

高等体育职业技术学院教材

体育职业心理学

主 编： 肖建忠 李锡云
副主编： 张万祥 时金陵



广东高等教育出版社

高等体育职业技术学院教材

体育职业心理学

主 编 肖建忠 李锡云
副主编 张万祥 时金陵

广东高等教育出版社
· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

体育职业心理学/肖建忠、李锡云主编. —广州: 广东高等教育出版社,
2007. 8

ISBN 978 - 7 - 5361 - 3513 - 0

I. 体… II. ①肖…②李… III. 体育心理学 IV. G804. 8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 101643 号

广东高等教育出版社出版发行

地址: 广州市天河区林和西横路

邮编: 510500 电话: (020) 87553335

广东省农垦总局印刷厂印刷

开本: 787mm×960mm 1/16 印张: 13.5 字数: 248 千字

2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

印数: 3000 册

定价: 19.80 元

前 言

目前,高等体育职业技术学院主要使用普通体育院校教材,职业教育特色和职能未能得到很好的体现,在一定程度上限制了高等体育职业教育的发展。高等体育职业技术学院教材建设滞后受到广泛的关注。为此,国家体育总局和教育部在《关于进一步推动体育职业教育改革和发展的意见》中指出“(体育职业院校)做好教材编写工作,建立适应体育事业发展和体育职业教育需要的教材体系”。在这种指导思想下,经过广东体育职业技术学院、云南体育运动职业技术学院、安徽体育运动职业技术学院以及南京体育学院高等四间学院的体育心理教师的努力下编写了本教材。

本教材在借鉴同仁成果的基础上,根据体育职业技术学院的特点和学生的实际,按照实用、够用的原则编写。由于体育高职院校学生首次接触心理学知识,因此,在安排前面第一至第五章进行体育与心理学原理知识介绍,以帮助学生掌握普通心理理论知识,同时,把握体育心理规律。第六至第八章则主要介绍学习理论、职业知识与技能的学习等,为职业院校学生的学习和成长打下基础。第九章介绍体育职业心理核心技能——体育心理技能知识。第十章是体育职业院校学生就业相关的心理学知识,体现职业院校以就业为导向的办学理念。

本教材由广东体育职业技术学院肖建忠副教授和云南体育运动职业技术学院李锡云教授(博士)担任主编。安徽体育运动职业技术学院张万祥副教授和南京体育学院高等职业技术学院时金陵副教授担任副主编。参与编写的人员有:安徽体育运动职业技术学院周仁勇,南京体育学院高等职业技术学院蒋丰,广州体育学院研究生处刘会深、钱枫,暨南大学体育部徐泽,广东体育职业技术学院黄新红,广东体育运动技术学院章崇会,广东外语艺术职业学院曾清秋。

由于本教材是作为首本体育职业技术心理学教材,加之体育职业技术学院作为一个新生事物,创办的时间短,学科建设还在探索之中,因此,本教材还有很多值得探讨的地方。另外,由于编者的水平所限,在编写过程中难免出这样那样的错误。希望大家给予批评指正,以便对教材作进一步的修改和补充,使其更加完善。

本教材编写工作得到广东体育职业技术学院高敬萍书记、刘克军院长和教务处的大力支持。华南师范大学体育学院谭华教授，广州大学体育学院王润平教授，上海体育运动技术学院朱学雷副教授，在编写过程提出了宝贵意见。在此，对他们表示衷心的感谢！同时，对广东高等教育出版社的杨哲总编辑、林宏新编辑和其他工作人员以及他们对本教材的出版所付出的辛勤劳动表示敬意！

