



大学生 心理概论

主编 徐长松 黄成惠

上海科学技术出版社

大学生心理概论

主 编 徐长松 黄成惠

编写者(以姓氏笔划为序)

王中越	王 涛	庄银初
朱耀晶	汪力平	范灼华
周永康	倪 征	徐长松
徐 萍	张建中	张前德
黄成惠		

上海科学技术出版社

责任编辑：雷炳坚

大学生心理概论

主编 徐长松 黄成惠

上海科学技术出版社出版

(上海瑞金二路450号)

新华书店上海发行所发行 上海中华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 11.25 字数 246 000

1988年9月第1版 1988年9月第1次印刷

印数：1—10,000

ISBN 7-5323-0396-9/G·64

定价：2.70元

前 言

大学生在年龄上属于青年期，但在社会中又是一个特定的层次。因此，在大学生的心里发展中，有着十分明显的特征。实践经验证明，掌握一定年龄阶段或社会层次心理发展的一般规律，对人们的健康成长作用颇大。为此，已有部分从事高等院校德育教育的同志，对大学生的心里特征进行了探索和研究，开设了大学生心理学课程，初步形成了一套理论体系，积累了一定的经验。这不仅填补了心理学研究的一个空白，为高等院校的德育教育改革开拓新的路子，同时还引起了大学生了解自己心理特征的兴趣。在这个基础上，我们编写了这本《大学生心理概论》，既作为高校德育课的基本教材，供有关同志参考使用，又作为思想品德修养读物，供大学生课外阅读。

这本书综合了心理学、生理学、社会学、教育学等有关学科的研究成果，吸取了国内外各学派的观点，并结合了我国大学生的实际情况，从理论和实践两个方面进行探讨，力求集百家之长，为进一步开展大学生的心理研究提供有益的参考。

本书由上海铁道医学院、南京中医学院、上海财经大学、上海第二医科大学、上海科技大学、苏州医学院、山东中医学院、九江医专等八所院校的 13 位同志编写，是集体智慧的产物。初稿写成后，召开了审稿讨论会，全体作者进行了集体讨论修改。最后由徐长松、黄成惠统定全稿。

本书在编写过程中，南京中医学院杜文东同志参加了审稿讨论，并提出宝贵意见，南京中医学院的党政领导为本书审稿讨论会的顺利进行提供了很大的帮助和支持；上海师范大学教育管理系主任燕国材教授审阅全稿并写序，在此一并致谢！

由于大学生心理的研究正在不断深入，故本书肯定存在着不足之处，我们恳切希望广大读者予以指正。

编 者

1987 年 6 月

第一章 绪 论

心理学是研究人的心理活动发生、发展的客观规律的科学。掌握人们心理发展的一般规律，对人们的健康成长作用颇大。大学生在心理方面的成长将达到一个旺盛的比较迅猛的发展高峰。他们不仅在知识技能方面将面临更复杂、高深的学习问题，而且在世界观方面、政治觉悟方面、社会态度方面、理想和立志方面、感情修养方面、兴趣爱好方面、美丑辨别方面、生活作风方面，总之在整个品德和智能方面，都有待于得到初步的良好的定型，因此有不少心理学问题需要考虑。大学生心理学就是心理学为满足社会需要而发展起来的一个年轻的分支。

第一节 心理学概述

一、心理学研究的基本内容

心理学是研究心理现象及其规律的一门科学。马克思主义心理观认为，人的心理是脑的机能，是客观现实的主观反映，是在社会实践中产生发展的。心理学把人的复杂的心理现象分为三个研究范畴，即心理过程、心理状态和个性，并分别从这三个不同的侧面及其相互关系来研究人的心理活动。

1. 心理过程

人的许多心理活动都有其发生、发展和完成的过程。心

理过程主要包括认识过程、情感过程和意志过程。

认识过程，是人认识客观现实的过程，它为人类获得知识、了解现实、解决问题及预测事物提供可能。认识过程包括感觉、知觉、记忆、思维和想象等。感觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映。知觉是人脑对客观事物各个部分和属性的整体反映。记忆是对经验过的事物的反映。思维是人脑对客观事物的本质特征内部联系的间接的概括的反映。想象是人脑在原有的感知形象的基础上创造出新形象的心理过程。

