

社科新学术论丛（第4辑）

心理文化

郭振华 著

线装书局

社科新学术论丛 (第4辑)

心理文化

郭振华 著

线装书局

图书在版编目 (CIP) 数据

心理文化 / 郭振华著. —北京: 线装书局, 2011. 8
(社科新学术论丛/ 王海峰主编. 第4辑)

ISBN 978-7-5120-0414-6

I. ①心… II. ①郭… III. ①心理学—研究 IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 167247 号

心理文化

著 者: 郭振华

责任编辑: 李 琳

出版发行: 线装书局

地 址: 北京鼓楼西大街 41 号 (100009)

电 话: 010-64045283 64041012

网 址: www.xzhbc.com

经 销: 新华书店

印 刷: 济南天舜彩色印刷有限公司

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张: 18.5

字 数: 420 千字

版 次: 2010 年 9 月北京第 1 版 2010 年 9 月第 1 次印刷

印 数: 0001 ~ 1000 册

定 价: 280.00 元 (全 12 册)

目 录

绪 论	1
第一编 意识的生理、心理机制、机能	6
第一章 意识的生理机制与机能	7
第一节 大脑的结构、功能	7
第二节 神经调节与体液调节	17
第三节 神经系统的结构与机能	22
第四节 额叶在神经组织中的“君临天下地位”	75
第五节 反射意识与信号系统	77
第六节 意识军旅的出征辕门	85
第七节 神经调节、体液调节与智商及情商	90
第二章 心理性生理机制的遗传性与后天可塑性	93
第一节 心理性生理机制的遗传与衍化	93
第二节 心理机制塑造中的主观努力	94
第三节 人性是在与外界环境各种关系的对应、互动中塑造的	95
第二编 心理的性质和内涵	103
第一章 心理的成份、性能及其意识内涵的产生	104
第一节 心理成份的界定与涵盖	104

第二节	心理成份在主客体互动中的被动和能动·····	105
第三节	心理在主客互动中成型;在自我度量中发展·····	107
第二章	心理成份意、情、知、谋的剖析、探索·····	110
第一节	意——意向、意志·····	110
第二节	情——情绪、情感·····	130
第三节	感知、思维·····	263
第四节	筹措、机谋·····	341
第三章	综合总合·····	354
第一节	综合——自我意识系统·····	354
第二节	心理的总和——性格·····	358
第三节	对意识活动的手段性导向与干扰·····	361
第三编	年龄与性别心理·····	362
第一章	年龄心理·····	363
第一节	童稚期·····	363
第二节	少年期·····	369
第三节	青年期·····	375
第四节	中年期·····	410
第五节	老年期·····	422
第二章	性别心理和性心理·····	437
第一节	生理、心理机制对性别心理的制约·····	437
第二节	性别心理的生物史、人类史和社会因素·····	455
第三节	性格、角色、意识对性别心理的影响·····	458
第四节	男性度、女性度与性心理倒错·····	459
第五节	恋爱和婚姻的心理文化·····	460
第四编	心态的调整与心智的开启·····	464
第一章	心态的调整·····	465
第一节	国家、民族、乡情、宗教、学说对人性的温热包裹与凉爽超脱·····	465

第二节	国内、国际关系的期许与力促	475
第三节	交往之中的心理调整	476
第四节	人际交接的随缘、恰应与博弈、斡旋	484
第二章	自我的心理养怡和调整	490
第一节	心理养怡	490
第二节	心理的自我调整	496
第三节	人性的鉴析与导引	504
第五编	心理卫生与咨询和养护	508
第一章	正常人的反常精神现象与具体应对	509
第一节	精神状况是最基础、最根本的素质	509
第二节	亚健康精神状态与调养	509
第三节	精神创伤与心理障碍	510
第四节	躲避和解脱精神危机的心理训练	521
第五节	有病态的社会的病态社会心理	523
第二章	生理、心理发育的失衡和失调	525
第三章	精神疾患和心理调谐	530
第一节	精神疾患形成的病理和病态表现	530
第二节	精神病的类型与成因	534
第三节	精神疾患导致的生理、心理机制变异及其共性表现	543
第四节	梦的生理机制与人性欲求和困窘的潜抑表现	546
第五节	传销对人心理危害的启示	550
第四章	心理障碍、精神疾患的防治和原理	553
第一节	预防	553
第二节	精神刺激的应对之策	557
第三节	心理治疗的原则、方法	560
第五章	心理咨询与心理疏解	570
第一节	心理咨询与咨询师	570

