

J 教师教育系列教材
JIAOSHI JIAOYU XILIE JIAOCAI



心理学教程

(第2版)

欧晓霞 主 编

李天思 王 玲 庄国萍 副主编

赠送
电子课件

- 注重教材内容的系统性、时代性和实用性。
- 增设实践指导内容，重视教学实践。
- 案例来源于生活，具有实际指导意义。



清华大学出版社

教师教育系列教材

心理学教程

(第2版)

欧晓霞 主 编

李天思 王 玲 庄国萍 副主编

清华大学出版社
北 京

内 容 简 介

心理学是师范院校学生的核心课程,也是培养未来教师基本素质的一门重要课程。学好这门课,不仅有助于学习其他教育理论和教师职业技能课,而且还有助于了解教育对象的心理特点,从而按照其心理规律进行教学,以提高教育、教学的质量。

本书的主要内容:通过系统介绍心理学的基本理论和方法,使学生掌握系统的心理学知识;启发学生应用心理学的原理和方法去分析和理解各种心理现象和解决有关问题,为今后更好地完成自己的职业职能做好准备;介绍各种心理学的应用技术和方法,使学生懂得如何调节自己的心理活动,加强自身心理素质的培养。

本书可作为高等学校公共课教材,也可作为师范院校的函授生、中小学教师进修的心理学教材。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

心理学教程/欧晓霞主编. —2版. —北京:清华大学出版社,2017

(教师教育系列教材)

ISBN 978-7-302-46253-8

I. ①心… II. ①欧… 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(2017)第 021114 号

责任编辑:陈冬梅

封面设计:刘孝琼

责任校对:周剑云

责任印制:何 芊

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编:100084

社总机:010-62770175 邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

课件下载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62791865

印 刷 者:三河市君旺印务有限公司

装 订 者:三河市新茂装订有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:185mm×260mm 印 张:17.25 字 数:415 千字

版 次:2007 年 8 月第 1 版 2017 年 4 月第 2 版 印 次:2017 年 4 月第 1 次印刷

印 数:1~2000

定 价:38.00 元

产品编号:072565-01

第2版前言

《心理学教程》的第1版于2007年8月由清华大学出版社出版，到现在已经有9年的时间了。在此期间，该教材多次加印、产生了良好的影响，2011年本教材获山东省优秀教材二等奖。由于心理科学的发展和心理学教学的需要，有必要对《心理学教程》进行修改、补充与完善。

第2版《心理学教程》的教材体系结构与第1版基本保持一致，第一部分导言篇，包括第一章绪论、第二章科学的心理观，主要探讨心理学的研究对象、内容、任务、方法及科学的心理观等心理学的一般性问题，第二部分认知篇，由第三章至第七章组成，主要介绍感觉、知觉、记忆、思维、想象的心理过程以及与之相伴的应注意的基本原理与规律；第三部分为情意篇，由第八章、第九章组成，情意是指情感和意志，情感和意志是心理活动的重要组成部分，主要探讨情感过程和意志过程的基本原理和规律；第四部分为个性心理部分，包括第十章和第十一章，主要探讨个性心理中的需要、动机、能力、气质、性格等方面的知识与理论；第五部分是心理健康教育部分，包括第十二章和第十三章，主要介绍自我意识和心理健康教育的知识与理论。从内容上看，第2版的教材还是以普通心理学为主线，以便于教师教育专业学生掌握心理学的基本概念和理论。在此基础上，加入了和学生成长密切相关的心理健康教育、自我意识方面的内容。第2版的教材依然保留了第一版的写作风格，把心理学的系统性与应用性有机结合起来，并且突出了教材的可读性与可操作性。

第2版教材对第1版教材做了进一步的补充与修改，补充了一些新的内容，增加了案例分析与阅读导航，并且在文字上进行了进一步的修改与完善。

参加第2版《心理学教程》教材编写的人员与分工：欧晓霞编写第一、三、八、十、十一章、第十三章、附录一、附录二，李天思编写第二章，王玲编写第四章、第五章，庄国萍编写第六章、第七章，玄爱玲编写第九章，赵嘉编写第十二章，本书由欧晓霞对全书进行修改统稿。第2版教材得到了清华大学出版社领导和编辑的关心与支持，在这里我们一并表示感谢。

