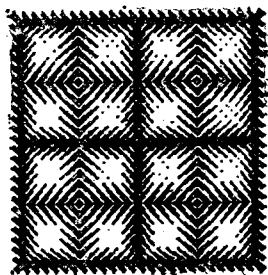


# 心理学漫谈

致青年朋友十七封信

王树茂 著



# 心理学漫谈

——致青年朋友十七封信

王树茂著

中国青年出版社

封面设计：一 禾

责任编辑：曹柏峰

心 理 学 漫 谈  
——致青年朋友十七封信

王树茂著

\*

中国青年出版社出版

中国青年出版社印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

\*

787×1092 1/32 4.25印张 77千字

1985年3月北京第1版 1985年3月北京第1次印刷

印数1—150,000册 定价0.54元

## 目 录

|   |                   |    |
|---|-------------------|----|
| 一 | 既古老又年轻的一门学问·····  | 1  |
|   | ——代序              |    |
| 二 | 占卜术和破译脑电波·····    | 5  |
|   | ——什么是心理和心理学       |    |
| 三 | 脑外伤和精神障碍·····     | 12 |
|   | ——心理是脑的机能         |    |
| 四 | 盲人的梦·····         | 20 |
|   | ——心理是客观现实的反映      |    |
| 五 | 为什么绿色信号变深了? ····· | 26 |
|   | ——感觉              |    |
| 六 | “量体穿衣”与服装美学·····  | 34 |
|   | ——知觉              |    |
| 七 | “盲棋”和口弈·····      | 42 |
|   | ——记忆              |    |
| 八 | 赵树理和他的快板剧·····    | 49 |
|   | ——记忆力的培养          |    |
| 九 | 从牙膏式的臭豆腐说起·····   | 58 |

|    |                     |     |
|----|---------------------|-----|
|    | ——思维 and 思维品质       |     |
| 十  | 拉拉队的一份功劳.....       | 66  |
|    | ——注意和注意力的培养         |     |
| 十一 | 0 : 3 与 3 : 0 ..... | 73  |
|    | ——情绪和情感             |     |
| 十二 | 性爱并不神秘.....         | 82  |
|    | ——性的心理和卫生           |     |
| 十三 | 革命家戒烟.....          | 89  |
|    | ——意志和意志品质           |     |
| 十四 | 一个智力惊人的儿童.....      | 96  |
|    | ——能力                |     |
| 十五 | 脾气和阴阳五行说.....       | 104 |
|    | ——气质                |     |
| 十六 | 色彩鲜明, 人各有貌.....     | 111 |
|    | ——性格                |     |
| 十七 | 怎样进一步学习心理学? .....   | 122 |
|    | ——代结束语              |     |
|    | 后记.....             | 128 |

# 一 既古老又年轻的一门学问

## ——代序

亲爱的宁宁：

你好！

来信收悉。得知你和你的朋友们正在探讨有关心理学的问题，我感到非常高兴！记得法国的伟大作家雨果说过：“世界最浩瀚的是海洋，比海洋更浩瀚的是天空，比天空还要浩瀚的是人的心灵。”勿庸置疑，从呱呱坠地的婴儿到龙钟老态的长者，从令人欣羡的烹调大师到动人心魄的宇宙飞行，从叱咤风云的体育比赛到金戈铁马的拚杀战场……可以说，每件人类的实践活动，无一不闪烁着人类的心灵之光。因此，揭示人类心灵的奥秘，研究人类的心理活动，这是心理学的一项重要课题。

很巧，接到你的来信时，我正在撰写一本《心理学漫谈》的小册子。你信中询问的关于心理学的发展及演进过程，恰是这本小册子的第一个要阐述的问题。

我认为，古希腊哲学家亚里士多德所著的《论灵魂》，应该列为人类文明史上较早的一部心理学专著。在这本书中，他

把“心理”和“灵魂”解释为生活原则和生活要素的同义词。在他看来,人体的每一部位都有心理,其核心是心脏。他把认识或有意识生活的过程分为感觉、想象和理性思维三个阶段。亚里士多德认为,人的一切知识都产生于感官知觉,大量的感官知觉又通过想象而融化在一起,再通过记忆把它固定下来,然后通过理性见诸于行动。

