

认识自己了解别人的学问

——心 理 学

中国科学院管理干部学院出版

一九八六年八月

前 言

心理学是研究我们人类自己本身的一门重要的基础科学。

世界上的事情总是要人去做的，而人们为了把各种要做的事情做好，首先必须对自己求得一个科学的认识。正是因为这个道理，近些年来，随着我国“四化”建设的飞速发展 and 改革工作的深入进行，社会各方面对心理学的需要日益迫切。为此，中国科学院心理研究所在有关部门的支持和配合下举办了多次心理学讲座和培训班深受社会各界欢迎。中国科学院直属党委为了提高干部的素质，于八四年二月至七月间委托心理所专门为本院党政干部开办了心理学培训班。讲课教员都是在某方面有专长的科研人员，包括中国科学院心理研究所所长徐联仓、副所长荆其诚和一些研究室主任等。摆在读者面前的这本书，就是根据这期培训班的讲稿汇编而成的。为使读者对心理学有一个总括的科学理解，特将中国心理学会名誉理事长、心理所名誉所长潘菽和李令节合写的一篇题为《研究人类自己的重要科学——心理学》的文章作为代序。

本书不同于一般的心理学著作，它不仅介绍了普通心理学的基础知识和国内外心理学现状，而且对动物心理、儿童心理、教育心理、医学心理、社会心理、个性心理、工效心理、组织管理心理、人工智能以及思想政治工作中的心理学问题等都作了或详或略的介绍。它可以使读者对心理学各主要分支领域（主要是应用领域）有一个基本的了解。讲稿把科学性放在第一位，并力求理论联系实际。这本书不仅对各个岗位上的广大干部是一本良好的读物，对从事心理学专业工作和邻近专业领域工作的同志以及学生也有相当的参考价值。

本书在内部出版发行，得到了中国科学院直属党委、管理干部学院领导的指导和支持。卢盛魁、王玉春和佟乐泉等同志分别编校阅改了部分讲稿。李令节承担了全书统稿工作。徐联仓最后审阅了全稿。我们希望本书能对广大读者有所帮助。对书中存在的缺点以至问题，也希望读者批评指正。

编 者

一九八六年八月

目 录

代 序	一门研究人类自己的重要科学——心理学·····潘 葭 李令节 (1)
第一讲	心理学的对象和发展简史·····荆其诚 (12)
第二讲	心理学的研究方法及其在四化建设中的作用·····徐联仓 (23)
第三讲	国内外心理学动态·····孙 晔 (40)
第四讲	认知心理学 (一) 感觉和知觉·····林仲贤 (52)
第五讲	认知心理学 (二) 记忆·····张武田 (68)
第六讲	认知心理学 (三) 思维和人工智能·····李家治 (79)
第七讲	个性心理学·····宋维真 (90)
第八讲	发展心理学 (一) 动物心理发展·····万传文、林国彬、刘 范 (104)
第九讲	发展心理学 (二) 个体心理发展·····茅于燕、刘范、王宪钊 (120)
第十讲	教育心理学漫谈·····佟乐泉 (146)
第十一讲	管理心理学·····徐联仓 (155)
第十二讲	科研管理心理学·····凌文铨 (177)
第十三讲	工效学与心理学·····曹传咏 (185)
第十四讲	医学心理学·····李心天 (205)
第十五讲	社会心理学·····李 沂 (220)
第十六讲	思想政治工作中若干心理学问题·····李令节 (233)

代 序

一门研究人类自己的重要科学 ——心理学*

潘 菽 李令节

一、心理学是怎样的一门科学

随着社会的发展，科学技术的进步日新月异。今天的人类已经在十分广阔的范围内和相当大的程度上认识了客观世界并获得了相应的自由。比较起来，人类现在最感不足的一种知识，恐怕就是对自己本身的科学了解。人，也是世界上客观存在着的万事万物中的一种；它本身完全应该在科学认识之列，也完全可以被认识。然而，人又不是一般的存在物，它是“万物之灵”，是我们这个世界上当之无愧的主人。它上管天，下管地，同时也要管好自己。世界上的事情总是由人去做的。人为了把各种事情做好，对自己求得一个全面的、正确的了解显然是十分必要的。心理学就是人类为了正确了解自己而研究自己的一门重要的基础科学。

研究人的科学还有其它一些，如人类学、人体解剖学、人体生理学、医学等等。这些学科分别从不同的方面对人自己进行综合的研究。要了解一个东西，最重要的是了解它的本质特征。对人的了解也是如此。什么是人的本质特征呢？人属于一种动物。但人这种动物与别的动物又有本质的区别。这种本质的区别在哪里呢？从形体和结构上看，人和高等灵长类动物十分相似，虽然也有明显的差别。从生理上看，也大致相同，虽然也不完全相同。人区别于动物的最本质的特征在于有高度发展的心理。人类的智能在生活、实践中能够得到高度的以至无限的发展，这是任何动物所无法相比的。人为什么能够做各种事情，能改天换地创造惊人的奇迹？人为什么能够成为“万物之灵”？最根本的原因就在于此。心理学要研究的正是人的种种心理活动。要了解人，当然必须对人进行全面的综合的研究，但最重要的就是要研究人的心理，研究人之所以为人的本质特征。因此，在研究人的科学中，心理学应该说是一门无比重要的学科。

