

心理学

(修订本)

● 高等学校文科教材

叶奕乾 祝蓓里 主编



心理学

(修订本)

● 高等学校文科教材

叶奕乾 祝蓓里 主编

华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学/叶奕乾,祝蓓里著. —修订本. —上海:华东师范大学出版社,1996.3(2000.12重印)

高等学校文科教材

ISBN 7-5617-1338-X

I. 心… II. ①叶… ②祝… III. 心理学-高等学校-教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 31061 号

高等学校文科教材

心 理 学

(修订本)

叶奕乾 祝蓓里 主编

华东师范大学出版社出版发行

(上海中山北路 3663 号 邮政编码 200062)

<http://WWW.hdsdbook.com.cn>

新华书店上海发行所经销 江苏句容市排印厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 13.75 字数 370 千字

1996 年 3 月第一版 2002 年 1 月第 14 次印刷

印数 271 001—282 000 本

ISBN7-5617-1338-X/B·077

定价:15.00 元

修订版说明

我们编写的高等学校文科教材《心理学》，自 1988 年出版至今已有六年了，先后共印刷 12 次，33 万余册。六年来，心理科学研究和实际应用领域的新成果，特别是我国心理学工作者研究的新成果不断涌现；高等师范院校教育改革的深入发展也向心理学教材提出了新的更高的要求，因此我们迫切地感到有必要对本书进行修订和补充。根据广大教师的教学要求，我们主要将初版的第一、二、三章合并为一章，扩展了个性心理和社会心理方面的章节内容，增添了与思想品德教育和课堂教学有关的心理学知识。此外，各章增加了与中学教育、教学工作相联系的内容。

参加本书修订的有：叶奕乾教授（第二、三、五、六、十、十一章）、祝蓓里教授（第一、八、九、十二、十三、十五、十六章）、周步成副教授（第七、十四章）和孔克勤副教授（第四章）等。

在本书修订过程中，我们得到了许多使用本书的大专院校师生的大力支持和帮助，采纳了他们提出的一些建设性意见。但是，限于编者的水平，本书可能还有疏漏和不妥之处，敬请读者和专家批评指正。

编 者

1994 年 5 月于华东师范大学

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 心理学的研究对象与任务	(1)
第二节 心理学研究的原则与方法	(10)
第三节 心理的实质	(15)
第二章 个性和个性倾向性	(35)
第一节 个性概述	(35)
第二节 需 要	(38)
第三节 动 机	(43)
第四节 兴 趣	(49)
第五节 理想、信念和世界观	(53)
第三章 注 意	(59)
第一节 注意概述	(59)
第二节 注意的种类	(65)
第三节 注意的特征	(70)
第四章 感觉和知觉	(81)
第一节 感觉概述	(81)
第二节 几种主要的感觉	(88)
第三节 知觉概述	(98)
第四节 几种主要的知觉	(104)
第五节 错 觉	(114)

第五章 记 忆	(118)
第一节 记忆概述.....	(118)
第二节 识 记.....	(128)
第三节 保持与遗忘.....	(132)
第四节 再认和回忆.....	(148)
第六章 想 象	(152)
第一节 想象概述.....	(152)
第二节 再造想象和创造想象.....	(156)
第三节 睡眠和梦.....	(160)
第七章 思 维	(164)
第一节 思维概述.....	(164)
第二节 思维过程.....	(170)
第三节 概念及其掌握.....	(174)
第四节 解决问题的思维过程.....	(178)
第五节 创造性思维.....	(184)
第八章 情绪和情感	(190)
第一节 情绪和情感概述.....	(190)
第二节 情绪学说.....	(199)
第三节 情绪状态.....	(205)
第四节 情感与情操.....	(209)
第九章 意 志	(218)
第一节 意志概述.....	(218)
第二节 意志行动的心理过程.....	(223)
第三节 动机及其激发.....	(228)

