

心理学知识十讲

玉林师专教育学科教研组编

说 明

这本材料是为我校各科学学生学习心理学课程而整理、编写的。一九七九年下半年，经我校中文、数学等八个科七七级十多个班试用后，曾稍作修改。现匆匆付印，可应教学和学习之急需。

在编写过程中，我们参考并采用了一些心理学专著和教材的观点和材料，在此谨向原编著者致以衷心的感谢。由于我们水平低，加上时间仓促，资料有限，已有的资料也来不及消化，所以，缺点和错误实在难免，恳请关心心理学教学与研究的同志们批评指正。

参加编写工作的同志是：

李尚孝（第一、四、九、十讲）；

陆覲熊（第二、六、八讲）；

李辉贤（三、五、七讲）。

玉林师专教育学科教研组

1980、1月于玉林

目 录

第一讲	心理学的对象和意义·····	(1)
第二讲	人的心理实质·····	(6)
第三讲	儿童心理的发展与分期·····	(18)
第四讲	感觉和知觉·····	(29)
第五讲	思维·····	(39)
第六讲	记忆和想象·····	(52)
第七讲	注意和兴趣·····	(67)
第八讲	情感和意志·····	(81)
第九讲	能力和性格·····	(99)
第十讲	学生道德品质的形成与教育·····	(104)

第一讲 心理学的对象和意义

一、心理学的对象

每一门科学都有特定的研究对象，心理学的研究对象是人的心理现象。心理学是研究人的心理活动及其规律的科学。

心理现象是我们很熟悉的。例如：我们坐在教室里，集中“注意”地学习，眼睛“看着”黑板，“听到”老师讲课，“思考”老师讲授的内容，“记住”老师讲过的东西，对学校开设的各门功课都有浓厚的“兴趣”，“决心”完成党和人民交给自己的学习任务把自己培养成一个合格的人民教师。这里提到的“注意”“听到”“看着”“思考”“记住”“兴趣”“决心”等等都是心理现象，人只要生活着，他就具有这样或那样的心理活动，产生这样或那样的心理现象。

人的心理现象虽然非常复杂，但归纳起来可以分为心理过程和个性心理特征两个方面。

心理过程包括认识过程、情感过程和意志过程。认识过程是我们认识客观事物的过程。例如：我们在认识周围的东西的时候，用眼睛看，用耳朵听，用鼻子闻，用手去摸……就产生了感觉和知觉。我们要掌握学科的科学内容，发展规律，必须进行思考，这就是思维。我们要记住学过的东西，并在必要时能把它回忆出来，这就是记忆。我们还要想出眼前不存在的事物的形象，例如，我们在脑中出现刘胡兰英勇

就义、刘文学与阶级敌人搏斗等英雄形象，这就是想象。感觉、知觉、思维、记忆、想象都是认识客观世界的心理过程，称为认识过程。人在认识事物的同时，还会产生各种各样的情感体验，如热爱、满意、愉快、厌恶、恐惧、愤怒……等等，这称为情感过程。人不仅能认识事物，产生情感，还能积极改造事物。人在行动中能克服困难，坚持达到目的的心理过程便是意志过程。

认识过程、情感过程、意志过程不是彼此孤立的，而是互相联系，互相制约的。对事物有了认识，就会对事物产生情感，并常常会引起相应的意志行动，同时，人的认识也受情感和意志的影响。

每个人都有这些心理过程，而且在心理活动中还表现出各人不同的特点。一个人的心理活动和别人不同的比较稳定的特征，叫个性心理特征。个性心理特征主要表现在兴趣、能力、气质和性格四个方面。例如，有的同学喜欢数理，有的同学喜欢文学，这就体现了兴趣的不同；有的同学记忆力很好，有的同学逻辑思维比较强，这又体现了能力的不同；有的同学很活泼，有的同学很急躁，这又体现了气质的不同；有的同学热爱集体，经常为集体做好事，有的同学不关心集体，不爱护公共财物，有的同学遵守纪律，有的同学自由散漫，这又体现了性格的不同。这些心理特征就构成了人们各不相同的个性。

