

111520

心理学



人民体育出版社

心 理 学

苏联 П. А. 魯吉克著

孙經瀨 吳 侗 胡士襄 張文洸 張述祖 詹 鐸 合譯

唐 鉞審

人 民 体 育 出 版 社

內 容 提 要

本書是苏联体育学院教学参考書之一，共分十五章，全面而詳盡地闡明了心理学的各种問題，如心理学的对象和方法、心理学的生理基礎、心理和人类意識的發展，以及感覺、知覺、注意、記憶和表象等等。

本書和一般心理学書籍不同的地方，就是用大批运动方面的資料充实了心理学。因此，本書不僅適于我國各体育学院校師生參考閱讀，而且也是师范学院教師以及心理学研究人員和大中学教師進修时的良好讀物。

原 本 說 明、

書 名 Психология
著 者 П.А.Рудик
出 版 者 Учпедгиз
出版地点 Моосква 1955
及 日 期
統一書号: 7015 · 485

心 理 学

苏联 П.А.魯吉克著

孙經瀾 吳 侗 胡士襄 張文洸 張述祖 詹 鏌合譯
唐 鐵密

人民体育出版社出版

北京體育館路

(北京市書刊出版業營業許可証出字第049号)

北京崇文印刷厂印刷

新華書店發行

850 × 1168 1/32 352千字 印張 14 $\frac{16}{32}$ 插頁4

1957年11月第1版

1957年11月第1次印刷

印数: 精裝1—2,600 平裝1—6,500

定 〔10〕 精裝 2.70元
价 平裝 2.20元

責任編輯: 閻 海、鄭 琦 封面設計: 喜 懷

目 錄

作者的話.....	1
第一章 心理学的对象和方法.....	3
心理学对象概述。——資產階級心理学中現代唯心主义派与机械主义派的反动性。——俄國科学史上对心理的唯物主义的理解。——心理是腦的特性。——心理是客觀世界的反映。——人的意識的社会制約性。——心理过程的共同屬性。——心理学的研究方法。——观察。——实验。——心理学在理論和实践上的意义。	
第二章 心理的生理基礎.....	47
神經系統及其机能。——神經系統的發展。——大腦兩半球皮層是高級神經活动的器官。——高級神經活动的基本过程和基本規律。——巴甫洛夫高級神經活动學說在心理学上的意义。	
第三章 心理与人类意識的發展.....	83
心理發展概述。——無条件反射和本能。——条件反射和熟練技巧。——动物的智慧行为。——人类意識的產生和發展。	
第四章 感 覺.....	101
感觉概述。——分析器及其活动。——感觉对認識客觀世界的作用。——感觉的种类。——視覺。——听覺。——嗅覺。——味覺。——溫覺和冷覺。——觸覺。——肌肉运动感覺。——平衡覺。——机体感覺。——痛覺。——感覺能力及其閾限。——適應和敏感化。——感覺的發展。	
第五章 知 覺.....	144
知覺概述。——知覺的生理基礎。——知覺客体的分出。——統覺。——空間知覺。——視錯覺。——時間知覺。——运动知覺。——肌肉运动感覺、觸覺、視覺和机体覺在运动知覺上的作用。——运动知覺的一般特徵。——競技运动中的專門化了的知覺。——观察。	

第六章 注意..... 185

注意概述。——注意的生理基础。——注意的基本特点。
——注意的动摇。——注意的范围。——注意的强度。——
注意的稳定性。——注意的种类。——无意注意与有意注意。
——稳定的注意与不稳定的注意。——集中的注意与分
配的注意。

第七章 记忆..... 205

记忆概述。——记忆的生理基础。——联想。——识记。
机械记忆与逻辑记忆。——再生。——记忆的种类。——记
忆的类型。——运动记忆对竞技运动的重要性。

第八章 表象和想象..... 226

表象概述。——记忆表象与想象表象。——单一表象和一般
表象。——表象与概念的区别。——表象的明晰性有助于实
践活动。表象的生理基础。——表象的发展。——表象的
种类。——肌肉运动表象。——想象概述。——想象的种
类。——想象的发展。

