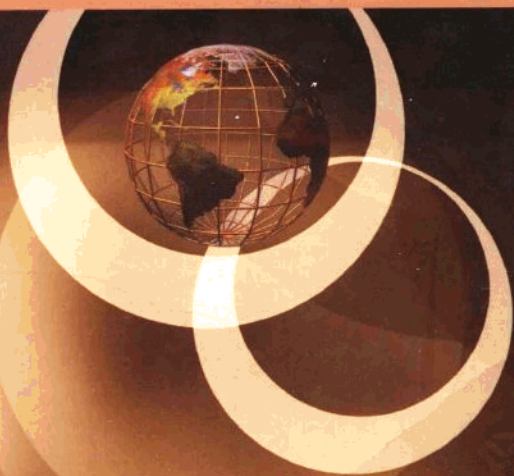


高等师范院校教材

心理学

主 编 / 王爱兰

副主编 / 王晓丽 王小卫



甘肃文化出版社

高等师范院校教材

心 理 学

主 编 王爱兰

副主编 王晓丽 王小卫

甘 肃 文 化 出 版 社

责任编辑:蒋 潇

封面设计:樊新军

心理学

王爱兰主编

出版发行:甘肃文化出版社

社 址:兰州市庆阳路 230 号

邮政编码:730030

电 话:(0931)8454246

印 制:兰州石油机械研究所科技印刷厂

厂 址:兰州市敦煌路 155 号

邮政编码:730050

经 销:新华书店

开 本:850×1168 毫米 32 开

字 数:307 千

印 张:12.25

版 次:2002 年 8 月第 1 版

印 次:2002 年 8 月第 1 次

印 数:2200 册

书 号:7-80608-739-7

定价:18.00 元

要求提供了指导与依据。

本书由王爱兰任主编,王晓丽、王小卫任副主编。各章执笔人员如下(以章节排序):

张玉堂 第一、三、十四、十五章

张东红 第二、七、十一章

王小卫 第四、五章

王爱兰 第六、十二章

王晓丽 第八、九、十、十三章

全书由主编、副主编统稿,最后由主编修改定稿。本书在编写过程中得到了兰州师范高等专科学校领导和教务处的的大力支持,谨在此表示诚挚的谢意。

本书在编写过程中,参考了一部分兄弟院校编著的《心理学》教材和有关论文论著,引用了不少同志的研究成果,在此表示衷心的感谢。最后欢迎同行专家与广大读者对本书的缺点和疏漏之处提出批评指正。

编 者

2002年7月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 心理学的对象	(1)
第二节 心理学的研究方法	(11)
第三节 高师学生学习心理学的意义	(18)
第二章 科学的心理观	(24)
第一节 心理是脑的机能	(24)
第二节 心理是人脑对客观现实的反映	(33)
第三节 心理的生理基础	(39)
第三章 注意	(52)
第一节 注意概述	(52)
第二节 注意的规律性	(55)
第三节 注意规律与教育教学	(61)
第四章 感觉和知觉	(74)
第一节 感觉和知觉概述	(74)
第二节 感知觉的一般规律	(87)
第三节 感知觉规律与教育教学	(98)
第五章 记忆	(108)
第一节 记忆概述	(108)
第二节 记忆的过程	(118)
第三节 记忆规律与教育教学	(129)
第六章 思维与创造	(136)
第一节 思维概述	(136)

