

心理學

原著者 Б.М. ТЕПЛОЕ 譯述者 何萬福 赫葆源

(根據一九五三年原文版重譯本)

商務印書館

蘇聯中學教程
心理學

Б. М. ТЕПЛОВ 著
何萬福 赫葆源 譯

(根據一九五三年原文版重譯本)

商務印書館

В. М. ТЕПЛОВ
ПСИХОЛОГИЯ

1953

心 理 學

何萬福 赫葆源譯

★版權所有★
商 務 印 書 館 出 版

上海河南中路二一號

中國圖書發行公司 總經售

商務印書館北京廠 印 刷

*(53173)

1951年7月初版 1953年11月6版(重譯本)

印數 22,501—32,500 定價 ¥10,000

譯述者的話

這本書最初的譯本是根據原文第三版譯述的。那個版本及其後的第四版雖然在蘇聯流傳很廣，但其中仍然有些不妥當的地方，主要是忽略了巴甫洛夫學說在心理學中的重要性以及語言的社會歷史性及其在認識過程中所起的作用。自一九五〇年斯大林天才著作“馬克思主義與語言學問題”的發表和蘇聯舉行過討論巴甫洛夫學說的科學會議之後，本書作者在教育碩士H·C·列傑思參加之下，把本書作了全盤的、原則性的修訂，出版了第五版，也就是我們第二次譯本的依據。在蘇聯心理學工作者所展開的批評自我批評的積極作用之下，作者與列傑思又將本書作了再次的修改，出版了第六、第七版（分別在去年和今年出版，兩版內容無大差別），把第一章“心理學的對象”和第六章“記憶”作了重新的編排和必要的增刪，其它各章也有部分的修改，取消了一些不適當的例子。這樣，本書在原有基礎上便又提高了一步。

當然，這本第七版還是不够完善的：作者雖然刪除了與斯大林語言學抵觸的論點，然而却仍保留着關於內部語言的敘述，這是不符合於斯大林的語言與思維不可分性的。同時這課本低估了語言的作用，沒有反映出來基礎和上層建築以及語言是社會現象等學說在心理學中重要的意義。作者雖然企圖實現巴甫洛夫要把心理重疊在生理基礎上的號召，但却作得還不够，而且還有所忽略；個別的論述還帶有機械的或平行論的意味，並沒有真正闡明了巴甫洛夫的反映論。個別定義的冗長和不明確、以及用文學的例子代替了科學的驗證，這仍然是本書的重要缺點。

但是，即使在蘇聯，對於這一教本缺點的批評也仍有些誇大，教師們也曾對此書作過輕率不正確的結論，補充了些杜撰的資料。我們不應忽略，捷普洛夫這一課本確已闡明了蘇維埃心理科學在三十多年發展中所收穫的成就之基礎，這是蘇聯心理學現階段的產物。蘇聯心理學確是必須加以改造的，但那絕不是一蹴即就的，而是需要不懈的努力，發揮科學的批評自我批評的集體智慧，在實踐中繼續前進的。蘇聯心理學三年來也真如此一點一滴地、隨時隨地在原基礎上不斷提高着。這正是迫切需要改造的中國心理學的良好榜樣和借鏡。讀本書時應隨時注意蘇聯近年有關心理學改造的論述作為參考。

我們這次的譯本就是根據上述第七版的改譯，除將原書改訂處照行改譯外，又將全書舊譯部分全部詳校了一遍，而且把以前所創譯的個別譯名，現在已有通用的更好譯法的，改成普遍應用的譯名了。但其中錯誤仍恐不能盡免，還希望大家指正。

一九五三年六月

目 錄

第一章 心理學的對象	1
1. 心理的一般概念.....	1
2. 心理和活動.....	4
3. 高級神經活動的基本規律.....	5
4. 研究人的心理生活的方法.....	8
5. 心理學的意義.....	9
復習問題.....	11
第二章 心理的發展	12
6. 心理的發生和發展的一般概念.....	12
7. 生活條件和動物心理.....	13
8. 人的意識.....	17
復習問題.....	28
第三章 感覺	29
9. 感覺的一般概念.....	29
10. 感覺的分類.....	30
11. 感受性和閾限.....	33
12. 適應.....	35
13. 感覺之間的相互作用.....	38
14. 在生活和業務的要求的影響之下感受性的變化.....	40
復習問題.....	44
第四章 知覺	45
15. 知覺的一般概念.....	45
16. 知覺的生理基礎.....	47