第九章 思维与言语..... 248

思维概述。——思维的生理基础。——概念和判断是现实的反
映。——思维活动的基本方式。——言语概述。——言语的
基本特性。——言语的种类。

第十章 情绪..... 277

情绪概述。——情绪的生理基础。——情绪的主要种类。
心境。——情感。——激情。——情感在运动活动中的意义。

第十一章 意志过程..... 298

意志和随意行动概述。——随意行动的生理基础。——自动
动作在意志活动中的意义。——随意行动的心理说明。反
应及其在运动中的意义。——意志的努力及其在运动中的意
义。——意志过程的发展。

第十二章 活动的心理特征..... 358

关于活动的一般概念。——活动的主要种类。——技能和技

巧。——技巧在体育活动中的意义。——技巧的形成和巩固。——心理过程在体育活动中的发展。——运动员的意志品质。——运动员的专门品质。

第十三章 在运动教学和训练过程中的心理特征…………… 387

运动教学过程的一般特征。——动作的示范。——运动表象在运动教学中的意义。——对所示动作的讲解。——运动训练过程中的一般特征。——训练的状态。

第十四章 气质和性格…………… 400

关于个性心理特征的一般概念。——关于气质和性格的一般概念。——气质。——气质的种类。——气质的生理基础。——气质的培养。——性格。——苏维埃人的性格特点。——性格的意志特点及其培养。——目的指向性。主动性。——积极性。——纪律性。——果断性。——坚强性。

第十五章 能力和天资…………… 442

能力和天资的一般概念。——测验法及其批判。——对能力发展机械论的批判。——对能力性质及其发展的辩证唯物主义理解。

作 者 的 話

心理学是师范院校——其中包括为中小学訓練体育師資的体育学院和体育学校在內——的基礎学科之一。在这些院校中教授心理学的目标是：1) 根据唯物主义立場揭露个人的心理过程和心理特性的真正本質，从馬克思主义的观点來說明心理学的基本問題并在这一基礎上帮助学生確立辯証唯物的世界观；2) 給学生以关于心理过程基本規律的具体的有科学根据的知識，使学生在其实际教育活动中，特别是在理解并实现教学和教育过程中，能有效地应用这些知識。

根据上述任务，作者試圖从巴甫洛夫关于高級神經活动規律的生理学說的观点來敘述并說明心理过程。怀着这一目标，作者認為必須在本書中論述高級神經活动的一般規律在心理学中的应用，并且認為在描述个别的心理过程时，是有可能在这一領域科学研究的当前水平所允許的範圍以內更詳盡地揭露心理过程的条件反射机制的。

巴甫洛夫关于高級神經活动規律的唯物主义学說乃是这样的一种自然科学基礎，沒有关于这个基礎的知識，就既不可能正確理解心理过程，也不可能富有成效地去研究心理过程。

然而，作者很不同意把心理学的研究归結为僅僅只是說明心理的自然科学基礎。因为心理学的方法論基礎，正如任何其他科学一样，乃是馬克思列宁主义哲学。正確地理解心理过程和个人心理特征的發展規律，只有在說明了这些現象对作为社会生物的人的社会存在的制約性的基礎上才有可能。因此，作者在敘述心理和人的意識的發展問題时，以及在分析思維过程、意志过程、

氣質、性格和其他個性特征時，曾企圖指明這些現象對生活條件及社會勞動活動的依存性。

為使本書內容尽可能接近體育學院的具體情況，書中對感覺、知覺、思維等過程都是盡量根據體育和運動的實例和資料來加以說明和分析的。懷着這個目的，本書也探討了運動心理學的個別具體問題，例如體操的教學和運動訓練過程的心理學特性問題、運動員的道德意志品質的培養的心理學性質問題等等。

作者如果不依靠蘇聯國立斯大林體育學院心理學教研室科學工作者同人們的著作的話，本書是不可能寫出來的。作者要特別感謝加加耶娃（Г.М.Гагаева）和切爾尼科娃（О.А.Черникова）兩位講師，她們在運動心理學方面有價值的研究結果，本書在說明下列問題時已加以利用了：如運動活動的心理學特性、運動中特殊化了的知覺、運動性熟練技巧的性質、情緒意志過程在運動訓練中的作用等等。

