

普通心理学

主编 周 瑛



警官教育出版社

95401

B84
20

DF102/1-1
普 通 心 理 学

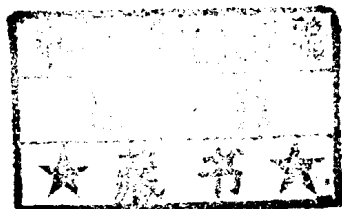
主 编 周 瑛

副主编 梁应卓

刘盛煌



200018890



警官教育出版社

(京)新登字 167 号

图书在版编目(GIP)数据

普通心理学/周瑛主编. —北京:警官教育出版社,1994.8

ISBN 7-81027-508-9

I. 普… II. 周… III. 普通心理学 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 04636 号

普 通 心 理 学

主 编 周 瑛

*

警官教育出版社

北京西城木樨地北里 2 号

邮政编码 100038

*

河北省大厂县胶印厂印刷 新华书店北京发行所发行

850×1168 毫米 32 开 10.125 印张 260 千字

1994 年 8 月第 1 版 1995 年 8 月第 2 次印刷 印数 4000—7000 册

ISBN7-81027-508-9/G·99

定价:12.80 元

目 录

第一编 基础理论

第一章 心理学的对象、任务与方法	(3)
第一节 心理学的对象.....	(3)
第二节 心理学的任务.....	(6)
第三节 心理学的研究方法.....	(8)
第四节 心理学的发展.....	(12)
第二章 心理及其发展	(17)
第一节 心理实质.....	(17)
第二节 个性心理的发展.....	(31)
第三节 国外心理发展理论的简介.....	(37)
第四节 青少年时期的心理特征.....	(46)
第三章 需要与动机	(52)
第一节 需要.....	(52)
第二节 动机.....	(60)
第三节 社会性动机.....	(66)

第二编 认识过程与教学

第四章 注意	(77)
第一节 注意的概述.....	(77)
第二节 注意的种类.....	(83)
第三节 注意的品质.....	(89)
第四节 注意的规律在教学中的应用.....	(96)
第五章 感觉和知觉	(101)
第一节 感觉和知觉的概述.....	(101)

第二节	感觉的一般规律·····	(114)
第三节	知觉的特性·····	(121)
第四节	感知规律在教学中的应用·····	(130)
第六章	记忆·····	(136)
第一节	记忆的概述·····	(136)
第二节	记忆过程的分析·····	(144)
第三节	记忆规律在教学中的应用·····	(163)
第七章	思维·····	(173)
第一节	思维的概述·····	(173)
第二节	思维的基本过程·····	(180)
第三节	解决问题的思维过程·····	(183)
第四节	创造性思维及其培养·····	(188)
第五节	思维与教学·····	(192)
第八章	想象·····	(198)
第一节	想象的概述·····	(198)
第二节	想象的种类·····	(203)
第三节	想象的个别差异和培养·····	(209)

第三编 情、意结构与心理健康的维护

第九章	情绪与情感·····	(215)
第一节	情绪和情感的概述·····	(215)
第二节	心理健康·····	(235)
第十章	意志·····	(244)
第一节	意志的概述·····	(244)
第二节	意志行动的分析·····	(254)
第三节	意志的品质与培养·····	(259)

第四编 个性差异与因材施教

第十一章 能力	(273)
第一节 能力的概述.....	(273)
第二节 能力的结构与测量.....	(276)
第三节 能力的个别差异.....	(284)
第四节 能力形成的条件及其培养.....	(293)
第十二章 气质与性格	(297)
第一节 气质及其个别差异.....	(297)
第二节 性格及其个别差异.....	(306)
后 记	(318)

