



XIANDAI ●
NÜXING ●
CONGSHU ●



何立婴

女性的智力开发

· 现代女性丛书 ·

四川人民出版社

何立婴

女性的智力开发

四川人民出版社

一九八七年·成都



责任编辑：梁稚棠

封面设计：戴 卫

技术设计：凌志云



现代女性丛书

女性的智力开发

何立婴 著

四川人民出版社出版 (成都盐道街三号)

四川省新华书店发行

内江新华印刷厂印刷

开本787×960mm 1/32 印张8.5 插页4 字数155千

1987年9月第一版 1987年9月第一次印刷

ISBN7-220-00111-8/G·12

书号7118·843 印数：1—46,000

定价：1.53元

謹以《現代女性叢書》 獻給親愛的姐妹們



每个了解一点历史的人也都
知道，没有妇女的酵素就不可能
有伟大的社会变革。

——卡尔·马克思

我们处在一个伟大变革的时代。伟大的社会变革呼唤着一代妇女，向现代女性提出了挑战。

作为现代女性，怎样开发自我，和男子一起，在改革的洪流中建功立业？

作为现代女性，怎样顺应时代潮流，为建立文明、健康、科学的生活方式推波助澜？

作为现代女性，怎样正确对待恋爱婚姻问题，为社会主义精神文明大厦添砖加瓦？

作为现代女性，怎样追求美，享受美，为美化生活增色添彩？

现代女性，作为妻子和母亲，怎样维持和增强家庭成员的体力智力发达健康？怎样促进家庭的民主和睦和高度教养？

.....

凡此种种，都需要我们结合新时期的新特点，
给出新的答案。

为此，我们编写了《现代女性丛书》。

愿这套丛书成为每位妇女的忠诚朋友。

愿每位妇女都成为伟大社会变革的“酵素”。

《现代女性丛书》 主 编：王行娟
副主编：楼静波
陶春芳

1985年7月

现代女性丛书

主编：王行娟

副主编：楼静波

陶春芳

第一批书目

- | | |
|----------|--------------|
| 蜜月后的思索 | 王行娟著 |
| 第二次爱 | 蒋元明著 |
| 女性生理和心理 | 方芳著 |
| 最新女子健美手册 | 丁芷林著
方彰林著 |
| 妇女营养顾问 | 赵聚春等著 |
| 女子防身术 | 李泰良著
郑卫平著 |
| 穿戴艺术 | 马建华著 |

第二批书目

- | | |
|----------|--------------|
| 学点家政学 | 夏邦新著
王翠云著 |
| 女性的风度 | 金马著 |
| 获诺贝尔奖的女性 | 李曼编著 |
| 中老年服装审美 | 马建华著 |
| 女性的智力开发 | 何立婴著 |
| 少女信箱 | 王行娟著
楼静波著 |
| 当你步入老年 | 刘达临著 |

• 目 录 •

0.11/20

第一章 智力和女性智力的开发.....	1
一、智力及其构成	2
二、智力的个体差异及其形成.....	10
三、女性智力开发的必要性.....	17
第二章 女性智力并不落后.....	23
一、男女智力发展无优劣之分.....	24
二、女性智力活动成就落后是社会 文化影响的结果.....	32
三、自卑感是女性智力开发的主要 心理障碍.....	41
第三章 婴幼儿期——女性智力发展 的早慧期.....	49
一、早期智力发展的巨大潜力及关 键年龄.....	49
二、充分利用女性“早慧”的优势， 进行早期智力开发.....	54
三、早期教育中应注意的问题.....	73
第四章 童年期——女性智力发展的 优势期.....	82
一、小学阶段智力发展中的女性优 势.....	82

二、女性智力下降的危险·····	92
三、教育中应注意的问题·····	110
第五章 青少年期——女性智力发	
展的关键期·····	125
一、中学阶段是女性智力发展的	
关键期·····	125
二、促进女性思维力的发展·····	133
三、女性智力发展中的第一次重	
大困扰——青春发育·····	146
四、教育中应注意的问题·····	159
第六章 青年期——女性智力发展的	
高峰期·····	166
一、青年期是智力发展的高峰期	
·····	167
二、立志自我培养，保持智力的	
积极性·····	174
三、自我开发智力的途径——自学	
·····	187
四、女性智力开发中的第二次重	
大困扰——婚姻和生育·····	197
五、正确认识和处理女性的多种	
角色·····	203
第七章 中年期——女性智力发展的	
成熟期·····	209
一、中年女性的巨大潜力·····	210
二、树立信心，敢于创新·····	218

三、女性智力发展中的第三次重大困扰——更年期	234
第八章 老年期——女性智力发展的衰退期	240
一、智力衰退和老年人的智力特长	240
二、“女性早衰”是没有根据的	248
三、延缓智力衰退	253

• 第一章 智力和女性 智力的开发 •

有这样一个故事：一位著名的画家丢失了一幅杰作。他的朋友们为此喧闹不已，然而失主本人却十分沉着，若无其事。

“你不知道你的财产被盗了吗？”

