

☆ 高等学校教材

青年心理学大学生读本

梁津安 蒋冬双 编著

 西安电子科技大学出版社
[Http://www.xduph.com](http://www.xduph.com)

高等学校教材

青年心理学大学生读本

梁津安 蒋冬双 编著

图书在版编目(CIP)数据

青年心理学大学生读本 / 梁津安, 蒋冬双编著. — 西安: 西安电子科技大学出版社, 2008.

一、心理 / 梁津安, 蒋冬双编著. — 西安: 西安电子科技大学出版社, 2008.

青年心理学教材

ISBN 978-7-260-2013-8

I. 青… II. 梁… III. 青年心理学—高等学校—教材 I/B344.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第092747号

策 划 高维岳

责任编辑 张 玮 高维岳

出版发行 西安电子科技大学出版社(西安市太白南路2号)

电 话 (029)88252882 88201467 邮 编 710071

http://www.xdpuh.com E-mail: xduph001@163.com

经 销 新华书店

印刷单位 陕西光大印务有限责任公司

版 次 2008年2月第1版 2008年2月第1次印刷

开 本 787毫米×1092毫米 1/16 印 张 14.25

字 数 338千字

印 数 1~4000册

定 价 20.00元

西安电子科技大学出版社

2008



青年心理学 内 容 简 介

本书在普通心理学总体理论框架的基础上,对青年进行了发展心理机制分析,并结合当代社会背景下青年活动方式的改变,概括了青年的现实心理面貌,力图使读者对心理学基础知识与青年心理发展都有较系统的了解,并懂得两者之间的逻辑关系。

本书主要从心理学与青年心理学理论建构,青年智力与学习心理、青年感情心理、青年人格、青年的自我意识与人际关系、青年犯罪心理与心理保健以及青年职业心理诸方面展开论证与探讨,叙议结合,既突出理论色彩,又不乏对现实的分析。在对青年一般心理特征描述的基础上,对青年大学生的心理成长给予了特别的关注。

本书可作为高等院校大学生素质教育的教材,也可作为大、中学校教师提高教育学、心理学业务能力的参考资料以及广大社会青少年教育工作者的培训书目。

图书在版编目(CIP)数据

青年心理学大学生读本 / 梁津安, 蒋冬双编著.

—西安: 西安电子科技大学出版社, 2008.5

高等学校教材

ISBN 978-7-5606-2013-8

I. 青… II. ①梁… ②蒋… III. 青年心理学—高等学校—教材 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 035747 号

策 划 高维岳

责任编辑 张 玮 高维岳

出版发行 西安电子科技大学出版社(西安市太白南路 2 号)

电 话 (029)88242885 88201467 邮 编 710071

http://www.xduph.com E-mail: xdupfb001@163.com

经 销 新华书店

印刷单位 陕西光大印务有限责任公司

版 次 2008 年 5 月第 1 版 2008 年 5 月第 1 次印刷

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16 印 张 14.375

字 数 338 千字

印 数 1~4000 册

定 价 20.00 元

ISBN 978-7-5606-2013-8/B·0002

XDUP 2305001-1

如有印装问题可调换

本社图书封面为激光防伪覆膜, 谨防盗版。

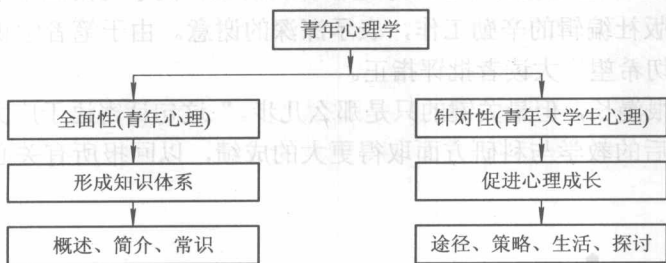
前言

青年心理学是我校人文素质选修课，从 2001 年正式实施教学，它的前身是全校公选课大学生心理学。笔者从 1996 年开始讲授大学生心理学课程，经历了从大学生心理学到青年心理学的教学转换过程，对它的教学内容、教学特征及教学规律有切实的体验及深刻的认识，加之与大学生的不断交流以及对大学生、中学生展开一定的调查，笔者认为，将其认真加以总结，能够使该课程进一步充实完善，也能为人文素质课程的开设与教学提供一些经验及不断改进的方向。

所谓人文教育，是指对受教育者所进行的旨在促进其人性境界的提升、理想人格的塑造以及个人与社会价值实现的教育，其实质是人性教育，其核心是培养人文精神，其最低要求是使人成为人，较高要求是使人成为一个完美的人。当然，作为人文教育学科的核心课程，从现代学科而言，人文学科主要包括语言、文学、历史、哲学、艺术及具有人文主义内容或运用人文主义方法的其他社会科学，其特殊性在于它是研究关于人类价值和精神表现的学问，包含人类在自然科学与社会科学领域里认识自然、认识社会与认识自我的思想精华。心理学及青年心理学，从最高层次上讲，仍然是人类认识自身价值和精神表现的学科，是人类认识自我的思想精华，人们可以从中得到智慧的启迪，感受到心灵的撞击，它当然应该包含于人文知识之中。

心理学及青年心理学是一门学科，主要从心理过程与人格心理两方面展开，其间有着很强的内在逻辑性。在学生学完本课程后，等于首先学习了一门系统的心理学，增加了知识积累。在此基础上，通过各种形式，力促大学生的心理成长，从而使知识与能力、专业教育与人文教育协调发展。总之，既要考虑到使学生全面掌握心理学及青年心理学知识，也要有针对性地把握大学生心理成长的基本轨迹，因为，大学生也是青年中的一部分，而本书的教学对象也正是大学生。