与外国相比,中国恰是世界心理学的第一故乡。宁宁,这确是很值得我们中华民族骄傲的地方呀!早在春秋战国时代,诸子就有“性善”与“性恶”之争。告子把人性比做其枝条可以用来编制多种用具的杞柳的自然素质。他认为只有生理的自然机能才是先天固有的;人的道德品质,导之以善则善,诱之以恶则恶,是后天培养而成的。孟子则认为人的本性就是善良的道德性,是生而有之的。为善是人之本性,为恶是受环境所迫,是逆人的本性。荀子相反,认为人的本性是为恶,善是后天形成的。

到了宋明时期,有关心理与客观事物关系的论述,就更多了。北宋的张载说:“心所以万殊者,感外物为不一也。”南宋的王安石说:“恻隐之心与怨毒忿戾之心”(即情感),是“有感于外而后出于中者。”明末清初的王夫之认为:“形也,神也,物也,三相遇而知觉乃发。”清代的载震说:“味与声色,在物不在我,援于我之血气,能辨之而悦之。”

这些人都认为,心理现象是由外界事物所引起的,是人对外界事物的感知、辨别和感受。

在欧洲,继亚里士多德之后,文艺复兴时期的绘画家、思

想家达·芬奇为确立和发展视觉心理学做出了重要贡献；17世纪荷兰的唯物主义者斯宾诺莎对联想和情绪作过观察和描述；英国的唯物主义者霍布斯提出了著名的感觉发生说；贝克莱的《视觉新论》和休谟的《人性论》，不仅是他们的哲学著作，同时也是对后来产生巨大影响的心理学著作。

你看，自人类有文明史以来，多少中外哲学家和思想家都对人的心理现象做过解释和说明啊！由此可见，心理学的历史是源远流长的，确实是一门古老的学问。

但是宁宁，我还要告诉你，心理学又是一门很年轻的科学。你不要奇怪。因为它真正从哲学母体中分化出来，作为一门科学存在，那是19世纪中叶才开始的事情。其具体标志是从德国哲学家、生理学家、心理学家冯特于1879年在莱比锡大学建立世界上第一个心理实验室开始的！冯特这个人很有意思，他在哲学上是个混乱的唯心主义者，但在心理学上却是一个伟大的科学家。他反对用旧哲学的形而上学方法去思辨地探讨心理学问题，提倡用观察、实验以及数理统计等自然科学的方法去揭示心理过程本身的规律。

说心理学年轻，不仅因为它只有一百零几年的历史，而且还因为心理学的一些理论和研究方法还不够完善和成熟。截至目前，心理学的研究还没有可以直接观察大脑是怎样产生心理活动的仪器，还缺少能观察微观世界的电子显微镜、观察宇观世界的射电望远镜、研究高能物理的加速器等那样的得力工具和手段。因而人类的心理奥秘还没有完全揭开，一些心理学理论还不够完善。

然而，心理学诞生后的一百年，却是飞速发展的一百年。尤其是第二次世界大战以来，随着人类社会各个领域发展的需要，心理学取得了长足的进步，无论就其广度还是深度而言，都是前所未有的，以致于成了 20 世纪 80 年代的热门。心理学家不仅已经明显地插手于工程技术、军事、法庭、医学、管理等各个方面，而且控制论、信息论、系统论、人工智能、仿生学、科学学、未来学、人才学等许多新的科学领域，几乎毫无例外地都需要心理学家参加相应的工作。

