



二十一世纪高等院校系列教材

XINLIXUE

JICHU JIAOCHENG

心理学基础教程

主编 张文婷



新华出版社

二十一世纪高等院校系列教材

心理学基础教程

主 编 张文婷

副主编 李志凯 徐献红 吴成宝

编 委 李朝军 屈战伟 卢 宇

新 华 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据
心理学基础教程 / 张文婷主编. — 北京: 新华出版社, 2008. 3

ISBN 978-7-5011-8297-8

I. 心… II. 张… III. 心理学—高等学校—教材 IV. B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第024284号

心理学基础教程

主 编: 张文婷

责任编辑: 王 丽

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路8号

网 址: <http://www.xinhupub.com>

邮 编: 100040

经 销: 新华书店

印 刷: 郑州宏达印务有限公司

开 本: 787mm×960mm 1/16

印 张: 22.25

字 数: 470千字

版 次: 2008年3月第1版

印 次: 2008年3月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5011-8297-8

定 价: 32.00元

(本书封底贴有防伪标签, 无标签者均为盗版)

前 言

本书是为高等院校师范专业公共心理学课而编写的教材,也可作为在职中小学教师学历进修以及非师范专业毕业生申请教师资格考试的教材或重要参考书。本书立足于师范专业的特点和实际,以培养合格的师范毕业生为目标,在阐明普通心理学基本理论的基础上,着重联系少年儿童心理特点,阐述了发展心理学、教育心理学、社会心理学和心理健康教育中与师范教育密切相关的内容。本书既注意了学科体系的完整,吸收了一些国内外较新的心理科研成果,又注重内容的实用性和针对性,在文字上深入浅出,通俗易懂。在编写中做到理论性与实用性相统一,学术性与可读性相统一。

在编写体例、结构、内容和详略安排等方面作了一些新的尝试与改进。本书每章写作体例为“内容摘要”、“学习目标”、“关键词”、“正文”、“学习评价”和“阅读材料”。其中,“内容摘要”旨在让学生对本章内容有一个概括的了解。“学习目标”旨在说明本章学习所要达到的基本指标。“关键词”旨在提炼出反映本章脉络的重要词语。“正文”注意内容的科学性和文字的可读性,力求处理好系统性和针对性的关系,以实现其理论性和应用性在新的高度和水平上的兼容和结合。同时,注意吸收国内外一些最新的研究成果,以体现教材的时代性。“学习评价”旨在帮助学生消化理解本章的主要内容,明确不同教学目标的教学要求,确定重点。“阅读材料”提供了与各章相关的问题或事例,以满足学生拓宽知识视野、深入研究的愿望。

本书由张文婷草拟提纲、主持编写。各章的执笔人如下:张文婷(第十三章、第十五章、第十七章);李志凯(第二章、第五章、第六章);徐献红(第一章、第三章、第四章);吴成宝(第十六章);李朝军(第七章、第八章、第九章);屈战伟(第十章、第十一章、第十二章);卢宇(第十四章)。全书由张文婷、李志凯、徐献红共同负责统稿、校阅。

在本书的编写过程中,我们借鉴、参考和引用了国内外相关的研究成果,在此谨对这些成果的著作权人和作者们表示最诚挚的谢意和敬意。

由于本书编写时间仓促,加之我们的水平所限,书中难免存在不妥和错误之处,恳请专家、同行和广大读者批评指正,以便使之日臻完善。

编 者

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 心理学的研究对象	(1)
第二节 学习和研究心理学的意义	(5)
第三节 研究心理学的原则与方法	(6)
第二章 心理的实质	(14)
第一节 唯心主义和唯物主义的心理观	(14)
第二节 心理是脑的机能	(16)
第三节 心理是客观现实的反映	(23)
第三章 注 意	(27)
第一节 注意的概述	(27)
第二节 注意的分类	(30)
第三节 注意的品质及其培养	(35)
第四节 中小学生注意的特点	(40)
第五节 注意规律在教学中的应用	(44)
第四章 感觉和知觉	(49)
第一节 感觉和知觉的概述	(50)
第二节 感觉和知觉的基本规律	(58)
第三节 中小学生感知的特点	(65)
第四节 感知规律在教学中的应用	(70)
第五章 记 忆	(76)
第一节 记忆的概述	(77)
第二节 记忆过程分析	(82)
第三节 中小学生记忆的特点	(88)
第四节 记忆的规律在教学中的运用	(91)
第六章 思维与想象	(101)
第一节 思维的概述	(101)
第二节 思维的种类和品质	(107)
第三节 问题解决与思维	(110)
第四节 想象的概述	(117)