第二节	创造性思维·····	(144)
第三节	思维的特殊形式——想像·····	(150)
第四节	创新思维与教育教学·····	(154)
第七章	情绪和情感·····	(168)
第一节	情绪和情感概述·····	(168)
第二节	情绪理论·····	(174)
第三节	情绪和情感的类型·····	(179)
第四节	情绪情感与教育教学·····	(183)
第八章	意志·····	(189)
第一节	意志概述·····	(189)
第二节	意志过程分析·····	(192)
第三节	意志与教育教学·····	(199)
第九章	人格心理·····	(209)
第一节	人格概述·····	(209)
第二节	气质·····	(221)
第三节	气质与教育教学·····	(231)
第十章	性格·····	(237)
第一节	性格概述·····	(237)
第二节	性格类型·····	(242)
第三节	性格与教育教学·····	(247)
第十一章	能力·····	(257)
第一节	能力概述·····	(257)
第二节	能力结构理论·····	(265)
第三节	能力的个别差异·····	(268)
第四节	能力的形成与教育教学·····	(272)
第十二章	需要和动机·····	(279)
第一节	需要·····	(279)
第二节	动机·····	(284)

第三节 兴趣.....	(295)
第四节 信念和世界观	(301)
第十三章 知识的学习与迁移.....	(305)
第一节 学习概述.....	(305)
第二节 知识的学习.....	(313)
第三节 动作技能的学习.....	(317)
第四节 学习的迁移.....	(321)
第十四章 学校的群体心理.....	(329)
第一节 学校群体心理概述.....	(329)
第二节 班集体心理.....	(340)
第三节 学校中的人际关系.....	(347)
第十五章 心理健康与心理辅导.....	(355)
第一节 心理健康概述	(355)
第二节 青少年心理健康的维护.....	(358)
第三节 心理辅导.....	(368)
参考书目	(380)

第一章 绪 论

人类认识和改造客观世界及主观世界的实践活动，都是在其心理活动的参与下进行的，也都是在其心理的自觉或不自觉、意识或无意识的调控状态下完成的。人的心理活动也称为心理现象，是世界上最复杂、最奇妙的一种现象，其表现形式是多种多样的。心理学就是通过对心理现象的描述和说明，揭示其发生、发展的规律。了解人的心理活动的特点与规律，对改善人的心理活动状态，最大限度地发挥人的潜能，优化人的实践活动的效果和效率，乃至提高人的生活质量，都具有十分重要的意义。

第一节 心理学的对象

一、心理学的研究对象

心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。人的心理现象包括有紧密联系的两个方面：心理过程和人格心理。

（一）心理过程

心理过程是指人的心理活动发生发展的过程，由认识过程、情感过程和意志过程构成。

1. 认识过程

认识过程是指人由表及里、由现象到本质地反映客观事物的特性与联系的心理活动。感觉、知觉、记忆、思维、想像等都是认识事物过程中的心理现象，统称为认识过程。注意作为心理特

性总是伴随着认识过程，以保证人的各项活动顺利进行。

2. 情绪情感过程

情绪情感过程是指人对客观事物是否满足自身物质和精神上的需要而产生的主观内心体验，它反映的是客观事物同人的需要之间的关系。人的各种活动，包括认识活动在内都与一定的需要有关，通过活动来满足一定的需要，如通过学习来满足求知的需要。活动的结果总是会引起一定的态度和相应的体验。如果需要得以满足，那么这项活动就会使我们感到高兴、愉快、满意；如果没有满足，则会使人感到气愤、懊丧、不满。这种人对客观事物所持的态度体验称为情感。

3. 意志过程

意志过程是指人为了满足某种需要，在一定动机的激励下，自觉确定目标，克服内部和外部困难并力求实现目标的心理活动。意志过程是人的意识能动性的表现，即人不仅能认识客观事物，而且还能根据对客观事物及其规律的认识自觉地改造世界，使之为人服务。

人的认识过程、情绪情感过程和意志过程统称为心理过程。它们在人的心理活动中是相互联系，互相影响而又互相制约的统一整体。人的认识过程是人的情绪情感和意志产生的基础，没有认识活动，人既不能产生喜、怒、哀、乐的情绪情感，也不能产生自觉的坚强的意志。情绪情感和意志反作用于认识过程，没有人的情绪情感的推动或者缺乏坚强的意志，人的认识活动就不可能深入的发展。可见，人的认识过程和意志过程中总是伴随着一定的情绪情感活动，意志过程又总是以一定的认识活动为前提，而人的情绪情感和意志活动又促进了人的认识的发展。