心理学是一门实践性极强的科学。人类社会的各个领域都对心理学提出了一系列重要课题，心理学理论在许多实际部门得到了广泛应用。因而心理学又产生了许许多多的分支。例如，同国防、工业、技术密切相联的工程心理学、劳动心理学；同医疗实际相联系的病理心理学、神经心理学、药物心理学、缺陷心理学、心理治疗等；同大量的社会问题相联系的社会心理学、人事心理学、犯罪心理学、罪犯心理学；同军事科学相联系的军事心理学；同宇宙航行相联系的宇航心理学；同教育和人才学相联系的教育心理学。此外，还有体育心理学、艺术心理学、妇女心理学、工业组织心理学、工业服务心理学、管理心理学、性心理学、心理卫生，等等。据有人统计，到目前为止，心理学大约已有七十多个分支。

亲爱的宁宁，以上我为你大体上勾画了一下心理学发展及演进过程的来龙去脉，权作你和你的朋友们研讨心理学的引玉之砖吧！

第一封信就此打住了，再谈。

## 二 占卜术和破译脑电波

### ——什么是心理和心理学

亲爱的宁宁：

从你的第二封来信中，我发现你和你的朋友们似乎觉得心理学同占卜术差不多。我可以坦率地跟你说，心理学家不是算命先生，心理学也不是占卜术！关于心理和心理学问题，正是我这封信要写的内容。

宁宁，我不同意你来信中所谓心理学同占卜术差不多的观点，但我可以明确地告诉你，人类总会有一天能够借助某种仪器设备直接观察和真正探知人的大脑的神秘活动的。在这方面，美国一些学者利用脑电图(EEG)破译思维语言的研究，为我们展示了一个十分诱人的前景。

1979年以来，美国密苏里大学的D·约克、T·金森等学者，利用脑电图机和一台能挑选出脑波型式并将它们记录在纸上的装置，在被试者(参加试验的人)头部连好脑电图机以后，他们要求被试者重复一特定的词语，同时即可看到记录下来的脑电波型式的变化。试验结果表明，不仅不同的词语有不同的波型，而且对同一个词语，无论被试者说出声，抑或是仅仅

想到它，研究者都能辨认出反映该词语的特定波型。他们从40名被试者身上，鉴别了约27个词语的音节的脑波型式。这些学者还在研制一台带脑波词汇表的计算机，使脑波能馈入这样的计算机并转译成词，然后再通过一个扩音器把它重新转换成话语。这样一来，就可以直接“听到”一个人在想什么了。

美国学者的这项研究是一项惊人的突破！虽然这项研究还仅仅是开始，离真正揭开人脑的秘密，利用电子技术“阅读”人脑的极端复杂的全部思维型式还相距甚远，但它仍然令人振奋！因为这是科学家在研究人的心理，心理学是一门科学，而不是占卜术。

宁宁，下面我就同你谈谈什么是心理和心理学的問題。

从词源学来说，“心”是指“心里”、“心思”、“思想”和“感情”等；“理”是指“条理”、“准则”、“事理”之意。战国时代的韩非说过：“理者，成物之文也。”所谓“成物之文”，也即指“规律”、“准则”而言。“心理”一词，一般来说是指人的思想、感情等内心活动。因此，心理学可以说是关于心思、思想、感情等规律的学问。

心理学一词来源于古希腊的 *psyche* 和 *logos* 两个词。*psyche* 一词是“精神”、“灵魂”的意思；*logos* 是普遍规律、科学的意思。这两个词加在一起，就是关于精神的普遍规律，或者说关于精神的科学。

心理现象是人们非常熟悉的现象。人的任何活动都伴有心理现象。人在认识客观世界的事物和现象时，总要用眼睛去看它的颜色、形状、大小，用耳朵去听听是什么样的声音，用

鼻子去闻闻是什么气味,用舌头去舔舔是什么味道,用手去摸摸是软是硬、是凉是热,是粗糙还是细腻等等。这里的颜色、声音、气味、味道、软硬、凉热等等,是人对客观事物个别属性的反映。这就是最简单、最基本的心理现象——感觉。

