

B84-43/3

高等师范院校教材(专科)

新 编 心 理 学

主 编 陈录生 马剑侠
副主编 李绍彬 王睦士
王新凤



21524567

师范大学出版社

1524567

责任编辑 胡春木

图书在版编目(CIP)数据

新编心理学/陈录生等主编. —北京:北京师范大学出版社, 1995. 8

ISBN 7-303-04121-4

I. 新… II. 陈… III. 心理学 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 13342 号

新 编 心 理 学

主 编 陈录生 马剑侠

副主编 李绍彬 王睦士

王新凤

北京师范大学出版社出版发行

(邮编 100088)

北京师范大学印刷厂印刷

全国新华书店经销

开本: 850×1168 1/32 印张: 11.625

1995 年 8 月第 1 版

1996 年 9 月第 1 次印刷

印数: 16 501—21 500 册

定价: 14.50 元

丁 1996
12

前 言

心理学是高等师范院校学生的一门教育理论必修课，也是教育学学科的理论基础。师范生学好这门课，不仅有助于学习其它教育理论和教师职业技能课程，而且有助于了解未来的教育对象，按照其心理规律进行教育和教学，提高教育、教学质量和教育科学研究水平。因此，编写一本切合师专学生实际和初中教育实际的心理学教材，是广大师专心理学教师和学生的迫切要求。这本教材，是部分师专和教育学院的心理学教师，在多年教学实践经验的基础上，经过两年时间的努力编写而成的，它是集体智慧和共同劳动的结晶。

本书是根据国家教委1994年《高等师范专科教育二年制教学方案》中关于“突出师范性，加强教育理论学习，注重教育实践和教师职业技能等环节训练”的精神编写的，它有如下一些特点：

（一）保持普通心理学的基本体系。在师范院校心理学教材应该采用什么体系的问题上，当前存在着不同的意见和争论。我们认为，这门课对师范生学习心理学来说，是一门入门学科，不适当讲解普通心理学的基本概念、基本理论和基本规律，学生就难于深入学习和理解与教育、教学有关的心理学分支学科的内容。因此，本教材仍然保持普通心理学的基本体系，但根据师范教育实际和学生学习的需要对其内容适当地进行了压缩和调整。

（二）增加了心理学史的内容。心理学是一门古老而又年轻的科学，心理学理论的形成是前人长期研究的结果，心理学的发展也必须在继承已有研究成果的基础上进行。因此，我们在教材中适当增加了中外心理学史的内容，以便学生进一步认识心理学，不断研究

心理学，发展心理学。

(三) 重视教育心理、发展心理、学校社会心理以及心理卫生等方面内容。师范院校的培养目标是合格的中学教师，而合格教师必须要掌握和了解学生心理发展的特点和规律；学生品德形成的特点和规律；知识掌握和技能形成的特点和规律；学校和班级群体的心理特点和规律以及心理卫生方面的知识。因此，我们对这些内容不仅设专章阐述，而且使之渗透在普通心理学的有关章节中，以尽力使其与普通心理学的内容融为一体。

(四) 增加了阅读材料。心理学是一门迅速发展的科学，其理论和实践方面的研究成果不断出现，但由于高等师范心理学的课时有限，仅靠教师课堂讲授不能满足学生的要求。为了解决这个矛盾，我们在每章和全书教材内容之后又增加了一些有关的阅读材料，以便使学生扩充知识面，进一步理解教材内容。教师也可以根据教学实际，适当讲授。

(五) 每章的最后附有综合练习。练习题形式多样，以便学生更好地巩固知识，培养分析问题和解决问题的能力。

参加本教材编写的同志有：陈录生（前言、第一章）、李绍彬（第二章）、王新风、麻彦坤（第三章）、闫江涛（第四章）、田学岭（第五章）、张松（第六章）、王睦士（第七章）、秦或（第八章）、马蕴华（第九章）、岳芳（第十章）、李国庆（第十一章）、张书义（第十二章）、贾香花（第十三章）、马剑侠（第十四章）、王新风、郑宏冰（第十五章）、张丽萍（第十六章）、乔建华（附录）。

