

*F*undamentals of Psychology

ISBN 978-7-04-034469-1



9 787040 344691 >

定价 39.00元

高等院校教师教育公共课教材

心理学基础

Xinlixue Jichu

主 编 罗永忠

副主编 喻 莉



高等教育出版社·北京
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

内容提要

本书分为五篇。第一篇由第一、二、三章构成,概述了心理学的基本理论问题,包括对心理的概念、心理学的研究对象与方法、心理学的产生与发展、心理的生物学基础及个体的心理素质结构。第二篇为第四章,介绍了个体心理与行为的动力,包括需要、动机和价值观。第三篇由第五、六、七章构成,内容是心理的过程,包括认知过程、情绪过程和意志过程,即“知”、“情”、“意”。第四篇由第八、九章构成,内容是心理的特征系统,包括对能力、智力和人格的介绍。第五篇心理学的应用系统包括最后三章,其内容是作为教师需要了解的发展心理、学习心理、社会心理和心理健康方面的知识。

本书基础性与应用性并重,理论阐述系统、全面,原理应用以教育实践为导向展开。本书可作为教师教育的心理学课程教材,还可作为普通读者学习心理学的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

心理学基础/罗永忠主编. --北京:高等教育出版社,2012.3

ISBN 978-7-04-034469-1

I. ①心… II. ①罗… 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(2012)第023593号

策划编辑 张忠月

责任编辑 张忠月

封面设计 于文燕

版式设计 王莹

插图绘制 尹莉

责任校对 俞声佳

责任印制 张福涛

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印 刷 北京天来印务有限公司
开 本 787mm×960mm 1/16
印 张 22.75
字 数 410千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版 次 2012年3月第1版
印 次 2012年3月第1次印刷
定 价 39.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换

版权所有 侵权必究

物 料 号 34469-00



为了增强本书的实践性,在编排上每章的组织框架是:

【学习目标】

【引言】

【章节】包括(正文和信息栏)

【本章小结】

【反思与探究】

【资源链接】

本书由罗永忠主编,负责全书编写提纲的拟定及统稿工作,喻莉承担了本书的部分统稿工作。具体分工如下:罗永忠(第一章、第二章、第三章),谢光金(第四章、第五章第二节),李仕卫(第五章第一节),周云(第八章、第五章第三、四节),李苇(第五章第五节),许秀芬(第六章),宋晓华(第七章、第十二章),葛爱荣(第九章),朱海(第十章),张胜洪、刘晓静(第十一章)。

在编写过程中,我们参考了许多国内外的同类教材和相关资料,以博采众长,这些我们也尽可能进行了注释或列入了参考文献。在此,我代表编写者向这些作者表示深切的谢意;高等教育出版社的编辑为本书的出版做了大量的工作,提出了宝贵的修改意见,在此表示衷心的感谢。

虽然我们尽了最大的努力,但由于水平所限,书中难免存在问题和缺点,恳请使用本书的广大师生和专家提出宝贵意见和建议,以便修正。

主 编

2012年2月

目 录

第一篇 心理学概论

第一章 心理学的研究对象、历史及方法	3
第一节 心理学的研究对象	4
一、心理	5
二、行为	7
三、心理与行为的关系	7
第二节 心理学的历史、现状和未来	7
一、心理学的历史	7
二、心理学的现状——当代心理学的繁荣	14
三、心理学的发展趋势	14
第三节 心理学研究及学习心理学的意义	16
一、心理学研究的价值	16
二、心理学研究的一般程序	16
三、心理学研究方法	18
四、学习心理学的意义	19
第二章 心理素质	22
第一节 心理素质概述	23
一、什么是素质	23
二、什么是心理素质	24
三、心理素质的结构	24
第二节 心理素质的培养	33
一、心理素质教育的特点	33
二、培养和提高学生心理素质的途径	33



第三章 脑与心理	36
第一节 脑	37
一、脑的进化	37
二、脑的结构与功能	39
三、脑功能的学说	43
四、人脑的开发	45
第二节 心理的本质	47
一、什么是心理	47
二、心理与意识	53