人们对客观事物和现象的认识,并不仅仅局限于事物的个别属性,还要对事物有个整体和综合的认识。这就是心理学上所说的知觉。例如,苹果是红色的,形状是圆的,尝尝是甜的,摸摸是硬的、平滑的等等,这都是对苹果的某一方面属性的反映,把这些属性综合起来,形成一个整体的映象,就构成了对苹果的知觉。

感觉和知觉都是一种心理现象。

人们在生活实践活动中,不独感知眼前的事物,而且还要记住它,在需要的时候回忆它、识别它,这就是记忆。记忆也是一种心理现象。

人们在认识客观事物和现象的时候,只停留在表面特征上是不够的,还要深入到本质的认识。这就需要利用感知的材料和已有的知识进行分析、综合、推理、判断,从而掌握事物的规律。这种思考活动通常叫作思维。思维同样是一种心理活动。

感觉、知觉、记忆、思维等等,统称为认识活动。

人在接触、认识客观事物的过程中,总有一定的态度和主观体验。比如,是喜欢还是讨厌,是满意还是不满意,或爱或憎,还有喜、怒、哀、乐等的诸多体验,这些就叫作情绪、情感。情绪和情感也是一种心理现象。

人在认识和改造客观世界时,还会遇到各种不利条件、克服种种困难。这种预先提出目标,制定计划,战胜不利条件,克服种种困难,最后达到预定目的心理现象,就叫人的意志过程。

认识活动、情感、意志又统称为人的心理活动或心理过程。

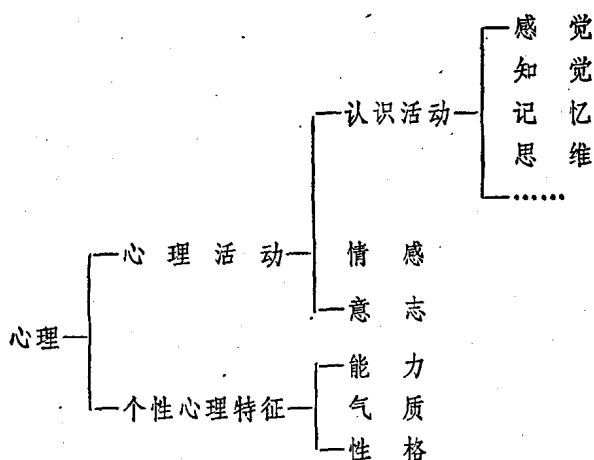
人在处理事物时,总带有各自不同的特点。有的人记忆力惊人,有的人善于概括、长于分析,有的人具有特殊的技能等等,这些各自不同的特点反映了人在能力方面的差异。有的人活泼,有的人沉郁,有的人热情直爽、锋芒毕露,有的人思想内向、沉默寡言,这些反映了人在气质方面的特征。有的人勤奋,有的人懒惰,有的人谦虚谨慎,有的人妄自尊大等等,这些又表现为人在性格方面的不同。等等。

能力、气质和性格,叫作个性心理特征。

心理过程和个性心理特征的总称,就是心理。

宁宁,上面谈了那么多心理现象,你是否有些凌乱的感觉?为了把上面谈的现象条理化,以便弄清那些心理现象之间的异同和关系,我把它归纳了一个图表,供你参考。

那么什么是心理学呢?在你了解了上述诸多心理现象之后,我可以告诉你,心理学就是研究心理现象及其规律的科学。心理学的基本任务,是探索人类自身的精神世界。它研究的对象是人,是人的心理。其主要内容分为心理过程,包括知(认识过程)、情(情绪、情感)、意(意志)三个方面;个性心理特征,包括能力、气质、性格等三个方面。



心理过程和个性心理特征是相互联系、相互影响的。个性心理特征是通过心理过程逐渐形成并表现在心理过程之中。反过来,个性心理特征又影响制约着心理过程,从而使人的认识、情感和意志过程带有某种独特的色彩。因此,心理学所要研究的两个方面,又是一个密不可分的整体。

宁宁,在你了解了什么是心理和心理学之后,我认为还有必要同你谈谈学习和研究心理学的意义这个问题。可能是老生常谈,但它对你和你的朋友们还是至关重要的!

