

世界银行贷款师范教育发展项目改革课题
高师教育课程系列教材

课题总负责·教材总负责 董操

新编心理学

(修订版)

董操 宋尚桂 王本法 主编



教育科学出版社

世界银行贷款师范教育发展项目改革课题
高师教育课程系列教材

课题总负责 董 操
教材总主编

新编心理学

(修订版)

董 操	宋尚桂	王本法	主 编
毛 明	佟月华	陈艳华	副主编

教育科学出版社
北 京

责任编辑 王 兰

责任印制 田德润

责任校对 张 珍

图书在版编目(CIP)数据

新编心理学/董操等主编. - 2版(修订版). - 北京:教育科学出版社. 2000.1

世界银行贷款师范教育发展项目改革课题 高师教育课程系列教材

ISBN 7-5041-1532-0

I. 新… II. 董… III. 心理学 - 高等学校:师范学校 - 教材
IV. B 84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 15180 号

教育科学出版社出版、发行
(北京·北太平庄·北三环中路 46 号)

唐山市胶印厂印装

各地新华书店经销

开本:850 毫米×1168 毫米 1/32 印张:10.75 字数:247 千

2000 年 1 月第 2 版 2000 年 1 月第 1 次印刷

印数:00 001 - 3 000 册 定价:16.80 元

(如发现印装质量问题,请与印刷厂联系调换)

前 言

本书是世界银行贷款师范教育发展项目：“高师教育学、心理学、学科教育学课程改革研究”课题的后续成果之一。

由董操教授主持承担的世界银行贷款师范教育发展项目：“高师教育学、心理学、学科教育学课程改革研究”课题于1993年8月正式立项。该课题的主要任务是：对现行的高师教育课程教材进行改革，研究和编写具有时代特色、全面吸收当代最新研究成果、反映90年代中学生身心发展特点的新教材。经过4年多的研究工作，制定、编写、出版了13部高师教育课程的教学大纲和教材，课题工作现已全部结束，并于1998年元月顺利通过了国家教委师范司组织的专家鉴定。1999年3月又获得了教育部办公厅颁发的“世界银行贷款师范教育发展项目改革课题”优秀成果三等奖。

心理学作为高师教育类课程的基础学科，是高师“师范性”特点的重要保证学科之一。课题对这一子课题给予了高度重视，组织精干力量对该子课题进行了攻关，先后出版了《心理学》（山东大学出版社，1993年版）和《新编心理学》（教育科学出版社，1995年版）两个版本的心理学教材。本书就是在这两个心理学版本教材的基础上，经过对比实验和研究编纂而成的。与以上两个版本的教材相比，本书具有以下两个方面的特点：一是吸收了以上两个版本教材的优点，并尽可能地避免了以上两个版本教材的一些缺点；二是突出了师范生学习心理学之于师范生自身的自我教育价值。自我教育是一种独特的、富有挑战意义的教育方式，个人既是教育者，又是受教育者。自我教育充分体现了

个体的能动性和积极性，它是人们应答知识经济时代各种未知挑战的最佳方式。一个人只有学会了自我教育，才能够日益丰富自己、发展自己、完善自己，才能够使自己的个性或人格日趋丰满，才能够适应竞争日趋激烈的未来世界并为之作出自己应有的贡献。心理学有着丰富的自我教育价值，心理学所揭示的各种心理现象和心理规律，对于人尤其是未来的人民教师了解自己、教育自己有着重要的指导作用。学好心理学，对于从事太阳底下所需知识最多专业的未来教师的成长，有着极为重要的自我教育价值。遗憾的是多年来，我们在编写心理学教材尤其是公共课心理学教材时，往往仅仅注意了心理学教材之于未来教师了解未来学生的工具性价值，而忽视了心理学之于未来教师的自我教育价值。试想如果一个教师仅仅把心理学知识像“二传手”一样不经个人消化吸收地传达给学生，他的学生怎么能够信服，怎么能够消化吸收！此次教材的修订，我们全面注重了对心理学的自我教育价值的追求。