在形成知识中促进成长，在成长中进一步理解、巩固知识；既要学有所识，也要学有所长，这才符合人文素质教学的最终目的。青年心理学与学生学习的关系可以用下图表示：



本书共分九章，其详细内容如下：

第一章：心理学与青年心理学。这一章主要是心理学与青年心理学学科的基本介绍，

使学生对心理学及青年心理学学科有一个基本的了解,可起到本课程的入门作用。其中包括“心理学简介”、“青年心理学概述”及“青年心理的一般规律”三项内容。

第二章:青年智力与学习心理。本章对应的是心理结构中的认识过程,主要包括“智力与学习概述”、“青年智力与学习特征”及“青年大学生的学习方略”三项内容。

第三章:青年感情心理。本章对应于心理结构中的情绪情感过程(亦称感情过程),主要包括“情绪与情感概述”、“青年情绪情感特征”及“青年大学生的感情生活”三项内容。

第四章:青年人格。本章对应的是心理结构中的人格心理,主要包括“人格概述”、“青年人格特征”及“青年大学生的人格塑造”三项内容。

第五章:青年的自我意识。本章应放在青年人格内容之中,因为完整的自我意识是健全人格的应有之义。但笔者认为,自我意识中包含着深刻丰富的心理结构与心理表现,在人格培养中,首先就是要树立积极的自我观念,在青年大学生的人际交往、恋爱、应聘求职等诸过程中,其成功往往在于切实可行的自我意识。因此,将其单独列为一章显得非常必要。本章包括“自我意识概述”、“青年自我意识的特征”及“青年大学生自我意识的基本策略”三项内容。

第六章:青年人际关系。这一章,理论基础主要为社会心理学,包括“人际关系概述”、“青年人际关系特征”及“青年大学生人际关系适应途径”三项内容。

第七章:青年犯罪心理。犯罪现象作为一种社会现象,也应属于社会心理学方面的问题。本章包括“犯罪心理理论简介”、“青年犯罪的一般心理特征”及“青年大学生犯罪心理透析”三项内容。

第八章:青年心理健康与心理保健。本章包括“心理健康与青年大学生心理健康”、“青年大学生常见的心理问题及其表现”与“青年大学生心理健康的维护和保健”三项内容。

第九章:青年职业心理。本章分为“职业心理概述”、“青年职业心理特点”及“青年大学生职业心理适应”三项内容。

本书由梁津安副教授与蒋冬双讲师共同撰写完成,梁津安拟定了编写大纲,蒋冬双提出了不少中肯的建议。具体分工如下:梁津安撰写第一章~第六章及第七章的第一节和第二节;蒋冬双撰写第七章的第三节、第八章及第九章。最后由梁津安审定全稿,蒋冬双在文稿处理方面做了大量具体的技术性工作。

在本书付梓出版之际,谨对西安电子科技大学教务处的大力支持与人文学院领导的具体关心及指导,2007年度全校青年心理学选修课班的全体同学与附属中学相关师生的积极配合协作,以及出版社编辑的辛勤工作,表示深深的谢意。由于笔者学识水平有限,书中难免存有瑕疵,殷切希望广大读者批评指正。

“人生的道路很漫长,但最关键的只是那么几步。”这句话寄语于广大青年朋友,也同时提醒着笔者在今后的教学与科研方面取得更大的成绩,以回报所有关心青年心理健康的人们。

梁津安

2008年3月

于西安电子科技大学长安校区

欢迎选购西安电子科技大学出版社教材类图书

~~~~~国家级、部级重点教材~~~~~

计算机系统结构 (第四版) (李学干)	25.00
雷达对抗原理 (赵国庆)	15.00
雷达原理 (第三版) (丁鹭飞)	23.00
通信网的安全——理论与技术 (王育民)	42.00
模拟电子线路基础 (傅丰林)	16.00
移动通信 (第四版) (李建东)	30.00

~~~~~计算机提高普及类~~~~~

计算机应用基础 (第三版) (丁爱萍)	22.00
计算机文化基础 (高职) (游鑫)	27.00
计算机文化基础上机实训及案例 (高职)	15.00
计算机科学与技术导论 (吕辉)	22.00
计算机应用基础 (高职) (赵钢)	29.00
计算机应用基础——信息处理技术教程	31.00
计算机应用基础 (高职) (冉崇善)	

(Windows XP & Office 2003 版) 23.00

《计算机应用基础》实践技能训练
与案例分析 (高职) (冉崇善) 18.00

办公自动化设备的使用和维护
(第二版) (陈国先) (高职) 18.00

~~~~~计算机网络类~~~~~

计算机网络管理 (雷震甲)	20.00
网络安全技术 (高职) (廖兴)	19.00
网络安全技术 (高职) (李卓玲)	17.00
网络信息安全技术 (周明全)	17.00
动态网页设计实用教程 (蒋理)	30.00
Windows网络程序设计 (夏靖波)	26.00
局域网组建实例教程 (高职) (尹建璋)	20.00
WindowsServer 2003组网实训教程 (高职)	27.00
WindowsServer2003组网技术 (含光盘) (高职) (陈伟达)	30.00
综合布线技术 (高职) (王趾成)	18.00
计算机网络应用基础 (武新华)	28.00
计算机网络 (张璟)	26.00
计算机网络 (第二版) (袁家政) (高职)	26.00

计算机网络 (第三版) (蔡皖东)	27.00
计算机组网实验教程 (王宣政)	23.00
计算机网络基础及应用 (高职) (向隅)	22.00