编者

目 录

第一章 绪论 1

第一节 心理学研究的对象和任务 1

一、心理学研究的对象 1

二、心理学的理论意义 4

三、心理学的实践意义 5

第二节 心理学的发展 6

一、心理学发展的历史 6

二、心理学的学派简介 8

第三节 心理学的方法论 10

一、心理学研究的基本原则 10

二、心理学研究的方法 11

本章小结 14

案例分析 14

思考题 15

阅读导航 15

第二章 科学的心理观 17

第一节 心理是脑的机能 17

一、脑是心理活动的器官 17

二、人的神经系统及其功能 18

三、脑的机能 22

第二节 心理是对客观现实的反映 24

一、心理是一种反映 24

二、人的心理是对客观现实的

反映 25

三、人的心理是在实践活动中发生

和发展的 26

第三节 人的心理的基本特征 26

一、相对主观性 26

二、能动性 27

三、预见性 27

四、社会历史制约性 27

本章小结 27

思考题 28

案例分析 29

阅读导航 29

第三章 注意 31

第一节 注意概述 31

一、注意的概念 31

二、注意的功能 32

三、注意的外部表现 33

第二节 注意的规律与组织教学 33

一、注意的分类与规律 33

二、注意的规律在组织教学中的

应用 36

第三节 注意的品质与培养 38

一、注意的品质 38

二、青少年注意的特点 41

三、青少年良好注意品质的培养 43

本章小结 44

案例分析 44

思考题 45

阅读导航 46

第四章 感觉和知觉 47

第一节 感觉和知觉概述 47

一、感觉和知觉的概论 47

二、感觉和知觉的种类 49

第二节 感知规律与组织教学 52

一、感受性及其变化规律 52

二、知觉的特性与规律 55

三、感知规律在教学中的应用 59

第三节 感知能力的培养 62

一、青少年感知的特点 62

二、青少年感知能力的培养 63

本章小结 65

案例分析 65

思考题 66

阅读导航 67

第五章 记忆 68

第一节 记忆概述.....	68
一、记忆的概念及其基本过程.....	68
二、(记忆)表象.....	69
三、记忆的分类.....	70
第二节 记忆过程的规律与组织教学.....	72
一、识记.....	72
二、保持和遗忘.....	77
三、再认和回忆.....	80
四、记忆规律在教学中的运用.....	82
第三节 记忆的品质与培养.....	84
一、记忆的品质.....	84
二、青少年记忆的特点.....	85
三、良好记忆力的培养.....	86
本章小结.....	90
案例分析.....	90
思考题.....	90
阅读导航.....	91

第六章 思维 93

第一节 思维概述.....	93
一、思维的概念.....	93
二、思维与感知觉的关系.....	94
三、思维和语言.....	94
四、思维的过程.....	96
五、思维的种类.....	98
第二节 思维的基本形式.....	99
一、概念.....	99
二、判断.....	102
三、推理.....	102
第三节 解决问题的思维过程.....	103
一、解决问题的思维过程分析.....	103
二、影响解决问题的因素.....	104
第四节 思维的品质及培养.....	109
一、思维的品质.....	109
二、青少年思维的特点.....	110
三、创造性思维及其培养.....	113
本章小结.....	116
案例分析.....	116

思考题.....	117
阅读导航.....	118

第七章 想象 119

第一节 想象的概述.....	119
一、想象的概念.....	119
二、想象和实践的关系.....	120
三、想象的功能.....	120
四、想象的意义.....	121
第二节 想象的种类与规律.....	121
一、无意想象.....	121
二、有意想象.....	122
三、幻想.....	125
第三节 想象的品质及培养.....	125
一、想象的品质.....	125
二、青少年想象的特点.....	127
三、学生想象力的培养.....	127
本章小结.....	131
案例分析.....	131
思考题.....	131
阅读导航.....	132

第八章 情绪与情感 134

第一节 情绪、情感.....	134
一、情绪、情感概述.....	134
二、情绪、情感与机体变化.....	136
三、情绪、情感的功能.....	137
四、情绪、情感的两极性.....	139
第二节 情绪、情感的种类.....	140
一、情绪、情感的基本形式.....	140
二、情绪的基本状态.....	141
三、高级的社会情感.....	143
第三节 情绪、情感的品质与培养.....	144
一、情感的品质.....	144
二、青少年情绪、情感的特点.....	145
三、健康的情绪、情感的培养.....	148
本章小结.....	151
案例分析.....	152
思考题.....	152

阅读导航.....	153
-----------	-----

第九章 意志.....155

第一节 意志概述.....	155
一、意志的实质.....	155
二、意志行动的特征.....	156
三、意志与认识、情感.....	158
第二节 意志行动过程的分析.....	160
一、采取决定阶段.....	160
二、执行决定阶段.....	162
第三节 意志品质与培养.....	163
一、意志品质的基本特征.....	163
二、青少年意志品质的特点.....	164
三、良好意志品质的培养.....	165
本章小结.....	167
案例分析.....	167
思考题.....	168
阅读导航.....	169

第十章 个性倾向性——个性的动力系统.....170

第一节 个性概述.....	170
一、个性的概念与结构.....	170
二、个性的特征.....	171
第二节 需要与动机.....	172
一、需要概述.....	172
二、动机.....	175
第三节 兴趣.....	180
一、兴趣的概念.....	180
二、兴趣的种类.....	181
三、兴趣的品质.....	182
四、学习兴趣的发展.....	182
五、学习兴趣的培养.....	183
本章小结.....	184
案例分析.....	184
思考题.....	185
阅读导航.....	186

