

DANGDAI ZHONGGUO DAXUESHENG

XINLI TEDIAN YU JIAOYU

国家哲学社会科学“八五”重点课题

黄希庭

郑涌等

著



xinli tedian yu jiaoyu

# 当代中国大学生 心理特点与教育

这是一项对当代中国大学生的心理特点进行全方位系统研究的成果，是科研协作的结晶。其中包含11个子课题：大学生的学习与创造；智力发展与开发；人生价值观的特点与教育对策；品德心理特点与教育对策；人际关系特点与教育对策；爱情心理特点与教育对策；审美心理特点与教育对策；自我概念与调整；心理健康与咨询；就业准备与指导以及少年大学生的心理特点与培养。课题组成员在全国范围里百余所高校中广泛抽样，历时五年，以资料翔实，数据可靠，方法科学而著称。它不仅有利于青年心理学理论建设，对教育心理学、社会心理学、哲学、伦理学、政治学、教育学等学科建设也有借鉴作用；所提出的教育建议则对高校教育工作和大学生自我教育有一定应用价值。

上海教育出版社

shanghai jiaoyu chubanshe

DANGDAI ZHONGGUO DAXUESHENG  
XINLI TEDIAN YU JIAOYU

# 当代中国大学生 心理特点与教育

黄希庭

郑涌等 著

上海教育出版社

国家哲学社会科学“八五”重点课题

## 当代中国大学生心理特点与教育

黄希庭 郑涌 等著

上海教育出版社出版发行

(上海永福路123号)

(邮政编码:200031)

各地新华书店经销 上海市印刷十二厂印刷

开本 850×1156 1/32 印张 12.75 插页 4 字数 311,000

1999年4月第1版 1999年4月第1次印刷

印数 1—3,150本

ISBN 7-5320-6256-2/G·6411 定价:(软精)17.50元

## 序

《当代中国大学生心理特点与教育》是我在以往有关研究基础上所取得的一项新成果。我研究青年心理发展与教育已有相当长的时间。从1982年以来,我一直关心青年心理的发展和教育工作,并主持完成了中国社会科学院“六五”研究课题“大学生心理研究”,出版了专著《大学生心理学》(上海人民出版社1988年版)。1985年,我申报了国家教委博士点专项科研基金项目“体制改革与当代中国青年价值观”,经过六年努力,出版了专著《当代中国青年价值观与教育》(四川教育出版社1994年版)。1992年我申报了国家哲学社会科学“八五”规划重点研究课题“当代大学生心理特点与教育对策研究”,摆在面前的这部专著是由我领衔,经课题组同仁五年努力而完成的成果。

这是一项对当代我国大学生的心理特点进行全方位系统研究的成果。本课题被批准后,经过充分的前期准备,于1992年11月15日至18日,包括来自中国科技大学、中国人民大学、北京师范大学、华东师范大学、浙江大学、重庆大学、安徽大学、西南农业大学、首都师范大学、四川师范大学、西南师范大学等10余所高校的课题组成员,在我校举行了开题研讨会。会议的中心议题是:(1)讨论总课题和11个子课题的研究设计方案;(2)讨论并确定完成本课题的时间安排。与会同志围绕上述中心议题,就我所提出的总课题设计方案以及各子课题的指导思想、研究内容、研究方法、研究步骤、成果形式以及子课题间的协作方式进行了深入的讨论,并达成共识,充分体现了团结、民主、求实、创新的科学研究精神。会议

期间,我应课题组成员的要求作了“问卷设计应注意的问题”的报告。从接受课题任务开始,我们就十分重视科学研究的指导思想和科学研究的方法论问题。在方法论上,本课题确定:(1)坚持实证研究与理论研究相结合,做到理论联系实际;(2)根据各子课题的研究内容的特点,采用多种研究方法,例如调查法、文献分析法、教育经验总结法、教育实验法等,力争将几种方法结合起来,以便于取长补短,并且尽量采用新的研究方法,如模糊数学、灰色理论等;(3)实证研究的结果必须作信度和效度检验,提倡使用多特质-多方法分析检验效度,尽量提高研究结果的信度和效度。总之,我们将努力做到以充分的事实材料来阐明当代大学生心理发展的特点,根据邓小平的教育理论,按照当代大学生心理发展的特点和时代发展的趋势,结合哲学、伦理学、政治学、教育学等邻近学科的知识,提出教育建议,努力把我们的大学生培养成为有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义新人。

