

现代心理学

主编 王萍

副主编 张兴峰



山东教育出版社

现代心理学

主编 王萍

副主编 张兴峰



山东教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代心理学 / 王萍主编. -- 济南 : 山东教育出版社, 2012
ISBN 978-7-5328-7100-1

I. ①现… II. ①王… III. ①心理学—师范大学—教材 IV. ①B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第011859号

现代心理学

王萍主编

主管: 山东出版集团

出版者: 山东教育出版社

(济南市纬一路321号 邮编:250001)

电话: (0531)82092663 传真: (0531)82092663

网址: <http://www.sjs.com.cn>

发行者: 山东教育出版社

印刷: 山东人民印刷厂莱芜厂

版次: 2012年2月第1版第1次印刷

规格: 787mm×1092mm 16开本

印张: 17.25印张

字数: 250千字

书号: ISBN 978-7-5328-7100-1

定价: 38.00元

(如印装质量有问题,请与印刷厂联系调换)

印厂电话: 0531-82092663

编写人员名单

主 编：王 萍

副 主 编：张兴峰

参编人员：许 燕 李 双 吴卫东

前 言

这本现代心理学教材是为高等师范院校学生(或高校中的师范生)的公共心理学课程教学专门编写的,同时,可作为教师继续教育的参考用书,也可作为对心理学感兴趣的读者的参考书籍。可以说,《现代心理学》是公共心理学课程教师在积累了几十年丰富教学经验的基础上编写而成,具有较强的针对性和实效性。

公共心理学课程是体现师范教育特色的一门教育性的专业基础课程,承担着师范学生教育素质培养的使命,在相关高校的课程与教材建设中一直受到高度重视。随着基础教育课程和教学改革不断深化,以及对教师教育素质的要求日益提高等原因,以往的公共心理学课程教材也表现出了某些不适应性,有待于进一步完善。

正是基于上述考虑,我们编写了这本现代心理学教材,试图对公共心理学的课程改革、教学改革作一些有益的探索。

该书在编写方面,内容上努力跟踪学科发展的最新方向,尽可能反映当代心理学的新进展、新成果;进一步符合基础教育改革发展的方向,适应学校素质教育的要求,为学校教育教学提供指导;适应教师教育发展的需要,有助于促进教师专业化发展与职业素质培养;结合学生心理发展规律与学校心理生活实际,尽量为在校的学生提供必要的心理学知识和心理指导。一是对教材传统内容体系进行了完善。本教材不但重视普通心理学的基本概念、原理,而且增加了有关学与教的心理学的内容。二是突出教学内容的可操作性。针对师范专业的学生初次系统学习心理学,心理学知识比较欠缺,在由浅入深呈现心理学基本原理的基础上,将重点落在联系实际方面,重视培养学生利用心理学原理解决现实教育问题的能力。三是优化了编写题例。扩大学生学习的的信息资源,以取得较好的学习效果。

本书由王萍教授任主编,张兴峰副教授任副主编,许燕副教授、李双副教授、吴卫东副教授参与编写。全书各章执笔人为:王萍教授编写第十一章;张兴峰副教授编写第三、第四、第七章;许燕副教授编写第二、第六章;李双副教授编写第九、第十、第十二章;吴卫东副教授编写第一、第五、第八章。全书最后由王萍教授统稿、定稿。

本书的编写过程凝聚了多方支持。得到了德州学院教务处的领导和有关人员的大力支持与帮助。在编写过程中,我们参阅了大量有关心理学教材和相关资料,在此一并表示衷心感谢。山东教育出版社的责任编辑李广军老师,在百忙之中对本书的编辑出版做了大量工作。教育系办公室的杜卫东老师对本书的格式进行了认真校对。现山东英才学院学前教育学院院长、原教育系陈文华教授为教材的编写奠定了良好的基础。谨此向他们表示真诚的感谢。

