



普通高等教育“十二五”重点规划教材·公共课系列
中国科学院教材建设专家委员会“十二五”规划教材



Fundamentals of Psychology

心理学基础

——青少年发展与学习

邓宏宝 主编



科学出版社

普通高等教育“十二五”重点规划教材·公共课系列
中国科学院教材建设专家委员会“十二五”规划教材

心理学基础 ——青少年发展与学习

邓宏宝 主编

张广杰 吉兆麟 姜永杰 刘秀梅 副主编

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书以当前中小学教师所面临的诸多机遇与挑战为背景,以其教育教学岗位所必须具备的基本素质为依据,遵循需求驱动的编写理念,突出“实效性”的取材原则,强调“可读性”的教材设计,分别阐述了青少年在心理过程、注意品质、动力系统、个体差异、社会性发展、品德心理等方面的特点及其教育启示,学习心理基本理论及其应用思路,新时期教师应扮演的角色、应具备的能力及心理健康自我维护的策略。本书具有很强的针对性、时代性与应用性。

本书除可供全日制本科师范专业学生以及参与职后培训的中小学教师作为教材使用,还可供心理学和教育学工作者、思想政治教育工作者、教育行政部门工作人员、教师及学生家长学习参考,大学生和中等学校学生亦可将此书作为自我心理教育的读本。

图书在版编目(CIP)数据

心理学基础:青少年发展与学习/邓宏宝主编. —北京:科学出版社,2012
普通高等教育“十二五”重点规划教材·公共课系列 中国科学院教材建设专家委员会“十二五”规划教材
ISBN 978-7-03-035094-7

I. ①心… II. ①邓… III. ①青少年心理学-高等学校-教材 IV. ①B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 152302 号

责任编辑:阙星文 / 责任校对:耿 耘
责任印制:吕春珉 / 封面设计:科地亚盟

科 学 出 版 社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencecp.com>

铭浩彩色印务有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2012 年 7 月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2012 年 7 月第一次印刷 印张:17 3/4

字数:417 000

定价:34.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈铭浩〉)

销售部电话 010-62134988 编辑部电话 010-62135235 (VH04)

版权所有,侵权必究

举报电话:010-64030229; 010-64034315; 13501151303

为进一步吸收与反映心理学学科前沿研究成果,适应新时期中小学教育教学改革对教师素养所提出的新要求,促进师范生更好地运用心理学相关理论指导未来教育教学实践与自身专业成长,我们组织了一批有多年心理学课程教学经验、有深厚心理学理论功底教师编写了本书。在编写过程中,我们力图体现以下三方面的特点:

第一,确立了以应用型人才培养为追求的课程理念。针对当前中小学全面推进课程改革的新形势、高等教育大众化所带来的生源质量的变化以及师范生就业所面临的新情况、新问题,强化以应用型人才培养为目标的理念,致力于学生发现、分析、解决问题能力的培养,为增进其就业竞争实力奠定坚实基础。

第二,注重以“需求驱动”为主旨组织内容。本书在内容框架上,打破了依普通心理学学科逻辑顺序展开相关内容的传统做法,采取了立足于学生学习需求、就业需求而组织课程内容的新方式,在对在校学生、毕业学生及中小学学校领导、教育专家大量调研的基础上,根据师范学生未来岗位的素质要求安排教学内容。

第三,重视内容的科学性与可读性。对于相关概念、原理的界定与引用,本书尽可能做到权威、经典,对于具体原理的阐述,力求通俗易懂、生动形象,结合内容需要,文中穿插了大量的案例、测验及相关阅读材料,进一步增强了教材的可读性与吸引力。

本书成形前的讲义在师范生中经过了两轮的试用,每轮试用后都听取了相关师生的意见,并进行了相应的修订,2011年教育部发布《关于大力推进教师教育课程改革的意见》(教师[2011]6号)之后,又结合新的教师教育课程标准对有关框架及内容进行了调整与完善,并终成形。

本书由邓宏宝主编,张广杰、吉兆麟、姜永杰、刘秀梅任副主编。各章编写人员如下:邓亚琴(第一章)、石雷山(第二章)、姜永杰(第三章)、顾美娟(第四章)、蔡婧(第五章)、杨荣华(第六章)、沈永江(第七章)、郁美(第八章)、陈燕(第九章)、王蓓颖(第十章)。

本书的出版得到南通大学教材建设立项资助,在讲义试用和本书编写过程中也得到南通大学教务处、教师教育学院、教育科学学院以及连云港师范专科学校领导和师生们的支持,在此一并感谢。在本书编写过程中参考了一些相关成果,我们尽可能一一注明,倘有疏漏之处,敬请谅解!

由于编者的学术及视野所限,书中错误与不足在所难免,敬请读者批评指正!

