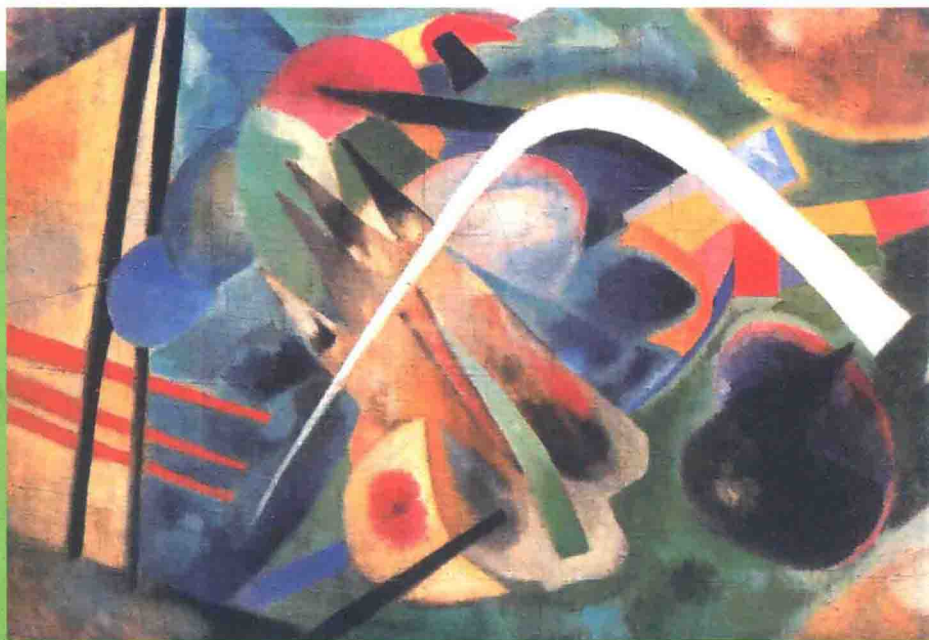


● 俞国良 戴斌荣◎著 YU GUOLIANG
DAI BINRONG

P SYCHOLGY FOUNDATIONS 心理学基础



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

●俞国良 戴斌荣◎著 YU GUOLIANG
DAI BINGRONG

P SYCHOLGY FOUNDATIONS 心理学基础



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学基础 / 俞国良, 戴斌荣著. —北京: 北京师范大学出版社, 2015. 2

ISBN 978-7-303-18313-5

I. ①心… II. ①俞… ②戴… III. ①心理学 IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 291367 号

营销中心电话 010-58802181 58805532

北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com>

电子邮箱 gaojiao@bnupg.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 三河兴达印务有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 184 mm×260 mm

