

普通心理学

学习与研究

刘如平 著

PUTONG XINLIXUE
XUEXI YU YANJIU

陕西人民出版社

普通心理学学习与研究

刘如平 著

江苏工业学院图书馆
藏书章

陕西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

普通心理学学习与研究 / 刘如平著. —西安: 陕西
人民出版社, 2007

ISBN 978 - 7 - 224 - 08160 - 2

I. 普… II. 刘… III. 普通心理学 - 高等学校 - 教学参
考资料 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 139170 号

普通心理学学习与研究

作 者 刘如平

出版发行 陕西人民出版社(西安北大街 147 号 邮编:710003)

印 刷 陕西省乾兴印刷厂

开 本 880mm × 1230mm 32 开 4.375 印张

字 数 105 千字

版 次 2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

印 数 1 - 2000

书 号 ISBN 978 - 7 - 224 - 08160 - 2

定 价 12.00 元

序

普通心理学是心理科学的主干、主体,是心理科学的基础学科。在普通心理学中既要说明心理学的生物学基础——反射论,又要阐述心理学的哲学基础——反映论;既要说明心理学发展的历史渊源,又要说明心理科学发展的现实状况;既要说明心理学基本研究方法、总体结构进行全面介绍,又要对心理学研究的各个课题、心理学的各个分支进行具体说明……。它包容量大,对初学者难度大,但又是初学者学习心理学的基础,是必由之路。

刘如平教授这本普通心理学学习与研究,是她 20 多年教学实践经验的总结,对初学心理学的人可以起到“先行组织者”(借美国当代认知教育心理学家奥苏贝尔语)的作用,也就是导读的作用;对比较有基础的心理学工作者,在很多问题上也可以起到启迪与交流作用,这是一本值得阅读的好书。这本书的主要特点是:

第一,全面系统。它涵盖了国内正式出版的普通心理学专著教材的各种版本和论点要点,对各个论题的重点难点都有所涉及,普通心理学体系中方方面面也都能顾全到。

第二,实践性强。这本书是笔者几十年学习、教学实践经验的总结,很多问题和论点都是从学习、教学实践中悟出来的,所以对学习者可以有针对性的进行指导。没有空话,没有虚妄的议论,是实实在在地做学问。

第三,有一定深度。此书不是普通心理学教材的重复,而是经过笔者艰苦的劳动,概括出了每章的学习目标、基本结构、学习要点、重点和难点分析。这些分析源自普通心理学又高于普通心理学(指一般教材),是一本帮助学习过普通心理学的人,可以在更

深层次、更高层次上学习心理学、研究心理学的指导用书。

第四,可读性强。此书文字通俗易懂,对心理学中的一些公认的难点,进行了精细的剖析,便于阅读,使人容易接受。

当然,不可否认任何一本书的初版,难免有些不能尽如人意的地方。如果此书在再版时能在每一章中增加一些联系实际生活、学习、工作的实例,分析作业的引导,可能更完善、全面。

欧阳苍

2007年4月

目 录

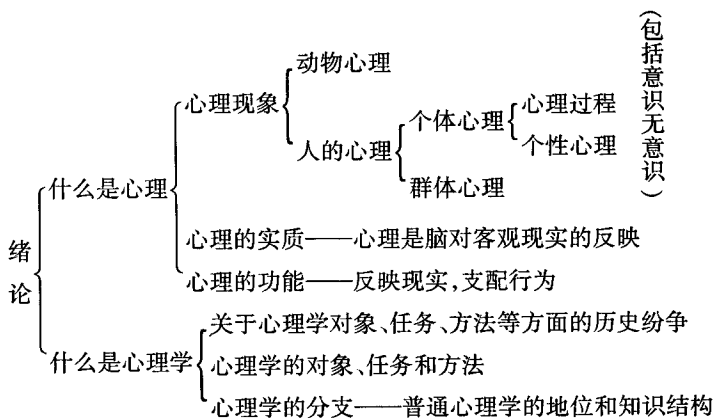
第一章 绪论	(1)
第二章 心理的神经生理机制	(8)
第三章 人类心理的起源和发展	(18)
第四章 注意	(23)
第五章 感觉	(30)
第六章 知觉	(40)
第七章 记忆	(48)
第八章 表象与想象	(59)
第九章 思维	(65)
第十章 言语	(72)
第十一章 情绪和情感	(80)
第十二章 意志	(91)
第十三章 个性与个性倾向性	(99)
第十四章 能力	(109)
第十五章 气质	(118)
第十六章 性格	(125)
主要参考文献	(131)
作者后记	(132)

