



经教育部师范教育司组织专家审定
高等院校小学教育专业教材

基础心理学

第2版

沈德立 阴国恩 主编



华东师范大学出版社



高等院校小学教育专业教材

基础心理学

第2版

沈德立 阴国恩 主编



华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

基础心理学/沈德立,阴国恩主编. —2版. —上海:华东师范大学出版社,2010

ISBN 978-7-5617-7604-9

I. ①基… II. ①沈…②阴… III. ①心理学—高等学校—教材 IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 037830 号

高等院校小学教育专业教材

基础心理学(第2版)

主 编 沈德立 阴国恩

策 划 朱建宝

责任编辑 朱建宝

审读编辑 郑 文

责任校对 王丽平

封面设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062

电话总机 021-62450163 转各部门 行政传真 021-62572105

客服电话 021-62865537(兼传真)

门市(邮购)电话 021-62869887

门市地址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口

网 址 www.ecnupress.com.cn

印 刷 者 华东师范大学印刷厂

开 本 787×1092 16 开

印 张 15.75

字 数 348 千字

版 次 2010 年 7 月第 1 版

印 次 2010 年 7 月第 1 次

印 数 4100

书 号 ISBN 978-7-5617-7604-9/B·549

定 价 29.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

第2版前言

《基础心理学》自2003年出版以来,作为高等学校小学教育专业使用的心理学教材,承蒙读者(学生)及教师的厚爱,已经多次印刷。我们在征集一些学校任课教师意见的基础上,对《基础心理学》进行修订。

本书的修订过程中,我们仍然坚持第1版的编写指导思想,以及力求保持“注重科学性”、“突出基础性”、“加强时代性”、“坚持实践性”的特点。因此,在内容方面,本次修订对部分章节做了调整,更新了一些内容。一方面,教材内容尽可能充分地反映2003年以来基础心理学领域的新成果;另一方面,考虑到教材的使用对象为小学教育专业学生,教材内容尽可能贴近小学教育的实际。在形式方面,本次修订做了较大的改进。一是形式力求活泼,以提高学生的阅读兴趣,增强吸引力,如在“本章教学要求”之后增加一段引子;二是删除内容重复或现在看来不必要的形式,如“小结”、“基本概念”、“窗口”中的“实验”等;三是改进思考题的问题形式,减少书本内容的复述,调动学生在查阅有关资料的基础上思考和解决问题。

尽管本书是为小学教育专业本专科学学生使用而写作,但作为基础心理学,它还可以用于其他教育学、心理学专业学生基础心理学课程教学,以及心理学爱好者自学。在小学本专科教学使用时,建议课程课时数为54学时。

参加本书修订工作的还有戴斌荣、陈友庆、张阔等同志。

本书修订过程中参阅了众多国内外专家学者的研究报告和著作,并引用了其中的一些观点和内容,对此表示诚挚的谢意。

由于水平、资料及时间等条件的制约,书中可能存在一些不当和不足之处,恳请专家、读者指正。

沈德立 阴国恩

2010年3月

第1版前言

这是一本供高等师范院校小学教育专业使用的心理学教材。

在编写过程中,始终坚持以辩证唯物主义和历史唯物主义为指导思想,努力使本书具有以下四个特点:第一,注重科学性,力求准确表述心理学概念,严密阐明心理学规律,客观介绍心理学理论;第二,突出基础性,考虑到高等师范院校小学教育专业心理学课程的结构特点,在内容繁简、知识深浅的处理上,反映心理学的基础内容;第三,加强时代性,注意吸收当代心理学研究的最新成果;第四,坚持实践性,贯彻理论联系实际的原则,在组织教材内容和选择资料时,尽量联系小学教育改革与发展的实际,以适应小学教育工作的需要。

本书在体例上进行了如下安排。首先,在每章之初,对教和学提出了建议。教师可以此为参考,安排和组织本章的教学内容和教学活动;学生可据此了解本章教学的全貌及学习目标,合理分配自己的学习精力。其次,在每章之中,在阐述基本理论的同时,穿插、补充了一些相关的参考(实验)资料(用加灰色框表示),列举了一些应用性实例或实验,其目的—是为了拓宽学生的知识领域;二是为了加深某一知识点的内容深度,为以后的学习打下较为坚实的基础;三是为了帮助学生理解教学内容。再次,在每章之末,专门做了小结,并给出了本章的基本概念,以帮助学生建构基础心理学的概念体系。最后,出了一些思考题,便于学生思考,加深对知识的理解。

