

心 理 学

主编 张慕蕴 关树文

西安交通大学出版社

内 容 简 介

本书以普通心理学为体系，在讲清基本概念、基本理论和基本规律的基础上，吸收了心理学研究的新成果，进一步增强了心理规律在教育工作中的应用和心理品质的培养，并增加了青少年心理特征一章。同时在编写时又参考了成人自学考试大纲，根据标准化考试要求，在各章之后又附了各种不同类型的练习题，有助于考生的复习和应考。此书可供高师、中师心理学教学用书，对成人参加自学考试和中、小学教师参加合格证书考试均有一定的帮助。

心 理 学

主 编 张慕藹 关树文

责任编辑 郑雅坤 孙文声

西安交通大学出版社出版

（西安市咸宁路28号）

陕西省建筑总公司印刷厂印装

陕西省新华书店发行 各地新华书店经售

开本787×1092 1/32 印张12.75 字数：269 千字

1989年10月第1版 1989年10月第1次印刷

印数：1—8000

ISBN7-5605-0272-5/B·7 定价：4.40元

前 言

公共心理学课是师范院校各专业的一门必修课。师范生通过这门课的学习，正确理解人的心理实质，初步掌握心理活动的规律及其在教育工作中的应用，了解儿童心理发展的特点，对做好未来的教育工作是十分必要的。公共心理学的教学，应使学生切实掌握好心理学的基本概念、基本理论和基本规律，为将来在教学实践中创造性地运用心理学知识搞好本职工作奠定良好的基础。为此，我们在编写时，以普通心理学为体系，适当介绍了一些儿童心理学方面的知识，进一步增强了心理学知识在教育工作中的应用，并注意吸收心理科学发展的新成就。所以这本教材较好地满足了公共心理学课教学的需要。

同时，在编写这本教材时，还兼顾了高等教育自学考试的需要，参考吸收了自学考试大纲规定的内容。编写时力求做到，内容全面，重点突出，编排醒目，通俗易懂，便于自学。并在每章之后，又附了各种不同类型的练习题，有利于考生的复习和应考。所以这本教材，对参加自学考试和中、小学教师合格证书考试均有一定的帮助。

全书共十三章。张慕蕴同志撰写第一章、第二章、第三章、第四章、第五章；关树文同志撰写第六章、第七章；关树文、刘秀云同志撰写第八章、第九章。杨连友、孙忠诚同志撰写第十章；关树文、李静生同志撰写第十一章；于桂兰同志撰写第十二章、第十三章。最后由张慕蕴、关树文同志对全书进行了统编和定稿工作。

在编写过程中，我们参阅和引用了一些兄弟院校编写的教材和科研成果，在此谨对原作者表示衷心的感谢。同时由于我们水平有限，时间仓促，错误和缺点在所难免，恳请读者批评指正。

编 者

1988年9月30日

目 录

第一章 心理学的对象、任务和方法

第一节 心理学的对象	(1)
第二节 心理学的任务	(6)
第三节 心理学的方法	(10)
第四节 师范生学习心理学的必要性	(16)

第二章 心理的实质

第一节 两种对立的心理观	(21)
第二节 心理是脑的机能	(26)
第三节 心理是客观现实的反映	(32)
第四节 心理在实践中发生和发展	(37)
第五节 意识及其特征	(38)

第三章 心理的生理机制

第一节 神经系统的结构与机能	(43)
第二节 脑的反射活动	(58)
第三节 大脑皮层的生物电活动	(72)
第四节 内分泌系统	(74)

第四章 感觉和知觉

第一节 感觉和知觉的概述	(81)
--------------	--------

第二节	感觉和知觉的种类·····	(85)
第三节	感受性及其变化·····	(96)
第四节	知觉的基本特征·····	(102)
第五节	感知规律在教学中的应用·····	(107)
第六节	观察力的培养·····	(111)
第七节	错觉·····	(114)

