

(供健康教育专业用)

心理学

主编单位 同济医科大学



人 民 卫 生 出 版 社

心 理 学

(供健康教育专业用)

主编单位： 同济医科大学

编写单位： 华西医科大学

上海医科大学

北京医科大学

河北职工医学院

人 民 卫 生 出 版 社

(京)新登字081号

图书在版编目(CIP)数据

心理学/同济医科大学主编. -北京:人民卫生出版社, 1993

ISBN 7-117-01955-7

I. 心…

II. 同…

III. 心理学-教材

IV. B84-43

人民卫生出版社出版
(北京市崇文区天坛西里10号)

三河市宏达印刷厂印刷

787×1092毫米16开本 14.5印张 325千字

1993年9月第1版 1993年9月第1版第1次印刷

印数: 00 001—3 100 定价: 12.40元

前 言

随着健康教育事业的发展，近几年，在部分医学院校设置了健康教育专业，培养了一批健康教育专业人才，及时地增添了新生力量，壮大了健康教育队伍。为加强健康教育专业，完善教材建设，我们组织北京、上海、华西、同济、中山医科大学及河北职工医学院等院校的教师，编写了健康教育专业试用教材——《健康教育学》、《健康传播学》、《健康行为学》、《心理学》。

本套教材，在编写过程中既注意吸取了国外新理论、新方法，同时又注重适应我国的实际情况。在内容编排上保持了严格的学科界限，突出了本学科理论体系的完整性和特色。这套教材适用于医学院校健康教育专业和其它专业的医学生，对于健康教育工作者系统学习专业理论也有一定参考价值。

本套教材从制定编写大纲到定稿，历时二年，现在终于与读者见面了。在编写过程中，得到了有关领导、专家、兄弟院校同仁及健康教育工作者的帮助与支持，在此表示衷心的感谢！

编写健康教育专业教材，在我国尚属首次，经验不足水平有限，缺点和错误难免，殷切期望广大师生与健康教育工作者多提意见，以便再版时作进一步修订。

全国爱国卫生运动委员会
办 公 室

目 录

第一章 绪论	1
第一节 心理学研究的对象.....	1
第二节 心理学研究的主要学派.....	3
第三节 心理学的研究方法.....	11
第四节 心理学与健康教育.....	13
第二章 学习：个体行为的改变	14
第一节 学习的概述.....	15
第二节 联想主义学习观.....	18
第三节 认知论的学习观.....	27
第三章 感知觉	38
第一节 感知觉的概念.....	38
第二节 感觉的种类及基本规律.....	40
第三节 知觉的基本规律及种类.....	42
第四章 记忆	46
第一节 记忆的概述.....	46
第二节 记忆的生理机制.....	49
第三节 再认与回忆.....	51
第四节 保持与遗忘.....	53
第五节 记忆测验.....	58
第五章 思维和想象	59
第一节 思维的一般概念.....	59
第二节 概念的形成与学习.....	63
第三节 想象.....	65
第四节 解除问题的思维过程.....	67
第六章 需要和动机	72
第一节 概述.....	72
第二节 需要和动机的理论.....	77
第三节 健康需要和健康动机.....	81
第七章 情绪	85
第一节 概述.....	85
第二节 情绪的理论.....	90
第三节 情绪的分化与成熟.....	92
第八章 智力与智力测验	94
第一节 智力的概念.....	94
第二节 智力理论.....	94

第三节	智力的遗传因素与环境因素·····	97
第四节	极端智力·····	101
第五节	智力测验·····	103
第九章	人格及其评定·····	106
第一节	人格概述·····	106
第二节	人格的形成·····	107
第三节	人格理论·····	108
第四节	人格障碍·····	113
第五节	人格评定·····	115
第十章	个体的心理发展·····	117
第一节	个体心理的发展·····	117
第二节	儿童心理的发展·····	120
第三节	少年心理的发展·····	122
第四节	青年初期心理的发展·····	124
第五节	成年心理的发展·····	126
第六节	老年心理的发展·····	127
第七节	性心理的发展·····	127
第十一章	冲突与应激·····	129
第一节	挫折·····	129
第二节	焦虑·····	133
第三节	心理防卫机制·····	135
第四节	应激·····	138
第十二章	意识及其变异状态·····	141
第一节	意识和无意识·····	141
第二节	做梦与催眠·····	143
第三节	酒精中毒·····	146
第四节	药物依赖·····	148
第十三章	心理咨询·····	151
第一节	心理与健康·····	151
第二节	心理咨询概述·····	153
第三节	心理咨询的理论与技术·····	156
第十四章	群体中的个体行为·····	167
第一节	社会认知·····	167
第二节	社会影响·····	174
第三节	群体动力·····	183
第十五章	态度与态度变化·····	189
第一节	态度的概述·····	189
第二节	态度形成与改变理论·····	193
第三节	态度测量·····	197

第四节	改变态度的方法·····	201
第十六章	心理测验 ·····	206
第一节	心理测验概述·····	206
第二节	心理测验量表的编制·····	211
第三节	信度、效度及项目分析·····	213

