

PUTONG XINLIXUE

普通心理学

冯鸿滔 主编



中国人民公安大学出版社

普通心理学

冯鸿滔 主编

中国人民公安大学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

普通心理学/冯鸿滔主编. —北京: 中国人民公安大学出版社, 2006. 8
ISBN 7-81109-465-7

I. 普… II. 冯… III. 普通心理学—高等学校—教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 100746 号

普 通 心 理 学

PUTONG XINLIXUE

冯鸿滔 主编

出版发行: 中国人民公安大学出版社

地 址: 北京市西城区木樨地南里

邮政编码: 100038

经 销: 新华书店

印 刷: 河北省昌黎县第一印刷厂

版 次: 2006 年 8 月第 1 版

印 次: 2006 年 8 月第 1 次

印 张: 16

开 本: 850 毫米 × 1168 毫米 1/32

字 数: 395 千字

ISBN 7-81109-465-7/G·012

定 价: 30.00 元

本社图书出现印装质量问题, 由发行部负责调换

联系电话: (010) 83903254

版权所有 侵权必究

E-mail: cpep@public.bta.net.cn

www.phcpps.com.cn www.jgclub.com.cn

本书咨询电话: (010) 63485228 63453145

序 言

本书是为大学非心理学专业编写的一本教材，同时，也是适合各界人士阅读的一本心理学基础性读物。在编写时我们考虑了这样几点：第一，体系的完整。本书注重知识体系的逻辑结构和内容的完整性。按心理学的主要内容分成相应的部分，第一编为心理学与心理，第二编为心理过程，第三编为个性心理，第四编为心理效用。每一编还分成不同的单元。比如，第二编包括三个单元：分别为第一单元：认识过程；第二单元：情感过程；第三单元：意志过程。而这三个过程，从知识体系来讲，正是心理过程的几部分内容。这样安排还有一定的直观性，便于学生区分各部分内容。第二，注重基础知识的铺垫。在长期教学过程中，我们发现，学生对有些概念、问题理解不深，掌握得不牢，与缺少必要的基础性知识有关系。因此，我们专门在第二章介绍了心理的本质及生理基础等问题。第三，注意形式上的变化。导读部分有“文中关键词句”，是借鉴了公文的格式；正文中穿插有“相关链接”，是教材正文的有机补充或延伸，与教材紧密衔接，浑然一体，从形式上借鉴了互联网的形式。每一章后面还有“下一章提示”，这样也表明本书比较注意知识的预习与衔接，符合人的认知规律。文中主要概念都进行加重处理，有助于引起学生注意。这些不过是我们的一些尝试，效果如

何还有待检验。

在编写本书时，我们虽然也融入了自己对心理学的认识 and 思考，但是，也参考了大量的有关材料。应该说，正是心理学前辈们的卓越成就，才使得我们这本书的编写有了可能，在此我们向他们表示深深的谢意。

本书的编写也得到了许多同志的热情帮助。首先是本书的合作者。他们都是长期活跃在心理学教学第一线的教师，或在某一领域有较深入研究的专家，有丰富的经验和感悟，并在百忙之中抽出时间赶写了相应的内容。具体的编写分工是：沧州师范专科学校的多俊岗副教授编写第十章、第十一章和第十二章、河北女子职业技术学院的李素珍老师编写第十三章、邯郸学院的刘青海副教授编写第五章、石家庄学院的陈瑞瑞副教授编写第八章的一部分和第九章、承德广播电视大学的教艳芳老师编写第七章和第八章的一部分。其余各章由河北广播电视大学冯鸿滔副教授编写。

由于我们缺少经验，又加上时间仓促，因此，书中错误在所难免，希望专家和读者朋友们多多赐教并指正，我们将不胜感激。

编 者

二〇〇六年五月

目 录

第一编 心理学与心理

第一单元 心理学概说.....	(3)
第一章 心理学的研究对象、方法和发展过程	(4)
第一节 心理学的研究对象	(5)
第二节 心理学的研究原则和方法	(12)
第三节 心理学的产生与发展	(17)
第二单元 心理概说	(29)
第二章 心理的本质及生理机制	(30)
第一节 辩证的心理观	(31)
第二节 心理产生的生理机制	(42)

第二编 心理过程

第一单元 认识过程.....	(79)
第三章 感觉与知觉	(80)
第一节 感 觉	(81)

第二节 知 觉	(96)
第四章 记 忆	(123)
第一节 记忆概述	(124)
第二节 记忆表象	(129)
第三节 记忆的三个系统	(133)
第四节 记忆的过程及规律	(150)
第五章 思维与想像	(173)
第一节 思维概述	(174)
第二节 思维的心智操作过程	(181)
第三节 概念的形成和掌握	(184)
第四节 解决问题的思维过程	(190)
第五节 想 象	(195)
第六节 创造性思维	(200)
第六章 注 意	(206)
第一节 注意概述	(207)
第二节 注意的种类	(213)
第三节 注意的品质	(219)
第二单元 情感过程	(231)
第七章 情绪与情感	(232)
第一节 情绪与情感概述	(233)
第二节 情绪与情感的生理机制及相关理论	(242)
第三节 情绪与情感的类别	(245)
第四节 情绪与情感的教育与培养	(260)
第三单元 意志过程	(264)
第八章 意 志	(265)

