版的过程中,得到各编写单位的大力合作,在此一并表示感谢。我们将继续在教学实践中不断探索,使教材的体系和内容日臻完善,并希望继续得到广大读者的批评和指正。

教材编写组

1998 年元旦

第一版前言

心理学是高等师范院校的一门必修课程,是师范专业的一门共同基础课。鉴于多年来的教学实践,高师心理学在教学上存在着针对性不强,理论脱离实际等问题,教材内容急待更新,教材体系需要改革。《高等师范心理学教程》(以下简称《教程》)的出版,就是为此而作的努力。

《教程》编写的指导思想是:在加强思想性和科学性的基础上,突出师范教育性,针对性和实践性,改革教材内容,更新教材体系,建立具有自身独立特色的《高等师范心理学教程》的学科体系和教材体系。

整个《教程》的内容结构,除“绪论”外,一共分为四大编,十五章,以结合中学实际需要为主要原则,每编围绕一个中心论题展开。第一编为“智力因素与学习”,论述各种智力构成因素与学习的关系、以及培养智力和相关能力等问题;第二编为“非智力因素与学习”,论述各种非智力因素,即智力的动力因素对学习活动的积极作用;第三编为“青少年心理”,论述青少年的身心发展、品德心理、群体心理,以及心理卫生等问题;第四编为“职

业心理”，论述职业活动心理、择业心理，以及教师职业心理等问题。

根据《教程》内容的安排，在教学时，可采取讲授与自学相结合的方法，按照不同性质的内容和难易程度，有重点地进行讲授，部分对于高师学生易读易懂的内容，可指导他们自学阅读或讨论，在教学方法上应灵活掌握。

本《教程》是由安徽师范大学、阜阳师范学院、安庆师范学院、淮北煤炭师范学院、安徽农业技术师范学院共同制定教学大纲，集体协作编写的。本书由安徽师大教育系主任李铮教授任主编；心理学教研室主任张履祥副教授任副主编。参加教材研究和编写的同志都是长期从事教学第一线、富有经验的专业教师，他们是（按编章顺序排列）：绪论，李铮（安徽师大），第一章，葛明贵（安徽师大），第二章，欧阳文珍、孔维民（阜阳师院），第三章，汪明、郑长江（阜阳师院），第四章，周策（安徽师大），第五章，汪涛（安庆师院），第六章，曹长德（安庆师院），第七章，蔡芸（安徽师大），第八章，鲍丽金（安徽师大），第九章，张履祥（安徽师大），第十章，汪丽秋（淮北煤炭师院），第十一章，钱含芬（安徽师大），第十二章，鲁峰（淮北煤炭师院），第十三章，赵凯（安徽师大），第十四章，沐守宽（安徽农技师院），第十五章，姚本先（安徽师大）、孔燕（安徽

师大)。

本书也是安徽省心理学会组织编写的系列教材之一,在讨论、编写和出版过程中,曾得到安徽省教育委员会高教一处琚仲达处长的关心和支持,得到安徽省心理学会名誉理事长戴哲人同志的关心和支持,得到参与编写的五所高校有关领导的关心和支持,得到中国科学技术大学出版社的合作与支持,特别是安徽师范大学副校长文秉模教授在百忙中为本书作序,在此,我们一并表示诚挚的谢意。

时代在前进,科技在飞跃,教育在发展,教材需更新,这是当前教材建设面临的重要任务。我们虽然为此做了一些改革的尝试,但不足之处仍在所难免,还望读者批评指正。

五校教材编写组

1992年国庆节

目 次

序	(I)
再版前言	(V)
第一版前言	(VII)
绪 论	(1)
第一节 心理学的一般问题概述	(1)
第二节 高等师范心理学的特点和任务	(9)
第三节 心理学研究的一般方法	(12)

