



面向 21 世纪 课程 教材  
Textbook Series for 21st Century

高等院校公共课教材

# 心 理 学

(《心理学新论》修订版)

姚本先 主编

桂守才 周 策 副主编



高等教育出版社  
HIGHER EDUCATION PRESS

# 面向 21 世纪课程教材 Textbook Series for 21st Century

高等院校公共课教材

# 心理学

(《心理学新论》修订版)

姚本先 主编

桂守才 周策 副主编

姚本先  
王

姚本先  
桂守才  
周策

010-28281118  
00-810-0298  
http://www.hep.edu.cn  
http://www.hep.com.cn  
http://www.jbhep.com.cn  
http://www.jbhep.com.cn

出版发行 高等教育出版社  
社址 北京市西城区  
邮政编码 100011  
电话 010-28281100

2002年3月第1版  
2002年12月第3次印刷  
39.80元

787×960 1/16  
32 22  
290 000



高等教育出版社  
HIGHER EDUCATION PRESS

## 内容简介

本书是《心理学新论》的修订版,是教育部规划的“面向21世纪课程教材”。全书共12章,以普通心理学的基本理论和知识为基础,融入了教育心理学、发展心理学、社会心理学、人格心理学以及心理健康教育等方面的内容。和初版教材相比,本书内容更前沿,体系更完整,结构更合理,形式更新颖,充分反映了高等院校公共课教材近年来表现出的新、宽、实的发展趋势,有利于学生创新精神和实践能力的培养。

本书可作为高等院校公共课教材,也可供高等师范院校心理学、教育学和一般院校管理心理学、社会学、哲学等专业的学生和普通心理学工作者阅读。

## 图书在版编目(CIP)数据

心理学:《心理学新论》修订版/姚本先主编. —北京:高等教育出版社,2005.3  
ISBN 7-04-017120-1

I.心... II.姚... III.心理学 IV.B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第028847号

策划编辑	林丹珣	责任编辑	张然	封面设计	杨立新
责任绘图	朱静	版式设计	范晓红	责任校对	王雨
责任印制	杨明				

出版发行 高等教育出版社  
社址 北京市西城区德外大街4号  
邮政编码 100011  
总机 010-58581000  
经销 北京蓝色畅想图书发行有限公司  
印刷 国防工业出版社印刷厂

购书热线 010-58581118  
免费咨询 800-810-0598  
网址 <http://www.hep.edu.cn>  
<http://www.hep.com.cn>  
网上订购 <http://www.landaco.com>  
<http://www.landaco.com.cn>

开本 787×960 1/16  
印张 32.25  
字数 590 000

版次 2005年3月第1版  
印次 2005年12月第3次印刷  
定 价 39.80元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 17120-00



# 前 言

1879年,心理学作为一门独立的学科在德国正式诞生,2004年8月,第28届国际心理学大会在中国北京隆重举行。经历了一百多年的心理学,神秘的色彩渐渐隐去,科学的价值不断显现。今天的心理学正日益走进和融入人们的生活,对社会的作用以及对人类的贡献也越来越大。面对社会的变革和科学的进步,加快心理科学的发展,促进心理学科的建设意义深远。《心理学》(《心理学新论》修订版)的出版,可谓应时而出。

《心理学新论》面世以来,短短四年十次印刷,深受广大读者的喜爱,同时还多次获得省部级嘉奖,可以说初版教材的编写是成功的。然而随着教育改革的不断深化,心理科学的快速发展,初版教材的诸多不足和缺点在教学过程中以及一般读者阅读使用过程中开始出现,这些问题既有文字表达方面的,也有结构体系方面的。为了适应学科建设和人才培养的需要,追踪心理学发展的最新前沿,修订《心理学新论》就显得十分必要和重要。