由于我们的水平所限,书中定有各种缺点、不足,诚恳广大师生与读者批评指正,对本书的再版修订提出建设性意见。

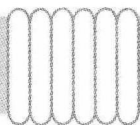
编著者

2011年12月20日

目 录

第一章 心理学概观	(1)
第一节 心理学的对象与研究方法	(2)
第二节 心理的实质	(14)
第二章 注 意	(23)
第一节 注意概述	(23)
第二节 注意的种类	(27)
第三节 注意的品质	(31)
第四节 注意规律的应用及注意力的培养	(36)
第三章 感觉和知觉	(46)
第一节 感觉和知觉概述	(48)
第二节 知 觉	(57)
第三节 感知规律在教学中的运用	(67)
第四章 记 忆	(72)
第一节 记忆概述	(73)
第二节 记忆过程	(79)
第三节 记忆的个别差异	(88)
第四节 运用记忆规律,提高学习效率	(90)
第五章 思维和想象	(96)
第一节 思维概述	(97)
第二节 思维的基本过程与问题解决	(101)
第三节 创造性思维	(108)
第四节 想 象	(112)
第六章 情绪与情感	(118)
第一节 情绪、情感的概述	(119)
第二节 情绪、情感的分类	(124)

第三节	情绪、情感与生活	(128)
第四节	情绪的调节	(130)
第七章	意 志	(136)
第一节	意志概述	(137)
第二节	意志行动的过程	(140)
第三节	意志的基本品质及其培养	(142)
第八章	个性倾向性	(148)
第一节	个性概述	(149)
第二节	个性倾向性	(151)
第九章	能 力	(164)
第一节	能力概述	(165)
第二节	能力理论	(168)
第三节	能力的测量与差异	(173)
第四节	能力的发展	(180)
第十章	气质与性格	(189)
第一节	气 质	(190)
第二节	性 格	(198)
第十一章	中学生的心理发展	(214)
第一节	心理发展的实质	(216)
第二节	初中学生的心理特点	(220)
第三节	高中学生的心理特点	(236)
第十二章	大学生心理健康教育	(246)
第一节	心理健康概述	(246)
第二节	大学生常见的心理障碍及影响因素	(252)
第三节	大学生心理健康教育	(262)



第一章 心理学概观

学习要求

1. 掌握:(1) 心理现象的构成成分;(2) 心理的实质
2. 理解:(1) 心理学的学科体系;(2) 心理学的形成和发展;(3) 心理是客观现实的反映
3. 应用:(1) 心理学的研究原则;(2) 心理学的研究方法

相关情境

暗示效应

1985年,在美国洛杉矶举办了一场具有较大影响的足球赛,观众有数千人。在比赛期间,有6人反映胃部不适,有的说肚子疼,有的说想呕吐。赛场的服务人员通过了解情况,猜想他们是因为喝了台下出售的某种软包装饮料所致,于是立即通过广播通知大家不要再饮这种包装饮料。不料广播后,场内相继有200多人出现食物中毒症状被送往医院。经医院认真化验,该软包装饮料完全合乎卫生标准。于是通过广播宣布该饮料“无罪”。此消息传开,抬进医院的200多名“患者”便不治而愈,停止了中毒反应又跑回赛场继续看比赛。这个故事体现了心理的“暗示效应”。一个人不自觉地接受暗示,并按暗示作出行为反应的心理现象叫暗示效应。故事中的第一次广播是个暗示,后来为软包装饮料“平反”的广播又是个暗示,两个广播的暗示效应作用恰好相反,所以才发生了故事中的心理现象。

类似的心理现象比比皆是。人的心理现象是世界上最复杂、最丰富的反映形式,恩格斯曾将人的心理现象誉为“地球上最美的花朵”。心理学作为专门研究人的心理现象的一门科学,是和人们的生活、学习紧密联系的。本章内容将对心理学的研究对象、学科体系、研究方法以及心理现象的实质和产生的机制