第二篇 心理的动力系统

第四章 需要、动机和价值观	59
第一节 需要	60
一、需要概述	60
二、马斯洛的需要层次理论	61
第二节 动机	64
一、动机概述	64
二、动机理论	70
三、学习动机的培养和激发	72
第三节 价值观	75
一、价值观的内涵	75
二、价值观的结构	76
三、价值观的表现形式	78

第三篇 心理的过程系统

第五章 认知过程	83
第一节 认知过程概述	84
一、信息加工的基本观点与认知过程	84
二、人脑与计算机	84
三、注意	86
第二节 感觉与知觉	94
一、感觉	94



二、知觉	101
第三节 表象与记忆	108
一、表象	108
二、记忆	109
第四节 想象	117
一、什么是想象	117
二、想象的种类	119
三、想象的形成过程	120
四、想象素质的标准	121
第五节 思维	122
一、思维概述	122
二、思维的形式	125
三、创造性思维	135
第六章 情绪与情感	142
第一节 情绪、情感概述	143
一、什么是情绪、情感	143
二、情绪、情感的种类	144
三、情绪的理论	147
四、情绪、情感与认知的关系	148
第二节 情绪与行为	149
一、情绪与行为的关系	149
二、情绪识别	152
第三节 情绪智力与健康情绪	153
一、什么是情绪智力	153
二、健康情绪的标准	155
三、情绪智力与健康情绪的关系	156
四、不良情绪的调控与健康情绪的培养	157
第七章 意志	166
第一节 意志概述	168
一、什么是意志	168
二、意志的特点	168
三、知、情、意的关系	168



第二节 意志的过程	169
一、采取决定阶段	169
二、执行决定阶段	170
第三节 意志素质的标准	171
一、意志的自觉性	171
二、意志的果断性	171
三、意志的坚毅性	172
四、意志的自制性	172

第四篇 心理的特征系统

第八章 能力与智力	179
第一节 能力与智力概述	180
一、什么是能力	180
二、什么是智力	183
三、能力、智力、知识、技能的关系	183
第二节 能力和智力的理论	185
一、能力的理论	185
二、智力的理论	186
第三节 智力和能力测验	188
一、良好智力测验的必备条件——智力测验的标准化	188
二、普通的智力测验	191
三、特殊能力测验和创造力测验	195
第四节 影响能力发展的因素与智力的开发	199
一、影响能力发展的因素	199
二、智力的开发	201
第九章 人格	208
第一节 人格概述	209
一、什么是人格	210
二、人格的结构	216
第二节 影响人格形成的因素	221
一、遗传	221
二、环境	224



三、个体的自我调控	229
第三节 人格理论	230
一、精神分析的人格理论	231
二、人本主义的人格理论	234
第四节 人格测验	237
一、什么是人格测验	237
二、人格测验的种类	238
第五节 健全人格的培养	245
一、健全人格的内涵	246
二、健全人格的培养策略	247

第五篇 心理学的应用系统

第十章 中小学生心理发展与中小学心理健康教育	253
第一节 中小学生心理发展	254
一、心理发展概述	254
二、中小学生心理发展的特点	256
三、影响中小学生心理发展的因素	264
第二节 中小学心理健康教育	269
一、心理健康的含义	269
二、中小学心理健康教育概述	270
三、中小学生心理健康的标准	273
四、中小学生常见的心理问题及其对策	275
第三节 发展心理学导学	282
一、为什么要学习发展心理学	282
二、学习发展心理学的哪些内容	282
三、怎样学习发展心理学	283
第四节 心理咨询导学	284
一、为什么要学习心理咨询	284
二、学习心理咨询涉及哪些内容	284
三、怎样学习心理咨询	284
第十一章 人际交往心理	287
第一节 人际交往概述	288



