

051
B24
Z23

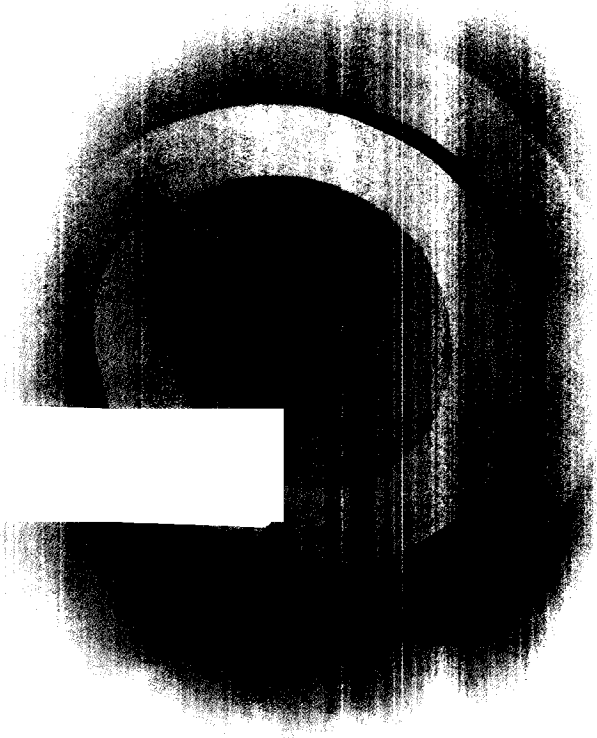
现代教育理论系列教材

实用 · 科学 · 前沿

心理学

PSYCHOLOGY

主编·张蕾 副主编·左吉玉



青岛出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学/张蕾著. —青岛:青岛出版社, 2001. 7

ISBN 7-5436-2527-X

I. 心... II. 张... III. 心理学 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 052097 号

书 名 心理学

主 编 张 蕾

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市徐州路 77 号(266071)

邮购电话 (0532)5814750 5814611—8662 5840228

责任编辑 曹永毅

装帧设计 洪 涛

印 刷 青岛新华印刷厂

出版日期 2001 年 8 月第 1 版, 2001 年 8 月第 1 次印刷

开 本 32 开(850×1168 毫米)

印 张 9.875

插 页 2

字 数 230 千字

ISBN 7-5436-2527-X/G · 948

定 价 15.00 元

前 言

为了适应素质教育对中小学教育发展的要求,为了不断更新教育理念,进一步提高中小学教师的学历水平,本着改革、求实、创新的精神,落实教育学院课程和教材改革整体部署,我们编写了这套系列教材。此教材是在广泛听取教育学院学员的建议,总结我们长期从事教育学院教育理论公共课教学的得与失,吸纳了近几年心理学研究的最新成果的基础上编写的,主要用于教育学院现代教育理论公共课教学,也可作为中小学教师和行政领导干部学习教育理论的重要参考书。

本套系列教材改革的着力点和突出特色有三:

第一,实用性。上联“专升本”考试,紧密结合教育部考试中心的考纲要求编排内容,每章后附有思考题,为有志“升本”深造的学员打下良好的心理学基础;下接中小学教育教学实际,教材致力于研究新的历史条件下困扰教师的新问题,使广大学员学有所用,用之有效。

第二,科学性。本教材以马克思主义方法论为指导,以普通心理学为主干。基本理论成熟、严谨,是学员接受继续教育,进修其他心理学、教育学专业课程的学科基础,学完此教材再学习其他专业课程,将得心应手,事半功倍。

第三,前沿性。本教材吸纳了国内外先进教育思想,反映了心理学研究的最新成果,面向 21 世纪教育发展大趋势,为正在实施的素质教育提供理论指导。

本书由张蕾任主编,负责本书大纲的设计、编排和详细提纲的审定,左吉玉任副主编。承担执笔任务的是:左吉玉(第一、七、八章)、李晖(第二章)、李莉(第三、四章)、郑航(第五章)、于霞(第六、十章)、张蕾(第九、十一章)。

本书由张蕾负责统稿、修改、定稿。

现在本书与广大读者见面了。虽然我们尽力做到编写得更好一些,但由于水平所限、时间仓促,书中难免有一些错误和不足,敬请各位专家和学习者批评指正。

在编写过程中,我们参阅和引用了国内外有关心理学教材、专著、论文的一些观点和材料,在此谨向这些文献资料的作者表示衷心的感谢!