第十一章 个性心理特征——个性特征系统.....187

第一节 能力.....	187
-------------	-----

一、能力及其分类.....	187
二、能力与知识技能的关系.....	188
三、能力的测量.....	189
四、能力的个别差异.....	192
五、能力的形成与发展.....	195
第二节 气质.....	197
一、气质的概念.....	197
二、气质的类型及特征.....	198
三、气质与实践活动.....	200
第三节 性格.....	203
一、性格的概念.....	203
二、性格的结构及其特征.....	204
三、性格的类型.....	206
四、性格与气质、能力的关系.....	207
五、性格的形成与发展.....	209
本章小结.....	212
案例分析.....	212
思考题.....	213
阅读导航.....	215

第十二章 自我意识——个性调节系统.....216

第一节 自我意识概述.....	216
一、自我意识的概念.....	216
二、自我意识的结构.....	217
三、自我意识的作用.....	218
第二节 自我意识发生、发展的规律.....	220
一、自我意识的发生.....	220
二、自我意识发展的一般规律.....	221
第三节 自我意识的特点与培养.....	223
一、青少年自我意识的一般特点.....	223
二、自我意识的培养.....	224
本章小结.....	227
案例分析.....	228
思考题.....	228
阅读导航.....	229

第十三章 心理健康.....230

第一节 心理健康概述.....	230
一、心理健康的概念.....	230

二、心理健康的标准	231
三、心理健康的特点	234
四、心理健康的意义	235
第二节 青少年心理异常的表现及原因	236
一、常见的心理异常表现	236
二、心理不健康的机理	241
三、影响心理健康的因素	244
第三节 青少年心理健康问题的特点与教育	247
一、青少年心理健康问题的特点	247

二、加强对学生的心理健康教育	248
本章小结	251
案例分析	251
思考题	252
阅读导航	252
附录一 心理学十大流派	253
附录二 心理学的五种研究取向	260
参考文献	264

第一章 绪 论



本章学习目标

- 心理学研究的对象、任务
- 心理学发展的历史
- 心理学研究的方法
- 学习心理学的意义

初次接触心理学，往往会产生某种神秘莫测之感。人是如何来认识各种各样的事物的？人又是怎样对外界刺激信息进行加工、存储并在这个基础上解决问题的？人类行为是否具有意识？他们是否都有人的动机推动？人为什么会做梦？人与人之间的差异是如何表现的？等等。心理学科学知识积极研究成果能够对诸如此类的问题进行解释说明，心理学是一门与日常生活和社会各个领域密切相关的学科，具有系统的理论性和广泛的实用性。

本章开宗明义，将要阐述心理学的对象和任务、心理学的历史、心理学的研究方法以及心理学主要的研究领域、应用前景和重要意义，为深入学习心理学奠定良好的基础。

第一节 心理学研究的对象和任务

一、心理学研究的对象

在我们周围的环境中，有各种各样的现象，如属于自然现象的日月星辰、山川河流、飞禽走兽等；也有属于社会现象的风土人情、社会准则等。这些现象分别由不同学科进行研究构成了人类不同的知识领域。心理学以自己特有的研究对象与其他学科区别开来，那么，心理学的研究对象是什么呢？

心理学是研究心理现象产生、发展及其变化规律的学科。心理学，英文是 Psychology，它源于希腊文，由 Psycho 和 Logy 两部分组成。Psycho 的意思是“精神”“心灵”，即人的心理，Logy 的意思是“学问”，连在一起是关于心理、精神的学问。

心理现象是世界上最复杂、最奇妙的一种现象。它没有形体，看不见，摸不着，因而不易被人们所了解。但是心理现象又每时每刻在每个人身上发生着，因而又是人人都非常熟悉的。人们学习、劳动、交往、娱乐、教育、教学、科学发明与艺术创作都与心理现象密不可分。心理现象不仅人有，动物也有，因此，心理学不仅研究人的心理，也研究动物的心理，但以人的心理现象为主要研究对象。

人的心理现象千姿百态，如何具体地认识它呢？这就需要将心理现象做具体的划分，

以便分门别类地、有条不紊地认识它。现代心理学的一种流行的观点是把人的心理现象看作一个复杂的系统。据此，有的人把心理现象划分为心理事实与心理规律；有的人把心理现象划分为无意识现象与有意识现象；我们采取的是多数心理学家的观点，即把心理现象划分为心理过程、个性心理和心理状态三大范畴。