心理过程和个性心理特征也是密切联系着的，它们是同一现象的两个不同的方面。每个人的心理过程都带有个人的特点，而人的兴趣、能力、性格等个人特点又是通过思维、

记忆、想象、情感、意志等心理过程表现出来的。

心理过程和个性心理特征都是心理学的研究对象，作为心理学研究对象的心理是心理过程和个性心理特征的总称。

通常把人的心理叫做意识，意识是指自觉的心理活动，是人所特有的心理现象。动物没有意识。

由于人类的实践活动很广泛，心理学研究的范围也很广泛，随着科学技术的发展和社会的需要，心理学不断扩大自己的研究领域，形成了许多的研究分支，如普通心理学、儿童心理学、教育心理学、文艺心理学、体育心理学、医学心理学、劳动心理学、军事心理学……等等，每个分支都有自己的研究对象，自各研究人的生活中一个领域内的心理现象或者心理现象的一个方面。如普通心理学，是一门研究人的心理活动一般规律的科学。儿童心理学的研究对象是儿童心理发展的规律和儿童各年龄阶段的心理特征。教育心理学的研究对象是教育过程中的心理活动的规律。体育心理学是研究体育活动中的心理规律。其中普通心理学，儿童心理学和教育心理学三个分支，是教育学科的重要组成部份。

科学的研究对象决定了它的具体任务。心理学的基本任务就是研究人的心理活动的规律，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、心理过程和个性心理特征的相互关系等许多方面的规律性。譬如：研究心理过程是怎样进行的，人的认识、情感、意志的形成发展有哪些规律；同时也研究人的兴趣、能力、性格等心理特征为什么会不相同，影响这些心理特征形成发展的条件是什么。儿童心理学要研究遗传、环境和教育在儿童心理发展上的作用如

何，儿童心理的发展动力是什么，儿童心理发展的年龄阶段的划分及各年龄阶段的心理特征等。教育心理学要研究在教学过程中学生掌握知识、形成技能、发展智力的心理规律，研究在教学教育过程中学生道德品质形成的规律……等等。

二、心理学的意义

研究人的心理活动的规律，具有重大的理论意义和实践意义。

从理论方面来说，科学心理学是建立在辩证唯物主义的基础之上的。科学心理学的研究揭示了心理、精神现象对物质世界的依赖关系，探讨人脑反映客观外界的各种形式及其过程，解释客观外界如何转化为人的意识。所以，心理学从心理发生发展规律方面阐明、论证物质第一性，心理意识第二性这个哲学上的根本问题，为马克思主义的认识论提供科学事实依据，列宁曾在《哲学笔记》中指出：“儿童智力发展的历史”、“心理学”等都是“构成认识论和辩证法的知识领域”之一。因此，科学心理学是人们同唯心主义、宗教、迷信等进行斗争的有力武器。

研究心理活动的规律在各种实践领域方面有着重要的意义。心理活动规律的研究是为人类各个实践领域服务的。心理学知识对于运动员、演员、作家、医生……是很必要的。如一个演员掌握了艺术创作的心理活动规律对提高演出效果有很大作用；一个运动员掌握了运动竞赛中的心理活动规律能加速自己运动技能的提高；一个医生了解病人的心理状态可以帮助他进行诊断及治疗。心理学知识还应用到生产劳动、航空事业等方面去。

心理学知识对于人民教师来说更是非常必要的。人民教师直接担负培养年青一代成为共产主义接班人的光荣任务。心理学为教育工作者把年青一代培养成为有社会主义觉悟的有文化的劳动者，成为社会主义现代化建设的生力军，提供必要的理论基础知识。人民教师应该认真学好心理学。