作者明確地理解到擺在他面前的任務的艱鉅性，因此他對能幫助改善本書的任何論述和批評都將表示謝意。

魯 吉 克

1954年9月15日

第一章

心理学的对象和方法

心理學對象概述。 資產階級心理學中

現代唯心主義派與機械主義派的反動性。

俄國科學史上對心理的唯物主義的理

解。 心理是腦的特性。 心理是客

觀世界的反映。 人的意識的社會制約

性。 心理過程的共同屬性。 心理

學的研究方法。 觀察。 實驗。

心理學在理論和實踐上的意義。

心理學對象概述

人們周圍的客觀世界、自然現象和社會現象是科學知識所涉及的对象。熟悉一種科學的对象，我們就知道該種科學研究什麼。

任何科學用來研究它的对象的基本途徑、辦法或方式，叫作科學研究方法。熟悉某種科學的研究方法，我們就知道那種科學怎樣研究它的对象。每一種科學對於它所研究的那些現象都有認識其規律性的任務。適當的研究方法、方式之運用，是依該科學

所研究的現象的特征为轉移的。

正確理解任何科学的对象，以及正確利用适当的科学研究方法，只有根据辯証唯物主义，根据馬克思列宁主义哲学对宇宙組成及其最一般的規律的理解，才有可能。

从馬克思主义关于自然和社会的学說出發，苏联心理学認為自己的对象——心理是高度組織起來的物質——腦——的特性；是客觀世界的主觀反映。

对于心理的本質的这个唯一正確的見解，心理学并非一下子就達到的，而是在長期斗争中得到的。

从心理学中最初產生科学思想的时候起，就一直進行着两种世界观——唯物主义和唯心主义——的斗争。一个社会的哲学見解作为其經濟基礎的上層建筑，是为階級所制約的，它反映出并且保护着某些社会階級的利益。唯心主义从过去到現在，始終是一种反动的世界观，它代表剝削階級的利益。自始至終，唯心主义都依靠于神秘主义和宗教的伪科学原理。而唯物主义却是依据科学事实，总是代表着劳动人民的利益的革命世界观。

唯心主义認為“精神的”基質或“精神”，是宇宙的基础。“精神”对于物質世界來說是第一性的，而物質世界是派生的，第二性的。根据唯心主义者的学說，物質只是“絕對意識”或“宇宙精神”的化身，而“絕對意識”或“宇宙精神”是一切存在的根源。

在有思維和存在的关系这一根本問題上，唯物主义是站在唯一正確的有科学根据的并且和唯心主义完全相反的观点上，認為物質是第一性的，而意識是第二性的，是从物質派生出來的。

心理学自开始存在以來，就是唯物主义和唯心主义兩派尖銳斗争的活动園地。

唯心主义对于心理学对象的理解，远在古希腊哲学中，就作为人的“灵魂之学”而出現了。

古希腊唯心主义哲学家把人的身体同他的非物質的“灵魂”对立起來。根据他們的理解，“灵魂”是人的真实的本質，控制人的一切行动。“灵魂”既然是非物質的，就不能用感官來观察，而只能通过内部的直观去認識。这样作为心理学对象的“灵魂”的概念就形成了。“心理学”一詞本身的意思就是“灵魂之学”（源出希腊語“псюхе”——灵魂，与“λογος”——語文、學問）。

作为“灵魂之学”的心理学，絕對沒有一点科学的气味。这种心理学既然根据唯心主义的立場，在和人类实践完全抵觸之下研究自己的对象，那就不是科学。不論这种心理学有多長的歷史，它在研究心理現象這門學問里，不能建立起真正的科学知識，而在全部科学思想史中始終是神秘主义及宗教的帮兇。

在十七世紀末，一个得到經驗心理学称号的新学派產生了。这个心理学派的起源是和英國哲学家洛克（John Locke 1632—1704）的名字有联帶关系的。

俄文“經驗的”（Эмпирический）一詞，構成于希腊語“Эмпейра”，意思是“經驗”（Опыт）。洛克断言真正認識的發生只是經驗的結果，就是說在感觉和知觉的基礎上產生的；至于人得自其他來源，而并非來自感觉与知觉的知識，是不可靠的。