作具体的阐述,从而使读者对心理学以及心理现象形成科学客观的认识,为进一步学习掌握各种心理规律打下基础。

第一节 心理学的对象与研究方法

一、心理学的研究对象

各门学科都有自己的研究领域和对象,例如,物理学是研究物理现象的科学;化学是研究化学现象的科学;社会学是研究社会现象的科学等等。不言而喻,心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。心理现象与物理现象、化学现象不同,心理现象是生命物质发展到一定的阶段产生的。

人有心理现象,这是众所周知的。人的心理现象就是指通常所说的人的心理活动经常表现出来的各种形式、形态或状态,如感觉、知觉、想象、思维、记忆、情感、意志、气质、性格等等。

从心理活动的动态变化过程、相对持续状态和比较稳定特征这三个维度来看,又可以把人的心理活动分为:心理过程、心理状态和个性心理三个方面。

(一) 心理过程

心理过程是指,在人的认识、情感、意志行动方面表现出来的那些心理活动,它们经常处于动态变化的过程中。

大家知道,当人们处于觉醒状态时,总是在从事着这样或那样的活动,如生产劳动、工作、学习、科学实验、技术革新、文艺创作、经商贸易、社会交往,乃至娱乐活动等等。在这些活动中,人们首先要搞清楚的是,与自己打交道的客观对象(包括人和物)究竟是什么。为此,人们就需要不断地注意着、观察着、思考着、想象着,并且铭记着这些周围事物和对象。

当人们集中注意观察当前的事物时,即产生了感觉和知觉这样的心理活动;感觉和知觉则是人脑对直接作用于感觉器官的各种事物个别属性和一般意义的认知。当人们在感觉和知觉的基础上进一步思考着什么时,即产生了思维活动;思维是人脑对客观事物的一种间接的和概括的反映,以进一步获得事物本质属性和内在联系的认知。当感知过的事物已不在眼前时,在人脑中还会再次浮现该事物的形象,心理学称为表象。而表象在人脑中再加工改造的过程,

即产生了想象活动;想象乃是人的形象思维和创新事物的一种特有的心理现象。此外还必须看到,感觉、知觉、表象、思维和想象等这些心理活动是一个连续的过程,而对构成这个连续过程起重要作用的一种心理条件,就是人对曾经经过的各种事物大多会以某种痕迹铭记在头脑中,并在一定条件下,通过一定方式回想起来,并继续参与到各种心理活动中去。这种现象我们称之为记忆。记忆是人对过去经验的反映,它也是人类极其重要的一种心理现象。

以上所描述的各种心理现象,总括而言,就是人们经常表现出来的,对客观事物和对象在认识方面的心理活动。

当然,人们在与周围事物和对象打交道时,绝不会只停留在认识方面。人们在认识事物或他人的同时,还会表露出一定的态度,产生着这样或那样的感受和体验,如满意或不满意、喜爱或厌恶、热情或冷淡、欢欣或忧虑、高兴或烦恼、赞赏和或鄙视、沉静或激动等等。以上这些人们在认识活动中所产生的的各种各样的态度体验,就是人们经常表现出来的,心理学称之为情绪和情感方面的心理活动。

不仅如此,人们对与之打交道的事物和对象,并不总是满足于在认识、感受和体验上,人们还经常需要进一步对待它们、改造客观事物和对象。为了处理好这些问题,人们常常根据自己的认识和体验,产生一定的需要和动机,拟定目的和计划去行动。人们的这类活动叫做意志行动,而支配意志行动的许多内部因素和过程,如人的动机、意向、决心、坚持性等等,也就是人们经常表现出来的在意志方面的心理活动。

以上所讲的人的认识、情感、意志这三方面的心理活动,经常处于动态变化之中,都有其发生、发展、终止或升华的过程。所以,这些心理活动都统称之为心理过程。而认识、情感、意志三种心理过程又以其相互联系、彼此制约而构成人的整个心理过程。