第四节	意志的品质与培养·····	(233)
第十章	气质和性格·····	(239)
第一节	气 质·····	(239)
第二节	性 格·····	(251)
第十一章	能 力·····	(275)
第一节	能力概述·····	(275)
第二节	智力结构的理论·····	(278)
第三节	能力的个别差异·····	(284)
第四节	能力的发展·····	(293)
第五节	能力的测量·····	(306)
第十二章	学习心理·····	(319)
第一节	学习过程概述·····	(319)
第二节	有关学习过程的理论·····	(321)
第三节	学习动机分析·····	(326)
第十三章	品德心理·····	(337)
第一节	品德心理概述·····	(337)
第二节	有关品德形成的理论·····	(346)
第三节	中学生品德不良与犯罪·····	(355)
第十四章	心理健康·····	(363)
第一节	心理健康概述·····	(363)
第二节	心理健康的三级预防·····	(368)
第三节	压力和心理健康·····	(373)
第四节	挫折和心理健康·····	(377)
第五节	青少年学生的心理健康·····	(385)

第十五章	中学生身心发展的特征 ·····	(392)
第一节	心理发展的动力·····	(392)
第二节	中学生的生理特征·····	(394)
第三节	初中生的心理特征·····	(401)
第四节	高中生的心理特征·····	(408)
第十六章	课堂教学中的群体心理气氛 ·····	(414)
第一节	群体心理气氛及其基本特征·····	(414)
第二节	影响课堂心理气氛的因素·····	(418)
主要参考书目 ·····		(425)

第一章 绪 论

人类对于心理现象的探究,根据文字记载来推断,已有两千多年的历史了。公元前四世纪古希腊的哲学家亚里士多德(Aristotle,前384—前322)就对“灵魂”的本质进行了探究。他写的《论灵魂》(De anima)一书是西方最早研究心理现象的著作。英文中的心理学(Psychology)一词源于希腊文“ψυχολογος”(意为“灵魂的科学”)。中国人对身心关系的探讨比亚里士多德还早,《管子·内业篇》就有“凡人之生也,天出其精,地出其形,合此以为人”的论述。当时,人们认为身与心都是由“气”所构成的,对身心关系的论述也缺乏科学的论据。直到19世纪中叶,随着自然科学和实验方法的发展,心理学才从哲学分化出来,发展成为一门独立的科学^①。所以说,心理学是一门既古老又年轻的科学。

第一节 心理学的研究对象与任务

一、心理学的研究对象

自心理学诞生以来,各学派的心理学家对于心理学研究对象的理解与主张是不同的。以德国心理学家冯特为代表的构造主义学派认为,心理学研究的对象是意识经验,并且首先采用内省法来研究意识经验。他们把意识经验分析成感觉、意象(image)和感情等若干基本的心理要素,认为心理活动是这些基本要素的整合,心理学是研究心理、意识事实的一门经验科学。以美国心理学家詹

^① 自1879年德国莱比锡大学冯特(Wilhelm Wundt, 1832—1920)创立第一个心理实验室以来,心理学才成为一门独立的科学。

姆士(W. James, 1842—1910)为代表的机能主义学派认为,心理学是描述和解释意识状态(包括感觉、愿望、认识、推理、决心、意志等)的科学,心理活动是一种持续的意识流,因此不能分析出基本的心理要素。机能主义学派强调的是行为的机能而不是结构,认为心理学研究的对象是个体适应环境的机能。以美国心理学家华生(J. B. Watson, 1878—1920)为代表的行为主义学派认为,心理学研究的对象是可以观察和测量的行为。华生在1913年发表的《行为主义者所见的心理学》一文中明确指出,心理学是行为的科学,而不是意识的科学。他坚决反对意识和内省这两个基本概念,主张用客观的方法,按照刺激—反应(S—R)的公式去研究心理学。他把传统心理学中的意识、感觉、意象等概念一概排除在心理学的研究范围之外,并错误地把人的行为和动物的行为等同起来加以研究。以德国心理学家韦特海默(M. Wertheimer, 1880—1943)为代表的格式塔心理学派既反对构造主义的一些观点,又反对行为主义的一些观点,认为心理学既研究直接经验,也研究行为,但是研究的对象是个整体,是具有特殊的内在规律的完整历程。以奥地利心理学家弗洛伊德(S. Freud, 1856—1939)为代表的精神分析主义学派认为,心理学研究的对象包括意识和潜意识两个部分,而中心课题应当是研究潜意识的活动,这些活动包括人的原始的冲动、各种本能,以及虽然曾经被意识但被压抑到无意识中的欲望。

