

心理学基础知识讲座

Psychology Jichu Zhishi

《心理学基础知识讲座》编写组

# 前 言

本资料是介绍心理学基础知识的讲座汇编。共十六章，一至四章阐述心理研究对象，任务和方法，心理的发生发展，个性等问题。五至十三章阐述感觉、知觉、注意、记忆、想象、思维、言语等认识过程以及情绪、情感、意志等心理现象；十四至十六章阐述了气质、性格、能力等个性心理特征。

本讲座收集的资料较为齐全，内容丰富，也收入了某些最新研究成果。可供初学者入门，教学者应用，研究者参考。

本讲座资料由魏德于、张尧官，石景麟合作编写。由洪德厚审校，任国培装帧。

《心理学基础知识讲座编写组》

1984.8

# 目 录

<b>第一章</b>	<b>心理学的对象、任务和方法</b> ·····	( 1 )
第一节	心理学的对象·····	( 1 )
第二节	心理学的任务·····	( 5 )
第三节	心理学的研究方法·····	( 8 )
<b>第二章</b>	<b>脑和心理</b> ·····	( 13 )
第一节	脑与心理的关系·····	( 13 )
第二节	神经系统的结构和机能·····	( 17 )
第三节	脑的反射活动·····	( 21 )
第四节	大脑皮层的生物电活动·····	( 27 )
<b>第三章</b>	<b>心理的发生和发展</b> ·····	( 29 )
第一节	概述·····	( 29 )
第二节	动物心理的发生和发展·····	( 30 )
第三节	人类意识的发生·····	( 38 )
第四节	人类意识的基本特征·····	( 44 )
<b>第四章</b>	<b>个性</b> ·····	( 49 )
第一节	概述·····	( 49 )
第二节	个性的心理结构·····	( 51 )
第三节	个性倾向性·····	( 53 )

<b>第五章</b>	<b>感觉</b> .....	( 68 )
第一节	概述.....	( 68 )
第二节	感受性.....	( 70 )
第三节	感觉的种类.....	( 71 )
第四节	感觉的适应.....	( 85 )
第五节	感觉的相互作用.....	( 87 )
<b>第六章</b>	<b>知觉</b> .....	( 90 )
第一节	概述.....	( 90 )
第二节	知觉的特性.....	( 92 )
第三节	空间知觉.....	( 102 )
第四节	时间知觉.....	( 106 )
第五节	运动知觉.....	( 108 )
第六节	错觉.....	( 109 )
<b>第七章</b>	<b>注意</b> .....	( 113 )
第一节	概述.....	( 113 )
第二节	注意的生理机制和外部表现.....	( 116 )
第三节	注意的种类.....	( 119 )
第四节	注意的特征.....	( 124 )
<b>第八章</b>	<b>记忆</b> .....	( 132 )
第一节	概述.....	( 132 )
第二节	识记.....	( 137 )
第三节	保持和遗忘.....	( 141 )
第四节	回忆和再认.....	( 144 )
第五节	表象.....	( 147 )

<b>第九章</b>	<b>想象</b> .....	( 151 )
第一节	概述.....	( 151 )
第二节	想象的种类.....	( 156 )
<b>第十章</b>	<b>思维</b> .....	( 164 )
第一节	概述.....	( 164 )
第二节	思维的基本过程.....	( 168 )
第三节	思维的形式.....	( 171 )
第四节	解决问题的思维过程.....	( 176 )
第五节	创造性思维.....	( 180 )
第六节	思维的品质和个别差异.....	( 182 )
<b>第十一章</b>	<b>言语</b> .....	( 185 )
第一节	概述.....	( 185 )
第二节	语言和思维.....	( 186 )
第三节	言语的种类.....	( 188 )
第四节	言语的感知和理解.....	( 192 )
<b>第十二章</b>	<b>情绪和情感</b> .....	( 199 )
第一节	概述.....	( 199 )
第二节	情绪的特性、反应及其与认识的关系 .....	( 206 )
第三节	心境、激情和应激.....	( 211 )
第四节	道德的美感和理智感.....	( 214 )
<b>第十三章</b>	<b>意志</b> .....	( 219 )
第一节	概述.....	( 219 )