（一）心理过程

心理过程是指人对客观事物不同方面及相互关系的反映过程，也是心理现象的动态反映形式，包括认识过程、情感过程和意志过程。

1. 认识过程

认识过程是人的最基本的心理过程，是人从感性认识到理性认识的发展过程，包括感觉、知觉、记忆、思维和想象等过程。我们看到一种颜色，听到一种声音，尝到一种滋味，闻到一种气味，摸到事物表面的光滑程度，都属于最简单的认识过程——感觉。在感觉的基础上，我们能够辨认出这是盛开的牡丹花，那是歌唱的百灵鸟；这是鲜红的苹果，那是崭新的书桌等，这就是知觉。感觉和知觉往往紧密地联系在一起，不能截然分开，可以统称为感知觉。感知过的事物能够以经验的形式在头脑中留下痕迹，以后在一定条件下还可以再认知或回忆起它的形象和特征，例如，游览了杭州西湖，其美丽的景色会在大脑中留下深刻的印象；读了李白的《望庐山瀑布》后，遇到一定的情境，会自然地吟诵出来，这种人脑对过去经历的事物的反映，叫作记忆。人不仅能直接地感知事物的表面特征，还能间接地、概括地反映事物的内在的、本质的特征。例如，医生根据病人的脉搏、体温、舌苔等的变化，可以推断其体内的疾患；教师根据学生的表现和言行，可以了解其内心世界，这些都是思维。人在头脑中不仅能够再现过去事物的形象，而且还能在此基础上创造新事物的形象。例如，文学艺术家塑造的典型人物形象，我们在头脑中对未来生活和工作情景的勾画等，这类心理活动的过程叫作想象。

感觉、知觉、记忆、思维和想象都属于人的认识过程。

2. 情感过程

人对客观事物的认识，并不是呆板的、冷漠的，而总是对它表现出鲜明的态度，渗透着一种感情色彩。例如，我们对祖国名山大川的赞美，对侵略者的愤恨，对本职工作的热爱，为取得的成绩而感到喜悦等，这些在认识基础上产生的喜、怒、哀、乐等态度体验，心理学上称为情感过程。

3. 意志过程

人不仅能认识客观事物，并对它产生一定的情感体验，而且还能够自觉地改造客观世界。为了认识和改造世界，人总是主动地确定目标，制订计划，并树立信心，坚持不懈地去战胜困难和挫折，以达到预期的目的，这种心理活动的过程叫作意志过程。人凭借意志的力量，支持、保护自己所喜欢的事物，反对、摒弃自己所厌恶的事物，积极主动地创造人类的物质文明和精神文明。所以，意志是人的意识能动性的集中表现。

认识、情感和意志过程是相互联系、相互统一的整体。一般说来,认识过程是情感、意志过程的基础。没有认识,人的情感既不能产生,也不能发展,“知之深,爱之切”,就是这个道理。同样,只有在认识和情感的基础上,人才能自觉地进行意志行动。反过来,情感、意志过程又能巩固和深化人的认识过程。一个对教育事业有深厚感情,并有坚强意志力的教师,必然会认真了解学生的心理特点,深刻认识教育和教学规律,从而出色地完成教育和教学任务。

(二)个性心理

心理过程是人的心理的共性,但在每个人身上体现时,由于社会生活环境、教育、先天条件等因素的影响,又会表现出特殊性、差异性,并逐步形成人的心理个性。个性是一个人在活动中所表现出来的比较稳定的、带有倾向性的各种心理特征的总和,它是人的心理现象的静态形式。个性心理包括三个方面:个性倾向性、个性心理特征和自我意识。

(1) 个性倾向性包括需要、动机、兴趣、信念及世界观等,它是人的个性心理结构中最活跃的因素。在个性倾向性的成分中,需要是基础,对其他成分起调节、支配作用;信念、世界观居最高层次,决定着一个人总的思想倾向。总之,个性倾向性作为个性的潜在力量,使人的个性心理表现出一定的社会倾向性,在阶级社会中还表现出阶级性。

(2) 个性心理特征包括能力、气质和性格,这是人的个性心理的具体表现。个性心理特征体现着人的心理的鲜明的差异性。例如,有的人记得快、记得牢,有的人则记得慢、忘得快;有的人擅长绘画,有的人有音乐才能,这些都是能力方面的差异。有的人外向,有的人内向;有的人性情暴躁,有的人则安静沉着,这是气质方面的差异。有的人踏实勤恳,有的人敷衍懒惰;有的人自私虚伪,有的人大方诚挚,这是性格方面的差异。“人心不同,各如其面”,就是指人的个性心理特征方面存在的差异。

(3) 自我意识是个体对自己的态度和认识,它是个性心理的调控系统,体现着一个人的成熟度,决定着人的个性心理的发展水平。自我意识包括自我认识、自我体验、自我调节等成分,是一个多维度、多层次的心理系统。

个性心理的三个方面互相依存、互相制约、协调发展。正是在这三种因素的相互作用下,才构成一个以个性倾向性为方向,以个性心理特征为表现,以自我意识为调控的有机的个性心理的整体。

心理过程与个性心理的联系非常紧密。首先,心理过程在每个人身上表现时,总具有个人的特点。也就是说,个性心理是通过心理过程形成的。其次,个性心理要通过人的心理过程表现出来,并制约着心理过程的发展。正是因为心理过程和个性心理相互融汇、相互制约,才形成一个人完整的心理世界。