《新编心理学》修订之时，传来了党中央、国务院召开改革开放以来第三次全国教育工作会议的喜讯，这次会议通过并颁布了《中共中央、国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，号召全党、全社会深化教育改革、全面推进素质教育，这标志着我国教育改革和发展进入了一个崭新的阶段。我们倍受鼓舞，深感我们的教育大有希望、我们的祖国大有希望。

在历史行将跨入 21 世纪之际，面对科学技术迅猛发展，知识经济初见端倪，国际竞争日趋激烈，民族素质和创新能力越来越成为一个国家综合国力的重要标准的今天，作为提高民族素质和培养创新能力的根本途径的教育，从来没有像今天这样与国家的安危、民族的命运息息相关。可以说，哪个国家掌握了 21 世纪的教育，哪个国家就能在未来的国际竞争中居于不败之地。在此形势下，党中央和国务院所作出的深化教育改革全面推进素质

教育的决定，为我们国家和民族构建 21 世纪充满生机和活力的具有中国特色的社会主义教育体系，全面掌握 21 世纪的教育指明了前进的航向。

素质教育是提高全民族素质和培训创新能力的根本途径，而心理教育则是素质教育的核心。所谓心理教育就是以心理知识的传授为契机，以心理能力的培养为目的的教育。学会学习、学会做事、学会做人、学会创新、学会自我教育无一不与心理教育有关，在一定意义上我们完全可以说人的一生是心理的一生，一个人身心是否健康，生活能否幸福，事业可否成功，关键取决于人的心理素质如何。目前，世界上许多国家已经在中小学开设了心理学方面的课程，旨在对学生进行心理素质的教育。但遗憾的是我们国家在这一方面还刚刚起步，我们还缺乏大量的能够实施心理教育的师资。在这种情况下，我们师范院校的学生就义不容辞地担当起了这方面的责任，而他们最初的心理学知识就是从公共课心理学得来的，所以心理学教材的好坏就直接影响了他们的心理教育水平，进而影响了我们国家未来的心理教育和素质教育。正是出于这样的责任感和义务感，我们对《新编心理学》一书进行了全面的修改。当然，限于时间仓促和水平有限，我们的修改还会有不尽完善之处，我们日后还会为此作出我们的不懈努力。

由于宋尚桂目前仍在国外研究学习，本书是在王本法的主持下完成的。具体分工如下：第一章、第五章一、二节、第八章三节，宋尚桂；第二章一节、第三章、第四章，王本法；第二章二、三节，第六章、第七章、第八章二节，佟月华；第五章三、四节、第八章一节，毛明；第二章五节，陈艳华；第二章四节，郑宇红；王本法对第一章、第二章做了修改，毛明对第八章做了修改，陈艳华对第六章做了修改。最后由董操教授统稿、定稿。

济南大学教育心理教研室的全体教师在《心理学》和《新编心理学》两个版本教材的对比教学过程中付出了辛勤的劳动，并

对本书的编写提出了许多宝贵的意见。

本书在修订过程中得到了国家教育部师范司、山东省教委、济南大学、山东师大和曲阜师大等单位有关部门和领导的大力支持；并得到了李国榕、苏富忠、张承芬、张全信、宋广文、杨善堂教授和陈永胜研究员的悉心指点；在此特表衷心感谢。

本书在修订过程中参阅了国内外大量的心理学教材、专著和论文资料。在此谨向它们的作者们表示衷心的感谢。心理学教材的编写决不是一次就能够完成的工作，它是一个动态的过程，伴随着心理学的不断发展，心理学的教材也应不断向更好、更新、更完善方向发展。心理学教材永远只有更好而没有最好，我们将持续关注心理学发展的最新动态，恰当地把握好心理学教材对其科学目标 and 价值目标的追求，做出更新、更好的心理学教材来。殷盼广大同仁和读者能对本书提出宝贵的意见和建议，以使我们共同的心愿能够不断实现。