学习心理学，掌握科学心理学知识，根据儿童心理特点进行教育，才能提高教育质量，为四化培养人才。当前，全党的工作重点转移到社会主义现代化建设上来，迫切要求教师努力提高教育质量。全日制中学和小学暂行工作条例都规定，“教师的根本任务是遵循党的教育方针把学生教好。教师应该忠诚党的教育事业，努力完成教育任务”。教师工作的对象是人——是祖国的革命后代。教师要教育儿童就必须了解儿童，无论教育或教学工作只有根据儿童心理发展的特点，采取不同的具体措施，有针对性地教育学生才能把学生教好，才能使学生德智体全面发展。

心理学不仅是教育学科的重要组成部份，而且也是教育学的重要理论基础。因此，学习心理学，掌握心理学知识，对学好教育学和各科教学法，以及研究教育问题，都有很大的作用。

掌握心理学的知识，还有助于自我教育。学习心理学，能够进一步学好辩证唯物主义，澄清一些有关心理意识方面的模糊观念、偏见与迷信，帮助自己建立辩证唯物主义世界观，并以正确观点培养祖国的下一代。其次，心理学知识也可以帮助我们分析、了解自己的优缺点及其产生的原因，促进思想改造。

三、怎样学好心理学？

(一) 要用马列主义、毛泽东思想指导我们的学习。用正确的科学观点进行研究，才能真正掌握心理的规律。

(二) 要严格遵守客观性原则。只有按照事物的本来面目去研究，才能找出心理发生、变化和发展的规律，得出科学的结论。

(三) 要掌握研究人的心理的方法，研究心理的方法是很多，主要有观察法、实验法……等。

(四) 学习这门课程时，要怀着对人民教育事业无限热爱，对青年一代无限热爱的深厚的无产阶级感情来学习，还要注意理论联系实际。

〔思考题〕 1、什么是心理学？

2、人民教师为什么要学习心理学？

3、你打算怎样学好这门课程？

第二讲 人的心理实质

人的心理现象是大家熟悉的，但心理是怎样产生的呢？它的实质是什么？这却不是一个简单的问题。对于这个问题自古以来就有两种互相对立的见解：唯心主义者认为精神先于物质，只有灵魂依附于人的躯体的时候，人才有心理活动，灵魂暂时离去，就是人睡着了，永远离去就是人死了，躯体可以消灭，灵魂是不灭的。唯物主义者则相反，他们不相信有鬼神，也不相信有灵魂，反对灵魂依附躯体的理论，认为心理是产生于躯体并随着躯体的消亡而消失的，如荀

子说：“形具而神生，喜怒哀乐存焉。”又如古《阳符经》说：“心生于物而灭于物。”

“灵魂论”是由于古人知识水平低，他们无法解释千变万化的自然现象和社会现象，不可避免地要产生的迷信思想，唯心主义者就附和、利用这种思想，创立唯心论学说以进一步愚弄人民、统治人民。历史已经证明唯心论在理论上是谬误的、政治上是反动的。

但是，机械唯物主义者认为人的心理（意识）就是脑的分泌物，就好象肝脏分泌胆汁一样。这样，把精神也说成是物质了，不符合实际，也不能解释千变万化的心理现象，最后还得回到唯心论去，这也是错误的。

此外，十七世纪在欧洲，还流行着一种二元论，这种理论认为，人的心理有高低级之分，高级的来源于灵魂，低级的则来源于躯体，这种理论归根到底还是承认灵魂的存在，最后也还是要回到唯心论那里去。

只有马克思主义的辩证唯物主义才能正确地解释心理。辩证唯物主义认为：人的心理是人脑的机能，是客观现实的反映。这个正确的观点不仅为人们的社会实践所证明，而且为生理学家谢切诺夫和巴甫洛夫对高级神经活动的科学实验所证明。

一、人的心理是人脑的机能

（一）心理不是物质，而是物质的一种属性——反映，是较高级动物的一种反映形式。人的心理本来就是人脑的机能，但古代科学不发达，误以为是心的机能，一个人如果没有头脑就不能有心理。一些畸形婴儿，先天没有脑，产下来很