教材修订的过程应该是再一次的创新,追求创新是本次修订的初始动力和最终目标。首先是体系方面的创新。初版教材的体系立足于心理学作为高等师范院校公共基础必修课,以教育教学活动为主线,内容的师范性特色显著。修订版教材立足于普通高等院校公共基础课教学,仍以师范性为主要背景,同时还关注学生的身心发展和健康成长,内容更加广泛,体系更加完整。其次是结构方面的创新。初版教材的结构简洁紧凑、清晰明了,但不够科学和严谨,尤其是部分内容重复和交叉,如第二章认知理论、人格理论和第四章认知理论以及第五章智力因素、非智力因素等之间的关系繁琐复杂,难以处理。修订版对此进行了更科学的建构,使之相对独立而又保持内在联系,这样结构更加合理,逻辑更加严密。第三是内容方面的创新。在所有的创新活动中,教材内容的创新无疑是关键。本次修订的教材增加了大量的新知识、新理论、新观点,切实体现了教材对学科发展最新前沿动态的追踪,其中有四章是完全新增的,还有更多的节和目也是新增加的。而且,我们还对初版教材中保留的内容进行了全面的精练和更新。因此,在内容方面,修订版教材信息量更大,知识面更

广，理论观点更新。第四是形式上的创新。必须承认，初版教材在编写体例和文本形式上显得呆板、单调、缺乏美感，修订版教材在这方面充分吸收了当今国际上流行的教材编写体例和文本形式，并加以创新，增加了“本章内容细目”、“本章内容小结”、“讨论与思考题”、“推荐参考文献”等，正文中的图片、表格等非文字材料增多，还设置了一些资料性的视窗。因此，教材的文本形式更加活泼生动、美观大方，知识性、趣味性和可读性随之增强。总之，本次修订已不是一般意义的教材修订，而是一次扎实的再研究和创新过程。当然，如果没有初版教材良好的基础，是不可能顺利完成这次具有创新意义的修订的。

《心理学》（《心理学新论》修订版）是共同合作的成果和集体智慧的结晶。全书由姚本先任主编，桂守才、周策任副主编。各章修订撰稿的执笔人如下：姚本先（第一章、第十章、第十一章、第十二章第一、二节），桂守才（第二章、第三章第一节、第九章），周策（第四章），蔡芸（第七章第一、二节），桑青松（第八章），方双虎（第五章、第十二章第三节），丁园园、全莉娟（第三章第二、三、四、五节），许有云（第四章第三节部分、第七章第三节），王道阳、张更立（第六章）。全书由姚本先同志统稿和定稿，桂守才和周策同志协助，王道阳同志为统稿和定稿做了大量具体的工作。

本书的编写及出版得到了天津师范大学沈德立先生、西南师范大学黄希庭先生、上海师范大学燕国材先生和南京师范大学郭本禹教授、河南大学赵国祥教授、福建师范大学连榕教授、淮北煤炭师范学院郜锦强教授等专家学者的大力支持和悉心指导，在此表示最真诚的感谢！另外，葛明贵教授、崔立中教授、任其平副教授、李全彩副教授等同仁挚友对本次修订工作也提出了许多宝贵意见，在此致以深深的谢意！期盼有更多的专家学者及读者对本书给予积极的关注和批评指教。

感谢我们的老师李铮先生所做的奠基性工作，没有他的引领，我们的征程会非常艰难和遥远，我们不会辜负老师的教诲！

本教材已被教育部列为“面向21世纪课程教材”，祝愿它在修订后能发挥更大的作用，产生更深远的影响。

姚本先  
2005年3月

# 目 录

## 第一章 绪论

93	第一节 心理学概述	2
93	一、心理学的含义	2
93	二、心理学的基本观点	6
101	第二节 心理学的起源和发展	10
101	一、心理学的起源	10
101	二、心理学的发展	12
102	三、心理学的理论取向	18
111	第三节 心理学的任务、内容和方法	22
111	一、心理学的任务	22
114	二、心理学的内容	23
116	三、心理学的方法	24

## 第二章 认知理论

121	第一节 认知理论概述	32
121	一、认知的含义	32
127	二、认知发展与学习	36
131	第二节 注意	38
131	一、注意的含义	38
132	二、注意规律与教学	42
140	三、学生注意力的发展与培养	46
143	第三节 感觉和知觉	49
143	一、感觉的含义	49
143	二、知觉的含义	51
144	三、感知规律与教学	54
144	四、学生感知能力的发展与培养	57

第四节 记忆	60
一、记忆的含义	61
二、记忆规律与教学	66
三、学生记忆力的发展与培养	69
第五节 想象与思维	72
一、想象的含义	73
二、思维的含义	76
三、问题解决	79
四、学生思维的发展与培养	83