~~~~~计算机技术类~~~~~

计算机应用基础教程 (第四版) (陈建铎) (for Windows XP/Office XP)	30.00
计算机系统结构 (陈智勇)	26.00
计算机系统结构与组成 (吕辉)	26.00
计算机系统安全 (第二版) (马建峰)	30.00
计算机信息检索实用教程 (高职) (张晓芳)	15.00
电子商务概论 (宋沛军) (高职)	20.00
电子商务基础与应用 (第五版) (含盘)	39.00
《电子商务基础与应用 (第五版)》 学习指导与练习 (杨坚争)	20.00
电子商务基础与实务 (第二版) (高职)	16.00
数据结构——使用 C++ 语言 (第二版) (朱战立)	23.00
数据结构 (高职) (周岳山)	15.00
数据结构教程——Java 语言描述 (朱振元)	29.00
计算方法与实习 (高职) (田祥宏)	11.00
算法设计与分析 (霍红卫)	15.00
编译原理教程 (第二版) (胡元义)	18.00
离散数学 (马光思)	22.00
离散数学 (武波)	24.00
软件工程 (第二版) (邓良松)	22.00
软件技术基础 (高职) (鲍有文)	23.00
信息系统分析与设计 (高职) (卫红春)	20.00
信息系统分析与设计 (第二版) (陈圣国)	15.00
人工智能技术导论 (第三版) (廉师友)	24.00
~~~~~计算机辅助技术类~~~~~	
电子工程制图 (含习题集) (高职) (童幸生)	25.00
机械制图与计算机绘图 (含习题集) (高职)	40.00
计算机绘图 (第二版) (许社教)	25.00
DSP应用技术 (高职) (赵明忠)	25.00
电子线路 CAD 实用教程 (潘永雄) (第三版)	27.00
AutoCAD 基础教程 (高职) (石高峰)	15.00

机械工程科技英语(程安宁)	15.00	模具制造技术(高职)(刘航)	22.00
机械设计基础(张京辉)(高职)	24.00	模具设计(高职)(曾霞文)	18.00
机械基础(安美玲)(高职)	20.00	冷冲压模具设计(高职)(刘庚武)	21.00
机械CAD/CAM(欧长劲)	21.00	塑料成型模具设计(高职)(单小根)	37.00
机械CAD/CAM 上机指导及练习教程	20.00	液压与气动技术(第二版)(朱梅)	23.00
机械制图(含习题集)(高职)(孙建东)	29.00	液压传动技术(高职)(简引霞)	23.00
机械设备制造技术(高职)(柳青松)	33.00	发动机构造与维修(高职)(王正键)	29.00
机械制造工艺装备(高职)(朱派龙)	22.00	汽车典型电控系统结构与维修(李美娟)	31.00
机械制造技术(高职)(邵堃)	24.00	汽车机械基础(高职)(娄万军)	29.00
机械制造基础(高职)(郑广花)	21.00	汽车底盘结构与维修(高职)(张红伟)	28.00
机械加工技术(高职)(魏康民)	24.00	汽车车身电气设备系统及附属电气设备	
数控编程与操作--SINUMERIK 数控系统	15.00	(高职)(颜培钦)	23.00
数控加工与编程(第二版)(高职)(詹华西)	22.00	汽车单片机与车载网络技术(于万海)	20.00
数控加工工艺(高职)(赵长旭)	24.00	汽车故障诊断技术(高职)(王秀贞)	19.00
数控加工工艺课程设计指导书(赵长旭)	12.00	汽车及配件营销(边伟)(高职)	25.00
数控加工工艺(高职)(刘长伟)	22.00	汽车营销技术(高职)(孙华宪)	15.00
数控加工实训教程(高职)(胡相斌)	24.00	汽车使用性能与检测技术(高职)(郭彬)	22.00
数控加工编程与操作(高职)(刘虹)	15.00	汽车电工电子技术(高职)(黄建华)	20.00
数控编程与操作(高职)(周虹)	19.00	汽车电气设备与维修(高职)(李春明)	25.00
数控机床故障分析与维修(高职)(潘海丽)	19.00	汽车车身结构与维修(高职)(吴兴敏)	26.00
数控机床电气控制(高职)(姚勇刚)	21.00	汽车使用与技术管理(高职)(边伟)	25.00
现代数控机床(高职)(刘瑞己)	25.00	汽车空调(高职)(李祥峰)	16.00
数控应用专业英语(高职)(黄海)	17.00	汽车概论(高职)(邓书涛)	20.00
机床电器与PLC(高职)(李伟)	14.00	现代汽车典型电控系统结构原理	
电机及拖动基础(高职)(孟宪芳)	17.00	与故障诊断(高职)(徐生明)	25.00
电机拖动与控制(高职)(刘保录)	25.00	有色金属材料焊割技术(高职)(袁国义)	24.00
电机与电气控制(高职)(冉文)	23.00	互换性与技术测量(高职)(屈波)	19.00
电机原理与维修(高职)(解建军)	20.00	互换性与几何量测量技术(张帆)	30.00
供配电技术(高职)(杨洋)	25.00	电子CAD(Protel 99 SE)实训指导书(高职)	12.00
电切削加工技术(高职)(詹华西)	13.00	Pro/ENGINEER应用教程(高职)(朱玉红)	23.00