“不，你们错了。画布上画的不是我的财产，那只不过是从我财产里开出的一张支票而已。我的真正财产在这儿。”他指指自己的脑袋。

这个画家的意思是说，在他的头脑里有着创造一切身外财富的取之不尽、用之不竭的源泉。他认为他的绘画创作才能，他的聪明才智才是最值得占有的。画家的绘画才能、音乐家的音乐才能、建筑师的建筑才能，……所有这些才能都是人的一种存在于自身内部的认识和改造世界的能力。这种潜在的能力，就是我们所说的智力。智力人人都有，只是往往被埋没，没有得到开发，或开发得不够，没有象画家那样清晰地意识到自己的巨大潜力，没有珍惜自己的真正财富。

一、智力及其构成

在研究女性的智力开发之前，我们需要简单了解一下有关智力的一些基本知识。我们常听说，“小李一天能记几十个英语单词，真聪明！”“小王学东西特别快，一看就会，一听就明白。”“有事找老张商量，他看问题特别有预见性”，等等。这些都是在评价人们的智力。那么，什么是智力呢？

关于什么是人的智力问题，中外科学家进行了不少的研究和实验，至今没有统一的定义。各种定义虽有不同，但基本内容是一致的。这就是：智力是一个人在认识和改造客观世界的活动中表现出来的认识能力。能力，通常指完成一定活动的本领，它包括完成一定活动的具体方式，以及顺利而有效地完成一定活动所必须的个性心理特征（如性格、兴趣、气质等）的总和。所以，智力是人脑对客观事物认识活动的稳定的心理特征，是一种能力方面的个性心理特征。

那么，智力是由哪些因素构成的呢？心理学家对这个问题的看法也不一致。一般地认为，构成智力有五种能力，即观察力、记忆力、注意力、思维力和想象力。

观察力

观察力是一种有目的、有组织的知觉。全面的、正确的、深入的认识事物的特点的能力称为观察力。

人对客观事物的认识是从感觉和知觉开始的，感知觉是认识的基础，是人和周围环境相互作用的接触点，没有感知就没有认识，感知错了就认识错了，反应也只能在错误的基础上进行。观察是知觉的一种特殊形式，是有一定目的的、有准备的、有计划的知觉。观察是伴随思维活动的，所以又称为“思维的知觉”。我们经常用聪明二字形容人的智力，把智力高的人称为聪明人。聪明即耳聪、目明，指的是人的听觉和视觉好。聪明实际上是指人的观察力。人们往往从观察力来评价智力。

记忆力

记忆是人把过去感知过、思考过、操作过和体验过的事物印象保存在头脑中，并在一定场合下把它们再认出来或回忆起来。记忆可以分为四个阶段，即识记——人对事物感知并形成一种印象；保持——把识记过程所得到的印象或信息，保留在大脑中；再认——当过去感知的事物再一次出现时，便有熟悉之感，确认是以前感知过的；重现或回忆——过去感知过的事物，当人们需要的时候，就把贮存在大脑中的印象或信息取出来。

记忆，按其目的性的程度和采取什么样的方法，可以作如下分类。

记忆的种类	{	无意记忆	{	机械记忆
		有意记忆		意义记忆

无意记忆就是没有自觉的目的，不需要任何意志努力，也没有采取任何记忆方法的一种记忆。在日常生活中，有许多知识和经验都是通过无意记忆而记住的。一般说来，凡是具有新奇特点、能激发人的情感，能引起人的兴趣，以及经过人的积极思维的种种事物，都会自然地闯入人们的大脑并深深地保留下来。

有意记忆就是具有自觉的目的，有时还需要作出一定的意志努力，并需要采取一定记忆方法的一种记忆。在我们日常生活、工作和学习中，主要是依靠有意记忆来获得知识和经验的。这种记忆按其采用的方法，又可以分为机械记忆和意义记忆两种。机械记忆就是在不理解记忆材料的意义的情况下去进行强记。所谓不理解材料意义包含两层意思，一种是记忆材料本身根本没有什么意义，或不着眼于它的意义。如电话号码、历史年代、地理名称、外语单词等。一种是材料本身虽有意义，但未能理解。机械记忆的基本条件和方法就是复习。意义记忆是在理解材料意义的情况下去记忆。所谓理解材料意义也有两种意思。一种是对根本没有意义的材料尽可能地用人工办法赋予意义。例如，马克思生于1818年5月5日。有人这样来记：马克思一出

生就一把掌一把掌（1818）地打得帝国主义呜呜（5月5日）地哭。但是这种人工意义化是很有限的，有时难免牵强附会。所以仍然属于机械记忆的范围。另一种是有意义的材料，如诗歌、数学公式、物理定律、化学规则等，都需要用意义记忆的方法去记忆。

