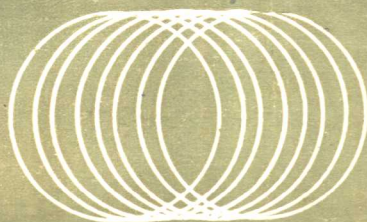


西南地区高等师范学校函授教材

黄希庭 主编



心理学



西南师范大学出版社

西南地区高等师范学校函授教材

心 理 学

黄 著 主 编

何 大 光 副 主 编

西南师范大学出版社

心 理 学

黄希庭 主编

西南师范大学出版社出版

(重庆 北碚)

新华书店重庆发行所经销

达县新华印刷厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张 10.25 插页2 字数257千

1988年3月第一版

1988年3月第一次印刷

印数: 1—10,000

*

ISBN 7—5621—0134—5/B·2

定价: 2.25元

前 言

本书是高等师范学校公共必修课函授教材，也可以作为高等师范学校本科生和教育学院、教师进修学校学员的公共必修课教材。

本书力求贯彻教育要面向现代化、面向世界、面向未来的精神，突出函授教学的特点，体现科学性与思想性的统一，理论与实际（特别是中学教育教学实际）相结合，以及少而精、简明扼要、通俗易懂、便于自学等原则。顾及于此，本书在结构上作了如下安排：

——全书最后一章为“结语”，对全书的基本内容作了归纳并较详细地介绍了个性鉴定的方法，以便于学生从总体上把握全书的基本线索，进一步理解心理学理论，加强理论联系实际。

——各章开头交待学习目的要求和重点难点，以利于学生抓住本章的基本线索和应着重注意的问题。

——各章末的“提要”，对本章主要内容作了扼要的小结，便于学生复习巩固；“联系实际的问题”，意在培养学生分析问题和解决问题的能力，其中带*者为应当完成的作业题；“学习参考资料”，供学生扩大知识面或深入钻研某些问题的学习之用。

本书是由西南师范大学、四川师范大学、贵州师范大学、云南师范大学、重庆师范学院和南充师范学院的心理教师集体编写的。黄希庭任主编，何大光任副主编。各章编写者如下：第一章和第十七章：黄希庭；第二章：何大光；第三章：陈庆良；第四

章：向佛音；第五章：张庆林；第六章：丁昭福；第七章：雷舜珠、周树云；第八章：金竞明、刘中华；第九章：韦茂荣；第十章：张进辅、金竞明；第十一章：许家成；第十二章和第十三章：杨隆诗；第十四章：蔡笑岳；第十五章：田守铭；第十六章：游季浦。

本书编写组举行过两次会议：1987年4月23日至25日在西南师大讨论主编提出的编写原则和教材大纲；当年8月10日至16日在四川教育学院讨论初稿。1987年10月2日至11月2日主编和副主编分别进行统稿：何大光负责七至十三章共七章，其余十章由黄希庭负责。全书最后由黄希庭修改、定稿。

在本书编写过程中，我们参考了目前国内有关的心理学教材，得到了编者所在学校领导及成人教育处的大力支持。陆以平、李玉华同志为本书做了不少具体工作。在此，谨向他们表示衷心的感谢。

由于编写时间较短，书中一定会有不少缺点和错误，敬请读者批评指正。

编者

1987年12月

目 录

前 言

第一章 绪论	(1)
第一节 心理学的对象	(1)
第二节 心理学的门类和意义	(6)
第三节 心理学的方法	(9)
第二章 心理的实质	(19)
第一节 心理与脑	(19)
第二节 心理与客观现实	(30)
第三节 心理与实践活动	(35)
第三章 意识及其特征	(40)
第一节 意识的概述	(40)
第二节 个体意识的基本特征	(45)
第四章 活动	(50)
第一节 活动的概述	(50)
第二节 活动的掌握和熟练的形成	(56)
第三节 活动的种类	(60)
第五章 个性及其倾向性	(68)
第一节 个性的概述	(68)
第二节 自我意识	(71)
第三节 个性倾向性	(74)
第六章 交往和人际关系	(86)
第一节 交往	(86)

