

打造最轻松、最科学的心理学大全
让心理学变得更加有趣、更加有效
把握最全面的心理学常识，一本书让你读懂心理学

心理学

一本通

林志贤 / 主编

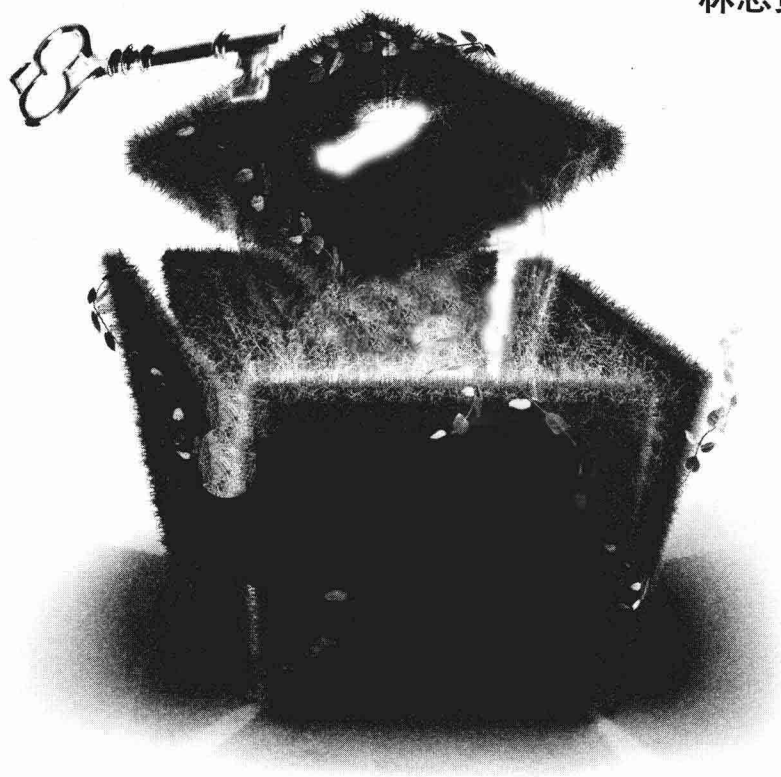
<下卷>



心理学 Psychology 一本通

〈下卷〉

林志贤 主编



目 录



第一篇 走进心理学——揭开心理学的神秘面纱

第一章 心理学概述

“神秘”的心理现象	2
到底什么是心理学	4
心理学在日常生活中的应用	5
心理学的诞生及学科建立	11
心理学的主要流派	13

第二章 经典心理学定律的解读

韦奇定律	20
墨菲定律	22
手表定律	23
相悦定律	25
示弱定律	27
细节定律	29
相关定律	31
洛克定律	33
布朗定律	35
倾听定律	37
蘑菇定律	40
互补定律	41
不值得定律	44
非理性定律	46
投其所好定律	47
雪中送炭定律	49
酒与污水定律	51
交往适度定律	52
角色置换定律	54
欲扬先抑定律	56

自我批评定律	57
自我暴露定律	59
互惠关系定律	61
以貌取人定律	62
达维多夫定律	64
以人为师定律	66

第三章 常见的心理学效应

破窗效应	68
暗示效应	70
标签效应	72
泡菜效应	74
马太效应	77
贝尔效应	79
马蝇效应	81
激将效应	83
名片效应	84
安慰剂效应	86
首因效应	88
投射效应	89
晕轮效应	91
酸葡萄效应	93
巴纳姆效应	95
毛毛虫效应	97
蔡戈尼效应	99
刻板效应	101
思维定式效应	102
齐加尼克效应	104
皮格马利翁效应	106

第二篇 生活中的心理学——心理学就在我们身边

第一章 教育心理学

重视青少年心理健康	110
及时规避家庭教育心理误区	112
婴儿的心理特点与教育	118
早教会加快你孩子的成功	119
学前期儿童的心理特点与教育	121
家庭教育与中学生心理健康关系	123
好习惯在于不断强化	125
让孩子每天都能得到进步	127