2007年5月9日

目 录

第一章 对心理学的初步认识	(1)
第一节 心理学科学体系的形成与发展	(1)
第二节 心理实质的认识历程	(6)
第三节 心理的生理机制	(10)
第二章 体育活动的动力系统	(16)
第一节 需要	(16)
第二节 动机	(20)
第三节 兴趣	(27)
第四节 态度	(30)
第三章 体育活动的智力因素	(37)
第一节 感觉和知觉	(37)
第二节 记忆	(45)
第三节 思维	(51)
第四节 注意	(57)
第四章 体育活动的个性因素	(66)
第一节 个性概述	(66)
第二节 能力	(71)
第三节 气质	(75)
第四节 性格	(79)
第五章 体育活动的心理效应	(86)
第一节 体育活动的情绪效应	(86)
第二节 体育活动的意志效应	(94)
第三节 体育活动的自我意识效应	(101)
第六章 学习理论	(107)
第一节 学习概述	(107)
第二节 主要的学习理论	(108)
第三节 职业学习理论	(112)
第七章 体育职业知识学习	(122)
第一节 职业知识学习	(122)

第二节 体育职业知识学习	(125)
第三节 运动知识学习	(127)
第八章 体育职业技能学习	(135)
第一节 运动技能概述	(135)
第二节 影响运动技能学习的因素	(139)
第九章 体育心理技能训练与运用	(147)
第一节 体育心理技能训练概述	(147)
第二节 体育心理技能的应用	(153)
第十章 职业选择、辅导与测量	(176)
第一节 职业的选择	(176)
第二节 职业辅导	(184)
第三节 职业心理测量	(188)
参考文献	(205)



第一章 对心理学的初步认识

本章学习目标

- ◆ 正确理解心理学的概念、研究对象以及学科体系的形成过程。
- ◆ 正确理解心理的实质，树立科学心理观。
- ◆ 初步认识心理的生理基础。

第一节 心理学科学体系的形成与发展

一、心理学的概念

学习心理学首先要弄清什么是心理学。许多人错误地把心理教育等同于思想教育，也有人认为心理是虚无缥缈的东西，甚至有人认为心理学是伪科学。究竟什么是心理学呢？心理学的历史表明，心理学是通过研究心理现象来揭示心理变化规律的科学。心理现象就是心理学的研究对象。研究的目的在于寻找出心理变化的规律，并运用这些规律来预防和治疗心理问题，提高工作效率和生活素质等，为造福人类服务。

二、心理学作为一门独立科学的确立

虽然心理学成为一门独立的科学只有 100 多年的历史，但有关心理学问题、如有关“心”、“心灵”、“意识”和“人性”问题一直受到古代哲学家、教育家、文学艺术家和医生们的关注。我国古代的著名思想家孔子、孟子、荀况等，探讨过人性的本质，在人性与环境的相互关系上，有过一系列的论断。在西方，心理学历史可追溯到古希腊的亚里士多德时代。亚里士多德的著作《论灵魂》是历史上第一部论述各种心理现象的著作，对当代心理学思想有着重要的影响。

心理学的发展历史源远流长，但是现代心理学的产生和发展，主要有两个历史渊源。一个是近代的哲学思潮，特别是 17 世纪法国的唯理论和十七八

世纪英国的经验论，它为西方现代心理学的诞生提供了理论基础。另一个是实验生理学。生理学的发展，特别是神经系统生理学和感官生理学的发展，对现代心理学走上独立的发展道路产生了深远的影响。

心理学在独立成为一门学科之前，夹杂在哲学、教育学、医学之中，没有完善的理论体系，其发展速度相当缓慢。1879年，德国学者冯特（W. Wundt）在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室，标志着心理学成为一门独立的科学，此后，心理学在理论建设和实际应用两方面都获得了长足的发展。目前，心理学分支涉及社会各个领域，与人们的生活、工作、学习紧密相关。它既是体育职业院校学生的基础理论课，又是青年人走向自主发展必不可少的文化修养课，所以，必须认真对待。

三、心理学的学科体系

现代心理学作为一门独立的科学，因而有其独立的学科体系。由于现实的需要及科学的发展，可划分为主干和应用两大门类。

①主干门类主要研究心理学的基本理论、方法及历史的学科群，被比喻为心理学的“哲学”，是从事心理学工作首先要涉及的心理学基本知识，也是不同研究方向的心理学者必须掌握的基本理论。