第一章 绪 论

现代心理学的创立至今只有一百多年的历史。科学心理学正式诞生于1879年。冯特(w. wundt, 1832-1920)在德国的莱比锡大学建立了第一个心理实验室,是使心理学从哲学的范畴中脱离出来,成为一门完整而独立的科学的标志。

第一节 心理学研究的对象

任何一门科学都有自己特定的研究对象,例如生物学是研究生命现象的科学,医学是研究人体健康与疾病之间相互关系的科学,而心理学则是研究心理现象的科学。人们在进行任何活动时都有心理现象存在,很早以来,人们就想方设法去揭示它的本质和发生的原因。恩格斯曾把它誉为“地球上的最美的花朵”。

心理现象是指人的感觉、知觉、记忆、思维、情感、意志以及能力、气质、性格等,但这存在着科学的心理学与一般常识的区别。常识往往是对表面现象的一些浮浅的认识与了解,它不能揭示心理的本质与规律。因为是表面的现象,有时还会发生错误的认识。科学心理学则是采用严格的科学方法对人的心理现象进行研究的一门科学,它不能只限于描述心理现象,不管这些现象是多么有趣,科学心理学要求从现象的描述过渡到对现象的说明,并要深入揭示它们的本质和规律。因此,心理学是采用严格的科学方法研究心理现象及其规律的科学。

规律性是通过具体的机制来实现的,只了解规律的一般联系,还不能揭示具体的心理活动的机制。因此,心理学除研究心理现象的发生、发展和表现的规律外,还要研究心理活动的机制。因为心理活动的机制是以实现某种心理活动过程的具体的生理器官的活动为前提的。心理学还要应用其他一些学科,如生理学、生物化学、生物物理学、控制论等的理论和方法来阐明有关的机制的性质和作用。

心理现象可以包括两个方面:一是指感觉、知觉、记忆、思维、想象、情绪、意志,这些对于人们的认识活动有着重要的意义,这些心理过程是互相促进、互相联系在一起的。二是个性,比较稳定地表现在一个人身上的心理特征就是个性。因此,心理学所研究的就包括心理过程和个性心理这两个方面的现象的规律。

感觉是最低级的一种心理过程。例如,我们闻到气味,听到声音,看见颜色;触摸物体时,是冷还是热、是硬还是软、是光滑还是粗糙,这就产生了各种不同的感觉。人的感觉包括视觉、听觉、味觉、嗅觉、触觉等。感觉是一种最简单的心理现象,它是对直接作用于人体感觉器官的事物的个别属性的反映。

但在日常生活中,单纯的感觉是很少的,许多事物总是由许多属性综合,构成一个整体。例如,我们不仅看到红色,而且知道是一面红旗的红色;我们听到一种声音,而且知道是火车发出的声音,这就是知觉。知觉是对作用于我们感觉器官的事物的各个部分和属性的整体的反映。知觉过程比起感觉过程来又要复杂一些。

人们不仅能够感觉和知觉事物,同时还能够记住它,当这些事物再次出现时,我们能够认出它来,或者虽然事物没有出现在面前,而我们能够回忆起它们,这就是记忆。

记忆过程是比感觉和知觉还要复杂的一种心理过程。

在各种实践活动中，例如计算一道数学题、医生诊断疾病、作者写论文，都需要思考活动，这是一种思维现象。思维是对事物概括的间接的一种反映。思维是一种高级的心理过程。

我们不仅能直接地感知事物，再认和回忆过去感知过的事物，或者产生过去出现过的事物的表象，同时我们还可以在感知、记忆、思维的基础上、在头脑中经过加工形成一种新的事物形象，这种新的事物形象称为想象。想象也和思维一样是一种高级的心理过程。想象是在现实的刺激作用下，在头脑中经过对旧的形象的加工改造而形成新的形象的过程。想象是人的创造活动的一个必要因素，它与思维有着密切的联系。

我们感知某一事物，回忆一件往事，思考一个问题，通常都要求集中我们的注意，这样才能使我们更好地看清它、听清它、记住它、或回忆它，以及想出更有效的解决问题的办法来，这就是注意。注意是心理活动对一定客体的指向和集中。注意是感觉、知觉、记忆、思维和想象过程中共有的一种心理特性，它本身虽然不是一种心理过程，但注意在认识客观事物中是不可缺少的，也是人们从事任何活动，获得新的知识，提高工作效率的前提。

感觉、知觉、记忆、思维、想象都属于认识过程，即反映对现实认识方面的心理过程。注意则是伴随在心理过程中共有的一种心理特性。人们在认识客观事物的过程中，总是表现出一定的态度和倾向性，如满意、高兴、气愤、痛苦、悲伤，这是情绪的表现。情绪是与一定的行为表现相联系的，如生气时满脸通红，悲伤时双眼流泪。有时情绪过于激动会咬牙切齿，紧握拳头。人们对客观事物不仅要感受它，认识它，同时还要改造它。人类不仅要认识世界，而且还要改造世界。为了改造客观世界，就要提出目标、制定计划、选择完成的方式、方法，还要坚持不懈地努力，克服各种困难，以达到预期目的。与此相联系的心理活动称之为意志。