一、日常生活中的人际交往	288
二、学术研究中的人际交往	290
三、人际交往的知识及其“后效”	291
第二节 人际交往的心理分析	292
一、文化语境与人际交往	292
二、群体心理与人际交往	295
三、自我认同与人际交往	302
第三节 人际交往心理学导学	304
一、为什么要学习人际交往心理学	304
二、人际交往心理学涉及哪些内容	305
三、怎样学习人际交往心理学	306
 第十二章 学与教的心理	309
第一节 学习的心理学基础	310
一、学习的含义	310
二、学习的分类	311
三、学习理论简介	314
四、学习迁移	321
五、学习策略	324
第二节 教学的心理学基础	331
一、教学设计的心理学基础	331
二、教师心理	336
第三节 教育心理学导学	341
一、为什么要学习教育心理学	341
二、教育心理学涉及哪些内容	342
三、怎样学习教育心理学	343
 参考文献	348



第一篇

心理学概论

- 第一章 心理学的研究对象、历史及方法
- 第二章 心理素质
- 第三章 脑与心理

□【引言】

心理学在民间传说中常常是一门神秘科学。心理学究竟是研究什么的？心理学从何时开始？心理学当今的状况如何？它的未来又怎样？心理学工作者是怎样研究人的心理的？本章将系统地探讨心理学的研究对象、心理学的历史、心理学的研究方法和学习心理学的意义等问题。

第一节 心理学的研究对象

在学习心理学之前，学生常常对心理学有许多美丽的误解。他们常常会问：“你是学习心理学的，是不是你能够知道我现在在想什么？”“学了心理学以后，是不是就可以知道别人的全部心理活动？”如果老师的回答是“不可能”，他们就会很失望；但如果老师的回答是“能”，那么学生们又会怀疑老师是否诚实。其实，心理学是一门科学，它所研究的就是我们每个人的内心世界，而且这个世界是最复杂的世界。正如雨果所说：世界上最广阔的是大海，比大海更广阔的是天空，比天空更广阔的是人的心灵。心理学就是研究人的心灵的科学。

学科的分类之一在于其研究对象的不同。每一门学科都有自己特定的研究对象，那么心理学的研究对象是什么呢？

关于心理学的研究对象，长期以来，心理学界有两种观点：一种观点认为心理学的研究对象是心理现象及其规律，它对心理学的定义是心理学是研究心理现象及其规律的科学；另一种观点认为心理学的研究对象是心理现象，它对心理学的定义是心理学是研究心理现象的科学。你认为哪种观点是科学的？为什么？

从已出版的心理学教科书来看，把心理学的研究对象定义为“心理现象及其规律”的版本最多。但实际上这种观点存在着一些不严谨的地方。

其一，它把心理学的“研究对象”与“任务”混为一谈。在上述界定中，“心理现象”是心理学的研究对象，而揭示心理现象中的“规律”则是心理学的基本任务。众所周知，科学的研究对象与任务不是一回事。科学的研究对象是指科学的研究范围，而通过对研究对象的研究活动，揭示事物发展、变化的规律是科学的根本任务。可见，科学的研究对象不是也不可能是科学的任务，二者具有本质的区别。其二，这一定义违背了下定义的规则：定义项中不得直接或间接包含被定义项。把心理学定义为“研究心理现象及其规律的科学”，而科学的基本含义之一就是“知识体系”，研究心理现象及其规律中的规律，其表现形式也是“知识体系”，显然，该定义的定义项中已经直接包含了被定义项，因此，这个定义

不够严谨。

我们认为,“心理学的研究对象是心理现象”。这一界定是科学的,因为它既符合下定义的规则,同时也反映了心理学真正的研究对象。

心理现象是千姿百态、纷繁复杂的。它既包括人的心理现象,也包括动物的心理现象;既包括个体的心理现象,也包括群体的心理现象。更加特殊的是,心理现象与物理、化学等现象不同,它不具有鲜明的形体性,而是更多地隐藏在内部世界的精神生活中,往往无法直接进行观察,只有通过对其行为的观察和分析,才能够比较客观地研究人的心理现象。因此,心理学在研究心理的同时还研究行为及其与心理的关系。