②主要包括普通心理学、实验心理学、生理心理学、社会心理学和心理学史等。

③应用门类主要研究不同社会实践领域中具体的心理问题。如果将心理学比喻成一棵树的话，主干门类的心理学就是树干，应用门类的心理学就是树枝。由于应用门类的心理学主要是研究和解决工作中的具体问题，因而能够大大提高人们的活动水平，改善工作效率，因而有明显的实用价值。

④主要包括教育心理学、发展心理学、医学心理学、劳动心理学、体育（运动）心理学。

⑤艺术心理学、军事心理学、司法心理学、商业心理学、广告心理学、环境心理学等等。凡是有人的地方，均有心理学的应用问题。随着人类实践领域的扩大，应用心理学的前景将日益广阔。

本教材作为体育职业院校的心理学教材，在心理学原理的基础上，介绍体育心理的变化规律以及体育职业教育核心——职业学习问题，并对以此为导向的体育职业技术学生进行就业指导。因此，既具有主干门类的性质又具有应用门类的性质。



四、心理学的主要流派

世界上不同国家、不同地区的人从不同的角度对人类的心理现象进行了研究，他们从各自的主观愿望和哲学指导思想出发，逐渐形成具有不同看法的流派。心理学中的学派不同于政党派别，它没有严格的界定，只是一些志趣相投的人对一些问题有共同的看法或相似的看法而已。现代心理学的主要流派有：

（一）构造主义心理学

这个学派起源于德国，1879年冯特建立第一个心理学实验室，成为这个学派发展的开端。其代表人物是冯特及其学生——美国学者铁金纳（Edward Bradford Titchener, 1867—1927）。这个学派的主要观点有：（1）主张心理学的对象是意识经验，否认把灵魂当作心理学的对象；（2）主张感觉元素、感情元素等组成心理、观念等；（3）主张用实验内省法来分析意识的内容及构造，并从中寻找心理规律；（4）主张心理学是一门纯科学。

虽然该学派为心理学发展积累了一些符合实际的实验资料，为心理学的发展做出了贡献，但由于研究范围过于狭窄及方法的局限，反对者众多，终致没落。

（二）机能主义

这是一个很古老、范围很广、没有一个严格定义的心理学派。这个学派也许正好代表了美国心理学发展的方向。1898年被定名于美国。其代表人物是詹姆士（William James, 1842—1910）、杜威（John Dewey）等。该学派是在反对构造主义的过程中形成的。这个学派重视心理学的应用，反对构造主义提出的把意识分为元素观点，主张研究意识的机能，强调意识是连续不断的整体，是“意识流”。着重心理的应用功能，注意心理学的实际应用。

该学派把心理学从单纯、主观的纯理论研究，扩大到外部行为客观方面的研究，为后来的行为主义学派形成奠定了基础。

（三）精神分析

这个学派1895年产生于奥地利，创始人弗洛伊德（Sigmund Freud, 1856—1939）是一位杰出的精神病医生和思想家。该理论主要来源于精神、神经疾病的临床实践。在临床实践中弗洛伊德等人发现：在人的潜意识中，某些被压抑的本能（特别是性本能）和冲动，是导致精神、神经类疾病的重要原因。在此基础上提出了治疗心理疾病的方法：采用催眠、释梦、情绪

宣泄及自由联想来缓解紧张、释放压抑而达到治疗的目的。

潜意识理论、梦的学说、泛性论、生死本能的人格理论构成精神分析的完整体系。

新精神分析学派是在传统的精神分析学派的基础上发展而成的，他们吸收了精神分析学派的精髓，同时克服了弗洛伊德等人的一些极端的论点，更多地关注社会活动在人的心理形成和发展中的作用。新精神分析学派与精神分析学派虽是同宗，但彼此已有很大不同。