对孩子要有一个积极的愿望	128
家庭暴力影响青少年的心理健康	129
正确的家庭教育方式要重视	131
呵护孩子的梦想,培养孩子的志向	135

第二章 健康心理学

心理缺陷是什么	138
心理疾病不容小视	139
学会调节自己,形成健康的情绪	141
心理美容的神奇力量	142
快乐是健康的前提	145
保持心理健康有绝招	146
饮食心理以及引发的疾病	147
饮食也能造就健康的心理	149
你所要知道的健康的心理标准	150
探析失眠的心理	152
心态决定生活	154
突破自我封闭的心理	155
学会消除自己的愤怒	156
掌控情绪的晴雨表	158
懂得控制自己的情绪	160
用声音喊出你的不快	164
安享平静,净化心灵	165
选择积极的“情绪转移”	166
告别忧虑的心态,释放自己的热情	167
放松你的心弦,消除紧张心理	169
男人缓解压力的要诀	171
感悟人生,驻守快乐	174
摒除自卑,正确看待自尊	176

第三章 性心理学

解析夫妻之间的性心理	178
夫妻和谐性生活的必备条件	179
影响性生活的心理因素	181
解读新婚男女性心理	184
探析男性的性恐惧心理	186
男性性心理透视	189
女性婚前性行为的典型心理	191
男性性敌意与嫉妒心理	193
破坏性生活的心理误区	196
性行为的心理特征	198
如何击败“柯立芝效应”	203
营造和谐的性生活	205
性冷淡的解读	207

解析剔除女性的不良性心理	209
--------------------	-----

第四章 婚恋心理学

从心理学的角度解读初恋	211
领悟爱的真谛,保持正确的爱情心理	212
择偶心理学	216
给恋爱一定的距离	219
女人的羞涩与温柔	220
夫妻相处的几种错误心理	222
学会经营美满幸福的婚姻	224
摒弃唠叨的恶习	227
杜绝互相埋怨	228
彼此信任,剔除猜疑的心理	229
调整心态,婚姻矛盾不解自开	232
善待自己的婚姻	234

第五章 成功心理学

学会正确地认识自己	239
建立客观而积极的自我心像	241
成功者懂得心理学	242
成功者的心理趋向	244
用积极的心态去面对你的失败	245
善于培养思维的逻辑性	246
引导成功的思维方式	249
思维方式决定命运	250
突破你的一分钟障碍	252
让你内在的潜能迸发出来	255
用信心缔造奇迹	256
用勤奋浇出成功的果实	259
把梦想当做你成功的催化剂	262
用兴趣去引导你走向成功	264
成功是由否定到肯定的轮回	267
寻找标杆,把对手当成榜样	269
突破“幼稚问题”的思维定式	270
要敢于打破一切常规	272
好奇心的启示	274
思维方式与心理治疗	275
“定势”是块绊脚石	276
让自己进入一种虚幻的成功状态	277
从“自我束缚”中解脱出来	279
情商是决定命运的能力	282
勇于尝试,开掘你的生命潜能	283

第六章 人际关系心理学

影响人际吸引的五种因素	285
人际关系带给我们快乐与美好	286
懂得关心对方,满足对方的需要	289
懂得人际中的 20/80 法则	291
学会倾听,表达信任	293
用热情润滑你的人际关系	295
善于利用“先冷后热”交往术	297
交人要交心	299
真诚付出关怀	300
剖析交际心理	301
诚信是你最好的名片	306
交际中要学会与人为善	308
学会做他人的“自己人”	309
交际心理的“亲和动机”	311
主动才能感动	313
剥去心里的羞涩	315
设他人之身,处他人之地	316
赢得他人信任有技巧	317
学会调节,控制情绪	318
成为人气高手的秘诀	320
用肚量去包容朋友	322
幽默风趣使你备受青睐	323
解读人际交往的心理原则	325
学会与不同性格的人相处	328
好朋友也要保持距离	330
真诚付出关怀	331