第五章 注意

第一节	注意的概述·····	(119)
第二节	注意的种类·····	(126)
第三节	注意规律在教学中的应用·····	(133)
第四节	注意的基本品质·····	(137)

第六章 记忆

第一节	记忆的概述·····	(146)
第二节	识记·····	(157)
第三节	再认和回忆·····	(161)
第四节	保持和遗忘·····	(164)
第五节	记忆规律在教学中的应用·····	(181)

第七章 想象

第一节	想象的概述·····	(187)
第二节	想象的种类·····	(191)
第三节	想象的个别差异和培养·····	(201)

第八章 思维

- 第一节 思维的概述…………… (207)
- 第二节 思维过程…………… (215)
- 第三节 概念的形成与掌握…………… (221)
- 第四节 解决问题的思维过程…………… (230)
- 第五节 创造性思维及其培养…………… (238)

第九章 情绪和情感

- 第一节 情绪和情感的概述…………… (247)
- 第二节 情绪和情感的生理机制与外部表现… (253)
- 第三节 激情、心境、应激、热情…………… (263)
- 第四节 道德感、美感和理智感…………… (268)
- 第五节 情感的基本品质和培养…………… (273)

第十章 意志

- 第一节 意志的概述…………… (278)
- 第二节 意志行动的分析…………… (284)
- 第三节 意志的品质和培养…………… (295)

第十一章 能力

- 第一节 个性意识倾向性…………… (304)
- 第二节 能力的概述…………… (310)
- 第三节 能力的测量…………… (315)
- 第四节 能力的个别差异…………… (322)

第五节 能力的形成与发展.....	(330)
-------------------	---------

第十二章 气质与性格

第一节 气质.....	(338)
-------------	---------

第二节 性格.....	(349)
-------------	---------

第十三章 青少年心理

第一节 青少年的心理特征.....	(366)
-------------------	---------

第二节 青少年的心理健康.....	(388)
-------------------	---------

第一章 心理学的对象、任务和方法

第一节 心理学的对象

任何一门科学，都有自己特定的研究对象。否则，就不能成其为一门独立的科学。心理学的研究对象是什么呢？顾名思义，心理学的研究对象是人的心理现象。心理学是研究人的心理现象发生、发展规律的科学。心理现象是我们每个人十分熟悉的现象，是每个人在清醒状态下时时刻刻发生着的现象。可以说，我们人的一切活动，不论是儿童的游戏，青少年的学习，还是成年人从事的各种生产活动，都是在各自的心理活动的调节下进行的。人的心理现象，虽然丰富多采，复杂多样，但可以概括为心理过程和个性心理两大方面。

一、心理过程

心理过程又可分为：认识过程、情感过程和意志过程。

认识过程，是指人在认识客观事物时所产生的各种心理活动。如，人的眼睛看到事物的颜色，耳朵听到声音，鼻子嗅出气味，口尝出滋味，皮肤触及出物体的冷热、软硬等不同属性，这些最简单的认识活动是感觉。在感觉的基础上当人分辨出这是玫瑰花，那是伟大祖国的国旗，听出这是雨声，

那是播放庄严国歌的时候，这种进一步的认识活动是知觉。人不仅能通过感觉和知觉，认识直接作用于人的“五官”的客观事物，而且在离开客观事物的直接作用之后，人还能记住这些事物，并在必要的时候，把它回忆起来，这是记忆。如，一个人虽然已经是青年、成年人了，但仍能回忆起自己童年时代的生活。同时，人还能想出自己从未经验过的事物，这是现象。如，我们现正为祖国实现四个现代化而努力奋斗，但头脑中可以出现实现四化后的美好景象。人不仅能感知现在，回忆过去，想象未来，而且在感知材料的基础上，经过分析、综合、比较、抽象和概括，认识事物的本质和规律，这是思维。如，医生根据病人的体温，脉搏以及对血液和排泄物的化验结果，推断出病人的内部器官发生了何种病变。马克思和恩格斯在分析资本主义社会的基础上，揭示了人类社会发展的必然规律，创立了科学社会主义理论。

