

中等师范学校课本

心理学

全一册

人民教育出版社

345821

封面设计：陈圣西 窦希如



中等师范学校课本

(试用本)

心理学

全一册

彭飞 主编

*

人民教育出版社出版

新华书店北京发行所发行

人民教育出版社印刷厂印装

*

开本 787×1092 1/32 印张 10 字数 208,000

1982年11月第1版 1983年3月第1次印刷

印数 1—487,000

书号 K7012·0399 定价 0.76 元

第一章 心理学的对象、任务与方法

第一节 心理学的对象

任何科学都有自己的研究对象，不同的科学研究不同领域的现象，心理学的研究对象是人的心理现象。

一、什么是心理现象

心理现象也叫心理活动，简称心理。人在清醒的时候，随时可以体验到某些心理现象，所以它是人所熟悉的，只是一般人不能从科学上明确地作出解释罢了。

心理现象非常复杂，有多种多样的形式，心理学把它们分为心理过程和个性心理两大类。

(一) 心理过程

心理过程包括认识过程、情感过程和意志过程。

1. 认识过程

认识过程指人在认识客观事物的活动中表现出的各种心理现象。例如，看到颜色、嗅到气味、听到声音，这种最简单的认识活动叫感觉过程。当我们看到的是月季花的颜色、嗅到的是月季花的香味、听到的是树上小鸟的鸣声，这种进一步的认识活动叫知觉过程。人对感觉和知觉的材料进行分析、判断，揭露事物的规律，这种认识活动更深入一步，叫思维过程。

例如,早起开门看见满院是雪,判断一定是夜里下过雪了,这就是根据感觉和知觉材料进行思维活动的结果。人可以在已有知识的基础上,在头脑中构思出未曾经历过的事物的形象,例如,根据古人类学的文献,在头脑中构思出原始社会人类生活的图景,这种认识活动叫想象过程。人把感觉和知觉过的事物、思维过的问题、想象过的事情在头脑中记住,必要时能回忆起来,这种认识活动叫记忆过程。这里说的感觉过程、知觉过程、思维过程、想象过程和记忆过程,都属于对客观事物的不同的认识形式,统称为认识过程。

2. 情感过程

人在认识事物的时候,不是无动于衷、冷漠无情的,而总是表现出如满意或不满意、喜欢或厌恶、振奋或惊恐、愉快或愁苦之类的内心体验,这是情感过程。

3. 意志过程

意志过程是指人为改造现实事物去努力工作,表现出不怕困难,决心干到底的那种心理现象。例如,为要攀登科学高峰,必须勤奋学习、刻苦攻关的精神,这就是意志过程。

(二) 个性心理

在心理现象中,除了心理过程之外,还有一类表现人们个别差异的心理现象,这类心理现象叫个性心理。个性心理包括个性心理特征和个性倾向性。

1. 个性心理特征

对于同样的活动任务,有的人能够顺利地完成任务,效果较好,有的人困难重重,无能为力,这是人能力方面的差异。有的人热情奔放、精力充沛、喜怒外露;有的人沉默娴静、动作迟

缓、情绪含蓄,这是气质方面的差异。有的人心胸开朗、勤劳勇敢、热情助人,有的人心地狭小、怠惰怯懦、待人冷淡,这是性格方面的差异。能力、气质和性格属于个性心理特征。

2. 个性倾向性

有的人有这方面的要求,另一个人有另一方面的要求,表现出人们在需要方面的差异;同样做一种事情,这个人出自这种考虑,那个人出自另一种考虑,这是动机的差异;这个人有这方面的爱好,那个人有另一方面的爱好,这是兴趣的差异;这个人坚信这个道理从不动摇,那个人坚信另一种道理从不动摇,这是信念的差异;这个人出自这种立场观点看待现实事物,那个人出自另一种立场观点看待现实事物,这是世界观的差异。需要、动机、兴趣、信念和世界观都属于个性倾向性。