编 者

2012年3月20日

前言

第一章 绪论	1
第一节 心理学概述	1
第二节 心理学的任务与方法	18
第三节 学习心理学的意义	23
第二章 青少年的认知	26
第一节 感知觉	26
第二节 记忆	35
第三节 思维	51
第四节 想象	65
第三章 青少年的注意	71
第一节 注意的概述	71
第二节 注意的品质特征	76
第三节 青少年注意力的培养	81
第四节 注意规律在教学中的运用	87
第四章 青少年的情感和意志	93
第一节 情感	93
第二节 意志	111
第五章 青少年的动力系统	128
第一节 动力系统概述	128
第二节 青少年的学习动力特点	136
第三节 青少年学习动力的激发	143
第六章 青少年的个体差异	154
第一节 人格差异	154

第二节 认知差异·····	169
第三节 青少年能力的培养·····	175
第七章 青少年社会性发展 ·····	180
第一节 社会性发展概述·····	180
第二节 家庭与青少年社会性发展·····	183
第三节 教师与青少年社会性发展·····	188
第四节 同伴群体与青少年社会性发展·····	193
第五节 大众传媒对青少年社会性发展的影响·····	195
第六节 青少年的亲社会行为发展·····	197
第七节 青少年的攻击行为·····	203
第八章 青少年的品德心理 ·····	209
第一节 品德心理概述·····	209
第二节 青少年品德形成过程分析·····	214
第三节 青少年品德不良的矫正·····	220
第九章 青少年的学习心理 ·····	227
第一节 学习的概述·····	227
第二节 学习理论·····	231
第三节 学习迁移·····	243
第十章 教师心理 ·····	250
第一节 教师的角色心理·····	250
第二节 教师的能力素养·····	258
第三节 教师的心理健康·····	271

随着心理科学的发展,其对人类社会的影响力也逐步显现。现代心理学所揭示的人的心理活动规律已经在生产、管理、医疗、教育等领域发挥了巨大的作用。师范院校的学生承担着未来教书育人的重任,学习和掌握心理学基础知识、尤其是青少年的心理发展和特点对未来的教育工作者而言,是十分必要的。本章主要论述了心理学的研究对象、科学的心理观、心理学的发展史以及师范生学习心理学的意义等问题。

第一节 心理学概述

一、心理学的研究对象

研究对象问题,是每一门学科都要面临的首要的,也是最基本的问题。心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。

心理现象也就是心理活动,无论在学习、工作中,还是在娱乐、休息中,每个人都会有种种心理活动产生。人的心理现象千姿百态,表现形式多种多样,为了能更具体地认识它,心理学家们一般将其划分为心理过程、个性心理和心理状态三大范畴。

(一) 心理过程

心理过程是一个人的心理现象的动态过程,包括认识过程、情感过程和意志过程,它反映正常个体心理现象的共同性。

认识过程是人的最基本的心理过程,它是人脑对客观事物的属性及其规律的认识,包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等。人可以看到五彩缤纷的世界,可以聆听旋律优美的乐曲;人脑可以储存异常丰富的知识,时过境迁而记忆犹存;人有“万物之灵”的智慧,能运用自己的思维去探索自然和社会的各种奥秘,设计未来发展的宏图,进行文学艺术上美的创造,这些都与人的认识过程密切相关。从信息加工的认知心理学角度而言,认识过程就是人脑接受、加工、编码储存、加工、提取各种信息的过程。

情感过程是个体在经历实践过程的基础上对客观事物是否符合其需要而产生的态度体验。俗话说,人非草木,孰能无情!当我们在学习和工作中顺利达到预期目的时,就会感受到不同程度的快乐、满意、喜悦、甚至狂喜;反之,就会感受到沮丧、懊恼、不满甚至愤怒。诸如此类的喜、怒、哀、惧等主观体验,就是情绪和情感的具体表现。

意志过程是个体自觉地确定目的,并根据目的调节支配自身的行动,克服困难去实现预定目标的心理过程。人们在认识世界与改造世界的过程中,必须有明确的目标,还要制订计划,选择方法,克服种种困难,最终才能实现预定目标。我们的学习和工作,通常不是一帆风顺的,这时就要启动人的意志过程。

认识过程、情感过程和意志过程并不是彼此孤立的,而是相互联系、相互作用,构成了个体有机统一的心理过程。情感的发生与深化、意志行为的确定与执行都是以认识为基础的;而情感、意志又会反过来影响认识活动的进行和发展。同样,情感也会对意志行为产生动力作用;而意志行为又会有利于丰富和升华情感。认识过程、情感过程和意志过程在个体上的整合就表现出个性(心理)。

(二) 个性心理

个性心理是一个人在社会生活实践中形成的相对稳定的各种心理现象的总和,包括个性倾向性和个性心理特征。如果说心理过程反映的是人的心理现象的共性的一面,那么个性就反映的是人的心理现象的独特性的一面。

个性倾向性是推动人进行活动的动力系统,也是个性心理中最活跃的因素。它主要包括需要、动机、兴趣、信念、理想、价值观和世界观等,其中需要是个性倾向性的基础,世界观居于最高的层次,决定着一个人的总的心理倾向。在复杂的现实生活中,由于环境和教育的差异,以及自身各种因素的影响,人们在形成需要、动机、兴趣、理想等方面,总会有这样或那样的个别差异。

