

心理学自学参考提纲

苏州教育学院教育教研组

一九八四年五月

说 明

心理学是高等师范院校开设的一门属于教育学科的公共必修课。本提纲是为配合函授学员自学伍棠棣等主编《心理学》而编写的。

学员必须以自学课本为主，以本提纲指出的“内容提要”为学习各章的“线索”，认真学习和掌握心理学的基本理论和基本知识，联系实际以利于教育和教学质量的提高。

由于我们水平有限，而且编写时间仓促，难免有不少缺点和错误，希望函授自学的同志们多多提出宝贵的意见。

苏州教育学院教育教研组

一九八四年五月

目 录

第 一 章	心理学的对象、任务和方法·····	(1)
第 二 章	心理的实质·····	(3)
第 三 章	感觉和知觉·····	(9)
第 四 章	注意·····	(15)
第 五 章	记忆·····	(20)
第 六 章	思维与想象·····	(26)
第 七 章	技能·····	(31)
第 八 章	情感·····	(35)
第 九 章	意志·····	(39)
第 十 章	道德品质的形成与培养·····	(43)
第十一章	心理的个别差异·····	(48)
第十二章	青少年学生心理的发展·····	(56)

第一章 心理学的对象 任务和方法

学习目的：

1、了解心理科学研究什么，包括哪些内容；为什么要学习心理学。

2、掌握研究人的心理的基本原则和方法。

内容提要：

第一节 心理学的对象

一、心理学是研究人的心理活动的规律的科学。

二、心理学研究的内容是：人在实践中的认识活动，通过认识活动所形成的意识的倾向性，以及它们在人身上所具有的个性特点。

第二节 心理学的任务

一、心理学研究的基本任务是：研究客观事物如何引起人的心理活动，人的各种心理活动过程是怎样进行的，人出生以后他的心理活动是怎样发展的，人的个性特征是如何形成、发展的，人的心理活动同人的社会实践又有何关系等等。

二、学习心理学有重大的理论意义与实践意义。

1、理论意义：

辩证唯物主义是心理学的理论基础，而心理学所揭示的规律又进一步论证了辩证唯物主义的基本原理。在物质与意识的关系问题上，心理学以它确凿可靠的材料证明，人的心理依存于客观现实和人脑的相互作用。心理学的认识过程规律知识为辩证唯物主义的认识论提供了科学论据。

心理学的科学知识有助于人们形成科学的世界观，与形形色色的唯心主义进行斗争。

2、实践意义：

心理学对于一切社会实践领域来说是必要的，因为任何人的实践活动都是在心理活动调节之下完成的。遵循人的心理活动规律，才能提高人的实践活动效率。

学习心理学，有助于人民教师掌握教育和教学规律，不断提高教育质量；有助于了解自己教育自己。

第三节 心理学的研究方法

一、心理学的研究必须严格遵循客观性原则。

二、心理学研究的主要方法是观察法与实验法，还有谈话法、作品分析法、个案法和教育经验总结法。这些方法既是科学研究的方法，也是教师了解学生心理活动的方法。

复 习 题：

1、什么是心理学？心理学研究的基本任务有哪些？你对人的心理现象曾经有过一些什么看法，对不对，为什么？

2、为什么说学习心理学有着重要的理论意义和实践意义？这对于人民教师提高教育质量有什么作用？

第二章 心理的实质

学习目的：

本章运用辩证唯物主义的观点阐明了心理产生和发展的物质原因，论证了人的心理是人脑对客观现实（主要是社会现实）的反映。通过本章学习，了解人们心理现象的实质，树立辩证唯物主义心理观。

内容提要：

心理的实质：人的心理，按其实质来说，就是客观世界在人脑中的主观映象。

第一节 心理是人脑的机能

一、脑是心理的器官

人的心理到底是由什么器官产生的，在古代长时期内，一直是一个争论不休的问题，只有辩证唯物主义才对心理的实质作了最科学的解释，认为人的心理，就是客观世界在人脑中的主观映象。心理是脑的机能，脑是心理的器官。