印张: 25.25

字数: 551 千字

版次: 2015 年 2 月第 1 版

印次: 2015 年 2 月第 1 次印刷

定价: 45.00 元

策划编辑: 周雪梅

责任编辑: 齐琳

美术编辑: 焦丽

装帧设计: 焦丽

责任校对: 李菡

责任印制: 陈涛

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

前言

我们提倡人人应该学一点儿心理学。大学生更是责无旁贷。

本书就是为全日制高等院校量身定做的心理学通识课或公共课教材。

现代心理学作为一门独立的学科诞生于 1879 年。我国心理学发展起步较晚，北京大学是中国最早传播心理学的学府，在 1900 年即开设心理学课程，1917 年创立中国第一个心理学实验室，北京大学校长蔡元培先生曾在德国学习科学心理学，为把科学心理学引入中国做出了重要贡献。1951 年成立了中国科学院心理研究所，所长潘菽教授是中国科学院学部委员。20 世纪 80 年代前后，北京大学、北京师范大学、杭州大学（现浙江大学）和华东师范大学先后设立了心理学系。90 年代以来，心理学经历了突飞猛进的发展变化。1999 年心理学被中华人民共和国科学技术部列入 18 个优先发展的学科领域之一，2000 年国务院学位委员会将心理学确定为一级学科，2004 年 8 月在北京召开了第 28 届国际心理科学大会（心理学的“奥运会”）。可见，心理科学的发展已引起我国政府的高度重视。心理学作为一门横跨自然科学和社会科学的边缘学科，是用严格的科学方法对人的心理现象，以及社会、自然关系中的心理活动进行研究的一门重要科学。心理学的研究一方面丰富了人类对自身心理现象本质规律的认识，另一方面也极大地促进了人类的文明和进步。目前心理学在我国已经广泛应用于心理健康、教学实践、体育运动、人员选拔、技术培训、人力资源管理、组织文化建设、广告与营销、产品设计和司法工作等诸多领域，乃至模式识别、人工智能、虚拟现实和航空航天等高科技领域，在政治、哲学、经济、法律、管理、金融、文学、历史、教育、新闻、医疗、工业和军事等领域都有自己独特的贡献。在世界范围内，仅以美国为例，有 3000 多所大学有心理学学位教育，全美每年授予博士学位人数心理学科居第二位。同时，心理学研究取得了令世人瞩目的成就，2002 年美国普林斯顿大学心理学系丹尼尔·卡尼曼（Daniel Kahneman）教授因把心理学与经济学有效结合而获诺贝尔经济学奖，自心理学学科诞生至今，已经有 4 位科学家因为心理学的工作而荣列诺贝尔获奖者名单中。国际心理科学联合会（IUPsyS）调查结果证明，心理学的发展水平反映了一个国家的经济、文明发达的程度。完全可以说，心理学 100 多年的历史，2000 多年的思想史，铸就了今天心理学的发展速度、发展方向和发展规模。

毫无疑问,心理学是现代人最广泛涉猎和不可避免的主题,而心理学基础是心理学的“教父”,其目标是向读者介绍“一般的”(general)和“基础性”(basic)知识,其核心内容是普通心理学。它研究心理现象产生和发展的普遍规律,心理学的历史、理论、方法和发展趋势等,以及心理学各个分支学科的研究成果和理论基础。心理学的基本原理和心理现象的一般规律,在国内先后出版的一系列普通心理学教科书均有阐述。然而,如何面对个人成长和社会急剧发展变化的需要,整合心理学在现实生活中的广泛应用,激发人们对学习心理学的兴趣,使心理学与现实生活紧密结合,仍是一个老生常谈、愈谈愈新的话题。本教材除重点介绍普通心理学学科的基本概念、知识、理论和方法外,力求运用新资料,反映新成果,阐述新理念,全面反映心理学的研究现状及其发展特点,试图避免一般普通心理学教材的侃侃而述和平铺直叙式的传授,而是列诸家之说,在博采众长的基础上筑构体系并力争创新,同时也表述作者的见解和观点;力求反映心理学学科的基本框架,既包括导论性质的心理学研究对象、发展历史和研究方法,心理与行为的生物基础,又包括以心理过程为主体的感知觉与意识、学习与认知、注意与记忆、言语与思维、智力与创造力等章节,以及动机与意志、情绪与情感、人格与人格评估等阐述个性心理的内容,并有意识地把成长与个体心理发展、幸福与健康心理学、和谐与社会心理学归入心理学基础教材体系的范畴,意在加强心理学与生活的紧密联系,心理学与个人健康成长、幸福生活、社会发展的紧密联系,使人们对心理学有一个全方位和立体化的认识和了解。

作为心理学通识课或公共课教材,既非一门专业性或学术性课程,不是要把大家引向心理学科学研究的殿堂,也不是一门纯知识性或应试性课程,单纯进行心理学科学知识的普及教育,而是心理学与人类日常生活的有机融合。旨在通过心理学知识的基础性、整体性、综合性和鲜活性,使人们能拓宽视野,独立思考,正确判断,有效行动,做富有责任感和有教养的人,努力实现《中庸》所言:博学之,审问之,慎思之,明辨之,笃行之。因此,本教材在突出心理学科学性和知识性的同时,关注可读性和普及性,特别是结合社会现实生活,从激发学习兴趣入手,在各章设置了以日常生活案例和趣味实验为主的引子、具有划时代意义的著名心理学家介绍和阐述心理学发展现状的相关链接,试图为后续的专业学习、职业生涯和社会生活打基础做准备。特别是全书在撰写过程中,重视基本概念、基本理论和基本规律的阐述,重视基本知识、经典实验和研究成果的介绍,并尽量结合现实生活和社会发展加以诠释。各章前都有该章的教学目标、学习重点和基本概念,以帮助大家做好系统学习前的准备,形成心理定势;各章后附该章的内容概要,建议参考资料和复习思考题,便于进一步复习、总结和提高。值得注意的是,在心理学基础的学习和教学过程中,特别要重视发挥个体认知经验的作用:教师要引领学生进入生活中去,学生要把学习心理学作为一次智慧的旅行。我们相信,心理学应该和能够为提升人们的生活质量、开启幸福之门做出该学科的独特贡献。