金属切削与机床(高职)(聂建武)	22.00	安全评价技术(张乃禄)	23.00
模具CAD/CAM 实用教程——		安全检测技术(张乃禄)	28.00
Pro/ENGINEER Wildfire2.0(高职)	18.00		

欢迎来函索取本社最新书目和教材介绍, 欢迎投稿!

通信地址: 西安市太白南路2号 西安电子科技大学出版社发行部 邮 编: 710071

邮购业务电话: (029) 88201467 传 真: (029) 88213675

# 目 录

第一章 心理学与青年心理学	1
第一节 心理学简介	1
第二节 青年心理学概述	11
第三节 青年心理发展的一般规律	18
第二章 青年智力与学习心理	28
第一节 智力与学习概述	28
第二节 青年智力发展与学习特征	46
第三节 青年大学生的学习方略	52
第三章 青年感情心理	61
第一节 情绪与情感概述	61
第二节 青年情绪与情感特征	71
第三节 青年大学生的感情生活	77
第四章 青年人格	89
第一节 人格概述	89
第二节 青年人格特征	96
第三节 青年大学生的人格塑造	106
第五章 青年的自我意识	112
第一节 自我意识概述	112
第二节 青年自我意识的特征	116
第三节 青年大学生自我意识的基本策略	118

第六章 青年人际关系..... 124

第一节 人际关系概述.....	124
第二节 青年人际关系特征.....	130
第三节 青年大学生人际关系适应途径.....	142

第七章 青年犯罪心理..... 145

第一节 犯罪心理理论简介.....	145
第二节 青年犯罪的一般心理特征.....	157
第三节 青年大学生犯罪心理透析.....	162

第八章 青年心理健康与心理保健..... 169

第一节 心理健康与青年大学生心理健康.....	169
第二节 青年大学生常见的心理问题及其表现.....	183
第三节 青年大学生心理健康的维护和保健.....	189

第九章 青年职业心理..... 199

第一节 职业心理概述.....	199
第二节 青年职业心理特点.....	210
第三节 青年大学生职业心理适应.....	213

参考文献..... 222



# 第一章 心理学与青年心理学

## 第一节 心理学简介

### 一、心理学研究的对象

无论意识到或没有意识到,清醒着的人每时每刻无不进行着心理活动。在别人提醒你的这一瞬间,你就会意识到自身已在进行着心理活动。即使你处在非清醒状态下(比如在梦境中),同样也进行着心理活动。心理学是研究人的心理活动及其发生、发展规律的科学。人的心理活动包括紧密联系的两个方面:心理过程和人格。

普通心理学是研究正常成年人心理现象的一般规律的学科,是心理学最基本、最重要的研究,它包括两个主要方面:心理的实质问题和心理的结构问题。人的心理是以不同的形式能动式地反映客观事物及其相互关系的活动。心理学是对心理现象的阐述并揭示其本质和规律的科学,因此它涉及到心理过程发生、发展和人格心理形成及变化的最一般原理和规律,以及心理学研究的方法论原则和具体的科研方法。随着科学心理学的发展,普通心理学中既包括已经定论、为科学实践所证明的心理学理论和规律,也包括具有重大影响的心理科学学说和学派以及处于科学发展前沿的新发现和新成果。

#### (一) 心理过程

人的心理过程就其性质与功能来说,可以分为认识过程、情绪情感过程和意志过程三个方面。

##### 1. 认识过程

认识过程是指人由表及里、由现象到本质地反映客观事物的特性与联系的心理活动。人的认识过程包括对客观事物的感觉、知觉、记忆、思维和想象等过程。注意则是伴随在心理过程中的心理特性,以保证人的各项活动的顺利进行。

##### 2. 情绪情感过程

情绪情感过程是指人对客观事物是否满足自身物质和精神上的需要而产生的主观体验的心理活动,它反映的是客观事物与人的需要之间的关系,包括喜、怒、哀、乐、爱、憎、

恨、惧等情绪和情感。

### 3. 意志过程

意志过程是指人为满足某种需要，在一定动机的激励下，自觉确定目标，克服内部和外部困难并力求实现目标的心理活动。意志过程是人的意识能动性的表现，即人不仅能认识客观事物，而且还能根据对客观事物及其规律的认识自觉地改造世界。

人的认识过程、情绪情感过程和意志过程通称为心理过程。它们在人们的心理活动中并不是单独存在的，而是相互联系、相互影响的统一的心理活动过程。人的认识过程是人的情绪情感和意志产生的基础，没有人的认识活动，人既不会产生喜怒哀乐的情绪情感，也不可能产生有自觉、坚强的意志。情绪情感和意志又反作用于认识过程，没有人的情绪情感的推动或者缺乏坚强的意志，人的认识活动就不可能发展和深入。可见，人的认识过程和意志过程中总是伴随着一定的情绪情感活动，意志过程又总是以一定的认识活动为前提，而人的情绪情感和意志活动又促进了人的认识的发展。

人的认识、情绪情感和意志都有其发生、发展及其变化的过程，研究这一过程发生、发展的规律性是心理学研究的对象之一。