同时,本书的编写和出版,得到了青岛教育学院领导的关怀和帮助,得到了青岛出版社领导的大力支持,在此一并表示衷心感谢!

编 者

目 录

第一章 绪 论	1
第一节 心理学研究的对象	1
第二节 心理的实质	9
第三节 心理学的性质与任务	17
第二章 动 机	21
第一节 动机、需要与兴趣	21
第二节 学习动机	29
第三节 学生学习动机的激发与培养	33
第三章 感知与注意	44
第一节 感觉与知觉的概述	44
第二节 知觉的种类与特性	49
第三节 注意	59
第四节 儿童知觉和注意的特点	65
第五节 感知规律在教学中的运用	69
阅读材料一	75
第四章 记忆与知识巩固	79
第一节 记忆的概述	79
第二节 记忆过程及其规律	83

2 心理学

第三节	记忆品质与知识巩固	93
第五章	思维与知识理解	97
第一节	思维的概述	97
第二节	思维的过程和形式	101
第三节	解决问题的思维过程	108
第四节	知识的理解	114
第五节	想象	120
第六节	青少年思维及想象特点	123
阅读材料二		130
第六章	技 能	135
第一节	技能的概述	135
第二节	操作技能的形成	139
第三节	心智技能的形成	153
第七章	能 力	162
第一节	能力的概述	162
第二节	能力的个别差异	165
第三节	智力的发展、变化	174
第四节	影响能力发展的因素	183
第五节	智力测验	186
阅读材料三		191
第八章	情绪与情感	195
第一节	情绪与情感概述	195
第二节	情绪与情感的类别	203

第三节	中小学生情绪、情感发展的特点	210
第四节	情商与情绪智能	213
阅读材料四		218
第九章	意志	221
第一节	意志概述	221
第二节	意志行动的心理过程	224
第三节	青少年意志品质的特点与培养	229
第十章	气质与性格	238
第一节	气质与性格的概述	238
第二节	气质差异及其教育	246
第三节	性格差异分析	251
第四节	性格的形成与培养	257
第五节	艾里克森的心理社会发展阶段理论	263
阅读材料五		270
第十一章	心理健康教育与心理咨询	272
第一节	心理健康	272
第二节	心理咨询	278
第三节	青少年心理健康教育	292
阅读材料六		304
主要参考书目		309

第一章 绪 论

人类对于心理现象的探究,已有两千多年的历史了。公元前4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》一书是西方最早研究心理现象的著作。但是,当时心理学的研究是在哲学的范畴中进行的,直到19世纪中叶,随着自然科学和实验方法的发展,特别是生理学的发展,才使心理学从哲学中独立出来,发展成为一门独立的科学,独立的标志就是:1879年,生理心理学家冯特在德国的莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室。所以我们说,心理学是一门既古老又年轻的科学。目前,心理科学经过120余年的发展,已经成为世界科学之林中的一棵大树,在西方社会已得到了广泛的应用和高度的重视,并将成为我国21世纪的带头学科之一。

第一节 心理学研究的对象

一、什么是心理学

心理学是研究心理现象及其规律的科学。它既研究人的心理,也研究动物的心理,但以人的心理的发生、发展的规律为主要的研究对象。

人的心理现象是最复杂、最奇妙的现象,恩格斯曾把它誉为“地球上最美的花朵”。人可以看到五彩缤纷的世界,倾听优美的音乐,记忆异常丰富的知识;能运用自己的思维去探索自然和社会的各种奥秘;人有七情六欲,能通过自主的活动来满足自己的各种需要……总之,人类关于自然和社会方面的各种知识,在认识世界、改造世界方面所取得的一切成就,都和人的心理的存在与发展分不开。

二、普通心理学的研究内容

普通心理学从两个方面来研究人的心理:一是共同的心理过程,即个体心理形成及其活动的一般过程;二是个性差异,即人与人之间在心理倾向和心理特征上的个别差异。普通心理学是心理学体系中的基础学科。

(一)心理过程

人的心理是一个动态变化的过程,包括认知过程、情感过程和意志过程。它们从不同的角度能动地反映着客观世界的事物及其关系。

1. 认识过程

这是指人在认识客观世界的过程中,为了搞清楚客观事物的性质和规律而产生的心理现象。比如,我们听到淙淙的流水声,看到光亮、颜色,尝到滋味、闻到气味、摸到物体的软硬或冷热等,这都是感觉。在这些感觉的基础上,人能辨别出是阴天下雨或是阳光灿烂;是花朵或是石头,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、物象仍然“栩栩如生”、“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、判断来认识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、血液或排泄物的化验结果,推断他体内某一器官发生了病变,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