17. 知覺過程的分析	49
18. 錯覺	55
19. 觀察	59
20. 在知覺和觀察中個人的差別	61
復習問題	64
第五章 注意	65
21. 注意的一般概念	65
22. 注意的生理基礎和外部表現	66
23. 不隨意的注意和隨意的注意	68
24. 和注意的分散作鬥爭	72
25. 注意的基本特性	74
26. 心不在焉	80
27. 注意的訓練	81
復習問題	82
第六章 記憶	84
28. 記憶的一般概念	84
29. 聯想及其生理基礎	85
30. 識記	87
31. 和遺忘作鬥爭	93
32. 復呈	95
33. 觀念及其特徵	97
34. 記憶的類型	101
35. 記憶的品質	104
36. 記憶的訓練	106
復習問題	108
第七章 想像	108
37. 想像的一般概念	109
38. 消極的和積極的想像	111

39. 再造性的想像	113
40. 創造性的想像	116
41. 遐想	120
42. 想像和情感	122
43. 在想像中觀念的改造	123
復習問題	126
第八章 思惟和言語	127
44. 思惟的一般概念	127
45. 言語及其與思惟的關係	129
46. 概念和詞	131
47. 基本的思惟過程	134
48. 解決課題時的思惟過程	138
49. 智慧的品質	141
50. 言語的修養	144
復習問題	150
第九章 情感	151
51. 情感的一般概念	151
52. 情感的生理基礎	154
53. 情感的表現	155
54. 情感和認識過程	158
55. 情感和活動	161
56. 情緒的記憶	164
57. 情感的基本品質	165
58. 激情	167
59. 心情	170
60. 義務的情感	172
61. 在情感領域中個人的差別	173
復習問題	178

第十章 意志	179
62. 動機和目的	179
63. 不隨意的和隨意的運動	181
64. 動作的形態	182
65. 意志的概念	184
66. 意志的動作底分析	186
67. 人的意志的品質	192
68. 意志的訓練	195
復習問題	197
第十一章 活動底心理的分析	198
69. 活動底任務和動機	198
70. 意識和活動	201
71. 技能	204
72. 習慣	209
73. 創造性的活動	212
復習問題	217
第十二章 人格的心理特徵	219
74. 人格的心理特性	219
75. 興趣和傾向	222
76. 能力和天資	226
77. 氣質	235
78. 性格	238
79. 蘇維埃人的性格特質	241
復習問題	256

中學教程

心理學

第一章 心理學的對象

1. 心理的一般概念

心理學是研究人的心理的科學。心理就是我們每個人由於經驗而很熟悉的我們的情感、觀念、思想、意向、欲望。心理也包括着人的興趣和能力，他的氣質和性格。知覺、情感的過程，意志的過程如何進行着？什麼是記憶、想像、和思维的規律？人的能力如何發展，和性格如何形成？這些都是心理學研究的問題。

人是社會的成員，所以他的心理特性是在社會生活條件決定性的影響之下形成的。人的心理、意識恰恰正是隨着他的生活條件和活動而發展着。“……意識從一開始就是社會的產物，並且只要是有人類存在的時間之內，意識就永遠是社會的產物”（馬克思）。

馬克思列寧主義經典作家——馬克思和恩格斯，列寧和斯大林——指示：感覺、觀念、思想的根源乃是外在物質世界，而心理、人的意識乃是周圍世界的反映。

心理乃是物質在其發展過程中所發生的特性之一。無機物質不具有這種特性，它是不會感覺而且也不思想的；在有機物質世界的範圍之內也遠非任何物質都具有心理。必須經過生物自然界發展的漫長途

徑，才能達到會感覺和思想的物質。人的心理乃是高度組織的物質的特性——腦的特性。這種特性就在於對於周圍現實的反映。

不應該把人腦對於現實界各物體的反映瞭解成與鏡中的反映相同的消極反映。人並不是消極地去知覺世界，他是在實踐活動中、在積極地影響自然和他人之中去認識世界。在這種活動中便產生了我們的感覺和知覺——藉助於感覺器官作用於我們的腦，而在腦中所反映出來的那些物質的物體或現象的形象。