心理学作为一门科学从哲学中独立出来已有百年的历史，与别的科学兄弟比起来，应该说，资格相当老了。但从现在的发展状况和所达到的水平来看，它却显得还很不成

*这是应一家杂志社之约而写的一篇文章。这里刊出以代序。

熟，还远远不如其它兄弟科学发达。其所以如此，一则是由于心理学研究的对象极为复杂，要对它求得一个明白、正确的了解确实比较困难。再则是由于这门科学是从西方资本主义国家发展起来的。非常不幸，它从一开始就受着并且一直受着形形色色的唯心论和形而上学的缠绕和束缚，而没能取得马克思主义哲学的指导，可以说既“先天不足”，又“后天失调”。这种情况严重地影响了它的健康成长。随着社会的发展，心理学的重要性已日益显露出来。由于马克思主义哲学的广泛传播，心理学的发展正面临着重要的转机，前景光辉灿烂。我们的国家是最重视人的能动作用的社会主义国家，马列主义、毛泽东思想是我们的指导思想，蓬勃开展的社会主义宏伟建设给心理学提供了广阔的用武之地。应该说，我们有最好的条件发展心理科学。摆在我国心理学者面前的一项光荣而艰巨的任务，就是在辩证唯物论指导下，改造旧心理学，建立和发展具有自己特色的适合于社会主义需要的科学心理学。用这门科学有效地来为我们的四化建设、为整个的社会主义事业服务。

二、什么是心理或心理活动

为了对心理学求得比较深入一步的了解，有必要对它的研究对象作一个大概的说明。我们人在自己的生活实践中无时无刻不在和周围世界发生相互作用、相互影响。周围世界的种种事物作用于我们的感觉器官，我们便看到它们的各种形状、颜色和所处的不同状态。听到各种声音，嗅到各种气味。我们不仅能感觉到它们，而且可以把感知到的东西记在脑中。进而我们还可以对感知过的事物，对所遇到的种种问题进行思考，做出这样或那样的判断和决定，对于周围世界的事事物物，我们还会表现出一定的态度，或爱或憎、或喜或忧。我们经常在考虑要做什么，怎么做，并努力去把要做的各种事情做好。如上所述，人在自己的生活中、在认识客观世界和改造客观世界的实践活动中的种种主观活动（感觉、知觉、记忆、思维、情绪、意志等等）就叫做心理活动或心理。人之所以为人，就是因为有这种能得到高度发展的主观活动。恩格斯说得好，他说：“决不能避免这种情况，推动人去从事活动的一切，都要通过人的头脑，甚至吃喝也是通过头脑感觉到的饥渴引起的，并且是由于同样通过头脑感觉到的饱足而停止。外部世界对人的影响表现在人的头脑中，反映在人的头脑中，成为感觉、思想、动机、意志，总之，成为“理想的意图”，并且通过这种形态变成“理想的力量”。（恩格斯：《费尔巴哈与德国古典哲学的终结》，人民出版社1972年出版，第23页。）动物的行为有时看起来十分复杂，如蜘蛛结网，蜜蜂营巢等，但这不过是一种复杂的本能。绝不会有一种“理想的力量”去推动它们从事某种活动。因此，就严格的意义上说，具有较充分意义的心理活动只有人才有。所以，心理学是研究人、研究人类心理活动的科学。

心理活动并不是什么玄虚的、神秘莫测的东西，或象唯心论者所宣扬的是什么灵

魂，当然也不是什么物质，它是一定类型的物质的一种高级运动形式，是人体而尤其是人脑这样一块高度复杂、高度组织起来的有机物质体的一种高级机能(或作用、活动)。因此，心理活动并没有什么神秘意义。心理活动作为人在生活、实践活动中的主观活动部分，它既是主观的，又是客观的。说它是主观的，是因为它是人的头脑对客观事物的辨别、反映。就它对客观的认识对象和行动的对象来说，它确实是主观的，决不能和它们相混。但在此种关系之外，就心理活动本身看，尤其在它本身作为自己和别人的认识对象和行动对象时，它就和任何其它客观事物一样是客观的事物。它既可以被认识，也可以被变革或接受影响。所以可以说，心理活动的主观性是相对的，它的客观性则是绝对的。

在过去以至现在的心理学上，一向把心理活动分为“知”、“情”、“意”三个范畴。这种传统的看法与实际情况是不相符合的，因而是不正确的。实际上，情和意是属于同一性质的。情其实也就是一种意，是有一定强度的、较广泛地发动了躯体部分(尤其是内脏活动)的意。意可以增强或激化而转化为不同强度的情，情也可以减弱或平静化而转化为较单纯、较稳定的意。情和意是难于分开的，有情就有意，有意也常常就有情，二者在本质上是同样的。基于这样的理解，我们认为，把心理活动分为“知”和“意”两个范畴比较恰当。“知”，就是认识活动，包括感觉、知觉、思维等，是人们对客观世界的反映活动。“意”，就是意向活动，包括注意、欲念、意图、情绪、意志等，是人们对客观事物的对待活动。心理活动的这两个部分并不是并立的、相互独立的关系，而是经常结合在一起的，相辅相成的。在一般情况下，意向总是起着主导的作用，认识总是在一定意向主导之下产生和进行的。而意向也总是在某种认识指引之下的意向。任何意向都不会凭空产生，总有一定的认识作为依据。一个人在生活、实践中，他的意向和认识可以配合得很好，协调一致，也可以不相一致以至很不协调。在前一种情况下，他做什么事就会得心应手，胜任愉快。在后一种情况下，就会表现得举棋不定或力不从心，以致难于把事情做好。

