



中國家政教程編輯委員會

主編：黃建偉

心理

心理

現代家政百科

The Modern
Household Series
Psychology

CHINA PEACE PUBLISHING HOUSE



中國和平出版社

B84

54

2

現代家政百科

心理

中國家政教程編輯委員會

主編:黃建偉

曹均偉 廖蜀容 曹偉民編著

中國和平出版社

责任编辑 李 路 舒志钢
特约编辑 吴 郡

现代家政百科—心理 **曹均伟 廖蜀容 曹伟民 编著**

中国和平出版社出版

(北京市西城区福绥境小乘巷4号)

新华书店北京发行所发行 北京商学院印刷厂印刷 787×1092 1/32

7.375印张 2插页 160千字 1990年6月第一版 1991年6月第二次印刷 定价:3.70元

ISBN7—80037—311—8/G·164

前 言

“现代家政百科”是我国第一部完整、系统地介绍家政知识的大型生活实用丛书，它的编撰，旨在培养具有较高文化素养的家庭主持人。

家政学是涉及自然科学和社会科学的一门综合性学科。美国《新时代百科全书》（1960年版）上说：家政学“这一知识领域所关切的，主要是通过种种努力来改善家庭生活：（一）对个人进行家庭生活的教育；（二）对家庭所需要的种种物品和服务的改进；（三）研究个人生活、家庭生活中种种不断变化的需要和满足这些需要的方法；（四）促进社会、国家、国际状况的发展以利于改善家庭生活。家政学工作者通常是精于本学科五个主要方面之一的专家：艺术、家政管理、家庭关系和儿童发育成长、住宅与家用设备、纺织品与服装。”上述见解，代表了世界各国家政学研究中一些基本的、符合科学道理的认识。但是，中国家政学的创立，除需借鉴各国家政学研究中获得的科学成果外，还要符合中国的国情。我国的家庭是正在发展中的现代家庭，又是在古老文化氛围中延续的传统家庭。因此，中国家政学不仅应当重视我国家庭物质生活的管理，还要不断提高全体家庭成员的文化素养和现代意识，扬弃旧有的、封建的

家庭传统观念，丰富家庭的现代精神生活，培养优秀的下一代人。我们在编撰《中国家政教程》的同时，又编写了这部“现代家政百科”，就是想为读者较完整通俗地提供这方面的知识，同时，也为我国家政学的创立，打下一些基础。

家政学的内容涉及面十分广泛，首批列入本丛书的分著为10大类、共28册：

理——《家政》、《礼节》、《心理》、《应酬》

仪——《服饰》、《美容》、《健身》

食——《烹饪》、《茶点》、《营养》

住——《装饰》、《园艺》、《花艺》

工——《商务》、《工艺》、《家务》

用——《家电》、《用品》

行——《旅行》

生——《生理》、《哺育》、《护理》

娱——《棋牌》、《娱乐》、《舞艺》

教——《法律》、《育幼》、《自修》

首批丛书出版之后，将根据读者的需要，不断修订和增补分册。

本丛书由国内家政学专家、学者撰稿，其科学性、系统性、知识性均较强。同时，又兼有“生活大百科全书”的特点，便于检索，实用性也较强。所以，本丛书既适合一般家庭使用，又可供有关专业人员参考。

“中国家政教程”编辑委员会

“国家政教程”编辑委员会

主 编：黄建伟

副主编：何聿光

编 委：（按姓氏笔划排列）

方小芬	王龙娣	王式羲	王须兴	朱子恩
刘丰顺	刘东远	过剑飞	孙 恺	吴大钧
李冬妹	何聿光	严安泰	吴 真	吴 郡
吴 铮	陈士杰	陈月英	陈秀兰	林幽蓁
郑传本	姚芳藩	胡琴华	顾兆石	徐国良
徐保卫	徐宽仁	钱莉英	梅慧敏	黄建伟
曹均伟	梁国书	褚中毅	雷群明	薛剑青