人们在认识事物和改造事物的过程中，不仅有各种心理活动，还表现出每个人不同的特点。这些不同的特点构成人们心理上的差异。例如，有的人有音乐才能，有的人有写作才能，有的人有数学才能等等。而且在同一种才能中每个人也有差异，获取的成绩和成就也有高低之分，这是能力方面的差异。另外在行为表现方面也有差异，如有的人沉默寡言，有的人活泼好动、或温柔、或暴躁；或自卑，或自负，有的人冷漠，而有的人热情，这些体现了气质和性格方面的差异。能力、气质和性格统称为个性心理特征。能力、气质和性格三者之间既有差异又有联系。能力是个性心理特征的综合表现；气质是高级神经活动在人的行动上的表现，是人的相当稳定的个性特点之一；性格则是一个人对社会、集体、家庭、个人、事物的态度所表现的心理特点。个性除了能力、性格和气质这些带有特征之外，还包括个性的倾向性，如需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观等。个性心理特征和个性倾向性共同形成了个性的结构。

心理过程和个性心理是相互密切联系的。一方面，个性心理是通过心理过程所形成的，如果没有对客观世界的认识，没有对外界事物的情绪和情感，没有对客观事物的积极改造的意志过程，个性心理也就无法形成。另一方面，已形成的个性心理特征又可以制约心理过程的形成，并在心理活动过程中得到表现。例如，能力不同的人，对事物的认识和解决问题的水平有所不同，有的人效率高，质量好；有的人则效率低，质量差）

性格不同的人在处理问题时也不一样,有的人迅速果断;有的人犹豫不决。心理过程和个性心理二者既有区别,又互相联系,互相制约,这是心理现象的两个不同方面。

心理现象产生的方式是客观事物作用于人的感觉器官,引起大脑的反射活动。各种客观事物通过不同的形式作用于人的各种感官,引起神经系统的活动,从而产生了各种心理活动。人们的一切心理现象都是对客观现实的反映。唯物主义认为,心理是脑的功能,客观现实是心理活动内容的源泉,没有脑就不会产生心理现象,没有客观现实的刺激也就没有心理内容。但是,有了正常的大脑,没有实践活动,客观现实也无法变为心理的源泉和内容,社会生活实践对人的心理起着制约的作用,这些已为很多实例所证明,如国外的狼孩和中国一位幼年时期长期与猪生活在一起的女孩的事例都说明了这一点。

心理是人脑对客观现实的主观的映象。从其内容来说是客观的,它反映的都是外界事物和现象,是由外部事物决定的,同时,它实际上是一种神经活动过程,是通过人的外部各种行为表现出来的。但从其形式来说又是主观的,即客观现实的反映总是由一定的个人或主体进行的,总是受个人的经验和个性心理特征所制约。因此,心理是客观和主观的统一。

人对客观现实的反映不是消极的、被动的,而是一种积极的、能动的反映过程。每个人的个性心理特征、知识经验,都会对反映产生深刻的影响。而不同的人或同一人在不同的时期、对同一事物的反映是不尽相同的。心理学所研究的就是人对客观现实的反映过程,研究心理活动的规律性和生理机制,以及研究在认识客观世界和实践活动中所形成的个性心理。

第二节 心理学研究的主要学派

在心理学百余年的短短历史中,获得了惊人的发展,在冯特的构造心理体系以后,又接二连三地相继出现了或反对冯特的理论,或继承冯特的理论,或另辟蹊径、独树一帜,各种各样大大小小的心理学派多达几十个。众多学派,有从内在的意识去研究的,有从外在的行为去研究的;有从静态去研究的;有从动态去研究的;还有从生物学、数学、几何学、物理学、拓扑学、民族学、文化学等等其他不同角度去研究的。这些学派在它们的研究对象、范围、性质、内容以及方法上都既有联系,又各不相同。这里仅简单介绍其中主要的几个学派。

一、构造主义心理学派

构造主义心理学派的主要代表为现代心理学的创始人冯特,以及冯特的学生铁钦纳(E.B. Titchener 1867-1927)。冯特于1879创建了第一个心理实验室以后,出版了第一个心理学刊物《心理学研究》。撰写了《生理心理学手册》。他主要从事感知觉的实验,研究神经传导速度,感觉的阈限,简单记忆过程等方面的问题。

冯特认为,一切科学的研究对象都是经验,自然科学的研究对象是“间接经验”,而心理学的研究对象是“直接经验”。心理学研究的感觉、情感等心理过程是人的直接经验得到的,这种经验是真实的。而研究物理学的分子、原子等物质现象则属于人的间接经验,它是概念的,需要通过人的间接的推论才能达到。在心理学的方法上,冯特提出了内省法,即让被试者报告自己的心理过程,然后由心理学家来分析,冯特主张对人的意