参加本书编写工作的同志还有阴国恩、戴斌荣、陈友庆、张阔等。阴国恩教授作为本书的副主编协助我统稿。全书最后由我定稿。

本书编写过程中参阅了许多专家及同行的研究报告和著作,并引用了一些观点和内容,对此表示诚挚的谢意。

限于编写时间和作者水平,书中难免出现错误和不足,欢迎专家、读者予以指正。

沈德立

2003年3月

目录

第2版前言	1
第1版前言	1
第一章 绪论	1
第一节 心理学的性质	2
一、心理学的研究对象	2
二、心理学的学科特点	3
第二节 心理学的研究领域与方法	4
一、心理学的主要研究领域	4
二、心理学研究的基本方法	7
第三节 心理学的发展简史	8
一、科学心理学的产生	8
二、心理学的主要学派	10
三、心理学研究的现状	14
四、心理学在中国的发展	17
第二章 心理和脑	20
第一节 神经系统	20
一、神经系统的发生和发育	20
二、神经元和神经冲动	21
三、周围神经系统	23
四、中枢神经系统	24
第二节 神经活动过程	29
一、反射	29
二、两种信号系统	31
三、中枢神经过程	32
第三节 脑功能学说	32
一、定位说	32
二、整体说	33
三、机能系统说	34
四、模块说	35
第四节 内分泌系统	35
一、内分泌系统与神经系统的关系	35
二、内分泌腺、激素及其功能	35
第三章 感觉	38
第一节 感觉的概述	38

一、什么是感觉	38
二、感觉的生理机制	39
三、感受性及其测定	39
四、心理物理规律	40
第二节 感觉的种类	41
一、视觉	41
二、听觉	44
三、其他感觉	45
第三节 感觉现象	49
一、适应	49
二、后象	50
三、对比	50
四、疲劳	50
五、掩蔽	50
第四节 感觉理论	51
一、色觉理论	51
二、音高听觉理论	52
第四章 知觉	54
第一节 知觉的概述	54
一、什么是知觉	54
二、知觉的基本特性	55
第二节 知觉的种类	58
一、空间知觉	58
二、时间知觉	62
三、运动知觉	63
第三节 知觉现象	64
一、错觉	64
二、后效	66
第四节 知觉理论	66
一、经验说、完形说和心理物理对应说	66
二、自下而上加工和自上而下加工	67
三、模式识别中的模板匹配说和特征分析说	67
第五章 记忆	70
第一节 记忆的概述	70

一、什么是记忆	70
二、记忆的生理机制	71
三、表象	72
四、记忆的品质	73
第二节 记忆的种类	73
一、形象记忆、语词记忆、情绪记忆和动作记忆	73
二、瞬时记忆、短时记忆和长时记忆	74
三、内隐记忆和外显记忆	75
四、情景记忆和语义记忆	76
五、陈述性记忆和程序性记忆	77
第三节 记忆过程	77
一、识记	77
二、保持	79
三、再认和回忆	83
第四节 记忆理论	85
一、长时记忆的理论模型	85
二、元记忆理论的新发展	87
 第六章 思维与想象	90
第一节 思维的概述	90
一、思维及其特征	90
二、思维过程	91
三、思维形式	92
四、思维的品质	93
第二节 思维的种类	94
一、直觉行动思维、具体形象思维与抽象逻辑思维	94
二、求同思维与求异思维	95
三、常规思维与创造性思维	95
四、我向他思维与现实性思维	96
第三节 想象	98
一、想象的概述	98
二、无意想象和有意想象	99
第四节 思维理论	100
一、概念形成的理论	100
二、如何帮助学生掌握概念	101
三、问题解决	102

四、影响问题解决的因素	103
第七章 言语	108
第一节 言语的概述	109
一、语言和言语	109
二、言语和思维	109
第二节 言语的种类	110
一、外部言语	110
二、内部言语	112
第三节 言语的知觉与理解	112
一、言语的知觉	112
二、言语的理解	113
第四节 言语产生的理论	114
一、模仿说	114
二、强化说	115
三、生成语法说	115
第八章 技能	118
第一节 技能的概述	119
一、什么是技能	119
二、熟练与习惯	119
三、技能形成的标志	120
四、技能的生理机制	121
第二节 技能的种类	122
一、运动技能	122
二、智力技能	124
第三节 运动技能的形成过程	124
一、练习曲线	124
二、提高练习效率的条件	127
第四节 技能的保持与迁移	130
一、技能的保持	130
二、技能的迁移	131
第九章 注意	133
第一节 注意的概述	133
一、什么是注意	133