二、心理现象间的关系

人的各种心理现象不是彼此孤立、互不依赖的,而是相互制约、相互融会,构成人的心理面貌。例如,人的个性心理是通过心理过程形成的。没有对客观事物的认识,没有伴随认识表现出来的情感,以及没有对客观事物进行改造的意志,那么性格、兴趣、信念等个性心理是无从形成的。从另一方面看,个性心理也制约着心理过程,在心理过程中得到表现。例如,兴趣不同的人,对同一事物会有不同的认识;需要不同的人,对同一事物会有不同的情感;性格不同的人,表现出不同的意志特点。

各种心理过程间也是相互依赖、密不可分的。例如,对学生的热爱,终生从事教育事业的意志,都有赖于对人民教师的认识;同时,这种情感和意志又进一步促进对人民教师的

认识。

个性心理特征和个性倾向性间也是相互联系、相互促进的。例如,一个人的某种能力,同他具有这方面的动机和兴趣有着密切的关系。例如,从事某项工作的能力越强,越容易提高这方面的兴趣;而对这方面的兴趣越浓厚,就越能推动人们积极地从事该项活动,进一步提高其能力。

正如上面讲的各种心理现象间存在着相互制约、相互融合的关系,才构成活生生的人的心理面貌,反映着无比丰富的客观世界。

第二节 心理的实质

一、心理是脑的机能

古时候的人在生活体验到,人在不同精神状态下心脏活动不一样,比如,在平静时心脏跳动正常,激动时心脏跳动加快,因而猜测心脏是心理活动的器官。日常说的“心里有事”、“计上心头”等,就是这样相沿下来的。

随着生活经验的积累和科学的发展,人们逐渐认识到脑才是心理活动的器官。例如,人们观察到人在睡眠或被麻醉时,心脏跳动无大变化,可是精神状态同清醒时就不一样了。人们也观察到,精神病患者的心脏活动机能是正常的,但精神状态却异常。临床发现,大脑受到损伤,心理活动就出现障碍,如大脑受损伤的病人耳目虽完好,却看不见东西和听不到声音了;言语器官虽完好,说话却发生了困难;有的病人甚至丧失了记忆力。所有上述这些,使人确信心理活动是和脑有

密切关系的,心理活动是脑的机能。

二、心理是客观世界的反映

我们说人的心理是脑的机能,但不能因此认为脑会单独自生心理。脑必须在客观事物的影响下才能实现反映的机能,把客观事物转变为主观的映象。现实中有花,脑中才可能有花的映象;现实中有飞机,脑中才可能有飞机的映象。可见,没有被反映者就不会有反映。按其本质说,人的各种心理现象,是客观事物的不同反映形式。

人们也能创造出世界上不存在的东西的形象,例如神话故事等,但是创作的源泉仍然来自客观世界。例如,古代劳动人民和艺术家通过自己的想象,从人、猴、猪的形象中,创造出孙悟空和猪八戒的形象来。孙悟空“大闹天宫”的故事,寓意是劳动人民对反动统治阶级的反抗,因而仍然是客观世界的反映。同样,任何科学幻想也是取材于客观世界。因此,客观世界是心理的源泉和内容。

人类的客观世界,包括自然环境和社会环境,它们都是心理的源泉和内容,其中社会环境对人的心理的发生和发展具有决定意义。人们的兴趣、信念、能力和性格等方面的个别差异,正是人们所处的不同的社会环境影响的结果,是人们生活环境的差异的反映。

三、心理的能动性

人脑对客观事物的反映,不是象镜子和照相机那样机械刻板地反映,而是积极能动地反映。所谓积极能动地反映,指人们已有的知识经验、个性特点、当前心理状态等在反映事物中起着重要作用,它们影响着反映,使反映带有个人的特点,

形成人们之间的个别差异。为什么不同的人对同一事物会有不同的反映,或同一个人在不同条件下也会有不同的反映,原因就在这里。远处的电线杆在视网膜上的映象短,眼前的电线杆在视网膜上的映象长,但是在我们看来两者是一样长的,这就是知识经验在反映中的作用。同是观察一种现象,严谨细心的人比粗枝大叶的人观察到的东西多,这是性格在反映中起了作用。同样上一节语文课,有的学生兴致很高,全神贯注地听老师讲课;有的学生因为某些不愉快的事情,心神不定,上课时不知道老师讲了些什么。这是当时的心理状态对反映的影响。因此,心理是客观世界的主观映象。