人类认识和改造客观世界的本领高超无比。人的心理，人类这种高度发展的智能是从哪里来的呢？是生来就具有的吗？不是的。是随着身体的生长而自然发展起来的吗？也不是。人类的智能从种族发生上讲是随着生物的长期演化而不断演进的结果。就人类个体讲，一个人的心理活动，他们的智能则是在出生以后就开始的生活、实践中逐步学习而得来的。人类的智能随着社会的发展而不断发展，它能达到的高度受社会发展所达到的水平的制约。智能的发展也会受其肉体器官自然功能的限制，但人类能够制造和使用各种工具以补充和加强肉体器官的自然功能。因此，随着社会的发展，人类智能的发展事实上是无限的。人凭着它高度的智能可以创造无数造福于社会的奇迹，但人也往往会做些蠢事，以至很大的蠢事。人类智能发展和运用不当，也就会给自己、给人类社会造成祸害。因此，人不但要管天、管地，而且也要管好自己，要通过各种有效的途径和方式进行自我调控。诸如合理的社会改革、教育措施、各种法制、各种社会习俗、种种合理

管理、控制环境污染、美化环境、合理使用能源、节制生育等等，都是人类管理自己、进行自我调控的必要而有效的途径和方式。而人类要管好自己也大有必要了解自己。心理学所提供的知识在这里是大有用处的。

三、心理学在整个科学发展中的地位及实用价值

人类的认识总是由简到繁、由浅入深、由低级到高级循序渐进的。这种发展的进程又与社会的发展，与人类的生产活动紧密的联系着。回顾一下科学发展史就可以看到，最早发展起来的一门科学是天文学，尔后又产生了数学、物理学、化学、再后又发展了种种生物科学。与此同时，也相应地发展了种种应用科学以及工程技术。至于心理学则是晚期才开始兴起的——人类从认识周围世界进而转向认识自己。人类认识发展的顺序虽然不是那么截然分明，但大体如此。这是合乎规律的。因为在对于较简单、较低级的物理现象、生物现象等的了解没有达到一定水平之前，要搞清楚在它们之上发展起来的高度复杂的心理现象是不大可能的。正因为这样，人们在很长时期内对于人自己的心理活动却很缺乏正确的了解，以为是一种超自然的，虚无缥缈的“灵魂”的表现。但是，在物理科学和生物科学以及其它有关科学已有了高度发展的今天，心理科学的大发展应该是合乎规律的事。这不仅是人类认识和改造客观世界的必然发展趋势和结果，而且也是进一步认识和改造客观世界的客观要求。为此可以预言，今后的一个时期内，心理科学必然会得到一个飞跃式的壮大和发展。有人预言，二十一世纪一门带头科学将是心理学，这是有一定道理的。本文作者之一（潘菽）在二十年代就曾提出过这类看法，认为在物理科学和生物科学之后，应该是心理科学大发展时期。近些年来更加坚信，这种设想是会得到实践证实的。

我们这种看法是、但又不完全是依据对科学发展规律的逻辑推断。看一看心理学在一些主要发达国家发展的现状也许可以使我们更加相信社会对心理科学的迫切需要和它的发展前景。

心理学发展最快的是美国。全国所有的大学几乎都设有心理学系或专业。据1976年的统计资料，全国有25万人专修心理学，这一年仅心理学系的毕业生就有六万人。近年来又有增加，每年培养出的心理学博士就有三千来人。心理学的研究经费约占美国科技经费的2%。（据1974年的资料）一九八一年一期《美国新闻与世界报导》发表一篇题为“心理学——八十年代的热门”的专论。文章列举的大量资料表明，心理学实际上已渗透到社会生活的各个领域。在西德，有32所大学里有心理系或心理研究所，此外至少还有220所主要由心理学家组成而由国家经费办的研究机构，私人经营的心理治疗、咨询机构估计也有200所左右。在澳大利亚，全国19所大学中有14所设有心理系，学生很多，不少心理系在千人以上。他们的法律规定，在大学、中学和小学都要设专职的心理学工作者

负责研究、处理有关的心理学问题。在英国,《教育法令》也明文规定每一个地方教育部门都要聘请心理学工作者。目前,英国有大约45所大学,15所综合技术学院有心理系。学心理学的大学生之多仅低于数学,占第二位。苏联的心理学也相当发展。心理学早就被规定为中学生的必修课。1978年他们又提出建立心理学服务系统的问题,以便把心理学知识广泛地应用到社会生活和活动中去。拟议中要建立的这种机构有相当于部长会议一级的心理学服务中央理事会以及地方和基层的相应机构。心理学家还建议,在开展国家心理学服务工作的初期阶段,建立应用心理学问题学术委员会隶属苏联科学院主席团,以加强对这项工作的监督和领导。

作为一门独立的科学,心理学由西方传到我国已有将近八十年的历史。由于种种原因,我国心理学的发展道路是十分坎坷不平的。特别在所谓“文化大革命”中,心理学被打成“伪科学”,受到极其严重的摧残,几乎被推到灭绝的边缘。粉碎“四人帮”之后,我国心理学才又获得了新生。在短短的五、六年中,在四化建设许多方面迫切需要的有力推动下,我国心理学得到了迅速的恢复和前所未有的发展。现在,我国已有四个大学(北京大学、杭州大学、华东师范大学和北京师范大学)已先后建立了心理系,还有几所高等师范院校成立了或正积极筹备成立心理专业。心理学的毕业生也开始有所增加。尽管我国的心理学在不断发展、队伍在逐渐扩大,但它发展的速度和所达到的水平还远远地满足不了四化建设日益增长的迫切需要。过去我国心理学的应用仅限于教育、医学、工业(其中的几个方面)等很少几个领域,现在企业管理、司法(包括青少年的犯罪及教育改造)、交通安全、体育运动、商业、文艺、干部的管理和教育、以及思想政治工作等很多方面都迫切希望心理学提供有用的知识,给予有效的帮助。面对这种情况,我国心理学工作者倍受鼓舞。他们通过各种协作组织并最大限度地调动了全部力量,但仍深深感到“鞭短汲深”、力不从心。实在是形势喜人而又逼人!

