

高等学校教师岗前培训教材

浙江省教育厅组织编写

D A X U E X I N L I X U E

# 大学心理学

林正范 主编

ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS  
浙江大学出版社

高等学校教师岗前培训教材  
浙江省教育厅组织编写

# 大学心理学

林正范 主编



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS  
浙江大学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

大学心理学 / 林正范主编. —杭州: 浙江大学出版社, 2010.5

ISBN 978-7-308-07563-3

I. ①大… II. ①林… III. ①大学生—青少年心理学—师资培训—教材 IV. ①B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 072030 号

## 大学心理学

林正范 主编

---

责任编辑 沈国明

封面设计 刘依群

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310007)

(网址: <http://www.zjupress.com>)

排 版 杭州中大图文设计有限公司

印 刷 德清县第二印刷厂

开 本 710mm×1000mm 1/16

印 张 18.25

字 数 320 千

版 次 2010 年 5 月第 1 版 2010 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-308-07563-3

定 价 28.00 元

---

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行部邮购电话 (0571)88925591

# F 前 言

Foreword

当人们把研究的视线投向大学的时候,应该可以有多种审视的角度。如政治学、经济学、哲学、教育学,都可以成为解剖大学的工具。当我们从心理学视角看大学的时候,同样发现那里有很多值得用心理学的科学规律去探索与思考的空间。而作为大学教师岗位培训用的教材,《大学心理学》应该属于应用心理学的范畴。

早在 1986 年,我国第一本大学心理学教材就由清华大学出版社出版了。这本由张景莹教授主编的教材,把大学内的学生、教师及其学校管理活动作为从心理学角度去探讨的主要对象。此后出现的许多其他大学心理学版本,有的大体与之类似,有的则主要针对大学教师对象进行研究与阐述。

1991 年,当时的浙江省教委印发了《普通高校试行教师岗位培训制度的意见》后,1992 年由原杭州大学高等教育研究所具体牵头组织省内心理学科部分专家先行编写了《大学心理学》讲义,用于全省大学教师岗位培训。

2000 年 3 月,在对原《大学心理学》讲义进行修改和补充的基础上,林正范主编的《大学心理学》由浙江大学出版社正式出版。该书共 12 章,约 21 万余字。近十年来,这本教材在浙江省大学教师培训中发挥了重要作用。

随着我国教育事业的飞速发展和心理学学科的进展,根据浙江省教育厅有关部门的要求,从 2009 年初开始,浙江大学人事处具体组织了省内有关高校的心理学专家再次对 2000 年版的《大学心理学》进行了大幅度的修改。新版《大学心理学》仍然由林正范主编,浙江大学以及上海、南京等地的心理学科专家分别对新版本的编写大纲和书稿进行了审定,并给予了指导。

新版《大学心理学》介绍了心理学的学科概要及其与大学教育的关系,介绍了大学生心理发展的一般规律;从心理学的视角分析了大学生的相关心理特征与行为;同时,对大学管理中教师和校园文化的心理学问题进行了阐述。

全书建立在大学教育发展和心理学学科新进展的基础之上,既有心理学理论的统领,又有对大学生和大学教师活动的实际研讨,并且辅之以若干事例给予参考。然而,由于本书是大学教师岗位培训的教材,不可能在心理学学科上涉及过多的内容,主要还是以普及心理学应用知识为目标,因此,不仅内容幅度不会很宽,而且内容的难易程度也不求太深。我们期望广大读者在学习过程中不断地对大学心理学的教学与研究提出自己新的见解与修改意见,使这本培训教材在实践中不断得以拓展和深化。

# C 目 录

Contents

<b>1 心理学和大学教育</b> .....	001
1.1 心理学是研究心理现象的科学 .....	001
1.2 心理的实质和心理的研究方法 .....	019
1.3 心理学与大学教育 .....	029
<b>2 心理发展与教育</b> .....	035
2.1 个体心理的发展 .....	035
2.2 大学生的心理发展与教育 .....	047
<b>3 大学生学习心理与教学实践</b> .....	073
3.1 当代学习理论与教学应用 .....	073
3.2 大学生学习过程与教学策略 .....	082
3.3 大学生学习动机及其培养 .....	090
3.4 大学生创造性的培养 .....	103
<b>4 大学生的社会心理与行为</b> .....	115
4.1 大学生的社会知觉 .....	115
4.2 大学生的社会行为 .....	122
4.3 大学生群体心理与行为 .....	138
4.4 大学生的恋爱与婚姻观 .....	144
<b>5 大学生的品德心理</b> .....	153
5.1 大学生品德及其研究 .....	153
5.2 大学生品德形成发展的过程 .....	162
5.3 大学生品德的修养与教育 .....	169