（四）行为主义

20 世纪初，在美国机能主义基础之上产生的极具美国特色的心理学派。其代表人物是美国学者华生（John Broadus Watson, 1878—1958），产生的标志是 1913 年华生发表的著名的行为主义文章。该学派主张用客观实验的方法研究行为，否定意识，反对内省，并提出了“刺激—反应”（S—R）的著名公式，力图建立心理学的客观体系。

后来的新行为主义修改华生的公式为“刺激—中介—反应”（S—O—R）。指出并非“刺激—反应”这么简单，中间还要经历内部过程。因此，较华生的行为主义有了一定进步。新行为主义的代表人物铁金纳提出的操作性条件反射，在学习心理、医学心理领域有一定应用。

（五）格式塔心理学

它产生于德国，发展于美国，是独具特色的一个严谨的心理学派，其代表人物是魏太墨（Max Wertheimer, 1880—1943）、可勒（Wolfgang Köhler, 1887—1967），1912 年这个学派正式定名。格式塔（Gestalt），又称完形，意指形态整体，主张研究现象的经验，要求不将它分析为心理元素而保留经验的整体，这就是格式塔。该学派对“似动”现象的解释尤为精彩：因为人脑对两直线相互关系的组织力量，当两条直线在一定时间内连续呈现时，被知觉为一条线的运动。

该学派对心理学的贡献主要在知觉和学习心理方面。他们提倡的综合研究方法，对后来的心理学研究有较大的影响。

（六）皮亚杰学派

这个学派也被称为日内瓦学派。这个学派是当代重要的心理学派，是由瑞士心理学家皮亚杰（Jean Paul Piaget, 1896—1980）创立的，主要研究人类认识活动的起源和发展问题。通过儿童心理学的研究，把生物学与认识论和逻辑学相沟通，以揭示认识增长的机制，从而把传统的认识论改造成为一门实证的经验科学。这个学派把结构概念加以全新改造，提出认知结构的构



造理论,强调主体认知在认识形成中的重要作用。

(七) 人本主义

人本主义心理学是20世纪五六十年代在美国产生和发展起来的一个强调人的本性的价值、人的尊严的一个松散的心理学派。其代表人物是罗杰斯(Carl Ransom Rogers, 1902—1987)、马斯洛(Abraham Maslow, 1908—1970)等。该学派既反对精神分析学派的生物还原论,又反对行为主义的机械决定论。它主张发展人的潜能,关心人的价值与尊严。因此,在西方被称为心理学的第三势力。

该学派认为,凡有机体都有一种维持和增强自身的内在倾向。心理学应着重自我觉知的研究,充分挖掘和开发自我潜能,努力满足自我的各种需要,最终达到自我实现的目的。人在这一过程中获得人性的内在幸福感、成就感、丰富感,体验“高峰经验”,实现人生最高价值和追求。

该学派主张研究最成功、最杰出的人,使心理学成为“健康人”的心理学,强调心理学研究的目的在于挖潜,而不在于治疗。其方法是强调个案研究,主张走一条从特殊到一般、由个体到总体的研究路线。

(八) 认知心理学

这是20世纪60年代随着计算机学科的发展而崛起的新学派,它代表着西方心理学的主要潮流。其代表人物这个学派是奈瑟(Neisser)、司马贺(Simon)等。该学派认为,研究孤立的外显的反应太局限,主张心理学应着重研究头脑中高级的心理过程,主张认知就是信息加工,人就是一个信息加工系统。提出利用计算机模拟和类比,建立人类认知模型,是研究人脑高级心理活动规律的一条新途径。该学派突破了只有搞清生理基础,才能研究心理现象的误区,提出了新的心理研究方法。

认知心理学试图把全部认知过程统一起来,用其观点说明情绪、动机、气质、性格等,力图统领普通心理学各部分,还将扩展到发展心理学、社会心理学、教育心理学、医学心理学等各个心理学分支。