本书由陈录生、马剑侠负责拟写提纲，由马剑侠、王睦士、王新风、陈录生、李绍彬集体统稿，最后由陈录生、马剑侠对全书进行修改、定稿。

本书在编写、定稿和出版过程中，曾得到作者所在单位和北京师范大学出版社的大力支持；马蕴华、周志宏、魏济华三位副教授在本书编写过程中曾提出许多中肯而具体的指导性意见；此外，本书还参阅、引用了许多专家、学者以及同行的著作、教材和研究材

料。在此，我们一并表示衷心的感谢！

由于本书的编写时间比较仓促和作者水平有限，其中肯定会存在不少缺点，甚至错误，敬请专家和同行批评、指正。

编 者

1995 年 7 月

目 录

第一章 心理学概论	(1)
第一节 心理学的对象和任务.....	(1)
第二节 心理科学的发展.....	(8)
第三节 心理学的方法论	(15)
阅读材料	(21)
综合练习	(24)
第二章 科学的心理观	(26)
第一节 心理是脑的机能	(26)
第二节 心理是对客观现实的反映	(37)
第三节 人的心理的基本特征	(40)
阅读材料	(42)
综合练习	(44)
第三章 感觉、知觉与教学	(46)
第一节 感觉和知觉概述	(46)
第二节 感觉和知觉的规律	(53)
第三节 感知规律在教学中的应用	(61)
阅读材料	(66)
综合练习	(68)
第四章 记忆及知识巩固	(70)
第一节 记忆概述	(70)
第二节 记忆过程的规律	(75)
第三节 记忆的品质与知识的巩固	(85)
阅读材料	(90)
综合练习	(94)

第五章 思维与想象	(95)
第一节 思维概述	(95)
第二节 思维的过程	(100)
第三节 想象	(104)
第四节 解决问题的思维过程	(108)
第五节 思维的品质与创造性思维的培养	(113)
阅读材料	(119)
综合练习	(121)
第六章 注意与组织教学	(123)
第一节 注意概述	(123)
第二节 注意的规律与组织教学	(127)
第三节 注意的品质	(134)
阅读材料	(139)
综合练习	(143)
第七章 情感	(144)
第一节 情感概述	(144)
第二节 情感的分类	(150)
第三节 情感的应用和调控	(157)
阅读材料	(162)
综合练习	(164)
第八章 意志	(166)
第一节 意志概述	(166)
第二节 意志行动过程的分析	(172)
第三节 意志的品质与培养	(176)
阅读材料	(181)
综合练习	(183)
第九章 个性及其形成	(185)
第一节 个性概述	(185)
第二节 需要、动机和兴趣	(191)

阅读材料·····	(201)
综合练习·····	(203)
第十章 能力 ·····	(205)
第一节 能力概述·····	(205)
第二节 能力的差异分析·····	(208)
第三节 能力的测量与培养·····	(212)
阅读材料·····	(218)
综合练习·····	(219)
第十一章 气质与性格 ·····	(221)
第一节 气质·····	(221)
第二节 性格·····	(228)
阅读材料·····	(238)
综合练习·····	(240)
第十二章 学习心理 ·····	(241)
第一节 学习概述·····	(241)
第二节 学习动机·····	(245)
第三节 知识的掌握·····	(250)
第四节 技能的形成·····	(255)
第五节 学习的迁移·····	(259)
阅读材料·····	(262)
综合练习·····	(265)
第十三章 品德心理 ·····	(267)
第一节 品德概述·····	(267)
第二节 品德形成的心理过程·····	(269)
第三节 学生不良品德的矫正·····	(278)
阅读材料·····	(284)
综合练习·····	(286)
第十四章 少年期学生的心理发展与教育 ·····	(288)
第一节 儿童心理发展概述·····	(288)