第二节 咨询师对病患的治疗、呵护	571
第三节 宗教与心理	571
第六章 社会对公民宜有精神的滋补与养怡	582
结束语	585

绪 论

人们倾全力于客体的应对，只注意外界，努力克服和战胜来自客观世界的冲击和困难。

然而，人忽略了自己。

大脑思考、悟识一切，但是它却不甚了解自身。

脑机能隐匿着种种令人难以置信的两面性——大脑对于应对主体和环境的关系，有其适应的成功；大脑对于应对主体和环境的关系，也有无庸讳言的不适应和尴尬。

一方面，人的大脑机能的某些方面、某些部分有着令人遗憾的局限；另一方面，人的大脑机能的某些方面、某些部分又有着未可限量的智能和无穷无尽的潜力。

大脑的某些方面、部分是难以改变的；某些方面、部分又有可以演化、更迭的潜质。我们若想有正确的认知、行动，不但须与耳目所及的客体环境一一对应；而且要同时不断地调整自身的神经系统和心理状态。

人们的印象，以为大脑营运着的只是神经活动。其实不是这样。那是神经调节、体液调节相互制约的复杂过程。只要内容关涉到人的需要、利益、意向，波及人际交往，体液调节就不由分说的“入股”了，它干预、策动，推波助澜，于是人的生命显出勃然的力量、斑驳的色泽。它可能成就好事：义无反顾地投入、献身，刚正不阿地剪恶、除暴，还有爱和美的温馨与灿烂，总之它使人有如火的激情、如乳的柔情；但同时，它也可以酿造坏事：可怕的残酷、不可理喻的刚愎自用，令人叹惋的固执，还有痴迷不悟的虔信，一往情深而令人遗憾的多情，乃至寻短见、走不归路，均与那并不显山露水的体液调节中“激素注

人”直接相关。

人们切不可忽略体液隐匿的作用以及它和神经调节的复杂关系。

理想的情况是——

一面正确的发挥体液激发、驱动能量，执着行动的功能；另一面，以睿智的理性对体液所鼓动的冲动性情绪予以甄别、驭控、疏导，不使其旁逸和为患。

人的精神活动、意识形态存在于脑壳之中；剖开来，不见踪影，它们存在着，已物化为脑组织部分和活动。

生理制约心理。脑的组织、机能制约着系列的心理活动；心理对生理亦有着不可低估的制约，甚至改造的作用——

主体经常思忖的结果，其相关的神经细胞的突触变粗了！增多了！

经验、知识、观念以及思维道路、思维体系的建立，它们拓通和改变着物质大脑的结构和组织。其中“意识活动”过程的扩散、集中，相互诱导并非完全如心理学书所云：沿着“地缘”传播：即向神经组织的邻近部分弥散。事实上，多数是沿着故往心理活动开辟的路径逸行，即沿着由物象印痕构造的条件联系和隶属意识系统的意向、想象、回忆、联想、思维所建立的生理网络展开、推进。

