

李之群

趣味
心理学

华/中/理/工/大/学/出/版/社

第三版

趣

心理学

清华大学心理学系 清华大学心理中心 清华大学心理实验室

085
70
二

李之群

趣味心理学

华/中/理/工/大/学/出/版/社

(鄂) 新登字第 10 号

图书在版编目 (CIP) 数据

趣味心理学/李之群

武汉: 华中理工大学出版社, 1997. 1

ISBN 7-5609-1427-6

I. 趣…

I. 李…

II. 心理学-中等师范学校-教材

IV. B84

趣味心理学

李之群

责任编辑: 徐汉明

*

华中理工大学出版社出版发行

(武昌喻家山 邮编: 430074)

新华书店湖北发行所经销

华中理工大学出版社照排室排版

咸宁地直机关印刷厂印刷

(邮编: 437100)

*

开本: 850×1168 1/32 印张: 11. 375 字数: 280 000

1997年2月第1版 1997年2月第1次印刷

印数: 1-10 000

ISBN 7-5609-1427-6/B·25

定价: 12. 00 元

(本书若有印装质量问题, 请向承印厂调换)

内 容 简 介

讲授或编写“心理学”，纯抽象的说理、纯平淡的描述，容易使人乏味；而纯自由的漫谈、纯随意的渲染，又难以系统地反映心理学知识。怎样把心理学讲得生动有趣，又条序井然呢？为此，本书以普通心理学及有关学习、品德与青少年学生心理的基本理论为框架，在理论知识的顺次讲述中，列举了大量古今文化中有趣的俗语、笑谈、幽默故事及辞赋、医案；名人活动中有趣的言行、举止及其心理活动；科技史中有趣的发明、创造及日常生活中各种有趣的心理现象等等。以期使心理学的讲授符合心理学自身的规律，达到好学而且有趣的目的，因此本书就取名为《趣味心理学》。

前 言

本书是在讲义的基础上形成的。1986年开始实行的中、小学教师专业合格考试，我承担了全县应考教师心理学课程的辅导任务。为了提高成人学习心理学的兴趣，我在系统的理论教学中，尽可能插入了一些通俗有趣、且能反映心理现象和规律的相关知识。包括诸多民族文化的积淀、现代科学技术的趣谈、个人的见闻、经历及体会等。旨在说明：心理学并不枯燥，它反映了很多妙趣横生的百科现象；心理学并不神秘，它体现了不少浅易生动的科学道理；心理学并不遥远，它发生在我们学习、生活与工作的时时刻刻与方方面面。

讲义果然大受欢迎，被认为是改变了心理学理论教学的口味，不少专家和朋友催我赶快成书，但因行政工作繁忙，加之其间又完成了一个省教委委托的中、小学教师继续教育课题，所以迟至如今该书方能出版。

该书体例，参照了国家教委师范司编发的中学教师《专业合格证书》文化专业知识考试之《心理学教学大纲》，因而适应于中、小学教师，大、中专学生，学生家长及社会青年自学心理学之用，也可用作普通心理学的辅助教材。编写过程中，参考了有关大、中专院校的普通心理学教材及湖北大学、湖北教育学院的有关辅导资料，在此一并致谢。

因本人水平有限，且书中涉及的知识范围较广，因而遗漏之处必然甚多，恭请行家及读者指正。

目 录

第一章 绪论	1
第一节 心理学的研究对象	1
第二节 心理学的任务、意义和研究方法	7
第三节 心理的实质	10
第四节 影响人心理发展的诸因素	18
第二章 心理的生理机制	23
第一节 神经系统	23
第二节 神经系统的基本活动方式	28
第三节 高级神经活动的基本过程和规律	34
第四节 大脑的潜能和科学用脑	37
第三章 感觉和知觉	42
第一节 感觉和知觉的概述	42
第二节 感觉和知觉的基本规律	49
第三节 观察和观察力	60
第四章 记忆	64
第一节 记忆的概述	64
第二节 记忆的基本过程及规律	71
第三节 记忆的品质及培养	85
第五章 思维	91
第一节 思维的概念	91
第二节 思维的过程	98

第三节	思维的形式	103
第四节	解决问题的思维过程	112
第五节	思维能力的培养	119
第六章	想象	128
第一节	想象的概述	128
第二节	想象的种类	131
第三节	想象力的培养	136
第七章	注意	139
第一节	注意的概述	139
第二节	注意的种类	143
第三节	注意的品质及注意规律的应用	149
第八章	情感	158
第一节	情感的概述	158
第二节	情感的分类	168
第三节	情感的品质与培养	176
第九章	意志	181
第一节	意志的概述	181
第二节	意志行动的分析	188
第三节	意志的品质及其培养	193
第十章	需要、动机、兴趣	200
第一节	个性心理概述	200
第二节	需要	203
第三节	动机	209
第四节	兴趣	213
第十一章	气质、性格、能力	222
第一节	气质	222