第五节 创造性思维	(120)
第六节 思维、想象与中小学教育教学	(123)
第七章 情绪与情感	(130)
第一节 情绪、情感的概述	(130)
第二节 情绪、情感的种类	(135)
第三节 情绪、情感与中小学教育教学	(139)
第八章 意 志	(146)
第一节 意志的概述	(146)
第二节 意志行动的心理分析	(149)
第三节 意志的品质	(152)
第四节 意志与中小学教育教学	(154)
第九章 个性和个性倾向性	(160)
第一节 个性概述	(161)
第二节 需 要	(164)
第三节 动 机	(168)
第四节 兴 趣	(173)
第十章 能 力	(180)
第一节 能力概述	(181)
第二节 能力的个别差异	(184)
第三节 能力的测量	(186)
第四节 影响能力形成的因素与能力的培养	(189)
第十一章 气 质	(195)
第一节 气质概述	(196)
第二节 气质类型与气质测量	(199)
第三节 气质与教育工作	(204)
第十二章 性 格	(208)
第一节 性格概述	(208)
第二节 性格的类型及评定	(214)
第三节 性格的形成与培养	(218)
第十三章 青少年儿童的心理发展与教育	(230)
第一节 个体的心理发展与青少年社会化概述	(231)
第二节 童年期学生的身心发展特点与教育	(232)
第三节 少年期学生的身心发展特点与教育	(236)
第四节 青年初期学生的心理发展与教育	(243)

第十四章 品德心理	(251)
第一节 品德的概述	(252)
第二节 学生品德培养途径的心理分析	(254)
第三节 学生品德行为的分析	(261)
第四节 学生品德不良的成因与矫正	(264)
第十五章 学习心理	(269)
第一节 学习心理概述	(269)
第二节 知识的学习	(275)
第三节 技能的学习	(280)
第四节 学习的迁移	(289)
第十六章 学生群体心理	(297)
第一节 群体心理	(297)
第二节 人际关系与人际交往	(304)
第十七章 心理卫生	(313)
第一节 心理卫生的概述	(313)
第二节 心理健康	(316)
第三节 心理咨询	(326)
参考书目	(344)

第一章

绪论

【内容摘要】

1879年冯特建立世界上第一个心理学实验室,标志着科学心理学的诞生。心理学是研究人的心理现象的发生、发展及其规律的科学。心理现象一般分为心理过程与个性心理两大方面。学习和研究心理学应坚持辩证唯物主义与历史唯物主义的指导思想,遵循客观性、发展性、系统性、实践性和教育性原则,采用观察法、实验法、测量法等研究方法。

【学习目标】

- 了解心理学的研究对象。
- 明确学习心理学的意义。
- 懂得研究心理学应遵循的原则。
- 知晓研究心理学的各种方法。

【关键词】

心理学 研究对象 学习意义 研究原则 研究方法

第一节 心理学的研究对象

心理学是一门既很古老又很年轻的科学。说它古老是因为它的历史源远流长。早在公元前5、6世纪,我国古代思想家和教育家孔子(前551年~前479年)在《论语》一书中,对人和人之间的心理差异、学习中的心理问题、德育心理和教师心理等,做了很多有价值的论述。稍后,古希腊学者亚里士多德(Aristotle,前384年~前322年)在他的《灵魂论》一书中对心理现象作了系统的阐述。该书可以说是人类文明史上较早的一部系统的心理学专著。我国古代也有一

些著名的学者对人的心理现象作出了杰出的论述。如:荀况(约前 313 年~前 238 年)认为先有身体而后才有精神,精神依附于身体。王充(27 年~约 97 年)在《论死篇》中指出:“人,物也,物亦物也,物死不为鬼。人死何故独能为鬼?”范缜(约 450 年~约 510 年)明确地认为身体是主体,而精神只是身体的作用。1590 年,德国麻堡大学教授葛克尔率先用《心理学》表明自己的著作。但此时心理学仍未成为独立的学科。在 19 世纪中叶以前,心理学都是包含在哲学之中的。人们对心理现象的研究和探索,只是停留在现象的描述和主观臆测方面。自 1879 年德国心理学家冯特(Wundt, Wilhelm, 1832~1920 年)在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室开始,才形成了注重实验、实证的科学心理学的传统,心理学才成为一门独立的科学,从哲学的母体中分化出来。从此,人们都把 1879 年作为科学心理学诞生的一年,把冯特称为科学心理学的创始人。