我们对于心理制约生理的事实不可以不省察、不观测，视而不见！

心理过程的热烈、频仍或者投闲、废置会改变天赋的、遗传的神经组织和机能。

人类中研究人员和一切营创造活动的人，他们大脑中的专门负责收集“新奇和异常”信息的细胞群，在累月经年的锻炼之后，已比普通的人结构发达和功能敏锐了。

而精神创伤、心理障碍也可以导致神经功能，甚至组织的某些病变。

关于传统的条件反射学说，我们也需要有更更新的认识。

过去只知道条件反射是动物和人类认知与活动的机制：经典性条件反射使人凭经验“知先即后”。实验启示：狗能知晓灯亮或铃响是事实的先兆、信号；操作性条件反射使人悟知行为和结果二者之间的联系。实验是：笼中的狗偶然触动杠杆，便有食丸掉出。于是它渐渐悟出压杠杆和可吃食丸二者之间有关联。对于人类，操作性条件反射启示他们将

其欲望、意向与途径、手段二者联系起来，从而使人的行为有了自觉性与计划性。

以社会学角度视之，意义非同小可。操作性条件反射不仅是个体的认知与活动机制，而且是社会有奖惩效果的行为导向机制。试想，为什么实验中的狗会压动杠杆，因为这行为的前景是食物。阴性条件反射也是这样建立的。受过训练的警犬决不吃主人之外他人投放的食物，形成拒食反应。曾经接受他人食物遭受主人严重责罚，数次之后它形成了拒拒性的阴性条件反射。复杂源自简单。一些人狂热甚至不择手段地从事某些事体，因为有“受益”、“获奖”的结果等着他；人们对某些公益和公义之事缺乏热情，欲望淡化，因为它往往不仅是一场没有报偿的徒劳甚至有时不能被肯定，乃至招灾惹祸。这正是社会道德低迷的一个重要原因。

如果在一个社会里循规蹈矩者减少而钻营取巧的人增加，那一定是循规蹈矩办不成事，或成本太高，而钻营取巧者却容易得手，命运胜过了老实巴交。倘若人们反常、拼命趋之若鹜地拥向那一行当，一定是那一行当成本不高，而“食丸”却丰肥可口。

此外，还有一个更为重要的心理学问题，神经系统功能不仅有无条件反射与条件反射；大脑不止具被动应答、反射功能；神经活动更具有自律性、自主性，它有意向、思维、回忆、联想、想象、幻想等意识的产生与活动。

人现实的意识活动可肇始于外界的刺激；也可发端于自身需要和自我意识的萌动与活跃。自我意识是人对外界刺激的识别、裁可、寻觅、探索、弃取、迎拒的系统。它是一个人意向、行为的指挥所，决策和发令的总枢。

人还有自我兴奋与自我抑制机制。

这是主体自我驭控的机制。有自我兴奋机制，一个人才有“朝气”和“正义感”；有自我抑制机制，一个人才有“克制”和“羞耻感”。

可以说社会教养的任务、自我修养的追求便在于建立、完善自我可以令行禁止的涵盖上述内容的自我兴奋机制与自我抑制机制。

关于心理形成和运作的系统论。

人的个体心理、角色心理、团体心理、社会心理、国家心理，是一

个由历史脉络、阅历体验为经线；现实彼此作用的并存关系为纬线形成的网络；是由大系统控制小系统的纲举目张的恢弘而精微，统一而芜杂的意识体系。对各种心理形成和运作的系统，既要做微观地分门别类的研究，又要做宏观的，诸因素牵制关联、秩序统一、视角定位的综控研究。

人与时空环境是对立统一关系。时空环境的大系统决定性地制约着每一具体个人的心理、行为。比如，在小国寡民的时代，人的心理的形成、行为的裁择，主要取决于家庭、乡里、国家对个体的导向制约。现代人们的心理，影响其形成、走向的环境范围已成十倍、百倍地扩大。人们，不但得考虑自己的民族、国家，还得虑及全世界会怎样看待、评价我们的一言一动。要体现国情，还要符合世界的“世情”。

以往的心理学会将人的心理划分为三个“过程”：知、情、意。名曰“过程”，定义有误——怎么能够是性质无殊的阶段过程呢！它们是心理的几个元素嘛；概况有遗——完全是：意、情、知、谋。动物也有“谋略”，万物之灵的人类反而无计无谋吗？缺失，显而易见。