这项研究成果是科研协作的结晶。本课题共分为 11 个子课题,包括:(1)大学生的学习与创造;(2)大学生的智力发展与开发;(3)大学生人生价值观的特点与教育对策;(4)大学生品德心理特点与教育对策;(5)大学生人际关系特点与教育对策;(6)大学生爱情心理特点与教育对策;(7)大学生审美心理特点与教育对策;(8)大学生的自我概念与调整;(9)大学生的心理健康与咨询;(10)大学毕业生的就业准备与指导;(11)少年大学生的心理特点与培养。课题组成员为了使研究结果具有较高的代表性,精诚团结,互相帮助,克服了经费不足的困难,在祖国的东、南、西、北、中各个地区的理、工、农、医、师范、综合大学等各类高校百余所大学中广泛抽样,尽量做到保证科学研究的需要。在上述工作的基础上,1995 年 4 月 1 日至 5 日在成都市四川师范大学举行了总课题专著的初稿讨论会。会上,课题组成员根据本课题确定的方法论原则和指导思想对各章内容进行了深入细致的讨论。各子课题负责人根据大家提

出的意见又进行了一年多的补充调查和修改。本书撰稿人按章序是：第一章黄希庭，第二章张庆林，第三章李红，第四章张进辅、渠淑坤，第五章韦茂荣、刘先强，第六章肖崇好、黄希庭，第七章陈流汀、李志、吴绍琪、郭孝菊、郑涌，第八章郑涌，第九章郑涌，第十章马建青、王东莉，第十一章石渝，第十二章刘玉华、朱源、康庄、薛淑坤、孔燕。最后由我统稿定稿。在我统稿期间，郑涌博士协助我做了大量的工作。

因此，总的来说，本项研究成果的指导思想是正确的，研究方法比较科学，资料充分翔实，数据可靠，得出的结论是可信的和有效的。它不仅对我国青年心理学的理论建设具有重要意义，而且对教育心理学、社会心理学、哲学、伦理学、政治学、教育学等学科的理论建设，也有所借鉴作用，具有较高的学术价值；所提出的教育方面的意见和建议，则对当前高校的教育工作及大学生的自我教育有一定的应用价值。本书完稿后，我们聘请我国心理学家、教育家车文博教授、刘兆吉教授、沈德立教授、林崇德教授、杨治良教授、沈政教授、张必隐教授进行通讯评议鉴定。“鉴定组成员一致认为，这项对我国当代大学生的心理特点进行全方位系统研究的成果质量可靠，水平较高，其学术价值和社会效益都值得肯定。”

大学生心理研究内容，十分丰富；大学生心理特点受多种因素的影响，极其复杂。虽然我们经常废寝忘食，力求精益求精，但毕竟学识和精力有限。岁月如梭，直至付梓之际，仍感到每章都还有不够完善之处。我们决心在未来的研究中继续努力，在青年及大学生心理这一研究领域取得更大成绩。

黄希庭

1998年6月28日于

西南师范大学窥渊斋

# 目 录

|              |                               |     |
|--------------|-------------------------------|-----|
| <b>第 一 章</b> | <b>绪论</b> .....               | 1   |
| 第一节          | 大学生心理研究的一般问题.....             | 1   |
| 第二节          | 大学生心理发展的理论 .....              | 12  |
| 第三节          | 改革开放以来我国大学生的心理轨迹 .....        | 24  |
| <b>第 二 章</b> | <b>大学生的学习与创造</b> .....        | 28  |
| 第一节          | 大学生学习与创造研究的一般问题 .....         | 28  |
| 第二节          | 大学生的学习心理特点研究 .....            | 30  |
| 第三节          | 创造型大学生的调查研究 .....             | 40  |
| 第四节          | 大学生创造性学习能力的培养 .....           | 52  |
| <b>第 三 章</b> | <b>大学生的智力发展与开发</b> .....      | 73  |
| 第一节          | 大学生智力研究的一般问题 .....            | 73  |
| 第二节          | 当代大学生的智力发展特点研究 .....          | 84  |
| 第三节          | 大学生智力开发的策略 .....              | 96  |
| <b>第 四 章</b> | <b>大学生人生价值观的特点与教育对策</b> ..... | 110 |
| 第一节          | 大学生人生价值观研究的一般问题.....          | 110 |
| 第二节          | 当代大学生的人生价值观特点研究.....          | 116 |
| 第三节          | 大学生人生观教育对策.....               | 127 |
| <b>第 五 章</b> | <b>大学生品德心理特点与教育对策</b> .....   | 133 |
| 第一节          | 大学生品德心理研究的一般问题.....           | 133 |
| 第二节          | 当代大学生的品德发展特点研究.....           | 139 |
| 第三节          | 大学生品德教育对策.....                | 151 |
| <b>第 六 章</b> | <b>大学生人际关系特点与教育对策</b> .....   | 157 |