个性心理特征是一个人身上经常表现出来的稳定的心理特征。它集中反映了人的心理活动的独特性,包括能力、气质和性格。其中性格是个性心理特征的核心,反映一个人的基本精神面貌。有的人记忆速度快且保持长久,有的人记得慢且易遗忘,有的人善于形象思维,有的人善于抽象思维,这是能力上的差异;有的人性情暴烈,有的人性情温和,有的人反应迟缓,有的人反应敏捷,这是气质上的差异;有的人善于交际,有的人安然沉静,有的人机智果断,有的人优柔寡断,有的人大公无私,有的人私心重重等,这是性格上的差异。

个性倾向性和个性心理特点是密切关联的。个性倾向渗透于各种个性心理特征之中,个性心理特征也反映出个人的倾向,两者在总体上体现着一个人完整的个性。

(三) 心理状态

心理学家认为,心理状态常常是从心理过程的发展到个性心理特点形成的一个过渡环节。例如,在日常生活中,一个人常会出现某种激情,可能只是一时的激动,但是,这种心理状态如果经常不能主动加以控制,那么久而久之,便容易形成这个人性情暴烈、易发脾气等比较稳定的个性特点。又如,一个人可能处事一时犹豫,而并不是对任何事都犹豫,这是常会出现的一种短暂的心理状态,但如果任其发展下去,成为习惯,也容易形成像优柔寡断这样比较稳定的个性特点。

心理状态的表现是多方面的,它可以表现在知、情、意的任何一个方面。如好奇、疑惑、沉思,这是认识方面的心理状态;淡泊、焦虑、渴求,这是情感方面的心理状

态；克制、犹豫、镇定，这是意志方面的心理状态。

通过以上的阐述，我们已经知道，心理现象可以划分为心理过程、心理状态和个性心理三大范畴，而每个范畴又包含着一些不同的方面（图 1-1）。这种划分对于了解和研究人的心理是方便的，但必须防止把这种划分绝对化。现实中人的心理具有高度的整体性，心理现象的各组成部分之间是相互联系、相互依存和相互影响的。

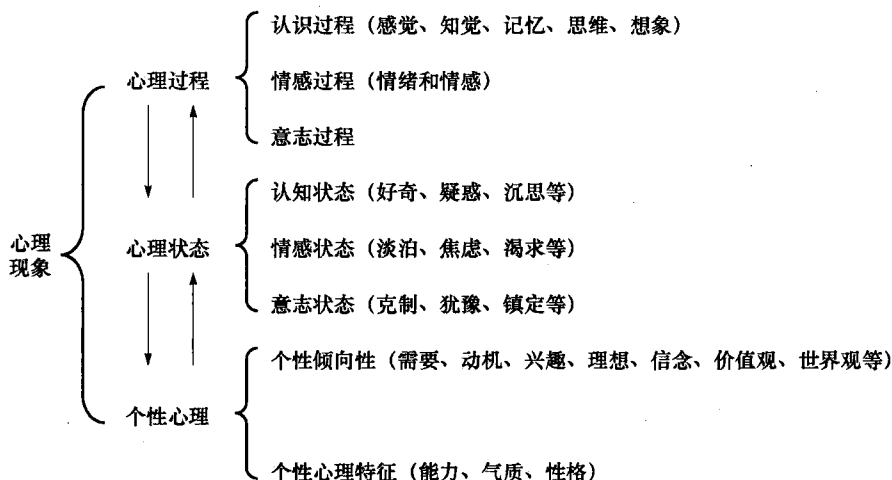


图 1-1 心理现象的划分

二、科学的心理观

心理学是研究心理现象的科学，那么，什么是心理？人的心理是怎样发生和发展的？迄今为止，心理学界对心理实质的普遍共识是，人的心理是人脑对客观现实的主观反映。这是辩证唯物主义解释心理实质的基本观点，具体来说，就是坚持物质是第一性的、精神是第二性的哲学基本命题，从这个角度来理解心理的产生。人的心理现象（精神活动）的产生和发展必须要有一定的物质基础，否则，即是无源之水，无本之木。科学心理学的研究充分表明，心理的物质基础一方面是人脑和神经系统，这是心理现象赖以产生和存在的器官；另一方面是客观现实，包括周围事物、社会生活、物质环境等，这是人心理活动的源泉和影响心理发展的重要因素。

（一）心理是脑的机能

1. 脑是心理的器官

辩证唯物主义者经过长期的研究和论证，对心理的实质作出了科学的论断，认为心理是脑的机能，脑是心理产生的重要器官。关于这一点，可以从以下几方面加以说明。

（1）心理是以神经系统为基础的一种物质世界的反映形式

心理作为物质的一种反映形式，是物质发展到一定阶段的属性。

物种进化的历史充分表明心理活动与神经系统尤其是脑有着直接的关系。动物的心理发展水平是与其神经系统的发展水平相适应的。

单细胞动物没有神经系统,因而只能对生存具有直接意义的事物产生有限的反映。无脊椎动物开始出现了神经系统,但由于没有脑,所以只能对刺激物的属性进行分析,其心理也只能停留在极其原始的、简单的感觉阶段。脊椎动物的神经系统进一步发达,原始的脑开始形成,爬行动物又有了大脑皮层,就具备了心理活动的最高调节机构,因而就有了稳定的知觉。灵长类动物的大脑接近人脑的水平,所以对事物有了原始的概括能力,能进行简单的思维。人类大脑结构更加复杂,其机能高度完善,所以人类成了地球上最聪明的主宰者。