总封面设计：陆震伟

总版面设计：梁国书

目 录

第一章 绪论	1
第一节 心理与心理实质	1
第二节 心理学的对象与方法	9
第三节 家庭心理研究	14
第二章 心理过程	20
第一节 感觉与知觉	20
第二节 注意与记忆	24
第三节 思维与想象	29
第四节 情感与意志	34
第三章 个性心理	38
第一节 需要与动机	39
第二节 兴趣与态度	45
第三节 气质、性格与能力	50
第四章 人的心理发展	60
第一节 儿童期的心理特征	60

第二节	青少年期的心理特征·····	67
第三节	成年期的心理特征·····	74
第四节	老年期的心理特征·····	79
第五章	婚恋心理·····	83
第一节	性爱心理·····	83
第二节	择偶心理·····	92
第三节	性心理·····	100
第六章	家庭人际关系·····	108
第一节	家庭人际关系的涵义·····	108
第二节	夫妻之间的心理关系·····	114
第三节	父母与子女的心理关系·····	125
第四节	婆媳之间的心理关系·····	131
第七章	家庭管理心理·····	137
第一节	家庭管理及其意识·····	137
第二节	家庭管理的心理透视·····	144
第三节	家庭管理中的心理调适·····	150
第八章	家庭消费心理·····	159
第一节	家庭需要与家庭购买·····	159
第二节	家庭消费的心理透视·····	166
第三节	培养健康的消费心理·····	173

第九章 家庭教育心理	180
第一节 家庭教育的意义	180
第二节 早期教育心理分析	187
第三节 独生子女的个性教育	196
第十章 家庭心理卫生	201
第一节 家庭心理卫生的意义	201
第二节 家庭各生命期的心理卫生	208
第三节 心理失常及其预防	213
第四节 心理健康的维护	221
参考书刊	226

第一章 绪 论

在家庭生活里，我们不难发现大量的心理问题存在家庭成员当中。对家庭这一社会细胞进行必要的心理研究和剖析，将有助于幸福美满家庭的建设，也有助于社会安定和良好风尚的发扬。

每个人都生活在家庭中，或同家庭保持一定的联系。研究家庭心理，从某种意义上说，就是研究每个人的心理。因此，首先就要了解什么是人的心理，心理学科研究的对象、任务和方法，家庭心理研究与普通心理学研究有何关联，以及家庭心理研究的内容等基本问题。

第一节 心理与心理实质

人的心理是什么呢？

“心理”一词来自希腊语的“Psyche”（ΠΨΧΗ），原意为“灵魂”。现在则指感知、记忆、思维、想象、情感、意志、能力、性格、气质、需要、动机、兴趣、信念等心理现象的总和，是人的内心世界。它又称人的意识。

一、心理现象

一般认为，人的心理现象分为心理过程和个性心理差异两大方面。确切地说，心理现象是由上述的心理过程和个性心理加上心理状态三个部分组成的。

（一）心理过程

心理过程是人的心理活动的基本形式，也是人的心理表现的重要方面。由于人的心理过程的性质和形态的不同，又可把它分为认识、情感和意志三个既有区别又有联系的过程。

所谓认识过程，就是接收、储存、加工和理解各种信息的过程，也就是人脑对客观事物的现象和本质的反映过程。这一过程，首先是从感觉开始。人用眼睛、耳朵、鼻子、舌头、手足等器官对客观事物、个别属性的反映就是感觉。而知觉则是对客观事物整体的认识。人感知过的事物，必要时还能够认出和回忆起来，这就是记忆。人利用已有的感知和记忆材料，进行分析、综合、抽象、概括等思考活动，揭示事物的本质和规律。这种对客观事物间接和概括的反映就是思维。思维的一种特殊形式——对感知和记忆材料加工改造后所形成的一种新的形象，这就是想象。可见，感觉、知觉、记忆、思维和想象都是认识过程的有机组成部分。

人在认识客观事物时，决不会麻木不仁、无动于衷，总要对它采取一定的态度，并产生诸如喜、怒、哀、乐、

憎、爱、惧、怨等某种主观体验。这种对于所认识事物的态度的主观体验过程就是情感过程。

人在认识和改造世界的过程中，总有一定的目的。为实现其目的又要想方设法去战胜困难，这种制订计划、采取措施，下定决心，克服困难，达到目的的心理过程就是意志过程。

认识、情感和意志等三种心理过程，并不是彼此孤立和隔绝的，而是互相联系和互相制约的。一方面，人的情感和意志总是在认识的基础上产生和发展起来的；另一方面，人的情感和意志既在人的认识中起着过滤和动力的作用，又是衡量人的认识水平的一个重要标志。