识经验进行分析,认为心理活动是可以进行分析的,心理最后可分解成各种心理元素。他提出,心理学作为研究心理、意识事实的一门经验科学,它的任务就在于分析出心理元素并确定由它们构成复杂观点的原理与规律。构造主义心理学派对身心关系持身心平行论的观点,即认为心理活动与大脑的神经活动是平行的,心不依赖于身,不依赖于脑,两者不是因果关系,不承认心理活动是大脑活动的产物。

冯特强调心理学的方法是内省法,也称为自我观察法。心理现象不同于物理现象,物理现象可以从外部加以观察,而心理现象发生于个体的内部,是只有自己才能体验得到的主观现象。因此,研究心理现象就只有靠自己对自己进行观察,靠事后的回忆,也就是用内省的方法。冯特在内省问题上的重要历史作用,在于他把传统内省经验进行了改造,应用了精确的实验来控制内省的条件。对于这种自己观察自己的内省方法是否客观,是否可靠,成为心理学期以来争论不休的问题,后来的行为主义对内省法持完全否定的态度。在今天看来,内省法并不是完全不能用的方法,它在一定情况下,仍是研究内部过程的一种有效的方法。

冯特根据他自己的内省观察,发展了著名的、引起很多争论的感情之度说,他认为感情是一种心理过程,是一种心理元素,是伴随感觉而产生的一种心理体验。比如尝砂糖,我们不但感觉到甜,同时会产生愉快之感,和愉快相对立的则有不愉快的感情。愉快与不愉快均是前人都承认的一对基本的感情,此外还存在另外两对感情元素:兴奋与沉静、紧张与松弛。例如不同的颜色,可以使我们产生不同的主观体验:红色引起兴奋,绿色使人沉静。愉快与不愉快,兴奋与沉静、紧张与松弛称为感情的三个维度。每个维度代表一对感情元素沿相反两极的不同程度的变化。

冯特的学生铁钦纳继承了冯特的基本理论体系,而且还对冯特的某些心理学见解进行了一定的修正和发展,并且把这种心理学理论体系正式命名为“构造的心理学”。他认为,一切科学的研究对象都是经验,各门科学的唯一区别仅在于对待经验的观点有所不同而已。心理学和物理学都是在直接地研究经验,心理学认为经验是从属于经验的个体的,而物理学则认为经验是独立于经验的个体之外的。

在心理学研究方法问题上,铁钦纳同样强调实验和内省的结合,主张在实验室中对作内省观察的被试者进行严格训练,使内省者知道如何知觉,以便描述自己的意识状态,而不是描述刺激或说明刺激的意义。在内省法应用的范围方面,铁钦纳打破了冯特的限制,把内省法应用于高级过程,如思维、想象等。此外,铁钦纳在其方法论方面非常重视态度和观点的作用,认为这是区分心理学的方法和物理学的方法的唯一具有决定性的条件。因此,强调在进行内省的过程中坚决保持心理学的态度或观点,必须把注意完全集中于心理经验,并用心理学的语言来报告心理的经验。强调心理学的研究必须如实描述心理现象,而毫不涉及任何意义、价值或功用,坚持心理是一门纯科学,反对机能主义心理学派把心理视为一门应用科学。

这个学派首先应用实验方法系统地研究心理问题,在他们的示范和倡导下,当时西方国家心理学实验研究得到了迅速传播和发展,无疑这对于心理学的发展起到了很大的积极作用。特别是他们强调对人的复杂心理现象进行细致的分析研究,为新兴的心理学提供了许多有益的实验资料,而且对某些心理问题的见解,至今仍有着积极意义。但是,构造主义心理学派也有不少消极方面。首先,认为物理学与心理学都研究经验,把物理

的东西和心理的东西都调和在经验之中，把物理的东西说成是心理的东西，抹煞了心与物严格的客观界限，而走上了主观唯心主义的道路，其次，冯特把生理学的一套实验方法搬到心理学上来从表面上看，也非常强调实验法的重要作用，但实质上却把实验法当作内省观察的一种辅助手段。第三，他们的身心平行论，虽然在一定的意义上把心理过程与生理区分了开来，防止了对二者的混同，加强了对心理现象自身规律的研究，从而坚持了心理的独立存在，但实际上是把生理现象和心理现象看成两种独立并存的本质，是一种明显的唯心主义的二元论。他们主张心理学只研究心理内容自身，研究他的实际存在，不去讨论其意义和功用，实际上是把心理学看成一门纯科学，反对把心理学看成是一门应用科学。第四，他们从单纯的心理化学的观点出发，主张心理学唯一任务是分析心理经验的构成元素以及各种元素相结合的方式规律，把心理元素看成是实在的，第一性的东西，由心理元素构成的直接经验是心理学研究的对象，心理活动的规律是“独立的心理因果律”。这样把自然现象、物质世界看成是新的神秘的心理元素构成，是经验批判主义者的结论。