心理学可以在哪些方面为我国的社会主义事业服务呢?

前面已讲到,心理学是研究人,研究人的心理活动的。而人在他们的日常生活、学习和工作中,在认识和改造客观世界(包括自己)的全部实践活动中是一刻也不能没有心理活动的,因为正是这种“理想的意图”、“理想的力量”去推动人们从事各种活动。因此,凡有人活动的地方,即社会生活的各个领域毫无例外地都用得着心理学的知识。人为了管好天,管好地,同时也要管好自己,都需要对自己本身有一个正确的科学了解。人活动的领域十分广阔,因而心理学的分支也很多。目前美国心理学联合会所属的分支委员会已达36个(1979年)。由于观点不同,对学科分支的划分也不尽一致。一般讲来,心理学的主要分支有普通心理学、实验心理学、生理心理学、社会心理学、发展心理学(儿童心理学、青年心理学、老年心理学等)、个性心理学、演化心理学(即比较心理学或所谓动物心理学,也可以包括在发展心理学内)、教育心理学、医学心理学、工业心理学(包括工程心理学、劳动心理学、企业管理心理学等)、学校管理心理学、法制心理学(包括司法心理学、犯罪心理学等)、文艺心理学、体育心理学(运动心理学)、军

事心理学、商业心理学等等。从我国的现实情况出发，概括起来讲，心理学可以在以下几个方面为社会主义现代化事业服务：

（一）促进教育工作现代化、科学化、更快更好地培养社会主义建设各方面的劳动者

实现四化需要极为广大的各行各业的有社会主义觉悟有文化的劳动者。培养这样的劳动者是教育工作的基本任务。心理学是教育工作的基础科学之一。教育工作的成效如何，在很大程度上决定于对教育对象——人、特别是儿童和青少年的科学了解。在这里，儿童心理学和教育心理学所提供的知识是极其需要的。

大家知道，小孩子出生后，他的生理和心理的发展都是有规律的。我们的护理和教育工作如果能按这些客观规律进行，就会事半功倍，收到良好的效果。否则就会事倍功半，甚至事与愿违。举个例子说，现在我国正在推行计划生育，提倡只生一个孩子。每个父母都是那样疼爱自己的宝宝，总是希望尽快地把自己的宝宝培养成为一个身心健康、对四化有所贡献的社会成员。这种愿望无疑是很好的，但许多父母的做法却大成问题。一个通病是“娇生惯养”，其结果往往适得其反。我国心理学者做过关于“独生子女行为特点和教育”之类的调查研究。研究发现，独生子女挑吃、挑穿、不尊敬长辈、任性、爱发脾气、自私小气、不团结友爱等坏习惯远远地明显地超出非独生子女。这个例子说明，要培养教育好孩子，必须要了解孩子，最重要的是要了解儿童心理的特点和发展规律，从而采取恰当的教育措施使他们得到健康的发展。至于儿童心理的特点和发展规律是什么，怎样教育才能得当等等，不是简单几句话能够说明。本文限于篇幅不再评述。以上只是举例说明心理学在儿童教育工作中的重要作用。教育工作要取得好的效果必须科学化，为此，掌握心理学的知识是绝对必要的。为了及早发展各种不同的人才，更快更好地培养不同的人才，每一个从事教育工作的同志，每一个父母，以至每一个青年以上的社会成员都应当懂得一些必要的儿童心理学和教育心理学知识。

（二）充分发挥人的能动作用，加速工业、国防现代化

一谈到现代化，人们总是想到自动化的机器设备，先进的生产技术等等。无疑，这都是不可缺少的重要条件。但机器，不论多么自动化，都是人的工具。它要人来设计、制造，最终要由人来进行某种操纵、控制，也要靠人来保养、维修。不管在多么自动化的系统中，人总归是一个中心的环节。何况在现代化生产中，不仅要处理好人同机器的关系，更要处理好人与人之间的复杂关系。因此，实现现代化最主要的因素仍然是人。比如有一架很先进的飞机，要发挥它的威力，必须有适宜的人来驾驶。飞行员绝不是每个人都可以胜任的。他除了有十分健康的身体外，还必须具备一些必要的心理条件，如

思维敏捷，情绪稳定，反应迅速，动作准确等等。如何对飞行员进行选拔和训练就很用得着心理学的知识。另外，凡称得上先进的飞机，它必需具备的一个特点就是它的仪表、信号等显示装置和操纵装置一定要很适合人的生理、心理特点。因此，设计人员也必须懂得心理学的知识。再比如，一个现代化的工厂，要使生产搞得好，仅仅靠添置现代化的机器设备是达不到目的的，尽管这是十分重要的条件。更重要的是要把管理工作搞好，把全体职工群众的积极性充分调动起来。我国心理学者已与工业部门配合办过多期管理干部心理学培训班，取得了很好的效果。但也仍有些管理人员不重视管理工作，或把管理工作看得十分简单，以为仅靠奖、惩两条就可以解决一切问题，有的甚至把奖金看成万能，滥发奖金，专靠“物质刺激”调动人的积极性。其结果往往带来更多的问題。为什么又是事与愿违了呢？关键还是对人缺乏正确的了解。一条鞭子和一些食物足以使一只猴子服服贴贴，并且可使他学会许多把戏。但仅仅靠惩处和奖赏远不能解决人的问题。人类要管好自己，必须对自己有一个科学的了解。心理学在这里也大有用武之地。