任何一门科学都有自己特定的研究对象和探索领域,它揭示自己探索领域内的事物或现象本身所固有的规律,从而达到为社会实践服务的目的,心理学也不例外。心理学是研究人的心理现象的发生、发展及其规律的科学。

人的心理现象也就是心理活动,是大家最熟悉的,无论在学习、工作中,还是在娱乐、休息中,每个人都会有种种心理活动产生。正是在心理活动的支配与调节下,我们才能进行各种活动,实现活动的目的。因此,在一定意义上,心理活动是我们第一个直接接触、认识和体验的现实。但是,心理又是宇宙间最复杂而又最奥妙的现象之一,恩格斯曾把它誉为“物质的最高的精华”。心理现象丰富多彩,绚丽多姿,表现形式多种多样,一般把它分为心理过程与个性心理两大方面。

一、心理过程

心理过程是指人对现实的反映过程,是一个人心理现象的动态过程,包括认识过程、情感过程和意志过程。

(一) 认识过程

认识过程是人的最基本的心理过程,它是人脑对客观事物的属性及其规律的认识,包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等。

感觉和知觉是初级的心理现象,通常合称为感知。通过感知,人们完成对客观事物的外部特征的认识。感觉所反映的是直接作用于人的感觉器官(眼、耳、鼻、舌、皮肤)的事物的个别属性。如,眼睛反映事物的颜色、形状等属性,形成视觉;耳反映事物的声波属性,形成听觉,等等。把各种感觉对事物个别属性的反映综合起来,形成对直接作用于感觉器官的事物的外部特征、表面现象的整体反映的心理现象叫做知觉。可见,感觉是知觉的基础,知觉是感觉的综合与发展。感觉和知觉虽属初级的心理现象,但它们是人的认识心理的开端,感知是形成感性认识所必不可少的心理现象。

感知对事物反映的结果,只有在头脑中保存下来,才能成为精神财富,才能成为人们形成理性认识的基础。具有贮存以往的认识结果、经验这一功能的心理现象叫做记忆。记忆不仅反映

感知的结果,也同样反映思维、想象、动作、情感等活动的结果。离开记忆,感性认识向理性认识的过渡就会中断,心理现象由低级向高级发展就不可能进行。记忆所储存的内容有两类,一是感知过的事物的形象在头脑中的反映,这叫表象;一是由抽象的词和语言。人们头脑中保存的事物的形象和抽象的词、语言,是人们进行抽象概括的基础,表象还是想象的基本成分。因而,好的记忆力是好的组织管理能力的重要组成部分。

想象与思维同属于高级的认识心理现象,所不同的是,想象是以形象的形式反映客观世界,思维则是以概念、判断、推理的形式反映客观世界。想象是对记忆中所经历的事物形象进行加工改造,从而形成新形象的心理活动过程。如:作家构思作品,设计师、发明家构思新产品,学生读小说、读历史时头脑中形成一幅幅景象等,都是想象的表现。思维则是大脑对事物的内在规律和本质属性的反映。这种反映的特点是概括性和间接性,即它总是反映一类事物的共同本质属性和事物的规律性,这种反映又总是借助言语间接地进行的。思维反映感知所无法反映的事物的本质属性和内在规律性,并以此为根据,推知不在眼前的事物的存在、过去的变化和未来的发展,从而使人类认识世界、改造世界的能力得到极大地增强。思维是心理的认识过程的核心,思维能力在人的智力活动中占据重要地位。无论在政治方面、军事方面,还是在经济方面、企业管理方面,凡杰出的领导人、管理者,都必然具有思维能力很强的认识特征。

还有一种心理现象叫注意。它与人的心理过程,特别是与认识过程紧密相连,但它又不是一个人独立的心理过程,在心理学上称它为各种心理过程所伴随的一种心理特性。就是说,注意虽不是一种独立的心理过程,但感知、思维、想象等各种心理过程都不能离开注意而进行。一个人的注意品质的优劣,在很大程度上制约着他的认识效果和活动效率。