**第三章 行为动力理论**

第一节 行为动力理论概述	93
一、行为的含义	93
二、行为动力理论	97
第二节 需要	104
一、需要的含义	104
二、需要的种类	107
三、需要的理论	108
第三节 动机	112
一、动机的含义	113
二、动机的种类	114
三、动机的相互作用	116
四、学生学习动机的发展与激发	117
第四节 情绪	121
一、情绪的含义	122
二、情绪的表现形式	125
三、学生情绪的发展与培养	127
第五节 意志	132
一、意志的含义	132
二、意志的过程与结构	135
三、意志的品质	140
四、学生意志的发展与培养	142

**第四章 人格理论**

第一节 人格理论概述	148
一、人格的含义	148

	二、人格的主要理论	153
	<b>第二节 气质与性格</b>	160
	一、气质的含义	160
	二、性格的含义	168
	三、性格与气质的关系	174
	<b>第三节 学生健康人格的培养</b>	176
	一、健康人格的含义	176
	二、学生健康人格形成的制约因素	178
	三、学生健康人格的培养	186
<b>第五章 智能理论</b>		192
	<b>第一节 智能理论概述</b>	193
	一、智能的含义	193
	二、智能的内容	195
	<b>第二节 智能及其发展</b>	198
	一、智力及其发展	198
	二、能力及其发展	206
	三、创造力及其发展	212
	<b>第三节 学生智能的培养</b>	216
	一、学生智力的开发	217
	二、学生创造力的培养	222
<b>第六章 自我意识</b>		230
	<b>第一节 自我意识的概述</b>	231
	一、自我意识的含义	231
	二、自我意识的结构	234
	三、自我意识的功能	241
	<b>第二节 自我意识的理论</b>	242
	一、埃里克森的自我意识理论	242
	二、奥尔波特的自我意识理论	247
	三、米德的自我意识理论	247
	四、洛文格的自我意识理论	248
	<b>第三节 学生自我意识的发展与培养</b>	249
	一、学生自我意识的发展	249
	二、学生自我意识的培养	253



## 第七章 品德心理

260

## 第一节 品德心理概述

261

## 一、品德的含义

261

## 二、品德的心理结构

262

## 第二节 学生品德的发展与培养

269

## 一、学生品德的发展

269

## 二、学生品德发展的影响因素

278

## 三、学生优良品德的培养

282

## 第三节 学生品行不良的矫正

291

## 一、学生品行不良的含义

291

## 二、学生品行不良的原因分析

293

## 三、学生品行不良的转化与矫正

296

## 第八章 学习心理

302

## 第一节 学习的概述

303

## 一、学习的含义

303

## 二、学习的基本规律

307

## 第二节 学习的基本理论

320

## 一、行为学派的学习理论

320

## 二、认知学派的学习理论

322

## 三、人本主义的学习理论

325

## 四、建构主义的学习理论

326

## 第三节 学习的策略与技巧

327

## 一、学习策略的含义

327

## 二、学习策略的类型

329

## 三、学习策略的教学

333

## 第九章 教学心理

340

## 第一节 教学心理的概述

341

## 一、教学的含义

341

## 二、教学活动的要素

344

## 三、现代教学基本价值取向

349

## 第二节 教学设计

352

## 一、教学设计的含义

352

## 二、教学目标分析

354

三、教学任务分析	358
四、教学媒体选择	361
<b>第三节 教学策略</b>	363
一、教学策略的含义	364
二、基础性教学策略	368
三、发展性教学策略	370
<b>第十章 教师心理</b>	374
<b>第一节 教师心理概述</b>	375
一、教师角色的含义	375
二、教师角色的影响与作用	378
<b>第二节 教师专业素质</b>	382
一、教学效能感	382
二、教学反思	385
三、教学监控能力	388
四、教育机智	393
<b>第三节 教师心理健康</b>	395
一、教师心理健康的意义	395
二、教师心理健康问题及表现	398
三、教师心理健康问题产生的原因	402
四、教师心理健康的维护	408
<b>第十一章 学校群体心理</b>	416
<b>第一节 学校群体心理概述</b>	417
一、学校群体心理的含义	417
二、学生班级与班集体	420
三、学生非正式群体	424
<b>第二节 学校群体对个体的影响</b>	430
一、社会助长和社会惰化	431
二、从众与服从	432
三、群体极化与去个性化	436
四、竞争与合作	439
<b>第三节 学校人际关系</b>	441
一、人际关系的含义	442
二、学校人际关系的意义及特点	448
三、师生关系	451