現代關於腦的科學使我們知悉了正在工作着的腦中所完成的生理過程。巴甫洛夫在高級神經活動領域中的研究已然揭露了構成人腦反映現實世界之基礎的那些生理過程。這些研究已然從所謂的靈魂活動上摘下了秘密的蓋子：大量實驗的事實資料證明了，心理決定於外界影響、生存的條件。

巴甫洛夫關於高級神經活動的學說，作為現代關於腦的科學的最偉大的成就，乃是心理學的自然科學基礎。

“心理學”(“психология”)一詞是由兩個希臘字：“псюхе”(靈魂)，“логос”(語文，學問)所組成的。意義就是“論靈魂的科學”。

按照發生於遠古時代在宗教信仰中和有些資產階級哲學家的觀點中保存到現在的觀念看來，靈魂不是物質的，而是沒有形體的，生存在人體內，人死亡時，它便脫離了人體。按這種觀念來說，靈魂乃是人的一切心理生活，即他的情感、思考、願望的憑藉和原因。這樣瞭解心理便是唯心論的。

與此對立的、而且是心理的唯一科學的瞭解，就是唯物論的瞭解。腦，而不是無形體的靈魂，是我們心理生活的器官，是我們一切心理過程：思惟、情感、意志的憑藉。於是腦的反映活動便構成了我們的心理生活。

幾千年來，在心理學中一直進行着唯物論和唯心論之間的鬥爭。遠在古希臘、羅馬時代，便有許多思想家及學者們和唯心論的靈魂的瞭解在作鬥爭，並且試圖給心理生活尋出唯物論的解釋來。新時代中前進的學者及唯物主義的哲學家們繼續作着這種鬥爭。偉大的俄國唯物主義的哲學家們：如赫爾岑、柏林司基、車爾尼雪夫斯基、杜布洛柳波夫對於心理生活的唯物主義的瞭解底發展，都有過寶貴的貢獻。俄羅斯的偉大學者謝柴諾夫的著作，對於爭取唯物主義的鬥爭曾有極重要的意義。

雖然如此，但是只有在最近，在馬克思、恩格斯、列寧、斯大林的著作中所創建的辯證唯物論的基礎上，才可能建立起來徹底唯物主義的心理學。

心理學所研究的是：

(1) 心理的過程。知覺、識記、思惟、情感、意志的決定——這一切都是心理過程的不同的形態。

爲了分析人的精神生活複雜的活動，最先就必須把一切心理的過程分成某些組，並且必須劃分出心理的個別的領域或方面。換言之，就是必須把心理的過程分類。

最概括和最簡單的分類是根據心理生活互相緊密聯系着的三方面：認識、情感和意志來劃分的。

爲了正確地瞭解人的心理生活，必須注意：認識、情感和意志並不是彼此孤立地存在着。在動情感時，我們自己體驗着對於我們所認識的或是所作的事物之態度；在作意志的決定時，我們是從一定的思想和情感上出發的。

心理生活，儘管是複雜、多變化的，有時還顯着是反覆無常的、不穩定的，但是也和其它一切現實現象相同，也服從着一定的規律。

心理學的任務在於確定心理過程的規律，並且從而提供這些過程的科學解釋。

(2) 人格的心理特性，就是刻繪每個人有別於他人的最重要而且最固定的特點。人格心理的特性包括着一個人的興趣和傾向、他的能力、他的氣質和性格。

心理學的任務是研究人的心理特性的發生和發展。人的興趣是如何養成的？他的能力是如何發展起來的？他的性格是如何形成的？研究這一類問題，便是心理學最重要任務之一。

2. 心理和活動

只要人活着，他就這樣或那樣行動着，以這種或那種形式表現着他的積極性。一個人的全部生活中充滿了這種或那種活動。

當人影響物時，他使用他現有的關於此物的形象——他關於此物的知覺、觀念和概念——作為指南。如果這形象是正確的，那麼他對物所作的動作便可能引到他所期望的結果；如果這形象是不正確的，那麼這種動作便會導致失敗。所以，我們的感覺和思惟所引起的那些現實形象的正確性和真實性，是由實際活動、實踐來驗證的。人們實現這種驗證遠非永遠單靠他個人的經驗。具有基本重要性的乃是人們社會歷史的實踐。大家都知道，社會的經驗是以生產工具的形式、以科學知識及其它形式一代傳給一代的。