第七章 职场心理学

学会在职场中保持积极的心态	333
工作心态决定着你的工作极限	335
适当地保持你的职场距离	338
灵活处理职场中的琐事	340
摒除抱怨的消极心理	342
善于琢磨领导的心思	344
保持职场的自信力	345
摒弃压力,消除上班恐惧症	348
集中精力,一次只做一件事	351
你需要自动自发的心态	352
用热情点燃你的工作	354
摒弃工作中“不值得”的心态	356
职业是我们的使命所在	358
矫正心态,你是在为自己工作	359

不要只为薪水而工作	360
快乐工作,别把工作当苦役	362
职场人际达人的秘方	365
做自己喜欢的、适合的工作	368
不同性格领导的不同管理心理	371
走出关心下属的误区	376
成功的领导者懂得宽容	378
思维上的新大陆	379
剔除管理中的嫉贤妒能心理	381
职场管理的方式要适当	381

第三篇 不一样的心理健康学——心理学大师的忠告

第一章 心理健康与心理问题

心理健康是怎样的	386
关于心理健康的标准	388
心身疾病——现实中的心理生理疾病	390
心理问题与心理障碍	393

第二章 心理咨询与心理治疗

什么是心理咨询	399
心理咨询的原则和途径	401
神奇的心理治疗	404
心理治疗的原则	406
多样的心理治疗方法	407

第三章 如何克服生活中的不良心理

虚荣心理	413
自卑心理	418
空虚心理	422
自私心理	427
浮躁心理	434
猜疑心理	437
孤僻心理	439
羞怯心理	440
完美主义	441
嫉妒心理	447
悲观心理	449
报复心理	451
逆反心理	452
挫折心理	453

狭隘心理	459
懒惰心理	461
忧郁心理	463
偏见心理	465
自负心理	466
虚伪心理	470
逃避心理	471
攀比心理	476
贪婪心理	478
逞能心理	482
崇拜心理	484

第四章 现实中异常行为的心理解析

洁癖	487
吸烟成瘾的心理解读	488
疯狂购物也是病	491
解析网络成瘾	493
恐慌症的心理分析	495
开灯睡觉也是心病	497
“摩擦癖”的心理窥视	498
“恋物癖”心理的破解	500
“暴食症”心理透视	502
透视“社交恐惧症”	504
饮酒成瘾的心理解析	505
反复性的强迫心理分析	508

第五章 主要的心理疾病及调适

儿童的恋母情结	510
儿童厌食与偏食	511
少儿依赖心理过强	514
小儿口吃	518
儿童多动症	520
小儿吮指现象	522
撒谎心理	524
青少年的逆反心理	526
青春期焦虑症	528
孤独心理	529
自杀心理	531
恋爱心理	533
婚姻适应不良	535
中年心理疲劳	537
失业综合症	540
更年期神经症	541
老年人睡眠障碍	543

老年焦虑症	545
离退休综合症	547

第四篇 活学活用心理学——读懂他人的心理

第一章 通过容貌解读人的心理

代表智慧的额头	550
象征性格的眉毛	552
如同明镜的眼睛	556
读懂耳朵的秘密	557
善于感触的鼻子	559
主要交流的嘴巴	560
代表健康的指甲	562
标榜个性的下巴	563
由表及里的脸谱	565
显露心迹的头发	566

第二章 形体语言表露内心世界

头部动作——泄露人的个性	569
手势——无声的语言	571
用手习惯——透出的玄机	574
手指——反映不同心理	575
手掌——强有力的暗示	576
握手——传递的信息	577
脚——真实反映人的感受	578
坐姿——表达身体的习惯	579
站姿——看穿人的想法	580
走姿——看透他人内心	581
睡姿——探知心理奥秘	583