第一章 绪 论

一、本章学习目标

1. 了解什么是心理;
2. 了解什么是心理学;
3. 初识心理学分支和心理学流派;
4. 明确普通心理学的地位和知识结构。

二、本章基本结构



三、本章学习要点

1. 心理学研究的对象是心理现象。心理现象从大的分类上讲,包括动物心理和人的心理。
2. 人的心理分为个体心理和群体心理。个体心理和群体心理都有意识和无意识的状态。
3. 人的个体心理包括心理过程和个性心理两个方面。心理过

程指人们共有的反映客观现实的认识、情感、意志过程。个性心理主要指人和人之间表现出的个性倾向性和个性心理特征等诸方面的差异。

4. 心理的实质必须放在心理与生物本体(身一心)、心理和客观现实(主观—客观)的关系中才能探讨清楚。心理不是超物质的,心理是脑的机能;心理也不是超现实的,心理是脑对客观现实的反映;心理又不是物质和现实本身,人的心理是人脑对客观现实的主观能动的反映。

5. 心理是刺激和行为之间的中间环节,心理的作用是反映现实刺激并据此支配行为,人的行为的复杂性是由心理的复杂性决定的。心理又通过行为表现出来,通过外部可见的现实刺激和行为反应可以推知内部的心理活动及其规律,在这个意义上,心理学又称为研究行为的科学。

6. 意识是心理发展的最高形式,也是人类心理独有的、主要的形态。但是人的心理还有无意识现象,对人的行为也有一定作用。意识与无意识心理都是心理学研究的对象。

7. 心理学有一个漫长的过去,但却仅有短暂的历史。心理学思想在中外历史上源远流长,但作为一门独立的学科诞生于19世纪。1879年德国著名心理学家冯特在德国莱比锡大学创建第一个心理学实验室,开始对心理现象进行系统的实验研究,被看做是心理学脱离哲学,走上独立发展道路的标志。

8. 自19世纪末至今,西方主要的心理学派和思潮有构造主义学派、机能主义学派、行为主义学派、格式塔学派、精神分析学派等。心理学不同学派的纷争首先表现在对心理学研究对象、研究任务、研究方法的不同主张上。这些历史纷争为心理学拥有自己的对象、任务、方法,成为一门独立科学奠定了基础,也在各自框定的基本研究范畴(也是当今心理学研究的基本领域)中积累了丰

富的研究成果。

9. 大约从 20 世纪中上期开始,各派间出现了互相吸收、互相融合的新趋势。二战后,新的心理学思潮相继产生,如认知主义思潮、人本主义思潮、建构主义思潮等。这些思潮不是以学派形式出现,而是作为一种范式、潮流、发展方向影响心理学各个领域。

10. 心理科学今天已经发展成为一棵“枝繁叶茂的大树”。这棵大树有两条深植于“土壤”的理论之“根”:一条“根”是反射论,它深植于生物的“土壤”,阐明了心理现象和有机体生理活动的互动关系;另一条“根”是反映论,它深植于现实的“土壤”,阐明了心理现象和客观现实尤其是和社会现实的互动关系。这棵大树的基础部分生长有心理学的一些基础学科和方法学科,如心理学史、生理心理学、心理统计学、心理测量学、实验心理学等。这棵大树的主干是普通心理学,它是心理学科的总学科或母学科。主干之上有两个大的分支:个体心理方向和社会心理方向。个体心理方向的众多分支与生物基础的关系更为密切,生理心理学是其支柱,有动物心理学、发展心理学、性别心理学、医学心理学、病理心理学等。社会心理方向的众多分支与现实基础的关系更为密切,社会心理学是其支柱,有教育心理学、工程心理学、军事心理学、艺术心理学、商业心理学、犯罪心理学等。今天,心理学分支已达 140 种之多。

11. 近些年有的普通心理学教材在说明心理学分支时,提出心理学的分支可作三种分类:第一,以普通心理学包括的课题分,如感知心理学,记忆心理学,思维心理学,情感心理学,人格心理学等;第二,以研究对象分,如儿童心理学,妇女心理学,老年心理学,特殊儿童心理学等;第三,以应用范围分,如教育心理学,工程心理学,体育运动心理学,文艺心理学等。今天,心理科学的发展呈现出日益分化又日益融合的趋势。