認識便是在活動、實踐過程中所發生的對於現實世界的反映；它的正確性是被這種活動的結果所驗證的。

所有的心理過程永遠是在某種活動中表現出來的。不僅意志和認識如此，情緒過程也復如此。一個人永遠是在這樣或那樣地動作着，而且在他自己的活動的進程中，他認識着，也被感動着。

當然不應該如此想：凡是活動就必須表現在外部的運動中。當一個人解決一個難題時，這人可能外表保持完全不動，而我們仍然說他是在某種情景中活動着，說他正在作着一定的活動，具有自己的目的，並且要求這人作不少的意志上的努力。

如果不依賴着成為個人的人的活動，心理過程就不能夠被瞭解，所謂個人就是在一定的歷史時代中、在一定的社會條件中、與其他的人們一起生活而且積極地起着作用的一個社會成員。

不僅心理過程是在人的活動中發生着的，就是人格心理的特性也是在活動中形成着的。

人的能力是在從事某種活動中顯露出來的；能力不僅表現在活動中，而且是在活動的時候形成着、發展着的。性格的特性也是在活動中、在行為中形成着的。爲了自己建立堅持性和頑強性，就必須不怕困難，有系統地和困難作鬥爭，克服它們。一個人的生活、他的實踐的活動形成着他的心理面貌。如果我們不知道一個人如何地生活着和作着什麼，我們便很難瞭解爲什麼他發生了這樣或那樣的興趣、發展了這樣或那樣的能力、形成了這樣或那樣的性格。

3. 高級神經活動的基本規律

巴甫洛夫關於高級神經活動的學說闡明了心理的生理基礎以及生存條件對於心理的制約性。衆所週知，巴甫洛夫由於研究高級神經活動底生理學而發見了人和高等動物共同的一些規律。此外，他並鑽研專門屬於人類的高級神經活動底機制。如果不知曉高級神經活動底規律，就不可能科學地解釋心理現象。

大腦半球皮質工作之最根本的而且最萬能的原理就是臨時的（條件的）神經聯系之建立的原理。這原理歸結如下。如果同時有兩個刺

戟物對於一個動物發生作用：一個是能引起無條件反射的刺戟物（例如食物），另一個是中性的（例如鈴聲），本身並不引起動物的無條件反射，那麼在皮質中便發生了兩個興奮的灶源。當這兩個刺戟物在時間上屢次併發時，這兩個興奮的灶源之間便加強了固定着的聯系。由於這種聯系之建立的結果，中性刺戟物便能引起普通情景中食物所能引起的那種反應了。兩個刺戟物在時間上屢次的併發，乃是這種聯系之建立底最重要的條件。

臨時的聯系是大腦半球之工作中最萬能的現象。極多數的外部刺戟物提供着關於其它對於維持有機體生活是重要的現象的信號，由此所構成的大腦半球皮質的活動便叫作信號的活動。在上面所舉的例中鈴聲便是食物的信號。

大腦皮質除了興奮過程之外，還發生着與之對立性的過程，就是抑制過程。皮質的活動在任何一瞬間都好像是興奮和抑制過程的複雜的鑲嵌的細工，而這些興奮和抑制的過程是依照神經過程的相互誘導的規律而彼此聯系着的。這種規律歸結如下。如果在皮質某一區域發生興奮，那麼和這區域相聯系的皮質的其它各區域便發展着抑制過程（消極的誘導）；反之，如果某一區域有了抑制過程，那麼在相隣的各區域中便發展着興奮過程（積極的誘導）。

實驗證明了，某一區域中所發生的興奮並不停留在一個地方，而是普及，擴散遍於全皮質。同時所發生的相對立的抑制過程限制着興奮過程並指使它入於一定的路徑，把這興奮導向於集中。這時抑制過程也將普及到全皮質，擴散並且聚集在一點，集中起來。