情感过程，是人对客观事物是否符合自己的需要而产生的体验。人在认识客观事物的同时，决不会无动于衷，常常持有一定的态度，产生一定的体验。这在心理学上称情感或情绪。

意志过程，是与克服困难相联系，自觉地确定目的，并力求加以实现的心理过程，它是人心理能动作用的体现。

2. 心理状态

心理状态是介于心理过程与个性特征之间的一系列特殊心理现象的总和。它既包含在心理过程和个性特征之中，是心理过程和个性特征的直接表现，但又并不就是心理过程和个性特征本身。它是心理过程与个性特征之间的中介。心理状态可以分为三大类^①：

第一，认识过程中的心理状态，如惊讶、疑惑、确信、好奇心、求知欲、顿悟、定势等。

第二，意向过程中的心理状态，如情感状态（应激、激情、

^① 参阅燕国材《普通心理学》讲义，上海师范大学教育管理学系编印，下册第7页。

心境、热情),意志状态(动机冲突、果断、犹豫、克制、追求),注意状态(专心、分心)等。

第三,综合的心理状态,如灵感、疲劳等。

任何一种形式的心理状态都具有一定的综合性,即它既具有各种心理过程的成分,也带有个性特征的色彩。上述三类是就其成分的主要倾向来划分的。

3. 个性

由于各人的先天禀赋、生活条件、所受的教育影响、所从事的实践活动都各不相同,因此,心理活动表现在每个人身上又总是带有个体特征,这样就形成了人的个性。个性是一个人在心理过程中表现出来的稳定的、本质的心理特点的综合,即一个人总的精神面貌。

个性主要表现为个性倾向性和个性心理特征两个方面。

个性倾向性是一个人行动的动机目的性。这种倾向性表现在人的需要、兴趣、理想、信念和人生观等方面。它是一个人对现实对自己的态度体系,表现在对认识和活动的对象的趋向和选择性上,在一个人心理活动中起主导、定向作用。

个性心理特征是在一个人身上经常稳定地表现出来的心理特点。它是个体心理活动的特点以某种机能系统或结构的形式在个体身上稳定的表现。个性心理特征具有明显的个体差异,主要表现在能力、气质和性格方面。能力是人顺利地完成任务所必须具备的心理特征。气质是一个人与生俱有的心理活动的动力特征。性格是一个人对现实的稳定的态度和习惯化了的行为方式。

心理学的研究内容可用下图(图 1-1)表示。

如图所示,人的心理过程、心理状态和个性统称为人的心理现象。三者既有区别又密切相关。在人的心理活动中,不

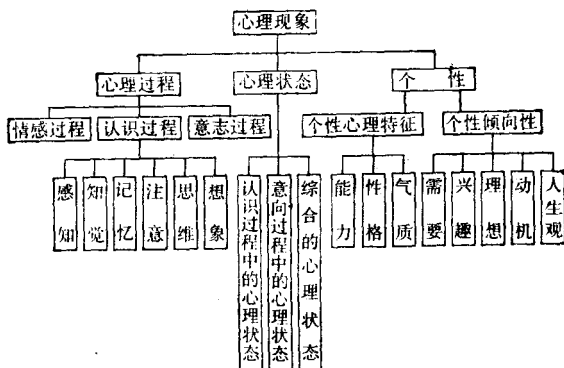


图 1-1 心理学研究的基本内容

仅在认识、情感、意志过程之间,而且在个性与心理状态、心理过程之间也是密切联系的。没有心理状态的存在,心理过程就无法进行;没有心理过程,个性也就无由形成。诚然,已经形成的个性又在一定程度上制约着心理过程和心理状态。

二、心理学研究的领域

只要有人的活动,就有心理现象的存在。现代心理学是处于不同形成阶段的,与各种实践领域有联系的科学体系。心理学有很多分支,各自研究心理现象的某一方面或人在生活中某一领域内的心理现象。

普通心理学是心理学的主干,它主要研究正常成人的心理现象的一般规律和心理科学的基本原理,同时也概括各分支心理学的主要研究成果。研究不同主体的心理现象的分支有:研究心理在个体发展过程中的演变规律及年龄特征的发展心理学。

