



心理学

西北地区师专《心理学》编写组

陕西师范大学出版社

心 理 学

西北地区师专《心理学》编写组

陕西师范大学出版社

心 理 学

西北地区师专《心理学》编写组

•

陕西师范大学出版社出版

(西安市陕西师大120信箱)

陕西省新华书店经销 陕西师范大学印刷厂印刷

•

开本787×1092 1/32 印张 13.125 字数275千字

1988年 7 月 第 1 版 1989年 4 月第 2 次印刷

印数：10 200—20 220

ISBN 7-5613-0078-6

G·88 定价：2.90元

序 言

师范专科学校是我国整个师范教育体系中专门培养初中师资的重要场所。毋庸置疑，无论哪一级哪一类学校的教师，为了做好学校的教育和教学工作，就不但应当具有他所要教的课程方面的专业知识以及教育学、教学法等教育科学方面的一般知识，而且应当具有一定的心理学知识。我们常说，少年期（大致相当于初中阶段）学生由于身心发展上的显著变化，正处在人生中一个十分关键的特殊时期。他们一方面精力充沛，热情奔放，智慧洋溢，青春焕发，但另一方面又体验着独立性和依赖性、自觉性和幼稚性等各种心理矛盾。根据我多年从事儿童心理研究和教育工作的经验，深知在这样一个特殊时期里，想要真正做好对少年学生的教育引导工作，是一件很不容易的事。所以，我以为，作为一个初中教师，尤其需要有更为丰富一点的心理学知识。由此看来，师专心理学教学所要担负的任务就是十分重要和相当艰巨了：它既要向师范生传授心理学的基础知识和基本理论，同时还要为他们将来在教育实践中做好培养下一代的工作提供心理学的帮助。显然，为了更好地完成这一任务，努力加强师专心理学教材的建设，至少就目前情况来说，是一件刻不容缓的大事。

近年来，全国各地已经编著出版了若干本师专心理学教材，这是我国心理学事业在社会主义建设新时期里重新繁荣

和迅速发展的一种反映。自党的十一届三中全会以来，特别是在不久前召开的十三大以后，全国人民正在坚定地走建设有中国特色的社会主义的道路，我们心理学也要坚持走自己正确的路。这就是说，我们一方面要始终坚持马克思主义辩证唯物主义的思想原则，另一方面又要结合教学实际需要，吸收中外各家之长，努力编写出有自己特色的好教材来。在这个总的原则下，我们应当提倡教材多样化，因为只有这样，我们才能把教材建设“搞活”，促进各种教材之间的相互媲美，或者说也来一点“竞争”吧！据我所知，在这方面，全国同行都在努力，师专同行也在努力。特别应当提到的是，西北地区师专心理学工作者在这几年里做了不少工作，表现比较活跃，现在放在面前的这本教材就是一个证明。

西北地区师专合作编写心理学教材，过去似乎没有做过，现在由八所师专通力合编，可以说是具有某种开创意义的第一次。后来者可以居上。正因为他们现在才开始这项工作，所以他们就有一些方便条件，可以吸取别的教材的许多优点，避免它们的某些缺点；吸取他人的编写经验，避免再走不必要的弯路。这样编写出来的教材，我相信一定能为整个师专心理学的教材建设增光添色。所以说，他们的工作不但在本地区，而且在全国来说都是一种值得肯定的贡献。我同样相信，这本教材的出版一定会得到全国师专心理学同行的欢迎、支持、鼓励 and 好评。

一本好的师专教材必须从师专培养目标出发，指导思想明确，针对性强，有适合于师专教学的特点。由西北八所师专通力协作，陆世杰、王永惠、张嘉馥、陈怀江四同志主编的这本心理学教材，是基本上做到了这些要求的，因此说是一

本好教材。对这本教材可以举出若干优点，但最值得肯定的是它有适合于师专教学的某些特点，也有不同于已有师专教材的自己的特点。首先，从教学体系上讲，编著者坚持以普通心理学为主干，保留了心理学的传统体系，这对大多数心理学教师来说无疑是容易接受的。然而，在编写内容上编著者力图联系初中教育实际，使普通心理学、儿童心理学、教育心理学和社会心理学有机结合，这确实是一种有益的尝试。前面我已提到，作为一名初中教师，不仅需要有普通心理学的一般知识，而且需要有一些儿童心理学、教育心理学以至社会心理学的知识。可是，从师专教学计划来看，心理学课只能有一门。所以，这种结合不但是符合师专培养目标的要求，而且也是切实可行的。其次，师专心理学教材应当有别于大学心理学专业和本科公共课的教材，相比之下应该编得更加简明扼要一些。但师专教育毕竟也是高等教育，如果认为把师专教材编得越简越好，越浅越好，而没有自己对深度和水平上的一定要求，甚至编成象一本详细学习提纲或科普读物之类的东西，这种想法也是不可取的。现在这本教材在内容组织上详略得当，理论阐述上注意到了科学性，教材选择上还能适当吸收当代心理学研究的新成果，这些都是值得肯定的优点。为便于教与学，有些内容用小字标出，也是可取的办法。这样，不但使教材内容显得充实，而且份量也不过重（全书才二十余万字），也是恰到好处。这样的教材，教师在课堂上可以作为教本，学生拿在手中又便于自学，还可以为有志于进一步钻研心理学的人在学习上引一条路子。再次，这本教材在某些章节内容的处理上是颇具匠心的，对某些在教学中时常会遇到的比较难处理的问题作了一些尝试