|             |                       |            |
|-------------|-----------------------|------------|
| 第一节         | 大学生人际关系研究的一般问题        | 157        |
| 第二节         | 当代大学生人际关系特点研究         | 164        |
| 第三节         | 大学生良好人际关系的培养          | 173        |
| <b>第七章</b>  | <b>大学生爱情心理特点与教育对策</b> | <b>180</b> |
| 第一节         | 大学生爱情心理研究的一般问题        | 180        |
| 第二节         | 当代大学生的爱情心理特点研究        | 187        |
| 第三节         | 大学生恋爱观教育对策            | 212        |
| <b>第八章</b>  | <b>大学生审美心理特点与教育对策</b> | <b>219</b> |
| 第一节         | 大学生审美心理研究的一般问题        | 219        |
| 第二节         | 当代大学生的审美心理特点研究        | 223        |
| 第三节         | 大学生美育心理对策             | 242        |
| <b>第九章</b>  | <b>大学生的自我概念与调整</b>    | <b>248</b> |
| 第一节         | 大学生自我概念研究的一般问题        | 248        |
| 第二节         | 大学生自我概念的特点研究          | 254        |
| 第三节         | 大学生自我统合的状态分析          | 269        |
| 第四节         | 大学生积极调整自我概念的建议        | 273        |
| <b>第十章</b>  | <b>大学生的心理健康与咨询</b>    | <b>279</b> |
| 第一节         | 大学生心理健康与咨询研究的一般问题     | 279        |
| 第二节         | 大学生心理健康研究             | 295        |
| 第三节         | 大学生心理咨询研究             | 298        |
| 第四节         | 高校心理咨询的未来走向及发展对策      | 316        |
| <b>第十一章</b> | <b>大学毕业生的就业准备与指导</b>  | <b>322</b> |
| 第一节         | 大学生职业心理研究的一般问题        | 322        |
| 第二节         | 当代大学生的职业心理特点研究        | 330        |
| 第三节         | 大学毕业生的就业心理准备          | 338        |
| <b>第十二章</b> | <b>少年大学生的心理特点与培养</b>  | <b>342</b> |
| 第一节         | 关于超常儿童研究的一般概念         | 342        |
| 第二节         | 少年大学生的心理特点            | 345        |



## 目 录

---

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 第三节 少年大学生的培养措施..... | 360 |
| 参考文献.....           | 368 |
| 主题索引.....           | 388 |

# 第一章 绪 论

大学生一度被称为“时代骄子”，大学校园也成了“象牙塔”。这些年来，我国的高等教育事业虽然得到了迅速的发展，但大学生仍旧是少数，他们仍然是令同龄人羡慕的群体。在很多人看来，他们聪明、自信，过着无忧无虑的生活。然而，当我们真正走入大学校园，深入大学生的生活实际，就会发现情况远比我们想象的复杂，有些甚至出乎人们的意料之外。一幅出现在大学生宿舍门口的对联写道：“攻读托福，进退维谷，试问大地，路在何方；知识金钱，冰炭在怀，敢啸苍天，谁主沉浮？”一种不甘寂寞、不安现状的心态溢于言表。今天的大学生究竟怎么了？本章开宗明义，所要阐述的问题是：如何研究大学生心理？如何从理论上对大学生心理的发展加以解释？如何看待当代大学生心理的基本走向？对这些问题的回答，也是本书首要的任务。

## 第一节 大学生心理研究的一般问题

### 一、大学生心理的丰富内容

大学生所表现出来的心理现象是多种多样的。当然，与一般个体心理现象一样，大学生的心理现象也可以划分为心理过程、心理状态、心理特征、心理倾向性以及心理构成物等形态。为了要体现出专门对正在高等学校就读的大学生的心理加以研究的特色，本书采用了如下观点。