目 录

第一节 意志概述	(266)
第二节 意志行动的分析	(271)
第三节 意志的品质	(281)
第四节 意志品质的培养	(285)

第三编 个性心理

第一单元 个性倾向性	(293)
第九章 需要与动机	(294)
第一节 需 要	(295)
第二节 动 机	(304)
第二单元 个性心理特征	(329)
第十章 能 力	(330)
第一节 能力概述	(331)
第二节 能力构成的学说	(339)
第三节 能力发展的一般趋势与个别差异	(349)
第四节 影响能力形成的因素	(359)
第五节 能力的测验	(367)
第十一章 性 格	(382)
第一节 性格概述	(383)
第二节 性格形成与发展的影响因素	(394)
第三节 性格测量常用的方法	(402)
第十二章 气 质	(415)
第一节 气质概述	(416)
第二节 气质类型	(424)

第三节 气质的测量方法	(430)
-------------------	-------

第四编 心理效用

第一单元 言 语	(441)
----------------	-------

第十三章 言 语	(442)
----------------	-------

第一节 言语概述	(443)
----------------	-------

第二节 言语的生理机制	(450)
-------------------	-------

第三节 言语的获得	(455)
-----------------	-------

第二单元 技 能	(462)
----------------	-------

第十四章 技 能	(463)
----------------	-------

第一节 技能概述	(464)
----------------	-------

第二节 技能动作的分析	(472)
-------------------	-------

第三节 动作技能的形成	(477)
-------------------	-------

第四节 练 习	(483)
---------------	-------

第五节 智力技能	(491)
----------------	-------

本书主要参考资料	(500)
----------------	-------

第一编 心理学与心理

本编内容包括心理学的基本理论
以及关于心理现象的基本认识和生理
机制。

第一单元 心理学概说

本单元包括一章内容，主要介绍心理学的研究对象、研究方法以及心理学的发展过程。

第一章 心理学的研究对象、 方法和发展过程

本章导读

【阅读提示】

学习本章，你将得到对以下问题的解释：

心理现象的含义。

心理过程的含义。

个性心理的含义。

心理学的研究原则。

心理学的研究方法。

心理学孕育、产生和发展的过程。

【文中关键词句】

心理学是一门研究心理现象及其发生、发展规律的科学。

心理现象简称心理，与物质现象不同，它是一种精神现象。

心理现象可以分为心理过程和个性心理两个大的方面。

心理过程即人的心理活动过程，它是在人脑中产生的具有从发生、发展到完成的完整历程的心理活动。

认识过程是人脑对客观事物的现象、特性、意义及本质的反映过程。

个性心理是个体在社会化中所形成的意识倾向性和稳定的心

理特征的总和。

个性心理包括个性倾向性和个性心理特征。

客观性原则，是指研究者要尊重客观事实，按照事物的本来面貌去反映事物。

观察法是在人们的自然生活进程中进行的，它一般不进行条件控制。

实验法可以分为实验室实验法和自然实验法。

心理测验是通过有代表性的若干局部来考察整体的一种方法。

心理学有一个漫长的过去，却只有一个短暂的历史。

心理学界有一个形象的比喻：心理学就好像是一棵正在生长的大树。

第一节 心理学的研究对象

心理学是一门研究心理现象及其发生、发展规律的科学。

什么是心理现象呢？心理现象简称心理，与物质现象不同，它是一种精神现象，是在头脑中进行的精神活动，具有内隐性特点。它的这一特点增加了认识的困难，但这并不是说心理现象根本不可测度。事实上，科学心理学已经从纷繁复杂的心理现象中揭示出了心理活动的许多不同规律，初步构建出了现代心理学的体系。

心理现象虽然十分复杂，但它是有层次、有结构的，是一个多维度、多水平的反映系统。它既包括有意识的自觉的反映形式，又包括无意识的自发的反映形式；既有生理水平、行为水平的反映，又有个体水平及群体社会水平的反映。

按性质、形态和特征的不同，心理现象可以分为心理过程和个性心理两个大的方面（见图1-1）。

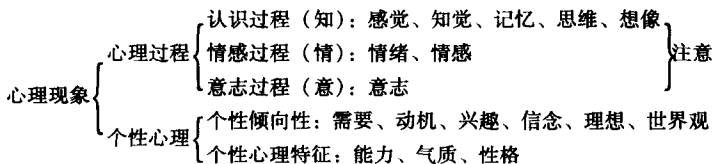


图 1-1 心理现象

一、心理过程

心理过程是心理现象的一个重要方面。心理过程即人的心理活动过程，它是在人脑中产生的具有从发生、发展到完成的完整历程的心理活动。它由认识、情感和意志三种既相互区别又相互联系的过程构成。