## (二) 人格

人的心理过程具有共同的规律性的特征。例如，人们认识客观事物都是先由感觉、知觉进而到思维，即是由现象的感知到事物本质的揭露，这是人们认识过程的共性。情绪情感过程和意志过程的发生和发展也都存在着共同的规律性。但是，由于每一个人的先天素质和后天环境影响的不同，心理过程在每个人身上产生和发展时又总是带有个人的特征，从而形成了个人不同的人格。人格是指一个人的整个心理面貌，是个人心理活动稳定的心理倾向和心理特征的总和。人格的心理结构主要包括人格倾向性和人格心理特征两个方面。

### 1. 人格倾向性

人格倾向性是指人所具有的意识倾向，它决定着人对现实的态度以及对认识活动对象的趋向和选择。

人格倾向性是人从事活动的基本动力，是推动人进行活动的系统，其中主要包括需要、动机、兴趣、理想、价值观和世界观。这些心理倾向在整个心理倾向中的地位，随着个人的成熟与发展阶段而有所不同。例如，在儿童时期，理想上升到主导地位；在青年后期和成年期，人生观与世界观成为主导的心理倾向并支配着人的整个心理活动与行为。

人格倾向性是在社会实践中形成、发展和变化的，它反映了人与客观现实的相互关系，也反映了一个人的生活经历。当一个人的人格倾向性成为一个稳定而概括的心理特点时，就构成了一个人的人格心理特征。

### 2. 人格心理特征

人格心理特征是指一个人身上经常地、稳定地表现出来的心理特点。它主要包括能力、气质和性格，是多种心理特征的独特组合，集中反映了一个人心理面貌的类型差异。例如，有的人观察力强，有的人想象力丰富，有的人思维缜密，因此在各种活动中的表现就有高低之分，这是能力方面的差异。在行为方面，有的人活泼好动，有的人沉默寡言，有的人

热情友善,有的人冷漠无情,这些都是气质和性格方面的差异。在一定的社会条件下,人们通过社会实践活动形成和发展的人格倾向性和人格心理特征,是心理学研究对象中的另一个重要内容。

人的心理过程和人格是彼此密切联系的。一方面,没有心理过程,人格是无法形成的。如果没有对客观事物与人的需要之间的态度体验而产生的情绪和情感,没有对客观事物的积极改造的意志过程,人格就会成为无本之源。另一方面,已经形成的人格倾向性和人格心理特征又制约着心理过程,并在心理活动过程中得以体现,从而对心理过程产生重要的影响,使之带有个人独特的特点。因此,既没有表现在心理过程中的人格倾向性和人格心理特征,也没有不带有人格倾向性和人格心理特征的心理特征。心理过程和人格是心理现象的两个不同方面,在了解一个人的心理全貌时,必须把两者结合起来进行考察。具体来说,心理学是研究人的心理过程发生、发展的规律性,研究人格形成、发展和变化的规律性,研究心理过程和人格两者之间相互关系的规律性的科学。

## 二、心理学的研究性质

### (一) 自然科学与社会科学

从自然科学的角度来看,现代科学已用不可辩驳的事实证明,心理是物质在地球这一特定条件下经历了从无机物到有机物、从低等动物到高等动物、从猿到人的漫长岁月的发展阶段的最高产物,心理是脑的机能,心理活动和人脑的活动是紧密联系在一起的。现在科学研究又表明,人的一切心理活动就其产生的方式来说都是脑的反射,包括三个环节:① 开始环节,即外界刺激作用于感觉器官而产生的神经兴奋环节,并经传入神经向脑中枢传导;② 中间环节,即脑中枢发生兴奋或抑制的过程,在此基础上产生心理活动,如感知觉、表象、记忆和思维等;③ 终末环节,即神经兴奋从脑中枢沿传出神经到效应器,从而引起效应器的活动,如动作或语言等。通过反馈活动使以上三个环节更加完整、连续地进行下去,更完善地反映客观世界。

不难理解,从脑的这一物质本体的机能活动的角度进行研究,以及有关心理的生理基础和机制的研究,均属于自然科学。例如神经心理学,着重揭示心理的脑机制,是一门纯粹的自然科学。

同时,人脑只是反映客观事物的物质器官,是人的心理活动的自然前提。但人脑自身是不会单独产生心理活动的。客观现实以各种不同的形式作用于人脑,通过大脑的加工处理而产生感知觉、表象、思维等心理活动。客观现实是指主体之外的自然界和社会的一切事物以及人与人之间的全部社会关系,它包括自然环境和社会生活过程。自然环境是人类赖以生存的天然现象,是人类为了满足需要而进行改造的对象,是人的心理活动不可缺少的源泉之一,那么研究人的心理活动与自然相互联系及其规律的学科,偏向于自然科学。例如探索“人-机”适应的劳动心理学、工程心理学等。

从社会科学角度来看,客观现实中除了自然界之外,更为广阔的是整个社会生活过程,也包括了被人类改造了的自然,例如学校、工厂、城市等;更为重要的是包括了社会生活过程中人与人之间结成的社会关系。而广泛与社会实践相联系的心理活动和社会行为均涉及到社会规律,对它们的研究属于社会科学。例如,在教育领域,会产生师生关系、

同学关系、学习动机等社会问题；在司法领域，会产生犯罪现象的社会文化的心理因素、罪犯改造等问题；在事业管理领域，会产生领导者如何激励下属的积极性，如何管理员工行为等问题。由此而产生的教育心理学、司法心理学、管理心理学等，均偏向于社会科学。