第二节 人际关系	(94)
第七章 注意	(105)
第一节 注意的概述	(105)
第二节 注意的种类	(109)
第三节 注意的特征	(112)
第八章 感觉和知觉	(120)
第一节 感觉和知觉的概述	(120)
第二节 感觉的基本规律	(127)
第三节 知觉的特征和影响知觉的心理因素	(131)
第四节 社会知觉	(138)
第五节 感知规律在教学上的应用	(143)
第九章 记忆	(150)
第一节 记忆的概述	(150)
第二节 记忆的基本规律	(155)
第三节 提高记忆效率的主要策略	(165)
第十章 思维	(170)
第一节 思维的概述	(170)
第二节 问题解决的思维过程	(173)
第三节 概念的掌握	(179)
第四节 思维的发展和培养	(186)
第十一章 想象和创造	(195)
第一节 想象	(195)
第二节 创造	(200)
第三节 创造性的培养	(204)
第十二章 感情	(210)
第一节 感情的概述	(210)
第二节 情绪	(216)
第三节 情操	(222)

第十三章	意志	(228)
第一节	意志的概述.....	(228)
第二节	意志行动的分析.....	(232)
第三节	意志的品质和培养.....	(235)
第十四章	能力	(241)
第一节	能力的概述.....	(241)
第二节	智力的差异及其测定.....	(247)
第三节	智力的发展.....	(255)
第十五章	气质和性格	(265)
第一节	气质和性格的概述.....	(265)
第二节	性格的结构和类型.....	(270)
第三节	性格的形成和培养.....	(275)
第四节	性格的表现和鉴定.....	(283)
第十六章	中学生的心理健康	(290)
第一节	心理健康的概述.....	(290)
第二节	中学生心理健康的主要问题.....	(295)
第三节	中学生心理保健的原则和指导.....	(301)
第十七章	结语	(309)
第一节	心理现象的系统分析.....	(309)
第二节	怎样做中学生的个性鉴定.....	(312)

第一章 绪 论

学习本章的目的要求：(1)了解心理学研究的内容、任务和科学体系，了解心理学研究的基本步骤和主要研究方法；(2)明确对各种心理现象进行分析只是研究工作的需要，而现实生活中人的各种心理现象总是互相联系、互相制约的；(3)树立人民教师应当学习心理学的观点。

本章重点：(1)心理学的研究内容和方法；(2)教师学习心理学的意义。**本章难点：**(1)现实生活中人的各种心理现象是互相联系，互相制约的；(2)心理学研究的基本步骤；(3)心理学研究的基本变量。

第一节 心理学的对象

一、心理学的研究内容

顾名思义，心理学是研究心理现象的。所谓心理现象，就是指我们的感觉、知觉、记忆、思维、感情、意志，以及兴趣、爱好、信念、能力、气质、性格等等。所有这些现象都是我们在日常生活中非常熟悉的。心理学就是用科学的方法来研究各种心理现象的本质、机制和规律的科学。

心理学在研究人的心理生活时，可以把现实的人的复杂的心理现象区分为两个大的范畴：一是人的心理过程，二是人的个性差异。作这样的区分，仅是为了精密地研究人的各种心理现象而为的。实际上，我们的各种心理现象总是互相联系、互相制约的。

(一) 心理过程

当我们从人的复杂的心理现象中区分出心理过程来加以研究时，通常又可以把心理过程分为认识、感情和意志三种过程。

1. 认识过程。所谓认识过程就是我们从周围环境中获取种种知识的过程。当我们与周围环境相互作用时，凭借眼、耳、鼻、舌、皮肤五种感官从而获得了环境的各种信息。我们的眼睛能看到各种东西，耳朵能听到各种声音，舌头能尝到各种滋味，鼻子能嗅到各种气味，皮肤能感受冷热粗细软硬等性质。这种直接凭借感觉器官获取知识的过程，称为感觉和知觉（或感知）。我们感知过的东西还能保存在头脑中，必要时还能复现出来，这就是记忆。在遇到疑难问题时，我们爱说“让我想一想”、“考虑考虑”，这就是思维。通过他人或书本的描述，我们能在头脑中构成种种形象，甚至我们还能想出实际生活中尚不存在的新形象，这就是想象。感知、记忆、思维、想象等都是为了弄清事物的性质和规律，使人获得知识的过程，在心理学上统称为认识过程。

2. 感情过程。“人非石木，焉能无情”。人在认识事物的同时会对它持一定的态度，内心产生一定的体验，或满意或不满意，或愉快或不愉快，还有我们通常所说的喜、怒、哀、惧以及正义感、责任感、义务感、美感和理智感等等，统称为感情过程。对于各种感情，我们又可以把它们分为两个层次。低层次的感情，如喜、怒、哀、惧等称为情绪；高层次的感情，如正义感、美感、理智感等称为情操。