第二节	少年期学生心理的发展·····	(292)
第三节	少年期学生心理发展的矛盾与教育·····	(305)
阅读材料	·····	(308)
综合练习	·····	(312)
第十五章	学校和班级的社会心理 ·····	(313)
第一节	学校中的群体心理·····	(313)
第二节	学校中的人际关系·····	(319)
第三节	班集体中的社会心理·····	(326)
阅读材料	·····	(331)
综合练习	·····	(334)
第十六章	少年期学生的心理卫生 ·····	(336)
第一节	心理卫生概述·····	(336)
第二节	少年期学生的心理障碍·····	(341)
第三节	少年期学生心理卫生指导·····	(345)
阅读材料	·····	(349)
综合练习	·····	(351)
附录：	心理测量 ·····	(353)
第一节	心理测量概述·····	(353)
第二节	智力测验简介·····	(355)
第三节	学习能力测验·····	(356)
第四节	人格测验简介·····	(357)
第五节	学绩测验·····	(359)

第一章 心理学概论

当人们初次接触心理学时，往往会产生某种神秘莫测之感。事实上，心理学是一门与日常生活和社会各个领域密切相关的系统学科，具有很强的理论性和广泛的实用性。本章开宗明义，将要阐述心理学研究的对象和任务、心理学发展的历史、心理学研究的方法等内容，为深入学习心理学理论奠定良好的基础。

第一节 心理学的对象和任务

一、什么是心理学

一个正常的人，不管是在清醒状态，还是处于睡梦之中，不管是从事社会实践，还是自发的本能活动，都会产生这样或那样的心理现象。应该说，心理现象是人们最熟悉、体验最多的现象，也是人类特别关心并不断加以探讨和解释的现象之一。

心理现象又是自然界最纷繁复杂和奇特多变的现象，恩格斯曾称之为“地球上最美的花朵”^①。自古以来，人类为了认识它的本质，发现它的规律，经历了一个漫长而又曲折的过程。

“心理学”(psychology)一词，最早是由希腊语中的“灵魂”(psykhe)和“学问”(logos)两个词构成的，意思是“灵魂之学”。“灵魂”是指人的精神或心理活动，人类很早就试图对它作出解释和说明，这些解释和说明形成了最初的心理思想。以后，古希腊哲学家对人的灵魂问题进行了比较系统的研究，认为灵魂是寄居在人的身体之中的一种实体，它支配着人的行为，并有自己的活动规律。

^① 恩格斯：《自然辩证法》，人民出版社1971年版，第166页。

随着实践活动的深入和科学的发展，人们自然不满意“灵魂说”关于心理现象的解释，而力求对心理现象的本质作出科学的说明。19世纪以后，由于物理、化学和生物学的发展，许多学者开始应用实验的方法来研究人的心理活动的特点和规律，使人类对心理现象的认识上升了一个新台阶。由于世界各国心理学家的共同努力，人们在对心理现象的研究方面积累了大量的资料，提供了许多理论，使心理学的研究脱离了主观思辩的方式，而逐步成为一门内容丰富、体系完整的学科。今天，心理学的许多理论，不仅能够指导人们正确地进行生活、工作和学习，而且成为教育人、培养人、管理人、使用人以及进行人才选拔的科学依据，心理学这门古老而又年轻的科学已经显示出其强大的力量。未来学家预言，21世纪是教育的世纪，而心理学则是带头科学。

可见，心理学是在研究人的心理现象的过程中逐步形成、发展和成熟起来的。心理学是一门研究人的心理现象及其发生、发展规律的科学。它的发展，既离不开现代生理学和生物学，也离不开辩证唯物主义哲学和其它社会科学。因此，心理学是一门自然科学和社会科学交叉的边缘学科。

二、心理学研究的对象

任何一门科学都有它的研究对象，心理学也是这样，有着自己特定的研究对象。心理学的研究对象是人的心理现象。

心理现象丰富多彩，绚丽多姿，表现形式多种多样，但一般可以把它分为心理过程和个性心理两大类。

（一）心理过程

心理过程是指人脑对客观事物不同方面及其相互关系的反映过程。它是心理现象的动态形式，包括认识过程、情感过程和意志过程。

认识过程是人的最基本的心理过程，是人从感性认识到理性认识发展的过程，包括感觉、知觉、记忆、思维和想象等过程。我们看到一种颜色，听到一种声音，尝到一种味道，闻到一种气味，摸