第三章 从个人的言谈看出的心理秘密

声音泄露潜在的性格	585
从声调语速看出心理变化	586
说话主题透露说话者的信息	587
从谈话习惯中看个人修养	588
从闲谈中体现思想意识和品位	590
说话方式了解人性特点	592
说话态度流露性情	594
口头禅的品性映射	596
说话幽默看透人心	599
善于描述弦外之音	602

第四章 透过举止行为来观察人心变化

举手投足显个性	606
面部动作可识心	607
通过视觉所获得的信息	609
字如其人视心理	611
通过接电话的方式来观察	613
从细微的动作看透人心	615
行事风格分辨人物性情	616
待人接物也是发出的信号	618
烦躁不安的动作预知心态	619
从无意识的行为看透人心	620

第五章 看衣着打扮读出性格气质

发型传递不同的信息	623
帽子建立头部形象	624
衣着装饰透露个性	625
化妆出卖你的内心情感	627
内衣露出的无声语言	629
通过手提包看包的主人	631
从佩戴的饰品看透女人心	633
丝巾读懂女人心	635
闻香识女人	635
服装展现不同的性格	637
佩戴的眼镜会说话	639
领带彰显男人品位	640
由手表窥探男人的内心世界	642
穿鞋流露出的无声语言	643

第六章 兴趣爱好反映人的情操

从喜欢的颜色看透人心	645
喜欢的食物也能够了解人	646
音乐是全人类共通的语言之一	647
手机绝不仅是一种通讯工具	648
读书是人生最大的乐趣	649
看看你的收藏品	651
从养宠物看透人的内心	652
做游戏测试你的内心	653
从喜欢的家具中看透人心	654
从业余癖好看透人心	655
跳舞燃烧你的激情	657
运动类型彰显真个性	658
从开车看出个人的素养	660
集吃、喝、玩、乐、行于一体的旅游	661

第七章 生活细节的点点滴滴露端倪

吃饭是生活中必不可少的事情	663
通过洗澡来识别人心	665
从对奢侈品的偏爱分析人的心理	666
刷牙时也是一个人表现比较真我的时刻	667
崇拜偶像是个人心理的真实反映	669
购物反映的性格特质	670
艺术品位看个性,生活选择透性格	670
烹饪方式表露性格	671
从喜欢的水果窥探人心	672
花语是人心心理活动的外露	673
座位也能反应个性	673
办公室的环境是人心的表露	675
选择饮料是心理的流露	675
看电视细节反映性格	676
电脑壁纸是人性的反映	678
床也能判断出个人感情	679

第八章 今日的你是你过去心理习惯的结果

每个人喝茶都有不同的习惯	680
从喝酒习惯判断人的心迹	681
从千奇百怪的名片式样识别人心	682
细节动作也能看出人的心理	684
从涂鸦爱好诠释人性	685
恋爱中的约会法则	687
看夫妻的婚姻习惯	689
你习惯用什么方式来理财	690
喝咖啡也能考察一个人的习性	693
从对方点菜洞察心理	693
吸烟细节中的心理学	695
从对宝石的喜爱识别人的性情	695

附录 心理测试

自我心理测试

你了解自己的个性吗?	698
你的生活品位如何?	698
你的情绪是否健康、稳定?	699
你有依赖性吗?	701
你对未来有信心吗?	702

你有责任感吗?	702
你是一个疑心重的人吗?	703
你的戒备心是否很强?	704
你经得住诱惑吗?	705
你能走出人生的低潮吗?	706
你的心理适应能力怎么样?	706
你的心理年龄有多大?	709

社交心理测试

你会给人留下好的第一印象吗?	711
你具备圆滑的社交技巧吗?	711
你是否善于自我表达?	712
你是不是一个社交高手?	713
你是否总是多嘴呢?	715
你的交际弱点在哪里?	715
你的心机深几许?	716
你会永远忠诚于朋友吗?	717
你会得罪朋友吗?	717
测试你的交友原则	718
他(她)是你的至交好友吗?	718
最关心你的人是谁?	719
谁会是你身边的小人呢?	720
你能与朋友们相处得和谐融洽吗?	721
谁的肩膀是你可以依靠的?	722
职场情商心理测试	722
你的职业优点在哪里?	723
你有团队合作的精神吗?	724
你是一个什么样的工作伙伴?	725
面对竞争,你会轻易服输吗?	726
你适合做领导吗?	726
你是具有亲和力的领导吗?	729
你离成功有多远?	730
什么是你迈向成功的最大阻力?	731
成功的战术里你缺哪一招?	732
你能把握住成功、发财的机会吗?	733
你能成功吗?	734