记忆力是智力活动的基础，没有记忆力任何智力活动都无法进行。

思维力

思维是人脑对客观事物间接的、概括的认识过程。通过这种认识，可以把握事物的一般属性和本质属性。思维是对客观事物的间接认识，就是通过其它事物的媒介，即借助于已有的知识经验，去认识那些没有直接感知过的或根本无法直接感知的事物，以及预见和推断事物的发展进程。如“隔墙见角而知有牛，隔岸见烟而知有火”、“举一反三”、“闻一知十”，都是间接认识。

思维是人们对客观事物的概括认识过程。所谓概括认识，就是根据大量的已知事实，即在已有的知识、经验的基础上，舍去各个事物的个别特性，抽出它们的共同特性，从而得出新结论。例如，“鸟会飞，人会死，月晕而风，础润而雨等都是概括认识的结果。

思维的基本过程包括分析与综合，抽象与概括，比较与归类。

思维的基本形式是概念、判断和推理。

概念，是反映事物本质属性的思维形式。人借助于概念进行思维。人脑对事物进行分析综合，比较分类，抽象概括，就形成概念。

判断，是对事物情况有所断定的思维形式。判断所肯定的内容与客观现实相符合，判断就是真的，否则就是假的。

推理，是由一个或几个已知判断（前提）推出未知判断（经验）的思维形式。

想象力

想象是人利用过去感知过的形象在头脑中创造过去未曾感知过的或者将来才有可能实现的事物的形象的心理活动。想象是人所特有的对客观世界的一种反映形式。想象具有明显的间接性和概括性的特点，并且可以使人的心理活动冲破时间和空间的限制。

注意力

注意是指各种心理活动对一定事物的指向和集中。每一瞬间都有大量的事物影响着我们，注意指向就是从众多事物中选择出人要反映的对象。集中指人在选择对象的同时，对别的事物的影响加以抑制，不予理会，以保证对选择的对象有鲜明清晰的反映。也就是说当一个人聚精会神时对无关的事物是视而不见、听而不闻的。这种心理状态叫做注意。

注意可以分为随意注意和不随意注意。不随意注意即没有预定的目的，也不需要经过意志努力而

实现的注意。一个人正在专心看书，突然有人破门而入，他会不自觉地注意门口发生的事情。引起不随意注意的原因可以是客观的，如强烈的刺激、活动变化的事物都容易引起注意。主观原因，同样一个外界刺激，可能引起某人注意而没有引起另外一个人的注意。这主要是由于人的经验、需要、兴趣等心理状态决定的。另外在心情不佳、疲惫不堪的情况下，外界刺激也会引起注意。

随意注意就是有意识地给自己设定目的的注意，必要时还需付出意志努力的注意。如学习外语就必须保持随意注意，对任务的理解是引起随意注意的首要条件。对任务的意义理解得越清楚，完成任务的愿望越强烈，就越能坚持有意注意，这时，就更需要意志努力，排除干扰。

智力由以上这五种因素组成，但不能简单地理解成智力 = 观察力 + 记忆力 + 思维力 + 想象力 + 注意力。这五种能力是互相联系，互相制约的。在智力结构中各起一定的作用。智力的水平决之于这五种能力的和谐发展。观察力对人的知识获得有重大的意义。观察力强的人对事物感知完整而准确，所获得的信息丰富而深刻，观察力差的人得到的信息少甚至错误。从外界所获得的信息的数量和质量，对信息加工的结果当然有决定性影响，所以观察力是智力的门户。记忆力是智力活动的基础，没有记忆，人的智力活动根本无法进行。记忆为思维提供原料，如果说智力是一座工厂，那么记忆就是材

料,没有材料,再好的工厂也无法加工。思维力是智力的核心,智力的其它各种因素都是为它服务的,没有思维力就无所谓智力。智力中的其它因素也都受思维力这一因素的支配,也必须有思维力的参与,否则就无法有效进行。它们一旦离开了思维力,就不可能发挥应有的作用。想象力是智力活动中富有创造性的重要条件。所谓创造性思维,就是一般思维和想象力相结合,如果没有想象力的支持,一般思维是不可能升华为创造性思维的。任何科学发现、技术发明、文艺创作等没有想象的参与是不可想象的。注意力为智力活动指出方向和排除干扰,保证智力活动的顺利进行。这五种因素的有机结合,构成了一个人的智力。有的心理学家对五个智力成份做了形象的比喻:观察力是智力结构的眼睛;记忆力是智力结构的仓库;思维力是智力结构的中枢;想象力是智力结构的翅膀;注意力是智力结构的警卫、组织者和维持者。五种成份各司其职,相辅相成。

除了以上五种智力因素以外,有的心理学家还把操作能力也列入智力因素。操作能力与以上五个智力因素不同,它不属于认识范畴,而属于实践的范畴。只有认识能力,而缺乏操作能力,一切发明创造都不可能成功。唯有操作能力才把人的智力见诸行动,才把认识世界和改造世界联系起来,精神才变成物质。

智力不等于知识,知识也不等于智力。知识和