人的认识过程、情绪情感过程和意志过程都有其发生发展及其变化的规律。研究人的心理过程发生发展的规律性是心理学研究对象之一。

(二) 人格心理

人格心理包括动机系统和心理特征系统。这两个系统是有机结合在一起的，是在长期的心理活动和实践活动中形成的。

1. 人格动机系统

人格动机系统即个性倾向性，是指人所具有的意识倾向，它决定着人对现实的态度以及对认识活动的趋向和选择。主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观。这些心理因素在整个个性倾向性中的地位，随着个体成熟与发展的阶段而有所不同。例如，在儿童时期，兴趣是支配他们心理活动与行为的主要心理倾向；在青少年时期，理想上升到主导地位；在青年后期和成年期，人生观与世界观成为主导的心理倾向并支配着人的整个心理活动与行为。人格动机系统是在社会实践中形成、发展和变化的，它反映了人与客观现实的相互关系，也反映了一个人的生活经历。

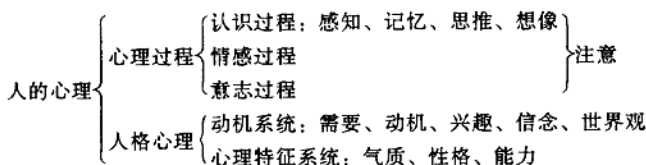
2. 心理特征系统

心理特征系统即个性心理特征，是指一个人身上经常地、稳定地表现出来的心理特点。主要包括能力、气质和性格。能力是指表现在活动中的心理水平。如有的人音乐能力强，有的人绘画能力强，有的人言语表达能力强等等。气质指的是人的性情和脾气。如有的人脾气暴躁，有的人性情温和。性格是说接人待物的态度和行为习惯。如热情与冷淡，谦虚谨慎和骄傲轻率，耿直和圆滑等等，都是性格的具体表现。性格在一定程度上反映人的本质特征，性格上的差异往往是把人们彼此区分开来的主要标志。

上述心理现象的各个方面都不是孤立的，而是彼此相互联系的。人格心理是通过心理过程在实践中逐步发展起来并体现在心理过程中，没有心理过程就无从产生人格心理；已经形成的人格心理又制约着心理过程，影响着心理过程的发展。可以概括地讲，既没有不带人格特征的心理过程，也没有脱离心理过程的人

格特征。二者是同一现象的两个方面，有机地组成人的完整的心理活动（见表 1—1）。

表 1—1



二、心理学的任务

心理学既要探讨理论问题，也要解决实际应用的问题，它兼具这两方面的任务。

（一）心理学的理论任务

心理学中有许多理论问题需要解决，一般而言，心理学的理论任务有以下几方面：

1. 心理学通过对自己对象的研究，探究心理、意识的起源，揭示它们与外部世界及脑的关系，从而不仅为辩证唯物主义关于物质第一性和意识第二性原理提供科学依据，也为历史唯物主义关于社会存在决定社会意识的原理提供科学的依据。

2. 通过对心理学的研究，帮助人们自觉抵制和克服各种唯心主义思想的影响。科学的心理学是纠正偏见、破除迷信、反对愚昧和神秘主义的有力的理论武器。

3. 通过对心理学理论的研究，对于学习自然辩证法、现代哲学、伦理学和美学等学科理论有着重要的指导作用。对其他邻近学科的学习，如政治学、政治经济学、教育学、文学、语言学、艺术、体育都具有一定的理论指导意义。

(二) 心理学的应用任务

心理学的应用任务具体包括以下几个方面：

1. 研究心理过程和人格心理的产生、发展和变化规律以及运用这些规律去认识和解释社会 and 个人的具体心理现象。

2. 研究在各种具体的实践活动中人的心理活动特征和规律，探讨如何利用心理学规律提高实践活动的效率。

3. 研究如何发挥人的潜能，充分调动人的主观能动性，预防和矫正各种心理偏常和心理疾患，维护心理健康。

总之，人类既要认识客观事物的规律，也要认识自身的心理活动的规律。从理论上弄清人的心理的本质和在各种实践活动中充分发挥人的因素的作用，提高劳动和学习的效率，更好地适应现代化社会生产和生活不断发展的需要，有成效地改造客观世界和主观世界。