二、注意的功能	134
三、注意的外部表现	135
四、注意的生理机制	135
第二节 注意的种类	136
一、无意注意	136
二、有意注意	137
第三节 注意的品质	139
一、注意的广度	139
二、注意的稳定性	140
三、注意的分配	141
四、注意的转移	142
第四节 注意理论	143
一、过滤器理论	143
二、认知资源理论	145
第十章 情绪	147
第一节 情绪的概述	147
一、什么是情绪	147
二、情绪的功能	148
第二节 情绪的种类	149
一、情绪的维度与极性	149
二、基本情绪的种类	151
三、情绪状态的种类	151
四、情感的种类	153
第三节 情绪的表现	154
一、情绪的外部表现	154
二、情绪的生理变化	155
第四节 情绪理论	156
一、情绪的生理理论	156
二、情绪的认知理论	158
第五节 情绪调节	160
一、情绪与身心健康	160
二、情绪调节	161
第十一章 动机	163
第一节 动机的概述	163

一、什么是动机	163
二、需要与动机	164
三、动机强度与活动效率	165
第二节 动机的种类	166
一、动机的一般分类	166
二、生物性动机	166
三、社会性动机	168
第三节 意志行动与动机冲突	170
一、意志和意志行动	170
二、意志行动的特征	171
三、意志行动中的动机冲突	171
四、意志行动中的挫折与应对	173
第四节 动机理论	174
一、本能理论	174
二、驱力—诱因理论	174
三、需要层次理论	175
四、认知理论	176

第十二章 能力

第一节 能力的概述	180
一、什么是能力	180
二、能力与知识、技能的关系	180
三、影响能力形成与发展的因素	180
第二节 能力的种类	182
一、一般能力与特殊能力	182
二、模仿能力与创造能力	183
三、流体能力与晶体能力	183
四、认知能力与元认知能力	183
第三节 能力的测量	184
一、一般能力测量	184
二、特殊能力测量	186
三、创造力测量	186
四、能力的差异性规律	187
第四节 能力理论	188
一、能力的因素理论	188
二、能力的认知理论	190

第十三章 气质	193
第一节 气质的概述	193
一、气质的特点	193
二、气质的心理特性	194
第二节 气质的类型	195
一、气质类型的特点及其行为表现	195
二、典型气质类型的心理特性	196
三、气质的意义	196
第三节 气质的测量	198
一、实验法	198
二、问卷法	198
三、行为评定法	199
第四节 气质理论	200
一、气质的体液理论	200
二、气质的体型理论	200
三、气质的高级神经活动类型理论	201
四、气质的激素理论	202
五、气质的维量理论	203
六、气质的调节理论	203
第十四章 性格	205
第一节 性格的概述	206
一、性格是个性的核心	206
二、性格的结构特征	206
三、性格与气质的关系	207
四、性格与能力的关系	208
第二节 影响性格形成与发展的因素	209
一、影响性格形成的生物学因素	209
二、影响性格形成的家庭因素	209
三、影响性格形成的学校因素	211
四、影响性格形成的社会因素	211
五、影响性格形成的个体主观因素	211
第三节 了解性格的方法	212
一、行为观察法	212
二、自然实验法	212
三、自陈法	212

四、投射法	214
五、情境测验	215
六、自我概念测验	216
第四节 性格理论	216
一、性格的类型理论	216
二、性格的特质理论	219
第十五章 群体心理	223
第一节 群体的概述	224
一、群体及其特征	224
二、群体的功能	224
第二节 群体的种类	225
一、正式群体和非正式群体	225
二、假设群体和实际群体	225
三、永久性群体和临时性群体	226
四、隶属群体和参照群体	226
第三节 群体对个体心理与行为的影响	226
一、从众	226
二、社会助长作用和社会致弱作用	227
三、去个体化	228
第四节 群体中的沟通	230
一、沟通的作用	230
二、沟通的方式	230
三、沟通的网络	231
四、沟通的障碍	232
主要参考文献	234

第一章 绪 论

本章教学要求

教师讲解的内容

- 心理学的研究对象
- 心理学的研究方法
- 心理学的发展简史

学生自学的内容

- ◆ 心理学的主要研究领域

教学重点

- ▲ 心理学的研究对象
- ▲ 心理学的主要学派

教学难点

- ▼ 心理学的研究对象
- ▼ 心理学的主要学派

学习目标:通过本章学习,应能够

- ★ 了解心理学的研究对象
- ★ 了解心理学研究的基本方法
- ★ 了解现代心理学的主要分支
- ★ 掌握心理学的学科特点
- ★ 掌握心理学的主要学派

人们常常这样问我的妻子,“嫁给一个心理学家感觉怎么样?他在你的身上运用心理学吗?”