目 录

第一章 导论	(1)
第一节 心理学与心理学课程	(1)
第二节 心理学的研究方法	(11)
第三节 心理的实质	(16)
第四节 心理学的发展与理论派别	(26)
第二章 学习的动力	(36)
第一节 学习的一般概念	(36)
第二节 需要	(42)
第三节 学习动机	(47)
第四节 情感	(63)
第五节 意志	(76)
第三章 学习的基本过程	(89)
第一节 感觉和知觉	(89)
第二节 记忆	(103)
第三节 思维与想像	(116)
第四节 注意	(129)
第四章 有意义学习	(144)
第一节 有意义学习的实质	(144)
第二节 概念与规则的学习	(156)

第三节 解决问题·····	(177)
第五章 学习迁移与技能掌握·····	(192)
第一节 迁移的概念和理论·····	(192)
第二节 促进学习迁移的教学措施·····	(198)
第三节 技能的形成·····	(205)
第四节 影响动作技能学习的因素·····	(212)
第六章 个性差异·····	(218)
第一节 能力·····	(219)
第二节 气质·····	(230)
第三节 性格·····	(240)
第四节 个性的培养·····	(247)
第七章 青少年身心发展与教育·····	(252)
第一节 发展的意义·····	(252)
第二节 青少年的生理特点与教育·····	(258)
第三节 青少年的心理特点与教育·····	(263)
第八章 心理健康教育·····	(279)
第一节 心理健康概述·····	(279)
第二节 心理卫生·····	(305)
第三节 心理咨询·····	(310)

第一章 导 论

第一节 心理学与心理学课程

一、心理学是研究心理现象的科学

初次听说心理学的人，大都对心理学抱有一种神秘感，以为学了心理学就可以推知别人心里正在想什么了。这是对心理学的一种误解，是不了解心理学的研究对象所致。

心理学是一门以人类和动物的心理现象为研究对象的科学，但并非所有的心理现象都是心理学的研究范畴。一般说来，心理现象都包含有心理内容和心理形式两个方面。心理内容是指来源于现实并为每个人所意识到的各种映象本身，而心理形式是指这种映象存在的方式及其组织和结构。例如，我们看到的東西、记住的事情、思考的问题等都是心理的内容，而看、记、思考则属于心理的形式。事实上，心理内容和心理形式是密切联系统一为一个整体的，没有内容就无所谓形式，没有形式内容就无法表现，当然，两者同时也各有其独立的意义。正如逻辑学不研究思想的内容而专门研究思维的形式一样，心理学有时虽然不得不涉及到一些心理的内容，但主要还是从发生和发展的角度研究心理

活动的形式及其发展变化规律。

心理学之所以着重研究心理形式的原因主要有以下几个方面：第一，心理内容是外界事物反映在脑中的映象，外界事物多种多样，心理内容有时比外界事物更加纷繁复杂。研究心理有多少内容，就得研究外界有多少事物，这是无法穷尽的，也是难以做到的。第二，心理内容千变万化，情随境迁，因人而异，带有相当大的情境性和主观性。作为特殊工作者的需要，在有限范围内运用一些心理方法去推测别人的思想情绪状况是必要的，也是可能的。但作为一门科学，如果专门去揣摸所有人每时每刻都在想什么，不仅难以办到，而且所取得的材料也会缺乏规律性的意义。第三，科学研究的重要方法就是分析和概括。心理学暂时撇开浩繁的心理内容而专门研究心理形式，本身就是一种分析和概括，如此才有可能揭示心理活动的规律。

在心理学界，心理学主要是研究心理形式而非心理内容已经是约定俗成的，所以在很多心理学书籍中，心理现象也就主要是指心理形式而非心理内容了，很多教科书并不对心理现象进行明确的划分，而直接以心理现象专指心理形式也是同样的道理。