二、机能主义心理学派

机能主义心理学派是欧美现代心理学派之一。广义的包括西欧的机能主义和美国心理学总倾向的机能主义。狭义的机能主义心理学派主要指美国的芝加哥机能主义心理学派。詹姆士(W. James 1842-1910)，是这个学派理论的先驱者，其他代表人物有杜威(J. Dewey 1859-1952)，安吉尔(J. R. Angell 1869-1949)、卡尔(H. A. Carr 1873-1954)。

该学派认为心理学是一门自然科学，主张心理学要研究心理活动和心理机能，反对冯特等人的元素分析心理学，反对把意识分析为元素，重视心理学的应用，而不同意心理学是一门纯科学的观点。他们代表心理学中的生物学倾向而不局限于生理学的传统。要求扩大心理学的研究领域，包括儿童心理学、动物心理学、变态心理学、个别差异心理学等等，而不只局限于一般成人的正常心理。机能主义心理学派主张心理学的研究对象是具有适应性的心理活动，强调意识活动在人类有机体的需要与环境之间起重要的中介作用，反对把意识分析成为感觉、感情等元素，主张意识是一个连续的整体。杜威认为，一个反射与它的前后的反射是相连的，不能孤立开来理解。他的反射弧概念的新内容，反对构造主义的元素分析心理学，阐明了心理学研究心理机能的主张，为美国机能心理学提供了理论基础。1904年，安吉尔更系统地提出了机能心理学主张，认为心理学应研究心理事实和意识事实，意识是有机体适应环境的工具。主张心理学是属于自然科学中的生物科学，心理学的方法应包括内省法和客观观察法。反映了明显的生物学倾向和机能主义观点。他曾提出了机能主义的三大基本观点：① 机能心理学与构造主义的元素心理学相反，它是心理操作的心理学。它不仅研究意识的内容，还研究意识怎样进行和为什么进行。② 机能主义是关于意识的基本效用的心理学，它把心理过程看作是有机体适应环境以满足自身生物学需要的过程，因此具有功利和实用的精神。③ 机能心理学关于心物关系，即研究与意识过程相伴随的机体对应物，也研究整个心身机能及有机体与环境的整个关系。

卡尔使机能心理学更趋完善。他主张心理学的研究对象是心理活动，如记忆、感情、

想象、判断和意志等。心理活动的机能是获得、确定、组织和估价有关的经验以及利用这些经验来指导行为。他强调在感觉刺激和运动反应之间有一种相互作用的连续过程，并把动机问题引进机能心理学，用以说明适应行为。认为适应行为明显地包括学习，强调联想的重要性，并把联想分为描述性的和解释性的。相似联想是描述性的，而接近联想是解释性的。卡尔还主张心理学应同时采用内省法和客观观察法。认为实验法是一种最理想的方法，但需要用日常生活的观察材料来补充实验观察之不足。此外，机能主义心理学还致力于教育心理、工业心理和医学心理的研究，詹姆士的本能学说、情绪学说在心理学界也有较大的影响。

机能心理学对心理的研究已从单纯主观方面（心理、意识）扩大到对心理的客观方面（外部行为），因此为行为主义开拓了道路。在机能主义影响下，个别差异心理学、各种心理测验、学习心理学、知觉心理学等在美国有了明显的发展。机能主义心理学在扩大心理学的研究领域方面起到了积极的作用。

三、行为主义心理学派

行为主义心理学是作为传统心理学的叛逆者，在机械唯物主义的哲学基础上，在动物心理学和机能主义心理学的影响下，产生的现代心理学派别。

行为主义心理学包括从1913年到1930年左右以华生（B.J. Watson 1878-1958）为代表的早期行为主义和1930年以后以托尔曼（C.E. Tolman, 1886-1959）、赫尔（L. C. Hall, 1884-1952）和斯金纳（F.B. Skinner, 1904-1990）等为代表的新行为主义。对传统心理学提出了批评和挑战，从而确立了行为主义心理学地位的，主要是华生首创的早期行为主义。华生的行为主义心理学从心理学的研究对象到方法以及其他许多心理学问题上，全面地否定了传统的心理学，并就这些问题明确地提出了行为主义的学说。

华生主张心理学是一门自然科学，他说：“心理学，在行为主义者看来，乃是自然科学的一个纯粹客观的实验的分支”。在他的代表作《行为主义者眼光中的心理学》中把心理学界说成是“自然科学的一个把人的活动和行为作为它的研究对象的部门”。这样，他就把“不可捉摸和不可接近的‘心理现象、意识或心理状态等彻底排斥在心理学的研究范围之外，而对心理学的一切问题都给予以客观的说明，‘用刺激和反应的字眼，用习惯的形成、习惯的整合、以及诸如此类的字眼来加以实现’”。