（三）改进和提高医疗保健工作，保证人民的身心健康

人们对自己的身体健康一般都很重视，有点病赶紧求医。但对自己的心理健康似乎很少有人认真注意，以至在精神上已经有了创伤也往往不以为然。其实，就人而言，在某种根本意义上说，心理健康比其身体健康更为要紧。

科学研究证明，人的生理和心理是相互影响的。医疗实践和人们的生活经验也表明，心理因素在疾病的产生和治疗过程中都起着重要的作用。苏联杰出的生理学兼心理学家巴甫洛夫认为，“一切顽固沉重的忧悵和焦虑足以给各种疾病大开方便之门。”我们每个人都可能会有这样的体验，即当情绪很不好时往往会不思饮食。而这类由于心理因素引起的病痛常常使得专靠药物治疗的医生无能为力。在这种情况下，必须给以心理治疗。致病心理因素解除了，即使不吃药疾病也可能不治自愈。在疾病治疗过程中，心理因素的作用也会很大。同患一种疾病，吃同样的药，有的病人情绪乐观，对治疗满怀信心，他的病可以很快治好。而有的病人的心胸不开阔，终日忧心忡忡，甚至悲观绝望，这就会大大降低药物治疗的效果，甚至有可能使病情每况愈下。此外，在治疗过程中，病人与医护人员的关系也很重要。如果医护人员对病人满怀同情，热忱关注，认真治疗，就会给病人以温暖、安慰，就会取得病人的充分信任。这本身就会起到一种有利治疗的作用。反之就会起相反的作用。所以，一个好医生，不但要有高明的医术，而且要有高尚的医德。不仅要精通人的生理，而且要有一定的有关的心理学知识。因此，所有的医务工作者，学习一点心理学是十分必要的。我国许多医务工作者已开始认识到这一点。卫生部与中国心理学会合作，已为全国各地的医生办过几期医学心理学学习班。医学与心理学携手合作势在必行。

(四) 心理学在加强法制工作中的作用

当前,我们的国家正在大力加强法制建设。这是拨乱反正的一项重要措施。从一般的意义上讲,这也就是人类管理好自己、改造自己的一个有效的方法和途径。这项工作要做得有成效,必须建立在科学的基础之上。除了其它各项必要的工作外,一个可以说是带有根本意义的工作仍然是要加强对人的科学了解。人为什么会干这样或那样构成犯罪的坏事情?怎样一步一步走上了犯罪的道路?对于各种不同的罪犯进行怎样处置最为有效?怎样改造各种罪犯以使其走上正确的光明的道路?……这些都是心理学要研究的课题。据有关方面的调查,在当前犯罪的案件中,青少年犯罪占相当大的比例。这已成为社会上普遍关心的一个问题。搞清青少年走上犯罪道路的原因和规律,探讨管理、教育和挽救青少年罪犯的途径和有效措施是我国心理学者在当前的一项责无旁贷的任务。这项工作不仅关系到青少年一代的健康成长,而且对于维持社会治安,保证四化建设的顺利进行都有着重要的现实意义。关于法制心理学(司法心理和犯罪心理)和社会心理学的研究我国过去进行得很少,甚至可说是空白。我国心理学者正在大力加强这方面的研究,以为四化服务。

此外,心理学在体育、文艺、商业、交通以及思想政治工作等方面也都可以起不可忽视的作用。由于我国心理学基础比较薄弱,队伍较小,在这样一些方面的工作还开展得很少。有的方面甚至还完全没有进行必要的研究。这些方面的研究有待进一步加强或尽快地开展起来。

可以看到,心理学,作为研究人的一门科学,不论在社会主义的物质文明和精神文明的建设中都可以发挥其它学科不可取代的要要作用。事实表明,社会主义现代化建设需要心理学,心理学也能够很好地为社会主义的现代化事业服务。

心理学研究不仅有上述重要的应用价值,而且有重要的理论意义。列宁在批驳形形色色的唯心主义时经常引用心理学的研究成果。他提出,“心理学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。”他还把心理学列为“构成认识论和辩证法知识领域之一。”

四、怎样自学心理学

笔者经常收到大量来信,信中表示对心理学非常感兴趣,问怎样学习(主要是自学)这一门科学。有许多青年同志表示,要一辈子搞心理学,决心为发展比较薄弱的我国心理学贡献自己一份力量。有的则表示要通过自学掌握心理学的基本知识,以便把自己所从事的工作做得更好。这些信的字里行间洋溢着我国青年一代和广大在职干部献身四化

的满腔热情，使我们很受鼓舞。但同时，从这些信中也反映出许多人对心理现象和心理学存在着一些不正确的看法。一种看法认为，人的心理活动难以捉摸，以至非常神秘。心理学可想而知也十分玄虚，或是高深莫测，因此，想学心理学又有畏难情绪。他们有的问，自己是否适合学心理学，“是不是这块料”。另一种看法认为，每个人都有心理活动，因而谁都会研究，而且很容易研究，无须什么特别的科学方法，自己去琢磨也就是了。所以，谁都可以对心理学议论一番。我们收到的有一些文章就是他们自己琢磨一番后发表的议论。还有一种看法，以为心理学可能很好玩。心理学，顾名思义，不过就是猜度别人心理的，象旧时骗人的相面先生一样。以上的看法显然都是不正确的，起码是很片面的。读者通过本文前面部分的阐述，应当对心理和心理学有这样的一种正确认识：人类的心理活动是高度复杂的，的确比较难于正确了解，但并没有什么神秘。它作为一种客观存在的事物是完全可以被认识的。心理学作为研究人类心理活动的一门科学也是比较难于研究、难于学习的，更不是每一个人都可以随便议论一番所能了解的，但它又绝不是一门不可掌握的玄虚的学问。通过学习，每个人都可以取得必要的心理学的科学知识。