性的新的处理。可以看出，这里凝聚着编著者丰富的教学实践经验。事实证明，由师专教学第一线的同志们自己来编写教材，这也是加快师专教材建设的一条有效途径。有鉴于此，我十分高兴地向全国师专以及性质相当的有关院校，向在职中学教师以及其他有志于心理学学习或研究的读者推荐这本教材，希望他们在使用这本教材中有所收益。

当然，作为一本试编初版的教材，难免会有一些缺点或不足。整本教材的框架体系是否合适？内容安排是否妥贴？对个别问题的阐述是否精当？这些都需要在实践中进行检验。我想，读者在使用过这本教材之后会自有评说的。

我欣慰地看到这本新的师专心理学教材的问世。谨书所感，以当序言。

朱智贤

1987年11月5日

前 言

本书是为师范专科学校公共必修课心理学编写的教材，也可供其它师范院校、教育学院、教师进修学校学员以及在职中小学教师和其他教育工作者学习参考。

本书编写以辩证唯物主义的反映论为指导，坚持科学性、系统性和理论联系实际等原则，以普通心理学为主干，力求做到普通心理学、儿童心理学、教育心理学、社会心理学的适当结合。根据师专学生的特点和师专心理学教学的实际，在教学体系的安排和一些教学内容的阐述上，编者作了若干尝试性的处理。为了扩大学生的知识面，为了反映心理学研究的新成果、新材料以及重要的实验事实，书中部分内容用小号字排印，供教师教学时参考，供学生自学时阅读，以补充课堂教学之不足。各章之后有“提示”，提纲挈领地总结出本章要点，以利于知识的系统化和学生复习。书后附有三个附录，可供教学时参考。全书文字力求准确、简练、条理清晰、通俗易懂。我们的这些做法效果如何，尚待实践的检验。

师专心理学教材，近几年来兄弟省区已有编著。然而由于各省区的具体情况不同，也由于编著者学术见解的不同，各种教材都有自己的观点、体系和阐述方式，而不可能只有一个模式。教材编写形式的多样化，可以达到相互补益、相得益彰的目的。有鉴于此。西北地区八所师专（陕西

渭南师专、咸阳师专、西安师专、商洛师专，甘肃兰州师专、天水师专、庆阳师专，青海师专）决定结合西北地区师专心理学教学的实际，协作编写本教材。1987年5月，由渭南师专和咸阳师专联合发起，八校在渭南师专举行会议，组成了协作编写组，确定了编写原则、章节体系及执笔人的分工，并且协商组成了主编组。后在完成初稿的基础上，1987年10月在咸阳师专召开了由主编成员参加的统稿讨论会。

本书主编组成员有：陆士杰（青海师专）、王永惠（渭南师专）、张嘉馥（兰州师专）、陈怀江（咸阳师专）。各章执笔人是：王永惠（引言、第一章）；梁崇科（第二章）；曹普钰（第三章）；朱袖珍（第四章）；姬建锋（第五章）；张嘉馥（第六章）；杨道栋、陈兰萍（第七章）；陈怀江（第八、九章）；龚维珍（第十章）；王淑英（第十一章）；张莉（附录）。

全书由陆士杰完成统编工作，并特聘朱智贤教授审定。

编写过程中，渭南师专和咸阳师专教育学科教研室的同行做了大量工作，两校领导给予了大力支持。

书中直接或间接运用了国内外心理学专家、学者的研究成果，同时吸取了其它版本的优点，在此谨致谢意。

编写西北地区的心理学教材，我们尚属初次尝试。限于编者水平，难免有错误、粗漏之处，诚望专家、同行和广大读者指正。

编 者

1987年11月

目 录

引 言	(1)
第一章 心理的实质	(6)
第一节 心理是脑的机能	(9)
第二节 心理是客观现实的反映	(20)
第二章 心理的生理机制	(34)
第一节 神经系统的结构和机能	(34)
第二节 神经系统活动的基本过程和规律	(51)
第三节 神经系统活动的方式	(56)
第三章 感觉和知觉	(69)
第一节 感觉	(69)
第二节 知觉	(82)
第三节 观察及观察力的培养	(98)
第四章 记忆	(109)
第一节 记忆的概述	(109)
第二节 记忆的基本过程	(116)
第三节 遗忘	(131)
第四节 记忆的品质与培养	(139)
第五章 想象	(146)
第一节 想象的概述	(146)
第二节 想象与创造活动	(154)
第三节 想象力的培养	(163)