情感心理测试

你的爱情观如何?	736
你的爱情忠贞度有多高?	736
你与情人之间是如何相处的?	737
你们在一起会幸福吗?	738
什么样的女孩会成为你的情敌?	739
你是个够体贴的情人吗?	739

你的爱情胆量有多大？	740
你们还能回到从前吗？	740

婚恋心理测试

你希望嫁一个什么样的老公？	742
结婚的时机到了吗？	743
你与他(她)的夫妻关系和谐吗？	743
你会依赖你的老公吗？	745
你们的婚姻会被第三者侵袭吗？	746
你会忠诚于你的婚姻吗？	747
你能否度过婚姻厌倦期呢？	748
你是合格的妻子吗？	749
你是合格的丈夫吗？	749
你心中婚姻与性的关系如何？	750
他为什么会跟你离婚？	751

能力心理测试

你的记忆能力如何？	752
你的思维优势在哪里？	753
逻辑推理能力测试	754
抽象思维能力测试	757
你具有思考能力吗？	758
你的处事能力如何？	759
你的组织、协调能力如何？	761
你拥有怎样的决策力？	762
你管理能力如何？	764
你是否有识人之能？	765
你懂得如何用人吗？	766
分析能力测试	768
你有多大的发展潜能？	770
你适合自己创业吗？	770

认清你身边的人

“字如其人”是真的吗？	772
从双脚识性情	773
他喜欢什么样的运动？	773
他喜欢什么样的电视节目？	774
从付款方式看性格	775
小动作里的性格秘密	775
他是如何表现幽默的？	776
如何甄别知己好友？	777
他送你什么礼物？	779
穿鞋习惯识男人	780
走姿识男人	781
她是用情专一的女人吗？	782

第一章 心理健康与心理问题



心理健康是怎样的

健康是人的基本权利,是我们人类生存质量的基础,是生命存在的最佳状态,是我们人生的第一大财富,是我们发展与进步的最基本的条件。那么,到底什么是健康呢?

健康其实就是指一个人在身体、精神以及社会等方面都处于良好的状态。传统意义上的健康观是“无病即健康”,而现代意义上的健康观被赋予了丰富深蕴的内涵,是指人类整体的健康。世界卫生组织对健康下了这样的定义:“健康不仅是躯体没有疾病,还要具备心理健康、社会适应良好和有道德”。因此,现代意义上的健康内容应当包括这几项内容:身体健康、心理健康、心灵健康、社会健康、智力健康、道德健康、环境健康等。

那么,在现实的生活中,人们怎样才能知道究竟怎么样才算作心理健康呢?其实,心理健康就是指一种持续的积极发展的心理状况,在这种状况下主体能够做出良好的适应,能够充分发挥身心潜能。另外,国际心理学组织给人类心理健康提出了 10 个指标,这是目前世界上得到广泛认可的指标。这 10 个指标如下:

一、保持健全的人格

人格又称个性,是构成一个人的思想,情感及行为的特有统合模式,这个独特模式包含了一个人区别于他人的,稳定而统一的心理品质。个性中的能力、性格、兴趣与气质等各种心理特征必须和谐而统一,才能充分发挥个性的能量。

二、具有正常的智力水平

正常的智力水平是一个人进行生活、学习、工作的最基本的条件,是衡量一个人心理健康与否的最重要标准之一。智力是指人认识、理解客观事物,并运用知识、经验等解决问题的能力,包括记忆、观察、想象、思维、判断等,也就是说智力是人的记忆能力、观察能力、想象能力、思维能力和判断能力等的综合,是大脑活动整体功能的体现,其中思维能力是智力的核心。