我以为,学习和研究心理学具有重要的理论和实践意义。

首先,学习和掌握人的心理起源和发展,以及心理的实质,有助于树立辩证唯物主义世界观。列宁说:“心理学提供的一些原理已使人们不得不拒绝主观主义而接受唯物主

义。”<sup>①</sup>心理学为我们揭示了人的心理和精神是第二性的，是依赖于物质世界的；具体说明了人脑反映客观外界的各种形式及其产生的机制；阐述了感性认识向理性认识的发展，以及意识的能动性原理等等。因此，学习和研究心理学，有助于我们深刻理解马克思主义哲学的基本原理，树立辩证唯物主义世界观。

不管心理现象多么复杂，都有其发生、发展的规律。学习和掌握了心理学的有关规律，就能科学地解释那些似乎超自然的、虚无缥缈的心理现象，肃清日常生活中的一些迷信邪说。诸如，有人说梦是神的启示，是离开肉体的灵魂的漫游，能够预示吉凶祸福；有人根据所谓的《十二月心理学》，按照生辰日月来推断人的性格、能力和命运等等。科学心理学为我们揭露和批判这些邪说提供了有力的思想武器和雄辩的科学事实。

●其次，学习和掌握心理学规律，有助于建设社会主义精神文明，加强自我修养。建设以共产主义思想为核心的精神文明，包括文化建设和思想建设两个方面。实际上这两个部分是殊途同归，要解决的是人的精神和主观世界的问题，即造就共产主义一代新人。心理学恰恰为文化建设提供了一整套必须遵循的规律。例如，如何激发一个人的学习热情，使其多快好省掌握人类已创造的全部知识；如何培养和发展人的观察力、记忆力和思维能力等等。此外，心理学还为加强自我修养

---

① 《列宁全集》，第1卷，第396页。

和思想建设提供了原则、方法和途径。思想建设的核心是使人具有共产主义思想和高尚的情操。学习和研究心理学，便可以掌握道德感、美感，理智形成和发展的规律，不良品德的矫正方法，以及良好性格和个性培养的原则和途径等等。

第三，学习和掌握心理学，有助于我们在实际工作中自觉地运用心理学的有关规律，做好本职工作。心理学是一门基础科学。凡是有人的地方都存在心理学的应用，凡是做人的工作或是做与人有关的工作，都离不开心理学的应用。一个医生了解和掌握了心理因素在疾病发生、发展、诊断、治疗和预防中的作用，便可以迅速而有效地排除患者的痛苦，及时把疾病治愈；一个工程技术人员，掌握了人的心理特点，才能设计出适合人的心理特点的机器来；至于领导干部，学习和掌握心理学，就更能够使他自觉地按心理学规律办事，从而不断提高管理水平和工作效率。

亲爱的宁宁，希望你对这封信的一些看法提出意见。握手！

### 三 脑外伤和精神障碍

#### ——心理是脑的机能

宁宁：你好！

在这封信里，我将回答你提出的第三个问题。信中提到有个男孩子因殴斗致成脑严重外伤，虽然经医生多方抢救使他活了下来，但他已变成废人，思维迟钝、语言混乱，情绪低落、失去记忆，双眼虽然完好，却看不见东西……这究竟是什么原因呢？概括地讲，这就叫脑组织结构损伤导致的严重精神障碍。

为什么那个男孩子眼睛的外表与常人无异，却变得双目失明？这是因为他的大脑受到了严重损伤的结果。这个事例恰好说明人的大脑与人的精神、心理活动，有着十分密切的关系。

早在远古时代，人们虽然已经注意到心理的种种神秘现象，但囿于当时科学技术发展的水平，人们还不能比较正确地理解心理现象，还不能揭示它的本质和发生原因。后来，随着科学技术的不断发展，人类才逐渐认识到心理与人脑有着十分密切的关系。人脑是心理活动产生的物质基础和主要器