需要指出的是,还有一种心理现象叫注意,它不属于某一种独立的心理过程,而是伴随各种心理过程而存在的特殊的心理现象。

(三)心理状态

心理状态是心理活动在一定时间内出现的相对稳定的持续状态。它既有心理过程的暂

时性、可变性特点，又具有个性的持久性、稳定性特点。所以心理学把心理状态看作介于这二者之间的状态。人的心理活动和行为表现都是在一定的心理状态的基础上出现的。从这个意义上说，心理状态是心理活动和行为表现的心理背景。你要真正理解一个人的心理活动和行为表现，则不能不了解他此时此地的心理状态。学生学习、工人生产、士兵打仗、球员比赛等，其成效如何，都与心理状态有关。因此，心理状态作为心理学研究对象的一个重要部分，已日益引起人们的重视。心理状态的表现是多方面的，它可以表现在知、情、意的任何一个方面，如好奇、疑惑、沉思，这是认识方面的心理状态；淡泊、焦虑、渴求，这是情绪方面的心理状态；克制、犹豫、镇定，这是意志方面的心理状态。研究、考察人的心理状态，不仅要描述其表现形态而且要把握其具体成因，这样才有应用价值。

通过以上的阐述，我们已经知道，心理学的研究对象可以划分为心理过程、心理状态和个性心理三大范畴，而每个范畴又包含一些不同的方面，如图 1-1 所示。这种划分对于了解和研究人的心理是比较方便的，但必须防止把这种划分绝对化。对于现实的人，不论哪种心理现象都不会孤立地存在。人的心理具有高度的整体性，心理的各组成部分之间存在着相互联系、相互依存、相互影响的辩证体系。在学习以下各章时，我们必须记住心理学的这个基本观点。

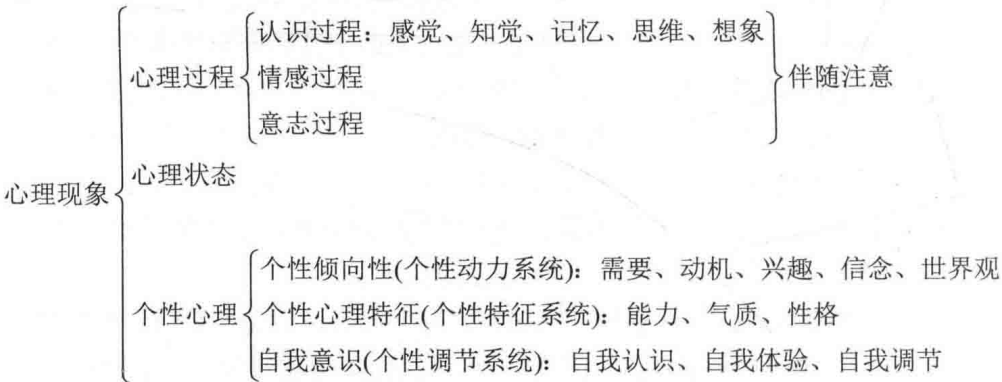


图 1-1 心理学的研究对象

二、心理学的理论意义

心理学是一门基础理论学科，它的重要理论意义有以下几个方面。

(一)心理学的研究为马克思主义哲学提供了科学的论据

马克思主义哲学是科学心理学的理论基础。反过来，心理学所揭示的心理现象对物质的依赖关系的具体事实，又是对马克思主义哲学基本命题——物质第一性、意识第二性的有力论证。科学心理学指出：人的心理不是物质，但它永远离不开物质(客观现实和人脑)。人的心理是在物质的基础上产生，又是随着物质的发展而发展的。因此，列宁把心理学列为“构成认识论和辩证法知识领域”的重要学科之一。

(二)心理学理论有助于克服和批判各种唯心主义思想

由于心理学对人的心理、意识及各种精神现象做出了科学的解释,进一步确立了人们的辩证唯物主义的世界观,因而有助于破除迷信、纠正偏见、清除精神污染和批判形形色色的唯心主义思想。正如列宁同志所指出的:“心理学所提供的一些原理已使人们不得不拒绝主观主义而接受唯物主义。”

(三)心理学研究有助于邻近学科的发展

有些学科如政治学、教育学、文学、美学、法学、语言学、管理学及社会学等,它们不可避免地需要从不同的侧面研究人的心理问题,因此,心理学的大量研究成果,对这些邻近学科的研究和发展,都具有一定的积极意义。

三、心理学的实践意义

心理学不仅是一门理论学科,而且是一门应用学科。它的理论和研究成果已经被广泛地应用于实践活动的各个领域,因而具有多方面的实践意义。

(一)心理学对指导人的实践活动,提高劳动效率具有重要意义

现代心理学所揭示的人的心理活动的许多规律,已经在生产劳动中发挥了巨大的作用。例如,心理学家发现,在一定条件下,红光可以使人在黑暗中的微光视觉能力提高2~3倍。根据这一规律,可以采取相应的措施去提高战斗机驾驶员夜间飞行的视觉敏锐度和作战能力,也可以通过改善照明系统去提高某些夜班工人的感受性和劳动效率。