洛克宣称一切真正的知識都導源于經驗，而經驗不外是通过感官对周圍现实所獲得的知觉。但人的“灵魂”是不可能成为这种知觉的对象的。因为無論我們如何努力，企圖观察自己的“灵魂”，还是不可能的。“灵魂”同样也是不能用内部的主观观察捉摸到的。

内部經驗只給我們关于个别心理状态或心理过程的知識。例如借助于内部經驗，我們能夠意識到欢欣与痛苦，能够使关于某些对象的回憶在我們的記憶中浮現出來，能够體驗种种的願望等等。

据此，洛克得到結論說：心理学的对象只能是个别的心理过程或心理状态，而不是“灵魂”。“灵魂”实际上并不存在，因为它不能从經驗中得到的。

經驗心理学拒絕“灵魂”这一概念，而把心理过程当作自己的对象。比起作为“灵魂之学”的心理学來，它在这方面是一个進步的学派。經驗心理学企圖根据观察和实验來作出一切結論。在十七世紀自然科学有很迅速的發展，經驗心理学的这些方法是从当时的自然科学借來的，不过这种实验研究的方法在經驗心理学中变成了自我观察法和主观实验法，因此已具有主观主义的性質。

在經驗心理学中应用的自我观察和主观实验，其特点在于經驗心理学家首先集中精力于他自身的种种心理过程的内部知觉，并根据这种内部观察或內省的结果來描述这些内部知觉。經驗心理学家甚至企圖对自己的各种心理过程建立一定的規律，并且当以內省（自我观察）法所得到的观察結果表明有某种經常性时，就把所有的那些情况当作確立这些規律的根据。

經驗心理学在其存在期間，曾經收集了大量关于个别心理过程如記憶与注意等的帶有主观性質的資料。虽然如此，作为一門科学來說，經驗心理学到底是貧乏无力的，而且不能建立起科学的心理学來，因为它在心理学对象的理解上，在方法論方面，都象以前的那些派別一样是站在唯心主义的立場上的。經驗心理学的唯心主义表現为一种特殊形式——二元論。二元論在唯心主义哲学中是这样的一派，它認為宇宙是由两种彼此独立而不相关的基質（物質和精神）所組成的。

二元論者把擴延性作为物質現象的主要标志。精神过程沒有擴延性这个特点，而只存在于人的意識中。这一点就是二元論哲学家把这些現象歸屬於精神現象这一特殊世界的根据，他們認為精神現象完全独立于有擴延性的物質世界的現象之外而存在并發

展着。和这种說法相应，經驗心理学認為人的心理不依腦的活动和周圍的环境为轉移。可見經驗心理学在理解心理学的对象时是粘在唯心主义哲学的立場的。

在其研究心理过程所用的方法中有主觀主义性質是經驗心理学的最大缺点。

經驗心理学認為按心理过程的本質來說，是不能用客觀观察來得到的。客觀观察只是自然科学的科学研究方法。經驗心理学又認為在心理学中只可能用内部观察或內省法來观察事物。在这样的过程中，人只能观察自己的心理體驗。当然，自我观察法由于其主觀主义性質是不能保証建立真正科学的心理学的。依靠这种研究方法，經驗心理学家并不能为精確的科学知識打下基礎。

根据二元論哲学，即宇宙是由物質和精神兩種基質組成的說法，經驗主义派心理学告訴人說：人本身是由兩種不同的基質結合而成的：物質的基質表現为身体的組織，表現为神經肌肉的和其他的生理机能，而精神基質則表現为主觀的心理體驗和心理过程。关于人的物質的身体机能和心理过程之間存在着什么样的联系的問題，是身心問題的要點。在這個問題上，經驗心理学在不同的时期給了不同的答案，但总是不科学的。