在认识和改造主、客观事物的过程中,总是抱有一定的态度,而态度是由客体与主体的关系决定的,当客观事物符合人的需要时,人就对其抱积极态度,反之则抱消极态度。客观事物与人的关系是复杂多变的,人体验到的情绪和情感也是丰富和复杂的。凡是符合人的需要的客观事物,就会使人产生积极肯定的情绪,反之,则产生消极否定的情绪。如,事业的成功,朋友的支持,家庭的团聚,会使人感到愉快、兴奋和喜悦;而事业的失败,朋友的冷漠,家人的争吵,会使人感到沮丧、痛苦和愤怒。喜、怒、哀、乐,人皆有之,同时,责任感、义务感、是非感、好奇心、美感、自尊、自爱等也伴随着人的生活。心理学把这些统称为情绪和情感。

3. 意志过程

人不仅能认识客观世界,并对不同的事物抱有不同的情绪、情感,而且能在自己的活动中,根据对客观事物及其规律的认识,有目的、有计划地改造世界。这种自觉的能动性,是人和动物的本质区别。心理学把这种自觉地确定目的,并为实现目的而调节行为、克服内外部困难的心理过程,叫意志过程。

认识、情感和意志都有其自身的发生和发展的过程,但它们并不是彼此独立,互不联系的过程。一方面,情感和意志过程都是由认识过程派生出来的。“知之深,爱之切”,深厚、真挚的情感来源于对人、对事深刻的了解和认识;另一方面,情感和意志又对认识过程发生影响,积极乐观的情绪、坚强的意志品质能促进人们认识的

效能;相反,消极悲观的情绪、遇到挫折就灰心丧气的意志特点,会窒息人们认识与创造的热情;再者,情感与意志也有关系。情感可以成为意志行动的动力,也可以成为意志行动的阻力,而意志则可以调节和控制人的情绪和情感。

在人的各种心理活动中,还有这样一种心理现象叫做注意。它是人的心理活动对一定对象的指向和集中。例如,学生在课堂上,把心理活动指向并集中在教学活动中,他们专心致志地听教师讲课,聚精会神地作笔记,仔细地观察实验和演示,用心地思考问题,努力地完成作业。这里的“专心致志”、“聚精会神”、“仔细”、“用心”,都是注意的具体表现。注意不是一种独立的心理过程,而是伴随着心理过程的一种心理特性,是心理过程的“监督器”和“调节器”

(二)个性心理

人的心理过程只是心理现象的一个方面,是人们所共有的。由于每个人先天素质和后天生活条件不同,心理过程在每个人身上的表现也不同,这种差异性在个人身上的稳定表现,就是个性心理。俗语说“人心不同,各如其面”,指的就是个性心理,就是一个人总的心理面貌,包括个性倾向性与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,它主要包括动机、需要、兴趣、信念和世界观等心理成分。

人的一切活动,无论是简单的还是复杂的,精神的还是机体的,都是在某种心理动力的推动下进行的,这种推动人进行活动,并使活动朝向某一目标的内部动因就是动机。例如,一个人希望得到团体的承认,并希望自己在团体中具有一定的地位,这种内部动力就推动他去处理各种人际关系,成为他处理人际关系的动机。

动机的基础是人的需要,需要是个体积极性的源泉。人有生理

的需要,也有社会的需要,有物质需要也有精神需要。

兴趣是个体积极探究某种事物或进行某种活动,并从中产生积极情绪体验的心理倾向。有人喜欢唱歌,有人喜欢足球,还有人喜欢下棋……人们对这些活动心向往之,力求参与,这就是兴趣。

信念是一种坚定的认识和理念,它能使人的行为表现出坚定性和一贯性。如:“我坚信共产主义一定能实现”,这是一个信念;“我坚信这次考试一定能成功”,这也是一条信念。世界观是人对整个世界的总的一般的看法。

个性倾向性是个性心理的重要组成部分,对人的心理活动起定向和驱动作用,影响着人的心理活动的积极性水平。

2. 个性心理特征

个性心理特征是个体经常表现出来的、稳定的心理特征。它主要包括能力、气质和性格。能力是表现在完成某种活动的潜在可能性方面的特征;气质是人的心理活动和行为的动力特征,如心理活动的速度、强度、稳定性与倾向性;性格是人对客观现实的态度和相应的行为方式。个性心理特征集中地体现了人的心理活动的独特性。例如:个体观察的深刻性、全面性,记忆的敏捷性、巩固性,以及思维的灵活性方面的差异、脾气、心理的内外倾方面的差异,属于能力、气质上的差异;个体在为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,人的个性差异集中地表现在性格方面。