第二节	意志行动·····	( 223 )
第三节	意志过程·····	( 226 )
第四节	意志品质及其培养·····	( 232 )
<b>第十四章</b>	<b>气质</b> ·····	( 237 )
第一节	概述·····	( 237 )
第二节	气质类型及其心理特征·····	( 240 )
第三节	气质类型的特性·····	( 242 )
第四节	气质和个性特性·····	( 245 )
第五节	气质在实践活动的作用及其培养···	( 248 )
<b>第十五章</b>	<b>性格</b> ·····	( 252 )
第一节	概述·····	( 252 )
第二节	性格与气质、能力的关系·····	( 256 )
第三节	性格的结构·····	( 258 )
第四节	性格的形成与培养·····	( 266 )
<b>第十六章</b>	<b>能力</b> ·····	( 270 )
第一节	概述·····	( 270 )
第二节	能力的个别差异·····	( 273 )
第三节	能力的形成和发展·····	( 281 )

# 第一章 心理学的对象、 任务和方法

## 第一节 心理学的对象

什么是心理学？人们可以顾名思义。心理学是以研究人的心理活动规律为其对象的一门科学。

所谓人的心理，就是指人的感觉、知觉、记忆、思维、情感、意志，以及兴趣、才能、性格等等。人的心理活动是丰富多采，极其复杂的，恩格斯曾誉之为“地球上的最美的花朵”。①

人生活在世界上，总得看东西、听声音、闻气味、吃食物、触摸各种物体，也就是说，用眼、耳、鼻、舌、身五官去感知事物，这就产生感觉和知觉。感觉是对物体的个别属性（颜色、声音、气味等）的反映，知觉是对整个物体的认知。比如，在春暖花开的季节里，你漫步在乡村田间，阳光照在你的身上，你觉得温暖；春风拂面，你觉得凉爽；你听到枝头小鸟的叫声，闻到树丛中野花的香气，看到碧绿的翠竹。这些温暖、凉爽、声音、香气、碧绿等等，就是你通过你的感觉器官得到的各种感觉。在这些感觉的基础上，从当前你亲身接触的事物中，你一一辨认出这是阳光，那是风；这是小鸟，那是花，那是竹子等

---

①恩格斯：《自然辩证法》，人民出版社1971年版，第24页。

等，这些就是你对事物的知觉。在离开了刺激物的作用之后，原来听过的话语，看过的物象仍“话犹在耳”、“历历在目”，这就是记忆。人不只能通过记忆把经历过的事物回想起来，而且还能够根据有关的描述在头脑中创造出没有感知过或现实中不存在的事物的形象，这就是想象。例如，毛主席在为深切悼念杨开慧、柳直荀两烈士所作的《蝶恋花·答李淑一》词中，把烈士的英魂比作杨花柳絮凌霄直上，与天长存，即“杨柳轻飏直上重霄九”。“问讯吴刚何所有，吴刚捧出桂花酒。寂寞嫦娥舒广袖，万里长空且为忠魂舞。”烈士们为革命事业而光荣献身，真是感天动地。吴刚捧出了名贵的美酒表达了对烈士的崇高敬意；寂寞多年的嫦娥，也高兴得在万里长空的广阔舞台上，翩翩起舞，表示对烈士歌颂和赞美。吴刚和嫦娥都是神话人物。这里充满着诗情画意的想象。当你早上醒来，推窗四望，见阴霾密布，燕子低飞，墙基石湿漉漉的，你由此间接地推知：周围的空气温度大，气压低，快要下雨了。这种根据感知的材料和已有的知识、经验进行分析、思考的心理活动过程，就是思维。

感觉、知觉、记忆、想象、思维都是属于对客观事物的认识活动，即都是为了弄清事物的性质和规律而产生的心理活动，这种心理活动统称为认识过程。

人们在认识客观事物时决不会无动于衷的，常常会产生满意或不满意，愉快或不愉快等态度体验，这种心理体验，称为情感或情绪。

人不仅能认识客观事物、产生一定的情感，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。人在认识事物，进行活动的过程中，能够根据自己的认识确定行



动目的，拟定计划、步骤，克服各种困难，最后把计划付诸行动，这种自觉地确定目标并力求加以实现的心理过程，叫做意志过程。

认识、情感和意志三种心理过程，简称知、情、意。它们是彼此既有区别，又是有机联系着的心理活动的三个方面。对外界事物进行认识的时候就会对它发生一定的积极的或消极的情绪，也就会采取相应的意志行动来巩固它或改变它。情绪、意识是随同认识产生的，认识也受情绪和意志的影响。