怎么样来自学这门科学呢？这里提出几点意见。

1. 首先要学习好马列主义、毛泽东思想，特别是辩证唯物论，以解决根本的立场、观点和方法问题。

也许有人要问，学心理学还有什么立场问题呢？

立场问题，也就是立脚点问题，或者说学习目的和基本观点的问题，在学习和应用心理学时不但存在而且必须首先解决好。让我们举一个实际例子，在资本主义国家，资本家和管理者很重视研究商业心理学（广告心理、顾客心理、售货术等），这是由于竞争的需要。他们的目的是千方百计多推销商品，以至过剩的或很次的商品，以捞取最大的利润。至于购买者的利益则摆在次要地位或者完全不顾。在他们手里，心理学的有关知识和应用技术往往就成了进行蒙混欺骗的工具。我们国家近几年来也开始注意广告宣传之类的事。无疑，我们的商业工作者很有必要学习一些有关的心理学知识。但我们显然应当站在国家和人民群众的立场上，用心理学的有关知识改善经营，提高服务质量。可以看到，同是学习商业心理学，但立脚点可以是根本不同的。我们从事任何工作的同志，学习心理学都应首先端正立场，明确学习目的，使心理学真正能为社会主义事业各个方面服务。

学习心理学还必须解决根本的观点和方法问题。也就是要明确指导思想。无可置疑，唯一正确的指导思想就是马列主义、毛泽东思想，特别是辩证唯物论。它是科学的世界观和方法论的完美统一。用辩证唯物论作指导思想，才能使我们按照事物本来的面目去认识它，了解它。因此，研究任何科学都需要以辩证唯物论作为根本的指导思想。心理学研究的对象特别复杂，容易滑到主观唯心的思想方面去，尤其需要更加自觉地贯彻辩证唯物论的指导思想，否则在根本观点上就会发生错误，弄得全盘都错。因此也就不可能

对心理现象求得任何正确的了解。为什么心理学虽然经历了百年的发展历史，而至今尚未达到完全成熟？为什么在心理学中有这么多的学派？一个重要的原因就是指导思想问题没有得到正确的解决，以致看问题的根本观点和方法不很对头，甚至完全不对头，由于受各种的唯心论和形而上学的严重束缚，以致从根本上把要考察的问题看错了，或者看歪了。只有自觉地认真地运用辩证唯物论作为指导思想，才能指望对心理现象求得科学的了解。

2. 要循序渐进，要先学习好心理学的基础知识

我们人无论干什么事，要干得好，就必须按客观规律去办。俗话说：万丈高楼从地起，千里之行始于足下。学习也是这样，一定要循序渐进。我国南宋有影响的哲学家和教育家朱熹说过，“读书之法，在循序而渐进，熟读而精思。”巴甫洛夫在给青年的一封信中对青年们提出的第一点希望就是“循序渐进”。他十分恳切地告诫青年们说：

“你们从一开始工作起，就要在积累知识方面养成严格循序渐进的习惯。……你们在想要攀登到科学顶峰之前，应先通晓科学的初步知识。如未掌握以前的东西，就永远不要着手做后面的东西。”正在为实现四化而努力学习科学知识的我国青年，读一读巴甫洛夫的这一封热情洋溢的信会很有益处。有一些青年，热情很高（这是很可贵的），但往往犯好高务远、急于求成的毛病，而结果很可能是欲速则不达。这些同志中有的人读书往往不求甚解，缺乏谦虚的态度和刻苦的精神，满足于一知半解。有的则爱钻牛角尖，以至走进一条死胡同而不知转弯。我们常收到这样一些业余心理学爱好者寄来的文章或成本的书稿。他们虽然为此付出了很多劳动，但很难说会得到多少长进。有的同志连心理学的起码知识还没搞清楚，却希望创立什么新体系。他们既没有很好地掌握辩证唯物论这一指导思想，也没有足够的科学材料作依据，而只是从概念（自己创造的令人费解的概念）到概念，完全靠想当然发表议论。这样的学习更不会有什么益处。奉劝这样的同志还是脚踏实地地从最基础的东西学起，不要急于随便写文章，不要总希望一鸣惊人，要牢记巴甫洛夫的忠告：“循序渐进，循序渐进，再循序渐进！”

3. 要学习好有关的基础科学知识

心理学是一门具有二重性的科学。它既有社会科学的性质，也有自然科学的性质，是介于二者之间的一种中间科学或跨界科学。因此，要学好这门科学，除要具备相当的哲学基础外，还必须掌握必要的自然科学基础知识。与心理学关系最密切的科学就是生理学，其次是动物学。如要对心理学了解得更深一层，学习一些有关的物理学、生物化学和数学也是很需要的。总之，心理学是一门较难学好的科学，知识面广一些对学好这门科学是非常必要的。

4. 一定要联系实际

这里包含两个意思。一是要从自己的实际情况出发，选定一个主要方向。制定一个切实可行的计划。心理学的分支很多，作为一种业余学习，不可能也无必要面面俱到，样样精通。学习的目的在于应用，因此，学习必须有的放矢。如果你是一个教育工作者，