(二)情感过程

情感过程是个体在实践过程中对事物的态度体验。人在认识客观世界的时候,并不是无动于衷、冷漠无情的,总是要对之采取一定的态度,产生某种主观体验,如获得学习成功的喜悦,失去亲人的悲伤,对不道德行为的憎恨,对祖国名山大川的赞美,等等。据说,1824年5月,贝多芬的《D调弥撒曲》和《第九交响曲》在维也纳第一次演奏,当这两首充满爱国之情的交响曲演奏一结束,全场就响起了经久不息的掌声,在场的许多人都感动得泪流满面,巨大的成功、震撼人心的场面,使贝多芬激动得不省人事。这种强烈的激情就是情感的体现。

(三)意志过程

意志过程是个体自觉地确定目的,并根据目的调节支配自身的行动,克服困难去实现预定目标的心理过程。人对客观事物不仅要感受它,认识它,同时还要处理它并改造它。人们在认识世界与改造世界的过程中,必须有明确的目标,还要制订计划,选择方法,克服种种困难,最终才能实现预定目标。在我们的学习和工作中,通常不是一帆风顺的,总会遇到这样那样的困难,常言道“不如意事常八九”,但我们不能半途而废,要迎着困难上,不达目的决不罢休,这就要启动人的意志过程。

认识、情感与意志这三者不是彼此孤立的,而是相互联系、相互制约的。一方面,认识是情感和意志的基础,只有正确与深刻的认识,才能产生强烈的情感和坚强的意志,所谓“知之深,则爱之切”;另一方面,情感和意志又会影响认识活动的进行与发展,因为情感和意志既在人的认识中起过滤和动力的作用,又是衡量人的认识水平的一个重要标志。同样,情感也会对意志行为产生推动作用,而意志行为又会有利于丰富和升华情感。因此,各种心理过程及其相互关系是心理学研究的一个重要内容。

二、个性心理

个性心理指一个人在社会生活实践中形成的相对稳定的各种心理现象的总和。它包括个性倾向性和个性心理特征两方面。

(一) 个性倾向性

个性倾向性是关于人的行为活动动力方面的心理特征,包括需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观等。个性倾向性决定着人对现实的态度,决定着人对认识和活动对象的趋向和选择,是个性结构中最活跃的因素。它制约着所有的心理活动,表现出个性的积极性和个性的社会实质。

(二) 个性心理特征

个性心理特征是个人身上经常表现出来的稳定的心理特征。它集中反映了人的心理活动的独特性,包括能力、气质和性格。如有的人观察细致入微,有的人想象力奇特,有的人擅长语言表达,有的人音乐上显露才华,这是能力上的差异;在性情、脾气方面,有的人活泼好动,有的人沉默寡言,有的人反应敏捷,有的人反应缓慢,有的人暴躁,有的人温柔,这都是气质上的差异;在对人对事上,有的人朴实肯干,有的人懒散拖拉,有的人大公无私,有的人斤斤计较,等等,这是性格上的差异。性格是个性心理特征中的核心,它反映一个人的基本精神面貌。

心理现象虽然分为心理过程和个性心理两方面,但它们是密切联系不可分割的:一方面,个性心理是通过心理过程形成的,如果没有对客观现实的认识,没有对外界事物的情感体验,没有对客观事物的积极改造的意志行动,人的性格、能力、信念、世界观是不可能实现的;另一方面,已形成的个性又影响着心理过程,并在心理过程中得以表现,使人的各种心理过程总带有个人的色彩。事实上,既没有不带个性特征的心理过程,也没有不表现在心理过程中的个性特征,二者是同一现象的两个方面。

现将心理现象的具体结构用图 1-1 表示:

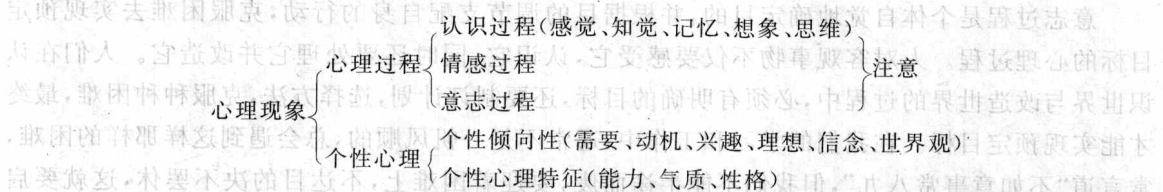


图 1-1 心理现象的结构

第二节 学习和研究心理学的意义

研究心理学的目的在于探明心理现象的规律,这在理论上和实践上都有重大意义。

一、理论意义

学习心理学对于人们掌握哲学的基本原理,自觉地树立辩证唯物主义与历史唯物主义世界观具有十分重要的意义。心理学的研究对象与哲学基本问题息息相关。心理学通过深入揭示心理、意识与脑及外部世界的关系,不仅为辩证唯物主义关于物质第一性和意识第二性提供了科学依据,也为历史唯物主义关于社会存在决定社会意识的原理提供了科学依据。心理学要探讨人脑反映客观世界的各种形式及其产生过程。因此,列宁把心理学看做是“认识论和辩证法应当从中形成的知识领域”之一。

学习心理学有助于抵制和克服各种唯心主义思想的影响。科学的心理学是在精神领域中纠正偏见、破除迷信、反对愚昧和神秘主义的有力的理论武器。列宁很明确地指出:“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。”

学习心理学有助于学好自然辩证法、现代哲学、逻辑学、伦理学和美学等学科。作为自然科学与社会科学中介的心理学对于学习这些学科有着重要的指导作用,心理学对其他邻近学科,如政治学、经济学、教育学、文学、语言学、艺术、体育等都具有一定的理论意义。

二、实践意义

人的任何实践活动都是在人的心理活动调节下完成的。因此,必须遵循人的心理活动的规律才能提高人的实践活动的效果。心理学也正是以提供人的心理活动规律的知识来为人类各个实践领域服务的。

心理学作为师范院校的一门重要学科,它对提高师范生未来从事学校的教育和教学工作有着重要作用。心理学研究学生认识活动、情感、意志以及个性特征的形成和发展的规律,研究学生的年龄特点及其在教育、教学条件下的心理活动规律,这些知识对于指导教育、教学工作,着眼于素质教育都是必不可少的。未来的教师只有掌握学生心理活动的规律,准确地了解学生的心理发展水平和年龄特点,预见学生发展的前景,才能有针对性地采取教育与教学措施,取得良好的教育效果。

心理学提供感觉、知觉、注意、思维、意志、情感、动机、性格、气质和形成技能等方面的规律性知识,对于改进劳动工具、提高生产技术、改进操作方法、完善劳动技能、健全劳动组织、防止事故发生,从而提高劳动生产率是十分必要的。

心理因素与人的身体健康关系密切。有些心理因素是某些疾病的致病原因;有些心理因素也是治病、防病的根据。具有心理卫生和心理治疗的知识,有助于促进人的心理的健康发展和疾病的治愈。

心理学知识在实践领域的作用并不限于教育、生产劳动和医疗方面。今天,由于心理学各分支的形成,实际上,它对各个实践领域的工作都具有指导意义。在我国,心理学为社会主义物质文明和精神文明建设服务的实践领域日益宽广。下面介绍心理学的主要分支:

普通心理学是依据并归纳心理学在各个方面的研究成果,阐明心理现象中最基本的事实与一般问题,探讨心理活动的普遍规律。由于它具有总体性、概括性,所以成为各心理学分支的基础和初学者的入门向导。普通心理学可细分为感知觉心理学、记忆心理学、思维心理学、情感心理学、个性心理学,等等。

发展心理学主要包括比较心理学和个体发展心理学两门学科。前者是研究物种在演化过程中心理发生、发展的事实与规律的学科。后者是研究个体从出生到成年心理发生、发展的规律及其各年龄阶段心理特点的学科。个体发展心理学主要包括儿童心理学、青年心理学(成年心理学)等。

教育心理学是研究教育过程中所包含的各种心理现象,揭示教育同心理发展的相互关系的一门学科。它不仅从理论上阐明人类学习的本质、过程与普遍规律,而且要具体地探索学生掌握知识、发展智能、形成品格的规律,以及教育者依据这些规律合理地组织教学与教育活动的方法及应有的品质等。教育心理学也可以细分为学科心理学、教师心理学、教学心理学、品德心理学等。

社会心理学是研究个人及群体在相互交往中出现的各种社会心理现象及其产生、变化规律的学科。社会心理学既研究大团体中的心理现象,如社会情绪、民族心理、宗教心理等;也研究小团体心理,如团体气氛、心理相容、团体的价值定向等;同时还研究个体的社会心理问题,人的自我评价、自尊、自重等。社会心理学又可细分为大众心理学、群体心理学、人际关系心理学等。