(二)心理学有助于做好管理和思想政治工作

把心理学理论应用于管理过程已经成为当今世界的一种趋势。管理心理学中的需要层次论、期望理论、目标激励理论、公平理论、双因素理论都对调动职工积极性具有很强的指导作用。思想政治工作首先应该在了解人的心理特点的基础上进行。同时,还要遵循一系列的心理学原则,如立足于感化的原则、坚持正面教育的原则、保护自尊心的原则等。这些都说明学习和研究心理学,有助于做好人的思想政治工作。

(三)心理学有助于人的身心健康和提高医疗效果

人的心理状态、精神因素同人的疾病和健康关系密切。有些心理因素是某些疾病发生的直接或间接原因,良好的心理状态又可以达到治病强身的目的,掌握心理学的有关知识,有助于人的身心健康。对于医务人员来讲,积极运用心理学的某些理论对病人进行治疗,可以提高医疗效果。正因为如此,现代医学已经从“生理模式”向“社会—心理—生理模式”转化。

(四)心理学对提高教育和教学质量具有更重要的意义

教育是在教师的引导下使学生掌握知识技能、发展智力、培养道德品质的过程。而学

生要掌握知识技能、发展智力、培养品德，都必须通过感知、记忆、思维、想象、注意、情感及意志等心理过程才可能实现。心理学研究学生感知、记忆、思维、注意等心理活动的规律，研究情感、意志的特点和培养规律，研究个性、品德形成的规律，这对教师确定教育、教学的原则和内容，选择教育、教学的方法和方式都是必不可少的。心理学知识是教育理论的科学基础。教师只有掌握学生心理活动的规律，才能富有成效地对学生进行教育和教学，才能提高教育和教学质量，出色地完成培养人的任务。这已被中外教育的历史经验所证明。因此，师范院校的学生和各级、各类学校的教师，都应该学习和掌握心理学。

第二节 心理学的发展

一、心理学发展的历史

(一)心理学的形成和发展

德国心理学家艾宾浩斯(1850—1909)曾经说过：“心理学有一个悠久的历史，但只有一个短暂的现在。”虽然作为科学的心理学诞生较晚，但它的历史却源远流长。早在生产力不发达的古代，人类就把注意力投向了自身，开始描述和研究人的心理现象。古希腊哲学家亚里士多德(前 384—前 322)的《灵魂论》一书，是人类文明史上有关心理现象研究的专著。在这部著作中，他把人的灵魂看作是生活的动力和生命的原理，是身体存在的形式。认为灵魂支配身体活动，有自己的活动规律。他还对感觉进行了研究，并提出类似、对比、接近等记忆的原理。法国二元论哲学家笛卡儿(1596—1650)是哲学心理学思想的创始人。他认为人的身体是由物质实体构成，而灵魂由精神实体构成，身体和灵魂这两个实体相互作用、互为因果，这就是所谓的“心身交感论”。他还首先用“反射”的概念来解释人的心理的部分活动，为发展科学心理学做出了巨大贡献。此外，笛卡尔还专门写了《情绪论》一书，对情绪的本质、种类和机制做了研究。贝克莱(1685—1753)和休谟(1711—1776)可以视为 18 世纪欧洲联想主义心理学思想的主要代表。贝克莱的《视觉新论》和休谟的《人性论》，虽然属于哲学著作，但对以后的心理学的发展具有很大的影响。

从亚里士多德起，在长达十几个世纪的时期内，心理现象大多是由哲学家作为哲学问题加以研究的，心理学一直处于哲学的怀抱之中。1825 年，德国哲学心理学家赫尔巴特(1776—1841)的《作为科学的心理学》巨作问世，第一次庄严宣布心理学是科学。同时，他还主张将心理学与哲学、生理学区别开来。1876 年，英国心理学家 A.培因(1818—1903)创办了世界上第一份心理学杂志《心理》，为发表心理学研究的成果提供了一个专门场所。培因是心理学史上一个承前启后的人物，在他之前的所有心理问题都是以思辨的方式论述的，所以称为“思辨心理学”。

19 世纪生理学和物理学的发展，为科学心理学的诞生准备了必要条件。德国感官生理学家韦伯(1795—1878)首先确立了感觉的差别阈限定律。稍后，费希纳(1801—1887)发展了韦伯的研究，运用心理物理法确定了外界物理刺激和心理现象之间的函数关系。他们的研