3. 意志过程。人不仅能认识事物，对它持有一定的态度，而且还能对它进行自觉的改造。人为了达到一定的目的，自觉地制订计划，克服各种困难，不达目的决不终止，在这一过程中所产生的心理活动称为意志过程。

我们称认识、感情、意志等心理活动为心理过程，是因为这些心理活动都有其发生、发展和完成的历程。例如，思维总是要经历遇到问题、分析问题、试行解答、验证论证等阶段。憎恨感

总是要经历认识对象的丑恶品质，从而产生否定它、摒弃它的倾向和行为。意志活动总是经历基于主客观状况的分析，确定目的，制定行动计划和执行计划等阶段。

认识、感情、意志简称知、情、意。它们虽有区别但却是密切联系着的。我们在认识事物的时候，总不是无动于衷的，对事物总会产生或高兴或忧愁等感情体验的，也会采取相应的意志行动来巩固它或改变它的。我们绝不会无缘无故地产生某种感情，绝不会毫无依据地确立某种目的。感情、意志总是伴随着认识过程而产生的，而认识过程也总是受着感情和意志的影响的。

各种心理过程有一种普遍的特性，即心理活动的指向性和集中性，这就是注意。任何心理活动都是由一定的对象和现象所引起的。当我们的心理活动指向于、集中于一定的对象时我们所得到的印象就更清晰、更完整。注意是各种心理活动的特性或状态，它本身不是一种独立的心理过程。

（二）个性差异

俗话说：“人心不同，各如其面”。每个人的精神面貌都不相同，各自记录着自己的生活史。个性是指一个人总的精神面貌。人与人之间在基本的精神面貌上的差异，称为个性差异。个性差异主要包括个性倾向性、个性心理特征和自我三个方面内容。

1. 个性倾向性。所谓个性倾向性也就是个性积极性。它表现为人对现实的选择性态度和积极参加社会生活的态度。个性倾向性的心理表现形式包括需要、动机、兴趣、抱负、信念和世界观。需要是一种欲求状态，是人进行积极活动的源泉。人有多种需要（如生存、安全、劳动、交往、成就等需要），构成一个需要系统。人们的需要系统的结构是不相同的：有的人生存需要、安全需要占主导地位，有的人成就需要占主导地位等等。一旦需要驱使人进行活动，这时的需要便成为活动的动机。人们的活动动机是很不相同的，即使是在同一种活动中取得同样的效果（例

如，两个学生都努力学习物理课并且考试成绩都得良好），其活动动机可能是很不同的。兴趣是人的认识需要的情绪表现。满足认识的需要有助于填补知识上的空白。人们的兴趣是很不相同的：有的人对绘画感兴趣，有的人对数学感兴趣，有的人对体育感兴趣等等。人们的抱负水平（即成就动机的强度）是不同的。例如，同学们练习跳高，有的是想创学校的纪录，有的是想破县纪录，有的仅是为了取得及格的成绩等等。信念是激励人按照自己的观点、原则去行动而被意识到的需要系统。人们在信念、世界观等方面可能也是不相同的。

2. 个性心理特征。个性心理特征是表明人们在心理类型上的差异。这主要包括气质、性格和能力上的差异。有的人情绪易兴奋，易变化，反应灵活；有的人情绪难兴奋，易持续，反应缓慢，这是气质上的差异。有的人廉洁奉公，勤劳诚实，有的人弄虚作假、懒惰奢侈，有的人刚直不阿，这是性格上的差异。有的人聪明，有的人愚笨，有的人有高度发展的体育才能，有的人有高度发展的数学才能，这是能力上的差异。气质、性格、能力上的不同，构成了人们心理类型的差异。

一个人的个性倾向性和个性心理特征总是在自我观念的统整下密切联系在一起的。它们的有机综合便构成了一个人的个性。

心理过程和个性差异是密切联系的。个性心理特征是通过心理过程而形成的。没有对客观世界的认识，没有对现实的感情体验，没有对世界的积极改造的意志过程，个性心理特征便无由形成。同时，已经形成的个性又制约着心理过程，在心理过程中表现出来。例如，动机兴趣不同的人，对事物的认识和感情体验可能不同；能力、性格不同的人，对事物的认识和意志表现也可能不同。总之，现实的活生生的人的心理过程和个性差异总是密切联系在一起的。心理过程和个性差异都是心理学的研究内容。