第一篇 基础理论

第一章 心理学的对象、 任务与方法

本章学习要点

- 1、了解心理学研究对象和范围。
- 2、认识心理学研究在理论和实践上的意义。
- 3、掌握心理学研究的方法。
- 4、了解心理学的历史、现状与发展。

第一节 心理学的对象

一、心理学对象的一般概念

任何科学都有自己特定的研究对象。而且，通常人们对一门科学的探讨，总是从它的研究对象入手的。那么，心理学的研究对象是什么呢？

心理学是研究人的心理现象发生、发展及其变化规律的科学。

心理现象不同于物理现象，它没有形状、没有大小、没有气味、也没有重量，因而不容易为人们所了解。但是心理现象又是人们在劳动、学习、游戏等活动中时时刻刻都在产生着的，是每个处于清醒状态的人所熟悉的。如，我们听到“树”的沙沙声，看到光亮、颜色，尝到滋味，闻到气味，摸到物体的硬软或冷热等都是感觉。在这些感觉的基础上，能辨认出这是风、阳光，那是花朵、大理石等等，这是知觉。在离开刺激物的作用之后，原来听过的话语，看过的某些图形、物象仍“犹在耳”、“历

历历在目”，这是记忆。人不仅能通过记忆把经历过的事物回想起来，而且还能想出自己从未经验过的事物，如形成小说里所描写的人物形象和场面，这就是想象。凭借人所特有的语言，通过分析、综合来判断事物的本质及其发生发展的规律，如，医生根据病人的体温、脉搏、舌苔、血液或排泄物的化验结果，推断出病人某一内部器官发生病变的这个思索过程，就是思维。

感觉、知觉、记忆、想象、思维都是属于对客观事物的认识活动，即都是为了弄清客观事物的性质和规律而产生的心理活动，这种心理活动在心理学上统称为认识过程。

人在认识客观事物时，并非是无动于衷的，常常会产生满意或不满意，愉快或不愉快等态度体验，这在心理学上叫情感过程。

人不仅认识客观事物，对它产生一定的感受，而且还能根据对客观事物及其规律的认识自觉地改造世界。人能够根据自己的认识确定行动目的，拟定计划、步骤，克服各种困难，最后把计划付诸行动，这种自觉地确定目标并力求加以实现的心理过程叫做意志过程。

所有这些心理现象，认识、情感、意志统称为心理过程。心理过程是心理学研究对象的一部分。认识、情感、意志三者之间是互相联系，互相促进，统一在一起的。情感是在认识的基础上产生的，情感的变化依从于认识，这是一方面；另一方面，人对事物的认识又是在情感的支持与激励之下实现的。而在认识的基础上，在情感的推动下进行的意志过程又反过来加深着认识和情感。

由于每个人的先天因素不同，生活条件不同，所受的教育影响和所从事的实践活动也不同，因此，这些心理过程在每个人身上产生时又总是带有个人特征的，这样就形成了每个人不同的个性。其中包括个性意识倾向性（需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观）和个性心理特征（能力、气质和性格）。如，人的兴趣有倾向性、广度、稳定性上的不同；各人的观察力、注意力、记忆力、想象力、思考力也不同，有的能力高，有的能力低；人

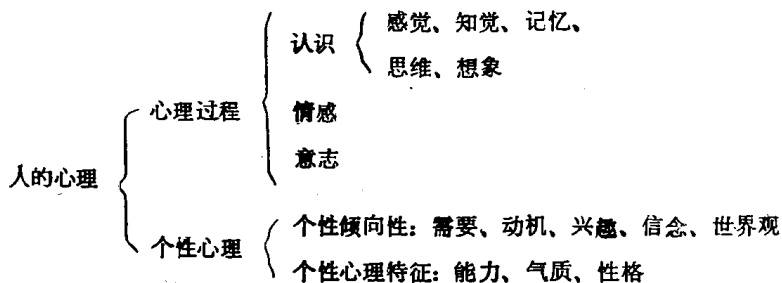
的情感体验的深浅度、表现强弱，克服困难的决心和毅力的大小也不同。所有这些都是个性的不同特点。