本书由戴斌荣教授和我共同完成。其中，戴斌荣博士原是我的首届博士后研究人员，他倾其十多年的普通心理学教学和科研经验，积极承担了大部分书稿的撰写任务。具体分工如下：我负责确定全书结构、体例和第1~3章、第15~16章的撰写，戴斌荣负责第4~14章的撰写，最后由我统稿、定稿。在书稿撰写过程中，我的博士生邢淑芬、赵军燕、金东贤、衣新发和曾盼盼等协助做了大量文献资料收集和前期撰写准备工作，为全书的顺利完成打下了基础。课题组的其他成员和策划编辑周雪梅博士也为该书的出版付出了辛勤的劳动，在此一并致谢。同时，真诚地感谢书中所引材料的作者、译者，没有他们的辛勤耕耘和无私奉献，要完成本书的写作任务也是不可能的。受篇幅所限，参考资料未能尽数列上，敬请见谅。

古人云：冰冻三尺，非一日之寒。编写一部好教材是一件艰苦且长期的工作。本教材源于2007年4月由武汉大学出版社出版的《基础心理学》一书，实际上应该是该书的第2版，我们按通识课教材的基本要求进行了适当改编，但作为心理学的入门教材，总是万变不离其宗。况且，教材的创新也不是一蹴而就的事。不可讳言，受作者水平与能力所限，难免有班门弄斧或欠缺之嫌，敬请同行专家和广大读者批评、指正。书中的不足和纰漏之处，应当由我负责检讨。

俞国良于中国人民大学心理研究所

2014年9月

目 录 | contents

第一章 绪 论 · 1

第一节 心理学的研究对象 · 2

第二节 心理学发展简史 · 7

第三节 现代心理学的发展 · 15

第四节 心理学的任务 · 19

第二章 心理与行为的生物基础 · 27

第一节 神经系统的构成 · 28

第二节 大脑的结构与功能 · 35

第三节 反射、行为与心理 · 42

第四节 遗传、内分泌系统对行为的影响 · 45

第三章 心理学研究方法 · 53

第一节 心理学研究概述 · 54

第二节 观察法和访谈法 · 59

第三节 测验法和实验法 · 64

第四节 心理学研究的其他方法 · 69

第四章 感 觉 · 77

第一节 感觉概述 · 78

第二节 视 觉 · 81

第三节 听 觉 · 85

第四节 其他感觉 · 88

第五节 感觉规律 · 92

第五章 知 觉 · 99

- 第一节 知觉概述 · 100
- 第二节 知觉的基本特征 · 102
- 第三节 空间知觉 · 107
- 第四节 时间知觉和运动知觉 · 113
- 第五节 错 觉 · 117

第六章 意识与心理状态 · 124

- 第一节 意识的概述 · 125
- 第二节 意识的结构和种类 · 128
- 第三节 睡眠与梦 · 131
- 第四节 意识的其他状态 · 138

第七章 学习与学习理论 · 144

- 第一节 学习概述 · 145
- 第二节 经典条件反射学习 · 148
- 第三节 操作性条件反射学习 · 155
- 第四节 认知学习理论 · 161
- 第五节 学习迁移 · 167

第八章 注意与记忆 · 173

- 第一节 注意概述 · 174
- 第二节 注意的理论 · 181
- 第三节 记忆的概述 · 184
- 第四节 记忆的过程 · 189

第九章 言语与思维 · 199

- 第一节 言 语 · 200
- 第二节 思 维 · 206
- 第三节 想 象 · 213
- 第四节 问题解决 · 216

第十章 智力与创造力	· 225
第一节 智力与创造力概述	· 226
第二节 智力理论	· 228
第三节 智力与创造力测量	· 234
第四节 智力发展的规律及影响因素	· 239
第五节 智力开发和创造力培养	· 245
 第十一章 动机与意志	· 255
第一节 动机概述	· 256
第二节 动机的种类	· 260
第三节 动机理论	· 265
第四节 意志行动与动机冲突	· 269
 第十二章 情绪和情感	· 276
第一节 情绪概述	· 277
第二节 情绪的种类	· 282
第三节 情绪的表现与识别	· 287
第四节 情绪理论	· 292
 第十三章 人格与人格评估	· 299
第一节 人格概述	· 300
第二节 人格的类型论和特质论	· 302
第三节 人格形成和发展的理论	· 309
第四节 人格评估	· 314
 第十四章 成长与个体心理发展	· 322
第一节 个体心理发展概述	· 323
第二节 儿童语言与认知发展	· 326
第三节 个体社会性发展	· 332
第四节 成年后的心理发展	· 339