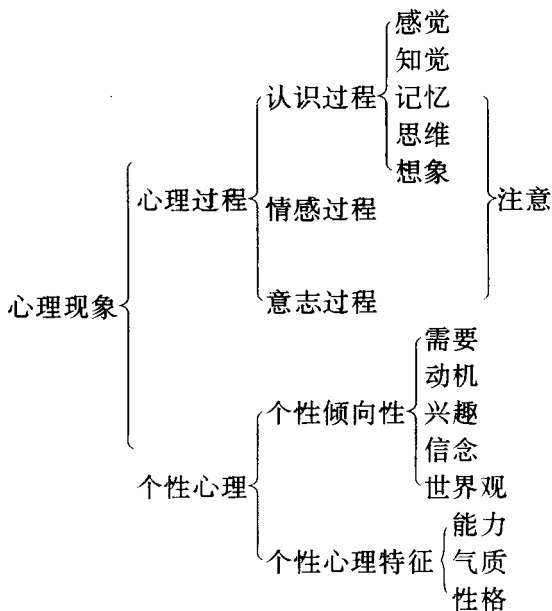
个性倾向性与个性心理特征在某一个人身上独特的、稳定的有机结合,就构成了这个人不同于其他人的个性心理。个性心理是指在一定的社会历史条件下的人所具有的个性倾向和个性心理特征的总合。

心理过程和个性心理是密切联系着的。个性心理以心理过程为基础,没有心理过程,个性心理就无从形成。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

逐渐定型化、社会化的过程。同时,已经形成的个性心理又反过来制约人的心理过程并在心理过程中表现出来。例如:不同的人,对同一首歌、同一幅画、同一部电视剧的评价、欣赏水平是不同的;一个具有勤勉勇敢性格特征的人,意志行动会表现得更为坚强。

事实上,既没有不带个性的心理过程,也没有不表现在心理过程中的个性心理,二者是整个心理现象的两个不同方面。为了深入研究人的心理现象,我们把这两个方面分开研究,但是,如果想了解一个人整个的心理面貌,必须把这两个过程结合起来进行考察。

现将普通心理学研究的内容列表如下:



三、心理科学分支简介

随着社会生产和科学研究的发展,心理学的研究与应用范围

日益扩展,在普通心理学的基础上已派生出了许多分支学科,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自己的研究对象。

1. 普通心理学

普通心理学是基础理论心理学科,是科学心理学的总论和入门学科。研究内容和结构如上所述。

2. 发展心理学

发展心理学旨在探究个体生命全程中身心变化与其年龄的关系。它包括比较心理学、儿童心理学、青年心理学、老年心理学等。其主要研究内容是:心理发展的动力和基本规律;心理发展的年龄特征;影响人的心理发展的各种因素及其相互关系;探索促进儿童心理发展的有效途径。

3. 学习心理学

学习心理学旨在探究个体经由观察或训练,行为产生持久性改变的历程与结果。学习并不限于学校中传授的知识,凡是动作、技能、语言、生活习惯、记忆、认知、思维等,均包括在学习心理学研究范围之内。学习心理学的研究有助于促进个人或学校的教学效果,有很高的应用价值。

4. 认知心理学

认知心理学是从学习心理学中分化出来的新学科,虽然只有二十多年,但后来居上,已成为理论心理学的重要学科。认知心理学旨在探究个体如何从周围世界获得知识及如何使用知识的历程。包括对事物的注意、辨别、理解、思考等复杂的心理活动。