生理心理学,研究心理现象的生理机制,从而揭示大脑反映过程的秘密。

此外,还有劳动心理学、体育运动心理学、医学心理学、军事心理学、艺术心理学、司法心理学、管理心理学、商业心理学、旅游心理学、市场心理学、消费心理学等。随着我国改革开放的日益深入,我国的经济发展日益昌盛,心理学必将为我国建设事业作出更多贡献。

第三节 研究心理学的原则与方法

人的心理现象是最复杂的现象,也是最难被人认识 and 理解的领域。因此,没有一个正确的指导思想和科学的方法论,就很难使心理学的研究达到科学的地步。心理学只有坚持辩证唯物主义为其方法论,才能掌握人的心理发生和发展的规律。恩格斯指出:“要精确地描绘宇宙、宇宙的发展和人类的发展,以及这种发展在人们头脑中的反映,就只有用辩证的方法……”

一、心理学研究方法的理论基础

从方法论的角度认识科学研究的方法,一般可概括为三个层次。最低层次的方法就是具体

的研究方法,譬如:观察法、实验法、个案法、作品分析法,等等。把具体的研究方法加以抽象概括,就是第二个层次的方法,叫做工具性方法论,譬如:归纳法、演绎法、类比法,等等,这是着眼于思维操作过程的一个层次。最高层次的方法就是哲理性方法论,譬如:唯物主义或唯心主义,辩证唯物主义的方法或机械主义的方法,等等,它们决定着整个方法论的指导思想。

中国心理科学尽管起步较晚,且饱经坎坷,但目前国内的绝大部分心理学家对心理学方法论已形成共识:辩证唯物主义与历史唯物主义既是科学心理学研究方法的理论基础,又是选择具体研究方法的指导思想。心理学只有坚持这一指导思想,才能科学地确定心理学的对象、任务和方法,才能正确地掌握人心理现象发生、发展和变化的根本规律。

二、心理学研究应遵循的基本原则

(一)客观性原则

所谓客观性原则,就是坚持实事求是的态度,对任何事物必须按照它的本来面貌实实在在地去考察。任何一个有成就的科学家,不论中国的、外国的、现代的、古代的,也不论是研究自然科学的,还是研究社会科学、人文科学的,在他们的研究中,都坚持了这一原则。有些外国的或古代的科学家,特别是一些自然科学家,他们对待人生的观点可能是唯心主义的或者是宿命论的,但是他们治学上却必然是坚持客观性原则、坚持唯物主义、坚持实事求是,否则他们便不会成功。

在心理学研究中坚持客观性原则,就是对任何心理现象必须按照其本来面貌去考察,必须在人的生活过程和其他活动中进行研究,因为心理现象是人脑在人的社会实践活动中对外部客观事物的反映。在研究人的心理活动时,采取客观性原则不仅是非常必要的,而且是完全可能的。任何心理活动都是人脑对客观事物的反映,是由客观事物直接或者间接引起,通过人的一系列生理变化来实现,并在人的实践活动中表现出来的。人的心理活动,不论怎样复杂,也不管他做出多少假象和掩饰,终究在外部活动中会有所表现,在内部的生理活动中特别是神经生理活动中也会有所反应。因此,在研究人的心理现象时,必须坚决反对从主观臆测出发进行的任何虚构和猜想,要认真地从心理活动发生、发展,及其所依存的那些客观条件、外部物质变化过程去揭示心理现象发生、发展、变化的客观规律。

(二)发展性原则

世界上一切事物,都处在不断地运动、发展、变化之中,这是事物的基本规律和特性,是事物之间相互制约、相互影响、相互作用的结果。人的心理是人脑对客观现实的反映,人周围的客观现实在不断地运动、变化,人脑也在不断地运动、变化,人的心理也必然是不断地运动、变化和发展的。所以,在研究心理现象时,必须坚持发展性原则,不能凝固地、呆滞地看问题。人类的心理是由动物心理逐渐演化而来的,研究动物心理,特别是高等动物心理的发展,有助于更好地了解人类心理的起源、形成、发展演化过程。研究社会历史发展过程中人的心理的变化,可以揭示人类心理的历史发展规律,并说明不同的社会历史生活条件对人心理的不同影