到事物表面的光滑程度或温度等，都是属于最简单的认识过程——感觉。在感觉的基础上，我们能够辨认出这是盛开的牡丹花，那是歌唱的百灵鸟；这是鲜红的苹果，那是崭新的书桌等，就是知觉。感觉和知觉往往紧密地联系在一起，不能截然分开，可以统称为感知觉。感知过的事物能够以经验的形式在头脑中留下痕迹，以后在一定条件下还可以再认或回忆起它的形象和特征，例如，游览了杭州西湖，其美丽的景色会在大脑中留下深刻的印象；读了李白的《望庐山瀑布》后，遇到一定的情境，又自然地吟诵出来，这种人脑对过去经历的事物的反映，叫做记忆。人不仅能直接地感知事物的表面特征，还能间接地、概括地反映事物的内在的、本质的特征。例如，医生根据病人的脉搏、体温、舌苔等的变化，可以推断其体内的疾患；教师根据学生的外部表现和言行，可以了解其内心世界，这些都是思维。人在头脑中不仅能够再现过去事物的形象，而且还能在此基础上创造新事物的形象。例如，文学艺术家塑造典型形象，我们在头脑中对未来生活和工作情景的构划等，这类心理活动的过程叫做想象。

感觉、知觉、记忆、思维和想象都是属于人的认识过程。

人对客观事物的认识，并不是呆板的、冷漠的，而总是对它表现出鲜明的态度体验，渗透着一种感情色彩。例如，我们对祖国名山大川的赞美，对侵略者的愤恨，对本职工作的热爱，为取得的成绩而喜悦等，这些在认识基础上产生的喜、怒、哀、乐等态度体验，心理学上称之为情感过程。

人不仅能认识客观事物，并对它产生一定的情感体验，而且还能够自觉地改造客观世界。为了认识和改造世界，人总是主动地确定目标，制定计划，并树立信心，坚持不懈地去战胜困难和挫折，以达到预期的目的，这种心理活动的过程叫作意志过程。人凭借意志的力量，支持、保护自己所喜欢的事物，反对、摒弃自己所厌恶的事物，积极主动地创造人类的物质文明和精神文明。所以，意志是人的意识能动性的集中表现。

认识、情感和意志过程是相互联系、相互制约的统一整体。一般说来，认识过程是情感、意志过程的基础。没有认识，人的情感既不能产生，也不能发展，“知之深，爱之切”，就是这个道理。同样，只有在认识和情感的基础上，人才能自觉地进行意志行动。反过来，情感、意志过程又能巩固和深化人的认识过程。一个对教育事业有深厚感情，并有坚强意志力的教师，必然会认真了解学生的心理特点，深刻认识教育和教学规律，从而出色地完成教育和教学任务。

（二）个性心理

心理过程是人的心理的共性，但在每一个人身上体现时，由于社会生活环境、教育、先天条件等因素的影响，又会表现出特殊性、差异性，并逐步形成人的心理的个性。个性是一个人在活动中所表现出来的比较稳定的带有倾向性的各种心理特征的总和，它是人的心理现象的静态形式。个性心理包括三个方面：个性倾向性、个性心理特征和自我意识。

个性倾向性包括需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观等，它是人的个性心理结构中最活跃的因素。在个性倾向性的成分中，需要是基础，对其它成分起调节、支配作用；信念、世界观居最高层次，决定着一个人总的思想倾向。总之，个性倾向性作为个性的潜在力量，使人的个性心理表现出一定的社会倾向性。在阶级社会中还表现出阶级性。