#### （一）发展观

从中学考入大学,大学生显然进入了一个新的发展阶段。**发展观**(developmental view)强调个体的心理发展变化与其年龄的关系。大学生入学大多在十八九岁,或者更大一些,整个大学四年大致处在青年晚期。因此,从发展心理学的角度而言,大学生心理属于**青年心理学**(adolescent psychology)的研究范畴。从已有的研究看,处在这一时期的青年,不仅继续其认知发展、社会发展及道德发展,而且,一个重要的内容是解决自我统合的问题,如此才能真正完成从儿童期向成年期之间的过渡。本书第九章将专门讨论大学生的自我统合状态;在此之前,从第二到第八章,先分别涉及大学生在认知、道德、社会、审美等方面的心理发展。

### (二) 社会观

生活在大学校园这个特殊的社会环境,是大学生不同于同龄人的一个显著特点。**社会观**(social view)强调个体心理受团体的影响以及团体里个体间彼此的影响。对大学生而言,学校的规章制度,学校的舆论、习俗及时尚,以及大学里建立起来的同学关系、朋友关系、师生关系等,都对其心理发展和心态产生重要影响。从这个角度而言,大学生心理也属于**学校心理学**(school psychology)的研究范畴。本书第六、七章专门对大学生的人际关系及爱情问题作了研究。此外,大学生最终面临的择业与就业问题,也是其社会化的一个重要历程,本书第十一章作了讨论。

### (三) 应用观

本书对当代大学生心理特点的研究,始终着眼于提出相应的教育对策。为此,本书运用了**教育心理学**(educational psychology)、**管理心理学**(managerial psychology)、**咨询心理学**(counseling psychology)等学科的知识、原理和技术,充分体现了本书的**应用观**(practical view)。其中,教育心理学研究的是教育情境中师生间的交感互动行为,因其系统的理论与技术在本书具有普遍的指导、借鉴意义,故而在本书各章都有体现;管理心理学研究的主题是团体

组织中的人与事,从对成员的个别差异研究,到团体效能的探讨,其促进组织发展、提升工作绩效的作法在本书的第二、三、五、十二等章有充分的体现;咨询心理学旨在帮助生活适应困难或心理异常者,由了解自己,到认识环境,澄清观念,解除困惑,重建积极的人生。本书对心理咨询的理解,重在发展性咨询,而不是障碍性咨询,因而不仅在第十章涉及大学生心理健康问题时引入了心理咨询,而且在第九章关于自我观念的调整、第十一章关于就业的心理准备等问题上,或多或少都具有心理咨询的色彩。

## 二、研究大学生心理的方法

### (一) 研究大学生心理的方法论原则

研究大学生心理,必须以辩证唯物主义和历史唯物主义的方  
方法论作指导。对于大学生心理研究来说,下列原则特别重要。

#### 1. 客观性原则

任何科学都必须遵循客观性原则。在对大学生心理的研究过程中,客观性原则要求从大学生心理的本来面貌出发,具体地、实事求是地分析影响大学生心理的外部条件、行为反应及其内心体验,不把研究者自己的主观设想掺杂进去。这里,特别要强调对当代大学生的心理现状作出恰如其分的评价,切忌妄下断言、草率结论的作法。

#### 2. 发展性原则

对大学生心理的研究,必须坚持发展性原则,分析影响大学生心理发展的诸因素,研究大学生心理发展的趋势,确定选取哪些质和量的指标来界定大学生心理发展的阶段性,密切注意在大学生心理发展的过程中哪些是新的积极的心理特点,哪些是需要预防的消极的心理特点,等等。目前而言,运用以下三类研究方法所获得的资料,对于以发展的观点来研究大学生心理是十分有用的:

(1) **纵贯法**(longitudinal method),就是按照一定的计划,沿

着一定的时间线索对同一个受试者或同一个团体进行连续性的研究。例如,持续地追踪某个人从小学到中学以至大学的发展历程,或持续地追踪考察大学的某个班级从一年级至四年级发展变化的特点。从理论上说,纵贯法对于发现心理发展变化的前因后果是最适当的研究方法。但在实际使用时,仍有耗时太长、测量工具标准难定、因时代变迁难作普遍推论等缺点与限制。