究方法成为科学心理学研究的楷模。心理学从哲学中真正分离出来而成为一门独立的科学,主要是由德国生理心理学家冯特(1832—1920)完成的。1879年,冯特在莱比锡大学创立了世界上第一个心理实验室,用实验的手段来研究心理现象,这被公认为是心理科学独立的标志。冯特反对用哲学思辨的方式探讨心理现象,坚持用观察、实验以及数理统计等自然科学的方法去揭示心理过程的规律,因而取得了丰硕的研究成果,并培养了一批来自世界各地的学生。冯特一生的著作很多,其中《生理心理学原理》一书被誉为“心理学独立的宣言书”,是心理学史上第一部有系统体系的心理学专著。冯特是科学心理学的奠基人,也是心理学史上第一位专业心理学家。

科学心理学诞生之后,在19世纪末至20世纪初期,由于人们对心理学研究的对象和方法的看法不同,加之各种哲学思潮的影响,心理学领域出现了许多学派,它们研究的重点不同,观点各异,争论不休。直到20世纪30年代以后,各个学派之间才开始形成相互学习、取长补短、兼收并蓄、积极发展的局面。20世纪50年代以来,认知心理学和人本主义心理学迅速发展,成为当代心理科学发展的新趋势。随着科学技术的发展,在社会实践活动需要的推动下,心理学通过不断改进和完善原有的研究方法和技术,其基础理论研究进一步深入,应用性研究蓬勃发展。据统计,现代心理学已经有20多个学术派别,100多个分支,形成了庞大的心理科学体系。今天,心理学的许多研究成果,不仅应用于教育、医疗、工程技术、航空航天等领域,而且渗透到仿生学、人类学、控制论、人工智能及系统工程等许多尖端科学技术部门,越来越显示出科学心理学的价值和其强大的生命力。

(二)心理学在中国的发展

美国心理学家加德纳·墨菲(1895—1929)说过:“世界心理学的第一故乡是中国。”这是一个颇为客观和公正的评价。中国许多心理学思想和观点确实有着悠久的历史。例如,孔子(前551—前479)的教育心理学思想和部分先秦思想家关于人性问题的解释,比亚里士多德的“灵魂论”还要早。中国古代哲学中,很早就有关于身心关系的论述;荀况(前298—前238)认为:“形具而神生,好、恶、喜、怒、哀、乐臧(藏)焉”;王充(27—99)也认为“精神依倚形体”。范缜(460—515)则进一步指出:“形存则神存,形谢则神灭”;对于知觉产生的原因,明末清初的王夫之(1619—1692)说:“形也、神也、物也,三相遇而知觉乃发”。总之,他们都认为先有物质的身体而后有心理现象,物质和心理密不可分,心理活动是身体的一种机能。这是一种唯物主义的心理思想。

关于心理与脑的关系,中国古代也有比较正确的认识。在《黄帝内经·素问》中就已经断言:“诸髓者,皆属于脑”;明代医学家李时珍(1518—1593)提出“脑为元神之府”的论断,认为脑是神经活动的中枢,它聚集着人的精神。清代著名医生王清任(1786—1831)根据对大脑的临床研究和尸体解剖,于1830年完成《医林改错》一书,其中明确指出:“灵机、记忆,不在心而在脑”,他的“脑髓说”比俄国谢切诺夫(1829—1905)的“反射说”还要早30多年,这是中国古代对心理科学基础理论的又一重要贡献。

心理学作为一门独立的科学在中国的发展,是从19世纪末20世纪初开始的。鸦片战争以后,西方心理学思想开始传入中国。1889年颜永京(1838—1898)翻译出版了美国海文的

《心灵学》，1907年王国维(1887—1927)翻译出版了丹麦霍普夫丁的《心理学概论》。1917年陈大齐(1886—1983)在北京大学建立了中国第一个心理实验室，并于次年编写出版了中国第一本心理学教科书——《心理学大纲》。1920年南京大学设立中国第一个心理学系，1921年中国成立了心理学会。此后，心理学的专业人员、研究机构和出版物都有了很大发展，研究的内容也日益广泛，并在教育心理、医学心理、神经心理和心理测量等方面取得较多的研究成果。

1949年新中国成立后，心理学得到进一步发展。1951年中国科学院设立心理研究室，以后又扩建为心理研究所；在北京大学设立了心理学专业；在全国师范院校开设心理学课程。心理学工作者认真学习马列主义和巴甫洛夫学说，希望借鉴苏联心理学，改造原有的心理学，建立新的理论体系。同时，他们联系实际地开展了一些心理学研究，并在教育心理、生理心理、工程心理等方面取得了一定的成绩。但是，由于种种原因，新中国心理学的发展经历了一段艰难曲折的路程。1958年的“批判心理学资产阶级方向”的运动，错误地把心理学打成“伪科学”，严重影响了中国心理科学的发展。到了“文化大革命”时期，心理学又遭受到更大的摧残。这期间中国心理学会被迫停止活动，心理学的教学和科研机构被撤销，心理学刊物和书籍停止出版发行，心理学的课程停止开设，心理学工作者被迫改行或被下放劳动改造，中国的心理科学陷于停滞不前的状态。1976年粉碎“四人帮”，特别是党的十一届三中全会以后，中国的心理学才迎来了真正的春天。这期间，中国科学院心理研究所重新建立，全国高校的心理学教研室得到恢复，并在北京大学、北京师范大学、华东师范大学和杭州大学新建了心理学系，《心理学报》《心理科学通信》《外国心理学》《大众心理学》等全国性的杂志相继问世，大量的心理学教材、专著和译著得以出版发行，心理学基本理论和应用研究都获得较为丰硕的成果。各行各业许多干部和群众不仅能够认真学习心理学理论，而且更注意应用心理学的理论进行管理、培养个性、治疗疾病和提高工作效率。学习、研究和运用心理学的热潮正在国内形成，中国的心理科学将进入蓬勃发展的时期。