必须指出，心理现象的各个方面并不是孤立的，而是彼此相互联系着的。不仅在认识、情感、意志过程之间，而且在个性心理和心理过程之间也是密切联系着的。没有心理过程，个性心理就无从形成。同时，已经形成的个性心理特征又制约着心理过程，在心理过程中表现出来。如，具有不同兴趣和能力的入，对同一首歌，同一幅画，同一出戏的评价水平、欣赏水平是不同的；一个具有先人后己、助人为乐性格特征的人，往往表现出坚强的意志行动。事实上，既没有不带个性特征的心理过程，也没有不表现于心理过程之中的个性特征。二者是同一现象的两个不同方面。我们分开来讲，是为了学习的方便，在掌握一个人的心理全貌时，必须把它们结合起来考察。

总之，心理学是研究心理过程发生、发展的规律性；研究个性心理形成和发展的过程；研究心理过程和个性心理相互关系的规律性的科学。

二、心理学的内容与基本结构

综上所述，人的心理是一个统一的整体，有它内在发展的逻辑关系。作为一门普通心理学，一般是按下列结构来安排内容的：



换句话说，心理学通常是从两个方面去研究人的心理。一是共同的心理过程，即个体心理形成及活动表现的一般过程；二是个性心理，即人与人之间在个性倾向性和比较稳定的个性心理特征上的个别差异。

第二节 心理学的任务

一、心理学的基本任务

心理学的基本任务是揭示心理现象的本质和发生发展的规律。具体地说是研究心理活动过程的规律和产生的生理机制，研究个性心理特征形成过程的规律和条件，也研究心理活动的过程和个性的关系。其目的是为了从理论上弄清人的心理的本质和在各种实践活动中如何充分发挥人的因素的作用，提高各种劳动和学习的效率，更好地适应现代社会生产和生活不断发展的需要，有成效地改造客观世界和主观世界。

二、心理学的主要分支

心理学的研究范围非常广泛，形成了许多分支，分别研究不同领域中的心理现象或心理现象的某一方面，并且具有自己特定的对象、任务和意义。

普通心理学研究正常人心理活动的最一般的规律。它既概括了各个分支心理学研究的成果，又是各个分支心理学的理论基础，因此，要想学好某一分支心理学必须先学好普通心理学。

生理心理学研究心理现象的生理机制，揭示心理现象与它的物质本体——神经过程的关系，进而说明心理现象的本质。

教育心理学是研究学校教育和教学过程中心理活动规律的科学。学校的根本任务是培养社会主义建设各方面的人才。人民教师除了具有高深的专业知识外，还必须掌握教育科学本身的知识，即心理学和教育学的知识。教育、教学内容的确定和方法

的选择，都必须以学生心理发展规律为依据。

儿童心理学研究儿童心理发生、发展规律和儿童各年龄阶段的心理特征。它与教育心理学关系密切，对于幼儿教育、学校教育具有重要意义。

社会心理学研究个人与社会的相互关系，研究人与人交往中的心理现象，协调个人与社会、个人与个人之间的关系。

司法心理学研究侦缉和审讯过程中的心理问题，也研究罪犯的个性心理特点和劳教中的心理学问题。

艺术心理学研究艺术创作和欣赏过程中心理活动的规律，探讨美术、音乐、文学和戏剧表演能力的发展问题。

此外，还有医学心理学、咨询与临床心理学、工业心理学、管理心理学、运动心理学、军事心理学等等。

心理学门类的众多与迅速发展，不仅表明人类对于了解自身的兴趣日益浓厚，而且也表明心理学的理论研究与应用研究具有巨大的实践价值。

三、研究心理学的意义

研究心理学对马克思主义认识论的发展具有重要意义。心理学在研究脑对客观现实反映过程中所取得的成果丰富了认识论，证明了辩证唯物主义的基本原理，并使它具体化。它所揭示的心理与脑的关系，心理与客观现实的依存关系，科学地论证了物质第一性，意识第二性这个马克思主义哲学的基本原理，有力地抨击了各种唯心主义的思潮。列宁说：“心理学提供的一些原理，使人们不得不拒绝主观主义，而接受唯物主义。”心理学探讨外部客观条件如何决定着各种心理过程的进行，如何影响个性特征的形成，揭示了外部条件与心理现象之间的因果制约性。从而把辩证唯物主义的普遍联系——因果联系具体化了。心理学研究在一定社会历史条件下个性形成的规律，把历史唯物主义重要原理具体化。研究人的认识活动及形成表象和概念的过程，使马克思主