(2) 心理的发生、发展与人脑的发育成熟过程紧密联系

就人类个体的发育而言,心理水平的发展也是与脑的发育紧密联系的。有资料表明,儿童出生时的脑结构已接近成人,有六层大脑皮层,皮层上的神经细胞数与成人非常接近,只是他们的大脑皮层比成人薄,上面的沟回较成人浅。另外,脑的重量也是判断脑发育过程的一个重要指标。儿童出生时脑重量约 390 克,是成人脑重的 $\frac{1}{3}$; 在 9 个月时脑重量达 660 克,相当于成人脑重的 $\frac{1}{2}$; 7 岁儿童的脑重量达到成人的 $\frac{9}{10}$, 12 岁儿童的脑重已接近成人,有 1300 克左右,而成人的平均脑重约为 1400 克。就人的大脑皮层细胞的发展情况看,从出生以后,大约到 6 岁左右,全部脑皮层神经纤维的髓鞘化基本形成; 在 13 岁左右,人的脑电波的波形和频率也开始与成人相同,预示着大脑皮层细胞的机能也发展到相当水平。随着脑的发育成熟和神经系统机能的完善,人的心理水平也不断由低到高发展,如人的思维从动作思维发展到形象思维再到抽象逻辑思维,自我意识也从无到有,从单纯服从他人到逐渐具有独立性。

(3) 脑部损伤和病变会引起心理机能的丧失

人们首先在动物实验中发现,动物脑部受到损伤,它的心理机能会出现异常。如摘除大脑皮层的狗,不会寻找食物,也不再对喊它名字起反应; 破坏猿的大脑皮层,会立即使它进入长期昏睡状态。19 世纪的法国医生布洛卡 (P. Broca) 在临床治疗中发现,一些病人大脑左半球下额回的一个区域受损伤后,不能说出复杂的语言,也不能自由表达思想。后来,人们把这个区域叫布洛卡区,也称为运动性语言中枢,因为它主管人的口头言语表达。随着生理解剖学的发展和临床医学上的新发现,人们又揭示出大脑主管视觉、听觉、身体运动等方面的功能区,而且发现,当这些区域发生病变或受到损伤时,相应的心理机能也会部分或全部丧失。如枕叶受到破坏,人就会失明; 颞叶受到破坏,会导致耳聋; 接近运动分析器肩、臂、手指的部位受损,书写活动会很困难; 更严重的是,先天性的无脑儿生来不具有正常的脑髓,没有思维,也不具备正常人的任何心理活动。

这些事实都说明心理活动和脑的结构与机能密不可分,脑才是真正的心理器官。

人的心理作为物种发展中最高级的反映形式,是神经系统发展到一定阶段的机能表现。那么,人的神经系统(特别是脑)的结构和功能是怎样的呢? 下面我们作一个简要的介绍。

2. 人的神经系统的结构与功能

人的神经系统(图 1-2)是一个异常复杂而有序的机能系统,从结构与机能上分为中枢神经系统和周围神经系统,是由人体内大量的神经元所构成的。

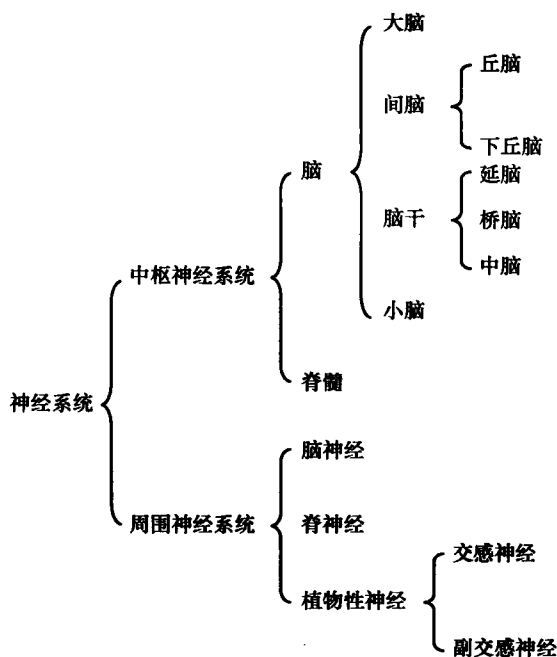


图 1-2

(1) 神经元

神经元即神经细胞，是神经系统结构和机能的基本单位。它的基本作用是接受和传送信息（图 1-3）。

(2) 周围神经系统

周围神经系统由脑神经、脊神经和植物性神经组成，它们分布于全身，负责将神经冲动从感觉器官传向中枢神经系统，再将神经冲动由中枢传向效应器官（肌肉、腺体等）。

(3) 中枢神经系统

中枢神经系统包括脑和脊髓，是整个神经系统的主干。

1) 脊髓。脊髓是中枢神经系统的低级部位，位于脊椎管内，其功能主要有传导神经冲动和完成一些简单的反射活动，如膝跳反射、排泄反射等。

2) 脑。人脑包括大脑、小脑、延脑、桥脑、中脑和间脑六部分。其中大脑有特别发达的左右两半球，其表面起伏不平，布满深浅不同的沟和裂，这些沟裂将大脑皮层（即大脑两半球表面的灰质层）分成四叶，分别是额叶、顶叶、枕叶和颞叶。