(二) 个性心理

个性心理就是指一个人在心理过程的发展和进程中,经常表现出来的那些比较稳定的心理倾向和心理特点。

在复杂的现实生活中,由于人的环境和教育的差异,以及自身各种因素的不同,人们在形成需要、动机、兴趣、信念、理想和价值观等方面,总会有这样或那样的个别差异。上述这些差异,就是人们经常表现出来的不同的个性倾向性。

与个性倾向性相关联,在人们的认识、情感、意志和行为中,也常常反映着个人的许多不同的心理特点。譬如说,对同一事物的认识,有的人感知敏锐、思

维深刻、想象丰富；而有的人则感知迟缓、思维肤浅、想象贫乏。有的人记忆速度快且保持长久；有的人则记得慢且易遗忘。有的人善于形象思维；有的人则善于抽象思维。有的人善于解决问题、富于创造；而有的人则遵循常规、不善开拓等等。凡此种种在认识及其活动效率方面表现的不同，就形成了人们在能力或智力方面的个别差异。

再如，有的人性情暴烈，易于激动；有的人则性情温和，不易发脾气。有的人反应迟缓、情感内向；有的人反应敏捷、情感外向。有的人情感深沉、动作有力；而有的人则心境易变、行动不定等等。这些表现在情感、情绪等心理活动动力方面不同特点，就形成人们在气质方面的个别差异。

此外，还有的人经常是活泼愉快的；有的人则经常多愁善感。有的人善于交际；有的人则安然沉静。有的人勇敢顽强；有的人怯懦软弱。有的人主动进取；有的人被动不前。有的人机智果断；有的人优柔寡断。有的人大公无私；有的人私心重重……。凡此种种经常表现在人们的态度和行为方式上的不同特点，就形成了人们在性格方面的个别差异。

人们在能力、气质和性格等方面所表现出来的这些差异，心理学统称为个性心理特点。个性倾向性和个性心理特点有机地、综合地体现在一个人的身上，也就构成了一个人完整的个性心理，或简称个性。

二、心理学的学科体系

现代心理学的研究范围不断扩大，分支学科不断涌现并逐步走向成熟。它们都在为完成心理学基本任务做出各自的贡献，同时也担负着特殊的使命。根据它们肩负的任务的不同，可以大致把各分支心理学划分为基础性和应用性两大领域。

（一）基础性心理学

基础性心理学研究的是心理科学中与各分支心理学有关的基础理论和基本的方法问题，以及心理发生和发展的基本问题。基础性心理学的重要意义在于构建理论体系、积累知识素材、完善研究方法，从而对应用研究发挥理论指导和方法论指导作用并且不断地提供新的知识资源。它主要包括普通心理学、实验心理学、比较心理学、发展心理学、社会心理学、生理心理学和认知心理学等。

1. 普通心理学 普通心理学是科学心理学的基础，研究心理现象产生和发展的一般规律，如感知觉、记忆、思维的一般规律；人的需要、动机以及各种心理特性的一般规律等。普通心理学为各分支心理学提供了理论基础，同时也概括各分支学科的研究成果，也是学生学习心理学的入门学科。

2. 实验心理学 实验心理学是通过科学的实验研究方法,研究人类及动物的各种行为及心理变化,其研究主要围绕科学心理学发展初期的那些传统课题,如感觉、知觉、学习、动机和情绪等方面的问题。所谓科学的实验方法,是指在严格的条件下用某种刺激引发所期望的行为,然后观察这些行为,并对结果进行统计分析。值得注意的是沿用实验心理学名称并不意味着其他领域的心理学研究不做实验。

3. 比较心理学 比较心理学是研究动物心理并与人类心理相比较以探求人类心理如何演化而来的科学。与此相类似的一门学科叫动物行为学。它的研究目的是了解各种动物的行为活动规律,如各种动物的迁徙、季节适应、觅食、食物储备、交配、哺幼、营巢、自卫、搏斗、合群、通意、鸣叫、游戏等行为的方式和规律。这两门学科是十分接近的。