第六章 思维	(168)
第一节 思维的概述	(168)
第二节 思维的基本过程和基本形式	(177)
第三节 解决问题的思维过程与创造性思维	(186)
第四节 思维的品质与培养	(199)
第七章 注意	(207)
第一节 注意的概述	(207)
第二节 注意的种类	(212)
第三节 注意的品质与培养	(219)
第八章 情感	(230)
第一节 情感的概述	(230)
第二节 情感的分类	(241)
第三节 情感的品质与培养	(247)
第九章 意志	(254)
第一节 意志的概述	(254)
第二节 意志行动的分析	(261)
第三节 意志的品质与培养	(267)
第十章 个性心理	(275)
第一节 个性的概述	(275)
第二节 个性倾向性	(284)
第三节 个性心理特征	(304)
第四节 个性的形成及培养	(324)
第十一章 少年期学生心理的发展及研究	(335)
第一节 儿童心理发展概述	(335)
第二节 少年期学生心理的发展	(347)
第三节 少年期学生的心理卫生	(365)

第四节	少年期学生心理研究	(373)
附录一	心理学课堂演示实验	(385)
附录二	怎样进行课堂教学的心理分析	(394)
附录三	怎样进行个性心理鉴定	(402)

引 言

什么是心理学？心理学是研究什么的？这是开始学习这门学科时，首先应该弄清楚的一个重要问题。

美国心理学家加德那·墨菲（Gadner Mafie）曾说过：“世界心理学的第一个故乡是中国。”中国古代诸多学者及其著作中确实有着非常丰富的心理学思想。西方心理学家对此是十分钦佩的。

在我们汉语里，心理一词中的“心”，是指“心思”、“心意”，即人们习惯说的思想、感情；“理”是指“条理”、“准则”。战国时期的韩非说过：“理者，成物之文也。”所谓“成物之文”，就是“规律”的意思。所以从汉语的字面来解释，心理就是心思、思想、感情等的总称，心理学则是关于心思、思想、感情等规律的学问。

与其它科学一样，在古代，心理学也是包括在哲学里面的。现在一般认为，从德国哲学家、生理学家、心理学家冯特（W·Wundt）于1879年在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室开始，心理学才从哲学里面分离出来，成为一门独立的科学。

心理学一词来源于古希腊的Psyche和Logos两个词。前一个词是“精神”、“灵魂”的意思；后一个词是“普遍规律”、“科学”的意思。二者合在一起，就是关于精神的普遍规律，或者是关于精神的科学。

人的精神现象，就是人的心理现象或心理活动。所以，可以这样说，心理学就是研究人的心理现象的发生、发展规律的科学。

心理现象是人们非常熟悉的一种普遍而复杂的现象，恩格斯曾誉之为“地球上的最美的花朵”。心理科学把心理现象划分为心理过程和个性心理两大部分，它们是既有区别又有密切联系的统一体。

心理过程是指心理活动的动态过程，它包括认识、情感和意志等活动过程。

认识过程是人的最基本的心理活动过程。当你听到上课的铃声，看到讲台上站着教师的时候；当教师进行课堂提问，你回忆上节课讲的内容，思考如何回答教师提出的问题的時候；当你阅读课文，又想象着课文中描绘的情景的时候……这里列举的“听到”、“看到”、“回忆”、“想象”、“思考”，就是人的感觉、知觉、记忆、想象、思维，都是人在活动中经常发生的心理现象，都是为了弄清楚客观事物的认识活动，心理学称之为认识过程。

但是，人在认识客观事物时并不是无动于衷的，而总要对它采取一定的态度。例如，心理学课教师讲得生动有趣，你听得入神、愉快；考试获得了好成绩，你乐在心中，喜在眉梢；犯了错误，你悔恨自己，遭到了挫折，你唉声叹气……这些也是人在活动中经常发生的心理现象，心理学称之为情绪或情感过程。