响。研究个体在不同年龄阶段的心理活动的发展变化,可阐明人的出生、成长、衰老的整个发育过程的心理变化规律。

(三) 系统性原则

系统性原则是指在心理学研究中要坚持整体的观点、系统的观点。在研究中既要对人的心理现象进行多层次、多水平、多角度的系统的分析,又要对各种心理现象及其形成的因素之间的相互联系、相互作用的关系进行系统的整体研究。这也是系统论在心理学研究中的具体运用。

人的心理活动是一个开放的、不断与外界发生联系的动态的大系统,在这个大系统中又分出若干个子系统,诸如人的心理与生理(发生活动的物质本体与反映)的关系系统,人的心理活动与客观现实(被反映的物质世界与反映)的关系系统,人的心理活动与行为活动(人的心理与外部行为活动)的调节关系系统,等等。总之,在心理学研究中必须坚持整体论、系统论的观点,克服把任何心理活动割裂开来、孤立地进行研究的错误做法。

(四) 实践性原则

实践性原则一方面要求心理学研究实践中出现的心理方面的问题,另一方面要求将心理学的研究成果应用于实践。心理学的研究成果只有在实践中才能体现其价值。心理学的研究若脱离了实践,将不会有任何收效。

(五) 教育性原则

教育性原则强调,研究学生心理的目的是为了更好地教育学生,其研究成果要为培养学生的全面素质服务,为提高教育、教学质量服务。因此,要求研究工作者不仅要在选题与设计研究方案方面应考虑教育意义,而且在实施研究的过程中,也要做出表率,给学生留下良好的教育影响,绝不允许给他们的身心造成任何伤害。

三、心理学研究的主要方法

心理学研究方法很多,其中主要有观察法、实验法、测量法,此外还有谈话法、作品分析法、问卷法、模拟法、个案法、教育经验总结法、跨文化研究法,等等。在研究中选用哪一种方法,主要取决于研究任务。

(一) 观察法

观察法是心理学研究中常用的方法之一,是在自然情况下,有目的、有计划地观察被试外部行为活动表现,从而推断、分析其心理活动规律的方法。观察者根据自己的观察目的提出观察的具体任务,拟定观察实施计划,并详细记录被观察者在不同情况下的具体表现,再据此分析被观察者的心理规律。进化论的创始人达尔文(Darwin. C. R, 1809年~1882年)研究动物、植物的演化过程主要用的就是观察法,他的心理学著作《一个婴儿的生活概述》,运用的主要是观察法。我国现代心理学家陈鹤琴(1892年~1982年)的《一个儿童发展的程序》,运用的也主要是观察法。这些可以作为我们运用观察法研究儿童心理发展的典范。

观察法具有以下特点:第一,是在自然条件下进行的。观察者不改变被观察者日常生活的条件,对其行为活动也不进行干涉,使被观察者不对自己作为观察对象有所觉察,观察者只是作为旁观者等待某种心理现象的出现,是比较自然和真实的。第二,观察法是有准备、有目的、有计划进行的。它不同于在日常生活中随时随地的、偶然的、片断的观察,所以要求观察者必须具备一定的知识和技能。例如,如何识别和记录被观察者的某些外部活动,如何正确地分析和说明外部行为活动和心理现象的关系,等等,有时候还需要借助一定的仪器和设备,像照相机、录像机、录音机、单向玻璃,等等。第三,根据观察的目的和任务不同,可以确定不同的观察内容。例如,可以有选择地在一定时间内只观察那些与研究任务有关的某些事物或某种活动,记录那些与心理活动有关的表现。像通过学生在课堂教学中的学习活动,观察他的注意力的表现;通过学生选择阅读课外读物的活动,观察他的兴趣;通过学生参加游戏活动的表现,观察其性格特点,等等。也可以对被观察者进行全面观察,在一定时间内把被观察者的全部行为活动、具体动作,乃至语言、表情等全面记录下来,再从中综合分析被观察者的心理现象。还可以对某个或某些被观察者连续进行较长时间(几年、十几年乃至几十年)的观察,以求全面、系统地研究其心理活动的发展变化规律。