(2) **横断法**(cross-sectional method),是以不同年龄的个体或团体为对象,就同一问题,在同一时间,使用类似的观测工具,从而获得不同年龄组的同类资料。在对大学生心理的发展性研究中,最常见的是比较以横断法所获得的不同年级大学生的资料,此外,也经常与较低年龄段的中学生和较高年龄段的成人的资料作比较。从发展研究的目的而言,横断法只具有使用方便的优点,并不具备从研究结果建立发展模式的学理价值。因为,根据横断法研究所得资料,只能分析比较不同年龄之间的差异,而不能从此项差异论断是由于发展因素所致。

(3) **后续法**(sequential method),也称**横断后续法**(cross-sequential method),是一种以横断法开始,后续纵贯法的一种综合性研究法。显然,后续法的目的是要将纵贯与横断两种方法合而为一,使之兼具两种方法的优点,避免单单采用其中一种的不足。但是,后续法的实施有较大的难度。

### 3. 社会制约性原则

大学生的心理特点固然有其生理上、年龄上的原因,但它主要是在社会的经济、政治、思想、文化等关系中,在学校、家庭、社会的影响下形成和发展起来的。特别是大学生的心理倾向性,如理想、信念、抱负水平、价值观、人生观和自我概念等,更是受社会历史条件的制约。因此,在研究大学生心理的过程中,必须遵循人的心理的社会制约性原则,注意分析其时代的、校际的、班级的等方方面面的差异。

### 4. 系统性原则

所谓**系统**(system),是指由许多相互联系和相互作用的部分或要素按照一定的层次和结构所组成的、具有特定功能的有机整体。科学认识的系统性原则,就是运用系统方法,即按照事物本身的系统性,把对象放在系统的形式中来加以考察。首先,要求我们把大学生的个体心理作为一个有机的整体,一个多层次、有结构的系统。例如,它包括了相互联系、相互作用的多种子系统(如心理过程、心理状态、心理特征、心理倾向性和心理构成物等)和次级子系统(如认识、情感、意志等);同时又从属于更大的系统,并与其它的系统如物理系统、社会系统和生理系统等密切联系。因此,在研究大学生心理时,必须综合地考察心理现象的各个层次、各个方面以及各种因素;不仅要对学生心理现象本身进行考察,还要把它作为更大整体的一部分来考察,并将它作为许多相互作用着的子系统的总和来考察。其次,要求我们不仅要研究个体的某种心理现象,而且更应着重探讨个体各种心理现象的联系和结构。例如,需要研究大学生的各种心理现象是通过什么联系和结构相互作用并综合地决定其个性,以及个性又是通过什么样的联系和结构影响他的各种心理现象的。最后,还要求我们对心理现象进行动态的考察。大学生的心理是一个动态的开放系统,它与周围环境不断地发生相互作用,同时其内部各子系统、各因素之间在结构和机能上也是经常发生相互作用的。正是这种相互作用,推动了大学生心理的发展。

### (二) 研究大学生心理的主要方法

当代心理学的一般方法,本书都有运用。下面,将按照各种研究方法所具有的控制程度,依次介绍五种。

#### 1. 档案法

**档案法**(archives method)也称**内容分析**(content analysis),主要是通过搜集和分析相关文件资料(或人为的作品)来阐述心理特

点的方法。这是控制程度最小的方法。

文件资料可分为统计资料和文字资料。有助于说明大学生的某些心理特点的统计资料,如大学生入学年龄和性别的比率,考取硕士生、升留级的百分比,大学生在各部门就业的百分比等;文字资料正式的如国家机关、中央统计管理部门的文件,高等学校党政部门及学生社团的总结报告,某些新闻报道等,非正式的如个人的日记、自传、信件、思想小结等。要指出的是,上述这些文件资料都不是专门为研究大学生的心理而撰写的,它们只能间接地提供与研究题目有关的信息。因此,在用档案法研究大学生的心理特点时,一方面要核实所获得的文件资料的可靠性、可信性和准确性,另一方面还需按照研究题目的要求,确定标准,对既有的材料进行必要的加工、分类和选择。

档案法的主要优点是:(1)它不像直接研究法那样,被试者因知道自己被观察而产生不自然的反应。(2)它可以研究涉及广大时空范围的问题。例如,我们可以搜集“文革”前后大学生的日记或自传,分析不同时代大学生的思想倾向性;也可以搜集世界各国有关研究课题的文件资料进行研究。但是,档案法也有不少缺点,主要是:(1)难以搜集到研究所需要的资料。例如,日记是研究大学生心理有价值的资料,但日记的私密性使得大多数人不愿意提供出来。(2)不少资料真假难分,影响研究结果的可靠性。例如,大学生的日记、思想总结等资料,虽然其中可能反映了他们的真实思想,但也往往混杂有自我夸大、自我歪曲等虚假的内容。(3)由于没有明确的客观标准,研究者对资料的分析往往易带主观性。