过去的心理学，主要属于“告知”的学问，告诉人们心理是什么，那学问只在个人认识范畴。然而，学以致用，心理学的功用根本在于教导人如何应对、改造、建设现实，特别是对自身生理、心理作因势利导的调整、利用、开发。

心理学著述，应当使人读了之后提高觉悟，在自我的引导、指挥下，将头脑训练得更为灵敏、聪慧。同时，用人类已然悟知的各类科学使自己的思维驱向系统，深邃、变通、精妙。引导人不断完善自我、道德作人、循法行事，符合规律、应对一切。正所谓，随心所欲而不越距，犹如风筝在空，于控驭、约制中让精神境界升的更高更远。

新心理学，提醒、警示全社会都要注意维护公民的精神健康、心理健美；并且教诲、引导每个人如何营卫自己的体魄，调协自我的神经，以便恰宜、从容地应对环境，顺利、成功地成就事业，是心理学的责任。

心理学是一门于人最有实用价值的科学。

心理学教人适应社会。达尔文说：“适者生存，不适者淘汰。”如果说，进化论是阐明生物适应自然的学科；心理学便是指引人如何适应

社会的学科。所谓社会关系，无不一具化为人际关系。懂得心理学，自觉按心理规律待人接物，在社会中，便会有如鱼得水的惬意和自在，办起事来也会顺畅和容易。

心理学是自我调整的学科。心脑是自己的器官。心理体验，那是“如鱼在水冷暖自知”，如何做？怎样做？只有自己觉悟、感受到它的必要，在自我的支配、指挥下，才可能有踏实的运用和良好的效果。

人通过学习书本、自省经验、把握规律、娴熟运作，他的心理调节必会有成功的实现。心理医生的指点迷津，家人、朋友的诚恳规劝自然是相当珍贵的，但更重要的是自身的悟性、自觉的努力，一个人专业之外的许多知识均需涉猎，而心理学书那应当是案几、床头的压卷之作。琢磨、玩味心理应是人日常的功课。

“吾日三省吾身”，这“省”不应当看作自我的问责、检讨，而是一种调整心态的闭关修炼！

犯错误的人，还有心灵病苦的人，许多与他们的精神发育不健全和后天受到严重刺激有关系，心理能够得到调节和调治，情形便会有转机和改变了！

心理文化——一门学科

它是对有人性内涵的各门类文化的心理科学性诠释。

有的，似乎是只能从心理文化角度研究，中国的民族，有两个范畴。其一是部分性的，如：汉、满、蒙、回、藏……56个民族；其二是整体性的——中华民族。

为什么会有中华民族的民族性呢？因为56个民族，彼此之间有它国罕有的融合性与向心性。中国，地缘的内聚、行政的统一、民性的亲和、文艺的抒情，决定虽民族种种，却有其共性和统一性。

“中华民族”一词是梁启超先用的，这不是发明，是伟大“发现”。

然而，人的心理观同大于异。学者杨亥州先生通晓多国外语。据他多年研究，发现全世界多民族的成语，很多有令人惊诧的相似。既然人类人性一致：那就可以相互学习；那理想的社会制度在本质和方向上，也应该不是迥然不同，而是大同小异。

世界大同的理想，肯定是可以实现的。

第一编

意识的生理、心理机制、机能

第一章 意识的生理机制与机能

第一节 大脑的结构、功能

一、大脑两半球和大脑皮质

大脑，由左、右两个大脑半球组成。半球表面被覆一层皮质，叫大脑皮质。（亦称大脑皮层），是高级神经活动中枢，思维的器官。大脑皮质的深面是大脑髓质（亦称白质），由神经纤维集中而成，有联系左右大脑半球、同侧半球各区域以及皮层与低级中枢的能力。髓质中埋藏灰质团块，称为基底神经节，有协助大脑皮质调节机体随意运动的功能。