12. 心理科学总的任务是揭示心理发生发展的规律,并运用这些规律为人类实践服务。普通心理学是心理科学的总学科和入门学科。说它是总学科、母学科,是因为它研究正常成人所具有的一般的心理现象和心理规律,为其他心理学分支提供基本概念和基本原理,其他心理学分支的研究成果又不断丰富普通心理学。说它是入门学科,是因为它是心理学初学者的启蒙课程,经过普通心理学的通道可以更顺利地走入各心理学的分支。

13. 心理现象是看不见、摸不着的精神现象,要想使心理学研究所提供的事实“有目共睹”,所揭露的规律“屡试不爽”,就要坚持心理学研究的客观性和发展性的原则,还必须有具体的方法保证心理学研究的科学性。心理学常用的研究方法有观察法、实验法、测验法、调查法等。几种方法各有所长,研究时可配合使用。

四、重点难点分析

1. 人类心理的主观性和能动性

(1) 人类心理的主观性。

主观性首先指心理是一种主观精神现象而非客观物质现象;其次指人当前的心理大多有个人过去经验的参与,经验的加入可能使人的心理更广阔和深入,亦可能使人的心理走向错觉、偏见和谬误;第三指人的心理现象有较大的个体差异,反映了一个人的独特性。

(2) 人类心理的能动性。

能动性,一是指人的心理能够透过现象揭示事物的内在本质和内在联系;二是指人的心理能够根据对客观规律的认识适应和改造现实(个人现实、自然现实、社会现实),而不是盲目、被动地反映现实。

2. 意识与无意识

意识是只有人类才具有的心理现象。意识一词有多重含义:

从心理状态上讲,意识是一种清醒、警觉、觉察乃至注意集中的状态;从心理内容上讲,意识指可用语言报告出来的所思所想;从心理和行为水平上讲,意识指能自觉支配调节心理和行为的高级心理活动。

无意识指人们在正常情况下意识不到、也不能自觉调节和控制的心理现象。

意识是人类能动地认识和改造世界的主要的内部资源,但无意识对人心理和行为的影响作用也不可低估。

3. 普通心理学的知识结构

作为心理学科的总学科,普通心理学的任务有两大方面:一是探讨身心关系、主客观关系、先后天关系等基本理论问题;二是探讨人脑反映客观现实的各种心理现象的产生过程及其原因、个性差异形成发展及变化的规律等基础理论问题。概而言之,普通心理学的知识框架为:

基本 理论	{	心理学的对象、任务和方法(心理学作为一门独立学科的特殊性)
		心理的神经生理基础(身一心关系)
		心理的发生与发展(先一后天关系,主一客观关系)
基础 理论	{	心理过程(认识过程,情感过程,意志过程)
		个性心理(个性倾向性,个性心理特征)

4. 关于心理规律的理解

心理规律首先表现为心理的形成、发展、变化与诸种影响因素间的必然联系(内外关系)。

心理规律还表现为心理现象发生的内在机制与心理发展的内在逻辑(内部关系)。

根据以上理解,普通心理学各章中关于某种心理现象的内外影响因素的讨论,关于某种心理现象内在生理心理机制的讨论,都

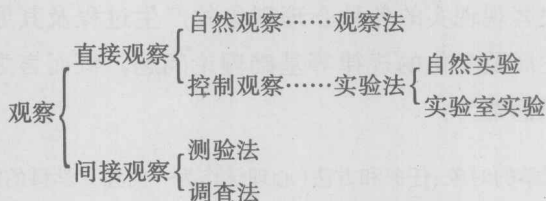
是对规律的探讨。

5. 心理学的研究方法

心理学研究的基本思路是:从可观察的被试所处的环境因素、他(她)的行为因素及已知的他(她)的身心因素推知他(她)当前的心理活动。

心理学意义上“行为”的含义比较广泛,行为反应、言语反应、表情动作都属于行为的范畴。

由此,心理学研究的方法总的来讲是观察,即由观察搜集有关事实(环境、行为、已知的身心等因素),探讨事实间的内在联系,进而揭示不可见的心理规律。由于观察的方式不同,又可分作几种具体方法:



上述几种方法各有长短,详细内容可参见各种版本的普通心理学书中所述。并且上述所举只是心理学研究的主要方法,并未囊括心理学研究方法的全部。

6. 主要心理学派别和心理学思潮之比较

心理学科诞生之初,学派林立,各家各说,纷争激烈。后来出现了互相吸收、融合的趋势,出现了具有全球意义的某些心理学思潮。各种学派、思潮在心理学研究对象、任务、方法上的区别列表于下。