<b>6 大学生心理健康</b> .....	186
6.1 大学生心理健康与教育 .....	186
6.2 大学生心理辅导 .....	195
6.3 大学生常见心理问题辅导 .....	212
<b>7 大学教师心理</b> .....	225
7.1 大学教师的职业特征与心理素质 .....	225
7.2 大学教师教育能力的发展 .....	240
7.3 大学教师的激励 .....	247
<b>8 校园文化与大学心理环境的优化</b> .....	262
8.1 大学校园文化的一般特征 .....	262
8.2 大学校园文化的心理功能 .....	267
8.3 大学校园心理环境的优化 .....	274
<b>后    记</b> .....	285

# 1 心理学和大学教育

## 1.1 心理学是研究心理现象的科学

在 21 世纪的今天,不少人都知道心理学。在人们的生活、学习、工作中,“心理”这个词频繁地出现。许多高等学校的教育工作者尽管从未系统学习过心理学,对这个学科的许多知识却并不陌生。但若完整地回答,自觉地运用心理学的理论可能就不尽如人意了。“学高为师,身正为范。”一名合格的、受学生欢迎的教师除具备对任教学科学有所长、精通教学技能、懂得教学方法外,还必须了解大学生的心理特点。大学心理学将有助于高等学校教育工作者及其所培养大学生掌握知识技能、形成高尚品德、增进心理健康。本章作为开宗明义的第一章,将概括讨论以下问题:什么是心理学;心理学研究的内容和方法;心理学的历史和发展过程;大学心理学的任务和意义。

### 1.1.1 什么是心理学

#### 1.1.1.1 心理学的定义

顾名思义,心理学是研究人的心理现象的科学。具体来说研究人的行为和心理活动规律的科学。人的行为指有机体的反应系统,它由一系列反应动作和活动构成。例如,吃饭、穿衣、学习、劳动、打球、弹琴都是人类各种不同的行为,是可以观察的外显行为。心理学研究人的行为,同时也研究人的心理活动规律。人的心理活动发生在头脑内部,不能直接观察和度量,但是,心理活动有外部的行为表现,并且人们的外部行为表现是受内隐的心理活动支配的。所以,一方面,通过对行为的观察,我们具有了探讨内部心理活动的可能;另一方面,心理活动是在行为中产生,又在行为中得到表现的。人的心理活动



和行为之间相互作用、相互依存,两者之间遵循着一定的规律。不理解人的内部心理活动,就难以理解他的外部行为反应。心理学通过探讨人的心理活动及其行为变化的规律,对人的心理和行为作出科学的解释,通过对行为的观察、分析、揭示、预测来调节与控制人的活动与行为。

随着认知心理学的产生和发展,心理学家又用信息加工的语言把心理学定义为:心理学是一门研究人脑对外界信息的整合诸形式及其内隐和外显行为的科学。现代心理学家把人脑比做电脑,采用信息论和控制论等原理揭示人的行为和心理活动的方式和本质。个体心理包括感知、记忆等对外界信息进行输入、编码、保存、检索和提取的一系列加工过程,也包括对概念的理解、思维、问题解决和迁移等复杂的信息整合过程。

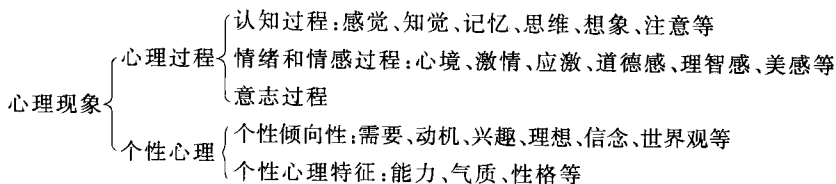
### 1.1.1.2 心理学的性质

在心理学研究行为和心理活动规律的过程中,心理学家主要运用科学的方法,并且严格地遵循科学的标准,所以说,心理学是一门科学。科学的性质是由它研究对象的性质决定的,如数学、物理、化学、生物学、生理学等是自然科学,教育学、哲学、法学、文学、伦理学是社会科学。心理学有它的独特性,它研究的是人。人作为一个自然实体,有其自身的、生物学的规律,人的心理在头脑中产生,必然受生物学规律的支配;同时人是物种发展中最高等的社会性生物,是一个社会实体,在复杂的社会生活中,人的行为受社会生活条件的制约,一切活动都不能摆脱社会、文化方面的影响,社会实践活动丰富并发展了人的复杂的心理活动。心理学研究对象的性质决定了心理学是既有自然科学性质,又有社会科学性质的双重性质的科学。