經驗証明：在進行于我們机体中的可以外觀的身体过程同内部的心理过程之間，永远存在着某种特定的联系。如果正常的生理过程受到阻碍，那么立刻会在心理过程方面引起相应的改变。例如依照机体本身的生理状态，人有时感到疲乏，有时反過來感到欢欣鼓舞。为了解釋这些日常經驗中观察到的机体的身体过程和心理體驗之間的联系，在經驗心理学中曾經提出了几种学說。

这些学說之一，断言在人的物質基質与其心理过程之間存在着交互作用。这种所謂身心交感論的要點，在于断言人的生理过程影响他的心理过程；反過來，在一定的心理状态出現的时候，

就立刻影响身体机能，引起相应的生理过程。

这种說法給站在二元論立場的經驗主义派心理学家們造成很大的困难。因为按照經驗心理学家們的学說，物質世界和精神世界原則上有分別，而且彼此完全不相联系，所以如何能够在其間实现上述的交互作用是不可理解的。从經驗心理学的观点看来，不能断言物質的身体过程会轉为精神的，而精神的会轉为物質的过程，因为經驗心理学承認物質世界和精神世界有原則上的区别。經驗心理学認定物質世界的特征是它的廣延性：一切物質現象都占有空間，都以具有廣延性的形式为其特征，都可以空間的尺度來測量。至于心理过程，按照經驗心理学的学說，則以意識为其特征，而且空間的尺度和測量对于它都不适用。

由于上述原因放棄了交感論以后，經驗心理学提出了第二个理論：即所謂心身平行論來。

心身平行論認定人的物質过程和精神过程本身代表兩種彼此完全独立的現象，這兩种現象在同一時間內彼此平行地進行着。这就是說，例如在散步的时候，在我們机体内实现着某种物質的（肌肉神經的）过程，在同一時間內，在我們意識中發生了某些完全独立于神經过程之外的心理體驗上的变化（我們知覺自己在散步）。按照这个学說來講，一方面是神經肌肉过程，另一方面是运动感觉，它們同时存在。但这只是平行的，而实际上是彼此毫无联系的現象。一系列物質現象，和一系列不以物質現象为轉移的心理現象，只是在時間上如此地互相吻合着，于是在一系列中產生了某些变化，在另一系列中必然產生某些特定的与前一系列嚴格相适应、但并不以前一系列的变化为轉移的变化。只是在人看起來，却是他体内的、物質的、神經肌肉的过程影响了他的心理过程，从而引起了特定的感觉。但实际上，這兩系列的現象是完全独立的，只是彼此平行罢了。

这样，自然就要發生这样一个問題：人意識中的心理过程和

他身体中的物質过程既然毫无联系，而同时又嚴格地互相平行，究竟是什么制約着这种事实呢？既然二元論哲学家站在唯心主义的立場，并且承認精神的、特異的基質是宇宙的基礎而且控制着宇宙，这样他們就是完全同意那种唯心主义的世界觀。断言人的物質过程和精神过程的平行存在是由神所預先規定的（所謂“先定的和諧”）。

很明顯，心身平行論是不科学的，并且因此把經驗心理学的一点点科学基礎也整个摧毀了。經驗心理学用自我观察和实验的方法已經能積累一定数量的关于心理过程的描述性的知識，但是：（1）它所積累的这些知識是和它本身的唯心主义原則相反的，是和对人性的二元論的理解相反的；（2）它不能对它所積累的那些事实予以真正科学的解釋，因为經驗心理学所給予心理过程的解釋是全盤錯誤的，是以唯心主义对于心理本質的理解为根據的。

資產階級心理學中現代唯心主義派

与机械主义派的反動性

在現代資產階級科学中，唯心主义心理学具有許多派別，这些派別不管它們外表上的差異如何，都有其共同的唯心主义的實質，即認定人的行为是由体現在行为本身中的精神基質所制約的。

佛洛依德学說（由于这种学說的創始人佛洛依德而得名）在現代美國反动心理学中已得到廣泛的流傳。佛洛依德学說認為人的行为是被他的“下意識”，首先是不能意識到的性慾本能所制約的。据佛洛依德說，性慾是決定人的心理的唯一“規律”。这个規律，宿命地預定了人的一切行为以及从原始社会的宗教仪式起直到現代革命为止的一切社会生活現象。現代資產階級心理学