人的活动有自觉的，也有不自觉的。例如，大学生在写作的

时候，写作的内容是自觉地思考着的。但是他在写每一个字的时候却不是自觉地考虑着一笔一划是怎样写的，在这里写作活动是自觉的，但写字的动作多数是不自觉的。自觉的活动叫意识活动。不自觉的活动叫无意识活动。意识是人所特有的高级心理现象。人的多数心理现象是意识到的。意识活动和无意识活动都是心理学的研究内容。

人具有意识活动，动物是没有意识活动的，最多仅具有意识的萌芽。但是动物有心理活动，如感觉、知觉、记忆、思维的萌芽、情绪等。动物的心理和行为也是心理学的研究内容。

总之，心理学研究人的心理现象，包括心理过程和个性差异意识活动和无意识活动，同时心理学还研究动物的心理。

二、心理学的研究任务

心理学研究的基本任务是探明心理现象的规律，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、心理过程和心理特征的相互关系等规律性的问题。

任何心理活动都可以区分出它的内容、过程和机制（心理机制和生理机制），例如，记忆，记住某种材料是它的内容；记住某种材料需经历识记、保持、回忆和再认，是它的过程；个体是怎样记住并忆起某种材料的 是它的心理机制；在记忆时大脑产生的相应的神经过程，是它的生理机制。心理学在研究人对客观现实的反映过程，研究人如何认识客观事物，形成对客观世界的反映，并在认识客观世界和实践活动中形成自己的个性特征的时候，不仅要与大脑的活动规律相联系，而且也要与人的社会本质相联系。但是，人对客观现实所形成的知识、观点、思想体系以及由人的活动所引起的社会效果等，则不属于心理学的研究任务。

我们在研究人的心理现象的规律性时；首先要确定心理现象对于人的生活和活动的客观条件的依存性。人的任何一种心理不

仅依存于当时的客观情况，也受人的主观因素的制约。他的需要、动机、知识经验、个性心理特征和当时的态度都影响着心理活动。同时动机、态度和心理特征也是由过去心理活动的影响而累积形成的，并在心理活动中表现出来。所以研究心理现象的规律性还必须探明心理活动和心理特征的相互关系以及心理特征形成与发展的规律。

我们在研究心理现象的发生、发展的规律的时候，不仅要确定心理现象对外界条件的依存性，还要探明客观事物如何引起脑的活动而产生心理现象。外界刺激如何引起感觉器官内的神经过程，感觉器官内的神经冲动如何传导到脑，脑内如何发生各种状态，形成各种联系，产生各种生物化学的变化等，这些都是需要探讨的。列宁曾经高度赞扬那些把心理活动和人脑密切联系起来进行研究的科学心理学家，他说：“他，这个科学的心理学家，摈弃了关于灵魂的哲学理论，径直研究心理现象的物质本体（神经过程），因而，譬如说，分析了并说明了某种或某些心理过程”。^①只有探明了引起和形成心理活动与心理特征的外部条件和生理机制，才能彻底了解心理现象的发生和发展规律。

第二节 心理学的门类和意义

一、心理学的门类

现代心理学是一个学科体系。在心理学的学科体系中，包含有多种多样的心理学分支，这些心理学分支有些负有理论上的任务，有些负有实践上的任务。根据它们所负任务的不同，我们可以把各分支心理学划分为两个大的领域：基础领域和应用领域。

（一）基础领域

^①《列宁全集》第一卷，第12页，人民出版社。

属于基础领域的心理学分支是研究心理科学中同各门心理学学科有关的基础理论和基本方法学问题的。基础领域的心理学分支包括普通心理学、实验心理学、发展心理学、动物心理学、生理心理学和社会心理学等。

普通心理学是研究心理现象一般规律的学科，它的主要研究对象是正常成人的心理过程和个性，同时也概括各门心理学分支的成果和理论问题。

实验心理学是研究心理学领域中进行实验研究的原理、设计、方法、仪器、技术以及资料处理等问题的学科。

发展心理学也称年龄心理学，是研究心理在个体发展中的演变规律及年龄特征的学科。在发展心理学中以个体的时间发展顺序从胎儿、婴儿、幼儿、儿童、少年、青年、成人以及老年又分为各门心理学分支，分别研究个体在各年龄阶段中的心理特点及其形成规律。