人不论在感知当前的事物，回忆过去的往事，想象未来以及思考解决存在的问题时，要想收到好的认识效果，还必须集中自己的精力，这是注意。

由于上述感觉、知觉、记忆、想象、思维这些心理活动，都是属于对客观事物的认识活动，所以心理学上称之为认识过程。而注意则是伴随认识过程而存在的一种心理特性。

人在认识事物的时候，不是冷漠无情，麻木不仁，无动于衷的，而总是抱有一定的态度，并产生一定的内心体验。人的喜、怒、哀、乐这些主观体验，心理学上称之为情感过程。

人不仅能认识客观事物，并对它产生一定的主观感受，

而且人还能根据对客观事物的认识，确定自己行动的目的，制定行动的计划，采取一定的措施，克服内部和外部的各种困难，最终把计划付诸实现。如，一个学生认识到“四化”的关键是科学技术的现代化，便下决心攀登科学技术的高峰，于是制订学习计划，刻苦攻读，克服各种困难，终于获得了优异的学习成绩，为攀登科学技术高峰，奠定了坚实的基础。这种根据对客观事物的认识，自觉地确定目标，并支配自己的行动，力求加以实现的心理过程，心理学上称之为意志过程。

认识过程、情感过程、意志过程三者之间，不是孤立的，而是相互影响、相互制约、相互促进的。人的情感过程和意志过程是在认识过程的基础上产生的。古语说：“知之深，则爱之切。”正是这个道理。人对事物的认识越深刻，情感就越深厚，意志也就越坚强。反之，人的情感过程和意志过程对人的认识过程也有重要的影响。人的情感越深厚，意志越坚强，对事物的认识就越迅速、越准确、越深刻。如，一个人对自己的本职工作，认识得越深刻、越热爱，终生从事这一工作的志向就越坚定。反过来，一个人对自己所从事工作的感情越深厚，做好工作的决心越大，对所从事工作重要性的认识也就越深刻。

认识过程、情感过程、意志过程，心理学上统称之为心理过程。揭示心理过程发生、发展的规律，是心理学研究的一个重要内容。

二、个性心理

心理过程虽然人人都有，但由于每个人的先天素质不

同，生活条件不同，所受教育不同，所从事的实践活动不同，这些心理过程在每个人身上产生时，就会带有个人的特征，这就形成了人们之间的心理活动上的差异。古语说得好，“人心不同，各如其面。”每个人的心理面貌，犹如相貌一样，千差万别，各不相同，各自记录着自己生活的历史。人与人之间在心理面貌上的差异，心理学上称之为个性心理。而个性心理主要包括个性意识倾向性与个性心理特征。

个性意识倾向性，是指人的需要、动机、兴趣、愿望、信念和世界观。有的人有这方面的要求，有的人有那方面的要求，这是需要方面的差异；做同样一件事，有的人出于这样的考虑，有的人出于那样的考虑，这是动机上的差异；有的人怀有这样的希望，有的人怀有那样的希望，这是愿望上的差异；有的人有这方面的爱好，有的人有那方面的爱好，这是兴趣上的差异；有的人坚信这样的道理，有的人坚信那样的道理，这是信念上的差异；有的人持这样的立场、观点看问题，有的人持那样的立场、观点看问题，这是世界观上的差异。

个性心理特征，是指人们在能力、气质、性格上的不同。如，有的人有音乐才能，有的人有数学才能，有的人有写作才能，这是能力上的差异。有的人喜怒外露，有的人喜怒不形于色；有的人活泼好动，有的人沉默寡言；有的人脾气暴躁，有的人温柔娴静；有的人孤傲自大，有的人谦虚谨慎；有的人心胸开朗，有的人心地狭小；有的人坚强勇敢，有的人胆怯懦弱；这是性格上的差异。