我孩子的朋友们很多次问他,“那么,你的爸爸分析你的心理吗?”

“你觉得我怎么样?”一个理发师这样问我。在得知我是一个心理学家之后,他希望得到一个即时的人格分析。

对于这些提问的人,或者对于绝大多数只是从一些通俗书籍、杂志或电视节目中获取心理学知识的人来说,心理学家就是去分析人格、提供咨询或给出儿童培养建议的。

是这样吗?是的,但远不止这些。或许心理学家提出以下这些问题,或许这些问题同样会困扰着你:

你是否发现自己对某些事情的反应跟父母一样,也许你曾经发誓永远也不会采用这种反应方式,所以你想知道你的个性有多少是遗传的。一个人的人格会在多大程度上受到基因的影响,又会在多大程度上受到家庭或周边环境的影响?

你是否曾想过,是什么促使你学习和工作的成功。难道有些人真的生来就更聪明一些吗?智商真的能够解释为什么某些人会更加富裕,更具创造性思维,或在人际关系上更敏感吗?

你是否曾经感到沮丧或焦虑,并且想知道能否再恢复正常?是什么因素导致了我们的不良的或良好的情绪呢?

所有这些都为心理学的大磨坊提供了很好的原料,因为心理学的目的就是要回答关于我

们自身的各种问题,即:我们怎么思考,如何感受,又如何行动的?①

第一节 心理学的性质

一、心理学的研究对象

任何一门科学都有其特定的研究对象和探索的领域,心理学研究的对象是心理现象。心理学主要研究人的心理现象;为了更好地了解人类心理现象的起源(即种系发展),也研究动物的心理现象。心理学不仅研究个体的心理现象,也研究群体的心理现象。

(一) 人的心理现象

人的心理现象有:感觉、知觉、记忆、思维、想象、言语、情绪情感、注意、意志、需要、动机、能力、气质和性格等。

看到的颜色、听到的声音、嗅到的气味、尝到的滋味等,这些都是感觉。

因为客观环境中的许多事物是由多种属性综合而成的一个整体,所以,当人们对某个事物的多种属性分别感觉以后,就会认识这个事物的整体。比如,对一个苹果的色、香、味等属性分别感觉以后,就会认识到这是一个苹果。这就是知觉。知觉是在感觉的基础上产生的,但不是感觉的简单堆砌。

在学习和生活中,除了感知某些事物,还要记住它们。有时需要把它们再认出来,有时需要把它们回忆出来,这就是记忆。

人在认识客观事物的活动中,不能仅依靠感知觉来认识事物的外部特征,还要通过分析、综合、抽象、概括等心理活动,找出事物的本质特征和内在的规律性联系,这就是思维活动。

人们还可以把过去在头脑中反映的事物的形象进行重新加工改造,创造出新的形象,这个过程就是想象。想象是人类创造性活动中的重要心理成分。

此外,人们还要利用语言把自己的认识活动的成果与别人进行交流,接受别人的经验,这就是言语活动。

人们总是依据自己的某种需要去认识和反映客观事物,并且随着需要的满足与否,产生一种态度上的体验。或是愉快的、肯定的、积极的态度体验,或是不愉快的、否定的、消极的态度体验,这就是情绪情感。

注意不是一种独立的心理过程,而是伴随心理过程进行的一种状态。人们在进行心理活动的时候,总有一个注意或不注意的状态。

人类不仅要认识世界,还要改造世界。改造世界的活动,总是带有一定的目的性,为了实现目的,就要设法克服困难,这种心理活动就是意志。

人的心理活动与行为的基本动力是需要。人类既有饥则食、渴则饮等生理需要,又有劳动、交往等社会需要;既有衣、食、住、行等物质需要,又有认识事物、享受美等精神需要。

在人的各种需要的基础上形成了人的不同的动机,它是直接推动一个人进行活动的内部

① 资料来源:[美]戴维·迈尔斯著.心理学(第七版).黄希庭等译.人民邮电出版社,2006:1.本书略有改动.