动物心理学是研究各种动物的心理，特别是比较进化各阶段上的动物心理，以探明心理现象演化的发展过程及其规律的学科。

生理心理学是研究各种心理现象的生理机制的学科。

社会心理学是研究个人和团体在社会环境中的行为和心理状况，以及个人同团体同社会相互作用的规律的学科。如研究社会知觉、人际关系、社会态度、团体气氛等问题。

（二）应用领域

心理学的应用领域甚广，可以毫不夸大地说，各条战线上凡是涉及人的问题，均是心理学应用的领域。属于应用心理学的各分支，主要的有：

教育心理学是研究人在教育领域中的有关心理活动及其基本规律的学科。这一分支包括学习心理学、学科心理学、品德教育心理学、学校心理学等等，它为提高教育和教学的质量服务。

工业心理学是研究人在工业生产领域中的各种心理学问题的

学科。它主要研究在工业生产中的**人-机关系**和**人-人关系**的心理学问题，它为提高生产效率，保障生产安全服务。

商业心理学是研究人在**购销关系**中的心理活动及其规律的学科，它为促进贸易事业服务。

军事心理学是研究人在**军事领域**中的心理特点及其规律的学科。它为提高军事活动和军事训练的效能服务。

此外，运用于人的不同实践领域中的心理学学科还有**艺术心理学**、**临床心理学**、**体育心理学**、**司法心理学**等等，它们为提高人们在各种不同实践领域中的效果服务。

二、教师学习心理学的意义

心理学既是基础科学又是应用科学。探明心理的各种规律，无论在理论上或实践上都有巨大的意义（限于篇幅，关于这个问题此处不加说明，感兴趣的读者可阅读参考文献1，第15—18页）。这里仅讨论人民教师学习心理学的意义。教师担负着为我国的社会主义现代化建设塑造年轻一代的任务，心理学的知识有助于教师对学生的教育和教学，有助于教师自身的修养和提高。

（一）心理学知识有助于教师对学生的教育

要教育好学生，使他们成为有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义新人，教师必须要懂得学生心理发生和发展的规律。例如，如果教师懂得少年儿童的主要心理特征以及这些特征是怎样影响个性形成的，就会有助于他更深刻地了解学生的内心世界并找到因材施教的方法。又如，如果懂得哪些因素会影响孩子成年后的品行，那么教师就可以创设条件促进形成良好的个性品质，及时纠正不良的个性品质，等等。

（二）心理学知识有助于教师提高教学质量

教学是在教师指导下，学生掌握已有知识经验的过程。这就要求教师根据学习者的不同年龄特征以及掌握知识的一般规律循

序渐进地进行教学。例如，如果懂得学生心理发展的一般规律，将有助于教师确定和选择教学目的，制订课程，组织教材以及对教学法的取舍和考试题目的编制。如果懂得学生的个别差异是客观存在的，将有助于教师努力了解学生们的需要和个性特征，进而做好因材施教的工作，又如，如果掌握了学习的基本规律，教师又可以为学生提供最有效、最有意义的学习方法，促进学生知识的掌握，等等。

（三）心理学知识有助于教师的自我修养

教师是人类灵魂的工程师。教学是一门兼具科学性和艺术性两种特性的学问。古人云：“国将兴，必贵师而重傅”。自党的十一届三中全会以来，我们党和国家在提高教师地位，改善教师的工作条件和生活条件方面，做了许多工作，“尊师重教”的风气已在我们的社会初步形成。既然教师的职业是人类社会的发展和进步中的一个崇高的社会职业。因此，对于已经选择教师职业的人来说，就应当不断加强教师的职业修养，逐步形成和不断发展教师的教育能力和职业兴趣，养成热爱和尊重教师职业的习惯。在这方面，心理学的知识可以帮助我们分析自己的心理特点，认识自己心理品质的优缺点及其产生原因，逐步形成教师的优秀品质，成为学生的表率。

总之，心理学（特别是教育心理学）的知识对于师资的培训、教师的选择、教师的进修和提高，都有重大的意义。人民教师应当掌握与教师职业有关的心理学知识。

第三节 心理学的方法

任何科学研究都必须以辩证唯物主义的方法论作指导。心理学的研究也不例外，也必须以辩证唯物主义的方法论作指导：坚持实事求是的观点和普遍联系的观点。但是，任何一门科学由于