按上述分析，心理学中包括纯自然科学的分支，也包括社会科学的分支。然而，心理学的主体——研究人的心理活动过程诸形式及规律，研究心理过程和人格心理特征的发生和发展，从这方面来说，既涉及脑神经机制，又涉及人的社会实践。因此，一般来说，心理学属于边缘科学，特别是大多数学科分支的基础研究部分应属于边缘科学。至于每一具体学科分支的性质，则应依具体研究对象来规定。

## （二）基础学科与应用学科

心理学研究客观现实通过人脑而产生的反映活动的规律。由此可见，心理既涉及人脑的高级功能，又涉及人所广泛参与的社会生活与实践。在如此截然不同的两种范畴里所发生的心理现象，是自然现象与社会现象的结合点，是人类的自然方面与社会方面相互作用中所发生的一种最普遍、最基本的现象。因此，心理学首先要研究人脑这一高度发展的物质的运动——为什么在人的活动中，它能产生感觉与思维、动机与情绪、意志与人格等心理活动与行为方式。同时，人的心理又是在社会实践中发生的，那么人脑对现实的反映为什么能影响人的行为，其心理中介是什么？人的心理服务于人的社会适应能力，心理与社会的联系有什么规律？

从上述这个意义上说，心理学是一门基础学科，对它的研究既要从心理本身方面进行，又要从脑的机制方面进行，还要从社会方面进行。由此形成了心理学基础研究的三大领域：普通心理学——研究心理学和人格心理特征发生发展的一般规律；生理心理学——研究心理现象发生、发展的神经生理机制；社会心理学——研究个体心理社会化、个体与社会相互作用的规律。

心理学不仅是一门基础学科，同时又是一门应用学科。人的社会实践范围很广，各种不同的工作领域、生活方式以及人际关系等，对人的心理反映有着不同的影响。它们各自对心理活动的不同方面，形成心理活动具体、独特的规律。对这些规律的揭示，可服务于让人们了解从事这些活动的心理依据和对心理的影响，使人既有效地从事这些活动，又有益于心理和能力的发展。

心理活动的规律粗略地可区分为两大范畴。

其一，人自身处于某种具体、特定状态下的心理活动规律。例如，个体从婴儿、幼儿、童年、少年，发展到青年、中年、老年。人自身所处的每一不同阶段，其心理的发展与变化均有其不同的规律。又如，人自身处于身心变异或病态的情况下，其心理活动也具有特殊的规律。由个体生存过程中所处的基本情况来决定，对年龄心理或变态心理既可从基础方面进行研究，又可从应用方面进行研究。

其二，人处于某种具体的、特定实践活动中的心理规律。例如，人处于接受教育、训练或自身学习中，依所学知识和技能的不同，具有独特的学习与记忆、掌握与理解的不同规律。又如，人处于生产过程、机器操作或驾驶活动中，形成了特定的人-机关系情境，具有完成操作、效果优劣不同的特殊要求和心理依据。人还从事各类不同的艺术活动，具有与特定艺术形式相关的艺术才能和心理能力。人在广泛的社会活动中所建立的社会关系，

对完成人的社会活动,达到人的社会适应,促进人的社会成熟,并维系着整个社会的协调,有益于社会的发展;在诸如人事管理和人际接触的独特领域(如商业、旅游)中,具有可能是另外一些方面的心理知识与技能。所有这些都是心理学的应用领域,心理学的知识有着广泛的社会需要。

基础学科与应用学科不是截然分开的。发展心理学、变态心理学及社会心理学均属于基础学科,它们对于形成心理学的基本概念体系具有重要的理论意义。但同时,在指导人的成长与教育、心理保健与医疗、人的社会化与人际关系处理等方面又有很大的应用价值。因此在心理学的研究选题上,有的可侧重于基础研究,有的可侧重于应用研究,还有的可归属于有双重意义的应用性基础研究。

### 三、心理学的研究任务

#### (一) 心理学研究的理论任务

心理学的基本理论任务是研究心理现象的规律:心理活动的过程及其机制、心理特征的形成过程及其机制、心理过程和心理特征的相互关系等许多方面的规律。

影响人的心理活动的因素很多,但概括起来主要有三类:① 环境因素,即人所接触到的周围事物的变化;② 生理因素,例如人的体温高低、饥或渴等;③ 心理因素,即自己的心理活动对心理的影响。心理学就是要探索这三类因素的变化对心理活动的影响。为此,心理学的研究有以下三项具体任务:

第一项任务是揭示和描述人的心理现象。人的心理活动的本质和发展规律若不能被揭示,就不能被理解和控制,有时甚至会被看成是任意发生的、主观自觉的、不受因果规律支配的。为此,心理学研究中大量的工作是测量、描述和揭示人的行为,以及心理如何调节和支配人的活动的规律。例如,心理学通过大量测量揭示了人类遗忘的规律,这样就可以理解为什么有的人记得又快又牢,而有的人则记忆效果差,并找出有助于记忆的方法,控制和避免有损于记忆的因素。

第二项任务是预测和控制人的心理活动。科学的重要作用在于预测和控制。人们掌握了心理活动的规律,就能根据客观现实的需要去预测和控制心理活动。例如,知道了某个学生的智力水平,就能够较准确地预测该学生的某些作业成绩。另外,了解了影响人的心理活动的因素,就能够尽量消除不利因素,创设有利情境,改变和控制个体的行为,使活动效率得到提高。

第三项任务是理解和说明人的心理活动。理解和说明人的心理活动,实际上就是找出产生所观察到的某些心理现象的原因。这个过程既包括了把已知事实组织起来以形成与事实相符的说明,也包括了就事件之间的关系提出需要证明的假设。