动力。例如,饮食动机会导致人的饮食行为,学习动机会导致学生的学习行为。

人在获得和应用知识的过程中,还会形成各种各样的心理特性,造成人与人之间的差异。例如,有人聪明,有人愚笨;有人具有音乐才能,有人则具有绘画才能等。这就是能力差异。

有人比较活泼好动、反应灵敏,有人则比较安静稳重、行动缓慢;有人做事急躁,有人则慢条斯理。这些主要是人们之间的气质差异。

勤劳或懒惰、诚实或狡猾、勇敢或懦弱、谦虚或骄傲等,这些都是对人们性格差异的描述。

(二) 个体意识与无意识

由于心理现象既有当事人能够意识到的,又有当事人意识不到的,所以,我们又把人的心理划分为有意识现象与无意识现象。

意识就是人能够觉察到外部事物的存在和自己的内部心理活动,能够把“自我”与“非我”、“主体”与“客体”区别开来。也就是说,人不仅能够意识到客体的存在,而且具有自我意识。正是这种自我意识,使人们能够对自己的所作所为进行自我分析、自我评价、自我调控。自我意识是人的心理的重要特点,是个体在一定发展阶段上才出现的,它对个体的发展有着重要的意义。

无意识现象,是指人们在正常情况下觉察不到,也不能自觉调节和控制的心理现象。人在梦境中产生的心理现象,主要是在无意识的情况下出现的。日常生活中,我们表面看起来对外界刺激听而不闻,视而不见,但不知不觉中已在我们头脑中留下了印象。

(三) 群体心理

作为社会的成员,个体总是生活在各种社会群体中,并与其他人结成各种各样的关系,这便产生了群体心理。例如,时尚、风俗、社会习惯和偏见、舆论和谎言,以及不同群体、民族和国家的心理特点等。

二、心理学的学科特点

(一) 心理学是自然科学和社会科学的交叉学科

由于心理学要研究心理的神经生物学基础,还要研究在计算机上模拟人类的行为等问题,在这个意义上,心理学的研究目标和手段都与自然科学一样,具有自然科学的性质。

同时,人是社会的成员,人的心理具有社会制约性。而且,心理学还研究群体心理或社会心理。在这个意义上,心理学的研究又具有社会科学的性质。

心理学在世界科学体系中具有特殊地位,成为沟通两大门类科学的桥梁。

(二) 心理学是认知科学的主干学科

20世纪70年代,在认知心理学的推动下,出现了认知科学。它将心理学、神经科学、语言学、认识论和科学哲学等学科联合起来,在高度跨学科的基础上研究人的乃至机器的智力和认知。这门新兴学科受到了各发达国家的重视。

由于认知科学与认知心理学在研究范围和方向上是一致的,心理学成为认知科学的主干学科。

心理学与思维科学

有人在社会科学和自然科学之外,提出了学科的第三大部类,即思维科学,包括逻辑学、语言学和心理学等。这些学科既不是纯自然科学,也不是纯社会科学,但它们都研究与人的思维有关的问题。在这个意义上,将心理学叫做思维科学,也是适当的。

(资料来源:彭聃龄.普通心理学.北京师范大学出版社,2001:15)

第二节 心理学的研究领域与方法

一、心理学的主要研究领域

心理学的研究范围广泛,是一个具有许多分支的学科体系。总体来说有两大类:理论心理学和应用心理学。

(一) 理论心理学

1. 普通心理学

普通心理学(general psychology),又称基础心理学,是研究正常成人心理发展变化一般规律的一门学科,它也是各分支心理学的理论基础。普通心理学概括心理学分支学科各方面的研究成果,并根据研究的不同方面,又区分为感知觉心理学、记忆心理学、思维心理学、言语心理学、情绪心理学、能力心理学、性格心理学等。

2. 生理心理学和心理生理学

生理心理学(physiological psychology)和心理生理学(psychophysiology)研究心理现象的生理机制。生理心理学以脑的形态和功能参数为自变量,观察在不同生理状态下,行为或心理活动的变化。心理生理学研究由心理活动引起的生理功能的变化。

3. 发展心理学

发展心理学(developmental psychology)是研究种系和个体心理发生与发展的学科。种系心理发展指从动物到人类的心理演变过程。个体心理发展指人类个体从受精卵开始到出生、成熟直至衰老的整个生命中心理发生和发展的过程。发展心理学主要包括动物(比较)心理学、儿童心理学、中年心理学和老年心理学等,其中儿童(含青少年)心理学又是发展心理学的主干内容,发展心理学的狭义概念就是指儿童心理学。

4. 实验心理学

实验心理学(experimental psychology)是用实验的方法来研究心理和行为的规律。它研究心理学领域中进行各种实验的原理、设计、方法、仪器、技术和资料处理等问题。

5. 社会心理学

社会心理学(social psychology)研究个体和群体在社会相互作用中的心理和行为发生及变化的规律。社会心理学在个体水平和社会群体水平上对人际关系进行探讨。在个体水平上进行研究的内容有:个体社会化过程、交往、言语发展、伙伴、家庭和居住环境及学校对个人的影响等。在社会群体水平上进行研究的内容有:群体交往结构、群体规范、态度、种族偏见、攻