222	四、同学关系	谢代春心理学,三	454
137	<b>第十二章 学校心理健康教育</b>	林杰心理学,四	462
306	第一节 学校心理健康教育概述	吴吉的心理学,一	463
306	一、心理健康的含义	潘英华心理学,二	463
307	二、心理健康的标准	潘英华心理学,三	466
317	三、学生心理健康的现状与分析	吴吉的心理学,章	468
317	第二节 学校心理健康教育的性质		473
317	一、学校心理健康教育的含义	杨琳心理学,章一第	473
317	二、学校心理健康教育的功能	吴吉的心理学,一	473
317	三、学校心理健康教育的目标与任务	杨琳心理学,二	476
317	四、学校心理健康教育的途径	吴宗业心理学,章二第	478
317	五、学校心理健康教育的内容	杨琳心理学,一	480
317	六、学校心理健康教育的原则	吴吉心理学,二	482
317	第三节 学生心理健康测评	代维心理学,三	487
317	一、学生心理健康测评的含义	曾海霞,四	488
317	二、学生心理健康教育档案	吴琳心理学,章三第	491
	<b>参考文献</b>	吴吉的心理学,一	500
404		因烈的气氛问题心理学,三	
404		气型的心理学,四	
414		吴吉的心理学,章一十第	
417		狂躁心理学,章一第	
417		吴吉的心理学,一	
434		林杰心理学,二	
434		林杰心理学,三	
430		杨琳的心理学,章二第	
431		孙前会心理学,一	
433		从琳心理学,二	
433		孙前会心理学,三	
433		孙前会心理学,四	
441		吴关人心理学,章三第	
444		吴吉的心理学,一	
448		吴吉的心理学,二	
451		吴吉心理学,三	

# 第一章 绪论

## 本章内容细目

### 第一节 心理学概述

#### 一、心理学的含义

- (一) 心理学的概念
- (二) 心理学的研究对象

#### 二、心理学的基本观点

- (一) 心理对物质载体的依存性
- (二) 心理与环境的相互制约性
- (三) 个体心理活动的主体性

### 第二节 心理学的起源和发展

#### 一、心理学的起源

- (一) 心理学思想的萌芽
- (二) 心理学思想的哲学土壤
- (三) 科学心理学的诞生

#### 二、心理学的发展

- (一) 西方心理学的发展
- (二) 中国心理学的发展
- (三) 现代心理学的发展趋势

#### 三、心理学的理论取向

- (一) 心理生物学理论取向
- (二) 行为主义理论取向
- (三) 认知理论取向
- (四) 精神分析理论取向

#### (五) 人本主义理论取向

#### (六) 现象学理论取向

### 第三节 心理学的任务、内容和方法

#### 一、心理学的任务

- (一) 描述
- (二) 解释
- (三) 预测
- (四) 控制
- (五) 提升

#### 二、心理学的内容

- (一) 行为与心理的生物基础
- (二) 感觉、知觉与意识
- (三) 学习、记忆与思维
- (四) 生命全程的身心发展
- (五) 动机与情绪
- (六) 个别差异
- (七) 社会心理
- (八) 心理异常与心理治疗

#### 三、心理学的方法

- (一) 心理学研究的指导思想
- (二) 心理学研究的基本原则
- (三) 心理学研究的具体方法

人为万物之灵。人之所以能成为万物之灵，是因为人有丰富多彩的、极其复杂的心理活动和现象。作为一门独立学科的心理学的就是研究人的心理活动及其规律的科学。对许多人来说，心理学是一门既熟悉又陌生的科学。说熟悉，是因为似乎每个人都略知一二，知道心理学在儿童教育、心理健康和人际交往等许多社会生活领域中有着重要作用。说陌生，是因为许多人并没有系统地学习过心理学。面对 21 世纪高度发达和快速发展的社会，如何更加健康、快乐和幸福地生活，已成为当今每个人都十分关注的话题。在这样的时代背景下，心理学自然地渗透进我们每个人的生活，心理学也必将成为与我们每个人联系最为密切的科学。