人的心理的主观能动性,还表现在它能支配和调节人的行为活动,能动地反作用于客观事物,改造现实。例如,人们按照预定的计划和方案,改造自然、改造社会;教师可以有计划地去形成班集体,有目的地培养学生的心理特点和个性特征。凡此种种都是心理能动性的表现。

人的心理的能动性的程度,依赖于人对客观事物规律的认识程度。人对客观事物规律认识得越深刻,则运用这种规律改造现实的能动性越大;反之,人对客观事物规律的认识越肤浅,则改造现实的能动性越小。

人的心理能动性的品质,是用社会道德准则来衡量的。那种为祖国建设事业而献身的心理能动性的品质,应该大力发扬。这种心理能动性越强,对社会的贡献越大,对个人前途和心理的发展越有益。反之,违反社会规范和道德、触犯法律的心理“能动性”越强,其危害社会和毁坏自己的严重后果越大。

四、心理在实践中发生发展

动物也有心理。动物中有一种智慧最高的类人猿，当它演化发展到能直立行走，用双手制造工具和使用工具，并进行言语交际的时候，类人猿就变成了人，猿脑就变成了人脑，并出现了人脑对客观事物的反映——人的心理。因此，劳动是人和人的心理赖以产生的客观基础和基本条件。

客观世界作为心理的源泉和内容，脑作为客观世界的反映器官，两者相结合才产生心理，这种结合是通过人的实践活动实现的。人的所有心理现象都是在各种实践活动中、在人们彼此交往过程中，发生和发展起来的。例如，我们游览长城，才真实地见到雄伟壮丽的长城；游览海滨，才真实地听到汹涌澎湃的海涛声；同某人不断地交往，对他才有较多的了解，产生深厚的情感。由此可知，人的社会实践领域越宽广，使人更多地接触现实，心理生活就越丰富；反之，一个脱离现实的人，不可能有丰富的心理生活，而且容易形成怪癖。

世界上各种事物都处于运动发展变化中，没有任何静止不变的东西。人的心理既然是客观事物的反映，它也随着客观事物的发展变化而发展变化着。儿童随着脑的成熟和生活领域的不断扩大，表现出心理发展的年龄阶段性，这就是由低级水平向高级水平的发展。人们随着实践活动的深入，对客观事物的反映也不断地加深和扩大，从而发展着认识和情感，他们的个性品质也得到了发展。

脑对客观事物的反映是否正确，要由实践来检验。例如两条同样长的直线，一条是垂直线，另一条是水平线，人们观察时会出现对垂直线的高估，只要用尺子量一量，就会发现这种

反映是错误的。可见，只有通过实践才能检验人的心理的现实性和真实性。人的心理正是在这个过程中得到发展的。

实践的观点对小学教师的工作有着重要意义。小学生的活动主要是学习活动，同时也有适当的劳动和游戏。教师的任务是要组织好课堂教学，开展有益的活动，引导学生多接触实际，接触文化科学知识，使他们开阔眼界、增长见识、发展智慧，养成高尚的道德品质，成为社会主义现代化建设的有用人材。

第三节 心理学的任务与意义

任何一门科学在确定自己的研究对象的同时，就明确了研究的任务和这种研究的意义。

一、心理学的基本任务

我们知道，客观世界是心理的源泉和内容，一切心理现象的发生和发展，都是和客观世界的影响分不开的。因此，心理学的首要任务在于研究心理现象对客观环境条件的依赖关系，探讨各种心理现象在客观环境条件的影响下发生和发展的规律。例如，一些学生经常违反纪律，犯了错误，教师为了帮助他们改正错误，就要深入分析他们犯错误的原因，找出规律，这样才能有针对性地采取教育措施，为学生创造改正错误的客观环境。

其次，反映的性质不仅依赖于客观事物的性质，而且也依赖于反映主体的一系列特点，如已有的知识经验、个性特点、当前心理状态等。因此，心理学的另一个任务是研究这些主

体特点对人的当前反映活动的影响，以及对人的行为活动的调节作用。

心理是脑的机能，脑是心理活动的物质本体，人对心理活动的认识深度，在一定程度上有赖于人对脑的活动规律的认识程度。因此，心理学的再一个任务就是研究和揭露心理活动的生理机制、特别是脑的机制。例如学习要记忆，心理学应该研究记忆过程在脑中如何进行的，记得牢是怎么一回事，遗忘又是怎么一回事。