根据布鲁德曼（Brodmann）的研究发现，大脑皮层的四叶具备不同的机能定位。机体运动中枢主要集中在额叶，机体感觉中枢在顶叶，机体视觉中枢在枕叶，而机体听觉中枢则在颞叶。

大脑的左右两半球主要是靠胼胝体的联络作用而协同活动的，每个半球控制着对侧身体的机能。斯佩里（Roger W. Sperry）博士对“裂脑人”的研究，初步揭开了人脑

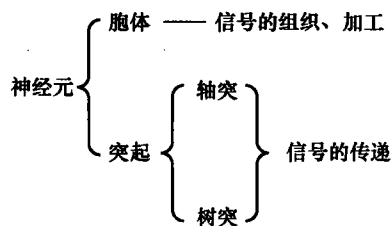


图 1-3

两半球的功能之谜。语言功能主要定位在左半球,该半球主要负责言语、阅读、书写、数学运算和逻辑推理等。而知觉物体的空间关系、情绪、欣赏音乐和艺术等则定位于右半球。

奇特的裂脑人^①

有一种脑部疾患叫做“癫痫”,疾病大发作时病人会突然丧失意识,倒地,全身肌肉发生强烈的抽搐,并伴有咬舌、流涎、尿失禁等症状。美国诺贝尔奖获得者斯佩里为了医治此病,将患者的连接大脑两半球的主要神经纤维“胼胝体”切断,使一侧大脑半球的病灶所产生的神经电暴不能扩散到另一半球去。手术后患者的病情得到了极大的改善,而且也未出现不良的后遗症,如人格和智力的改变等。然而经过这样手术的人,毕竟与常人有所不同了,他们实际上成了有两个独立的大脑的所谓“裂脑人”。

从1961年开始,斯佩里等人对“裂脑人”进行了长时间的一系列实验研究。例如,在一个实验中让一个“裂脑人”坐在挡住他双手的屏幕前,视线凝视屏幕中心的一点,然后在屏幕上用0.1秒的时间闪现“帽带”这个词(“帽”呈现在左半屏幕,“带”呈现在右半屏幕),由于呈现时间很短,“裂脑人”的眼睛来不及移动,“帽”就传递到了右半球,“带”就传递到了左半球。当要求“裂脑人”说出他看到了什么时,他只回答说看到了“带”字。进一步要求“裂脑人”说出“带”的种类,他只好猜测是“胶带”、“音乐磁带”、“捆人的带子”等。这表明语言中枢在左半球。如果在左半屏幕闪现一个物体的名称,从而使这个词传递到右半球,“裂脑人”虽然不能说出物体的名称,但能用左手从一堆他看不见的物体中选出这个物体,表明虽然右半球有一些语言的功能,但语言中枢位于左半球。

斯佩里长期潜心研究“裂脑人”,初步揭开了人脑两半球功能,获得了1981年诺贝尔奖。他的实验引起了热烈的讨论,进一步推动了科学工作者对大脑进行新的探索。也更有有力地说明了没有头脑的思维是不存在的,人的心理活动与脑密切相关。

3. 神经系统的基本活动方式——反射

(1) 反射与反射弧

反射是指在中枢神经系统参与下,有机体对内外环境刺激所产生的规律性反应。它是神经系统的基本活动方式。

实现反射活动的神经结构叫反射弧。它包括五个基本环节,分别是感受器、传入神经、神经中枢、传出神经和效应器。一个简单的反射模式是这样的:一定的刺激作用于相应的感受器,感受器产生兴奋,并以神经冲动的形式由传入神经传向相应的神经中枢,在经过了神经中枢的加工处理之后,神经信息又沿着传出神经到达效应器,支配调节有机体的相应活动。当然,在很多复杂的反射活动中,神经信息往往是以反射环的形式实现神经冲动的往复传递,也就是通过多次反馈,来调节机体活动。这样能帮助机体及时地进行自我调控,保证有机体较好地适应周围环境。

^① 百度百科. 斯佩里 [EB/OL]. <http://baike.baidu.com/view/451049.htm>, 2011-1-1.