你最好多学一些教育心理学、儿童心理学和青年心理学；如果你是一个搞企业管理工作的同志，你最好主攻管理心理学、劳动心理学以至整个工业心理学；如果你是一个政法工作者，你最好是钻研一下司法心理学。……所谓心理学的分支，顾名思义，都是从心理学的主干上生出来的。这个主干就是普通心理学。显然，无论从事哪一个分支的学习和研究，都应先学习一下普通心理学，以求对这门科学有一个总体的、大概的了解。

再一点就是，学习时要理论紧紧地联系实际。心理学是一门理论性很强的科学，同时又是紧密联系着每个人生活实践的科学。我们每个人在自己的生活实践中时时刻刻都在进行这样或那样的心理活动，并且每个人都可以通过自我观察来了解自己的心理活动，也可以通过细心观察和分析研究来了解别人的心理活动。这是学习心理学的一个有利条件。在学习时，我们可以把书本上的知识与自己的观察相互验证。这样来学习不但可以提起兴趣，而且可以掌握得牢。比如书本上讲到记忆和遗忘的若干规律，你不妨把这些书本上的东西在自己的日常生活和学习中验证一下，也可以做一些简单的实验，看看是否真的是如此。你也可以在自己的本职工作中运用有关的心理学知识，看看是否会收到预期的效果。总之，不要只是从书本到书本，从概念到概念，这样才能把书本上的知识真正变成自己的东西，收到很好的效果。近年来常看到从事某一方面实际工作（如教育、司法等）的业余心理学者写的文章和专著，由于他们有正确的指导思想，又具有较扎实的心理学知识，特别是掌握了丰富的生动的第一手感性材料作为依据，所以文章有血有肉，很有见解，很有趣味，这是很可喜的。

5. 在实事求是、结合实际的情况下，要养成独立思考的习惯，要有分析批判精神

科学作为人类对自然界、社会和思维客观规律的认识是不断发展的，不会停留在某一水平上。因此，学习任何一门科学都要有实事求是的科学态度，要善于独立思考，要有批判精神，不要盲从。心理学由于还不很成熟，在基本理论观点上还远不是都很正确的。具体的研究成果也不见得都很符合客观实际。特别是对于外国的东西，有些即便是很时髦的东西，也不一定完全适合我们社会的需要和国情。因此在学习时尤其需要提倡独立思考和批判的精神。就象吃东西一样，要注意分辨好坏细嚼慢咽，不可饥不择食、囫圇吞枣。这是初学者不可不注意的。如何鉴别呢？——实践，归根到底，实践是检验真理的唯一标准。

第一讲 心理学的对象和发展简史

荆其诚

一、心理学研究什么？

什么是心理学？怎样给心理学下定义？

要把科学的心理学与一般常识心理学加以区别。我们常说“有人就有心理”。研究人的心理的困难在于人与人之间都有差别。从日常生活中，我们都看到每个人的个性、习惯等等都有差别。但另一方面，要看到人们的心理活动还是有共同规律的。任何一门科学，能成为科学，就在于它研究某一领域对象的共同规律。心理学能成为一门科学，它的任务就在于从人们的千差万别的心理活动中发现心理活动的共同规律。科学的定义是什么呢？科学就是我们对某一领域或对象进行系统地探讨，并把有关的知识系统化、条理化。科学的分工就在于对不同领域的对象分门别类地研究其规律。科学的分工是人为的，并无严格界限，如心理学与其他科学（生理学、物理学）有很多跨界的地方，很难严格区分。

科学和一般常识是有区别的。如我们平常说“熟能生巧”、“太阳从东边出来，从西边落下”这都是常识。常识是从人的长期经验中获得的，但不一定都正确，有时正确，有时可能不完全正确。比如“太阳从东边出来，从西边落”，这是人们生活中观察的结果。假如不深入研究，就会认为这是对的，确实我们看到，太阳早晨从东边升起，晚上从西边落下。后来，证明这是错的，这是以地球为中心的看法，认为太阳围着地球转。后来发现地球本身是围着太阳转的。可见，常识有时不一定正确。对科学心理学的概念，和一般常识的概念，可举出几点区别：（1）常识的东西往往是不确切的，较含混，没有明确定义，并且不给出它所适用的范围。刚才说的“熟能生巧”听起来有一部分是对的，可是若严格推敲起来，“熟”并不一定能生“巧”，比如说，以“狗刨”的姿式游泳，一辈子这么游泳，还是出不了速度。所以“熟”不一定能生“巧”。通过心理学研究知道，只有进行体育技巧训练，知道掌握哪几个动作，怎样才能出速度，怎样的姿式是对的，这时熟才能生巧。可见“熟能生巧”这句话，并不完全是对的。这句话不确切，因为它对什么是熟，什么是巧，并没有给出明确的说明。实际上，并非在任何条件下，练习都能增进学习效果，还必须有正确的方法。心理学讲到技能学习时，我们就会看到只有通过掌握正确的方法，掌握学习的规律，才可能知道在什么情况下练习效果较好。

(2) 常识缺乏一致性,即在逻辑上不能保持前后一致,科学的规律应该按照一定的条件在一个场合下有效,在另一个场合下也应该有效。例如,心理学中有一个概念叫“迁移”,即人学会了一个东西,再学另外一个东西时就更容易些。一个人学会了骑自行车,再学骑摩托车就容易些。技能的迁移换一种情况也有效,一个人会绘画,练书法就容易。

“迁移”的基本思想是凡有共同成分的动作,就容易“迁移”,这是一个科学概念。

(3) 科学的概念要求有解释,说明为什么;而常识则不要求解释。科学要有原理,在原理的基础上把知识组织起来;而常识则不然。(4) 科学的知识要经受分析和实践的检验。科学得出的规律不是永恒的,都是相对真理。经过一定时期后,若发现是错的就要改正。完全错的,要推翻,用新的理论来代替。