认知心理学强调人的主动性,把人的认识、理性的作用放在首要地位,主张重视人的主观能动性。这个学派在研究思路的拓宽和方法的创新等方面都做出了较大的贡献。但是,该学派完全将人脑类比为计算机,还有很多值得商榷的地方;另一方面,由于理论背景和信息科学的限制,加上该学派忽视客观现实生活条件及人的实践活动意义,因而其局限性和争议性也是非常明显的。

第二节 心理实质的认识历程

一、唯心主义对心理实质的看法

(一) 灵魂说

这种观点认为身体与灵魂是两个分别独立的实体，一个是物质实体，即所谓的躯壳；一个是超自然的精神实体，它可以永存和轮回转世。人在清醒时灵魂附于体内，控制着人的心理活动，睡眠时暂时离开人体，死亡时永远离开人体。

(二) 精神决定论

精神决定论认为存在就是被感知，凡是没有被感知的东西都是不存在的，心理和精神是世界的本原，物质由精神决定。我国古代的孟轲（公元前327—公元前289）就说过，“心之官则思，思则得之，不思则不得”，认为思维是主观的“心”的功能。我国明代的思想家王阳明（1472—1528）认为“天下无心外之物”。英国主观唯心主义哲学家贝克莱（George Berkeley, 1685—1753）宣称，物是感觉的复合，存在就是被感知。

(三) 心体平行论

这种观点认为，世界上存在两种独立的实体——物质和精神。二者关系不是互相依存，而是相互平行。虽然心理活动和脑的生化作用常常是相关的，但它们不存在因果关系。心理既不是脑的功能，也不是脑的产物，而是独立于脑活动之外的东西。著名神经生理学家艾克利斯（J. C. Eccles, 1903—1997）就认为灵魂与肉体是分离的。

二、机械唯物主义对心理实质的看法

(一) 身体机能论

身体机能论与唯心主义的观点相反，唯物主义认为，心理是人身体的一种机能。我国早在唐代流传的医书《灵枢》中已经载述髓海的充益与不足，对肢体运动、听力、视力及精神活动等都能发生影响。古希腊哲学家亚里士多德（Aristotle, 公元前384—公元前322）认为，精神位于心脏之中，因为温热意味着活力，血液温热，由心脏泵出，所以心脏是精神、思想之源。这种观点认为心理现象同物质现象有直接的关系，心理现象是身体器官的产物。



（二）现实反映论

现实反映论认为，心理现象是由外物作用于人引起的，如我国古代《乐记》中所说，人心“感动于物而动”。

（三）机能论与反映论相结合的观点

这种观点认为心理是神经组织活动的产物，是客观事物与人相互作用的结果。但他们是机械论者，把人和机器同等看待，认为人的心理活动如同机器的功能一样。狄德罗（Denis Diderot，1713—1784）曾把人比作有感觉的乐器。还有人认为脑髓产生思想就好像肝脏分泌胆汁一样。这种观点混淆了心理现象和物质现象的界限。

三、辩证唯物主义对心理实质的看法

辩证唯物主义认为心理是人脑的机能，是客观现实的主观反映。

（一）心理是脑的机能

现代生理学、解剖学的研究结果证明，脑是产生心理活动的物质器官，心理是脑的高级机能活动。

1. 大脑是心理活动的物质基础

过去，由于人们对自身的认识不足，曾错误地认为心理是由“心脏”产生的。随着生理学、解剖学等人体科学的发展，大脑作为心理活动的物质基础为人们所熟知。大脑作为心理活动的物质基础，在现代医学中得到了证实。例如，脑死亡的人就不会有心理活动；患水脑畸形的新生儿即使脑外观尚属正常，但是由于大脑的缺失，几乎没有心理活动。这一观点在生理心理实验中也得到了证实：当除去小狗的大脑皮层，它学会的复杂行为、反射活动都会消失殆尽。可见，没有脑就不可能有心理活动，大脑是心理活动的物质基础。