大学生心理学可以看作是发展心理学的一个分支。研究

在种族演化过程中心理的发生和发展规律的动物心理学。研究生理和心理缺陷患者的心理活动规律的缺陷心理学。研究心理过程和活动的神经机制的生理心理学等。研究人的不同活动领域的心理学分支也很多。例如：教育心理学研究教育和教学活动中的心理规律。医学心理学研究心理因素在疾病发生、发展和诊断、治疗、预防中的作用。劳动心理学研究劳动者掌握生产技术的心理过程和劳动条件对心理活动与工作效率的影响。军事心理学研究军事训练和战争中的心理活动规律。体育心理学研究体育训练与运动竞赛中的心理活动的规律。艺术心理学研究艺术创作和欣赏过程中的心理活动规律。社会心理学研究社会对个体心理的作用和个体心理对社会的作用规律，等等。由此可见，心理学的研究领域如此广阔，说明心理学有着极其广泛的应用价值。

第二节 大学生心理学的研究对象和特点

一、大学生心理学的研究对象

大学生心理学作为心理学的一个分支，必然受到普通心理学一般规律的影响和制约，同时，它也有其自身的发展规律和自身的研究对象。大学生心理学以科学心理学为理论基础，研究大学生心理活动所特有的现象及其规律。这种现象及其规律主要体现在大学生的学习、工作和生活之中的各种心理活动及其相互关系上。具体地说，大学生心理学主要研究如下几个方面的问题。

第一，研究大学生心理发展的基本特征，其中包括大学生心理学的研究范畴、研究原则和研究方法。从个体发展心理学看，大学生正处于青年中期，他们具有社会同龄人的心理特

点。但由于他们处在一个特殊的高文化结构的环境里,学校、社会、家庭各方面对他们有意或无意地施加了特殊的影响,使得大学生又具有社会同龄人所没有的某些心理特征。大学时期,正是学生心理发展迅速、渐臻成熟的时期,但心理的成熟远远赶不上这期间知识的增长,在知识激增与心理成熟之间,剪刀差比较大。大学生的许多心理问题由此而产生。这就需要研究大学生这个年龄段心理发展的一些基本特征,揭示大学生心理发展的主客观因素及其特殊规律,以适应大学生接受高等教育的需要。

第二,研究大学生的学习心理。学习是大学生主体活动,这种学习活动不是中学学习的简单继续和重复,同时也有别于其他一切学习活动。研究各种心理因素对学习的影响,提高学习效率,这是大学生心理学研究的重要内容。当代科学技术知识呈指数增长,传统的以传授知识为主的教学模式已难于适应现代高等教育的需要。取而代之的教学模式是,在传授知识的同时,必须注重发展学生的智能。这就十分需要科学心理学予以指导。大学生作为现代化建设的人才,必须具有创造能力,所以创造能力的培养就成为提高大学生学习质量的必然要求。

第三,研究大学生的情绪状态和情感发展。大学阶段是青年学生情绪多变、情感洋溢的时期。情绪和情感是影响大学生学习和其他心理活动的重要媒介和催化剂。这就需要研究大学生在各项活动中的情绪状态和情感发展的一些基本特点,从而稳定情绪,调动情感的力量对大学生的学习、工作和生活施以积极的影响。情操是大学生在各项活动中产生的特定性社会情感,其中道德情操、理智情操、美的情操以及集体感、友谊感、两性情感对大学生的健康成长尤为重要。

第四，研究大学生的意志发展。大学生成长为“有理想、有道德、有文化、有纪律”的合格人才的过程，也就是一个十分重要的意志过程。没有意志行动，大学生的一切活动都将难于有效实现。研究大学生的意志过程，引导大学生培养良好的意志品质，立志成才，这是造就为社会主义现代化建设奋斗的一代新人所必需的。

第五，研究大学生个性品质的形成。个性倾向性在大学生心理结构中具有核心的意义。动机、兴趣、爱好、理想、信念、世界观和人生观等个性心理倾向，在大学生整个生活中都起着定向和指导作用。要使大学生从心理调节的角度，树立共产主义的远大理想、辩证唯物主义和历史唯物主义的世界观和人生观，培养对人生和未来的坚定信念，端正学习动机，激发对学习、工作和生活的强烈向往和浓厚兴趣。这是形成大学生整个身心发展的精神支柱。同时，注意培养大学生的良好气质、性格等个性心理特征，为大学生形成良好的个性品质创造条件。

第六，研究大学生思想品德形成的心理因素。思想品德修养是大学生德育的重要组成部分。社会主义的大学生不仅要有坚定正确的政治方向，而且要有高尚的思想品德修养。思想品德修养不仅受政治立场观点指导，而且与大学生的心理发展和成熟密切相关。从心理学的角度而言，要促使大学生形成共产主义的思想品德，无论在主、客观哪方面来说，都是十分重要的。