快就死了，如果是脑不健全的，虽可能养活，但也是痴痴呆呆的白痴。一个本来健康的人，也可能因患了某种疾病（如脑膜炎等）或受到外伤（如脑震荡等），脑机能受到破坏，心理活动也受到破坏，如丧失记忆能力、反应迟钝等等。

什么叫做反映？辩证唯物主义认为，世界是物质的，物质是运动的又是互相联系、互相制约的。当某一物体与其他物体发生作用时，这种作用就会在物体上留下痕迹。这种由作用而至留下痕迹的过程，叫做“反映过程”；留下痕迹这种物质的属性就称为“反映”。“水滴石穿”，“石穿”反映水长期地滴在石上这种关系；消化吸收反映着动物对其食物的关系。物质总是由低级形态向高级形态不断地运动、变化和发展着，物质的反映形式也相应地由低级向高级发展。无生物的反应形式是很简单很被动也很固定的。生物的反应形式比无生物的要复杂主动和活泼得多；在生物中，动物的反映形式比植物的又复杂、主动、活泼得多。只有动物发展到较高的阶段才具有较高的反映形式——心理。高等动物类人猿，经过几十万年的进化、发展而成为人类。人脑、高级神经系统已比一切动物的脑、神经系统高超得不知多少倍，人类的反映形式也就远远超出于其他动物的反映形式。如最高级的动物猿猴之类也只有某些萌芽状态的思维，而不可能有复杂的抽象的思维，它们只能揭露出周围事物的直接的、生物学上的意义，只能消极地适应环境而不能改造环境。如动物园里的猩猩，有人试过，把食物吊在高处，它勾不着，如果同时在地面摆几个箱子，它就懂得把箱子叠起来，然后爬到箱顶取到食物；但如果给它木料和工具，它是不懂得造个

架子或梯子，藉以攀登取食的。可见它们的思维是很低级的。而且，它们一得到食物，搁进嘴里就吃，从不因人们讥笑、羞辱它而不好意思吃不下去。但人就不同了，人类不但懂得制造工具，进行劳动以创造财富，而且过着一定道德规范的社会生活，在不符合一定道德标准的情况下，人们宁可挨饿也不随便抓取随手可得的食物。这说明在人的反映形式中，积极反映的能力已高度发展，人们能够更深刻、更广泛、更丰富地揭露出周围事物的意义和作用，不仅能揭露其对自己生物学上的意义和作用，而且能揭露其社会性的意义和作用。这种最高级的反映形式，就是“人的心理”，又称作“意识”。

（二）人脑是一块十分复杂而精细的物质，列宁把它称做是“以特殊方式组织起来的物质”。人的大脑重约1400克，与躯体比重约为 $1/50$ ，是其他动物无法比拟的。如大象的脑重达6000克，大鲸的脑重9000克，但它们的比重却分别为千分之一和万分之一。数量的大小，还不是主要的，主要是质量，例如海豚的脑，无论是重量或与躯体的比重和人都无什么差别，甚至可达1700克，但它无法和人比聪明，主要是质量较低，其它动物就更不用说了。人脑的皮质结构共分六层，是脑细胞核集中的地方，由大小不同、形状不同、排列不同的100亿—160亿个神经细胞组成，皮质表面有着许多皱褶，如将皱褶展开，其面积达2200平方厘米。大脑两半球的表面由中央沟分为前后两部分，又由大脑外侧裂分为上下两部分：中央沟前的一部分，叫额叶，集中着一些专门管动觉的神经细胞；中央沟之后和大脑外侧裂的上方，叫顶叶，集中