三、具有一定的学习能力

学习能力一般是指人们在正式学习或非正式学习环境下,自我求知、做事、发展的能力,学习能力是一切能力的基础。尤其是在飞速发展的现代社会,知识更新速度很快,一个正常的人必须要能够不断学习新的东西,才能正常地融入这个社会。

四、具有稳定的安全感

所谓安全感,就是人在社会生活中有种稳定的不害怕的感觉。安全感是人的基本需要之

一,如果总是惶惶不可终日,人就会产生焦虑、抑郁等心理问题。

缺乏安全感的表现有:总是显得非常焦虑,对事物总是怀有不必要的过度的担心,缺乏自信,过于在乎别人对自己的看法和评价,关键时刻总是希望依靠别人的帮助,但与此同时,内心深处又对别人不够信任,对生活周围的人与事总是抱着一种怀疑的态度,总觉得自己将要得病或者是已经生病,对死亡显得异常害怕。缺乏安全感在现实生活中的具体表现有:喜欢开着灯睡觉,睡觉的时候习惯抱着毛绒玩具、枕头或者是其他东西,睡觉的时候喜欢蜷缩着睡,害怕黑夜,总是莫名其妙的孤单,对某些事物有无法抗拒的恐惧感,喜欢穿有口袋的衣服,穿没有口袋的衣服手不知道应该放在哪里……

五、保持良好的人际关系

人际关系也可以称为人际交往,人际关系就是人们在生产或生活活动过程中所建立的一种社会关系。人际关系的良好与否,协调与否,对人的心理健康有着很大的影响,是心理健康的重要标准之一。良好的人际关系有如下的具体表现:

深度自我认识及接纳,适度地自我表达,欣赏自己并懂得尊重别人,对他人情感真挚、善良,常持诚恳的态度。在人际交往中,能够做到心理相容,互相接纳,而非心理相克,互相排斥和互相贬低,懂得奉献,懂得以集体利益为重,而非损人利己。

六、具有较强的社会协调性

因为人的心理需要是多层次的,在与客观环境相接触的时候,要做到既可以丰富自己的精神生活,又可以及时调整自己的身心行为,更好地适应环境,达到与客观环境和睦相处的协调状态。

七、具有健全的意志

人类心理活动的三种基本形式包括知(即认知)、情(即情感)、意(即意志)。每个人都有或大或小的理想,自觉地确定你的理想目标,并支配自己的行动,努力实现这个目标的心理过程,就是意志。意志与行为是一体的:行为受意志支配和控制,称为“意志行为”;通过行为,可以看出一个人意志活动的实质。意志的本质就是:人对于自身行为关系的主观反映就是意志,它构成人的主观意识的第三种基本形式。

八、有限度的才能与兴趣爱好的发挥

人应该保持限度的发挥、满足自己的才能和兴趣爱好,这个限度应当以不妨碍他人的利益、不损害集体的利益为前提,否则将有损自己的身心健康。

九、适度的情绪发展和控制

人有喜怒哀乐等不同的情绪体验。愉快、喜悦、乐观、快乐、豁达、恬静、满足、大度、幽默等好的情绪,有益于身心健康和调动自己的心理潜能。而激烈的情绪波动,如欣喜若狂、激动不已、悲痛欲绝、肝肠寸断、暴跳如雷等,以及长时间的消极、负面的情绪,例如悲伤、忧虑、恐慌、暴怒等,可导致人的心理失衡,导致心理疾病、心理障碍的产生。因此,人们应该保持良好的情绪,释放那些不愉快的情绪,这样才能达到心理上的平衡。