义认识论原理具体化了。

心理学不仅有重要的理论意义，而且有着广泛的实践意义。它可以提高人的实践活动效率。在科学迅速发展的今天，心理学知识对各行各业的现代化是必不可少的。

作为师范院校的学生——未来的人民教师只有学好心理学，才能提高教育工作的自觉性。因为教育是教育者创设特定的教育情境和通过师生交往，有计划、有步骤地把人类积累的有用知识、社会规范转交给受教育者，并引导他们沿着社会所规定的教育目标成长的过程。教育工作者的对象是人，是年轻一代的学生。处于发展中的学生不仅有自己心理活动的规律，而且也存在着个性差异和年龄阶段的心理特点。教育者对学生施加影响，包括他所提出的要求、讲授的内容、采取的方式方法等，如果符合学生的需要、心理活动的规律和发展的水平及特点，它就有可能为学生所接受并成为他们自己的东西，从而促进发展，否则就会事倍功半，甚至事与愿违。教育者若能了解一些心理学的知识，就可以运用心理学原理分析学生的实际，制订比较合理的教学或教育方案，预见后果，总结成败的经验教训，剖析存在于学生身上的各种问题的客观原因与心理原因，采取对策。这样就会把教育工作做得更自觉更有效。另外，心理学对于自我教育、自我提高，不断地改善自己的心理品质也是有着重大意义的。

第三节 心理学的研究方法

研究心理现象，特别是研究教育过程中的心理现象，不仅是心理学专业工作者的职责，也是身处第一线的工作者义不容辞的使命，为了开展好这方面的工作，必须熟悉研究方法。

一、心理学研究的基本原则

心理学的研究方法很多，但都应遵循一定的原则。

（一）客观性原则

恩格斯说：“唯物主义的自然科学不过是对自然界本来面目的朴素的了解，不附加任何外来的成份。”^①毛泽东同志说，要实事求是，“‘实事’就是客观存在着的一切事物，‘是’就是客观事物的内部联系，即规律性，‘求’就是我们去研究。”^②这就是说，一切科学研究都必须遵循客观性原则。

心理现象是一种客观存在的事实，它是和活动的外部及内部条件互相联系的，所以研究人的任何心理活动，都必须依据别人可以观察并加以检验的客观事实，严格贯彻客观性的原则。切忌根据实验者的主观愿望或猜测来分析人的心理。

（二）发展性原则

任何心理现象都是客观发展的，因此在心理研究中还必须遵循发展的原则，不仅要看到现时特征，而且要看到发展前景。包括较稳定的个性心理特征，由于长时间各种因素的作用也可能发生变化。

（三）分析与综合的原则

分析与综合的原则是任何科学深入认识其对象的有力手段。在心理学研究中贯彻分析与综合的原则，至少包括以下两层意思：其一，心理、意识虽然是很复杂的现象，但可以通过剖析将其分解为各种形式进行专门的考察研究，而后通过综合将其看成有机联系的整体加以理解；其二，在研究某一种心理形式与现实条件的依存关系时，也可以分别地考察某一条件在其中所起的作用，而后将揭示的各种规律加以综合运用。没有分析就不会有综合，不综合就会使分析的结果成为割裂的现象。综合的观点在心理学中也可以称之为系统论的观点，因此这个原则也被叫做系统性原则。