中的这种反动傾向企圖否定意識的作用及人的社会存在对意識的制約性，是完全为美帝國主义服务的。

語义心理学可以作为現代資產階級心理学中唯心主义派的另一例証。这一派的代表們認為語言在人的心理中占有重要地位，但他們却唯心主义地理解語言的起源和本質。照語义学者的學說，語言不是人类在其社会生產活动中發生和發展起來的交际工具，不是反映事物的客观存在的規律的思维的直接现实，而只是人类生來就有的能力，它和客观世界沒有任何联系。照他們的學說，詞及其所表示的一般概念，不过是約定俗成的一組声音或符号，并不反映任何实际的事物。据此，語义学者就由此否定客观規律的存在及諸現象間的因果关系。他們把一切社会生活的矛盾解釋为由于“語言的不完善和缺乏語义学的訓練”所致。他們認為資產階級社会中產生社会矛盾的原因，完全不过是語言的缺陷及由此而產生的人类互不了解。語义学者企圖这样來模糊資本主义國家中劳动人民的意識，使他們不去作爭取工人階級利益的斗争。

語义心理学的代表們否認意識的能动性，否認它在人之認識周圍世界和改造周圍世界中的作用。他們把思维和語言割裂，而把語言当作某些符号的結合，認為这些符号和事物的实际联系无关，并且不能为人的認識现实服务。他們把語言理解为人们任意捏造出來的某种东西，和人类社会的歷史發展沒有任何联系。

这样否認意識在人們活动中的主动作用也是所謂社会測量学派的特点。这个学派是現代資產階級心理学最近發展出來的学派之一。这种新的“科学”，以研究人們之間的相互关系为己任，把这些相互关系了解为某种“心理的联系”，而这种联系既不能由感性知覺來理解，也不能由邏輯思維來理解，而只能靠“直覺”來認識。按照社会測量学家們的說法，这些“心理的联系”虽然是不可見的，却形成社会中人的相互关系的真正基礎。这样一

來，這些相互關係就不是在社會的物質生活中形成的，而是在某些“心理的聯繫”中形成的。這些“心理的聯繫”就是“社會的人與人之間聯繫的本性”。不难看出，社會測量心理學的代表們是企圖以全力來歪曲社會關係的本性，從而使勞動群眾不再主動參加階級鬥爭的。

許多美國現代資產階級心理學家是從唯心主義的觀點來研究個人心理特徵的本性的。照他們的說法，具有個性的人在其發展中並不受社會環境和人的生活方式所制約，而是一個個體，其未來的全部發展是由他的天賦生物特性所決定的。按照某些美國心理學家的說法，人各不同的“神經圖象(Нейтрограмма)”代表個人的“身心”基礎，某一個人的腦從有生以來就是靠此種圖象來表現其特徵的。然而他們並不把這些“神經圖象”當作人所共知的神經生理過程，而是置之于神經生理過程之上作為一種腦所固有的特殊能力，這種能力可以決定人的需要，並且形成他的智力和意志。這樣，人的理智過程^❶和他的意志表現就被看成是不靠生活條件，而靠他的神經組織的某種生來的神秘特性來決定的。

他們企圖以腦的這些天賦的生物特徵來“証實”自己的種族偏見，“証明”黑人最初生成的天賦劣根性和盎格魯沙克遜人在心理上的優越性。我們應當從這一點來探討應用心理學的研究和測量在美國心理學界的廣泛流行。他們認為靠着這類研究和測量就能確定智力的天賦本質和人對種種特殊活動的職業適宜性，這種適宜性是由他的天賦生物特徵所決定的。

還必須指出，宗教領域內的心理學研究在美國現代資產階級心理學中正在大力發展。這類研究的任務，在於“証明”宗教在社會生活和个人生活中似乎有積極的作用；在於提出宗教信仰作為真正的“生活上的成就”，而把勞動人民的主動參加社會生活

❶ 譯注：本書的“理智過程”就是一般心理學書上所說的認識過程。