十、具有符合心理年龄的正常心理特点

一般来讲,每个人的年龄可以分为这样三种:实际年龄、生理年龄以及心理年龄。实际年龄是指人们的自然年龄,生理年龄是指一个人生理发育成长所呈现出来的年龄特点,与人的实际年龄往往有一定的差别,例如:如果一个人营养不良,那么其生理发育就会比较迟缓,这就将导致其生理年龄小于实际年龄。心理年龄是指一个人的整体心理状况所呈现出的年龄特征,与实际年龄也不完全一致。

我们的一生可以分为八个心理年龄期：胎儿期、乳儿期、幼儿期、学龄期、青年期、青少年期、中年期、老年期。在不同的心理年龄期，我们则具有不同的心理特点。比如在幼儿期的时候，我们纯洁、天真、活泼；在青少年期的时候，我们的自我意识渐渐增强，身心发展有着飞跃性的突变，心理活动往往具有非常剧烈的动荡；到了心理老年期，心理渐渐倾向成熟稳定、老成持重，但是身心功能的弹性大大降低，情感容易变得脆弱，显得过于忧郁。那么，对于心理特点符合心理年龄主要有两方面的标准：一方面，个体的实际年龄应当与心理年龄、生理年龄相互符合；而另一个方面，个体在不同的心理发育期应当表现出与之相应的心理特征。

关于心理健康的标准

大家都知道，人的心理健康是一个相对独立的、极其复杂的、不断变化的动态的过程，所以影响人们心理健康、导致心理偏差、心理障碍或心理疾病等各种心理问题产生的因素也是复杂多样的。根据各种影响心理健康的因素的功能的不同，可以分为内部因素与外部因素两大类。根据影响因素性质的不同，这些因素又可以分为生物遗传因素、社会环境因素和心理环境因素三大类。其中，生物遗传因素、心理环境因素属于内在因素，社会环境因素属于外在因素。

影响一个人心理健康状况的内在原因——生物遗传因素、心理环境因素是为内部因素，影响心理健康状况的外在诱因——社会环境因素则称之为外部因素。其中，内部因素是决定人的心理状况的根本原因，或者说是本质原因，而外部因素只能够通过内部因素来发生作用，也就是说，外部因素使人的心理健康状况的变化具有真实性、行动性和现实性。比如，同样忙碌紧张的高中学习生活和异常巨大的学习压力，对于心理状况良好的高中生来说，会激发更高的学习热情与动力，使其投入更多的学习与精力；而如果心理状况比较差，那么这个学生就有可能引起过度紧张、不安、恐惧、烦躁、焦虑等一系列不良的情绪与心理，从而导致产生心理障碍，诱发各种心理问题。

一、影响心理健康状况的内部因素

影响心理健康状况的内部因素是一个人自身所具有的一切内在和主观方面的因素，主要包括生物遗传方面的因素和心理状态方面的因素两大类。

1. 生物遗传方面的因素

生物遗传因素又可以具体分为遗传因素、病菌或病毒感染因素、化学中毒因素、脑外伤因素以及各种躯体疾病或生理机能障碍等类型。

第一，遗传因素。大家都知道，人的心理活动或心理健康的状况是不能遗传的。但是我们要明白的是，人是一个身心交融的整体，而身体呈现出受到各种遗传因素相当大的影响。特别是一个人的躯体、智力、性格、气质、思维、神经过程的活动特点等，受遗传因素的影响就更为明显了，因此，我们说：心理也是受遗传因素的影响非常大的。根据相关的调查和临床医学观察表明，在那些精神病患者的家族中，患有精神发育不全、性情乖僻、抑郁、躁狂等神经性疾病，或者是具有异常心理行为的家庭成员占有相当的比例。相关的医学调查显示，精神疾病的发病率与血缘具有非常明显的正相关关系：与精神病患者的血缘关系越为亲近，患病率也就越高。

第二，病菌或病毒感染。人一旦患了伤寒、流行性脑炎、斑疹等中枢神经系统的传染病，就会由于病菌、病毒损害神经组织结构而导致器质性心理障碍或导致精神失常。然而在我们的现实生活中，如果这些患者是幼儿，则在很大程度上会阻抑幼儿心理的发展，造成智力迟滞或者是