华生认为，心理学的研究对象不是，也不应该是经验或意识，而应该是行为——可以用刺激与反应的字眼来加以客观地描述的行为。行为的共同要素是刺激和反应（S-R）。人的一切形式的动作（复杂的行为）都普遍地存在着一些共同的要素。在人的一切适应环境的活动中都永远地存在着一种动作或反应，同时存在着引起这种反应的原因或刺激或情境。这些刺激（或情境）是由机体外的环境或人自身的肌肉运动或腺体分泌所提供的，而这些反应（或动作）则永远是及时地跟随着刺激而呈现的。心理学研究的目的在于确定什么样的刺激，将引起什么样的反应，或者当已知反应之后，便能明确地知道这些反应是由什么样的刺激所引起的。

华生力图使心理学成为一门完全摆脱心灵主义概念和主观方法的纯客观的科学：一门能在其它行业上有实用价值的科学，他一方面把传统心理学的缺乏实用价值归因于“内省”，故而坚决反对内省法，另一方面在自己的理论体系中，大力提倡客观法。华生提出

了四种客观的研究方法，即观察法、条件反射法、言语报告法和测验法。

行为主义心理学自从 1912 年由华生创立以来，历经托尔曼、斯金纳等新行为主义者的改造，代表着时代精神而异军突起，在具体理论问题上饱含着合理成分而深刻地影响了心理科学的发展，就其存在的片面、武断等等不足所引起的批评、指责和争论，也使它对心理学以及其他学科产生了深远的影响。

首先，行为主义心理学对心理学的对象和方法等问题强调客观性，促进了心理学的客观研究，扩展了心理学的研究领域。行为主义心理学主张用客观的方法去研究人的行为，不仅克服了传统心理学的主观性、局限性，而且使心理学取得了与其它自然科学所共有的客观性，从而为心理学找到了客观的方法论。其次，行为主义心理学对行为作用的强调，促进了心理学的应用，也使人们看到了新的希望。最后，行为主义心理学反对传统心理学的纯科学性，而追求心理科学研究的现实性和实用性，推动了心理科学向应用科学方向的发展。行为主义心理学的许多具体研究工作，也直接推动了心理科学的应用。例如，美国 50 年代后期兴起的“行为疗法”，就是以行为主义理论为出发点的。斯金纳关于操作性条件反射的学说，对治疗精神病和纠正青少年的不良行为习惯有重要的指导意义。

但是，行为主义心理学也带着许多消极的、片面的不足之处。首先，行为主义心理学建立在机械唯物主义的哲学基础之上，带着明显的机械性。他们把心理、意识排斥在心理之外，甚至把人类最复杂的社会行为或社会关系简化为生物关系，导致了人的心理生物学化和机械化。华生的教育万能论，把人视为消极被动的机械结构。任凭环境的摆布，不仅夸大了环境和教育的作用，而且否定了人的主观能动作用。其次，华生只是部分地或割裂地利用了巴甫洛夫的条件反射学说，只从中抽取了条件反射法来充实自己的行为主义学说，而忽略了或者否定了巴甫洛夫的高级神经活动学说，两种信号系统学说，否定了大脑对行为的支配和调节作用，而将人的高级心理活动诸如思维、语言等也归结为低级的肌肉的习惯，这显然是不科学的，最后，行为主义心理学虽然反对传统心理学的主观性和狭隘性，但是这种批判过了头，竟把心理学的研究对象仅仅界说为行为，而排除了意识。这样，心理学不研究心理现象，便部分地取消了心理学的研究对象，变成了不研究心理的心理学。

四、格式塔心理学派

这是二十世纪初在德国出现的反对冯特构造主义的一个学派。这个学派的代表人物有：韦特海默 (M. Wertheimer, 1880-1943)、考夫卡 (K. Koffka, 1886-1941)、苛勒 (W. Kohler, 1887-1967)。格式塔是从德文“Gestalt”音译来的，是形状、完形、整体的意思。这个学派是从研究人的感知觉开始的。他们提出一个问题：当人看几组竖线 || || || 时，总是把接近的二条线看成一组，而客观世界中并没有什么东西把两个相近的东西看成一组。这不完全决定于外界，而是在人的头脑中有些力量把外界东西组织起来。当时，物理学中“场”的理论特别流行，他们认为人及其大脑都是物质世界的一部分，所以物理界的一些规律可以适用于人脑，人的心理活动。他们想把物理学中“场”的理论以及相对论引到心理学中来，认为人脑中也有一个磁场，这个“场”中的力量的分布，决定了人看外界东西是什么样的。“场”有一定规律，如前所述的接近的东西容易看成一组，称

为接近原则。他们反对冯特派只调强分析，而认为心理现象是一个整体，整体决定了其中的各个部分。他们有一句名言：“整体总比各部分相加还要多”。例如看一方形，它由四根直线组成，但方块不等于四根直线相加，它比四根直线有更多的内容。另外，他们认为人认识外界事物是认识事物的相互关系。例如，人看黑板上写的字，黑板是背景，板书就是图形，图形和背景之间有一定对比关系。当训练人对黑图形做出阳性反应，对中灰图形不反应时，再给他看一个中灰和浅灰图形时，他会对中灰图形做出阳性反应，对浅灰图形不反应。这说明人认识的是两个图形之间的相对明度关系，而不是分辨二者的绝对性质。