本世纪50年代之后,各学派对心理学的研究对象的想法趋于折衷,认为作为心理学研究对象的心理现象或心理活动是一种具有不同水平、不同层次、不同功能的动力系统。心理学既要研究心理活动的形式,又要研究心理活动的内容和功能;既要研究有意识的心理活动,又要研究无意识的心理活动;既要研究心理,又要研究行为,要把心理与行为统一起来加以研究。

心理学是研究人的心理现象(或心理活动)发生、发展及其规律的科学。就心理活动而言不仅人有,动物也有。我们在本书里

探讨的是人的心理现象及其发生、发展的规律,包括人在社会实践中发展起来的意识活动,行为被视作意识的外部表现。

人的心理现象多种多样,它们之间的关系非常复杂。为了深入地了解人的心理活动,我们分心理过程和个性心理两个方面来加以阐述。

(一) 心理过程

心理过程相对于个性心理来说,是不断变化着的、暂时性的心理现象。它包括认识过程、情感过程和意志过程三个方面。其中认识过程是基本的心理过程,情感和意志是在认识的基础上产生的。

1. 认识过程

这是指人在认识客观事物的过程中,为了弄清客观事物的性质和规律而产生的心理现象。比如,我们听到树叶的沙沙声;看到光亮、颜色;尝到滋味;闻到气味;摸到物体的硬软或冷热等,这就是感觉。在这些感觉的基础上,人能辨认出是刮风或是阳光灿烂;是花朵或是大理石,等等,这就是知觉。在离开了刺激物的作用之后,原来听过的话语,看过的某些图形、物象仍“话犹在耳”、“历历在目”,这就是记忆。人不仅能通过记忆把经历过的事物回想起来,而且还能想出自己从未经验过的事物,如形成小说里所描写的人物形象和场面,这就是想象。凭借人所特有的语言,通过分析、综合、判断事物的本质及其发生、发展的规律,例如医生根据病人的体温、脉搏、舌苔、血液或排泄物的化验结果,推断出他某一内部器官发生了病变,这个过程就是思维。

感觉、知觉、记忆、想象和思维等心理活动,在心理学中统称为认识过程。

2. 情感过程

这是指人在认识客观事物的过程中所引起的人对客观事物的某种态度的体验或感受。人在认识客观事物时,并非是无动于衷的,常常会产生满意或不满意,愉快或不愉快,热爱或厌恶,欣慰或

遗憾等态度体验。这里所讲的“愉快”、“满意”、“热爱”、“厌恶”、“欣慰”、“遗憾”等心理活动,在心理学中统称为情感过程。

3. 意志过程

这是指由认识的支持与情感的推动,使人有意识地克服内心障碍与外部困难而坚持实现目标的过程。人不仅能认识客观事物,对它产生一定的感受,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。

认识、情感和意志都有其自身的发生和发展的过程,但是,它们不是彼此独立的过程。情感和意志过程中含有认识的成分,它们都是由认识过程派生出来的;情感与意志又对认识过程发生影响,它们是统一的心理活动中的不同方面。认识、情感、意志过程作为心理学研究对象的一部分,被统称为心理过程。

(二) 个性心理

个性心理是每个个体所具有的稳定的心理现象。它包括个性倾向性和个性心理特征两个方面。

1. 个性倾向性

个性倾向性是决定个体对事物的态度和行为的内部动力系统,是具有一定的动力性和稳定性的心理成分。比如,需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观等个性倾向性使每个人的心理活动有目的、有选择地对客观现实作出反应。一些物质要求明显地高于精神要求的人会无限制地去追求物质享受,甚至不顾国格和人格,而一些精神要求高于物质要求的人在强烈的物质引诱下也不做有损于国格和人格的事情。一些成就动机强烈的学生,在课堂上认真听课,并主动地记忆和思考,勇于克服学习中的各种困难;一些成就动机低的学生,则往往不认真听课,不主动地记忆和动脑筋思考,在困难面前打退堂鼓。对数学感兴趣的学生,其心理活动的积极性更多地表现在与数学有关的事情上;对物理感兴趣的学生,其心理活动的积极性更多地表现在与物理有关的事情上。具有不同的理想、信念、世界观的人,对其心理活动的组织和引导也是