人在活动中不仅能认识客观事物，并对之产生这样或那样的情感，更重要的还能对客观事物有一定的反作用，表现出了人所特有的自觉能动性。这种为改造客观事物而提出目

标，制定计划，然后执行计划，克服困难，自觉调节行动，完成任务的心理过程，心理学称之为意志过程。

心理过程是心理学研究对象的一大部分。认识、情感、意志这三个心理过程是互相联系、互相制约的统一过程。把它们区分开来，只是为了研究和叙述的方便而已。

认识、情感、意志是人们共有的心理过程。但由于每个人的先天因素不同，生活条件不同，所受教育不同，从事的实践活动不同，这些心理过程在每个人身上又表现出有个人特点，即所谓“人心不同，各如其面。”人的个性心理是相对的静态反映，其差异主要表现在两个方面：一是个性倾向性 二是个性心理特征。

个性倾向性主要包括需要、动机、兴趣、信念、世界观。例如，有的人强烈追求物质需求的满足，有的人注重精神需要的满足；同是要求入党，有的动机高尚，有的动机不纯；有人喜爱数理，有人迷恋绘画；当事业暂时受到挫折时，有人信念动摇，有人坚定不移；有人为实现理想奋斗终生，有人思想空虚，一生无所作为。这些都从不同方面显示着个性倾向性的差异。

个性心理特征是指人在气质、性格、能力上的差异。例如，有的人活泼好动，有的人沉默寡言；对学习和劳动，有的人踏实勤奋，有的人轻浮怠惰；在实践活动中，有的人智慧超群，有的人则显得平常或低下。有的人擅长音乐、绘画，有的人则在文学创作、科学研究或组织管理等方面成绩卓著。

个性心理是心理学研究对象的又一大部分。个性心理和心理过程也是互相联系、互相制约的统一体，它们是同一个人的心理活动的两个不同的方面。个性心理是通过个体反映

客观现实的心理过程而逐渐形成的。没有对客观事物的认识及与之相应的态度体验，没有对现实的积极改造的意志行动，个性心理是无由形成的。同时，已经形成的个性心理又是通过心理过程表现出来的，并影响着心理过程。所以，没有不带个性心理特点的心理过程，也没有不表现在心理过程中的个性心理特点。因此，要想了解一个人的心理活动的全貌，就必须把这两方面结合起来进行考察和研究。

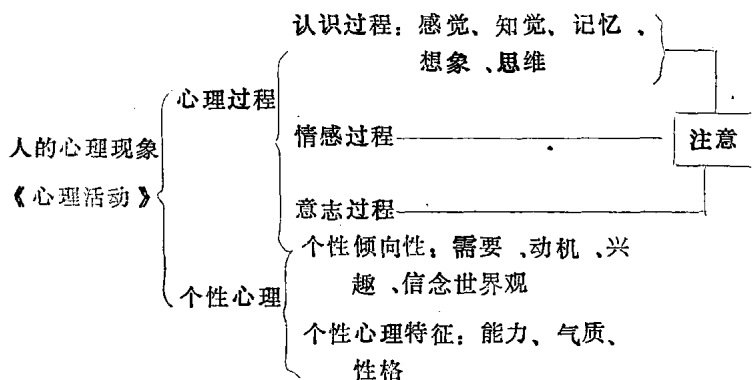
另外，人们在认识和改造客观事物的过程中，必须使自己的心理活动指向于活动对象，集中心思去观察它、思考它，这种心理现象就是注意。注意虽然没有自己特殊的反映内容，不能成为一个独立的心理过程，但它却自始至终表现在一切心理过程之中，成为这些心理过程的一种共同特征。同时，他又是受到外部情境、个性倾向和个性特点等因素制约的。

人的心理过程和个性心理，统称为心理现象或心理活动。这些心理活动的发生、发展及其变化规律，就是心理学的研究对象。

现在，我们可以将心理学研究的内容（也即人的心理活动的分类）简括如下页表。

人类在长期的生活、实践和斗争中，已经积累了丰富的科学知识。特别是对外界事物的认识，无论是在自然方面或社会方面，相对地说已经达到了相当广博和深刻的程度。然而，迄今为止人对自己的内部世界，即精神或心理的世界的认识还是比较浅薄和有限的。正因为如此，心理学的发展前景是极其可观的。我们既已明确了心理科学在整个科学体系中占有如此重要的地位，我们就应认真学习、潜心钻研这

门科学。列宁认为，心理学是“构成认识论和辩证法的知识领域”^①之一；“心理学提供的一些原理已使人们不得不拒绝主观主义而接受唯物主义……”^②毫无疑问，学习心理学有助于我们树立起辩证唯物主义科学世界观。与此同时，它还有利于我们每个人自身的心理修养以及将来教育和培养下一代的神圣工作。这正是我们师范生学习心理学的主要意义所在。



①《列宁全集》第38卷，人民出版社1959年版，第399页。

②《列宁全集》第1卷，人民出版社，1955年版，第396页。