5. 人格心理学

人格心理学旨在探究个体的人格发展与人格结构,以及影响其发展的先天与后天、遗传与环境因素。

6. 社会心理学

社会心理学旨在探究个体如何受团体的影响,以及团体中个

8 心理学

体间彼此的影响。它是一门社会性强,应用范围广的学科,是介于心理学与社会学之间的边缘学科。

7. 变态心理学

变态心理学旨在探究行为异常的类别与成因,从而建立系统理论,以作为心理诊断与治疗的依据。

8. 生理心理学

生理心理学旨在探究个体心理与其身体发育和生理功能的关系,比较集中地研究神经系统和内分泌对人的心理的影响。

9. 教育心理学

教育心理学是应用心理学中出现最早的学科,是研究教育过程中的心理现象及其变化规律的学科。在解决教育教学的实际问题的基础上,旨在建立系统的教育教学理论。

10. 咨询心理学

咨询心理学旨在帮助生活适应困难或心理异常者,了解自己、认识环境、澄清观念、解除困惑,进而革除不良习惯,重建积极的人生。

11. 消费心理学

消费心理学乃是以社会大众的消费行为为研究对象,目的在于探究消费动机、购买行为、消费资讯来源以及影响消费决策的因素等。

12. 心理测量学

心理测量学的内容包括心理测验与统计两部分,旨在研究心理测验的理论与测量工具的编制方法,并藉统计分析,以精密的数据表达测验的结果。

13. 管理心理学

管理心理学所研究的主题是团体组织中人与事的问题;从对人员个别差异的研究,到人际关系与团体效能的探讨,以促进组织发展,提升工作绩效。

14. 广告心理学

广告心理学研究的目的是,如何将产品的消息提供给大众,并引起消费者的购买意念与行动。

15. 临床心理学

临床心理学专以行为异常与心理疾病患者为研究对象,并实际从事心理疾病的诊断、治疗及预防等工作。

心理学还有体育心理学、军事心理学、犯罪心理学等许多分支,在此不一一赘述。

第二节 心理的实质

心理究竟是什么?它是怎么产生的?存在的形式以及与主客观的关系如何?这些都属于心理的实质问题。

唯心主义认为,心理是不依赖于脑而独立存在的一种东西,这种东西就是灵魂或精神。灵魂或精神与生俱来,住在人的身体里面,当人睡着或者死亡的时候,就离开了人体。他们把心理看作是不依赖于物质而存在的虚无缥缈、不可捉摸的东西;二元论者把精神和物质看成是平行的、独立存在的两个本源和实体;形而上学的机械唯物论者把人的心理看成是“照镜子”般的反映。只有辩证唯物主义才真正对人的心理的实质作出了科学解释,认为:人的心理是客观现实在人脑中的主观映像。

一、心理是脑的机能

(一)脑是心理的器官

在古代,由于科学不发达,人们认为精神状态与心脏的活动有

关,认为心脏是心理活动的器官。如果注意一下我国的文字就会发现,只要和精神活动有关的字或成语,往往都和“心”字有关,如:思、想、意、爱、恨、悔、心花怒放、心猿意马、三心二意、粗心大意等,可见,那时人们认为心脏是心理活动的器官,所以,精神活动被称为“心理”而没有被称为“脑理”。直到18世纪前后,随着经验的丰富、科学的发展,人们才逐渐认识到脑是心理的器官,心理是脑的机能。

人们在日常生活中逐渐体会到人入睡后,心脏的跳动没有变化,却不能反映外部现实;人在酒醉、作药物麻醉或脑部受伤时,心脏几乎没有变化,人的心理却不正常了,这主要是人的神经系统或人脑发生了变化。因此,人们逐渐认识到脑在心理活动中的重要地位,认识到与心理活动有关的是脑,而不是心脏。

生理解剖学,特别是临床医学的研究,促进了人们对脑机能的认识。1861年,法国著名外科医生布洛卡(Paul Broca)最早发现了大脑左半球的语言区。当时,布洛卡服务于巴黎近郊的一所医院,他遇到一位病人,其主要症状为发音器官正常,而不能言语,但可用手势作语意表达。后来这位患者死亡,经解剖后发现,他的大脑左半球额下回的神经组织已经损坏,脑的这一区域后来就被命名为“布洛卡区”,也就是“语言运动中枢”,随后,人们又发现大脑额中回的“书写中枢”,颞叶上回后部的“言语听觉中枢”等,如果这些部位受损伤,会导致患者产生不同的“失语症”。

许多生理学家、医生、心理学家采取动物脑部分切除法、微电极刺激大脑皮层等科学方法,在探讨脑的机能方面,也取得了可观的效果。1823年,德国学者弗罗伦发现动物的复杂性行为与大脑有关。1870年,弗里施和西齐格发现中央前回的躯体运动中枢。1874年,俄国生理学家贝兹在大脑皮层第五层发现了锥体细胞,主要分布在中央前回,后来还发现中央后回有支配感觉的小颗粒细胞。这些研究都进一步证明脑是心理的器官。