(2) 反射的种类

反射根据产生的条件不同可以分为条件反射和无条件反射。

1) 无条件反射。无条件反射是在种系发展过程中通过遗传所获得的反射,对于有机体来说,是不学而会的。如遇到强光刺激时,人会眨眼,这是防御反射,妈妈把乳头放到新生儿嘴里时,他会自动吸吮,这是吸吮反射。人类主要的无条件反射有食物反射、内脏反射、防御反射、朝向反射、性反射等。

无条件反射活动的调节中枢在脊髓和脑干等低级中枢,其神经通路是固定的,具有快速和不随意性的特点,这对于有机体适应周围环境具有很大的生物学意义。

2) 条件反射。有机体为了适应复杂的环境变化,又通过后天的学习训练建立了许多新的反射,也就是条件反射。

条件反射活动的调节中枢在大脑及大脑皮层等高级中枢,是暂时的神经联系。条件反射是在无条件反射的基础上建立的,其建立的基本条件是无关刺激和无条件刺激在时间上的结合,也就是强化。条件反射是多次的强化的结果,当然神经系统的正常活动是其前提条件。

有关条件反射的研究,较具代表性的有巴甫洛夫的经典条件反射和斯金纳的操作条件反射(第九章有具体介绍)。

巴甫洛夫经典性条件反射实验:

俄国著名生理学家巴甫洛夫用经典性条件反射实验来探讨条件反射形成的机制。他用狗做实验,当给狗食物吃时,狗嘴里会有唾液分泌,这是无条件反射;当不给食物,而只给以铃声刺激时,狗不会分泌唾液,因为此时铃声是无关刺激;但当每次铃声响起时就给狗食物,多次强化后,只要铃声一响,哪怕没有呈现食物,也能够观察到狗有唾液分泌。此时,我们就可以认为狗已经建立了以铃声为条件刺激物的条件反射。

斯金纳的操作性条件反射实验:

在巴甫洛夫经典性条件反射研究的基础上,美国行为主义心理学家斯金纳提出了操作性条件反射。他用其发明的“斯金纳”箱对小白鼠和鸽子进行了实验。他把一只饥饿的小白鼠或鸽子放入设计好的实验箱中,开始时小白鼠或鸽子四处乱动,进行了许多次的无效尝试,在很偶然的情况下,它碰动了箱子里的杠杆,自动装置送来了一粒食丸,小白鼠或鸽子得到了强化,这样反复多次以后,小白鼠或鸽子便学会了碰动杠杆获取食物的动作,条件反射建立了。人类的大多数行为都是通过操作性条件反射过程获得的。操作性条件反射对理解复杂的心理现象有重要意义,在操作性条件反射中,有机体学会了新的动作,体现了一个学习的过程。

比较上述两个实验,我们不难发现,它们的原理是相同的,两种条件反射的建立都依赖于强化刺激,但它们又具有各自的特点。经典条件反射实验中是由强化引起一定的行为,而操作性条件反射实验中则是借助于有机体的操作行为引起了强化。

(3) 两种信号系统学说

巴甫洛夫在其晚年的时候还提出了两种信号系统学说。

以具体事物作为条件刺激而建立起来的条件反射系统称为第一信号系统。这是人和动物共同具有的。如行人按照交通信号灯行走,学生听到铃声进教室上课,马戏表演中

动物按照驯兽员的手势表演等，都是第一信号系统的活动。

以语词作为条件刺激而建立起来的条件反射系统称为第二信号系统。这是人所特有的。如谈虎色变、谈梅生津都是第二信号系统的活动。

对于个体来说，两种信号系统是相互联系，协同活动的。第二信号系统以第一信号系统为基础，所以语词也被称为“第一信号的信号”，而第一信号系统又是受到第二信号系统的调节和支配的。

（二）心理是客观现实的反映

脑是心理产生的前提和物质基础，但仅仅有脑的存在，并不能产生心理现象。为脑提供信息，促使人的心理由可能变成现实的，是独立于个体之外的客观世界。

1. 人的心理活动内容来源于客观现实

客观现实可分为自然性的和社会性的两种。人的各种心理活动，无论是低级的，还是高级的，其内容都受到这两种客观现实的制约，并以各种形式反映客观现实。可以说，人的所有心理内容都超不出客观现实的范畴。以感觉为例，我们之所以有听觉和视觉，就是客观事物直接作用于我们的感觉器官（听分析器、视分析器）的缘故，它所反映的是客观事物的个别属性。即使是想象和思维这些高级心理活动，也必须以客观现实作为基础。就拿我国古代四大名著之一的《西游记》来说，吴承恩的想象力可谓丰富之极，小说的创作似乎超越了时空，任凭想象驰骋。可仔细分析后，我们不难发现，无论是人物的塑造还是情节的描写，作者都受当时社会生产力和生产关系发展水平的限制，其稀奇古怪的创作构思中的内容无不在客观现实中找到依据。如猪八戒降妖镇魔使用的兵器——九齿钉耙的原型其实就是当时农民劳动常用的农具——钉耙。所以，人的心理总是反映自己所处的客观世界的自然状况和社会现实。客观现实是人的心理活动的源泉。

2. 人的心理的产生和发展受社会生活实践制约

仅有人的大脑和客观现实并不能产生人的心理，只有通过社会实践活动，才能使客观现实真正作用于大脑，导致相应的心理活动的发生和发展。脱离了正常的人际交往和人类生活，一个大脑机能健全的婴儿无从产生人的心理，一个成人也会逐渐丧失业已获得的心理机能。据说，自18世纪中叶以来有历史记载的野外狼、猴、熊、绵羊等动物哺育孩子的事例先后有30多个，他们在回到人类社会后，虽经多方专业训练和培养，但都很难建立起人的生活方式，也不能学会正常的语言表达。可见，失去了早期的人类生活，人的心理发展会异常困难，而且很难补救。据史料记载，朱棣在夺取了建文帝的皇位之后，就把建文帝的儿子关了起来，55年之后才把他放出来，结果建文帝的儿子“出见马牛不能识”。这说明，即使一个心理机能正常的人，如果长期脱离人类社会，缺乏人与人之间的沟通与交往，也会逐渐失去正常的心理状态。所以，参与各种社会实践活动，开展正常的人际交往，是保证人们形成和发展正常的心理机能的重要条件。