左脑与右脑

已知左脑主管语言、书写以及逻辑推理、数学计算；右半球主管图形、空间关系的把握，以及感情的感受、抒发。

近年来，人们意识到一向忽略右脑潜能，强调对它的开发、利用。但人们对右脑的具体功能及其相互关系的认识，仍有待深广、提高。

第一，逻辑推理是否只是左脑的专长？否！右脑擅认知、把握空向关系，并有感性和感情的直觉具象的能力。即此可知，左脑倾向于语言性概念思维的“抽象逻辑”；而右脑倾向于直觉、悟性把握的以空间关系为轮廓、走向、定位、坐标的思忖，以框架梗概为结构关系的“形象逻辑”。

第二，左脑思维以语言为契机，因而其思维与所记忆、认知的语言形式的立论、定论关系贴近、密切；右脑思维以其感性把握存在的空间

关系，以感觉、感情引发的事物的感性表象为内涵，因而，右脑思维与人知觉经验的具体实际关系贴近、密切。

第三，左脑思维较为理智、理性，其形态清晰、结论明确，但可能失之教条化、程式化；右脑思维较为感性、感情化，其形态暧昧、混沌，但也可能广阔灵活，内蕴创造。左脑思维尚概念性严密判断、推理，长于标示、量化，然而过程迟慢、罗列琐杂且未必皆能反映全貌以及实质；右脑思维擅长对广阔、复杂关系做概略而本质的把握，常从事实的全局出发来认知与判断局部、个体；亦能迅速地做出考量性的、模糊数学性的，虽不甚精细，却是全体、全程的概况浓缩，是反映本质和特征、特性的一针见血的判断。

科学实验表明：左脑进行的是接部就班、顺序递进的思维；而右脑倾向于统摄性、同时性的思维。科学家曾做过实验；当单词呈现于右视野时，先前所记忆的单词量越大，被试的反应就越长。这表明，左脑倾向于顺序地将眼前单词逐一进行比较；当单词呈现在左视野时，无论先前记忆了多少单词，被试的反应都保持不变。因此，右脑所使用的是一种平行加工方式，不需要对每个单词进行逐一检验。即右脑的思维是感性的、直觉性的，具有感性悟知、瞬间判断特性，对于人胸有成竹地把握全局，不失时机地快速判断，是决不可少的智能。

第四，左脑、右脑都有产生灵感的能力。左脑凭曲折严密的逻辑推理；右脑凭机敏、睿智的直接判断。

第五，左、右脑，各有所长，左脑发达的人宜从事自然科学，特别是数学研究；右脑发达的人分两类。擅知觉空间、具象感受和想象力超强的人可搞科技发明；意象性、感情性、美感性发达的人可搞文学艺术。

第六，左、右脑，其功能各有所得，也各有所失。两半球必得相互守望、相互促进、相互制衡。

由于个体发育不同：有的左脑发达，有的右脑发达。因为职业不一，科研家左脑忙碌，文艺家右脑活跃。可是，不论做事抑或作文都要求准确，周洽，不可或缺有失。因而，听其自然、我行我素地纵逸任何一侧大脑半球，不但可能出纰漏，甚至自贻祸患。主要动用左脑的人，切不可将您那侧右脑投闲置散，不能让它停工停产，刺激它，让自己性

格活泼起来，热情潇洒一些，有空儿淋浴文艺的花雨，在想象、幻想中浪漫一番。当官的讲话，最好抛开秘书给你写就的稿子，自自由由地说点人性解放、贴近生活与百姓声气相投的俗话。人们考虑、处理问题要从现实出发，主张宜具体、可操作，启用右脑让思想从生活中汲取给养，接受实际检验，避免陷入教条主义与形式主义。