## 第一节 心理学概述

研究对象问题，是每一门学科都面临的首要的，也是最基本的问题。正是因为研究对象的独特性，才使一门学科与其他学科区别开来，从而成为一门独立的学科。本节主要论述心理学的一般基础知识，如普通心理学的研究对象，人们的心理现象系统，以及对心理现象的基本认识等。

### 一、心理学的含义

#### (一) 心理学的概念

“心理学” (psychology) 一词是希腊文 *psyche* 和 *logos* 两词演变合成而来。*psyche* 意指“灵魂”，*logos* 意指“知识”或“论述”等，合在一起就指研究人类灵魂的学问。“心理学”一词最早出现是在 16 世纪，菲力普·梅兰希顿 (P. Melancthon, 1497—1560) 在其《论灵魂》一书中首创“心理学”这个词，后来鲁道夫·高克莱尼斯 (R. Goclenius, 1574—1628) 最早使用拉丁文“心理学” (*psychologia*) 作为其著作的名称。真正使“心理学”一词语流起来的还是克利斯提安·沃尔夫 (C. Wolff, 1679—1754)，他出版的《经验心理学》和《理性心理学》两部著作首次使用德语来表述“心理学” (*psychologie*) 一词。再后来，鲁斯齐 (F. Rausch, 1806—1841) 首先使用英语“心理学” (*psychology*) 一词。

从古代哲学心理学过渡到现代科学心理学的漫长时间内，心理学的定义有过多次的变化。如心理学是研究灵魂之学；心理学是研究心灵之学；心理学是研究意识的科学；心理学是研究行为的科学。到 20 世纪 60 年代，心理学被定义为研究行为与心理的科学。最近，还有人将心理学定义为研究人性的科学。1989 年第二版的《牛津英语词典》将心理学定义为“关于人类心理的本性、

功能和现象的科学”。1999年修订的《现代汉语词典》将心理学定义为“研究心理现象客观规律的科学”。综上所述，我们认为心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。

## (二) 心理学的研究对象

每门学科都有自己的研究领域和对象，心理学的研究对象就是心理现象及其规律。心理现象与物理现象、化学现象不同，心理现象是生命物质发展到一定的阶段产生的。人有心理现象，这是众所周知的，恩格斯曾誉之为“地球上的最美的花朵”<sup>①</sup>。人的心理现象就是指通常所说的人的心理活动经常表现出来的各种形式、形态或状态，如感觉、知觉、想象、思维、记忆、情感、意志、气质、性格，等等。这些心理现象或心理活动并不是杂乱无章的。从系统论的观点来看，人的心理现象是一个多层次相关联的复杂的大系统。从心理活动的动态变化过程、比较稳定特征和相对持续状态这三个维度来看，又可以把人的心理活动分为：心理过程、心理状态和个性心理三个方面，或三个子系统。三个子系统下面还分别有许多附属系统。

### 1. 心理过程

心理过程是指在人的认识、情感、意志行动方面表现出来的那些心理活动，它们经常处于动态变化的过程中。大家知道，当人们处于觉醒状态时，总是在从事着这样或那样的活动，如生产劳动、学习、科学实验、技术革新、文艺创作、经商贸易、社会交往，乃至娱乐活动等。在这些活动中，人们首先要弄清楚的是，与自己打交道的客观对象（包括人和物）究竟是什么。为此，人们就需要不断地注意着、观察着、思考着、想象着，并且铭记着这些周围的事物和对象。

当人们集中注意观察当前的事物时，即产生了感觉和知觉这样的心理活动；感觉和知觉则是人脑对直接作用于感觉器官的各种事物个别属性和一般意义的认知。当人们在感觉和知觉的基础上进一步思考着什么时，即产生了思维活动；思维是人脑对客观事物的一种间接的和概括的反映，以进一步获得事物本质属性和内在联系的认知。当感知过的事物已不在眼前时，在人脑中还会再次浮现该事物的形象，心理学称为表象。对人脑中的表象再加工改造的过程，即产生了想象活动；想象乃是人的形象思维和创新事物的一种特有的心理现象。此外还必须看到，感觉、知觉、思维、表象和想象等这些心理活动是一个连续的过程，而对构成这个连续过程起重要作用的一种心理条件，就是人对曾经感知过的各种事物大多会以某种痕迹铭记在头脑中，并在一定条件下，通过