不同的。

个性倾向性是个性心理的重要组成部分,它对相关的心理活动起着支配和控制的作用。

2. 个性心理特征

个性心理特征是个体身上经常表现出来的本质的、稳定的心理特征。它主要包括能力、气质和性格,其中以性格为核心。能力是表现在完成某种活动的潜在可能性方面的特征。气质是表现在心理活动的动力方面的特征。性格是表现在完成活动的态度和行为方式方面的特征。个性心理特征影响着个体的行为举止,集中地体现了人的心理活动的独特性。个体在观察的深刻性、全面性方面,在记忆的敏捷性、巩固性方面,以及在思维的灵活性、迅速性方面的差异,属于能力上的差异。个体在脾气、内外向方面的差异,属于气质上的差异。个体在待人处事及克服困难的决心和毅力上的差异属于性格上的差异,人的个性差异首先表现在性格上。

个性倾向性与个性心理特征在某一个人身上独特的稳定的有机结合,就构成了这个人不同于其他人的个性心理。个性心理是指在一定的社会历史条件下的人所具有的个性倾向性和个性心理特征的总和。

心理过程和个性心理这两个方面是密切联系着的。个性心理以心理过程(认识、情感、意志)为基础。没有心理过程,个性心理就无由形成。人的个性心理的形成和发展,是在一定的社会影响和教育下,通过心理过程反映客观现实而逐渐定型化的结果,是个体社会化的过程。同时,已经形成的个性心理又反过来制约每个人的心理过程和在心理过程中表现出来。具有不同兴趣和能力强的人,对同一首歌、同一幅画、同一出戏的评价水平、欣赏水平是不同的;一个具有先人后己、助人为乐性格特征的人往往会表现出坚强的意志行动。

事实上,既没有不带个性心理的生理过程,也没有不表现在心理过程中的个性心理。二者是同一现象的两个不同方面。为了深

入地了解人的心理活动,我们必须分别地对这两个方面加以研究,但是如果想了解个体的心理全貌,就必须把这两个过程结合起来进行考察。

总的来说,心理学是研究心理过程发生、发展的规律性,研究个性心理形成和发展的过程,以及研究心理过程与个性心理相互关系的规律性的科学。就其性质而言,它是一门与自然科学和社会科学都有关系的边缘科学,也是一门建立在自然科学和社会科学基础之上的高层次的科学。

(三) 心理学各分支学科的研究对象

随着社会和科学研究的发展,心理学的研究与应用范围日益扩展。因此,心理学在普通心理学的基础上已派生出了许多分支学科。例如,心理学与社会科学相结合产生了社会心理学、管理心理学、犯罪心理学等学科;心理学与生产实践、科学技术、医疗活动相结合,产生了劳动心理学、工程心理学、医学心理学等学科;心理学与数学(或语言)相结合,产生了数学(或语言)心理学;心理学与体育运动相结合,产生了体育运动心理学;心理学与教育实践相结合,产生了教育心理学;心理学与自然科学相结合,产生了动物心理学、发展心理学、生理心理学等学科。据统计,目前心理学已有一百多个分支,这些分支学科又各有其自己的研究对象。下面分别对部分分支学科作简单介绍。

1. 社会心理学

社会心理学是研究社会心理现象发生、发展与变化规律的科学。这门学科主要研究:①群体共同的心理现象。如从众、模仿、暗示、舆论、感染、风尚、对比、牢骚、时髦、谣言、传统等。②个体在群体影响下所产生的各种心理现象。如社会性需要、社会性动机、社会知觉、态度及其转变、服从、威信、侵犯、暴力行为等。它是一门社会性很强,应用范围很广的学科,是介于心理学与社会学之间的边缘学科。

2. 管理心理学

管理心理学又称组织心理学或组织行为学。它研究企业中人的心理活动规律,是以提高组织效率,实现组织目标,维护组织生存和发展为目的的一门应用心理学科。其主要的研究内容是:①个体的心理和行为规律。②群体(包括正式的与非正式的群体)的心理规律,如群体的内聚力,士气与团体意识等。③领导行为。④组织行为。

3. 犯罪心理学

犯罪心理学是研究导致或可能导致个体或群体发生犯罪行为心理现象及其发展与变化规律的学科。主要研究的内容有:①犯罪人的个性缺陷及有关心理现象。②犯罪心理的形成与犯罪行为的发生。③犯罪心理对策。