第十五章 幸福与健康心理学 · 346

第一节 健康心理学概述 · 347

第二节 生活与心理健康 · 350

第三节 环境与心理健康 · 356

第四节 心理失调与矫正 · 359

第五节 心理障碍与治疗 · 364

第十六章 生活与社会心理学 · 370

第一节 社会心理学的概述 · 371

第二节 社会个体 · 373

第三节 态度与行为 · 379

第四节 社会影响 · 385

第一章 绪 论

教学目标

1. 了解心理学发展的过去、现在和未来。
2. 了解现代心理学研究的主要领域。
3. 理解心理学、心理现象、心理过程、个性心理、心理实质等概念。
4. 知道心理学研究的对象。
5. 掌握现代心理学的主要流派。

学习目标

1. 了解心理学发展的简史。
2. 识记心理学、心理现象、心理过程、个性倾向性、个性心理特征等概念。
3. 应用科学的心理观，分析日常生活中的心理现象。
4. 试着评价哲学、生物学和生理学在心理学科发展中的作用。

基本概念

心理学 心理现象 心理过程 认识过程 情感过程 意志过程 个性倾向性 个性心理特征 心理实质 构造主义 机能主义 格式塔学派 精神分析 行为主义 人本主义 认知心理学

古希腊神话中的狮身人面女怪斯芬克斯卧在路旁，凡是过路人必须猜谜：“什么东西在早晨用四条腿走，中午用两条腿走，晚上用三条腿走？”答不出便被一口吞下，死者无数。一日，俄狄浦斯从此经过，听过谜语，朗声答道：“那就是人啊！人在婴儿时用四肢爬行，稍长后用两条腿走路，老年时用手杖帮助行走。”斯芬克斯见谜底被揭穿，大吼一声，撞下山崖，气绝而亡。

这个古希腊神话最发人深省的地方在于：当俄狄浦斯高声喊出“那就是人”的时候，刚刚揭破的谜底立即化为一个新的谜面——人是什么？关于人，有许多种说法。莎士比亚把人称作“宇宙的精华，万物的灵长”，是因为人类能思考、能求知。康德认为，“人是有限的理性

存在者”，人的“有理性”是人之为人的规定性之一。马克思则指出，“人是一切社会关系的总和”，认为人的社会性是人的根本属性。由此可见，人能思考，有求知的欲望，并能在理性的指导下做出合理性的行为是人与动物的最关键区别。那么综观人类有史以来的求知活动，不外乎四个方面的探索，即人与神的关系，主要是宗教学与哲学；人与物的关系，主要是自然科学；人与人的关系，主要是人文社会科学；人与己的关系，那就是心理学和生理学了。

第一节 心理学的研究对象

一、心理学的概念

心理学有着自己独特的求知对象，是人类求知的主要领域。它几乎有着和人类一样悠远的过去，可以说，凡是有人参与的地方，就有心理学。那么心理学是什么呢？有人以为心理学就是研究如何认识自己、认识别人。心理学家则非常善于察言观色、揣摩他人心理，很能看穿他人的心事，洞悉他人的动机。实际上，心理学的研究范围并不只限于对个性或人际关系的探讨，大凡我们日常生活中的大小行为经验都是心理学家关心的对象。而今，随着自然科学的日益发展，社会也不断进步，心理学逐渐发展成为一门内容丰富、分支众多的科学，在日常生活、教育、生产、商业等领域中都有广泛的应用。无怪乎心理学日益成为一门“显学”。既然心理学如此流行、如此重要，那么我们首先有必要来了解一下心理学“是什么”。

心理学是一门研究人的行为和心理活动规律的科学，兼有自然科学和社会科学的双重性质。心理学的英文“psychology”一词来源于希腊文，由“ψυχο”和“λογία”两个字源组成，即psyche和logos。前者来源于希腊神话中灵魂女神psyche的名字，即“心灵”“灵魂”的意思，而logos是希腊的哲学术语“逻格斯”，意为“讲述”或“解说”，两者合起来就是“对心灵或灵魂的解说”。这可以说是心理学最早的定义，但该解释只具有哲学意义，并不具备科学内涵。