（二）个性心理

个性心理是人的心理活动的基本形式。人的心理活动不仅存在各种各样的心理过程，而且还表现出各自不同的个性差异。人的个性心理，又可分为个性的倾向性和个性的特征。前者就是个体在社会关系中形成的带有倾向性的、本质的和稳定的心理特征的总和。而后者就是个性差异所表现出的能力、气质和性格等方面的特征。个性倾向是个体社会化的心理凝结物或个体心理整体的社会规定性，是个性心理的实质，它反映着人与人之间在整个精神面貌上的差异，也制约着人的全部心理活动的方向和行为的社会价值。个性心理特征，表现着个性差异的具体内容。比如，在性格方面存在着忠厚老实、奸诈狡猾、勤劳俭朴、懒惰奢侈、谦虚谨慎、骄傲自满等个性特征差异。

心理过程和个性心理是密切联系的，首先心理过程是个性心理形成和心理状态出现的条件和表现；其次，个性心理，尤其是心理的个性倾向性又是影响心理过程的具体结果和特征的主观因素。人的心理过程和个性心理是既有区别又有联系的，两者的总和构成了人的心理现象。

二、心理本质

人的心理或意识是客观世界在人脑中的主观映象。这是马克思主义对心理本质的科学规定和根本观点。

（一）心理是脑的机能

心理是脑的机能，脑是心理的器官。人的心理是在周围现实的作用下由脑产生的。这已被现代科学所证明。比如人在睡眠和受麻醉时，心脏的活动没有变异，而精神状态则与往常醒着时大不相同。又如，人的脑受到损伤，心理活动就要受到严重的障碍。临床发现，绝大多数用右手劳动为主的成年人，如果大脑的左侧半球中央前回底部即言语运动区受到损伤，就会导致“运动失语症”，病人可以看懂文字与听懂别人的谈话，但自己却不会说话，虽然病人发音器官正常，就是不能口头上用“词”来表达自己的思想。如果损伤大脑额叶的额中回后部接近中央前回手部代表区的部位，就会导致“失写症”。如果大脑颞叶的颞上回后部受到损失，就会导致“感觉失语症”。如果大脑顶叶的角回受到损失，就会导致“失读症”。诸如此类的

“症”状，充分证明人的大脑两半球是人们的心理器官，人的大脑一旦受伤，人们的心理活动就要产生一定的障碍。正如列宁所说，人的心理、意识是人脑这块“按特殊方式组成的物质的高级产物。”^①

实验证明，人脑这块物质的特殊性和主要优势在于：第一，大脑是由大量神经细胞借助树突（即神经细胞的树枝状短分支）而形成的一个庞大的网络系统。每个神经细胞可能和6万到30万个神经细胞发生联系。人脑可比作由140亿台相互联系的微型电子计算机所构成的信息加工的控制系统。第二，大脑皮层的机能定位极为精细和专门化。第三，人的大脑具有高度的整合作用。广大的联合区，也许是人类大脑的主要特征，因为它比灵长类动物的联合区要大得多。大脑两半球固然有各自的分工，但许多要靠整体性的活动，并非只局限于某一特定的区域。第四，人的额叶特别发达。额叶占人的大脑 $1/3$ 左右，尤其是额前叶部分比其他动物发达，占大脑皮层的25%。它控制着人的智慧活动和复杂行为的高级机能。大脑这种复杂的内在结构，决定了它的特殊机能，使其成为人的心理活动的器官。

现代科学研究表明，人的一切心理活动，就其产生方式来说，就是脑的反射活动。巴甫洛夫对于动物和人的反射活动进行了长期的科学实验研究，建立了高级神经活动

① 《列宁全集》第14卷，人民出版社1957年版，第45页。

学说，为科学地理解心理活动的生理机制提供了一个可靠的客观根据。

脑的反射活动可分为三个主要环节：一是开始环节，亦即感觉器官在外界刺激下引起神经冲动，由传入神经向脑中枢输入信息；二是中间环节，亦即脑中枢将感觉信息进行加工、储存，这一神经过程则表现为主观上的心理现象；三是终末环节，从中枢沿传出神经将信息传至效应器官，引起效应器官的活动，如动作、言语等。