第二节	性格	234
第三节	能力	250
第十二章	学习心理	267
第一节	学习与学习动机	267
第二节	知识的掌握	275
第三节	技能的形式	287
第四节	学习的迁移	297
第十三章	品德心理	304
第一节	品德的概述	304
第二节	品德形成的心理过程	309
第三节	学生不良品德的矫正	318
第十四章	青少年学生的心理	327
第一节	心理发展的年龄特征	327
第二节	少年期学生的心理特征	333
第三节	青年初期学生的心理特征与青少年 学生的心理卫生	342

第一章 绪 论

第一节 心理学的研究对象

一、什么是心理学

要回答这个问题，我们不妨先从感性认识上，了解一下生活中无处不有的心理学的事实。

美国构造主义心理学家铁钦纳曾列举过关于空间、时间和质量的两种大相径庭的观点。先说空间。客观地看，不管几何的、天文的、地理的空间，在传统物理学范畴内，每一个厘米，无论何时何地都是恒定的、等值的、不变的。如测量图 1-1 的两条线段，两线段是等长的，这是物理学的事实。但我们主观地直觉这两条线段时，便明显地

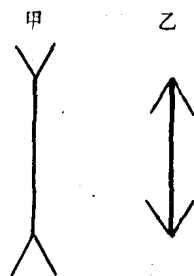


图 1-1

觉得甲长乙短，这时空间显得不恒定了，不等值了，发生了变化了，这就是心理学的事实。再说时间。客观地看，在传统物理学范畴内，每一秒钟，无论何时何地都是恒定的、等值的、不变的，这是物理学的事实。但我们主观地直觉时间，情况就可

能发生变化。爱因斯坦描述他的相对论时曾说，当你向父亲伸着手要钱时，10分钟都嫌太长，当你同女友挽着手散步时，两个小时都嫌太短。这种相对性，反映出时间不恒定了，不等值了，发生了变化了，这也是心理学的事实。再说质量。如果以克为单位把等重的东西分别装进直径不同的两个圆纸盒中，放在天平上客观地称量时，它们总是恒定的、等值的、不变的，这是物理学的事实。但我们分别提起它们时，就会觉得直径小的直升型盒子偏重，直径大的扁平型盒子偏轻，这时质量也显得不恒定了，不等值了，发生了变化了，这也是心理学的事实。概言之，物理学的事实与结论并不依赖于主观经验着的某一个人，它研究的是纯客观的物理现象。心理学的事实与结论则离不开人对主客观世界的主观认识与体验，它研究的是人的心理现象。

由此，我们可以这样定义：心理学是研究人的心理现象发生发展的客观规律的科学。

心理学是一门既古老又年轻的学科。说它古老，是指人类探索自己的心理现象，已有两千多年的历史。从东方先哲孔子（前551～前479年）的“性相近也，习相远也”的论述及其后的“性善性恶”之争，到古希腊亚里斯多德（前384～前322年）的“论灵魂”，都试图以思辨的形式探索人的心灵奥秘。但这远不是严格意义上的心理学，它只是人们在探讨精神与物质的关系时，作为辅助研究，而包含在哲学的三大古老命题（宇宙起源、生命起源、意识起源）之一的“意识的起源”之中。说它年轻，是指心理学作为一门独立的专门研究人的心理现象的科学，是现代学者借助了生理学等现代科学成果及现代实验方法，才使其最后从哲学中分化出来。其标志是德国心理学家冯特于1879年在莱比锡建立世界上第一个心理实验室。正如墨非

(Murphy) 在 1949 年所述：“在冯特出版他的《生理心理学》与创立他的实验室以前，心理学像个流浪儿，一会儿敲敲生理学的门，一会儿敲敲伦理学的门，一会儿敲敲认识论的门。1879 年，它才成为一门实验科学。有了一个安身之所和一个名字”。这距今只有百来年的历史，所以说它年轻。