格式塔学派强调综合，这对今天心理学的研究是有贡献的，因为科学研究不应只从分析观点来看问题，还应从整体相互关系的角度来看问题。

格式塔心理学的另外的贡献是对猿猴智慧的研究。苛勒观察猿猴如何能把几只木箱叠起来，爬到木箱上拿到悬挂在屋顶上的香蕉。猿猴还能把棍棒连接起来，取得被栏杆挡住的远处的食物。格式塔心理学家认为动物的解决问题是突然发生的“顿悟”。苛勒基于这些研究著有“猿猴的智力”学说。这是心理学中较早对动物智慧的研究。

五、精神分析心理学派

精神分析，又称心理分析，或弗洛伊德主义。产生于十九世纪末和二十世纪初，是西方颇有影响的心理学主要学派之一，由奥地利精神病医生弗洛伊德（S. Freud, 1856-1939）所创立。他的代表著作有《精神分析引论》、《梦的解释》。此学派的影响主要在精神病方面。催眠不再被看成是巫术，而成为医学上的一种治疗方法。

弗洛伊德采用催眠术治疗精神病时发现，如果让精神病患者把心里话讲出来，病就快好了。他使用催眠术让患者回忆过去的事，找到致病的原因。他发现患者幼年的经验，特别是在家庭中儿童与父母的关系影响很大。当找出根源告诉患者，病就治好了。后来弗洛伊德改用自由联想去追溯致病的过去经验。他还发现做梦往往反映出一个人的心理矛盾，所以分析病人做的梦也是一种治疗的方法。弗洛伊德把无意识（即潜意识）和本能作为精神分析心理学研究的主要对象，这同传统心理学研究意识的着眼点是不同的。弗洛伊德早期认为，人的心理结构由潜意识、前意识或下意识和意识组成。意识是个体能够知觉的精神生活，其特征是服从现实原则，是理性的，受现实可能性制约。正常成人的思维和行为属意识系统。前意识是要经过集中注意和努力思索方可知觉的那部分精神生活，即潜意识中可唤回到意识的部分，能够回忆起来的经验。它处于潜意识和意识之间，潜意识内容必须经过前意识才能进入意识。前意识的功能是充当“检查员”，不准潜意识的本能和欲望随便进入意识。潜意识是个体不能知觉的精神生活，是由本能的欲望和冲动所组成。本能的欲望和冲动具有强烈的心理能量的储荷，它总是力图渗透到意识中去，造成意识的兴奋或紧张，推动个体趋向目标。

弗洛伊德晚年曾假设人格是由本我（Id）、自我（Ego）和超我（Superego）组成。本我是一个最原始的，与生俱有的、潜意识的结构部分，代表生物本能和欲望，受力必多（Libido，欲力）的驱策，追求直接的、绝对的和立即的满足，而不顾后果。本我，是潜意识的，不为个人所知觉。自我，从本我中分化出来，能知觉自身的种种需要，奉行“现实原则”，调节本我的原始需要，以符合现实条件，使基本需要能得到满足以维持

个体的生存,管制不被超我所接受的冲动,调节二者的冲突。超我,是在社会化过程中,将道德准则、社会规范内化为自身的良知、良心、理性。超我有如道德法庭,对个体的动机、欲望和行为进行管制,诱导自我使之符合社会规范,使个体向理想努力,达成完善的人格,不符合超我要求的活动将引起良心的不安或自罪感。本我的欲力应有机会在符合现实的条件下,在社会规范允许的范围内,得到适当的满足。过分的抑制而不能获得满足时,个体将出现适应不良行为。

本我欲望要求和超我控制之间的潜意识矛盾冲突,通常引起一种弥漫性的恐惧感,称为焦虑。焦虑转过来又使得许多心理防御机制中的任何一种发生作用,从而努力帮助个体保持心理安宁。最重要的防御机制是压抑,它可使本我与超我间矛盾冲突几乎完全隐瞒起来不让我们意识得到。单个心理防御机制或几种心理防御机制组合起来,可能变得十分突出,以致主宰了一个人的人格及其发展,或者损害了他的有效功能。

近年来的新弗洛伊德主义,不再那么强调本能的性冲动,而较多地强调人与人之间的社会关系。新弗洛伊德主义仍认为人有意识和潜意识。如果把潜意识的东西挖出来,就会对治疗精神病有好处。这一学派除对精神医学的影响很大外,在西方的文艺、法律界也有一定的影响。

六、人本主义心理学派

人本主义心理学在二十世纪50—60年代兴起于美国。以马斯洛(H. A. Maslow, 1908—1970)。罗杰斯(R. G. Rogers, 1902—)等人为代表的人本主义心理学派,代表了当代心理学新的发展方向,从而形成了心理学中的“第三思潮”(在它之前的精神分析学派为“第一思潮”,行为主义学派为“第二思潮”)。人本主义心理学派既反对仅仅以病态人作为研究对象,把人看作本能的牺牲品的精神分析学派,也反对把人看作物理的、化学的客体的行为主义学派。它主张研究对人类进步富有意义的问题,关心人的价值和尊严。西方的评论界人士认为,以马斯洛等人为代表的人本主义心理学派,是人类了解自己过程中又一里程碑。