个性意识倾向性和个性心理特征之间，也是相互影响，相互制约，相互促进的。一个人具有某方面的动机和兴趣，

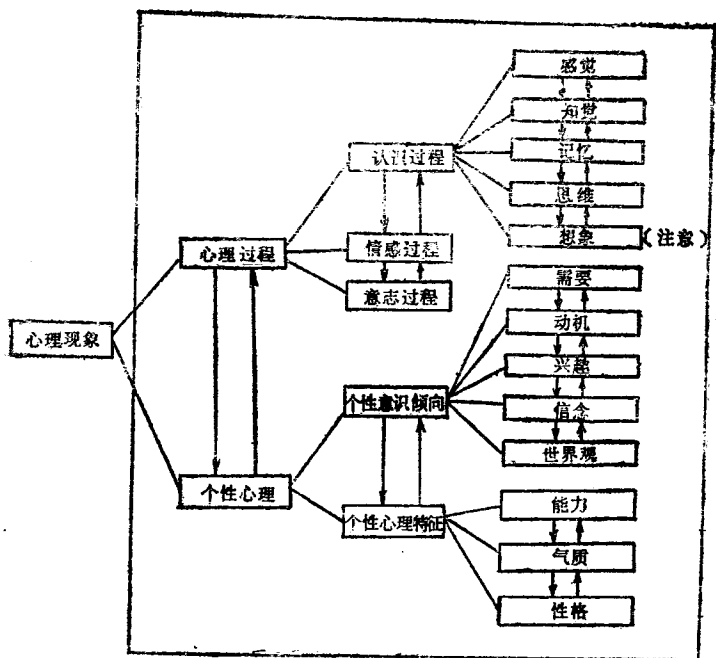
就容易形成某方面的能力。而从事某方面工作的能力越强，就越能增强某方面的动机和浓厚某方面的兴趣，进而激励更加积极地从事某方面的活动，从而又可进一步提高某方面的能力。

个性意识倾向和个性心理特征形成和发展的规律，是心理学研究的另一个重要的方面。

三、心理过程和个性心理的关系

心理过程和个性心理之间，同样也是密不可分地联系着，共同构成一个人统一的完整的心理活动。人的个性心理，是通过心理过程形成和发展起来的。离开了人对客观事物的认识，离开了人在认识客观事物基础上产生的认识，离开了人对客观事物的情绪体验和改造客观世界的意志行动，也就无法形成人的世界观、信念、兴趣、能力、性格等个性心理。同时，已经形成的个性心理，又会影响和制约人的心理过程的进行。对同一个事物，由于需要和兴趣的不同，就会对它产生不同的认识和情感。具有先人后己，助人为乐性格特征的人，在实际活动中往往表现出坚强的意志行动。事实上，既没有不受个性心理影响制约的心理过程，也没有不在心理过程中表现出来的个性心理。二者是同一现象的不可分割的两个不同方面。

总之，心理学是研究心理过程发生、发展规律和个性心理形成、发展规律，以及心理过程与个性心理相互关系规律的科学。心理学的研究范围，可以用以下图表表示。



心理学研究范围示意图

第二节 心理学的任务

任何一门科学，在确定其研究对象的同时，也就明确了研究的任务和研究的意义。

心理学研究，有以下两大任务。

一、心理学的理论任务

从理论上探讨人的心理的实质及其发生、发展的一般规

律，进而为马克思主义哲学提供科学依据。

心理学的研究在于探明：心理意识的起源，心理的实质，心理对客观事物的依存性，外界客观事物怎样引起脑的活动而产生心理现象等。对这些问题的研究，可以进一步阐明精神现象与物质世界的相互关系，可以具体证实物质第一性，意识第二性。意识是高度组织的物质的产物，是对客观现实的反映等马克思主义的基本原理。所以，心理学的研究，不仅有助于辩证唯物主义彻底粉碎唯心主义和形而上学，而且还有助于人们形成辩证唯物主义和历史唯物主义的世界观。列宁早就明确地指出：“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，列宁还把心理学列为“构成认识论和辩证法知识领域”^②之一。同时，心理学所揭示的人的心理发生、发展的规律，还为建立马列主义教育理论和培养全面发展人才提供了科学依据。因此，心理学研究的理论意义是极其深远的。