3. 人的心理是对客观现实的主观反映

人对客观事物的反映具有一定的主观性，即人对客观现实的反映都是经过人的主观

世界的折射而最终形成的,它会受一个人在长期生活实践中形成的个性特点、知识经验、世界观等主观条件的影响,不同的人对同一种事物,常常仁者见仁,智者见智,莫衷一是。同样一部电影,有的人评价很高,甚至说可在国际上获奖,有的人则根本看不惯,横加抨击;有的人观后深受教育、感慨万分,有的人观后却似过眼烟云、无甚感触。同样,对于半杯水,乐观的人看到的是希望,悲观的人体会到的是失望。此外,人对客观现实的心理反映,甚至还会受他所处的时间和条件的影响。这就使人的心理,尤其是高级心理可能具有明显的社会性、历史性、民族性和阶级性等。例如,不同的历史时期、不同民族对美的不同的认识和感受,对同样的美的刺激,会引起不同的审美感;而不同社会、不同阶级对道德更有不同的评价标准,对同样的行为刺激,会引起甚至截然不同的道德感。可以说,人对客观现实的反映既是一种主观的映像,又总是带有个人或个人所处群体的特点。人对客观现实的反映既离不开客观事物,也脱离不了主观世界的影响。正因为如此,我们才能对外部世界的纷纭变化和丰富多彩产生不同的认识和感受。

4. 人的心理是对客观现实的能动反映

人与动物最大的不同就在于人不是消极被动地反映客观现实的变化,而是在积极主动地改造自然和社会的实践中,有选择性地能动地反映客观世界。人的活动领域越广阔,实践活动越深入,就会有更多更新的发现,人的心理世界也随之更加丰富而深刻。实践活动是人的心理发生、发展的基础。人的心理服务于实践,指导实践。从“实践—认识—再实践—再认识,循环往复,以至无穷”的认识规律来看,在实践活动中发生、发展起来的心理,必将成为再实践的理论指导,进而使实践活动不断深入,提高实践活动的效率。即使是一些极其简单的实践活动,也需在心理调节下完成。正如恩格斯所言:“甚至人吃饭喝水,也是受了反映在他头脑中的饥渴感觉之影响而来的,停止吃喝,则是因为饱的感觉反映在他的头脑中”。实践活动是检验人的心理的唯一标准,人对客观现实的反映是否正确,要由实践活动是否达到预期目标来进行检验。它推动着人们去改正错误,使反映不断精确和完善。所以,个体在实践中不断成长,人的心理也在实践中日益成熟。

三、心理学的发展简史

德国著名心理学艾宾浩斯(H. Ebbinghaus, 1850~1909)说过:心理学有一个长期的过去,但仅有一个短暂的历史。也就是说,心理学既是一门古老的科学,又是一门年轻的科学。所谓古老,是指在心理学作为一门学科还未诞生之前,有关心理问题的论述,即关于心理学的思想就早已出现,这可以追溯到古希腊,至今已有二千多年的历史。所谓年轻,是指心理学从其母体哲学中分化出来成为一门独立的学科,即科学心理学的诞生是在1879年,至今才有一百多年的历史。

(一) 心理学的起源

1. 心理学思想的萌芽

还在远古时期,当古代人以“图腾”作为承载形式的幻想思维出现时,他们很难理

解人自身的结构和功能，只是单凭直观的感受、体验和想象推测，因而逐渐产生了万物有灵论的观念。古人看到，人生时有呼吸，死时呼吸停止，就认为灵魂可能是气息，或是与呼吸有关的东西。人在梦中见到死者的亲属，又觉得自我可以脱离肉体而独立活动，因而开始把世界分为肉体（物质）和灵魂（精神）两个方面，并认为人和自然界的一切变化都是灵魂的活动。灵魂在人出生时，居住在身体里，控制着人体的活动；当人入睡时，灵魂又暂时离开人体；当人觉醒时，灵魂又回到人体，而当人死后灵魂也就永远离开了人体。在远古社会生产力极其低下的情况下，这种万物有灵论的观念是以古老宗教神话的形式对灵魂起源所作的幻想式的解释，可以看作是最早的心理学思想萌芽。

2. 心理学思想的哲学土壤

心理学思想的发展长期寓于西方哲学中，亦被称为哲学心理学，它是科学心理学产生的肥沃土壤。哲学心理学主要是用哲学观点和思辨方法研究和阐释人的心理现象的各种理论和思想的集合。其主要特点是：其一，认为心理学家与哲学家集于一身，没有独立的心理学家；其二，主张采用猜想、推测和思辨的方法，基本上不采用实验的方法；其三，主要运用哲学观点探讨灵魂或心灵的本质、结构和功能等一系列比较抽象的基本理论问题，不研究具体的实证问题。