心理现象同自然现象和生物现象一样是客观事物的活动形式，但它比一般自然现象和生物现象更复杂。人作为自然实体具有自然及生物属性，同时，人作为社会实体又具有社会属性。人本身的心理活动还具有主观能动性，人不仅能够接受外界的影响，而且还能主动地认识自然、改造自然。因此，人的心理现象是在一定自然因素、社会因素及人自身的主观努力的共同作用下产生并不断发展的。心理现象的这些特点决定了心理现象同一般自然现象、生物现象相比要复杂得多，这给研究心理现象带来了许多困难。但是，心理现象又是客观存在的，是有规律可循的，这些规律可以为人们所认识。我们今天学习的心理学就是对心理现象和规律的研究认识成果的概括和总结。

作为科学的心理学不同于人们日常生活的零散经验,它是人类在长期的社会实践中经过理论探索、实验研究、总结积累所获得的知识的结晶,它有特定的研究对象、理论体系和研究方法,能够在理论指导下不断发现新规律,并指导人们的社会实践活动。因此,我们说心理学是研究心理现象产生、发展和变化规律的科学。

二、心理学的研究内容

心理现象由许多具体的心理活动构成,这些具体的心理活动就是心理学的研究内容。通常,人们把心理现象分成二个既有联系,又有区别的方面:心理过程和个性心理。这两个方面又可以进一步分成若干具体的心理活动形式。

(一) 心理过程

心理过程是指人的心理活动发生发展的过程,由认识过程、情感过程和意志过程构成。认识过程包括感觉、知觉、记忆、思维和想像。感觉和知觉是认识过程的基础。在日常生活中,我们通过感觉器官看见物体的颜色、听到声音、闻到气味等都是感觉。感觉是我们对直接作用于感觉器官的事物的个别属性的反映。单纯的感觉在生活中是极少见的,我们所认识的大多是事物的整体属性,如一个苹果、一把椅子,这种对直接作用于感觉器官的事物的整体属性的反映就是知觉。通常,感觉和知觉是同时进行的,所以统称为感知。感知只是对事物的外在特征进行反映,人脑在感知基础上还能运用已有的知识和经验概括地、间接地反映事物的内在特征和规律,这种过程称为思维。对已有的感知过的事物形象,人脑可以重新加工,形成新的形象,这种过程称为想像。如画家的创造就是一种想像过程。人的各种活动,包括认识活动在内部都与一定的需要有关,通过活动来满足一定的需要。如通过学习来满足求知的需要。活动的结果总是会引起一定的态度和相应的体验。如果需要得以满足,那么这项活动就会使我们感到高兴、愉快、满意;

如果需要没有满足,则会使人感到气愤、懊丧、不满。这种人对客观事物所持的态度体验称为情感。

人们在认识事物的过程中,根据实际要求确定活动目的,制定活动计划,克服困难去完成计划,以达到预期目的的心理过程称为意志过程。意志是人的心理、意识能动性的具体表现。

认识、情感、意志是心理过程的三个方面,这三者之间有着密切的联系。认识是引起情感、确定活动目的的基础;情感是推动认识活动的内在动力;意志又是制约和影响认识、情感的重要因素。认识、情感、意志三者是统一进行的过程,统称为心理过程。

(二) 个性心理

心理学除了要了解人的心理过程的一般特点和规律之外,还要研究每个人所特有的心理特点。心理过程是在具体的个体身上表现出来的。由于个体的遗传素质、所处的社会环境、生活条件、所受教育及个人的主观努力不同,人与人之间在心理活动上存在着差别,即所谓个性心理的差异。这种个性差异包括两个方面:个性倾向性和个性心理特征。前者主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观等,后者主要包括能力、气质和性格。

心理现象的各个方面都不是孤立的,而是彼此相互联系的。个性心理是通过心理过程在实践中逐步发展起来并体现在心理过程中,没有心理过程就无从产生个性心理;已经形成的个性心理又制约着心理过程,影响着心理过程的发展。可以概括地讲,既没有不带个性特征的心理过程,也没有脱离心理过程的个性特征,二者是同一现象的两个方面,它们有机地组成人的完整的心理活动。