所以,心理学的研究对象是心理现象,心理现象就包括心理和行为。

一、心理

心理学主要研究的是人的心理。人分为个体和群体,因此,人的心理也就包括个体心理和群体心理。

(一) 个体心理

个体心理主要是指个体的心理现象。现代心理学往往把个体的心理看做一个复杂的系统,而任何系统都可以从多个角度进行分析和描述,因此,个体的心理系统也可以从不同的角度进行分析和描述。从已出版的心理学教科书来看,基本上都是从心理过程和个性心理两个维度来对个体心理进行分析和描述的,都把个体心理分为心理过程和个性心理,并把个性心理分为个性倾向性和个性心理特征。

我们认为,从系统论的角度来看,可以从动力、过程和特征三维度对个体心理进行分析和描述,这样个体心理就包括心理的动力系统、心理的过程系统以及心理的特征系统。

1. 心理的动力系统

心理的动力系统是指人从事心理与行为活动的基本动力。它具体包括需要、动机和价值观,而价值观又包括个体的兴趣、理想、信念和世界观。

2. 心理的过程系统

过程一般是指事物从初始状态变成终止状态的程序及其形态。心理过程是指心理活动从初始状态变成终止状态的程序及其形态,它一般包括发生、发展和结束三个阶段。心理过程是大脑反映客观事物的程序及其形态。由于过程具有增值效应,个体的心理就不断丰富和发展。具体而言,心理过程包括认知过程、情绪情感过程和意志过程,简称“知、情、意”。

(1) 认知过程。认知过程是指人对信息输入、加工、储存的过程,是个体反

映客观事物的最基本的心理活动。认知过程包括感觉、知觉、表象、记忆、想象和思维,简称“知”。

(2) 情绪情感过程。情绪情感过程是指个体对客观事物是否满足自身需要而产生的体验,简称“情”。它反映的是客观事物和个体的需要之间的关系。例如,个体的喜、怒、哀、乐过程就是情绪情感过程。凡是符合并满足个体的需要的客观事物,就会使人产生积极的肯定的情绪情感,反之则会产生消极的否定的情绪情感。

(3) 意志过程。意志过程是指人克服困难实现预定目标的心理活动,简称“意”。例如,一个人在冰天雪地的时候还天天坚持冬泳就是意志过程的表现。

个体的认知过程、情绪情感过程和意志过程是相互联系、相互作用的统一体。个体的认知过程是情绪情感过程和意志过程产生的基础,同时情绪情感过程和意志过程又作用于认知过程。

3. 心理的特征系统

心理特征是一个人在活动中表现出来的与他人相区别的稳定性特征的总和,它包括能力和人格两个子系统。人格又主要包括气质和性格。心理特征是个体多种稳定性特征的独特组合,它集中反映了人的心理面貌的差异。

(二) 群体心理

群体是指两个或两个以上的个体以共同活动为中介而组合成的人群集合体。群体心理不是个体心理的简单相加,它主要是指群体成员共有的观念、态度等的总和,如从众心理、同仇敌忾等。

信息栏 1-1

旁观者效应

1964年3月,在纽约的克尤公园发生了一起震惊全美的谋杀案。一位年轻的酒吧女经理,在凌晨3点回家的途中,被一名不相识的男性杀人狂杀死。这名男子作案时间长达半个小时,当时住在公园附近公寓里的住户中有38人看到或听到女经理被刺的情形和反复的呼救声,但没有一个人出来保护她,也没有一个人及时打电话报警。事后,美国大小媒体同声谴责纽约人的异化与冷漠。

然而,两位年轻的心理学家——巴利与拉塔内并没有认同这些说法。对于旁观者们的无动于衷,他们认为还有更合理的解释。为了验证自己的假设,他们进行了一项实验。他们让72名不知真相的参与者以一对一或四对一两种方式,与一假扮的癫痫病患者保持距离,使用对讲机通话。在交谈过程中,

当那个假患者大呼救命时,事后的统计数据出现了有意思的一幕:在一对一通话的那组,有85%的人冲出工作间去报告有人发病;而在有四个人同时听到假患者呼救的那组,只有31%的人采取了行动!