人本主义心理学派的核心思想是对人性、对人性的自然因素作科学的研究。他们认为,人的本性和价值是由自然界演化过程中逐渐形成并为人类所特有的一些内在潜能所决定的。其主要理论观点为:

1. 人的性善论 认为人的天性中本来就有寻求实现人的本性的倾向和巨大潜力,这也是人的本能。人类的前途充满了乐观。人性的自然因素就是指先天的友爱、合作和创造等潜能。

2. 自我实现论 自我实现理论是人本主义心理学个性发展理论的核心。自我实现就是人要竭尽所能地利用和发展自己的天资、能力和潜能使自己日趋完美。而自我实现的人是一些充分发挥了潜力,已经走到或者正在走向自己力所能及的高度的人。

马斯洛的自我实现的理论有三个重要组成部分:① 需要层次论;② 自我实现论;③ 高峰体验论。这三个部分有着内在有机的联系。马斯洛认为,需要是人内心世界核心的东西,人的一切意志和认识,都受其统摄。他提出以自我实现为最高目标的动机层次论,把人的需要按其强度不同从最低的生理需要到最高的自我实现的需要分成五个层次:① 生理的需求;② 安全的需要;③ 爱与相属的需要;④ 尊重的需要;⑤ 自我实现的

需要(又称超越性需要)。在这些等级层次中,层次越低的需要强度越强,层次越高的强度就越弱。高层次的需要除了人类以外,没有任何动物能具有,这更加清楚地表现出人的特性。高级需要的出现是以低级需要的基本满足为条件的,只有高级的需要被满足才能使人产生更加深刻的内在的幸福感和丰富感。当达到需要的高峰,也就进入了自由创造的境地,就会出现高峰体验。创造潜能的发挥或自我实现给人以最高的喜悦,这称为“高峰体验”。马斯洛认为,这种主观上的感受是最高的奖赏和鼓励。所以自我实现是一种自发过程。从价值的角度看,自我实现者才是社会上最有价值的人。

3. 教育论 人本主义心理学认为,教育能够培养健全的人格,使人发现他自身是什么人和发现做人的义务。“教人”比“教书”更重要。罗杰斯指出:最重要的学习不是机械被动的学习,而是对人的发展有用的知识的学习,是意义或经验的学习。更重视在学习过程中形成和发展自我评价,主张以学习者为中心的学习,要重视师生关系中的态度和品质。

4. 患者中心论 这是人本主义心理学关于医疗方面的学说,由罗杰斯所提出。他们针对现代人由于对生存的空虚和压抑之感引起反抗,失去生存意义并威胁人的空虚的状态,认为可以借助于集体主义,设计和安排一种情境,由培养精神文化得到部分解决。用意向性和意志,使个体去体验自己以及环境的统一性,发现自己的生活意义并使之达到主客观的统一,从而治疗或防止神经官能症等病变的存在和发生。人本主义心理学反对传统上以医生对患者作出频繁的指示,拟定医疗方案,使患者按要求接受治疗的方法。要求医生要做到对患者亲切关怀,真诚获得患者的信赖。

5. 方法论 人本主义心理学在研究的方法上,反对行为主义和精神分析两学派惯用的实验方法和心理分析法。他们认为这些方法具有机械论、还原论、元素主义和简单化的倾向。他们认为,心理学在研究的方法上不能只限于实验室的操作研究,而应对人的内心世界作整体研究,重点应放在人类特有的属性上。不能仅依靠对一般人的调查统计、平均数字推出结论,而应重视个案的研究,由特殊到一般,由个体到法则,从而归纳出一般的结论。

七、现代认知心理学派

现代认知心理学派正式形成于1967年,至今只有20多年的历史,目前正是高潮。六十年代后期,奈瑟(U. Neisser)曾写《认知心理学》一书,提出了认知心理学的基本理论。一般把这本书作为认知心理学的开端。认知心理学是在行为主义衰落,信息论、语言学、计算机科学发展的影响下产生的。认知心理学主要是研究人类认识的信息加工过程。

认知心理学认为,人的行为主要决定于认识活动,包括感性认识和理性认识。这一学派反对行为主义心理学的机械论的、简单化的刺激-反应公式,也反对弗洛伊德强调的人本能的非理性主义。认为应该承认主观的心理活动,并认为不一定必须搞清心理活动的生理基础之后,才能研究心理现象。人们可以通过实验做出关于心理活动的假设,称为模型。本学派特别与计算机发展密切相关,认为人是信息加工的生命机体。外部刺激作用于人,经过一定的信息编码,输入神经系统,存入短时和长时记忆,还可再提取出来,输出成为动作。认知可以分析成不同的阶段,每一阶段对输入的信息实行一定的操