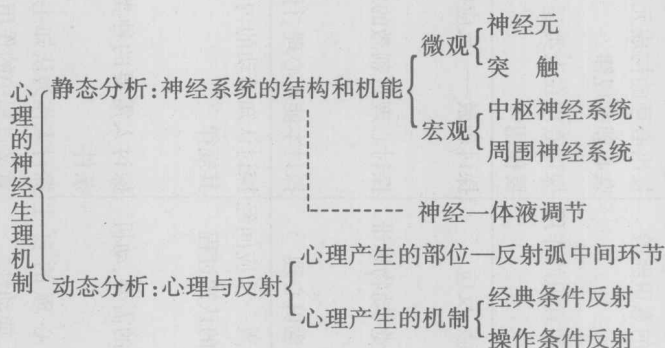
年代	学派或思潮	研究对象	研究任务	研究方法	代表人物
19 世纪末	构造主义	人的意识经验	找出心理的构成元素及其合成复杂心理的规律	实验内省法	冯特、铁欣纳
	机能主义	人的意识的作用	探讨心理在人类适应行为中的重要作用	主观观察(内省)、客观观察	詹姆斯、安吉尔
20 世纪初至 50 年代	行为主义	刺激、反应	探讨刺激——反应间的确定关系	条件反射实验	桑代克、巴甫洛夫、华生、斯金纳
	格式塔	知觉、动物思维	探讨心理对刺激的组织作用	知觉、学习实验	韦特海默、苛勒、考夫卡
	精神分析	无意识心理	探讨本能对心理、行为的决定作用	精神分析技术	弗洛伊德、荣格等
20 世纪 50 年代以来	认识思潮	刺激—反应间经历的认识过程	探讨认知活动的内部加工过程及其规律	教育实验、反应时法、语言报告法、计算机模拟	布鲁纳、奥苏贝尔、加涅
	人本主义思潮	人的需要、动机	探讨人需要的种类、层次及满足条件	调查问卷法	马斯洛、罗杰斯
	建构主义思潮	心理的自主性、能动性	探讨人作为认知主体在建构事物意义过程中的作用	各种质和量的方法	皮亚杰、维果茨基及现代建构主义者

第二章 心理的神经生理机制

一、本章学习目标

1. 理解神经元和突触的机能;
2. 清楚神经系统的基本构成及各部位的主要机能;
3. 知道大脑皮层的重要中枢和联合区;
4. 理解心理在条件反射中产生的原理;
5. 了解神经—体液调节。

二、本章基本结构



三、本章学习要点

1. 本章是从对神经系统结构和机能的分析及心理和反射关系的讨论来回答神经系统(脑)为什么能产生心理和怎样产生心理的。主要理论意义是厘清身—心关系。

2. 从微观角度讲,神经元是神经系统的基本结构单位和功能单位,具有反应(兴奋和抑制)和传导的功能;突触是神经元之间

紧密相邻的部位,主要利用化学递质实现神经元之间的信息传递和整合。人的神经系统大约有成百亿个神经元,每一个神经元上都有成千上万个突触点,神经元之间通过突触建立联系,构成了极其复杂的神经系统。

3. 从宏观角度讲,在神经系统中不同部位的神经元的集合,会形成不同的整体结构和功能。神经系统可分作中枢神经系统和周围神经系统,中枢神经系统包括脑和脊髓,整体功能是加工信息,发布指令;周围神经系统由脑神经、脊神经、植物性神经组成,整体功能是将信息上传下达。心理的产生和发展离不开中枢和周围神经系统的协同工作。

4. 大脑皮层是中枢神经系统的最高部位,也是心理产生的部位。大脑皮层既有特殊的中枢部位,又有范围很广、具有联合和整合功能的联合区。皮层上的机能系统不是空间上彼此分割,而是有所重叠。空间上的同一部位可以加入不同的机能系统,同一系统中的不同部位对同一复杂机能可能起不同的作用。

5. 从以上的静态分析可知,神经系统的结构和机能极其精细复杂,为心理活动的产生准备了物质基础。但要了解心理活动怎样在神经系统的生理活动中产生,还需要从心理与反射关系的动态分析中去追寻。