16世纪以前，还没有出现“心理学”这一名词。直到1590年，德国哲学家葛克尔(R. Gockel)首次使用了“心理学”这个词来标明他的著作。德国哲学家沃尔夫(B. Wolff)1732年的《理性心理学》和1734年的《经验心理学》等著作问世以后，“心理学”这一名词才得到公认和流行。但当时它还没有形成一门独立的科学，仍属于哲学范畴。19世纪初叶，德国哲学家、教育学家赫尔巴特(J. F. Herbart, 1776—1841)首次提出心理学是一门独立的科学。1879年，德国哲学家、心理学家冯特(W. Wundt, 1832—1920)在莱比锡建立了世界上第一个心理学实验室，才使心理学成为一门独立学科。

二、心理现象的实质

(一)脑是心理的器官

在中国古代，由于科学水平的局限，人们长期以为心脏是心理的器官，即“主心说”。所以，迄今人们仍然把人的精神活动俗称为心理活动。汉字中有关精神活动的字也大多带“心”字，如想、思、悲、怒、念等。孟轲就曾说过“心之官则思”。后来，随着解剖学、生理学和

医学的不断发展,人们才逐步认识到心理活动与心脏没有直接关系,而与大脑存在密切的关系。我国明代著名医学家李时珍在《本草纲目》中指出:“脑为元神之府。”清代名医王清任在《医林改错》中说:“灵机、记性,不在心在脑。”随着医学经验的积累,人们越来越清楚地认识到,当人的头部受到损伤时,精神活动就不正常,而人的心脏有病时,对心理活动的影响却不大。

在西方,早在古希腊时期的亚里士多德(Aristotle,公元前384—前322)也认为心脏是心理的器官。直到19世纪初,随着科学技术的发展和解剖生理学的研究的深入,对人脑的结构和功能逐渐有了更清楚的认识。例如,1861年,法国医生布洛卡(P. Broca, 1842—1880)发现一位病人虽然能听懂别人的讲话,发音器官也无损,但就是自己不能讲话。这个病人死后在解剖尸体时,发现大脑左半球额叶的额下回后部由于脑溢血造成一块内伤。于是证明大脑的这个部位与人的言语表达能力有关。1871年,德国精神病学家威尔尼克(C. Wernicke, 1833—1892)发现大脑额叶的额上回后部损伤的病人,虽然能听懂音乐,但听不懂言语。1870年,德国医生弗里奇在给伤员包扎头部伤口时,发现触及裸露的大脑皮层能引起对侧肢体的运动。与此同时,法国生理学家希齐格也观察到用电刺激大脑皮层的一定部位,可以引起眼的运动。这些发现都进一步明确了心理机能直接依赖于人脑,脑才是心理的器官。

(二)心理是脑的机能

从进化史上看,生物进化到一定阶段才产生了脑和神经系统。它们又在进化的不同阶段,才产生了相应的、不同水平的心理现象,这就是动物的心理。这些无疑是由动物所处的生存环境以及脑和神经系统的发展所决定的。而之前探讨的那些对脑的研究发现,脑细胞的工作是分区域的。所有这些研究都证明了脑是心理的器官,心理是脑的机能。脑产生心理活动并不像肝脏分泌胆汁那样,其神经系统的基本活动方式是反射,即机体通过神经通路实现对刺激的有规律性的应答活动,这也是心理现象产生的基本方式。著名的俄国生理学家巴甫洛夫(Ivan Pavlov, 1849—1936)创立了高级神经活动学说,他提出并进一步证实了,心理是脑的机能,是一种反射活动,也是神经系统的重要机能之一。

因此,心理作为一种高级的反映形式,其出现是与物质的进化,尤其是与生物机体的神经系统的发展分不开的。列宁在《唯物主义与经验批判主义》中认为人的心理是由“叫作人脑的这样一块特别复杂的物质”与周围世界相互作用而产生的。而这种留下痕迹的机理恰是人脑所特有的机能性表现。