近代西方哲学中的心理学思想，在发展过程中主要形成四个方面的成果：第一，对身心关系问题，即关于人体和心理之间的联系和关系的论述，如身心交感论、身心平行论等学说；第二，关于经验论的心理学思想，即认为一切认识、知识都来源于感觉经验并且只有感觉经验才是真实的；第三，关于天赋论的心理学思想，即认为人们的一切观念和知觉形式都是先天的，而不是通过后天经验获得的；第四，联想主义心理学，主张以联想来解释一切心理现象，并探讨了联想的原理、种类、机制和规律等问题。哲学中的联想主义心理学思想对科学心理学的形成具有直接影响。

3. 科学心理学的诞生

心理学思想在哲学母体内孕育了两千多年，它为科学心理学的诞生作了充分的思想准备，特别是哲学中的联想主义思想更为早期的实验心理学提供了可直接研究的课题。但是，哲学心理学缺乏实证科学的基础，若不能与自然科学的实证方法相结合，则心理学还不能摆脱哲学而成为一门独立的科学。

19世纪中期，西方的天文学、生物学、解剖学和物理学等自然科学的迅速发展，则是科学心理学起源的又一个重要方面。当时对心理学诞生有较大影响的自然科学研究成果有：①神经生理学的研究成果，如神经冲动的传导速度的确定，贝尔-马戎单定律，神经特殊功能说等；②脑机能的研究成果，如神经系统功能的定位说和统一说；③感官生理学的研究成果，如视觉三色说，抗色说，听觉说等；④心理物理学研究成果，如韦伯定律、费希纳的心理物理测量法等。

一方面，在哲学母体内的心理学胚胎已逐渐成熟；另一方面，生理学和物理学等自然科学的发展，又为心理学的诞生提供了必要的自然科学知识和实验技术。19世纪末德国心理学家威廉·冯特结合了哲学心理学内容体系和自然科学的研究方法和实验技术，于1879年在德国的莱比锡大学创立了世界上第一个有影响的心理实验室，开设了实验心理学。这标志着心理科学的诞生和独立，也意味着心理学作为一门学科发展历史

的开始。

威廉·冯特简介^①

威廉·冯特（Wilhelm Wundt, 1832~1920）德国心理学家，哲学家，现代实验心理学的创始人之一，构造主义心理学的奠基人。1832年8月16日生于德国曼海姆北郊内卡劳，1920年8月31日卒于莱比锡。从1851年起，升入蒂宾根、海德堡、柏林等大学专攻医学。1856年，受聘作赫尔姆霍茨的助手，得以亲受赫尔姆霍茨的指导。冯特主张心理学直接研究经验，他将内省实验法引入了心理学。他创造了特殊的方法来训练对象，让他们更仔细和妥善地来看待自己，但不过分地解释自己的心理。这个工作方式与当时的心理学非常不同。1874年他出版了《生理心理学原理》。在这部书中他首创了用系统性的心理学来研究人的感识：感觉、体验、意志、知觉和灵感。1875年冯特在莱比锡大学成为教授。1879年他在那里创建了世界上第一个心理实验室。冯特晚年发表了他的十卷巨著《民族心理学》。冯特的许多学生，如铁钦纳（Edward Bradford Titchener）、闵斯特伯格（Hugo Münsterberg）都是非常知名的心理学家。



（二）心理学的发展

1. 西方心理学的发展

早在两千多年前，古希腊的哲学家、思想家就已有丰富的心理学思想散见于他们的论著之中。古希腊的德谟克利特（Democritos, 公元前460~370）用原子论解释心理现象，认为感觉是原子从物体表面发射出来并与感觉器官接触的结果。柏拉图（Plato, 公元前460~370）关于人性的思考引出了人的行为的三个来源：欲望、情绪和知识，他提出了灵魂先于身体且独立于身体的身心观。亚里士多德（Aristotle, 公元前384~330）写的《灵魂论》一书，则是世界上最早关于人类心理方面的专著。自那时起，直至19世纪中叶，在西方有许多学者论及心理学问题，其中不乏真知灼见，但心理学在这漫长的岁月中始终隶属于哲学范畴而无独立的地位。

19世纪中叶以后，自然科学的迅猛发展，为心理学成为独立的科学创造了条件，尤其是德国感官神经生理学的发展，在这一过程中起了较为直接的促进作用。20世纪初，冯特第一次提出了心理学的体系，但在当时的条件下，心理学形成一个完整体系的条件并不成熟，因此很快就受到了挑战。许多新学派，如行为主义学派、格式塔学派、精神分析学派等纷纷出现，并形成了十分激烈的学术之争。他们都以为自己发现了心理学的全部真理，但事实是在各自做出独特发现的同时，也暴露了各自的片面性。随着争论的深入和科学事实的积累，心理学家们认识到，试图用一个心理学派别的成果去建立完整的心理学知识体系，是经不起考验的，即使建立了理论体系，也难免有偏差。因

^① 百度百科. 冯特 [EB/OL]. <http://baike.baidu.com/view/44563.htm>, 2010-10-14.