2. 脑的发展决定着心理活动的发展水平

大脑是心理的物质基础，但是并不意味着有健全的大脑就有相同心理活动水平。人和动物一样拥有健全的大脑，但动物的思维、认知水平等远远不及人类。发展心理学的研究成果表明，人在成长过程中表现出了明显年龄阶段心理特征，其原因除了认知等心理因素外，脑的发展水平也是最重要因素之一。例如，3岁以前儿童尿床是由大脑排尿中枢发育未健全而未受意识控制所致，一旦排尿中枢发育健全，儿童就能通过意识来控制排尿。苏联心理学家拉德吉纳—科特斯（Ладьянина - Котс）曾经把刚出生的猩猩幼仔与自己刚出生的婴儿放在一起养育，发现即使相同的条件猩猩始终不能学会人类

语言，其心理也不可能如人一样发展。解剖学成果也证明，人脑的结构和容量是动物不可比拟的。

3. 心理活动伴随大脑的活动

脑电图研究表明：人之所以做梦是由于大脑局部在睡眠时异常“活跃”有关。通过脑电图还发现，正常人在安静时、进行思维活动时，以及困倦和情绪紧张时所呈现出脑电波的波形、频率、振幅等是互不相同的。目前，我们已能用脑电图来记录脑中产生的生物电流从而判断人的心理状态的变化。

4. 心理活动对应着大脑的一定区域

解剖学研究结果表明，心理活动对应着大脑的一定区域。如大脑的某一区受到损害，与之相应的某种心理活动就受到阻碍。视觉区位于顶枕裂后面的枕叶内，属于布鲁曼的第17区，如大脑的视觉区受损，即使眼睛的功能正常的人，也会丧失视觉而盲。运动区位于中央前回和旁中央小叶的前部，属于布鲁曼的第4区，如运动区受损部，即使肢体功能正常者，也会丧失运动能力。维尔尼克（Wernicke）听觉性言语中枢位于左半球颞上回后部，这一区域受损伤的人，可以说话、书写、看懂文字，也听到别人的发音，但就不能听懂别人说话的含义。

近年来，人们通过电子计算机来模拟人脑的思维过程，为人们对人的思维活动进行客观研究开辟了新的途径。诚然，电脑和人脑有实质的区别，但它对揭示心理活动的规律提供了重要条件。现代科学技术的发展进一步证明，感觉、记忆、思维、情感和意志等心理活动是和脑的高级神经活动过程密切联系着的，有力地驳斥了关于心理意识问题的种种唯心主义和形而上学的观点。

（二）心理是人脑对客观现实的主观反映

人脑的形成、发展和完善为人类的心理的产生重要的物质基础，但并不意味着有健全的脑就会自发地产生心理现象。心理产生的根本原因在于大脑受到客观事物的刺激，并形成独特的心理活动模式，而心理正是脑对来自客观现实的刺激的主观反映。

1. 心理是脑的机能，是现实刺激的主观反映

人们总是通过脑的机能来进行反映的，总是把外界的信息，以形象和概念的形式，接受下来而形成心理意识。离开了客观现实对脑的作用，离开了由此而引起的脑的反映活动，就谈不上心理的产生。即使是简单的吃饭喝水，也是离不开机体的物质需要通过头脑而知觉到饥渴和饱足的心理活动。

人的心理现象，不论是简单的还是复杂的，就其内容而言都是对客观事



物的摹写和描绘，它与所反映的事物是相像的，但仅是想象而已。李白诗句“举头望明月，低头思故乡”的诗情画意，乃是月亮和故乡的客观景物通过诗人李白的头脑，引起回忆和想象而反映出来的思想感情。任何科学的发现和发明，任何理想意图，总不外乎是客观世界通过头脑而产生和发展的一系列心理意识的活动。

客观事物是物质的，心理现象是观念的，观念并不是物质本身，不只是对它的简单反映。在观念中，人的生活经历，所受教育以及个性等等都对当前事物有一定的“折射”和影响。例如，20世纪80年代初，未见过电视机的老农，一直琢磨着人是如何跑到电视机里做节目的。边远地区未见过电灯的人，试图吹灭灯光等。因此，同样的一个事物，“仁者见仁，智者见智”就是这个道理。可见，人对客观现实的心理反映中包含有主观因素。