由于各个人的先天因素不同，生活条件不同，所受的教育影响不同，所从事的实践活动不同，因此，人们在通过心理过程认识事物和改造事物的过程中，常常表现出个人的不同特点，正如古语说：“人心不同，各如其面”。这些个人特点的差异主要表现在能力、气质和性格方面。例如，各人的才能（观察力、注意力、记忆力、想象力、思考力）不同，特长各异：有的人善于音乐表演，有的人长于吟诗作画。同一种能力，不同的人可能表现出不同的水平，如有的人言语表达能力很强，说话简明、流利，逻辑性强；有的人则语无伦次，条理不清等等。这些都是能力方面的差异。各人的情感体验的深浅度，表现的强弱，克服困难的决心和毅力的大小也不同。各人的性格也不同，如有的人灵活机智，有的人情绪平稳，有的人热情直爽，有的人沉默寡言，有的人谦虚谨慎，有的人傲慢轻率等等。各人的气质也不同，如有的人急躁易怒，倔强任性，有的人镇定自若，慢条斯理等等。所有这些都是个性的不同特点。人的心理现象中的能力、气质和性格，又统称为个性的心理特征。个性的心理特征也是心理学研究的

对象之一。

心理过程和个性心理特征是密切联系着的。个性心理特征是通过心理过程形式的。没有对客观世界的认识，没有对外界事物的情绪，没有对现实事物的积极改造的意志过程，个性心理特征是无法形成的，同时，已经形成的个性心理特征又制约着心理过程，并在心理过程中表现出来。例如，具有不同兴趣和能力的人，对同一景色会产生不同的评价水平；性格不同的人，情绪的表现也不同；有勤奋、勇敢性格特点的人，也就有坚强的意志行动。能力不同的人，往往在认识和意志行动方面表现出不同的效果和情感。所以，心理过程和个性心理特征，既彼此有别又互相联系，是人的心理活动这个统一体的两个方面。倘若我们要比较深入地掌握一个人的心理全貌就必须把这两个方面结合起来进行考察。

人的活动有自觉的，有不自觉的。在日常生活中人的绝大多数活动都是自觉地进行着的。自觉的活动就叫做有意识的活动。但也有一些活动是自动化地进行而并不自觉或基本上不很自觉的，这种活动就叫做无意识的活动。例如，一个钢琴家在演奏时，他的绝大多数的活动当然都是自觉的，有意识的，而他的手指弹压琴键的活动即是自动化的，无意识的。有意识的活动和无意识的活动都是在人的复杂的生活过程中所不可或缺的。显然，一个钢琴家在公演中，既要看曲谱，又要体会曲调的意境，又要表现适度的情调，如果还得随时注意每一个手指弹压琴键的动作，那他就会手忙脚乱，根本无法进行演奏。意识是人所特有的心理现象，是在人类祖先的共同劳动中随同语言一起产生和发展起来的，它是心理活动的高级形式，是自觉

的心理活动。

## 第二节 心理学的任务

心理学的基本任务是研究心理现象的规律，主要是研究心理活动的过程及其机制、心理特征的形成过程及其机制，心理过程和心理特征的相互关系等许多方面的规律性。心理学完成这些任务，有着重大的理论意义和广泛的实践意义。

首先，心理学研究心理和意识的起源、发生和发展以及人反映客观世界的过程，揭示了心理现象对物质世界的依赖关系，进一步科学地论证了物质第一性、意识第二性，意识是高度组织的物质的产物，意识是客观现实的反映等哲学基本命题，使辩证唯物主义更加彻底地粉碎唯心主义和二元论。同时，心理学的研究也为辩证唯物主义提供了自然科学的基础。它使人们更具体更深入地领会马克思主义认识论和辩证法原理，有助于自觉树立辩证唯物主义和历史唯物主义世界观。所以心理学是辩证唯物主义哲学特别是它的认识论的主要科学基础之一。列宁把心理学列为“构成认识论和辩证法的知识领域”的科学之一。<sup>①</sup>

其次，心理学研究所提供的科学事实，对抨击各种唯心主义思潮、摒弃宗教迷信和神秘主义，阐明马克思主义认识论，纠正偏见，澄清糊涂观念，都有极其重要的现实意义。正如列宁所指出的：“心理学提供的一些原理已使人

---

<sup>①</sup>《列宁全集》第38卷，人民出版社1959年版，第399页。

们不得不拒绝主观主义而接受唯物主义”①。

第三，心理学的实践意义是多方面的。心理学作为研究人的心理活动的规律的科学，对于一切社会实践领域都是必要的。因为一切社会实践活动都是人的实践活动，都是有人参加的；而任何人的任何实践活动都是在心理活动调节之下完成的。因此，如何遵循人的心理活动规律，提高人的实践活动的效率，就成了人类各个实践领域共同面临的问题。特别是在科学技术迅速发展的今天，心理学知识对于我们从事社会主义建设的各行各业的人都是不可缺少的。例如，教师可根据学生心理发展的特点、认识活动的发展规律以及个性差异等组织教学、指导复习、因材施教，这样会收到良好的教育和教学效果。劳动者可根据感觉、知觉、注意、思维、意志、动机、情感和形成技能等方面的规律性的知识，熟练掌握劳动工具，改进操作方法，完善劳动技能，创造劳动条件，从而提高劳动效率和产品质量。总之，随着人类实践领域的不断扩大，科学技术的迅速发展，心理学服务于实践的领域必将日益广阔，心理学在实践中的重要意义也必将日益增强。同时，心理科学也必将日益发展。