近三四十年来,心理学分别与一些自然学科和社会学科交叉,派生出许多具有交叉学科性质的分支学科,如认知心理学、心理神经免疫学、认知神经心理学、社会认知心理学等。从心理学自身来看,这种学术交叉是其内部的分化或研究层次的分离,同时,在分离的基础上也出现多层次的整合。可以说多学科交叉和多层次整合是当前心理学发展的一个特色。

### 1.1.2 心理学研究的内容

人的心理现象是自然界最复杂、最奇妙的一种现象,表现形式丰富多彩。一些心理学家倾向于把心理现象划分为既有联系又有区别的心理过程和个性心理两个方面。这两方面内容在个人身上通过实践活动统一并得到生动的表现。



### 1.1.2.1 心理过程

心理过程是人的心理活动发生、发展的动态过程,是人脑反映客观现实的过程。它包括认知过程、情绪和情感过程、意志过程等三个方面。

#### 1. 认知过程

认知过程是人类最基本的心理过程之一。认知过程是人脑对客观事物的属性、特点及其规律的反映,它包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等。

感觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映,是人们对客观事物最简单的认知。个体对一定距离与一定范围内的物体,通过视觉、嗅觉、听觉、触摸觉、味觉等不同感官,能感觉其颜色、明暗、香臭、酸甜苦辣、冷暖、粗糙、光滑等客观事物的个别属性。感觉是最简单、最低级的心理现象,是认知过程的开始,是复杂认知的基础。

知觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物整体的反映。在反映个别属性的基础上,人们通过多种感官及经验的作用,能把某个事物的多种属性联合起来,形成对该事物的完整认知。例如,人们能根据水果的颜色、形状、大小、气味、味道等属性,把它们联合起来,在头脑中形成“苹果”、“菠萝”、“香蕉”、“橘子”等完整形象。这时我们所认识到的已经不再是事物的个别属性和特性,而是事物的联系和关系了。

感觉和知觉是紧密联系而又有区别的心理过程。感觉是知觉的基础,知觉是感觉的深入。只有对事物的属性感觉得越丰富,才能对事物知觉得越完整、越正确。在日常生活中,我们总是以知觉的形式反映事物的,很少有孤立的感觉。知觉不仅受感觉系统生理因素的影响,而且极大地依赖于一个人过去的知识和经验,受人的心理特点,如兴趣、需要、动机、情绪等制约。

各种感觉的发生和发展有着共同的特点和一般规律:

(1)每一种感觉都是在适宜刺激作用于特定的感受器时产生的,使感觉得以产生的刺激强度有一定的范围,刺激强度太弱或过强都不会产生感觉。如视觉的适宜刺激是波长为 380~760 纳米的电磁波,听觉的适宜刺激是 16~

20000 赫兹的声波。

(2)感觉的适应现象。在刺激的连续作用下,感觉会随刺激时间的延长而逐渐发生变化。在各种感觉中嗅觉、味觉和皮肤感觉的适应特别明显,如“入芝兰之室,久而不闻其香,入鲍鱼之肆,久而不闻其臭”说的是嗅觉的适应现象。

(3)不同感觉的相互作用。在不同感觉器官同时受到刺激时,对某种刺激物的感受性会发生变化,其变化规律是:弱刺激可以提高另一种感觉的感受性,而强刺激可降低另一种感觉的感受性。如弱的酸味可提高视觉的感受性。

(4)感觉的对比。几种不同的刺激物作用于同一感受器会使感受性发生变化。如吃过糖后再吃橘子,会觉得橘子更酸。

(5)不同感觉的补偿作用。某些感觉丧失后,可由其他感觉来弥补。

人对客观事物的知觉是受主客观条件影响的,有其特殊的活动规律,知觉过程的心理规律可以归纳为下列四个基本特征:

(1)知觉的选择性。在日常生活中,作用于我们感觉器官的客观事物是多种多样的,人不可能同时全部清楚地感知到。人总是有选择地以少数事物作为知觉的对象,而舍弃其余事物,被舍弃的事物就成为衬托知觉对象的背景,知觉的这种特点叫做知觉的选择性。

(2)知觉的整体性。当客观事物的个别属性作用于人的感官时,人能够根据知识经验把它知觉为一个整体,这就是知觉的整体性。由于知觉具有整体性,当我们感知一个熟悉的对象时,只要感觉了它的个别属性或主要特征,就可以根据以前的经验而知道它的其他属性和特征,从而知觉它。

(3)知觉的理解性。人在知觉某一客观事物时,总是利用已有的知识经验去认识它,并用语词把它标志出来,这种感性阶段的理解就是知觉的理解性。理解有助于知觉的选择性,帮助人们区分对象和背景,能清晰、精确、迅速地知觉对象。理解有助于人们整体地知觉事物。

(4)知觉的恒常性。知觉的恒常性是指知觉条件在一定范围内变化时,人对客观事物的知觉映象仍然保持相对不变的特性。知觉的恒常性在我们日常生活、工作和学习中有很重要的意义,它有利于人们正确地、精确地适应不断变化的环境。

知觉的一种特殊形式称为观察,它是有预定目的、有计划的、主动的知觉过程。观察比一般知觉具有更深的理解性,思维在其中起着重要作用。观察是一切知识的门户,在人类认识和改造世界的一切领域,它都起着重要的作用。一切科学实验,科学的新发现、新规律,都是建立在周密、精确、系统的观

察基础之上的。培养学生的观察能力是教学过程中的一项重要任务。

记忆是过去经历过的事物在人脑中的反映。凡是人们感知过的形象、做过的动作、思考过的问题、体验过的情绪等,都可能在头脑中留下痕迹,以后在一定条件下还会重新反映出来,这种现象就是记忆。记忆是一个复杂的心理过程,它包括识记、保持、再现三个基本环节。在20世纪60—70年代,信息加工论认为记忆是一个结构性的信息加工系统。所谓结构性是指记忆在内容、特征和组织上有明显的差异。记忆结构由三个不同的子系统构成:感觉记忆、短时记忆和长时记忆。这些子系统虽然在信息的保持时间和容量方面存在差异,但它们处在记忆系统的不同加工阶段,因此相互之间存在十分密切的关系。信息首先进入感觉记忆,那些引起个体注意的感觉信息才会进入短时记忆,在短时记忆中存储的信息经过加工再存储到长时记忆中,而这些保存在长时记忆中的信息在需要时又会被提到短时记忆中。识记是记忆过程的开端,是保持的必要前提。要提高记忆效果,首先必须要有良好的识记。心理学研究表明,有意识记和意义识记比无意识记和机械识记的效果好。保持是记忆的重要环节。保持不仅是巩固识记,也是实现再现的重要保证。经验在头脑中的保持并不是静止的,它会发生质和量的变化。数量上的变化表现为保存量的减少,出现遗忘。德国心理学家艾宾浩斯(Ebbinghaus, 1885)通过实验首先揭示了遗忘发展的规律:遗忘进程不是均衡的,在识记的最初时间遗忘很快,后来逐渐减慢,而一段时间过后几乎不再遗忘了,即遗忘的发展规律是“先快后慢”。再现包括再认和回忆。它们都是对长时记忆所储存的信息提取的过程。再认是指过去经历过的事物重新出现时能够识别出来的心理过程。回忆是指过去经历过的事物的形象或概念在人们头脑中重新出现的过程。

思维是人脑对客观事物的本质属性和内在规律性间接的、概括的反映。间接性和概括性是思维的两个主要特征。思维的间接性就是以其他事物为媒介来认识客观事物,即借助已有的知识经验理解或把握那些没有直接感知过的,或根本不可能感知到的事物,预见和推知事物发展的进程。例如,医生能通过量病人的体温、脉搏,化验病人的血液,断定病人某一内部器官的状态;物理学家通过实验可以间接地推算出不能直接感知到的运动速度,如光速。思维的概括性就是把同一类事物的共同特征和本质特征抽取出来加以概括。对多次感知到的事物之间的联系和关系加以概括,可以得出有关事物之间内在联系的结论。一切科学的概念、定义、定理、规律、法则都是通过思维概括的结果,都是人对客观事物的概括的反映。随着信息论和控制论的问世,近年来较流行的看法是把人脑当作一个复杂的信息加工器官,认为思维就是人脑对信