第一编 智力因素与学习

第一章 感觉和知觉	(19)
第一节 感觉和知觉的概述	(19)
第二节 感知规律与学习	(30)
第三节 观察和观察力的培养	(41)
第二章 表象和想象	(46)
第一节 表象	(46)
第二节 想象	(50)
第三节 睡眠和梦	(57)
第三章 思维	(65)
第一节 思维概述	(65)
第二节 问题解决	(71)
第三节 知识的理解	(78)
第四节 创造性思维	(83)
第四章 记忆	(91)

第一节	记忆概述	(91)
第二节	保持和遗忘	(99)
第三节	如何识记	(105)
第四节	再认与回忆	(111)
第五章	学习与学习迁移	(116)
第一节	学习的概述	(116)
第二节	学习过程的分析	(122)
第三节	学习的迁移	(129)
第六章	能力	(136)
第一节	能力的概述	(136)
第二节	能力的测量	(139)
第三节	能力的个别差异	(144)
第四节	能力与学习	(149)

第二编 非智力因素与学习

第七章	需要和动机	(157)
第一节	需要和动机概述	(157)
第二节	动机与学习	(166)
第三节	学习动机的激发	(172)
第八章	兴趣与注意	(181)
第一节	兴趣的概述	(181)
第二节	兴趣与学习	(186)
第三节	注意的概述	(188)
第四节	注意与学习	(194)
第九章	情感和意志	(205)
第一节	情绪与情感	(205)
第二节	意志	(212)
第三节	情感、意志与学习	(221)

第十章 气质和性格	(228)
第一节 气质.....	(228)
第二节 性格.....	(237)
第三节 个性差异与因材施教.....	(249)

第三编 青少年心理

第十一章 青少年的身心发展	(256)
第一节 青春期生理发展.....	(256)
第二节 青少年心理发展.....	(258)
第三节 青少年心理矛盾与教育.....	(271)
第十二章 品德心理	(277)
第一节 品德心理概述.....	(277)
第二节 品德形成过程的心理分析.....	(281)
第三节 学生品德不良的矫正.....	(293)
第十三章 群体心理	(301)
第一节 群体心理概述.....	(301)
第二节 班集体的社会心理.....	(306)
第三节 中学生的人际关系.....	(312)
第四节 课堂上的心理气氛.....	(318)
第十四章 心理卫生	(324)
第一节 心理卫生概述.....	(324)
第二节 青少年特殊的心理卫生问题.....	(329)
第三节 青少年的心理健康教育.....	(335)

第四编 职业心理

第十五章 职业心理	(345)
第一节 职业心理概述.....	(345)

第二节	学生职业心理教育·····	(353)
第三节	职业指导·····	(360)
第十六章	教师职业心理·····	(370)
第一节	教师角色·····	(370)
第二节	教师的教育能力·····	(378)
第三节	教师的心理修养·····	(382)

绪 论

第一节 心理学的一般问题概述

《高等师范心理学教程》作为一门课程以及一门独立的学科，其专业理论基础是普通心理学及其分支教育心理学、发展心理学和社会心理学等，而普通心理学又是其最主要的基础。因此，我们首先必须了解普通心理学是研究什么的科学。

一、心理学的研究对象

心理学是研究什么的？这就是心理学的对象问题，也是我们学习心理学首先要了解的一个问题。

心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。

人的心理现象是人头脑内部的活动，别的人直接看不见，听不到，也摸不着，俗话说：“知人知面不知心”。那么，我们又怎样去研究呢？其实，心理现象和其他化学、物理现象一样，它的产生、变化和发展都是有规律的，因为各种事物或现象之间都会存在某种必然的联系，都服从一定的因果关系。根据因果关系，我们就可以由看见的东西推断出看不见的东西。譬如说，地下有没有石油？我们直接看不见，但有石油的地方，地层表面上会有什么情况是可以知道的。因为地下情况和地表情况有因果联系。所以，由地表情况可以推知地下有石油。这不是揣测，而是科学论断。

人的心理也是可以了解的，因为心理现象的产生和变化也是有规律可寻的，是可以进行科学推断的。譬如说，人的心理活动和人的机体变化存在着某种联系，如害怕时脸色发白，害羞时脸色发红。害怕和害羞是一种心理现象，而脸色的变化则是机体表现。因