二、心理学的意义

（一）心理学对形成科学世界观的意义

远古时候的人们把自己身上发生的心理现象猜测为一种无形体的灵魂。其后，这种猜测逐渐形成神道迷信并被宗教利用。他们诡称灵魂是由上帝和神赐予的，并说什么人的肉体可以死掉，灵魂却是不死的。对心理现象的这种理解，是唯心主义观点。

也有人鼓吹，被人认识到的东西才存在，没有被认识到的东西不存在，一切客观事物的变化，无非是心的变化，说什么“天下无心外之物”。这也是唯心主义观点。

辩证唯物主义心理学用事实有力地批驳了上面提到的种种谬论，它证明心理不是虚无缥缈的灵魂，而是脑对客观事物的反映，是客观事物的主观映象。心理的发生和发展，也是由人们的生活条件和实践活动的性质所决定的；不是人们的心理决定客观世界，相反，正是客观世界决定着人们的心理。这样，心理学就能帮助人们正确地理解个人身上存在的心理现象，对最初看来很神秘的现象，做出科学的解释，所以说学习

心理学是帮助教师形成辩证唯物主义世界观的有效途径。

(二) 心理学对教育工作的意义

教育是培养人的工作,因此,心理学对教育的理论和实践都有重要意义。

师范学校学生是未来的小学教师,工作的对象是六、七岁至十一、十二岁的小学生。他们必须了解自己的工作和工作对象——小学生,否则不能有效地进行教育和教学工作。

学习心理学,可以帮助教师了解自己的教育对象,做好学生个性培养和思想品德教育工作。例如,有的学生胸怀坦荡、热情爽直、愿意帮助别人;有的学生相反,心地狭小、多疑嫉妒、待人冷淡;有的学生注意“五讲四美”、讲究文明行为习惯、维护社会公德、遵守国家法纪;有的学生缺乏文明行为习惯、不讲公德、目无纪律、贪玩好斗。孩子们身上这些现象是怎样形成的?好的品质如何使之发扬光大?不好的品质如何使之克服并向好的方向转化?心理学可以帮助教师找到形成各种心理品质的客观原因和主观原因,了解它们形成的规律,只有这样,才能采取有效的教育措施和方法,积极引导学生健康地成长和发展。

同时,心理学可以提供儿童掌握知识、发展智力、养成各种技能的规律性知识,帮助教师组织好课堂教学,达到预期的教育目的。例如,使用同样的教材,有的教师教学效果好,有的教师教学效果差,原因可能是,有的教师在使用教材和组织教学活动时,考虑了儿童的年龄心理特点和心理活动规律;而另一些教师却违背了儿童年龄心理特点和心理活动规律。

(三) 心理学对自我教育的意义

心理学不仅能帮助教师了解学生的心理规律,而且对教师进行心理品质的自我教育也有重要意义。教师,特别是小学教师,为人师表,自觉地进行心理品质的自我教育对教育、教学工作具有重要意义。在小学生、特别是低年级小学生心目中最有威信的人是父母和教师,听从父母和教师的言教,也接受父母和教师的身教的影响。因此,教师的心理品质,时时通过他的举止言行感染学生,起潜移默化的影响作用。心理学帮助教师自觉地分析自己的心理特点,找出哪些是积极的心理品质,哪些是消极的心理品质,形成这些品质的客观原因和主观原因,明确今后的努力方向,有意识地培养优秀的心理品质。

第四节 心理学的研究方法

任何一门科学都根据自己研究对象的特殊性,采取相应的研究方法。心理学根据人的心理现象的特殊性,也有一些特殊的研究方法。

一、观察法

观察法是有计划地对被观察者的言语和行为进行观察了解,并做出心理分析的一种方法。这种方法的优点是可在日常生活和工作中应用,被观察者往往没有觉察在对他进行观察,因而有较大的自然性和真实性。观察按不同的要求,可以作以下分类:

(一) 长期观察和定期观察

长期观察 指在较长时间内进行有计划、有系统的观察,

积累材料,然后加以整理做出分析。例如,教师可以对某个小学生进行系统的观察,一直持续若干年,做观察记录、拍摄照片或录象等,到一定时候整理材料,做出分析。

定期观察 指按一定时间间隔持续地进行观察。如每周或两周观察一次,积累材料,到一定阶段对所观察到的材料进行整理分析。

(二) 全面观察和重点观察

全面观察 指对某些心理现象同时进行观察。如既观察儿童的注意特点,又观察记忆特点和兴趣特点等。全面观察涉及的内容多,需要的时间也比较长。

重点观察 指在一定时间内只观察某一种心理现象,如观察小学一年级儿童思维发展的特点。这种方法比全面观察重点突出,容易具体深入。

观察之前应有充分准备,观察应有目的、有计划地进行;还应注意做好详细记录,如使用录音、录象等设备更好。

二、实验法

(一) 实验室实验

实验室实验,是在有仪器设备的实验室中进行的,主试者可以有计划地控制条件和改变条件,以引起被试某种心理活动的出现。这种方法对研究感知、记忆、思维等心理活动很有效,在研究某些心理活动的生理机制方面也有重要意义。

(二) 自然实验

自然实验不同于实验室实验,它是在被试的生活环境和工作环境中进行的,保持了被试活动的自然性。这一点同观察法一样。但它又有实验室实验的特点,主试可以创造和严

格控制条件。如研究儿童注意的特点，既可以利用仪器在实验室中进行，也可以在课堂上或课外活动中进行。自然实验法兼有观察法和实验室实验法的各自优点，所以应用范围较广。

在自然实验中，人们还发展了一种“心理-教育实验”。这种方法是在教育领域中进行的，它的特点是把对学生的心理研究同教育和教学过程结合起来，研究教育和教学过程对学生某种心理特点形成的作用。如在班集体活动中，了解这种活动对学生自觉纪律形成的作用。

除了上述这些基本方法之外，还有下列一些研究方法。

谈话法 是一种通过主试和被试相互交谈，从中了解被试某种心理活动的方法。运用这种方法须事先明确谈话的目的，拟定要谈的问题，在双方交谈中，主试随时提出所要了解的某种心理活动的有关问题。

问卷法 是一种通过书面回答问题的方法。这种方法可以在大量被试中同时进行，用以发现某些共同的心理特点。

活动产品分析法 是对被试完成的作品进行分析，从中了解某种心理特点的方法。例如，教师可以从学生的作业、日记、测验中了解他们的观察力、想象力、理解力以及兴趣、性格等特点。

测验法 不同于以上方法，它旨在说明被试在完成某种活动的准备水平和说明活动产品的质量。考试、测查等都可称为测验法。

由于心理现象的复杂性，在研究中经常根据某种心理活动的特点，以一种研究方法为主，辅以其他方法，从多方面搜集材料，进行比较，才能最后做出分析。

思考题

1. 心理学是研究什么现象的？这些现象包括哪些方面？
2. 你过去怎样理解人的心理现象，今天有什么新的认识？
3. 研究心理现象有哪些方法？
4. 我们为什么必须学习心理学？

第二章 心理的生理机制

辩证唯物主义心理学认为人的心理是脑对客观事物的反映，所以研究心理现象需要揭示它的生理机制，探讨脑的奥秘。

第一节 神经系统的结构与机能

一、神经元

神经元也叫神经细胞，是神经系统的基本结构和功能单位。神经元是由细胞体、树突和轴突组成的。细胞体中有细胞核；轴突比树突长而细，末梢有小分枝；树突分枝象灌木丛似地聚集在细胞体周围。（见图1）

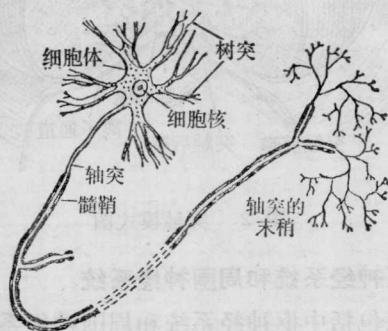


图1 神经元模式图

轴突末梢的每一个小分枝的末端形成杯状或球状的小