因为心理学是在现代科学实验中发展起来的，其研究内容又是社会的人，所以它是一门既有自然科学性质、又有社会科学性质的中间学科。

二、心理学的研究对象

心理学的研究对象是人的心理现象。心理现象也叫心理活动，简称心理。人的心理现象包括心理过程和个性心理两个方面。

(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

如我们看到光，听到响，闻到香，尝到甜，触到硬，这都是人的眼、耳、鼻、舌、身五种感觉器官对外部世界的感觉。在感觉的基础上，如果由光而知是灯，由响而知是雨，由香而知是花，由甜而知是糖，由硬而知是铁，这就是知觉。在离开了刺激物的作用后，原来听到的、看到的“话犹在耳边，像如在眼前”，以致“音容笑貌永驻心中，功德情谊永世不忘”，这就是记忆。人不仅能通过记忆反映出事物的具体形式或面貌，还能凭借自己特有的语言，通过分析、综合，从而判断推理出事物的本质及其发生发展的规律。如早起开门一看，满街是水，就可判断夜里下过雨。还如南宋女词人李清照词 [如梦令]：“昨

夜雨疏风骤，浓睡不消残酒。试问卷帘人，却道海棠依旧。知否？知否？应是绿肥红瘦”。这里作者或许还没起床，就通过夜间疾风骤雨而推知室外的海棠花一定受损，因而不满意卷帘人“海棠依旧”的回答，而认定海棠的绿叶尚好（绿肥），但花瓣已散落凋零了（红瘦）。这就是思维。人不仅能客观地反映出各种事物的现象和本质，还能主观地反映出一些从未经验过的、甚至不可能存在的事物。如小学课本中的“弯弯的月儿小小的船，小小的船两头尖，我在小小的船里坐，只看见闪闪的星星蓝蓝的天”。还有一幅得奖儿童画，描绘作者自己在夜空的一弯月牙上打秋千。如此异想天开，这就是想象。在感觉、知觉、记忆、思维、想象的过程中，人们的精神往往高度集中于某一对象，因而对周围环境“视而不见，听而不闻”。如古代学者专注于学，所谓“山崩于前，地裂于后，而色不变”。又如陈景润在沉思慢走中撞在树上，还不知所以的气得骂娘，这就是注意。

感觉、知觉、记忆、思维、想象都是人在认识客观事物的过程中产生的心理现象，这种心理现象叫认识过程。注意本身不是一个独立的心理过程，但它是各种心理过程的一种普遍特性，是认识事物的必要条件。

2. 情感过程

人们在认识客观事物时，并不是无动于衷，而是常常会产生产生满意或不满意，愉快或不愉快等态度体验，所谓“新松恨不高千尺，恶竹应须斩万杆”；所谓“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒”等体验，就是情感或情绪。情感或情绪发生发展的过程叫情感过程。

3. 意志过程

人不仅能认识事物并反映出一定的态度，而且还能根据对

客观事物及其规律的认识自觉地改造环境，包括确定目标，拟定计划，克服困难，予以实施。所谓“不到长城非好汉”、“不达目的誓不休”。这种自觉地确定目标并力求加以实现的心理过程叫意志过程。

上述认识、情感、意志过程统称为心理过程。它们之间是相互联系、相互促进并统一在一起的，是人们对客观世界不断深化的“知、情、意、行”的反应过程。人们常说的，知之深，爱之切，行之坚，正生动地说明了三者之间的关系。

(二) 个性心理

前面所述的心理过程是人所共有的，但因人们的先天素质、所处环境、所受教育及所从事的实践活动各不相同，所以心理过程在每个人身上的反映总是表现出强弱、快慢、指向与否等个别差异，这就是个性心理。个性心理包括个性心理倾向性和个性心理特征。

1. 个性心理倾向性

所谓饥者求食，寒者求衣，这是人们在需要方面的差异。做同一件事，平庸者为名利，高尚者为道义，这是人们在动机方面的差异。书画琴棋，各人所喜，这是人们在兴趣方面的差异。你信你的上帝，我信我的主义，这是人们在信仰方面的差异。或以唯心论看世界，或以唯物论观现实，这是人们在世界观方面的差异。这里，需要、动机、兴趣、信仰和世界观都属于个性心理倾向性。