#### (二) 心理学研究的实践任务

心理学研究心理过程和心理特征形成及发展的规律,根据研究成果可以促进一些心理活动和心理特征的形成及发展,也可以控制、改进这些活动或特征。心理学的研究主要有以下几个分支:

教育心理学:研究在教育、教学过程中受教育者掌握知识、技能和形成道德品质的规律,从而提高教育、教学工作的效率。进行教育必须依据儿童心理发展的情况,教育心理

学和儿童心理学的研究有密切的联系。

**劳动心理学：**研究劳动者掌握和改进生产技术的过程，从而缩短劳动者对新技术的掌握过程，促进对生产技术的革新以提高劳动生产率。劳动心理学研究者也研究各种劳动条件对心理活动和工作效率的影响，专门研究劳动工具的设计，以求适合劳动者的心理和生理特点，便于操纵以提高效率的心理学，叫做工程心理学。

**医学心理学：**研究心理活动和身体的、精神的各种病理过程相互影响的规律，从而利用心理活动的改变以促进病理过程的消失和正常机能的恢复。病理心理学和缺陷心理学的研究成果对于医学心理学有重要意义。

**艺术心理学：**研究艺术创作和欣赏过程中的心理活动的规律，从而可能有助于提高创作水平和艺术作品的教育效果。

**体育心理学：**研究体育训练和运动竞赛中心理活动的特点，为制订体育和运动的教学和训练方法提供依据。

**军事心理学：**研究军事活动中心理活动的规律性，从而提高军事活动和军事训练的效率。研究军用器械如何适合人的心理生理特点，以便于操纵和提高效能的心理学是军事工程心理学。

由于心理学研究的范围涉及人生活的各个领域，而许多问题并不是心理学一门科学所能解决的，因此心理学研究必须与其他科学相结合。这就要求心理学工作者应当进行相关多种科学知识的训练，例如研究教育心理学要有教育学知识，研究劳动心理学必须具有生产知识和技术训练等。

#### 四、心理学的研究历程

每一位心理学史工作者都喜欢引用德国心理学家艾宾浩斯的一句名言：心理学虽有一长期的过去，但仅有一短期的历史。这句话的精辟之处在于它以 1879 年实验心理学的建立为分野而把心理学的历史划分为两大时期：实验心理学建立之前漫长的前科学心理学时期和实验心理学建立之后的科学心理学时期。

##### （一）前科学心理学时期

自古希腊、罗马时期开始至 1879 年实验心理学建立的这段时间为前科学心理学时期。这段时期内心理学发展的特点是：有丰富的心理学思想，但是却没有系统的心理学理论。心理学在这段时期内是附属于其他学科的，特别是附属于哲学，哲学家在构建其理论的过程中阐发了许多心理学的思想观点。这一时期心理学思想的发展大致经历了以下两个阶段。

第一个阶段是官能心理学阶段，时间大致是从公元前 6 世纪至 14 世纪。这一阶段包括了奴隶社会和封建社会两个历史时期，主要代表人物有古希腊、罗马时期的柏拉图和亚里士多德，以及中世纪教父学的代表人物奥古斯丁和经院哲学的著名代表阿奎那。在此阶段中，心理学思想集中体现在灵魂的功能或“官能”的探讨上，而灵魂的官能实际上就是所探讨的意识或心理，因此这段时期的心理学思想为官能心理学。

第二个阶段为意识经验心理学阶段，时间大致起于 14 世纪末止于 19 世纪中叶，包括资本主义关系形成时期和资产阶级革命时期的心理学思想。在这一阶段，有关心理问题的探讨由灵魂的功能逐渐转向了认识的起源、过程和方法等问题，注意的焦点转向了意识经

验起源的研究。于是,官能心理学开始让位于意识经验心理学。

意识经验心理学探讨的主要问题是知识经验是怎样产生的。在这个问题上,出现了两种对立的主张,即经验论和唯理论。在心理学史上,我们称之为经验主义心理学思想和理性主义心理学思想。经验论主张感性经验是知识的唯一源泉,一切知识均来源于经验。唯物经验论主张感性经验来源于客观世界,唯心经验论则认为是由内省体验产生的。唯理论站在经验论的反面,它推崇理性判断,贬低感性经验。唯物主义的唯理论主张认识的对象是客观存在的自然界,唯心主义的唯理论则认为理性知识是天赋的,是先天固有的。经验论与唯理论之争构成了意识经验心理学发展的主要线索。

在经验论的基础上产生了联想主义心理学。联想主义心理学以“联想”解释一切心理现象,认为各种心理元素通过联想的规律形成各种心理状态。联想主义心理学是意识经验心理学发展的最高形式,它的出现代表着哲学心理学向科学心理学的过渡。

## (二) 科学心理学时期

1879年,冯特(Wundt, 1832~1920)在德国莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室,这标志着科学心理学的建立,自此,西方心理学进入了一个新的发展时期。在这个时期里,心理学虽然脱离哲学而独立,但是却没有形成一个统一、联合的学科。不同理论倾向的心理学相互争论,形成了大大小小的心理学流派。在实验心理学建立的早期,存在着内容心理学与意动心理学之争。美国心理学产生以后,又出现了构造心理学与机能心理学的对立。1910年以后,西方心理学内又产生了行为主义、精神分析、格式塔学派。这些流派又进一步分化和演变,导致了新行为主义、精神分析的自我心理学和精神分析的社会文化学派,等等。大致上可以说,20世纪50年代之前的西方心理学行为主义和精神分析平分秋色。尽管在此时期内存在着其他心理学派别,但在心理学内最有影响的还应属这两大心理学流派。20世纪50年代以后,西方心理学的阵营发生了变化:作为行为主义和精神分析之后心理学的第三势力——人本主义心理学产生了。由于行为主义、精神分析与人本主义这三大流派和人类生活的各个方面息息相关,因而下面将再做进一步介绍。