三、心理学的体系

心理学的研究内容涉及人类生活的各个方面，凡是有人地方就有人的心理现象。随着人类活动领域的扩大，社会分工的越来越细，心理学的分支越来越多。据有的学者统计，目前，心理学的分支学科已有 100 多个，已经在理论上形成了基本的、作为一门科学的独立体系，在应用上与社会各实践领域紧密联系而形成了许多心理学分支学科，为此，可以把心理学大致分为两类：一类是基本理论研究，旨在深度上对心理学的基本理论问题进行更为深入细致的研究；另一类是应用心理学研究，旨在广度上研究各个社会领域内的心理规律。

(一) 心理学的基础理论领域

心理学基础理论领域主要是研究心理学的基础理论、基本原理和基本方法以及人的心理活动的一般规律的心理学分支。

1. 普通心理学

普通心理学是研究正常成人的心理现象及其一般规律的学科，是心理学最基本、最重要的基础研究，它包括两个方面：心理的实质问题和心理的结构问题。因此它涉及到心理过程发生发展和人格心理形成及变化的最一般原理和规律，以及心理学研究的方法论原则和具体的科研方法。

普通心理学作为心理学基本理论研究的主干学科，其主要任务是归纳心理学各个方面的研究成果，阐明心理现象中最基本的事实和普通规律，它是其他心理学分支学科的基础，也是理论研究的核心。

在普通心理学范围内，根据具体的研究内容，可以分为感知觉心理学、记忆心理学、思维心理学、情感心理学、意志心理学和人格心理学等。

2. 实验心理学

实验心理学是以科学的实验方法研究人的心理现象和行为规律的学科。实验心理学涉及了心理学实验研究的原理、设计、方法、仪器、技术和资料处理等问题。由于在心理学研究中采用了科学的实验方法，才有了对人的心理现象进行客观研究的手段，从对心理现象的一般推论进入到具体心理过程及其物质基础的分析研究，从而深入地揭示出各种心理活动的规律性。实验心理学既是心理学的重要分支，又是其他心理学分支的基础。

3. 认知心理学

认知心理学是研究人们获得知识的心理活动的学科。分为广义和狭义的两种。广义的认知心理学泛指人们一般的认识客观现实的心理过程。狭义的认识心理学是用信息处理的观点和术语说明人的心理活动和行为表现，强调人已有的知识和知识结构对其行为和当前的认知活动所具有的决定作用，是认知心理学研究中的重要方面，为此，它力求通过提示人如何获取和利用知识的机

制来探究人类认识活动的规律性。

4. 发展心理学

发展心理学是研究人类心理系统和个体心理发生发展的过程及其规律的学科,旨在探究个体生命全过程中身心变化与其年龄的关系。一个人从出生,经童年、少年、青年、成年直至老年各个发展阶段的心理特点及发展变化规律。发展心理学又可分婴幼儿心理学、儿童心理学、青年心理学、成年心理学和老年心理学。

5. 生理心理学

生理心理学是研究心理现象的生理机制的学科,即主要研究大脑如何产生心理活动的过程。研究对象集中在神经系统的结构、功能;内分泌系统的作用;感知、本能、动机、情绪、睡眠、记忆、思维等心理活动和行为的生理机制。生理心理学的研究涉及生物遗传学、生理学、解剖学、医药学、化学、物理学等许多学科,研究方法涉及许多比较复杂的技术领域,如脑外科手术、电生理技术等。