同样，右脑活跃的人，须注意有纵有控；不忘以理性控驭感情，力求不偏不倚；尊重事实，不耽于幻想；思念缤纷，思路错综，却要逻辑严密，头序清楚。尽量利用语言工具让自己的思想趋于概括、规律、精粹、妥贴，表述要简扼、条理，力避理不胜情、暧昧芜杂。做事要恰宜，有分寸。

枕叶、颞叶、顶叶、额叶。

枕叶下面是大脑半球的后方部分，负责接受视觉信息。这一区域形成视觉认知、视觉记忆，因为和具象思维关系密切（盲人除外）于人十分重要。

颞叶

是大脑半球外侧面下方成长条状隆起的部分。其中，颞横回是听觉投射区，其周围部分是听觉联合区。其外侧面的其他区域是和丘脑枕有纤维联系的联合区域，同记忆和判断等机能有关系（主要因为与语音相关）。颞叶前端的颞极属于大脑边缘系统的皮质部分，同紧位于其内侧的海马和杏仁核一起参与情绪和记忆。

顶叶

是大脑皮质中央沟以后的部分。紧靠中央沟后方的中央回是躯体感觉区，下端口和舌的感觉区域附近有味觉区。中央后回后方之上的顶叶为躯体联合区，也是椎体外露系统皮质出发点之一。其下方的下顶叶由角回和缘上回组成。位于主半球的这一区域，具有整合感觉信息，储存复杂记忆，形成运动思维等高级智能。理解力差一些，有的源于这一机能的不够发达。

额叶

是大脑皮质中央沟以前部分的总称。紧靠中央沟前的中央回是运动区，为支配随意运动的主要出发点，前端的前额区是联合区，它们在生物系统和个体发生上都是最晚形成的区域，是人脑内具有最高机能的部

分。位于额叶底面的区域是眶回的联合区域，它和意志、人格的形成、变化有密切关系。额叶参与植物性神经机能的调节。

额叶掌管人的意向、意志、思维，并调节人的情绪活动。

那么，枕叶、颞叶、顶叶、额叶之间是什么关系呢？

它们是运作流程、分工合作和层次领属的关系

流程关系：“颞叶和枕叶的关系不很明显”；而顶叶其“外侧面和枕叶没有明确的界线”。额叶是大脑皮质中央沟以前部分，而顶叶是大部分皮质中央沟以后部分。可见颞叶、枕叶、顶叶、额叶是毗邻、蔓延、相衔关系。颞叶、枕叶将视听信息输入顶叶。顶叶整合感觉信息输入额叶。最后由额叶形成意向和思想。

分工合作关系：有分工。枕叶负责接受视觉信息，在初步加工后，形成视觉表象记忆；颞叶负责接受听觉信息，并参与情绪和记忆；顶叶整合与领悟感觉信息，存储复杂记忆，形成粗略的意识材料。额叶是支配随意运动，产生意志的区域；并且能够形成体现意向和综合认识的观念和思想。

合作关系

额叶、顶叶意向思维的形成都需要以颞叶、枕叶、顶叶的记忆表象为材料、为形廓，获得情绪驱力的支持和推进。同时，额叶的思维活动赖顶叶运动思维的推进、辅助。而额叶、枕叶、顶叶“没有明确的界线”，也恰恰说明它们之间接受和整合信息的工作丝缕相联，不可或分。

层次和领属关系

颞叶、枕叶属低层次：它们的工作是视听信息的收集、组合，为进一步深加工做简单分析，也是备用的储存容器。

顶叶层次略高：它收拢、整合感觉信息，粗线条的梳理关系，形成复杂记忆，并能进行梗概性的运动思维。

额叶属最高层次：额叶之中在系统发生和个体发生过程最晚形成的是最前端的联合区，它是脑内最高级的部分，为整合所有信息，综合思维活动，统一方向、决定意向的决策机关。

额叶和脑的其余部分是领属关系：额叶通过其运动区支配营随意运动的椎体系统；通过它的大脑皮质控制上行网状激活系统。额叶在一定