4. 发展心理学 发展心理学研究个体生命全程中身心变化与其年龄之间的关系,主要探究各个年龄阶段的心理特征,揭示个体心理从一个年龄阶段发展到另一个年龄阶段的规律。发展心理学曾一度集中于研究儿童期,现在对青春期、成人期和老年期也都进行大量的研究。

5. 社会心理学 社会心理学研究人际间的关系和交互影响,研究团体力量对个体行为的控制和影响。典型的研究课题有社会认知、亲密关系、态度的形成和变化、偏见、顺从、攻击行为以及集体行为等,其研究成果有助于人们在人际交往中取得成功。

6. 生理心理学 生理心理学研究个体行为及其心理过程与其身体及生理功能的关系,主要包括各种感官的机制、神经系统特别是脑的机制、内分泌系统对行为的调节机制、遗传在行为中的作用等。其具体研究方法是在脑的各种不同形态和功能下观察人的行为或心理活动的变化,例如,刺激人脑皮层的某个部位使人回忆起童年的事情等。

7. 认知心理学 认知心理学应用信息加工方法研究人的高级心理过程,如记忆、推理、信息加工、语言、问题解决、决策和创造性活动。用科学实验的方法探讨内部心理活动规律,实验设计要求严格,与实验心理学相近。

8. 人格心理学 人格心理学描述和了解个人独特的稳定的心理特征和行为,同时也探讨人格形成的影响因素,并对人格特征进行测量和评估。

9. 变态心理学 变态心理学研究心理与行为异常的类别和成因,从而建立系统理论,作为心理诊断和治疗的依据。

10. 心理测量学 心理测量学是研究行为和能力的一门学科。通常用心理测验的方法进行。

（二）应用性心理学

心理学的应用领域十分广阔。人是生活实践的主体，人类的各个生活实践领域也都是心理学的应用领域。属于心理学应用于社会生活实践的各个分支学科数量众多，心理学应用研究的目的也十分明确，主要是为了解决工农业生产、医疗卫生、人才培养以及社会生活等领域提出的实际问题，比较注重实用价值。主要包括教育心理学、临床心理学、咨询心理学、工业和组织心理学、商业心理学、军事心理学、运动心理学、环境心理学、消费心理学、法律心理学等。

1. 教育心理学 教育心理学是应用心理学中出现最早的学科，是心理学的一个重要领域。它研究在教育情境中学生学习与教师教学的交互过程的规律，以便解决教学中的实际问题。它具体涉及学习心理、教学心理、教师心理、课堂管理心理、教学评定等内容。

2. 临床心理学 临床心理学对具有心理障碍的人进行评估、诊断和治疗，同时也对轻度行为和情绪问题进行处理，主要工作方式包括与病人谈话、实施心理测验和提供集体或个人的心理治疗。

3. 咨询心理学 咨询心理学帮助具有轻度心理异常和适应问题的人了解自己、认识环境、澄清观念、解除困惑，进而消除不良习惯，重建积极人生。对职业、家庭、婚姻和教育等方面问题也给予帮助。

4. 工业和组织心理学 工业和组织心理学在工商业的很多领域中发挥作用。包括从事人事部门工作，如人才选拔、人力资源的合理利用等，企业中改善员工的精神面貌和工作态度，争取提高工人的满意度和生产力，在工厂和企业中对机构的组织、设施和生产程序进行考察，对改进工作提出建议。

5. 商业心理学 商业心理学是研究商品销售过程中商品经营者与购买者心理活动规律的科学。它研究商业人员的选择、培训和职业指导，以及消费者的动机、知觉和决策等。

6. 军事心理学 军事心理学是研究军事活动中人的心理活动规律的科学。它主要研究战斗时人的行动、指挥员与下属的相互关系、士气、心理战以及掌握军事技术等方面的心理学问题，为提高部队战斗力服务。