6. 社会心理学

社会心理学是研究个体在特定社会条件下心理发生发展及其变化的规律的学科。社会心理学着重探讨个体社会化的条件和规律,个体受群体的影响以及群体中的个体相互作用等方面的一般规律。着重探讨社会心理形成、发展的基本过程及其变化的条件和规律性。

7. 变态心理学

变态心理学是研究个体行为异常的类别表现及发生、发展、变化的原因和规律的学科。变态心理学的主要研究课题包括探索、理解和预防人类的心理异常,如行为异常的实质、如何区分正常与异常行为、行为异常的分类和表现特点等。从而建立阐述行为异常的系统的心理学理论,并作为心理诊断和心理治疗的理论依据。

8. 人格心理学

人格心理学是研究个体人格形成、发展及其表现的规律，以及人格结构的先天因素与环境因素相互作用的学科。人格心理学以人的性格、气质、能力和个性倾向等个性心理为研究对象，它揭示一个人心理活动的独特性。

9. 缺陷心理学

缺陷心理学是研究心理和生理有缺陷的人的心理学分支。如盲、聋、哑、智力低下者的心理活动特点和规律；研究如何采取措施帮助残疾人参加正常的社会活动和生产劳动。

10. 学习心理学

学习心理学的研究，旨在探究个体经过观察或练习，使其行为产生较为持久性改变的历程或结果。用于解释学习之所以产生的理论，主要有行为论、认知论、人本论等。

(二) 心理学的应用领域

随着心理学应用领域的扩大，心理学的应用分支日益增多。下面我们只对其中主要的应用分支作一介绍。

1. 教育心理学

教育心理学是研究学校教育过程中各种心理现象变化和发展规律的学科。教育心理学是心理学在教育领域的应用分支，其主要内容包括：学生心理发展特征与教育的问题；学生活动与教学活动的心理规律；学生品德心理的形成和发展问题；学生健康体质和审美心理的形成与发展问题；学生心理卫生与教育问题；学生个别差异与智力开发问题；现代教育技术学与个别化教学；学习成绩评定；教师心理等。其中学习心理学是教育心理学的核心。

2. 管理心理学

管理心理学又称组织心理学或组织管理心理学，是研究一定组织中人的心理和行为规律及其特点的学科。管理心理学的研究

内容包括：(1) 个体心理，研究个体的效率和行为规律，主要是需要、动机和态度对个体行为的影响；(2) 群体心理，研究群体凝聚力、士气、团体意识、群体冲突、团体决策、竞争与合作等；(3) 领导行为，研究不同领导方式、风格及其效果，影响领导效果的因素（如个人素质等），应用于领导选拔和培训的各种领导理论和方法；(4) 组织行为，研究组织的形成、结构、组织变革和发展问题。

3. 医学心理学

医学心理学是研究心理因素与人的健康状况及疾病的发生、发展和变化之间相互关系的学科。医学心理学的研究内容有：(1) 研究临床各种疾病的发生、发展和变化过程中心理因素的作用规律；(2) 研究心理因素特别是情绪因素对身体及各器官生理功能的影响；(3) 研究人的个性心理特征在疾病产生及康复过程中的作用；(4) 研究如何通过人的高级心理机能来控制 and 调节自身的生理机能，达到健身、防病的目的。

4. 商业心理学

商业心理学是研究商品销售过程中，商品经营者与购买者心理现象的产生、发展及其规律的学科。商业心理学的研究内容有：(1) 消费心理，包括消费者对商品的认识过程、购买行为中产生的情感过程、购买商品的意志过程、购买动机、消费者个性特征与购买行为的关系等；(2) 商业人员（如采购员、售货员）心理活动特点与商品活动的相互影响；(3) 商品属性与消费者的心理关系，如商品包装、商品命名、商品价格、商品广告等；(4) 市场心理，即市场供求关系与消费心理、商业网点与消费心理、商店环境（如招牌、橱窗、店容等）与消费心理等；(5) 服务心理，包括销售服务与心理及劳动性服务与心理两部分；(6) 商业活动中的组织管理心理。

5. 心理咨询学