三、心理学的任务和分支

(一) 心理学的任务

心理学的基本任务是揭露心理现象的本质及其发生、发展的规律,应用心理学理论为社会实践服务。心理学的任务具体包括

以下几个方面。

1. 研究心理过程和个性心理的产生、发展和变化规律以及运用这些规律去认识和解释社会 and 个人的具体心理现象。

2. 研究在各种具体的实践活动中人的心理活动特征和规律，探讨如何利用心理学规律提高实践活动的效率。

3. 研究如何发挥人的潜能，充分调动人的主观能动性，预防和矫正各种心理偏常和心理疾患，维护心理健康。

研究心理素质的构成，阐明提高心理素质的策略。

(二) 心理学的分支

心理学的研究内容涉及人类生活的各个方面，凡是有人的地方就有人的心理现象，而特定的心理现象就需要特定的心理学分支去对其加以研究。所以，随着人类活动领域的扩大，随着社会分工的越来越细，心理学的分支越来越多。据有的学者统计，心理学的分支学科目前已有一百多个。总的说来，这些分支学科可以分为两类，一类是基本理论研究分支，旨在在深度上对心理学的基本理论问题进行更为深入细致的研究；另一类是应用心理学分支，旨在在广度上研究各个社会领域内的心理规律。

心理学基本理论研究的主干是普通心理学，它是心理学的基础学科。普通心理学的研究对象是一般正常成人的各种心理现象。它的主要任务是归纳心理学各个方面的研究成果，阐明心理现象中最基本的事实和普遍规律，它是其他心理学分支学科的基础，也是理论研究的核心。

在普通心理学范围内，根据具体的研究内容，可以分为感觉心理学、记忆心理学、思维心理学、情感心理学、意志心理学和个性心理学等。

心理学基本理论研究分支主要有以下几种。

发展心理学：研究个体的心理发展规律，从出生，经童年、少年、青年、成年直至老年各个发展阶段的心理特点及发展变化

规律。发展心理学又可分为婴幼儿心理学、儿童心理学、青年心理学、成年心理学和老年心理学。

比较心理学：研究不同种类的动物心理的发生、发展规律，并和人的心理进行比较，探索心理现象的演化发展规律。动物心理学是其中的重要组成部分。也有人将动物心理学直接称为比较心理学，并将其视为发展心理学的分支，因为动物心理学同儿童心理学一样，都是试图探索心理现象的产生、发展规律。前者是从动物演变的角度去探索，后者则从人类个体成熟发展的角度去探索，它们对了解人类意识形成的实质都具有重要的理论意义。

生理心理学：研究心理现象的生理机制，即在大脑中产生的心理活动的物质过程。主要研究对象集中在神经系统的结构、功能；内分泌系统的作用；感知、本能、动机、情绪、睡眠、记忆、思维等心理活动和行为的生理机制。生理心理学的研究涉及生物遗传学、生理学、解剖学、医药学、化学、物理学等许多学科，研究方法涉及许多比较复杂的技术领域，如脑外科手术、电生理技术等。

变态心理学：研究各类心理过程障碍及行为异常的各种表现、发生、发展、变化的原因和规律。变态心理学的主要研究课题包括探索、理解和预防人类的心理异常，如行为异常的实质；如何区分正常与异常行为；行为异常的分类和表现特点等。

缺陷心理学：研究心理和生理有缺陷的人，特别是盲、聋、哑、智力低下者的心理活动特点和规律；研究如何采取措施帮助残疾人参加正常的社会活动与生产劳动。

实验心理学：用自然科学的方法研究心理现象的心理学分支。人们运用实验方法研究感知、记忆、思维、情绪、人格等问题，试图用科学的、定量的方法和手段认识人类心理活动的规律。实验心理学既是心理学的重要分支，又是其他心理学分支的基础。