7. 运动心理学 运动心理学也叫体育心理学。它研究人在体育运动、训练、竞赛活动中的心理特点和规律。要提高体育运动成绩，运动心理学的成果对于教练员与运动员是极为重要的。

8. 环境心理学 环境心理学研究环境对行为的影响，包括热、声响、拥挤等对个人感受、行动甚至健康可能产生的影响。

9. 消费心理学 消费心理学研究社会大众的消费行为，主要探究消费动

机、购买行为、消费信息来源以及影响消费决策的因素等。

10. 法律心理学 法律心理学探究与法律相关的各种心理问题,如犯罪动机、犯罪人格、审判心理等。

基础性心理学和应用性心理学之间并没有截然可分的界线。从总的趋势来看,心理学也在朝着高度综合和高度分化的方向发展。在社会生活实践领域不断向广度和深度拓展以及邻近的相关学科持续发展的背景之下,心理学继续分化的势头短时间内不可能趋于缓和。与专门实践领域相对应的心理学应用学科和与相邻学科交汇的心理学边缘学科仍然在不断涌现,各个分支学科都在向纵深发展。现代心理学正在成长为一棵枝繁叶茂的科学巨树,并且将随着它对社会生活的积极影响而获得新的发展动力,也将因其他学科的促进和介入而萌发新的生长点。

三、心理学研究的基本原则

根据辩证唯物主义的哲学观点,心理学研究必须遵循以下基本原则。

(一) 客观性原则

客观性原则要求必须以实事求是的态度对任何心理现象按照它们的本来面目加以考察,必须在人的生活和活动中客观地进行心理研究。诚然,各门科学的研究都必须遵循客观性原则,但是,由于心理学研究的是人的心理现象,是人的主观世界,更应该反对主观臆想和揣测,强调坚持客观性原则。心理现象就其映像来讲是一种主观存在,但它是由一定的客观现实引起,并总是通过人的实践活动,以语言、表情和行为等方式表现出来。因此,研究人的心理现象,必须根据其产生、发展的客观条件和外部表现,如实测验作用于被试的刺激强度和反应的客观指标,才能真正揭示心理现象发展的规律。

(二) 系统性原则

系统性的原则要求在对人的心理现象进行研究时,必须考虑各种内、外部因素之间相互联系和制约的作用,注意把某一心理现象放在多层次、多因素的系统之中进行分析。人的心理现象是一个极其复杂的动态系统,它与外部刺激、活动内容、客观环境以及其它各种心理现象之间,都有紧密的联系。其中任何一种因素的变化,都可能引起人的心理的变化。因此,对于人的心理现象,必须进行全面的、系统的分析和考察,而决不能把它看做孤立的东西进行简单的研究。

(三) 发展性原则

发展性原则要求在对人的心理现象进行研究时,坚持发展的观点。唯物辩

证法指出,世界上任何事物都处在运动和发展变化之中。心理现象也是这样,总是在不断地变化发展着。就个体的某一心理来看,其在不同年龄阶段的表现方式和水平就有所不同。一种心理品质形成之后,随着环境和实践活动的改变,也会有一定的发展。遵循发展性原则,既有利于预测人的心理发展的前景和方向,也有利于做好当前的教育工作。因此,把心理现象置于发展过程中研究,防止和反对静止、凝固地看待心理现象,也是心理学研究的一个重要原则。

(四) 理论联系实际的原则

理论联系实际的原则要求心理学的研究和设计过程必须有科学的理论指导,提出的研究课题必须对社会实践活动和人类健康有意义。要进行心理学研究,必须掌握马克思主义哲学和心理学的一般原理,了解与课题有关的研究成果,以把握研究的科学性和避免不必要的重复劳动。同时,各种理论又必须“为我所用”,要结合我国和人们生活的实际去检验它们,并通过自己的研究实践去发展它们,以建立具有中国特色的心理科学体系。