① 恩格斯·自然辩证法。北京：人民出版社，1971.24

一定方式回想起来，并继续参与到各种心理活动中去。这种现象我们称之为记忆。记忆是人对过去经验的反映，它也是人类极其重要的一种心理现象。以上所描述的各种心理现象，总括而言，就是人们经常表现出来的对客观事物和对象在认识方面的心理活动。

当然，人们在与周围事物和对象打交道时，绝不会只停留在认识方面。人们在认识事物或他人的同时，还会表露出一定的态度，产生着这样或那样的感受和体验，如满意或不满意、喜爱或厌恶、热情或冷淡、欢欣或忧虑、高兴或烦恼、赞赏或鄙视、沉静或激动等。以上这些人们在认识活动中所产生的各种各样的态度体验，就是人们经常表现出来的心理学称之为情绪和情感方面的心理活动。不仅如此，人们对与之打交道的事物和对象，并不总是满足于在认识、感受和体验上，还经常需要进一步改造客观事物和对象。为了处理好这些问题，人们常常根据自己的认识和体验，产生一定的需要和动机，拟定目的和计划去行动。人们的这类活动叫做意志行动。而支配意志行动的许多内部因素和过程，如人的动机、意向、决心、坚持性等，也就是人们经常表现出来的在意志方面的心理活动。

人的认识、情感、意志这三方面的心理活动，经常处于动态变化之中，都有其发生、发展、终止或升华的过程。所以，这些心理活动都统称为心理过程。而认识、情感、意志三种心理过程又以其相互联系、彼此制约而构成人的整个心理过程。心理过程是人的心理现象最重要的一个方面，是普通心理学研究对象的一个重要的组成部分。人的心理过程，从其活动结构和发生机制来看，具有人类的共同性，它们都受共同的规律所制约。但是，心理过程表现在每一个具体的人身上，又不会是完全一样的，这是因为人的心理过程总是体现在人的各自不同的生活实践中，也会受到差异规律的制约，从而表现出个人心理的不同倾向和特点。

## 2. 个性心理

个性心理就是指一个人在心理过程的发展和进程中，经常表现出来的那些比较稳定的心理倾向和心理特点。

在复杂的现实生活中，由于人的环境和教育的差异，以及自身各种因素的不同，人们在形成需要、动机、兴趣、信念、理想和价值观等方面，总会有这样或那样的个别差异。上述这些差异，就是人们经常表现出来的不同的个性倾向性。与个性倾向性相关联，在人们的认识、情感、意志和行为中，也常常反映着个人的许多不同的心理特点。譬如说，对同一事物的认识，有的人感知敏锐、思维深刻、想象丰富；而有的人则感知迟缓、思维肤浅、想象贫乏。有的人记忆速度快且保持长久；有的人则记得慢且易遗忘。有的人善于形象思维；

有的人则善于抽象思维。有的人善于解决问题、富于创造；而有的人则遵循常规、不善开拓。凡此种在认识及其活动效率方面表现的不同，就形成了人们在能力或智力方面的个别差异。再如，有的人性情暴烈、易于激动；有的人则性情温和、不易发脾气。有的人反应迟缓、情感内向；有的人反应敏捷、情感外向。有的人情感深沉、动作有力；而有的人则心境易变、行动不定。这些表现在情感、情绪等心理活动动力方面的不同特点，就形成了人们在气质方面的个别差异。此外，还有的人经常是活泼愉快的；有的人则经常多愁善感。有的人善于交际；有的人则安然沉静。有的人勇敢顽强；有的人怯懦软弱。有的人主动进取；有的人被动不前。有的人机智果断；有的人优柔寡断。有的人大公无私；有的人私心重重……凡此种经常表现在人们的态度和行为方式上的不同特点，就形成了人们在性格方面的个别差异。