个性心理特征包括能力、气质和性格，这是人的个性心理的具体表现。个性心理特征体现着人的心理的鲜明的差异性。例如，有的人记得快、记得牢，有的人则记得慢、忘得快；有的人长于绘画，有的人有音乐才能，这些都是能力方面的差异。有的人外向、有的人内向；有的人性情暴躁，有的人则安静沉着，这是气质方面的差异。有的人踏实勤恳，有的人敷衍懒惰；有的人自私虚伪，有的人大方诚挚，这是性格方面的差异。“人心不同，各如其面”，就是指人的个性心理特征方面存在的差异。

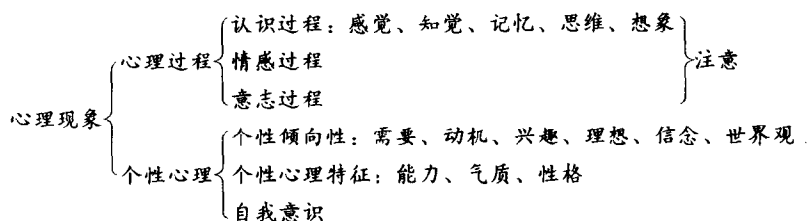
自我意识是个体对自己的态度和认识，它是个性心理的调控结构，体现着一个人的成熟度，决定着人的个性心理的发展水平。自我意识包括自我认识、自我体验、自我评价、自我监督、自我调控、自我教育、自尊心等成分，是一个多维度、多层次的心理系统。

个性心理的三个方面互相依存，互相制约，协调发展。正是在这三种因素的相互作用下，才构成一个以个性倾向性为方向，以个性心理特征为表现，以自我意识为调控的有机的个性心理的整体。

心理过程与个性心理的联系非常紧密。首先，心理过程在每个人身上表现时，总具有个人的特点。也就是说，个性心理是通过心理过程形成的。其次，个性心理要通过人的心理过程表现出来，并制约着心理过程的发展。正是因为心理过程和个性心理相互融汇，相互制约，才形成一个人完整的心理面貌。

需要指出，还有一种心理现象叫做注意，它不属于某一种独立的心理过程，而是伴随各种心理过程而存在的特殊的心理状态。

总之，心理学研究的对象是心理现象。心理现象包括心理过程和个性心理两大方面，其具体结构参见下列图式：



三、心理学的任务和意义

(一) 心理学的任务

心理学研究的对象是心理现象，而认识心理的本质和揭示各种心理现象发生、发展的规律，则是心理学的主要任务。具体来讲，心理学的任务有以下几个方面：

1. 研究心理和脑的关系。要弄清脑的结构和机能，探明客观事物是如何引起脑的活动而产生心理现象的。

2. 研究心理现象和客观现实的关系。要科学地说明心理是客观现实的反映,不仅要研究心理对客观现实的依存性,而且也要分析主观状态对心理的影响作用。

3. 揭示心理过程的基本规律。要研究认识过程、情感过程和意志过程的一般规律,并阐明应该如何在实践中应用这些规律。

4. 揭示个性心理的特点和形成规律。要弄清人的个性心理的结构,揭示个性差异形成的原因和个性品质培养的科学方法。

5. 探讨心理过程和个性心理的关系。不仅要研究心理过程和个性心理之间的关系,而且要研究它们自己内部各因素之间的关系,为提高人们的心理素质和培养健全的人格提供科学的依据。

6. 探讨心理与实践活动的关系。实践活动是心理产生的基础,反过来,心理又对实践活动具有指导和调节作用。因此,探讨二者的关系,不仅有利于阐明心理产生的机制,而且有利于人类调适自己的行为,提高实践活动的效率。

(二) 心理学的理论意义

心理学是一门基础理论学科,它的重要的理论意义有以下几个方面:

1. 心理学的研究为马克思主义哲学提供了科学的论据。马克思主义哲学是科学心理学的理论基础,反过来,心理学所揭示的心理现象对物质的依赖关系的具体事实,又是对马克思主义哲学基本命题——物质第一性、意识第二性的有力论证。科学心理学指出:人的心理不是物质,但它永远离不开物质(客观现实和人脑)。人的心理是在物质的基础上产生,又是随着物质的发展而发展的。因此,列宁把心理学列为“构成认识论和辩证法的知识领域”^①的重要学科之一。