由此可見，與相互誘導的規律同時起作用的乃是神經過程的擴散和集中的規律，它決定着大腦半球皮質中的興奮和抑制過程的運動。

誘導律的特殊情形就是外部抑制，它的情形如下。例如，有一個動

物已然建立了對於鈴聲起條件的食物的反射了：在鈴聲的作用之下狗就流口水。如果在鈴聲發生作用時，又開始有一種足夠強的而且新的刺激物發生作用（例如，一個生人走進屋內），那麼這條條件反射便被抑制住了；口水不再流了。這是由於新的興奮灶源之發生引起了皮質的其它各區的抑制，因此已經建立的條件反射也被抑制住了。

在某一種臨時聯系之機能的一定條件之下所發生的內部的或條件的抑制，因為它不是外來的刺激之結果，所以就具有另一種本性了。內部抑制的情形可以舉出條件反射的消滅為例。如果條件刺激（鈴聲）連續幾次給出，而沒有無條件刺激物（食物）來強化，那麼條件刺激便停止引起條件反射了。已建立的聯系臨時便被抑制了。但是，如果經過若干時間又重新給出鈴聲，條件反射便又發生了。這個證明了條件聯系並沒有被破壞，不過臨時被抑制住了而已。內部抑制有着重大的意義，因為它能引起在某種條件之下成為無益的反射之消滅。

動物有機體的每一個反應都是根據反射的原理而發生的，也就是對於外部影響的一種回答。但是，這種反應不僅決定於某一瞬間有什麼樣的刺激物落到有機體上，而且也決定於大腦皮質上已然形成了什麼樣的聯系的系統。

尤其是在長時間地以同樣的順序屢次重複一系列的條件反射時，大腦皮質中的興奮和抑制之灶源的分配便在一定形態中固定住了，結果這種反射系統的復呈便容易發生而且不需要努力。許多次的實驗證明了：如果使一條狗對於以一定次序、足夠次數地重複給出的不同刺激物建立了一些條件反射，那麼在若干次的重複之後，這條狗便復呈了回答性反應的全部系統，甚至即使刺激物顯著地改了（例如，甚至在積極的刺激物的地位上給出了條件的抑制物，或是反過來的情形）。皮質中興奮和抑制的灶源的這種固定的分配，能夠保證反應的一定的系統，這

種分配就叫作動型。

動型就是有機體對於重複而單調的外界影響的適應。在若干情景中，爲了引起某一反射系統的一切效果，甚至並不需要相應數量的刺激物。只須給出這反射系統開頭的信號，一切反應便自動地相繼發生了。很顯然地，唯有當型已然足夠堅強固定了的時候，這才是可能發生的。如果已建立的動型不再適合外界各刺激物的已然改變了的次序，那麼這種動型便重組着，適合着新條件而變化着。

4. 研究人的心理生活的方法

心理學的基本方法乃是觀察的和實驗的方法

真正科學的心理學最重要的特點，就是心理的客觀的研究。巴甫洛夫說：“當一個自然科學家研究別人，正像他對於任何自然科學的對象所應該作的那種外部分析的時候，當人的智慧不是從內部、而是從外部研究自己的時候，人便獲得了無數的益處和自我控制底特殊權力。”

我們已然知道，心理和活動是不斷地聯系着的，心理是顯現在人的動作、行動中的。因此，藉着觀察人們的動作並分析他們的表現、言語反應，我們便能判斷他們的精神生活。

一個心理學家的工作當然不能只限於直接觀察他所親身與之同處的人們。活動底產品，日記、信件、回憶錄等文件的研究，能够補充直接觀察的資料之不足。

實驗法在心理學中具有很重要的意義。

作實驗時主試者可以不必等待他所關心的心理過程偶然的來臨；他自己能創設條件，用以引出受試者的這種過程。（所謂受試者，便是用他來作心理實驗之人。）利用專門儀器和方法的幫助，能够測量心理過程的幾方面，例如知覺的速度，記憶的準確度及堅固性等。在同一條件下，使各種不同的人，重覆同樣實驗時，可能斷定其中每個人對於這種過程的個別特性。