（四）教育性原则

这是在教育过程中研究学生心理必须遵守的原则。研究学生

①《马克思恩格斯选集》第3卷，人民出版社，1972年版，第527页。

②《毛泽东选集》第1卷，人民出版社，1964年版，第801页。

心理是为了更好地教育学生，而不是为了研究而研究。因此，进行这方面的研究不仅要在课题选择上考虑教育意义，使其结果有助于教学、教育质量的提高，而且在研究方案上的设计和实际进行的过程中应考虑对学生有良好的教育影响，不做有损学生身心健康发展的事。这个道理极易明白，而常为研究者所忽视，因此一些研究甚至给学生、被试留下难以弥补的心理创伤，这是不允许的。要想避免这种情况的发生，研究者就必须牢记教育性原则，时刻保持“自己是教育者”的意识，把促进学生成长的任务与研究任务协调一致起来。

二、心理学研究的基本方法

科学的心理学，除了遵循科学的共同原则之外，其具体的研究方法是很多的，主要是观察法、实验法。

（一）观察法

观察法是在日常生活条件下，通过被试的外部表现去了解其心理的方法。

例如，研究婴儿的心理发展，就可以采用这种方法。我们可以选特定的婴儿，在一定时间内详细观察他的活动，记录他的身体运动、发声以及当时的客观情况，这样观察到一定时期后，观察记录材料积累到一定数量时，就可以进行分析，从中找出婴幼儿心理发展的规律。早期心理学家如我国的陈鹤琴，瑞士的皮亚杰都曾利用观察法取得了重要成果。

观察法在儿童心理和教育心理方面应用最广。广大教师长期与儿童生活在一起，最有条件系统地观察儿童及青少年的心理和行为。长期坚持下去，可积累大量的第一手资料，为以后的研究打下基础。但观察法的使用有一定的要求，最重要的是观察要客观全面，要有详细的记录，并要进行长期的追踪。同时，观察要有目的和明确的计划。

观察法的优点是简便易行，所获得材料比较真实。但由于它

是在自然（非控制）的条件下进行的，所以要获得某些特定心理现象的表现时，往往要经过长期的等待，加上观察的环境是复杂的，人的行为又往往由多种因素引起的，只是观察难以分清哪些是引起某种心理现象表现的真正原因，哪些又是次要原因。观察得来的材料也难以数量化，难以说明刺激条件与心理变化之间的精确关系。最后也难以进行统计处理。为了克服这些弱点，就需要有控制的观察，即实验法。

（二）实验法

实验法是近代自然科学普遍采用的方法，不少社会科学也开始采用。实验法的主要特点是严格控制条件，主动引起所要考查的心理现象和行为。然后，对其结果做出数量分析。运用实验法，使心理事件与外界刺激之间的关系明确化，并且有重复性的特点。因此对一个实验结果可以反复地进行验证。

实验法主要有两种形式。

1、实验室实验法。它是在特设的心理实验室内借助于专门的实验仪器来进行。实验室实验法要求严格地控制外界条件。若以光作刺激的实验，一般在暗室中进行，以声音作刺激，一般在隔音室中进行。实验者控制经过精心选定的实验变量（如声、光等），然后记录被试的反应。综合大量被试的结果，即可得出比较可靠的心理学结论。

实验室实验法对于研究人的感觉和记忆的心理过程很有效，其结果不仅精确，而且易于检验。这种方法已被扩展到对复杂心理现象的研究上，如思维、情感、性格诸方面。但是实验室实验法也有其缺点。由于实验是在人为的情境或孤立的条件下进行的，其情况与日常生活有较大的差距，同时其结果也常常受被试者的情绪及态度变化的影响。因此，实验结果的推广要受到一定限制。

2、自然实验法。自然实验法是在日常生活的情境中，适当控制条件结合经常业务进行的。它具有观察法和实验室实验法的优点，同时又克服了它们的不足。这种方法在儿童心理学、教育心