4. 劳动心理学

劳动心理学是研究劳动过程中劳动者心理活动的特点和规律的学科。主要探讨减少劳动事故,提高劳动生产率及促进劳动者全面发展等问题。

5. 教育心理学

教育心理学是研究教育过程中的心理现象及其变化规律的学科。主要研究的内容有:①学生掌握知识、技能的学习心理及其规律。②在学习过程中能力的形成与发展。③道德品质的形成和发展的规律。④学生的个别差异及其测量与评定。

6. 发展心理学

发展心理学是研究种系和个体心理发生与发展的科学。种系心理发展,是指从动物到人类的心理演化过程;个体心理发展,是指人的个体从受精卵开始到出生、到成熟直至衰老的整个生命中心理发生和发展的过程。发展心理学包括比较心理学、儿童心理学、少年心理学、青年心理学、中年心理学和老年心理学等。其主要的研究内容是:①心理发展的动力和基本规律。②心理发展的年龄特征。其中涉及到内因与外因,先天与后天,教育与发展,年龄特征与个别差异等方面的问题。

7. 生理心理学

生理心理学又可称为生物心理学或神经心理学。其研究的对象主要是心理现象的生理机制,即研究在大脑中产生心理活动的物质过程。这一学科主要研究的内容有:①神经系统的有关结构和功能。②内分泌系统在心理活动中的作用。③感知、本能、动机、情绪、睡眠、学习和记忆等心理活动和行为的生理机制。这门学科是生物性很强的学科,是介于心理学与生物学之间的边缘学科。

8. 咨询心理学

咨询心理学是研究人类的精神障碍及使之得以康复的服务方法的一门学科。其主要研究的内容是:①正常人的精神障碍或异常心理,包括学习障碍、社会行为和人际交往障碍,家庭生活和职业选择障碍等。②心理咨询的理论和方法。

高等师范院校的学生,作为未来的人民教师不仅需要学习普通心理学,掌握一般个体的心理过程和个性心理方面的知识,还要学习发展心理学(尤其是中学生年龄阶段的心理学)、教育心理学和社会心理学,以及心理健康与咨询心理学方面的知识。

二、心理学研究的任务

心理学的研究任务包括两个方面,一是探讨理论问题,二是解决实际问题。也就是说,心理学既有理论的任务,又有实践的任务。

(一) 心理学的理论任务

心理学中有许多理论问题需要加以解决,而最根本的理论任务是通过心理学的研究进一步揭示心理、意识的起源。意识的起源问题是现代哲学的重大理论问题,是世界上尚未解决的三大问题之一。研究人的心理现象发生、发展的规律有助于解决意识的起源问题。只有揭示了人的心理与客观世界的关系,人的心理与人脑(以特殊方式组织起来的物质)的关系,才能以最新的科学成

就论证物质第一性,意识第二性。或者说正如列宁所指出的那样,“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”^①。

此外,心理学研究的成果,尤其是发展心理学和教育心理学的研究,还可以为教育学和教学法的基本理论提供科学的依据。所以说,心理学的研究还具有丰富和充实教育理论的任务。

(二) 心理学的实践任务

人的全部行为是受心理活动所支配的,所以,研究人的心理发生、发展的规律在社会生活各个领域起着十分重要的作用。如何遵循人的心理活动规律提高人的实践活动效率,也是各个领域共同面临的问题。心理学的实践任务的总目标是实现四个现代化服务,为实现物质文明建设和精神文明建设服务。这个总目标具体地落实到各个领域,又分解成许多各自不同的实践任务。

高等师范院校学生研究心理学主要有以下几个方面的实践任务。

1. 为搞好教学改革服务

比如,掌握了学生的学习心理,就能懂得应当怎样组织教学内容和改进教学方法,以提高学生的学习质量;掌握了学生的个性心理特征,就能针对学生的个别差异,因材施教。

2. 为培养学生良好的道德品质和健全的个性服务

使中学生的个性健全发展,以及在德、智、体、美等方面得到和谐的发展是我国中学教育的目标。掌握有关个性心理形成和发展的原理和条件,将有助于培养学生健全的个性;掌握了品德心理的知识,将有助于教师切实提高学生的道德认识,培养和发展学生的道德情感、道德意志和道德行为习惯。

3. 为增进学生的心理健康服务

掌握了心理健康的标准,以及增进学生心理健康的各种方法,

^① 《列宁全集》第一卷,人民出版社,1955年版,第396页。