(三)客观事物是心理的源泉,心理是客观现实的认知

1. 人的心理对客观现实具有依存性

诚如前述,脑是心理的物质载体,主要是说一切心理活动只有依附于脑器官及其机能才能实现,但这并不等于说人脑本身就会自动产生心理现象。心理是人脑对客观现实的主观映象,按其形式来说是主观的,但按其内容来说却是客观的。因为,它反映的是外界事物或现象,是由外部事物决定的。此外,其客观性还表现在它实际上是一种神经过程,并通过人的

各种外部行为表现出来。

客观现实是不依赖于人的意志而独立存在的，包括自然界和社会环境。而对人的心理和行为具有直接影响的则是人类生存的周围环境，即人的现实社会生活条件。人的心理对人的生存环境依存性的有力佐证就是所谓“狼孩事件”。在印度曾发现一个“狼孩”，8岁时被人发现带回人类社会。当时这个孩子只相当于6个月大婴儿的心理水平，习性几乎和动物一样，用四肢走路，用双手和膝盖着地歇息，喜吃生冷的东西，直接用嘴吃扔在地上的肉，用舌舔流质食物，怕光、怕火、怕水，从不让人洗澡，不习惯穿衣盖被。这个狼孩经过强化训练和教育之后，10岁时学会站立，12岁时学会6个单词，14岁时学会走路，15岁时学会45个单词，并能用手吃饭，用杯子喝水，17岁时死去。这个狼孩虽然具有产生人的心理的生物基础，但为什么没有相应的人的心理和行为呢？显然，这是由其生活环境直接造成的。人和动物不同，人不是生活在纯自然的环境中，而是生活在一定的社会环境中，社会环境包括政治、经济、法律、伦理、道德和文化的许多社会规范，以及各种社会关系等。社会环境对人的影响是广泛的。因此，人的正常的心理功能是离不开人的社会环境及社会实践的。

2. 人的心理反映具有主动性

“反映”本来是一种物理事实，如人们照镜子，镜子里面和外面的东西是一样的。但是，心理这种反映却不像照镜子，并不是外面是什么，就反映出什么。不同的人，甚至同一个人不同情况下，对同一事物产生的映象，除随当时的处境和过去经历而转移外，还随人的需要而转移。所以，人脑反映客观现实是有主动性的。

人的心理的主动性表现在人对现实的认知总是通过个体的主观世界的折射而实现的。这是因为客观事物不断在人脑中形成各种映象后，又会留下痕迹，痕迹的不断积累，则构成人们绚丽多彩的主观世界。因此，人们对当前事物的反映就不会完全像镜子照物那样机械、呆板，必然要受到个人的知识经验、个性以及个人当前的心理状态和环境等各种因素的影响，在不同程度上带有个人的主体特点。譬如说，对于“夕阳”的反映，唐代诗人李商隐的诗句“夕阳无限好，只是近黄昏”，表现出来的是一种惆怅、伤感的情调。革命家叶剑英却写出“老夫喜作黄昏颂，满目青山夕照明”的佳句，表现出老当益壮的革命乐观主义精神。

3. 人的心理反映具有能动性

人对客观现实的认知不是消极被动的，而是积极能动的，是在从事各种实践活动过程中发生的。这种认知不仅受到客观事物的影响，而且还积极地作用于客观现实，把外界事物转化为主观的东西，又通过实践活动使主观见之于客观。随着实践活动的不断变化和发展，人的心理日益丰富深入。因此，人的实践活动也是心理产生和发展的基础。首先，人在行动之前，对行动的结果有预见性。人是持有一定的动机和目的，才采取行动的。人的行动中有预定的蓝图、目标、活动方式和步骤等，这些是任何动物所不具备的。其次，人能认知世界、改造世界。人类凭借语言和思维认知世界内部的本质和规律，通过发明创造积累的大量知识，这是对客观世界的认知成果。最后，人能认知自己、改造自己。人类能把自己从客观世界中区分出来，认知到自我的存在。而且，人类能认知自己的心理活动过程、心理状态和个

性特征，能认知自己主观世界各方面的优点、缺点，逐步有“自知之明”。在自我认知的基础上，人能用意识来控制、调节自己的心理和行为，发扬优点，克服缺点，使自我不断完善。

三、心理学的研究内容

心理现象(mental phenomena)是心理活动的表现形式，它可分为心理过程(mental process)和个性心理(personality)。前者包括认知过程、情绪情感过程和意志过程，是心理现象的动态表现形式。后者主要包括在心理过程中表现出来的具有个人特点的、稳定的心理倾向和心理特征，如需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观、能力、气质、性格等，是心理现象的静态表现形式。另外，心理现象还可分为个体心理现象和社会心理现象，二者的关系也是心理学的研究内容。