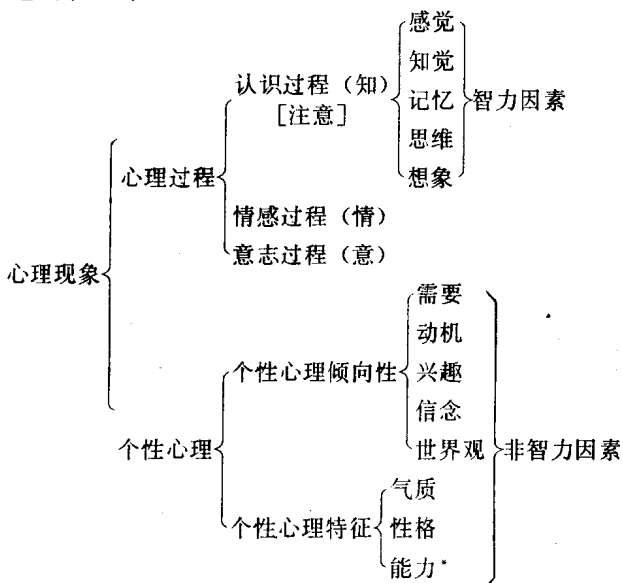
2. 个性心理特征

所谓“百人百性”，或刚、或柔、或稳健、或敏捷，甚至于“江山易改，禀性难移”，这是人们在气质方面的差异。路遇邪恶，有人仗义而出，有人退避不前，有人大公大勇，有人自私

自利，这是人们在品德、性格方面的差异。在同等条件下执行同一任务，有人轻而易举，有人无能为力，这是人们在能力方面的差异。这里，气质、性格和能力都属于个性心理特征。

个性心理倾向性与个性心理特征也是相互联系、相互促进的。如果一个人对某项工作有特别的需求与兴趣，他就会积极地从事该项工作，从而相应地提高自己的某种能力。所谓“痴于书，其文必工；痴于艺，其技必良”，就是这个道理。同时，如果一个人从事某项工作的能力强，他对该项工作的兴趣就会提高，也就会出现能力长志趣的现象。

综上所述，可以看出，心理过程与个性心理结构是心理现象的两个大类，它们都是心理学的研究对象，我们可将其直观地列表如下：



* 能力属智力因素

(三) 心理过程和个性心理的关系

心理过程和个性心理是相互联系而不是彼此孤立的。一方面，没有心理过程，个性心理就无由形成。例如，没有对客观事物的认识，没有伴随着认识所产生的情感，没有改造客观事物的意志，则兴趣、信仰、动机、性格等个性心理就无法形成。另一方面，个性心理也制约着心理过程，并在心理过程中表现出来。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，对同一行为会有不同的意志特点。事实上，既没有不带个性特征的心理过程，也没有不表现在心理过程中的个性特征。二者是同一现象的两个不同方面。正是二者间的相互联系与作用，就形成了人们千差万别的心理特征，反映着丰富多彩的客观世界。

第二节 心理学的任务、意义和研究方法

一、心理学的任务

心理学的基本任务是探讨人的心理发生、发展的规律。包括：研究客观事物如何引起人的心理活动；研究人的心理活动如何在主体的作用下发生、发展；研究心理活动的生理机制，特别是脑的机制。心理学研究的目的在于能够正确说明人的心理现象，从而准确预测人的心理，并根据心理活动规律有效地调节人的心理及行为，最终提高人的实践活动效益。

二、心理学的意义

世界上最复杂、最神奇莫测的事物并不是原子弹、计算机及航天工程，而是人本身。作为研究人的心理现象的科学——心理学，具有独自的特点。一为广延性。即凡有人的活动，就必有人的心理；凡离不开人的活动的科学门类，都离不开心理学。因而心理学的分支也极为广泛。二为复杂性。即研究万物之灵的人的心理是高深无比的。三为现实性。即人们在社会的生产、生活中都需要借助心理学探究并指导人的行为，从而协调人群关系并提高人的实践活动效益。所以，心理学在现代科学领域中占有极其重要的位置，广泛地学习、研究心理学也就具有极其重要的理论与现实意义。

1. 心理学作为一门从哲学中分离出来的现代学科，它客观地揭示了人的心理及意识的起源，破除了有关精神或意识的唯心主义及形而上学观念。因而学习心理学，有利于人们建立科学的、辩证唯物主义的世界观。

2. 心理学作为一门研究人自身的科学，它科学地阐明了人的心理发生发展的规律，因而有利于人们根据这些规律有效地实现自我调节、自我控制、自我完善、自我发展。

3. 心理学作为一门具有广延性与现实性的学科，它已渗透到人们生产、生活及科研的众多领域，因而有利于人们把它作为带头学科，加强对现代各有关学科的深入研究，从而适应并推动现代新的技术革命与科学研究的迅猛发展。

4. 心理学作为教育专业的一门基础理论，它揭示了教育与人的心理发展之间的联系，因而有利于教师正确地认识自己，正确地认识学生，并遵循有关的学习理论及学生心理发展的年龄