科学主要借助于观察和搜集事实材料,对材料进行分析,最后得出结论。各门科学的原则是类似的。现在,有一门专门学科叫做“科学的哲学”,也即“科学学”。它是研究科学的一般的方法论的。

什么是心理学呢?一般教科书中讲某门学科的对象任务时,都讲该学科的定义。事实上,给心理学下个确切的定义比较困难。这里介绍几种定义。比较早时有人提出“心理学是研究意识的科学”。这要求首先承认有意识。但在世界心理学范围内,并不是所有人都承认有意识,有人就不承认有意识,因此,也不承认心理学应该研究意识。后来又有人提出“心理学是研究人的行为的科学”。行为是能看得见的,心理学研究这种客观看见的东西,而不管脑子里发生什么。现在一般的提法是“心理学是研究心理活动及其规律的科学”。每一种定义背后都有一定历史背景,都有一定哲学基础。比如说“心理学是研究意识的科学”,那首先必须承认有意识,说“心理学是研究行为的科学”,其中就暗含着不承认有意识,只承认有看得见的行为。所以,要讲心理学,一定要联系心理学的历史。

心理活动是我们每一个人都亲身体验到的。我们用眼睛看东西的形状和颜色,用耳朵听声音;用手触摸物体的软硬等都是感觉和知觉。人还能进行记忆,有思维和想象力。这些认识外界事物性质和规律的心理活动叫做认识活动。

在认识客观事物的时候,人对它持有一定的态度,产生一定的体验。喜、怒、哀、乐等体验就是情绪和情感。人还能克服困难,实现一定的目的,即人有意志行动。另外,人与人之间都有需要、兴趣、信念、能力、性格等方面的差异。这种差异称为个性差异。心理学作为一门科学要研究以上各种心理活动,并揭示各种心理活动的规律和原因。

二、心理学的发展及派别

心理学的研究,一般总要提出两个问题。心理学的发展和对一些大的理论问题的争

论都离不开这两个问题。一个是身心关系问题，即生理和心理的关系问题；另一个是主观和客观的关系问题。某些领域还涉及先天与后天的关系。这是历史上任何大的心理学派别都脱离不开的三大问题。

现代心理学是从一八七九年起始的。这一年建立了第一个心理学实验室，使心理学成为一门独立的科学。一般常讲“心理学有很长的过去，但只有很短的历史”。因为心理学的过去可追溯到很古时代，在很早以前人们就开始说到心和身的关系。如哲学家必然说身心关系。另外还有宗教迷信，宗教界也必然首先谈灵魂不灭，有上帝、神等等。哲学的根本问题是思维对存在、精神和物质的关系问题。自古以来，以对此根本问题的回答，分成唯心论和唯物论两大营垒。唯心论认为精神先于物质世界而存在；唯物论则认为物质世界、自然界是精神的起源。总的讲，唯物论是比较进步的。心理学研究人的心理活动，人的认识活动，必然要涉及哲学观点。物质和精神的关系问题，始终是心理学的一个基本问题。如：人的感觉、知觉是不是对外界的反映？先有外物还是先有感觉？另一问题是身心关系问题。我们的意识，我们的思维、记忆、我们的表象等等，是不是脑的机能？是不是神经活动本身就是思想？还是思想是神经活动的产物？这些是心理学的基本问题。对这些问题如何回答，决定了一个心理学派的基本的立场、观点。

在人类思想史上，很早就有关于人的精神、心理现象的论述。在原始社会，由于生产水平很低，人们只能被动地顺应自然。对自然灾害，如地震、洪水、猛兽的侵袭都无力对付。人们惧怕大自然的力量，把自然力看做是一种神灵的力量加以崇拜，认为它能够控制人的生死和安危。于是便产生了泛灵论。人类祖先开始注意解释人的心理，首先区别活人和死人。认为在活人身上有一种灵魂的力量在支配着，灵魂可脱离肉体而存在，人死了灵魂就跑了，这是原始的一种信仰，也是最早的心理思想。但其中也包含有朴素的唯物主义思想，如，认为灵魂要占有一定的空间，有一定存在形式，或认为灵魂是人的影子，是某种气体等等。

西方哲学开始于古希腊时期，当时有三位有名的哲学家。一位是德谟克利特，是唯物主义哲学家，他的哲学是原子论，认为世界万物都是原子构成的。原子在空间运动。灵魂也是原子构成的，组成心灵的原子特别光滑、细致、活动性很大，贯穿在身体的各部分，随人的呼吸存在。人死了，停止呼吸时，灵魂也就不存在了。他是第一个公开否认灵魂不灭的思想家。所谓灵魂，就是人的心理，指思想、感情等等。与他的观点对立的另一位哲学家是柏拉图，他认为灵魂与肉体完全不同，灵魂是永存不死的，它指导肉体，可独立于肉体而存在，而肉体不过是灵魂的影子。因此，他的哲学观点是唯心主义的。第三位哲学家是亚里斯多德，他在灵魂问题上动摇于唯物主义与唯心主义之间，一方面他与德谟克利特相似，认为灵魂不能单独存在，灵魂依附于肉体，是肉体活动产生灵魂。另一方面，他也认为灵魂可以永存不死。古希腊是奴隶社会，柏拉图代表贵族奴隶主，捍卫奴隶制。德谟克利特则代表新兴的贵族，具有民主的进步思想，反对奴隶制。可以看出，在身心问题上，反映出统治阶级的代表人物提倡劳心者高于劳力者，往往把