二、心理学的学派简介

反映心理学发展的另一个重要侧面是各学派的出现和演变。心理学成为一门独立的科学后，围绕着心理学的对象、任务、方法展开了争论，出现学派林立、理论纷纭的局面。其中主要有十大派(包括内容心理学、意动心理学、构造心理学、机能心理学、格式塔心理学及日内瓦学派等)。从20世纪50年代开始，该局面演变为学派减少、相互吸收、互补并存的势态，这也是心理学趋向成熟的标志之一。迄今在世界上影响较大的学派主要有以下几个。

(一)精神分析心理学派

这是由奥地利精神病学家弗洛伊德(1856—1939)于19世纪末在精神疾病的治疗实践中创立的一种独特的心理学理论。这一理论体系主要包括潜意识论、泛性论和人格论等。该理论认为人的心理可分为意识和潜意识两部分，潜意识虽不能为本人所意识，但它包括原

始的盲目冲动、本能及被压抑的欲望，是人类精神生活的重要方面，它一旦发生障碍就会导致精神疾患。该理论还认为，人的一生行为都带有性的色彩，受“力比多”性能的支配，并随“力比多”在个体发展过程中集中于身体某一区位的变动而出现口腔期、肛门期、性具期和生殖期，形成四个发展阶段。他把人格分为本我、自我和超我三部分，本我与生俱来，即先天本能和原始欲望；自我处于本我和外部现实之间，对本我作缓冲和调节；超我是“道德化了的自我”，即良心和自我理想两部分，以指导自我去限制本我的冲动。弗洛伊德的精神分析学虽遭到不少人的反对，但在全世界有深远影响，尤其是在精神治疗、文学艺术、宗教及法律等领域中。以后发展起来的新精神分析学派修正了弗洛伊德的理论，反对本能说和泛性论，强调社会文化因素对产生精神疾病和人格发展的影响。

(二)行为主义心理学派

这是由美国心理学家华生(1879—1958)于20世纪初创立的一个西方心理学的主要流派。它的发展经历了两个时期：早期行为主义时期(1913—1930)和新行为主义时期(1930年以后)。早期行为主义完全排斥对人的心理和意识进行内省研究，主张心理学应对环境操纵与人的行为变化之间的关系进行客观研究，并把心理现象过度地简化为刺激—反应模式，即S-R模式。由于行为主义强调研究的客观性，使一套行为控制的方法得到发展，促进了心理学研究的精确性和实证性，并在心理学大部分领域得到了广泛应用。但它因无视有机体内部过程而走向了极端，到20世纪30年代后逐渐为新行为主义所取代。新行为主义者修正了S-R模式，在S-R之间增加了一个中介变量O——代表反应的内部过程，形成S-O-R模式。

(三)人本主义心理学派

这是由美国心理学家马斯洛(1908—1970)和罗杰斯(1902—1987)于20世纪50年代所创建的一个心理学流派。它既反对精神分析学派贬低人性、把意识经验还原为基本驱力，又反对行为主义把意识看作行为的副现象，主张研究人的价值和潜能的发展，被称为心理学的第三势力。人本主义心理学强调，人在充分发展自我潜力时，力争实现自我的各种需要，从而建立完善的自我，并追求建立理想的自我，最终达到自我实现。人在争得需要满足的过程中能产生人性的内在幸福感和丰富感，给人以最大的喜悦，这种感受本身就是对人的最高奖赏。从探讨人的最高追求和人的价值的角度看，心理学应当改变对一般人或病态人的研究，而成为研究“健康”人的心理学，揭示发挥人的创造性动机、展现人的潜能的途径。人本主义方法论不排除传统的科学方法，而是扩大科学研究的范围，以解决过去一直排除在心理学研究范围之外的人类信念和价值问题。人本主义心理学是一门尚处在发展中的学说，其理论体系还不完备，但却可能代表着心理学发展的一个新的方向。

(四)认知心理学派

这是20世纪60年代在西方兴起的一个心理学的新流派，并已成为当前心理学研究的主要方向。从广义上说，心理学中凡侧重研究人的认识过程的学派都可称为认知心理学派，如皮亚杰(1896—1980)学派也被认为属于认知心理学派。但目前西方大多数指狭义的认知