人们在能力、气质和性格等方面所表现出来的这些差异，心理学统称为个性心理特点。个性倾向性和个性心理特点有机地、综合地体现在一个人的身上，也就构成了一个人完整的个性心理，或简称个性。个性心理是人的心理现象的另一个重要方面，也是普通心理学研究对象的一个重要组成部分。

### 3. 心理状态

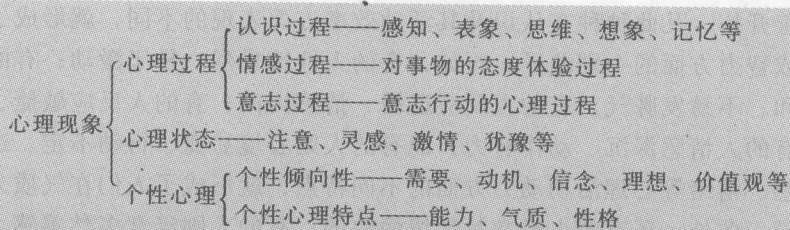
在心理活动的进程中，或从心理过程到个性心理特点形成的过渡阶段，常常会出现一种相对持续的状态。这类心理现象，我们称之为心理状态。例如，伴随着心理过程的注意状态；在创造性思维过程中出现的灵感状态；在情绪过程中出现的心境状态、激情状态；在意志过程中表现出来的信心、决心和犹豫状态；等等。这些心理状态，只是在心理活动的进程中，在一定的时限出现的某种相对持续的状态，它们既不像心理过程那样动态、变化，也不同于个性心理特点那样持久、稳定。

心理学家认为，心理状态常常是从心理过程的发展到个性心理特点形成的一个过渡环节。例如，在日常生活中，一个人常会出现某种激情，可能只是一时的激动；但是，这种心理状态如果经常不能主动加以控制，那么久而久之，便容易形成这个人性情暴烈、易发脾气等比较稳定的个性特点。又如，一个人可能处事一时犹豫，不是对什么事都犹豫，这是常会出现的一种短暂的心理状态；但如果久而久之任其发展下去，成为习惯，也容易形成像优柔寡断这样比较稳定的个性特点。

根据以上对人的心理活动系统的描述，现在我们可以把人的心理现象大致分类，概括列表如下（表 1-1）：



表 1-1 心理现象分类



以上所述，就是心理学研究对象的主要内容。必须指出，上面对心理现象的分类，只是为读者便于了解和掌握。在实际生活中，人们所表现的各种心理现象都是密切联系、交互影响的，具有高度的整合性。

首先，在整个心理过程中，人的认识、情感和意志三个方面是密切联系、相互影响的。情感和意志是在认识的基础上产生的，并随着认识过程的深化而不断变化发展；反之，认识活动又总是受到情感和意志因素的极大影响。此外，情感又是意志行动积极的动力因素；反之，意志行动又丰富着情感。第二，个性倾向性和个性心理特点也是密切关联的。个性倾向渗透于各种心理特点之中，个性特点也反映出个人的倾向，两者在总体上体现着一个人完整的个性。第三，心理过程、心理状态和个性心理，三者体现着人的整体心理活动在“动态—过渡态—稳态”方面的相互关系和时相特征。人的个性是在心理过程的基础上逐渐形成和发展的，又总是通过各种心理过程表现出来。反之，已形成的个性倾向和特点又积极地影响着心理过程，使人的心理过程总是带有个性化的色彩。

总之，心理过程和个性的相互制约关系，从整体上反映着人的心理活动的共同规律和差异规律的辩证统一。心理学就是要研究和揭示这些心理现象及其规律。

## 二、心理学的基本观点

对心理现象的基本认识，即对心理实质的理解问题，是科学心理学必须首先回答的最基本的理论问题。诸如人的心理是怎样产生的，它依存于什么，它来源于何处等，这些问题既涉及根本的哲学观点，又涉及现代科学研究的许多成果。

### （一）心理对物质载体的依存性

心理现象与物理现象不同，心理是物质的派生现象，它的产生需依附于一定的物质实体。现代科学表明，脑是心理的器官，心理是脑的机能。也就是说，人脑是人的心理活动的物质载体。