心理学作为一门独立的科学只有一百年历史，但发展的速度相当快，研究领域不断扩大，分支日益增多，它在整个科学大厦中发挥的作用越来越大。心理学的每一分支分别研究不同领域中的心理现象，各有自己特定的对象，任务和意义。比如，研究正常人心理活动的最一般规律的

---

①《列宁全集》第1卷，人民出版社1955年版，第396页。

普通心理学；研究儿童心理发生、发展规律以及儿童各年龄阶段心理特征的儿童心理学；研究学生掌握知识技能、形成道德品质的心理规律的教育心理学；研究掌握劳动工具、形成劳动技能以提高劳动生产率的劳动心理学；研究心理状态对疾病过程的影响，以促进疾病的痊愈与健康的恢复的医学心理学；研究体育运动、训练、竞赛过程中心理活动特点，以提高体育教学和运动训练效果的体育心理学；研究盲聋儿童和智能发展落后儿童心理特点从而补偿其心理缺陷，为帮助这些儿童参加适当的正常社会生活与生产劳动提供措施和根据的缺陷心理学；研究人在军事活动中和在操纵军事器械时的心理规律的军事心理学；研究艺术创作和欣赏过程中的心理活动规律的艺术心理学；研究个人与社会的相互关系、人与人交往中的心理现象，以协调个人与社会、个人与个人之间关系的社会心理学；研究侦缉、审讯以及劳教中的心理学问题的司法心理学；研究宇航员在受训过程中的心理活动规律以及在航天中最大负荷和失重状态下心理表现的航天心理学；以及研究动物心理的产生和演化过程，从而揭示人类心理产生的规律的动物心理学等等。据不完全统计，到目前完止，心理学已有七十余个分支。随着现代科学技术的飞速发展，心理学吸收和引进了科学技术的新成就，不断改进和发展了原有的研究方法和技术，使心理学的研究提高到一个崭新的阶段。心理学的许多科研成果，不仅应用到教育、医疗、军事、宇航等领域，而且渗透到仿生学、控制论、人工智能、系统工程等许多尖端科学技术部门，从而进一步显示了心理学的真正价值和生命力。

在我国四个现代化的建设中，社会生产各个领域和社

会生活各个方面，提出了大量新的问题和要求，需要心理学给以回答和解决。因此，心理学面临着艰巨而光荣的任务。要完成这个艰巨而光荣的任务，光靠心理学工作者的深入探讨还不够，更为重要的是，使各行各业的群众普遍掌握一些心理学基础知识，并运用这些心理学基础知识来解决“四化”建设中出现的新问题和新要求。

### 第三节 心理学的研究方法

心理现象是一种客观存在的事实，它有客观的，不依人的意志为转移的规律。我们探求这种规律，必须坚持严格的态度，不能给它“附加任何外来的成分”。因此，在心理学研究过程中，我们必须遵循客观的、联系的和发展的基本原则。

首先，必须坚持客观的原则。所谓客观的原则，就是尊重客观事实，按照事物的本来面目来反映事物。人的心理是客观事物的反映，一切心理活动都是由内外刺激所引起的，并通过一系列生理变化来实现的，在人的各种实践活动中表现出来的。所以我们研究人的心理，就要从心理产生所依存的那些条件、物质过程去揭示心理发生、发展和变化的规律。在研究实验的设计，材料的收集整理以及结论的得出过程中，都必须贯彻客观性原则，决不能附加任何主观臆测。实践是检验真理的唯一标准。心理学研究的成果和结论是否合于实际，是否属于真理，必须在社会实践中经受检验，在社会实践中发展。

其次，必须坚持联系的原则。这是辩证唯物主义研究

方法的重要原则。人生活在极其复杂的自然环境和社会环境之中，人的每一心理现象的产生都要受自然和社会诸因素的影响和制约。在不同的时间里，不同的条件下，对同一刺激物的反映是不同的。也就是说，人对某一刺激的反映，要受时间、环境、自身状况等多种因素影响和制约。所以，对人的心理活动的研究、实验，要严格控制条件，或者说，不仅要考虑引起心理现象的原因、条件，同时要考虑与之相联系的其他因素的影响，要在联系和关系中探究心理的真正规律。