四、心理学的研究方法

由于心理现象的特殊性和复杂性,科学心理学的研究方法必须以辩证唯物主义方法论为指导思想。心理学的一般研究方法有:

(一) 观察法

观察法是指在日常生活条件下,研究者通过观察在自然情境中被研究者的动作、行为、表情等外部表现以判断其心理活动的一种方法。比如,在学校教育中,教师常常通过观察学生在校内校外、上课下、劳动、学习和游戏、考试、比赛或日常生活中的各种表现,了解学生的各种特点和心理发展规律。

观察法的优点,在于它是在日常生活条件下进行的,被试者不知道被别人观察,活动比较自然,言行表现比较真实,符合心理活动的实际。观察法的缺点是从观察的材料中不容易直接分出现象和规律,不易分出主要原因和次要原因。我们必须作进一步的科学分析,才能得出正确的结论。

为了有效地运用观察法,必须在观察前有明确的观察目的和计划。根据目的计划有重点地作深入细致的观察;要长期观察,要系统观察;要对观察到的事实现象,作详细记录,积累资料;要积极地进行思维活动,分清整体与局部、主要与次要因素。观察之后要认真整理材料,分析研究,以便找出规律性的东西。

(二) 实验法

实验法是指有目的地控制一定的条件或创设一定的情境,以引起被试的某些心理活动进行研究的一种方法。心理学的实验法也有两种主要形式:

1. 实验室实验法

这是指在实验室内利用一定的设施,控制一定的条件,并借助专门的实验仪器进行研究的一种方法。例如,当我们需要知道室内光亮度对学生视觉阅读效果有什么影响时,即可选择正常同等视度的若干学生作被试,在实验室的设备条件下,一面控制室内光亮度的不同变化(自变量),一面测量被试在不同亮度下阅读的速度(因变量),然后通过实验所获得的各项数据,加以处理和分析,即可得到某种光亮度对视觉阅读最适宜的实验结果。

实验室实验法,便于严格控制各种因素,并通过专门仪器进行测试和记录实验数据,一般具有较高的信度。通常多用于研究心理过程和某些心理活动的生理机制等方面的问题。但对研究个性心理和其他较复杂的心理现象,这种方法仍有一定的局限性。

2. 自然实验法

这是在日常生活动等自然条件下,有目的、有计划地创设和控制一定的条件来进行研究的一种方法。例如,研究评价(表扬或批评)对激发学生学习积极性的作用问题,即可以采用自然实验进行。如有一个实验,选择100名条件相当的学生作被试,把他们随机分成四个不同评价性质的实验组。然后令所有被试“做算术”加法练习5天,每天练习15分钟,在评定时,表扬组只给予正确评价,批评组只给予批评,忽视组只可以间接评价,控制组则不给予任何评价。最后检查学习效果,发现表扬组最好,批评组次之,控制组最差。这说明对激发学生的学习积极性,表扬和批评都是必要的,而应以表扬为主,不作任何评价反而会降低学习积极性。

自然实验法比较接近人的生活实际,易于实施,又兼有实验法和观察法的优点,所以这种方法被广泛用于心理学问题的研究。

(三) 其它方法

谈话法:主试与被试通过直接谈话的方式来了解和研究被试心理的一种方法。要有效地运用谈话法,必须有明确的谈话目的,选择适当的谈话方法,拟定出详细的谈话提纲,按一定的顺序来进行。谈话时要有记录,谈话后要认真分析记录,得出适当结论。

作品分析法:作品分析法是通过分析被试的作品以了解其心理活动的方法,如教师通过分析学生的日记、作文、绘画和其它作品来研究学生的心理活动等等。人们的不同的劳动产品显示着人们的不同心理特点。分析人们的劳动产品可以了解人们对劳动的态度、技能、能力及其它性格特征。当然,劳动产品同心理特点之间的关系并不是简单的、直接的。因此,需要长期地、多方面地分