息进行分析、综合、贮存、检索并作出决定的过程。思维是认识过程的高级阶段,它是在感觉、知觉、记忆的基础上,通过分析、综合、比较、抽象、概括、具体化、系统化等过程而进行的。其中,分析和综合是思维的基本过程,其他过程都是从分析、综合过程派生出来的,或者说是通过分析、综合来实现的。人们遇到问题需要借助思维活动去解决。问题解决除受策略、知识等因素的影响外还受知识表征的方式、心理定势、功能固着、动机等心理因素的影响。

想象是人脑对已有表象进行加工改造,创造出新形象的过程。人们在反映外界事物时,不仅能在头脑中再现过去经历过的事物形象,而且还能在已有知识经验的基础上,形成从未感知过的或现实中还不存在的事物的新形象。想象的两个主要特征是形象性和创造性。想象的基本材料是表象。任何想象都不是无中生有凭空产生的。构成新形象的一切材料都来自生活,取自过去的经验。不管想象创造的新形象多么新颖,甚至离奇,构成新形象的材料则永远来自对客观现实的感知。想象是人类从事实践活动的必要条件。研究表明,创造想象是人们进行一切创造性活动所必需的心理活动,它是进行科学发现、技术发明和文学创作活动的必要条件。离开了想象,人的任何创造性活动都不可能进行。实践活动中所包含的创造性成分越多,想象所起的积极作用也越大。想象力的发展影响着人的智力发展。学生的再造想象是学习科学文化知识的重要条件,创造想象则是进行创造性学习的必要条件。

注意是心理活动对一定对象的指向和集中。指向性和集中性是注意的两个基本特征。注意的指向性是指心理活动有选择地反映一定的对象,而离开其余的对象。注意的集中性是指心理活动停留在被选择的对象上的强度或紧张度,它使心理活动离开一切无关的事物,并且抑制多余的活动。注意的指向性和集中性表明注意具有方向和强度的特征。注意不是一种独立的心理过程,而是各种心理过程的共同特性,它没有特定的反映内容,但和心理过程紧密联系,如注意看、注意听、注意思考等。注意能使人的感受性提高,知觉清晰,思维敏捷,从而使行动准确、及时。注意是学习知识、掌握技能,从事各项工作必不可少的条件。注意是一种复杂的心理活动,具有一系列的功能:首先,它具有选择功能,它使人的心理活动选择有意义的、符合需要的、与当前活动任务一致的各种刺激,避开或抑制无关刺激;其次,注意具有保持功能,可以使注意对象的映象或内容保持在意识之中,一直到完成活动,达到目的为止;再次,注意还具有对活动进行调节和监督的功能,注意能使人调节和控制自己的心理活动,监督所从事的活动,使之向着一定的方向或目标进行。一旦活动偏离了预定的方向或目标,人就会立即发现,并予以调整,以保证活动的顺利完

成。在学习和工作中注意力集中时错误少、效率高。

## 2. 情绪和情感过程

情绪和情感是人对客观事物的态度体验及相应的行为反应,是以人的需要为中介的一种心理活动。它是在认知活动的过程中产生的,并影响着认知活动的进行。历史上曾把情绪和情感统称为感情。人们的感情是非常复杂的,既包括感情发生的过程,也包括由此产生的种种体验,在当代心理学中,人们分别采用个体情绪和情感来更确切地表达感情的不同方面。情绪主要指情感过程,即个体需要与情境相互作用的过程,也就是脑的神经机制活动的过程。情绪具有较大的情境性、激动性和暂时性,往往随着情境的改变和需要的满足而减弱或消失。情绪代表了感情的种系发展的原始方面,它是个体意识发展的最初因素。情绪是动物和人都具有的。但是,即使是人的最简单的情绪也与动物的情绪有本质的区别,因为人的生理需要受社会生产、社会生活条件的制约,因此,人的情绪活动具有社会性。情感是人所特有的,是同社会性需要满足与否相联系的心理活动。它同人的意识紧密相联,是在人类社会发展的过程中产生的,因此具有社会历史性。情感与情绪相比,较为稳定,是比较本质的东西,情绪是情感的表现形式,情感的发展变化是通过情绪的变化来实现的,即任何稳定的情感都是在大量的情绪经验的基础上形成的。情感具有较大的稳定性、深刻性和持久性,不能被迅速、随意地唤起。情绪和情感相互依存、不可分离。人产生各种情绪、情感时,都可以通过有机体内部和外部的各种变化表现出来。由于情绪刺激的作用,可以引起内脏器官、外部机体与内分泌腺的活动变化,促使心跳加速,血糖升高(或降低),肌肉组织收缩(或舒张)。情绪的外部表现更为明显,通过个体的面部表情、身段表情和言语表情可了解个体情绪的激动程度。情绪和情感在人们的生活、学习、工作和身心健康方面具有重要功能:其一是适应功能,情绪和情感是人类适应生存和发展的一种方式,人们通过各种情绪、情感,了解自身或他人的处境与状况,适应社会的需求,求得更好的生存和发展。其二是动力功能,情绪、情感是动机的源泉之一,是构成动机系统的一个基本成分。它能够激励人的活动,提高人的活动效率。研究表明,适度的紧张和焦虑能促使人积极地思考和解决问题。其三是组织功能,情绪作为脑内的一个检测系统,对其他心理活动具有组织的作用。中等强度的愉快情绪,有利于提高认知活动的效率,而消极的情绪会对操作效果产生负面影响。其四是信号功能,在人际间通过情绪的外部表现可以传递信息,沟通思想。