2. 人的心理现象是社会实践的结果

人的心理是在实践中发生、发展的。人类的语言、思维的产生和发展无不是社会实践的产物。从古希腊哲学家亚里士多德的地球中心说到哥白尼的太阳中心说，都是人类思维在社会实践基础上发展的结果。

人类的社会生活条件、人与人之间的互动对人的心理发展具有决定性作用。正常人心理的产生，离不开这些社会实践活动。据报载，1920年在印度卡萨尔地区的一个小山村，有一个2岁的小男孩被一只刚失去幼子的雌豹叼走。男孩被雌豹当作幼豹喂养。后来雌豹被打死，和雌豹共同生活了3年的小男孩被人们救出。但由于脱离了人的社会生活环境，他没有5岁儿童应有的心理、意识。回到人间后，不会说话，只能用四肢爬行，像野兽一样捕捉小动物并撕碎吞食，具有动物的习性。经过多年的教育训练才能逐渐恢复人性，但是一直未达到正常儿童的水平。

实践证明，在形形色色的社会生活实践中，外界的事物作用于感觉器官，传达到大脑，大脑在已有经验和心理活动模式的基础上产生特定的心理、意识。

3. 人的心理与社会历史、社会生活条件相适应

人的心理发展既源于社会实践，又受到社会历史条件的制约，并与社会历史条件相适应。在电脑产生之前人们不会体会到网瘾的滋味，现代人也无法体会到原始人受野兽袭击的忧虑。

一个人即使所处的时代相同，但具体生活经历不同，心理活动也有所不同。正如生活在富裕城市的小学生无法体会边远山区贫困儿童求学的艰辛，腰缠万贯的商人也无法想象低保户生活困难一样，其心理活动千差万别。鲁

迅所说的“煤油大王哪知北京捡煤渣老婆子的辛酸”就是不同阶层心理与意识差异的写照。在人类社会，每一个人都一定的社会地位中生活，扮演着一定的角色，角色的地位和观念必然会对个人的心理产生复杂的影响。即使同一角色，由于成长的社会环境，所受教育的不同，其心理活动也有较大的差异。

第三节 心理的生理机制

一、心理的生理基础

辩证唯物主义认为，心理是大脑的机能，大脑是心理的物质基础。那么，人脑是怎样产生心理的呢？这就需要了解人的神经系统和脑的结构和功能。

（一）神经元

人的整个神经系统由神经元和神经胶质细胞组成。神经元（neuron）即神经细胞，是神经系统基本的结构和功能单位，其作用是接受和传递信息。

1. 神经元的结构

神经元是具有细长突起的细胞，它由细胞体（cell body）、树突（dendrites）和轴突（axon）三部分组成。人脑大约由 100 亿个以上的神经元组成。细胞体形状有圆形、锤形、梭形和星形等，直径在 4~150 微米之间。胞体最外层是细胞膜，内含细胞核和细胞质。细胞质具有复杂结构，如神经纤维、尼氏体、高尔基体、线粒体等。

神经元的树突较短，形状有如树枝，一个神经元可有许多树突。树突的作用是接受刺激，将刺激引起的神经冲动传向胞体。神经元的轴突一般比较长，长度可以从十几微米到一米。轴突周围有髓鞘。一个神经元只有一根轴突。轴突主干由许多并行的神经元纤维组成，末端分成许多小枝，叫轴突末梢。轴突的作用是将神经冲动从胞体传出，传给与它联系的各种细胞。神经元的结构，如图 1-1。

2. 神经元的功能

（1）神经元的兴奋功能

神经元受刺激后会产生兴奋，这种兴奋表现为神经冲动。当任何一种刺激（机械、物理或化学的）作用于神经元时，神经元就会由静息状态转化