二、人脑的结构和机能

（一）神经元

1、神经元又称神经细胞。包括胞体和突起两部分。它是组成神经系统的最小结构和功能单位。

2、神经元具有接受刺激、传递信息的机能。

3、神经元之间的接触部位叫突触。借助于突触，各个神经元发生联系。

(二)、神经系统：

1、神经系统包括周围神经系统和中枢神经系统两大部分。

2、周围神经系统包括两种神经纤维，一种是传入神经纤维，一种是传出神经纤维。由此，中枢神经系统通过周围神经系统与全身的感觉器官和运动器官联系起来，人体才能协调活动。

3、中枢神经系统由脑和脊髓组成。

脑包括脑干（延脑、桥脑和中脑）、小脑、间脑和大脑两半球。

大脑是脑的高级部位，是心理活动的主要器官。大脑是由左右两半球组成，两半球由联络纤维——胼胝体联系起来。大脑表面的灰质称为皮层。大脑皮层含有约140亿个神经细胞，面积约为2200平方厘米。大脑皮层分成四个部分：1、额叶，2、顶叶，3、颞叶，4、枕叶。动觉、皮肤感觉、听觉、视觉等的神经细胞，就分别集中在这些区域。

大脑皮层是高级神经中枢。大脑皮层以下有间脑、中脑、小脑、桥脑、延脑、脊髓等部位，是低级神经中枢，又叫皮层下中枢。

(三)条件反射

1、反射：

(1)、人脑活动最基本的方式是反射。

(2)、反射是有机体籍助于神经系统而实现的对刺激物所作的规律性的应答活动。

实现反射的全部神经结构叫做反射弧。反射弧由感受器、

传入神经、中枢神经、传出神经和效应器组成。

(3) 反射分为无条件反射和条件反射。

2、无条件反射:

(1) 无条件反射是动物和人先天具有的、用不着学习就会的反射。

(2) 实现无条件反射的神经机制是受皮下中枢控制的固定的神经联系。

(3) 由于无条件反射的活动,使有机体可以适应相对稳定的生活环境。

3、条件反射:

(1) 条件反射是动物和人后天获得的、经过学习才会的反射。

(2) 条件反射形成的基本条件是无关刺激物与无条件刺激物在时间上的结合。

(3) 条件反射的神经机制是在大脑皮层上形成暂时神经联系的过程。

(4) 动物和人可以在条件反射的基础上建立多级条件反射,使有机体可以适应千变万化的生活环境。

4、两种信号系统的活动:

(1) 两种信号系统的活动是人脑独特的机能活动。

(2) 由具体实物作为信号刺激物称为第一信号。由许多具体信号所建立起来的条件反射系统叫第一信号系统。

(3) 由词和语言作为信号的刺激物称为第二信号,或信号的信号。由语词的作用所形成的条件反射系统叫做第二信号系统。

(4) 人由于具有第二信号和第二信号系统的活动,使人的条件反射具有社会的意义,与动物的条件反射具有本质上不

同的特点。

(四) 高级神经活动的基本过程及基本规律:

1、大脑皮层的活动又称高级神经活动。

2、高级神经活动的基本过程是兴奋过程与抑制过程。

兴奋过程就是神经系统在受到外界或机体内部的刺激时，在大脑皮层上所产生的一种活动状态，它的活动带来了机体相应器官的活动。

抑制过程是与上述过程相反的一种活动，它的产生带来了机体相应器官活动的减弱或制止状态。

3、高级神经活动的基本规律:

兴奋和抑制时刻在进行有规律的运动。这个运动的规律是:

(1) 神经过程的扩散与集中

高级神经活动无论是兴奋过程或抑制过程，都不是停留在原发点不动的，而是向周围扩散开来，使这些部分也处于同样的过程，这种现象叫扩散。

扩散不是随意无止境的，扩散到一定程度又向原发点回拢，这种现象即为集中。

(2) 相互诱导

高级神经活动过程的兴奋与抑制在一定条件下可以相互转化。

负诱导: 在大脑皮层上由兴奋过程引起或加强抑制过程叫做负诱导。

正诱导: 由抑制过程引起或加强兴奋过程叫做正诱导。

第二节 心理是客观现实的反映

一、人的心理的史前阶段——动物心理的发展

1、反映是物质普遍属性。发展水平不同的物质，具有不同的反映形式。

2、作为心理的反映形式，是从动物产生了信号活动开始的，是随着神经组织的出现而出现的。动物心理的发展可以分为三个阶段：感觉、知觉、思维的萌芽阶段。

3、动物心理的长期发展为人的心理的产生提供了生物学前提。

二、人的心理与客观现实的关系

1、人的心理是客观现实的主观映象。

(1) 劳动以及在劳动中产生的语言使人获得了人所特有的反映形式——人的心理、意识。

(2) 人的心理是客观世界的主观映象。人的一切心理现象，按其内容来说，都是客观现实的反映，具有客观性。但人的心理又是主观的。人们对同一客观现实的反映又有着明显的个人特点。由于各人的知识经验、个性特点、世界观不同，甚至健康状况和当前的心理状态的不同，对同一事物就有不同的反映，甚至同一个人在不同的时间内对同一事物的反映也不尽相同，这就是人的心理的主观性。

2、客观现实是心理的源泉。

客观现实，特别是社会生活实践是人的心理的源泉。离开社会现实的人，即使具有人的头脑，也不会产生人的心理。

三、人的心理是在实践活动中发生和发展的

1、辩证唯物主义认为，实践活动是人的心理、意识产生的基础。没有人的实践活动就没有人的心理。

2、人的心理不仅发展于实践之中，而且也服务于实践，

指导着实践。这表现了人的心理反映的能动性。

复 习 题：

- 1、试述人脑的结构和机能。
- 2、人的心理的实质是什么？
- 3、怎样理解心理是客观现实的反映？
- 4、说明心理与实践活动的辩证关系。

第三章 感觉和知觉

学习目的：

学习和了解人是如何感知世界的，进而理解感知的规律及其在教学中的运用。

内容提要：

第一节 感觉和知觉的概述

一、什么是感觉和知觉

1、感觉：就是当前作用于我们感觉器官的事物的个别属性在我们头脑中的反映。

2、知觉：就是当前作用于我们感觉器官的事物的各种属性、各个部分的整体在我们头脑中的反映。

3、感觉和知觉的差别：感觉是对客观事物的个别属性的反映；知觉则是对客观事物整体的反映。

4、感觉和知觉的共同特点：（1）感觉和知觉都是对当前客观事物的直接反映；（2）感觉和知觉所反映的仅是客观事物的外部特点，属感性认识阶段。

5、感知与实践的关系：客观世界是感知的源泉，实践是感知的基础，同时又是检验感知真实性的唯一标准。

二、感觉的神经机制

感觉器官中的感觉细胞（感受器），接受一定刺激物的刺

激，便产生一定的神经冲动，这种神经冲动由传入神经传递到大脑的皮层下的相应中枢和皮层的相应中枢，在这里进行分析、综合活动，便产生了相应的感觉。

三、感觉的分类

根据适宜刺激和感觉器官的部位不同，可以把感觉分为：

感觉种类	外部感觉：视觉、听觉、肤觉（温、冷、触、痛）、味觉、嗅觉。
	内部感觉：机体觉、痛觉（痛觉的感受器遍及全身）。
	本体感觉：运动觉、平衡觉。

第二节 视 觉 [略]

第三节 听 觉 [略]