### 3. 意志过程

意志是自觉地确定目的,根据目的支配、调节行为从而实现预定目的的心理过程。意志是人类意识能动作用的集中表现,是人所特有的一种心理活动形式。意志对行为的调节有发动和抑制两个方面。前者表现为推动人去从事达成一定目的所必需的活动,后者表现为制止与预定目的相矛盾的愿望和行动。通过发动和抑制这两种作用,意志实现着对人的活动的支配和调节。它不仅调节外部动作,还可调节人的认识活动和情绪状态等。坚强的意志品质是克服困难,完成各种实践活动的重要条件。任何一个想要不断地完善自己的人,都需要以一定的意志努力来克服自己的缺点。只有意志坚强的人才能战胜任何困难,才能在逆境中成长,在厄运面前创造奇迹。

认知、情绪和情感、意志是人的统一心理过程的三个不同方面,它们是相互联系、相互影响与制约的。在统一的心理活动中,认知是基础,情绪情感和意志是动力系统。

#### 1.1.2.2 个性心理

心理过程总是在进行实践活动的具体个人身上表现出来的。我们不能脱离活生生的个人,不能脱离人的实践活动,不能脱离人的个性,孤立地研究心理活动过程。因此,人的个性是心理学研究对象的另一个方面。“人心不同,各如其面”,由于每个人遗传素质、所处的社会环境、生活条件以及所受的教育不同,人与人之间在心理面貌上存在着差别,形成了人的个性心理的差异。个性心理包括了个性倾向性和个性心理特征两个方面。

##### 1. 个性倾向性

个性倾向性是个性中的动力系统,是最活跃的因素,对其他心理活动,包括个性心理特征,具有方向性和制动性的作用。个性倾向性包括需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观等方面。需要是个性倾向性中其他成分的基础。美国心理学家马斯洛(Abraham H. Maslow, 1908—1970)认为,人类的需要是分层次的,由低到高分为生理需要、安全需要、爱和归属的需要、尊重需要和自我实现的需要。动机是从需要转化而来的,兴趣是需要、动机的特殊表现形式,信念、理想、世界观则是在需要的基础上发展起来的。但信念、理想、世界观是个性倾向性中的最高层次和最核心的部分,制约着一个人所有的心理活动。