6. 反射是神经系统的基本活动方式,也是神经系统保证有机体与环境统一的重要途径。实现反射的神经结构叫反射弧,反射弧一般由感受器、传入神经、神经中枢、传出神经、效应器五个部分组成。

7. 反射弧的传导通路是非常复杂的,它既有特殊通路和非特殊通路的并行传导,又有从感受器到中枢、低级中枢到高级中枢、中枢到效应器的信息的环行传导。

8. 反射分为无条件反射和条件反射两种。无条件反射是种族

遗传下来的本能,其反射弧是先天固定好的神经联系,一遇无条件刺激即刻反应,其间不产生心理。条件反射反射弧的中间环节是后天建立的暂时神经联系,心理在这种暂时神经联系的形成中产生。

9. 大脑皮层上兴奋点之间暂时神经联系的沟通是心理产生的关键。而这种暂时神经联系的沟通是通过大脑皮层的基本神经过程——兴奋和抑制,按照扩散集中、相互诱导的规律对传入信息进行加工而实现的。大脑皮层的系统性功能使得人和动物心理活动的完整性、选择性、快速性得以实现。人的心理之所以比动物心理更主动、广阔、深刻,从生理上讲是因为人的条件反射活动是以第二信号系统为主导的两种信号系统的协同活动。

10. 高级神经活动学说发展到今天,已经能够较为合理地解释有机体反射活动的主动性和自控性。这种主动性和自控性主要是由于经验、返回内导冲动、内导作用和外导作用的统一等因素造成的。在意志的生理机制部分还有更为详尽的讨论。

11. 除神经系统外,内分泌系统也是一种整合性的调节机制。这种调节是通过内分泌腺分泌激素浸入血液或淋巴而影响有机体其他细胞的功能而实现的。内分泌腺对机体的调节作用比较缓慢和持久,对于维持机体内环境平衡和内外环境平衡有重要作用。内分泌腺活动失调、机能不足或亢进,都会直接影响有机体正常的生命活动和心理活动。

12. 主要的内分泌腺有甲状腺、副甲状腺、肾上腺、脑垂体、性腺。这些内分泌腺的活动都受到神经系统的调节和控制:一种方式是通过植物性神经系统直接支配内分泌腺,另一种方式是通过下丘脑神经核,先影响脑垂体的活动,然后由脑垂体分泌各种激素,进一步调节其他内分泌腺的活动。这种神经系统通过内分泌腺分泌激素影响各种效应器官活动的方式,称为神经—体液调节。

四、重点难点分析

1. 神经兴奋的产生及传导方式

(1) 神经兴奋的产生。

神经元受到一定强度的刺激时,一般会产生兴奋,这种兴奋表现为神经冲动。神经元是怎样由平静状态转为兴奋状态的? 这需要了解神经元的电学性质。

① 静息电位(极化状态)。

在神经元处于平静状态时,神经元膜外电位较高,膜内电位较低,存在一定的电位差,约为 -70 毫伏,称为静息膜电位。而这种膜内外两侧分为两极的状态称为极化状态。

极化状态的形成主要同离子在神经细胞内外的不均匀分布及细胞膜的通透性有关。神经元平静时,四种主要离子 Na^+ 、 K^+ 、 Cl^- 、 P^- 在神经细胞膜内外的浓度是不一样的,膜内 K^+ 、 P^- 离子浓度较高,膜外的 Na^+ 、 Cl^- 离子浓度较高。由于浓度差,会导致离子由高浓度向低浓度流动。但在静息状态下,神经细胞膜对 K^+ 有较大的通透性,对 Na^+ 通透性很差,对 P^- 则不能通过。这就造成了膜内带正电的 K^+ 倾向于向外流出,膜外带正电的 Na^+ 却不能向膜内流入与 K^+ 交换。由于离子浓度差,膜内 K^+ 向膜外透出,由于电位差,膜外 K^+ 又倾向于向膜内透入,当 K^+ 向膜外透出和向膜内透入的速度相等,形成电——化学平衡时,膜内外电位差为 -70 毫伏,即静息电位。

② 动作电位(除极化状态和复极化状态)。

当神经细胞某一部位受到足够强的刺激时,这个部位膜的通透性会发生突然变化,特别表现为对 Na^+ 的通透性增大, Na^+ 快速内流,以致造成电位倒转即原来的电位差由减小到消失(除极化),甚至暂时膜内电位高于膜外电位($+30 \sim +40$ 毫伏),这种电位差的突然逆转使神经元产生锋形电位,构成动作电位的上升支。