第四节 感受性及其与实践的关系

一、绝对感觉阈限与差别感觉阈限

1、感受性就是对事物属性的感觉能力。它是用感觉阈限的大小来度量的。

感觉阈限就是指引起感觉的刺激量。感受性和感觉阈限在数量上的关系是反比关系。

2、感觉阈限可分绝对感觉阈限和差别感觉阈限；感受性可分绝对感受性和差别感受性。

二、感受性的变化及其与实践的关系

感受性不是固定不变的，常因外界条件的变化而变化。

感觉的适应，是指感受性发生暂时性的变化（提高或降

低)。人们的实践活动和长期的教育训练，可以大大提高其感受性，并且发生永久性的变化。

第五节 知觉的分类及其特点

一、知觉的分类

1、一般知觉：从参与知觉的感觉器官的不同来分类，有视知觉、听知觉、触知觉等等。

2、复杂知觉：在两个或若干个感觉器官以同等程度参与知觉的情况下，产生了复杂的综合的知觉。如空间知觉和时间知觉。

二、知觉的特点

知觉的主要特点是：整体性，选择性，理解性。

1、知觉的整体性（或综合性）

人们总是把外界对象知觉为一个整体，表现在：

（1）尽管知觉的对象由不同部分、不同属性所组成，但仍被知觉为一个统一的整体。

（2）尽管事物各个部分的属性可以同时被反映或相继被反映，作用于同一感觉器官或作用于不同的感觉器官，但在人脑中获得的反映依然是事物的整体。

（3）知觉的整体性还表现在人们对对象各部分之间的不同关系，组成不同的整体，产生不同的知觉。

（4）知觉整体性的规律告诉我们：

①在教学中，要让学生多种感觉器官协同活动，从各种不同的角度完整地感知事物。

②对象较强的部分常常掩蔽着较弱的部分，这也是我们教学中应注意的问题。

2、知觉的选择性

(1)、我们在知觉客体时，常在众多的对象中把某些对象优先区分出来予以反映，这就是知觉的选择性。

(2) 知觉的选择性是由各种客观原因和主观原因决定的。

客观原因如：事物作用的强度、活动性、对比以及知觉对象所处的外界条件的特点等。

主观原因如：人的态度、需要、兴趣、知识经验以及知觉对象对生活、实践的意义等。

3、知觉的理解性

(1) 我们对对象知觉时，总是用以前获得的有关知识经验来理解它，并用词把它标志出来，这就是知觉的理解性。

(2) 教师用精确的语言指导，有助于学生迅速、精确和完整地理解知觉的对象。

三、知觉的基本过程

知觉的基本过程就是知觉的对象从知觉背景中分出的过程。

知觉的对象从背景中分出的良好条件是什么呢？

1、对象与背景的差别越大，对象就越容易从背景中分出。

2、在比较稳定的背景上，运动变化的刺激，容易成为知觉的对象。

3、对象各部分的组合特点（空间上接近、时间上连续、形式上相似、颜色上一致的事物）容易构成一个整体为我们清晰地感知。

4、语言的指导、个人的期望、需要以及旧经验的影响等都是把对象从背景中分出的重要条件。

5、教师在教学中，在直观教具的制作和运用中，要利用这些规律，改进教学方法，提高教学效果。

第六节 直观教学中的几个心理学问题

一、直观教学的意义

教师根据教学目的的要求，从教学内容的实际出发进行直观教学，可以促进和加深学生对教学内容的体会和理解，并培养和发展学生的观察能力和思维能力。

二、直观教学的原则和方法是根据认识世界的规律和儿童认识发展的规律提出来的。因而，任何直观教学方法的运用，都必须服从于感知的规律。

三、在教学过程中，知识的讲解与直观教具的运用和对学生的观察的具体指导结合起来，具有十分重要的意义。

1、观察是有目的有计划的知觉，又叫做“思维的知觉”。

2、如何培养学生的观察力：

（1）使学生明确观察的目的要求。

（2）向学生介绍有关观察对象的理性知识。

（3）要教学生有层次有条理地观察。

（4）要启发学生在观察中积极思考。

（5）培养学生观察的记录能力和观察后进行总结的能力。

复 习 题：

1、什么是感觉和知觉？

2、什么是感受性和感觉阈限？举例说明感受性的变化。

3、举例说明知觉的整体性、选择性和理解性。

4、对象从背景中分出的条件是什么？这些规律在教学中如何运用？

5、如何培养学生的观察力？