(二) 实验法

实验法在许多自然科学采用的方法,也是心理学研究的主要方法之一。实验法是有目的地创设、改变或控制某些条件,主动地引起或改变被试的某种心理现象,从而对其进行分析研究的方法。实验法的创立和采用,是心理科学发展史上的转折点,也是科学心理学诞生的标志,是心理学研究方法的一次革命。它不仅推动了心理学成为一门独立的学科,而且促进了现代心理科学的飞速发展。目前,许多心理学实验研究的科学成果,已广泛被应用到教育、医疗、工程、航空、航天、体育等领域中,还与控制论、信息论、系统论、耗散结构论、科学学、创造学相互结合,在许多新的科学领域中显示出心理实验的真正价值。

实验法有以下几个特点:第一,研究者处于完全主动的地位,可以有目的、有计划地引起、控制或改变某种心理现象的出现,不需要消极地等待它的发生;第二,实验者可以控制一切偶然因素的干扰,排除一切与研究对象、研究任务无关的因素的影响,使研究过程保持正常、稳定状态;第三,研究者可以通过控制、改变各种条件、多次重复地进行同一种或类似的实验,验证条件与现象之间的函数关系,从而科学地把握某种心理现象发生、发展和变化的规律。从对实验法特点的分析中,可以看出它的主要优点是对实验条件能够严格控制,实验结果有较高的精确度。但是其局限性也是显然的,因为人的复杂的心理现象,如性格、应激等,如果在实验室进行实验,既不容易创造条件,也不利于身心健康;由于实验室的特殊环境,也容易引起被试的紧张、失常、戒备的心态,这些对研究工作是不利的。

如果更精确地分类,前面谈的实验法着重讲的是实验室实验。还有适当控制条件的另一种实验法是自然实验法。

1. 实验室实验法

实验室实验法是在专门的实验室内运用仪器,严格控制实验条件以研究心理活动的规律的方法。实验室实验法对研究人的心理过程,如感觉、知觉、记忆等。能显示出它的优越性,但对复杂的心理活动,如性格、意志等,使用实验室实验法则较为困难。

实验室的实验结果往往与实际生活中的心理现象有一定距离。因此,将它的结果用以指导生活实践也有一定的局限性。

2. 自然实验法

自然实验法是在日常活动中,适当控制某些条件并能结合日常业务工作而研究心理现象的方法。

由于自然实验法能把心理学研究与平时的业务工作结合起来,而且研究的问题来自实际,所以具有直接的实践意义。同时自然实验法是日常生活中不影响被试的正常活动的前提下,在比较自然的情况下进行的,所以其兼有实验和观察两种方法的优点。因此,它也是教师在教育和教学过程中研究学生心理活动常用的方法。例如,对于教学内容和教育方法的改革实验,便可以在学校的日常教学的情况下,就同一内容或同一方法在条件基本相同的同一年级的几个班或同一班内的几个小组进行。

(三) 测验法

测验法是心理学研究的重要方法之一,是根据一定的法则,用数量对人的行为活动加以确定,通过人行为活动的数量指标来推测人的心理状况。正如英国心理学家布朗(Brown, thomas 1778年~1820年)所说的“测量是一个行为样本的系统程序”。测验法有三个特点:第一,间接性。指测验法所测的只是人的外显行为,人的心理状况是无法直接测量的,只能根据人的外显行为指标间接地推断人的心理状况;第二,相对性。指测验结果只是人与人相对而言,不能武断地认为这个高、那个低,或这个优、那个差,只不过相比较而言,所以,引进外国的测量工具必须结合中国的常模才能应用和推广。第三,客观性。指测量工具是统一的,测量方法是统一的、标准化的,测量所得的分数也是统一的、标准化的,对所得分数的解释和统计分析也是标准化的,正因为如此,心理测验才能显示其科学性、可靠性。

(四) 谈话法

谈话法是通过和被试面对面的交谈,引导他以自我陈述的方式谈出个人的意愿、感受和体验,从而把握并分析其某些心理规律和特点的方法。谈话法的实施,首先要明确谈话目的,有目的、有步骤地为获得某些素材而进行调查访谈,所以谈话法也被称为调查法。谈话法在事前要拟定提要,并对被试回答的问题进行预测,事后要进行认真分析研究。其次,要求主试必须经过专业训练,并且具有一定的交谈技巧,因为谈话法的主试既要语言清晰、和颜悦色,又要坚持达成谈话目标,还要能灵活地处理谈话对象的意外行为表现和突如其来的发问。再次,还需有一定的技术装备,例如录音、录像等,谈话中最好不要进行当面记录。