随着心理学应用领域的扩大，心理学的应用分支日益增多。

下面我们只对其中几种主要的应用分支作一介绍。

社会心理学：心理学的重要分支，研究社会心理现象的产生、发展和变化规律。其具体研究内容包括，群体共同的心理现象，如从众、模仿、暗示、舆论、感染、风气等；个人在群体影响下所产生的各种心理现象，如社会需要、社会动机、社会知觉、态度、顺从、威望、侵犯及个体社会化过程中的心理特点等。社会心理学是一门应用性很强的学科，其任务是认识和解决各种社会问题并促进对社会过程管理的最优化。

教育心理学：研究学校教育过程中各种心理现象变化和发展的规律。教育心理学是心理学在教育领域的应用分支，其主要内容包括：学生心理发展特征与教育的问题；学习活动与教学活动的心理规律；学生品德心理的形成和发展问题；学生健康体质和审美心理的形成与发展问题；学生心理卫生与教育的问题；学生个别差异与智力开发问题；现代教育技术学与个别化教学；学习成绩评定；教师心理等。其中学习心理学是教育心理学的核心。

管理心理学：又称组织心理学或组织管理心理学。研究一定组织中人的心理和行为规律及特点。管理心理学把心理学的原理、方法运用到组织管理中，通过研究组织中的人的心理和行为规律来控制 and 预测组织中人的行为，以调动人的积极性，充分发挥人的潜能，提高组织活动效率，增强组织的功能。管理心理学的研究内容包括：（1）个体心理，研究个体的效率和行为规律，主要是需要、动机和态度对个体行为的影响；（2）群体心理，研究群体凝聚力、士气、团体意识、群体冲突、团体决策、竞争与合作等；（3）领导行为，研究不同领导方式、风格及其效果，影响领导效果的因素（如个人素质等），应用于领导选拔和培训的各种领导理论和方法；（4）组织行为，研究组织的形成、结构、组织变革和发展等问题。

医学心理学：研究心理因素对人的健康状况及对疾病的发

生、发展和变化相互作用。医学心理学的研究内容有：(1) 研究临床各种疾病的发生、发展和变化过程中心理因素的作用规律；(2) 研究心理因素特别是情绪因素对身体及各器官生理功能的影响；(3) 研究人的个性心理特征在疾病产生及康复过程中的作用；(4) 研究如何通过人的高级心理机能来控制 and 调节自身的生理机能，达到健身、防病的目的。

商业心理学：研究商品销售过程中，商品经营者与购买者心理现象的产生、发展及其规律。商业心理学的研究内容有：(1) 消费心理，包括消费者对商品的认识过程、购买行为中产生的情感过程、购买商品的意志过程、购买动机、消费者个性特征与购买行为的关系等；(2) 商业人员（如采购员、售货员）心理活动特点与商业活动的相互影响；(3) 商品属性与消费者的心理关系，如商品包装、商品命名、商品价格、商品广告等；(4) 市场心理，即市场供求关系与消费心理、商业网点与消费心理、商店环境（如招牌、橱窗、店容等）与消费心理等；(5) 服务心理，包括销售服务与心理及劳动性服务与心理两部分；(6) 商业活动中的组织管理心理。

除以上介绍的几种分支以外，心理学的分支还包括运动心理学、劳动心理学、司法心理学、军事心理学、文艺心理学、咨询心理学等。在这些分支学科的基础上又形成了众多的交叉学科，如教育社会心理学、犯罪教育心理学等等。

如前所述，由于心理现象既具有自然属性，又具有社会属性，因此，心理学既要研究心理活动的生理机制，又要研究在社会环境中心理活动的规律。心理学的这一特点决定了它是一门同时具备自然科学和社会科学属性的交叉学科。

四、师范生学习心理学的意义

心理学是高等师范院校的一门重要的必修课，它与教育学、