### 1. 行为主义心理学

自20世纪初期以来,有些心理学家不满意于对心理的主观推测,又不能把心理现象完整地诉诸于生理解释,他们试图使心理学与其他自然科学一样,把心理学的研究放在可观察和可测量的对象上,于是他们集中研究行为。这一学派后来得到发展,在心理学研究中居统治地位达50年之久,称为行为主义。

行为主义学派创始人华生(B. Watson, 1878~1958)断言,心理学要成为一门科学,必须摒弃一切主观内省,确立心理学的客观研究对象。华生否认传统心理学经主观上能体验到知觉或意识为研究对象,而代之以行为;又将行为归结为肌肉的收缩或腺体的分泌。华生受俄国巴甫洛夫(Ivan Pavlov, 1849~1936)条件反射学说的影响,建立了刺激-反应(S-R)模式。他不去考虑刺激与反应之间的心理过程,认为即使是思维,也不过是由内部语言所引起的喉头肌肉运动,情绪不过是内脏和腺体的变化,它们都是可以客观记录的行为。

华生认为,行为是可以通过学习和训练加以控制的,从而他否认遗传。他夸口说:“给我一打健全的婴儿和我可用以培育他们的特殊世界,我就可以保证随机选出任何一个,不问他的才能、倾向、本领和他父母的职业及种族如何,而把他训练成为我所选定的任何类

型的特殊人物，如医生、律师、艺术家、商人或乞丐、小偷。”（《行为主义》，1924年）

华生在心理学领域破旧立新，在当时独树一帜，是有其积极意义的。由于他主张心理学的目的在于预测和控制人的行为，这对于后来心理学以行为测量为手段，在医疗、教育、人事管理等广泛领域推动了心理学走向应用。

以华生为代表的早期行为主义是对传统心理学和主观内省法的否定，把心理现象过度地简单化为 S-R 模式，否定了脑和神经中枢在心理活动中的作用，从而走向了荒谬。20 世纪 30 年代后，早期行为主义逐渐为新行为主义所取代。

新行为主义的代表们修正了华生的 S-R 模式，在 S-R 之间增加了一个中介变量，这个中介变量代表着反应的内部心理过程。例如把中介变量分为需求变量和认知变量，包括了需要、动机、知觉、再认、技能等基本心理活动。

新行为主义者受当时操作主义哲学的影响，其代表之一斯金纳(B.Skinner, 1904~1990)建立了操作行为主义。他认为心理学应当研究刺激与反应之间的一种可观察到的相互关系，对反射“进行操作分析”。他用数学函数关系表示这种观点： $R = f(S)$ 。他在研究中，考虑到那些改变刺激与反应关系的条件，提出  $R = f(S, A)$ 。R 代表反应，S 代表刺激，A 代表“第三变量”，即“中介变量”，也就是改变刺激与反应之间关系的条件。斯金纳在动物实验中，展示了动物主动地按压杠杆取得食物而得以强化，从而建立起区别于巴甫洛夫经典条件反射的操作条件反射。斯金纳认为，人的行为大都取决于先前行为的后果，先前行为的后果所起的强化作用决定以后的行为，这就是奖励的作用。操作行为主义用这一理论广泛地解释了学习现象，程序教学就是在这个原理的基础上创建的。设计的程序包括学习迁移、强化作用、动机作用等中介因素是符合人的心理活动规律的。程序设计的构想已在当前计算机辅助教学中被广泛地应用。

20 世纪 60 年代以来，随着认知心理学的发展，行为学派已经衰落，但它的理论体系仍然在一些学科中被采用，如动物心理研究、教育心理学等。然而已不再有心理学家认为自己是绝对的行为主义者了。

## 2. 精神分析学

心理学的精神分析研究方向是在 20 世纪初期由奥地利精神病学者弗洛伊德(S.Freud, 1856~1939)建立的。1895 年，他与布洛伊尔合著的《癔病研究》一书问世，是精神分析学派开始建立的标志。弗洛伊德早期理论的代表著作发表于 20 世纪初期（《梦的解释》，1900 年；《精神分析引论》，1910 年）。经过几十年的形成、发展和修正，精神分析理论成为心理学中一个十分独特的学派。

精神分析概念是从精神疾病的治疗中开始采用的，因此它是一种治疗方法；同时，弗洛伊德经过多年的医疗实践，使得精神分析概念形成为一个理论体系。

潜意识概念是精神分析理论的核心部分，是弗洛伊德学说的理论基础。弗洛伊德认为，人的行为导源于本能和原始冲动，特别是性冲动。人的某些本能和欲望由于某种原因或受社会习俗、道德、法律的约束而产生恐惧或忧虑时，这些欲望和冲动就被压抑到潜意识里去而不在人的意识里呈现，这就是导致精神疾患的原因。弗洛伊德在不同时期采用催眠疗法、宣泄疗法、梦的解释和自由联想法，引导病人回忆和说出自己的情况，当那些被压抑的体验和情绪说出来之后，紧张心情得到松缓，就达到了治疗的效果，这就是精神分析概念的来源。