## 2. 观察法

由研究者有计划地观察记录个体或团体的行为活动,从而分析判断其内在心理的一种方法,称为**观察法**(observational method)。观察法是科学研究上最原始,也是应用最广的一种方法,几乎从事任何研究时都离不开观察法。

观察的内容一般包括：(1)情境，这是被试活动和事件出现的舞台和背景；(2)人物，包括被试的角色、身份、数目、相互间的关系、团体情况等；(3)事件，包括事件的性质、发生时间、出现频率、持续时间、重复次数等；(4)行为活动，包括行为活动的性质、动因、发展趋势和影响等。

在实际进行观察时，观察者可以有两种不同的身份：**参与观察者**（participant observer）和**非参与观察者**（non-participant observer）。参与观察的特点是观察者在一定的时间里活动在被观察者的团体之中，观察和记录该团体或某一个体的行为。由于观察者活动于被观察者的团体之中，成为该团体的成员，被观察者就不会有不自然的反应，这就为广泛有效地搜集资料创造了良好的机会。但这种观察形式也有缺点。如果观察者过分卷入被观察者的活动之中，并且已经习惯化了，这就有可能造成对应当观察的内容视而不见，或失去客观评定的尺度。非参与观察，就是研究者没有介入被观察者的团体之中所进行的观察。这种观察形式有助于研究者保持必要的视域广度，保持评定的客观性。其缺点是被观察者往往容易产生不自然的反应，难以获得较深入的资料。

在实际运用观察法时，有时是在自然情境中直接对行为进行观察、记录，这称为**自然观察法**（naturalistic observation）；有时是在预先设置的情境中进行，这称为**控制观察法**（controlled observation）。自然观察是传统的旧方法，控制观察是改良的新方法。

观察法的主要优点是：(1)它可以观察到被观察者在自然状态下的行为表现，而不像实验法那样，被试的行为是在人为条件下的表现。(2)它可以在当时实地观察到现象和行为的发生，可以把握当时的全面情况、特殊气氛和情境，不像调查法那样，靠被试的回忆，而回忆往往是不准确的。观察法的主要缺点是：(1)观察时研究者处于被动地位，因而按照研究目的所要观察的行为有时往往很难获得，用这种方法搜集资料通常要花费很多时间。(2)观察时间



过长,观察情况就会发生变化,因而观察任务也有可能更加复杂化。(3)能用这种方法的人数相当有限,因而其结果的推广可能受到限制。

由观察法所得的资料,必须具有真实性和代表性。在对大学生心理的研究过程中,科学观察的最主要的条件是:

(1) 必须明确限定观察对象。观察对象是根据大学生心理学研究题目的要求来确定的。它可以是负有一定职能的某个大学生的行为,也可以是某个大学生团体的行为。如果是确定几个观察对象进行观察,则应当预先检查一下,这几个观察对象是否具有共同的特征(学校类型、校风班风、年龄、年级、知识水平等等)。这样才能对观察结果加以比较,做出各个体或各团体的有关结论。

(2) 必须确定所要观察的主要特征。观察对象确定之后,还必须确定所要观察的主要特征,因为在大学生心理学研究中,无论哪一类观察对象的行为表现都是极其多样化的。因此,还必须根据研究题目的要求,确定对哪些主要的行为特征加以观察。被确定的主要行为特征应尽量是能够量化的。这样才有可能使获得的结果具有可比性。

(3) 必须确定观察的方法。观察的具体方法很多,例如,可以对若干同类对象作一次性观察,也可以对同一对象进行多次观察,还可以将这两种方法结合起来使用。如果能做到多次地进行观察,并且在同一时间或不同时间由几个观察者加以观察,其结果的可靠性就会明显提高。

(4) 必须客观地作好记录。这里,最重要的是,必须严格地把“观察”与“传闻”、“描述”与“解释”区分开来。有时当场无法记录,可用作记号的方式帮助记忆,事后必须及时补好记录。如果观察时能用录音、录像加以记录,其效果就更佳。

### 3. 调查法