这样,对“克尤公园现象”有了令人信服的社会心理学解释,两位心理学家把它叫做“旁观者介入紧急事态的社会抑制”,更简单地说,就是“旁观者效应”。他们认为,正是因为一种紧急情形有其他的目击者在场,才使得每一位旁观者都无动于衷,“可能更多的是在旁观者对其他观察者的反应,而不太可能事先存在于一个人‘病态’的性格缺陷中”。

[资料来源] 旁观者效应 <http://www.people.com.cn/GB/guandian/4477/20020809/796524.html>. 人民网,2002-08-09.

二、行为

行为是指机体外显的、可观察的动作或动作系统,如打手势、走路、打羽毛球等。有的行为是内隐的,而有的行为则是外显的。

(一) 个体行为

心理学上所说的个体是指动物和人类的一个生命体,当然,心理学研究对象中的个体主要是指人。因此,个体行为多指个人的行为,如一个人走路。

(二) 群体行为

群体行为与群体心理一样,也不是个体行为的简单相加,它主要是指群体成员一致性的行为,如军训学生操练齐步走。

三、心理与行为的关系

个体内隐的心理活动支配着其外显的行为,同时个体内隐的心理活动往往是通过行为具体地表现出来的。例如,爱情这种心理活动就是通过追求某人的行为表现出来的,同时追求某人的行为又是受到爱情这种心理活动所支配的。

第二节 心理学的历史、现状和未来

一、心理学的历史

心理学有一段漫长的过去和一个短暂的历史,但它却有一个无限光明的

未来!

(一) 古代心理学思想

心理学是古老的,因为在古代就有丰富灿烂的心理学思想。

1. 古代中国的心理学思想

心理学思想的产生几乎是与人的产生同时出现的,当人开始思考自己的心理活动时,其心理学思想就必然会出现。在古代,我国的心理学思想虽然没有形成比较完整的理论体系,但却是十分丰富的。例如,孔子在《论语》中就说过:“其身正,不令而行;其身不正,虽令不从。”这是管理心理学的思想;荀子在《天论》中提出了“形具而神生”的观点,就是对人的心理机制的探讨;朱熹曾大力提倡“胎教”,就是对教育心理学思想的丰富。

2. 古代西方的心理学思想

在古代,西方的心理学被认为是阐释心灵的学问,西方的心理学思想是在哲学中孕育和发展起来的。例如,柏拉图就认为灵魂先于身体而存在,灵魂是永生不灭的。当神创造世界时,就把理性放在灵魂里,把灵魂放在身体里。亚里士多德在此基础上发展和丰富了柏拉图的思想,撰写了《论灵魂》,这是历史上第一部系统论述各种心理现象的著作。后来笛卡儿的“唯理论”、“反射观”、“天赋观念”,洛克的“白板论”,贝克莱和休谟的经验主义等思想逐渐登上西方思想的历史舞台。这些与哲学纠缠不清的心理学思想为科学心理学的诞生做好了准备。

(二) 现代心理学的产生

德国心理学家冯特(Wilhelm Wundt,1832—1920)1874年出版了《生理心理学原理》一书,该书被称为学术史上的心理学独立宣言。1879年冯特在德国莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室,这标志着科学心理学的正式诞生。

(三) 心理学流派的繁荣

1879年以后,心理学进入空前繁荣的时期,众多的心理学流派像雨后春笋般出现在科学的百花园里。

对心理学流派,可以从流派产生的时间、创始人或代表人物、研究对象、研究方法、基本观点和关于流派的评价6个方面进行学习。

1. 构造主义心理学

1899年构造主义心理学产生于德国,后在美国得到发展,20世纪30年代以后渐趋衰落。