第七，研究大学生的心理健康。随着社会的深刻变革和科学技术的发展，大学生在高文化结构的环境中，会出现许多心理上的不适应，甚至发展为激烈的心理冲突。这就很可能出现躯体健康与心理健康的分离，知识增长与心理健康的分

离。大学生中病态人格与心理疾病的增多，这是大学生心理学面临的一个新课题。帮助大学生养成良好的心理卫生习惯，保持健全的人格，应该引起各方面的关注。

第八，研究大学生的社会心理问题。八十年代以来的大学，社会化过程日趋加速，无论校内还是校外，大学生都以群体活动为主要方式。一方面，社会的急骤变革会在大学生中产生适应或不适应的心理反应；另一方面，校内的各种活动也已成为一种社会环境而对大学生的心理发生作用。这里很重要的一个问题就是在各种剧烈的社会变革和复杂社会关系中，要使大学生增强心理承受能力，学会正确处理人际关系，提高社交能力，以适应社会的发展。

上述八个方面，构成了大学生心理学的基本体系。大学生心理学是一门综合性的应用学科，它与其他学科之间有着广泛的联系，它以研究大学生的心理问题为基本出发点和归宿，充分吸取其他学科的知识而自成体系。马克思主义基本理论是研究大学生心理学的哲学基础。普通心理学、青年心理学、教育心理学、社会心理学等为研究大学生心理学奠定了心理学理论基础，大学生心理学是这些理论在大学生实践活动中的具体运用。生理学等为研究大学生心理学提供了生物学基础。教育学、人才学、思想品德学等为研究大学生心理学提供了人才规格的准则。由此可见，大学生心理问题并不是孤立的现象，它是众多学科交叉的一个热点。所以在研究大学生心理时，决不能就心理论心理，而要把它作为宏大的系统工程中的一个子系统来研究。这样，不仅能得出有关大学生心理问题的有效结论，同时也可研究大学生的其他问题提供心理学的依据。

二、大学生心理学的学科特点

大学生心理学研究的是在高等教育条件下，处于个体心理发展过程中的青年大学生，这是全国拥有数百万人的特殊青年群体，这就决定了这门学科具有以下一些特点。

1. 系统性

大学生心理学的系统性特点，主要表现为三个方面。第一，个体心理的系统性。研究大学生的心理问题，首先要求描述大学生的各种心理现象，如学习心理、情感心理、意志心理、个性心理、自我意识、心理健康、群体心理等，但这种各类心理品质的描述，必须放到每个大学生的整个心理面貌中去考察，才有对个体全面考察的价值。第二，群体心理的系统性。大学生的心理是在高文化结构的学校中形成和发展起来的，校内外各种组织、群体无时无刻不在影响和制约着大学生的心理活动，这又是一个极为复杂的系统。只有有效地探索各种组织、群体对大学生心理发展影响的途径、方式以及程度等，才能找出大学生群体活动的有效模式。第三，个体心理与群体心理结合的系统性。个体心理的发展，只有在群体活动中才能实现，然而群体心理的形成，又赖于个体心理的有机整合。所以，研究大学生的个体心理，必须放到特定的群体中去考察。研究大学生的群体心理，也不能离开个体心理的支撑。

2. 动态性

动态性贯穿于人的心理的整个过程。大学生心理的动态性特点表现为两个方面。第一是发展迅速。处于青年中期的大学，生理、心理发展迅速，随着生活圈由小到大的扩展，知识从少到多的积累，视野从窄到宽的开阔，对于低年级和高年级的大学生来说，心理成熟度的差异是很大的。第二是不确

定性。这不仅表现为大学生心理面貌在不同时期的不同，另外还须看到生理素质的差异对心理的影响。所以，在不同时期、不同地区和不同院校对大学生心理研究结论的不一致性，是这门学科动态性的特点所决定的。

3. 社会历史性

心理学是一门自然科学与社会科学交叉的学科。人的心理问题，事实上也是一定时代精神的反映。大学生心理也受到社会历史条件的制约。虽然，大学生的心理发展具有一般的规律，但是，在不同的时代和社会文化背景下，大学生的许多心理特质，如自我观念、人生观、情操、个性特征以及他们成长的途径和规律是不尽相同的。比如，五十年代、六十年代与八十年代大学生的心理面貌就不一样。这主要归结于两个时代的不同特征。由此可见，对大学生心理必须历史地、具体地加以研究，而不能只作一般笼统的考察，也不能把某一社会形态和历史时期大学生心理的特殊现象，作为一般规律而沿用。