着一些专管皮肤觉的神经细胞；大脑外侧裂的下方，叫额叶，集中着一些专管听觉的神经细胞；大脑的后部，则是枕叶，集中着视觉神经细胞，总之，大脑的不同部位分别是各种活动的中枢，司管着人体的各种活动。因此，人们通俗地把整个神经系统比喻为整个机体的指挥系统，把大脑比喻为人的思想与行动的最高司令部，这是贴切的，但这个“司令部”要实现对机体各部分的指挥，还得有一套“通讯系统”，那就是遍布全身周围的神经系统。这个系统由无数神经细胞（又叫神经元）组成，传出、传入的通路是不同的。神经细胞的功能很微妙而复杂，环境的变化，不论是光线、温度、水流动、或其他什么物体的碰触，总之不管什么刺激都会引起冲动，并跨过一种很微小的间隙——称为“突触”——而传至下一个神经细胞，这样就使神经冲动由一个细胞传递到另一个细胞。（在高度发展的神经系统里，一个神经细胞可以和邻近的细胞构成好几千个突触）这样，体内外任何部位受到刺激都会引起冲动并迅速地把讯息传到大脑中枢，大脑对这些讯息进行“加工”之后，变成“指令”传至效应器官。大脑处理讯息的功能非常之大，据估计，一生之中，一个脑子能储存一千万亿信息单位，这是任何物质都无法与之比拟的。

（三）人脑的机能是极其复杂的，但也是有规律的。巴甫洛夫高级神经系统活动学说，是辩证唯物主义心理学的自然科学基础，高级神经活动学说要点如下：

巴甫洛夫认为，心理活动就其发生方式来说，是脑的反射活动。反射由三个环节组成：一是开始环节，即由外界刺

激作用于感受器官所引起的神经兴奋（又叫神经冲动），经由传入神经传至相应的神经中枢；二是中间环节，即在脑内对这些刺激进行分析综合而产生感知、思维、情感等等心理现象；三是终末环节，即经过分析综合的神经兴奋由传出神经传至效应器官，引起效应器官的活动，如动作、语言、表情等等。这三个环节就构成一条神经通路，这条通路叫做反射弧。反射弧的任何部份受到破坏，有关的反射就不能产生。反射弧的前两个环节合起来，又叫做分析器，大脑皮层是“分析器的总汇”。反射弧并不是单一、孤立的，一个神经系统可以构成许许多多的反射弧。一个外界刺激通过反射弧引起效应器官的活动，这活动又成为新的刺激，又引起新的神经兴奋，又传至中枢……这称做“反馈作用”，由于有了反馈，人的活动才成为完整的连续的过程，才能使机体以适当的行为应答周围的影响。

巴甫洛夫认为，机体的一切活动，不论是简单的或是复杂的，都是由来自内外现实刺激物引起的，都具有反射的性质。动物机体凭靠中枢神经系统，特别是脑，而实现的对于刺激的回答性反应就是反射。反射是机体和环境取得平衡的基本活动形式。

巴甫洛夫认为，反射可以分为无条件反射和条件反射两种。任何动物或人一生下来即具有一些天生的、由于遗传而来的反射活动叫做无条件反射，如婴儿出世，呱呱坠地立则会哭，奶头塞进嘴里就会吸吮等等都是。为了维持和延续生命的最基本的几种反射——食物反射，防御反射和性反射就是无条件反射。引起无条件反射的外界动因，叫做无条件刺

激物。无条件反射是动物机体与周围环境的固定联系，动物有了它，只能适应固定不变的环境。但是环境是极其复杂而且不断变化的。所以动物必须不断建立新的条件反射才能适应环境，维持机体与环境的平衡，维持生命和延续生命。条件反射是在无条件反射或十分巩固的条件反射的基础上建立起来的反射，它是机体与环境之间的暂时联系。最基础的、典型的实验是这样：在每次给狗看到灯光的同时，即喂以食物。重复多次之后，狗一看到灯光，虽无食物，亦流唾液。这时我们说狗已形成灯光的食物条件反射了。这时的灯光，就是由原来的无关刺激物变成条件刺激物了。如在这个巩固的条件反射基础上，继续试验，先出现一个黑色四方形，紧接着是灯光、食物，重复多次之后，狗见到黑色四方形也流口水。这时，我们认为狗已形成了第二级的条件反射。实验证明狗和其他动物最多能形成三至四级条件反射，而人由于有了语言，便可以形成无数级的条件反射。在实际生活中，无条件反射和条件反射的划分只有相对的意义，机体的每一活动都兼有这两种反射的性质。巴甫洛夫认为，形成条件反射，揭露刺激物的意义和作用，便产生心理现象。在实际生活中，人们形成的条件反射不是单一、孤立的，而是系统化的。这种神经联系系统叫作条件反射系统，稳固的条件反射系统叫做动力定型，或简称动型。形成动型后，只要一系列中第一个刺激出现，一连串的反应就很快地活动起来。这就是日常生活中叫做习惯或熟练的动作。动物和人就靠形成各种动型而与环境维持更好的平衡。