(一)心理过程

1. 认知过程

认知过程(cognitive process)是人脑通过感觉、知觉、记忆、思维、想象等形式，认知客观事物的特性、联系或关系的心理过程。感觉在人们生活中无处不在。例如，听到声音、看到光亮和颜色、尝到滋味、闻到气味、摸到物体知道软硬冷热等。它是客观事物直接作用于人的感觉器官，在人脑中产生的对事物的个别属性的认知。知觉是客观事物直接作用于人的感觉器官后，人脑对客观事物整体的认知。例如，有一个事物，人们通过视觉器官感到它具有圆圆的形状、红红的颜色；通过嗅觉器官感到它特有的芳香气味；通过手的触摸感到它硬中带软；通过口腔品尝到它的酸甜味道，于是人们把这个事物认知为苹果，这就是知觉。在离开了刺激物的作用以后，原来听过的话语，看过的某些图形、物象仍“话犹在耳”“历历在目”，这就是记忆，它是人脑对过去经验的认知。思维是人的心理过程中最复杂的心理现象之一，是人脑对客观事物的本质属性及其内在规律的认知，它凭借人特有的语言，通过分析综合来判断事物的本质及其发生发展的规律。人们不仅直接感知事物，记忆过去感知过的事物，间接概括地认知事物的本质属性和规律性联系，还可以把过去在脑中认知的事物的表象，进行重新加工改造创造出一种新形象。这种新形象产生的过程就是想象，它与思维活动密切联系，它们都是人的高级的认知过程。

2. 情绪情感过程

人在认知外界客观事物的过程中，绝不是盲目地去认识和反映客观事物的，而总是按照自己的某种需要去认知和反映客观事物。那么，在认知过程中，人的需要是否能实现，目的能否达到，总会伴随着产生一种态度上的体验。如满足了需要，达到了目的，则产生一种愉快、肯定、积极的态度体验；反之，则产生一种不愉快、否定、消极的态度体验。这种由于需要是否满足而产生的态度上的体验，就是情绪情感过程。情绪是比较短暂的激动状态，而情感是比较稳定和持久的。

3. 意志过程

人通过认知过程对外界客观事物有所知，在有所知的同时，由于需要的满足与否，对外界客观事物还有所感。有所知和有所感，不是最终目的，最终目的还是要有所为，即人类不

仅要认知世界，还要改造世界。在改造世界的活动中，总是带有一定的目的性。为了实现既定目的就要想方设法去克服困难。这种为了实现目的，克服困难的活动则构成心理过程中的意志过程。

认知、情绪情感和意志过程是既有区别又有联系的心理活动的三个方面。一方面，人的情绪情感和意志是在认知的基础上产生和发展起来的。认知是情绪情感和意志的前提，人对客观事物的态度取决于对该事物的认知，人的意志行动是在认知的基础上，在情绪情感的推动下产生的。所以，只有认知正确、深刻，才能产生强烈的情绪情感和坚强的意志。另一方面，人的情绪情感和意志对认知也有重要的影响。情绪情感是认知的动力，意志使人的认知不断深入。情绪情感和意志是衡量一个人认知水平的重要标志。

认知、情绪情感和意志过程构成心理过程，然而在心理过程发生的时候，还总是伴随着一种注意状态，它是心理活动对一定事物的指向和集中。注意本身不是一种独立的心理过程，它是人们从事各种活动、获得新知识、提高学习和工作效率的基础，是人们在认知客观事物中不可缺少的心理状态。

(二)个性心理

1. 个性倾向性

个性倾向性(personality trend)是指决定一个人的态度、行为和积极的选择性的动力系统。它是人的个性结构中最活跃的因素，是一个人进行活动的基本动力。它较少受生理、遗传等先天因素的影响，主要是在后天的培养和社会化过程中形成的。个性倾向性主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观。需要是有机体内部的一种不平衡状态，它是人的行为的动力基础，是人脑对生理和社会需求的反映。人从事任何活动都有一定的原因，这个原因就是动机。它是在需要刺激下直接推动人进行活动的内部动力。兴趣是人力求认知和趋向某种事物并与肯定情绪相联系的个性倾向。它是在需要的基础上，在活动中发生发展起来的。理想是一个人对未来有可能实现的奋斗目标的向往和追求。它是人对未来的一种设想，往往和目前的行动不直接联系。信念是指一个人坚信某种观点并以之支配自己行动的个性倾向。一个人只有有了坚定的信念，才能使自己的个性具有主动性和积极性。世界观是一个人对整个世界的根本看法。它处于最高层次，对理想和信念起支配和导向作用。它是人的行为的最高调节器，制约着人的整个心理面貌。