4. 实践性

大学生的心理产生和发展于各种教育实践活动之中，因此大学生心理学的研究也应是在教育实践活动中进行。这里要力戒主观臆测和片面下结论。大学生心理学的任务不仅在于正确地描述大学生的心理现象，更重要的是要把它的研究成果付诸于高等教育实践，有效地指导高等教育，以利大学生的身心在各项教育实践活动中得到全面发展。

第三节 研究大学生心理学的意义

一、科学心理学自身发展的需要

人们对心理现象的考察已有两千多年的历史，但它

被包括在哲学之中,直到 19 世纪后期心理学才从哲学中分离出来,成为一门独立的科学。一百多年来,心理学的发展取得了长足的进步。它不仅表现为心理学基本理论的发展日趋规范,而且心理学已开始全面占领人类实践活动的各个领域,以及探究个体心理发展各个阶段的基本规律。大学生心理学是心理学众多分支的一个交叉点,它所研究的内容,涉及发展心理学、社会心理学、教育心理学、学习心理学、个性心理学等范畴。大学生心理学的研究成果必将充实和丰富这些学科的内容,推动它们的发展。比如对大学生这个年龄段心理特征的分析,就有利于对发展心理学中青年期心理的研究。

二、培养全面发展的一代新人的需要

人的全面发展,是共产主义社会的一个重要特征。可以这样认为,在未来社会成长起来的一代新人,他们的智力和体力、道德和审美能力将得到自由的、充分的发展,人类将得到彻底的解放,即不仅从私有制的奴役下解放出来,而且也从旧的分工对人的束缚下解放出来。培养大学生全面发展,成为高等学校教育的基本出发点和归宿。对大学生进行有目的和有系统地心理研究,就能确定什么样的知识结构、智能因素和个性特征是大学生顺利进行活动的有效条件。它所提供的研究成果,将有效地在对大学生进行德育、智育、体育、美育的过程中发挥作用。

三、迎接新技术革命挑战的需要

本世纪中以来,世界范围内酝酿和兴起了一场新技术革命。这场革命不仅使人们从传统的体力劳动中获得最大限度的解放,而且将取代人的部分脑力劳动和强化人的智力活动,

从而把对人的智能资源的开发提高到一个新的水平。新技术革命对我国向四个现代化进军来说,既是一个机会,也是一个挑战。这个挑战,说到底是对人才的挑战,对智能的挑战,对教育的挑战。爱因斯坦(A. Einstein)说过,学校的目标应当是培养有独立行动和独立思想的人。由于新的科学知识急剧地增加,陈旧的知识迅速地被淘汰,大学时期所学的知识,已远远不能满足科学发展的需要。因此高等教育的任务是教学生去探索、创新,这就要求在高等教育中以学习活动为中心来发展学生适应和创造未来的心理素质。

四、加强大学生自我修养的需要

大学生的全面发展,一是靠各种教育,二是靠学生在实践中的自我修养。任何教育形式的作用,都是通过大学生本身的自我完善实现的。随着自我意识的增强,大学生的自我修养比以往任何时期都重要。大学生进行自我修养,首先碰到的一个问题是正确地认识自己。这就需要大学生清醒地了解自己在这个年龄段的心理特征,以及由此导致的一些不稳定因素。比如激烈的心理矛盾冲突就是当代大学生较之以往任何一个时代都尤为突出的问题,这是当前社会激烈竞争发展与大学生心理发展之间的一种必然反映。他们的心理世界是欢乐的,又是痛苦的;是矛盾的,又是统一的;是喧嚣的,又是沉静的;是浪漫的,又是思考的……有一个女大学生曾说:“人活着,就是会有烦闷,来无踪,去无影,脑袋瓜子有时空落得象一幢久被世人冷落淹没了的深山古居,有时却又象一个塞满了迪斯科狂欢,快要胀破的沙丁鱼罐头。周围这个宁静的世界似乎是艺术的、浪漫的,没啥风浪,好象也没什么居心险恶的人捣你的乱,可总让人感到不舒坦,不自然。”这样的思