巴甫洛夫还认为，由于客观事物总是互相联系的，任何

关系到动物的生命的无条件刺激物，如食物或危险物的出现，都必然地联系着许多附带的、暂时的属性，如声音、颜色、气味、形状等等，这些附带属性的出现就成为无条件刺激物来临的征兆，也就是说是一种信号，巴甫洛夫称为“条件刺激物的信号”。大脑建立条件反射的活动，就是把周围现实界的事物加以信号化的活动。动物进化愈高，它的大脑就愈发达，它能形成的条件反射就愈多，其所能揭露的信号的意义就愈深刻、愈丰富。巴甫洛夫把来自具体刺激物的信号系统叫做第一信号系统，把来自词、语言的信号系统叫做第二信号系统。动物只有第一信号系统，因而只能反映简单的事物的表面现象。建立低级的条件反射系统，只有揭露周围事物对它的生物学的意义和作用。人类则不但有第一信号系统，而且有第二信号系统，第二信号系统活动制约着第一信号系统活动。因此，人不仅能够反映直接的现实，而且能够反映间接的现实，能够建立无数的条件反射，能够揭露事物内在的、本质的、社会性的意义和作用。人类不但能够适应环境，而且能改造环境。巴甫洛夫说：“正是词，使人成为了人。”

巴甫洛夫还揭露了高级神经活动的基本过程和规律。其要点如下：

- 1、机体受到内部或外部的刺激，便产生兴奋波并由传入神经传至大脑，大脑皮层便会发生两种互相联系又互相对立的活动过程——兴奋过程和抑制过程，在大脑皮质相应的区域出现兴奋中心或抑制中心。兴奋过程促使与兴奋中心相联的机体相应部份（即效应器官）由静止状态转为活动状态，

或由原来活动较弱转为活动加强；抑制过程则相反，它使效应器官的活动由强转弱而至静止。兴奋过程和抑制过程经常处于相互联系又相互斗争之中。某一部位刺激引起兴奋，其周围区域必产生抑制；若这一部份发生抑制，其周围区域就会引起兴奋。它们相互斗争着、转换着，这就构成高级神经活动的一幅错综复杂的图景。

2、兴奋中心的活动，以及和其周围区域的相互影响也是有规律的。神经过程开始，兴奋中心的兴奋波首先是向其周围区域扩散开去，然后又逐渐地集中回来，这叫做扩散集中规律。中心的活动对其周围区域有着相互诱导作用。当兴奋波扩散开去时就诱导其周围区域进入抑制。兴奋的程度愈强烈，诱导使其周围区域的抑制也愈强烈。日常生活中，我们如果对某一事物高度集中注意，就会对周围事物视而不见、听而不闻，就是这个缘故。抑制过程同兴奋过程一样，也有扩散和集中的运动过程，对其周围区域的同样有诱导作用，只不过是诱导出兴奋就是了。兴奋和抑制的扩散和集中有许多条件；首先取决于刺激物所引起的神经过程的强度，过强或过弱都容易扩散，中等强度则易于集中；其次，也取决于大脑皮层的一般状态，衰弱和疲劳者容易扩散，反之则易于集中。最后还取决于兴奋和抑制的平衡，兴奋强于抑制，就很难集中，这说明儿童思想较成年人一般地难于集中的缘故。

3、大脑皮质的兴奋和抑制运动过程实现着大脑的分析与综合的机能。所谓分析就是通过兴奋与抑制过程的相互诱导和制约作用，把刺激物分解为个别要素；所谓综合就是把