2. 心理学理论有助于克服和批判各种唯心主义思想。由于心理学对人的心理、意识及各种精神现象作出了科学的解释,进一步确

^① 《列宁全集》第38卷,人民出版社1959年版,第399页。

立了人们的辩证唯物主义世界观，因而有助于破除迷信、纠正偏见、清除精神污染和批判形形色色的唯心主义思想。正如列宁同志所指出的：“心理学所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

3. 心理学研究有助于邻近学科的发展。有些学科如政治学、教育学、文学、美学、法学、语言学、管理学、社会学等，它们也从不同的侧面研究人的心理问题，因此，心理学的大量研究成果，对这些邻近学科的研究和发展，都具有一定的积极意义。

（三）心理学的实践意义

心理学不仅是一门理论学科，而且是一门应用学科。今天，它的理论和研究成果已经被广泛地应用于实践活动的各个领域，因而具有多方面的实践意义。

1. 心理学对指导人的实践活动，提高生产劳动效率有重要意义。现代心理学所揭示的人的心理活动的许多规律，已经在生产劳动中发挥了巨大的作用。例如，心理学家发现，在一定条件下，红光可以使人在黑暗中的微光视觉能力提高2—3倍。根据这一规律，可以采取相应的措施去提高战斗机驾驶员夜间飞行的视觉敏锐度和作战能力，也可以通过改善照明系统去提高某些夜班工人的感受性和劳动效率。

2. 心理学有助于做好管理和思想政治工作。把心理学理论应用于管理过程已经成为当今世界的一种趋势。管理心理学中的需要层次论、期望理论、目标激励理论、公平理论、双因素理论，都对职工积极性的调动具有很强的指导作用。思想政治工作首先应该在了解人的心理特点的基础上进行。在此基础上，还要遵循一系列的心理原则，如立足于感化的原则、坚持正面教育的原则、保护自尊心的原则等。这些都说明，学习和研究心理学，有助于作好人的思想政治工作。

^① 《列宁全集》第1卷，人民出版社1955年版，第396页。

3. 心理学有助于人的身心健康和提高医疗效果。人的心理状态、精神因素同人的疾病和健康关系密切。有些心理因素是某些疾病发生的直接或间接原因,良好的心理状态,又可以达到治病强身的目的,掌握心理学的有关知识,有助于人的身心健康。对于医务人员来讲,积极运用心理学的某些理论对病人进行治疗,可以提高医疗效果。正因为如此,现代医学已经从“生理模式”向“社会——心理——生理模式”转化。

4. 心理学对提高教育和教学质量具有更重要的意义。教育是在教师的引导下使学生掌握知识技能、发展智力、形成道德品质的过程。而学生要掌握知识技能,发展智力、形成品德,都必须通过感知、记忆、思维、想象、注意、情感、意志等心理过程才可能实现。心理学研究学生感知、记忆、思维、注意等心理活动的规律,研究情感、意志的特点和培养规律,研究个性、品德形成的规律,这些对教师确定教育、教学的原则和内容,选择教育、教学的方法和形式都是必不可少的。心理学知识是教育理论的科学基础。教师只有掌握学生心理活动的规律,才能富有成效地对学生进行教育和教学,才能提高教育和教学质量,出色地完成培养人的任务。这已被中外教育的历史经验所证明。因此,师范院校的学生和各级各类学校的教师,都应该学习和掌握心理学。

第二节 心理科学的发展

一、心理学发展的历史

(一) 心理学的形成和发展

德国心理学家艾宾浩斯(1850~1909年)曾经说过:“心理学有一个悠久的历史,但只有一个短暂的现在。”虽然作为科学的心理学诞生较晚,但它的历史却源远流长,早在生产力不发达的古代,人类就把注意力投向了自身,开始描述和研究人的心理现象。

古希腊哲学家亚里斯多德(公元前384~322年)的《灵魂论》