二、心理学的实践任务

从实践上探讨，各个不同实践领域的人的心理发生、发展的特殊规律，进而为提高各个实践领域的活动效率，实现四个现代化服务。

由于任何实践活动都是在人的心理活动的调节下进行的，所以为了提高各个不同实践领域的活动效率，就必须揭示各种不同实践领域中人的心理活动的特殊规律，从而根据

① 《列宁全集》，第1卷，人民出版社，1955年版，第396页。

② 《列宁全集》，第38卷，人民出版社，1959年版，第399页。

这些规律，促进有关心理活动的形成与发展，以提高相应的实践活动的效率。同时，心理科学也只有在为各个实践领域服务的过程中，才能加速自身的发展和建设。

随着科学技术的迅猛发展，人类的实践领域正在不断地扩大。所以心理学的应用范围日益广阔，逐步形成了许多分支，它们有各自不同的研究对象、任务和方法。

（一）年龄心理学

它主要研究人的心理发展的动力，以及心理过程和个性心理的年龄特点。它又可分为婴、幼儿心理学、儿童心理学、少年心理学、青年心理学、成年心理学和老年心理学。它是对各年龄阶段的人进行教育的重要依据。

（二）教育心理学

它主要研究教育过程中学生掌握知识、技能和形成道德品质的心理规律。它是教育工作者编写教材，改进教法，提高教学质量和做好学生思想品德教育工作的重要依据，为培养四化建设人才服务。

（三）劳动心理学

它主要研究生产劳动过程中人的心理活动的规律。具体研究人与机器、环境因素的相互作用，企业管理、改善劳动条件、防止工伤事故、开展劳动竞赛、以及某种职业所需心理品质等心理学问题。为维护人的健康，保证人身安全，提高劳动生产率任务。

（四）医学心理学

它主要研究人的心理活动和病理过程相互影响的规律，揭示心理因素在疾病发生、发展和诊断、治疗以及预防中的作用。心理因素既是致病的原因，又是治病的条件。医务工

作者如果能够根据患者的根据心理状态和个性特点,因人施治,除使用药物外,还有针对性地给病人心理以影响,使药物治疗与心理治疗有机结合,将收到更好的疗效。为增进人民的身体健康服务。

(五) 体育运动心理学

它主要研究体育运动、训练和竞赛过程中的心理活动特点与规律,为提高体育运动的教学质量和体育运动训练的效果服务。

(六) 艺术心理学

它主要研究艺术创作和艺术欣赏过程中的心理活动规律,研究各种艺术才能的结构与培养,为提高艺术水平和培养艺术人才服务。

(七) 社会心理学

它主要研究个体心理与社会环境(家庭、集体、阶级、民族)的相互作用,研究人与人交往中的心理现象,研究各种社会集团、集体的心理的形成及其变化,以及领导的功能等,为协调人与人之间、个人与社会之间的关系服务。

心理学的分支,除上述分支外,还有军事心理学、司法心理学、商业心理学、航天心理学,等等。心理学的分支,可以说是繁多的,涉及人类生活的各个领域。心理学的各个分支,从各个不同的角度,揭示着各个不同领域的人的心理活动的规律。它们不仅构成了心理科学的完整体系,而且为人类的整个社会生活实践服务。

心理学的理论任务和实践任务是统一的、不可分割的。理论指导实践,实践创造和丰富发展理论,理论任务和实践任务的完成是相辅相成,相互促进的。