2. 个性心理特征

个性心理特征(personality characteristic)是一个人身上经常表现出来的本质的、稳定的心理特点，这种稳定的心理特征是个性倾向性稳固化和概括化的结果。它包括能力、气质和性格。能力是人们表现出来的解决问题可能性的个性心理特点，是完成任务、达到目标的必备条件。它直接影响活动的效率，是活动顺利完成的最重要的内在因素。气质是指在人的活动中，心理活动发生时力量的强弱、变化的快慢和均衡程度等稳定的动力特征。它是在人的生理素质的基础上和后天条件影响下形成的。性格是指在一个人对客观现实的稳固态度并与之相适应的行为方式中表现出来的稳定的心理特征，它在个性中具有核心意义。

心理过程和个性心理是密切联系着的。一方面,个性是通过心理过程形成和发展起来的,并在心理过程中得以表现。没有对客观世界的认知,没有对外界事物的积极的情绪情感体验,没有对客观现实的积极改造的意志行动,个性就无法形成;另一方面,个性一旦形成,又调节和支配心理过程的进行。能力不同的人,对事物的认知水平可能有所不同。性格不同的人,常常表现出不同的行为方式。因此,心理过程和个性心理是既有区别,又有联系的统一整体,它们构成同一心理现象的两个不同方面。

第二节 心理学发展简史

一、心理学的源流

德国心理学家艾宾浩斯(H. Ebbinghaus, 1850—1909)在《心理学纲要》中曾经说过:“心理学有一个漫长的过去,却只有一段短暂的历史。”在心理学成为一门独立科学以前,哲学和宗教很早就讨论了身和心关系,以及人的认识是怎样产生的等问题。早在中国先秦时期,孔子、孟子、荀子等就探讨了“心”“性”“行”等重要问题,产生了“心性论”,如孟子在《孟子·尽心上》中说:“尽其心者,知其性也。知其性,则知天矣”;“性习论”,如孔子在《论语·阳货》中说:“性相近也,习相远也”;“知行论”,如荀子在《荀子·儒效》中主张知行统一说,“闻之不若见之,见之不若知之,知之不若行之。学至于行而止矣”;“行神论”,荀子最早在《荀子·天论》中提出“形具而神生”的命题。这些论述虽然还具有很浓的哲学意味,但对于我国心理学思想的发展做出了重要贡献。

在西方,心理学的源头可以追溯到古希腊的柏拉图(Platon, 公元前 427—前 347)、亚里士多德时代。柏拉图的基本观点是灵魂不死论。世上万物由“理念”派生出来,人的灵魂也来自理念世界,人死后灵魂又回到理念世界,所以灵魂是永生不死的。亚里士多德是第一位百科全书式的思想家,也是古希腊哲学思想的集大成者。他的基本观点是形式质料论。他认为形式先于质料,“形式的形式”是宇宙变化的第一动力。灵魂是形式,身体是质料,形式决定质料,所以灵魂具有主动性。灵魂具有认识(感觉、记忆、想象、思维)和动求(欲望、动作、意志和情感)功能,这是西方心理学史中最早的知意二分法。他的代表作《论灵魂》是西方心理学史上第一本哲学心理学著作,对后来心理学的发展产生了重要影响。现代心理学是在 19 世纪末独立成为一门科学的,其诞生和发展有两大重要历史源头。

(一)科学心理学诞生的近代哲学源头

文艺复兴以后,西方哲学就进入了近代哲学时期。近代哲学是指 17~19 世纪的欧洲哲学,其中主要是法国的唯理论和英国的经验论。

1. 唯理论

近代哲学是从法国哲学家笛卡儿(René Descartes, 1596—1650)开始的。笛卡儿提出了“我思故我在”的命题。他认为一切东西都可以被怀疑,但只有“我在怀疑”不能被怀疑。“我在怀疑就是‘我’在思想。”“我”思想,所以“我”存在。这个“我”,不是文艺复兴时期的那个感