再次，必须坚持发展的原则。辩证唯物主义认为，世界上的万事万物，都处在永恒运动、不断变化之中，作为发展变化着的客观事物反映的人的心理，也不例外。人的心理总是随着客观刺激物的发展变化而变化的。所以，我们应该在发展中研究心理现象，在动态中把握心理活动，这就要研究个体在不同的发展阶段上，心理的发生和发展。从婴儿直到老年，包括婴儿、幼儿、少年、青年、老年不同年令阶段的心理特点及其受什么条件所制约，从而了解人类心理发生、发展的规律性。个体的某种心理品质也不是固定不变的，而是不断发展变化的，可在原有心理水平的基础上，不断地形成新的心理品质。这在研究个性时具有特别重要的意义。我们不仅要研究已形成的心理品质，还要善于预测、善于发现处于萌芽状态的好的心理品质，以便创造条件使其成长、形成。这对搞好各项工作是十分重要的。

心理学研究的基本方法是观察和实验。观察是了解已有的情况，进行分析，找出规律；实验是控制和改变条件，促使一定的现象产生，进行分析研究。

观察法是在日常生活条件下，通过被试者的谈吐表情、举止行动等外部表现去了解人的心理活动的一种方法。观察法始终是有目的进行的，根据观察的目的，提出观察的具体任务；观察和记录被试的表现，用以说明某种心理现象。根据观察的目的和任务不同，可以有选择地进行观察，只观察那些与研究任务有关的活动，记录那些有关的心理表现。也可以作全面的观察，在一定时间内把被试的全部动作、行为和说话都记录下来，借以综合和分析被试者的心理现象。

由于观察法是在日常生活条件下，当被试者发生某种心理活动时进行观察的，因而它带有一定的被动性；而且观察所得材料本身还不足以区分哪些是偶然的、哪些是规律性的事实，并不能精确地确定某种心理现象发生的原因，这是观察法的缺点。但是，由于观察法在日常生活条件下进行的，正常生活并未受到干扰，被观察者也不知道自己在被观察，活动比较自然，因而所得材料就比较真实，切合实际，这是观察法的优点。

观察贵在目的明确、深入细致、长期系统，而且要对被试活动的外部条件、身体变化、表情动作都应作详细记录。

实验法是有目的地严格控制或创设一定条件来引起某种心理现象以进行研究的方法。

实验法有两种：自然实验法和实验室实验法。

自然实验法是在日常生活的自然条件下，由实验者有目的、有意识地改变和创设某些条件引起被试某些心理现象的出现。这种方法在教育心理学中广泛应用。例如研究学生的记忆、思维等心理现象，实验者常常改变和创设一些



条件，结合学生的正常学习活动进行研究。由于自然实验法既是在主动创造条件又是在自然情况下进行的，因此更切合实际。它兼具观察法和实验法的优点，但不如观察法广泛，不如实验法精确。

实验室实验法通常是在实验室内借助各种仪器进行研究的方法。例如，在研究感觉和知觉时，用精密的仪器精确地测定、记录、控制刺激物的强度、持续的时间和顺序，并相应地测定、记录被试的感觉器官对刺激的反应的情况。实验室实验法还可以在实验室里模拟自然环境的条件或工作环境的条件来研究被试的某些心理现象的生理机制。实验室实验法在研究个别心理过程（感觉、知觉、记忆、思维等）和心理的生理机制方面是十分重要的方法。

除了观察法、实验法之外，还有评价法、活动产品研究法、个案法以及教育经验总结法等。

评价法包括测量、测验、调查、访问、比较等方法。例如，有的采用问卷法研究个性差异；有的编制智力量表以测定人的情绪、人格等。还有用测验方法来检查能力、技巧的差异，有的以听觉、辨光、举重等测验来检查知觉能力，态度、性格、兴趣、气质等也都有测验。

活动产品研究法可以揭示人的技能、熟练和对事情的态度，有时也可揭示能力的水平和知识范围。例如，教师常常通过学生的各种活动产品，如作文、试卷、图画、劳动产品和个人的日记，来了解学生的智力水平，爱好、想象、理想等。

个案法则是对某一（或某些）被试在较长的（几年、十几年乃至几十年的）时间里连续进行了解以研究其心理发展变化的研究方法。这在儿童心理学中是常用的。例如