(一) 认识过程

认识过程是人脑对客观事物的现象、特性、意义及本质的反映过程。它包括感觉、知觉、记忆、思维和想像等心理活动。

客观事物以各种方式作用于人的不同感官，在头脑中最先产生的映象是感觉。比如，人眼看到的颜色、人耳听到的声音、鼻子闻到的气味、舌头尝到的滋味以及手足触摸到的软硬凉热等。感觉是对客观事物个别属性的反映，是低级的心理现象，但它却是一切高级复杂心理活动的基础。人类正是首先通过各种完善的感受才获得对事物的各种性质的认识，一旦丧失了感觉就无法感受这灿烂美妙的世界。但在日常生活中，人单纯的感觉可以说是没有的，这是因为客观现实中的事物总是由多种属性综合而形成整体的。比如，我们并不只是看到红色，还知道是何种物质的红颜色；我们能听到声音，还能知道是什么东西发出的声音，这时的心理活动就是知觉了。知觉是比感觉更高一级的心理反映形式，它是对客观事物各种属性的整体反映。当人把感知到的经验储存在头脑中，又能对其产生再认和回忆，这便是记忆。记忆

是人脑对已有信息的获得、储存和提取的过程。感觉、知觉均属感性认识过程，是对事物的表面特性、外部联系的反映。人要认识事物的本质和规律，必须依靠思维。思维是人脑对客观事物的间接的、概括的反映，是对事物之间内在联系及规律的反映。它能使人超越客观现实，深入把握感官所认识不到的领域，从而增加了人类认识的广阔性和深刻性。思维过程的进行离不开人类特有的言语活动，当然它主要依靠内部言语。言语是人们在交际活动中应用语言的过程。言语是一个完整的声音和视觉的符号系统，支持着人类的思维活动，但还有一种特殊的思维过程，这就是想像。想像是对头脑中的表象进行加工、改造，并产生新形象的过程。想像与思维是在不同的领域、以不同的方式完成着人类的高级认识活动，人类只有通过思维和想像活动才能把握过去、预见未来，才能有所发明创造。

人在感知、思考、创造事物时必须具备一个前提，那就是要把自己的意识集中到某些客观对象上，这就是注意。注意是人的意识对一定对象的指向和集中，它对心理活动起着维持、监督和调节的作用。注意本身并不是一个心理过程，或者说它并不是一个独立的心理过程，它是各个心理过程的一个共同特性。

总之，人正是通过感觉、知觉、记忆、思维和想像等协同活动，实现着对客观世界的认识。

(二) 情感过程

人们在认知客观事物的过程中，对于认知对象总是持有一定的态度和倾向，产生某种主观体验，如喜欢、憎恨、害怕等，这些都属于情感过程。情感过程包括情绪与情感活动，情绪与情感是人类最有特色的心理现象，它是客观事物是否符合或满足人的需要而产生的主观体验，实质上是人对客观事物的态度的一种带有独特色彩的反映。

情感过程不同于认识过程，它既有喜怒哀乐等主观体验，又

有丰富多彩的表情形式，并伴随着机体的生理变化，这就使得心理活动带有了“温热”和“色彩”。情感过程在一定程度上可透视人的内心世界，因此，它是心理学研究的重要内容之一。

（三）意志过程

人们认识和变革客观现实的活动，从来就不会是一帆风顺的，必然会遇到各种各样的困难和障碍，要求我们坚定信心，增加勇气，战胜前进道路上的“拦路虎”，这就需要意志过程的帮助。意志是人们自觉地提出目的、支配自己的行为、克服困难和挫折、坚持实现预定目的的心理过程。意志是人类改造世界的重要心理因素，是人与动物心理的本质区别所在。动物的心理没有达到意志的水平，因此，它们的行为是盲目的本能行为，不能在自然界打下它们“意志”的印记。人的意志突出地体现了人的心理的自觉能动性，人只有通过意志行动才能实现远大的理想和宏伟的目标。

认识、情感和意志三种过程都有各自发生、发展和完成的历程，并且在它们之间还存在着一定的时间延续，所以被称为心理过程。比如，思维活动要经过提出问题、分析问题、解决问题等阶段；人也总是要先有对认知对象的美与丑、善与恶的认识，然后产生对于认知对象一定的态度倾向，形成积极的或消极的情感。在意志活动中总要依据对事物的认识，提出变革事物的计划，并且在实施过程中克服各种困难和障碍，最后达到预定目的。

知、情、意三种过程不是彼此孤立的，它们融合在统一的心理活动之中，既相互联系又相互制约。一方面，人的意志和情感总是在认识的基础上产生和发展起来的。认识是情感和意志的前提，并对其产生起着决定性作用。人对客观事物的态度取决于对该事物的认识，人的意志行动是在认识的基础上、在情感的推动下产生的。因此，只有认识的深刻和正确，才能产生强烈的情感