## 2. 个性心理特征

个性心理特征,是个体身上经常表现出来的本质的、稳定的心理特征。个性心理特征影响着个性倾向性及其他心理活动。它包括能力、气质、性格等。

能力是直接影响活动效率,使活动得以顺利完成的个性心理特征。能力总是和活动紧密联系的。一方面,个人的能力总是在活动中形成和发展起来的,也在活动中得到表现。另一方面,从事任何一种活动,都必须以一定的能力作为条件。不同的人在完成某项活动时,各种能力的结合有所不同,人们把完成活动任务所必须具备的各种能力的独特结合称为才能。美国心理学家霍华德·加德纳(Howard Gardner)认为,人的才能是多元的,人除了语言智力和逻辑—数理智力两种基本智力外,还有身体—运动智力、空间智力、音乐智力、人际交往智力、自我认识智力、自然观察智力以及存在智力。他认为每个人在不同程度上拥有上述9种智力,智力之间的不同组合表现出了个体之间的智力差异。这9种智力代表了每个人的不同潜能,这些潜能只有在适当的情境中才能充分地展现出来。如果一个人在某种活动中各种能力达到了最完善的发展和结合,因而能经常创造性地完成某一领域的活动,通常便被人称为天才。能力和知识、技能是紧密联系而又相互区别的。个体的知识和技能是心理活动的结果,不是个性心理特征。而能力是一个人比较稳定的个性心理特征,它是知识、技能的概括化和迁移,因而形成和发展能力比知识、技能的获得更慢。能力是潜能,遗传素质对它的发展有较大的作用。一方面能力是掌握知识和技能的必要前提,没有最起码的感知、记忆能力,就无法积累感性知识;没有一定的比较、抽象和概括能力,理性知识便不能领会。能力的高低还会影响知识技能掌握的速度、广度、深度和巩固程度。另一方面,能力是在掌握知识、技能的活动中形成和发展的。在组织得当、方法合理的掌握知识、技能的过程中,能力同时也得到了发展。能力是在学习和实践中获得的,离开了学习和训练,任何能力都不可能得到发展。可见,能力既是掌握知识、技能的结果,又是掌握知识、技能的前提,能力和知识、技能互相促进。由于人的先天素质不同,后天的生活环境、受教育的程度和从事的实践活动不同,人与人之间在能力上存在着个别差异。主要表现在能力的类型差异、能力发展水平的差异和能力表现的早晚差异上。遗传素质、早期经验、教育、社会实践活动和个性品质制约着人的能力的形成和发展。

气质是一个人表现在心理活动的动力方面的特点,就是我们平常所说的脾气秉性。所谓动力特点,主要是指心理活动的速度(如思维的敏捷性),心理



活动的强度(如情绪的强弱、意志努力的程度),心理活动的稳定性(如注意集中时间的长短)以及心理活动指向性特点(如内倾或外倾)等等。气质是构成个性的自然前提,气质特点是个性中最早反映出来的形式。这种动力特征给每个人的整个心理活动蒙上一层独特的色彩。人的气质差异是先天形成的,受神经系统活动过程的特性所制约。罗马医生盖伦提出了人的四种气质类型:胆汁质、多血质、黏液质和抑郁质。由于气质具有“天赋性”,它就形成了人最稳定的心理特征,气质本身无好坏之分,其价值是随着人的个性的其他品质而转移的,特别跟性格的道德特征、动机与信念有密切的关系。

性格是一个人对现实的稳定态度以及与之相适应的习惯化了的行为方式的心理特征。性格是个性心理特征的核心。一个人的性格,一经形成就具有相对的稳定性。由于性格总是受社会历史条件的制约,并与个体的思想意识和世界观有密切的关系,因此,性格有好坏之分。性格与气质的关系密切,它们之间存在着相互渗透、彼此制约的复杂联系。一方面气质可以影响性格形成和发展的速度,不同的气质可以给同一种性格染上个人独特的色彩;另一方面性格对气质也会产生影响,在社会生活实践中性格在一定程度上掩盖和改造气质。性格有着非常复杂的结构,包含着非常复杂的特征,通常从四个方面进行分析:性格的对现实的态度特征,性格的意志特征,性格的情绪特征,性格的理智特征。影响性格形成和发展的因素是多方面的。一般认为,性格是遗传因素和环境因素相互作用的结果,遗传是性格的自然前提,在此基础上,环境因素对性格的形成和发展起决定作用。良好性格的形成和发展需要家庭、学校、社会几方面的配合。

人的心理过程和个性心理是相互联系,相互制约的。心理过程具有机能性,是不稳定的信息加工过程,个性心理则是心理现象中的那些稳定成分,人的个性是通过心理过程形成和发展起来的,也只有具体的心理活动过程中才能表现出来;而人的个性又制约和调节着心理活动过程。它们是人完整的心理面貌不可分割的两个不同方面。

### 1.1.3 科学心理学的诞生和发展

#### 1.1.3.1 科学心理学的诞生

心理学是一门从哲学中独立出来的既古老又年轻的科学,人类对于心理现象的探究可追溯到两千四百多年前的古希腊柏拉图、亚里士多德时代。心理学的英文拼写是 Psychology,由希腊文“ψυχολο”和“λογία”两个字源组成,前