上述三个环节并不是孤立存在的，而是密切联系的。首先，心理现象是由反射的始端的外界事物的作用所引起的。其次，心理现象是反射的中间环节产生的。再则，心理现象对反射终端的反应活动具有调节作用。总之，人脑的内部机能是协调大脑两半球和各个分区，对摄取到的信息进行储存、加工和整理，而人脑的外部功能则是控制、调节和制约机体对外部刺激作出相应的反应。

现代科学研究证明，人脑的反射活动也是一种信息反馈系统的活动。所谓反射的终末环节，并不是反射活动到此终止或结束，而往往是反应活动本身成为新的刺激，引起神经过程，产生新的信息，又返回传入中枢，这一过程就叫做反馈。反馈实质上是被动系统对主动系统的反作用。正是有了反馈，才使人充分发挥主观能动性，从而使人的心理活动成为完整的、连续的过程，更好地反映和改造客观世界。

（二）心理是客观存在的主观反映

心理是人脑特有的属性，人脑是心理的物质基础。但是，心理并不是大脑天生固有的产物，也不是大脑自动产生的东西，而是客观世界在人脑中的反映。正如马克思所说：人的心理“不外是移入人的头脑并在人的头脑中改造过的物质的东西而已”。^①恩格斯也同样说过，人的心理“不是从头脑中，而仅仅是通过头脑从现实世界中得来的”。^②人固然有大脑，但如果没有同客观世界接触，就不会产生心理。据记载，埃及古代有个皇帝，曾把两个新生儿藏于地下室内，指定专人送食物，此外什么也不让接触，几乎与外界绝缘，因此，他们长到12~13岁时，除了怪叫之外，任何话也不会说，头脑中什么概念、什么意识都没有。由此可见，一个同客观世界根本绝缘的人，就不会产生人的心理活动。显然，客观存在是人的心理的源泉。

所谓客观存在，就是指人的意识之外不依人们意识为转移的独立存在的东西。一般来说客观存在可分为三大类：一是天然自然，如日月星辰、陆地海洋、飞禽走兽、气象变迁等等。这是人类生存的自然环境，也是人类实践活动所改造的客观对象。因此，它是人的心理活动的一大源泉。二是人造自然，如工厂、学校、铁路、飞机、大

① 《马克思恩格斯选集》，第2卷，人民出版社，1972年版，第217页。

② 《马克思恩格斯选集》，第3卷，人民出版社，1972年版，第75页。

炮、计算机、宇宙飞船等等。这是“人化的自然”，也是人类创造的具有社会意义的事物。因此，它成为人的心理活动的重要源泉。三是社会生活，如生产劳动、人际交往、社会风尚等等。这是人类生存的社会环境，是个体对存在的实践关系，因此，它是人的心理活动的主要源泉。

人的心理是对客观存在的能动反映，不是被动反映。因为人脑作为高度组织起来的物质，并不是象镜子照映物体那样，死板地、直接地、机械地反映事物的表面现象；而是借助语言这一复杂的代码系统地、间接地、深入地反映过去、现在和未来的事物，掌握事物的本质和规律。

人的心理是主观的反映，不是客观的原型。一个人对现实事物的反映往往同他在长期实践中所形成的个性特点、知识经验、世界观等相联系的，也都是同他当时的心理状态相联系的。客观世界不依人的心理、意识存在，而人们对同一客观现实的反映却依个人的知识经验、个性特点等的不同而有差异。由此可以说，人的心理是客观世界的主观映象。

但是，说人的心理是客观世界的主观映象，并不是对人的心理的客观性的否定，而是说，人在反映客观事物时，人是认识的主体，事物是认识的客体，人的心理，人对现实的反映总是通过具体的人来实现的，总是带着作为认识主体的这个具体的人的特点。正是由于人对当前或未来事物的每一反映都有过去的或现实的知识经验，以及个性特征等参与其中并起着作用，才确保人的认识、反映的不