

全国高等教育自学考试教材·公共课

心 理 学

主编 叶奕乾

编者 (按姓氏笔划为序)

叶奕乾 张 德 武 珍

梁宁建 曹启刚 程正方

中央广播电视大学出版社

(京) 新登字 163 号

图书在版编目 (CIP) 数据

心理学/叶奕乾主编. —北京: 中央广播电视大学出版社, 1995. 2

ISBN 7-304-00524-6

I. 心… II. 叶… III. 心理学-自学参考资料 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (95) 第 01239 号

心 理 学

主编 叶奕乾

编者(按姓氏笔划为序)

叶奕乾 张 德 武 珍

梁宁建 曹启刚 程正方

*

中央广播电视大学出版社出版

中央广播电视大学出版社发行

中国人民解放军第一二〇二工厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张 13.5 千字 326

1990 年 4 月第 1 版 1996 年 10 月第 8 次印刷

印数 122101~142100

定价: 17.80 元

ISBN 7-304-00524-6/G · 37

出版前言

高等教育自学考试教材建设是高等教育自学考试工作的一项基本建设。经国家教育委员会同意,我们拟有计划、有步骤地组织编写一些高等教育自学考试教材,以满足社会自学和适应考试的需要。公共课《心理学》是为高等教育自学考试汉语言文学专业组编的一套教材中的一种。这本教材根据专业考试计划,从造就和选拔人才的需要出发,按照全国颁布的《心理学自学考试大纲》的要求,结合自学考试的特点,组织高等院校一些专家学者集体编写而成的。

公共课《心理学》自学考试教材,是供个人自学、社会助学和国家考试使用的,无疑也适用于其他相同专业方面的学习需要。现经审定同意予以出版发行。我们相信,随着高教自学考试教材的陆续出版,必将对我国高等教育事业的发展,保证自学考试的质量起到积极的促进作用。

编写高等教育自学考试教材是一种新的尝试,希望得到社会各方面的关怀和支持,使它在使用中不断提高和日臻完善。

全国高等教育自学考试指导委员会

一九八九年五月

目 录

第一章 心理学的对象、任务和方法	(1)
第一节 心理学的对象	(1)
第二节 心理学的任务	(5)
第三节 心理学的方法	(10)
第二章 心理的实质	(20)
第一节 对于心理实质的两种观点	(20)
第二节 心理是人脑的机能	(22)
第三节 心理是对客观现实的反映	(41)
第四节 心理是在实践活动中发生发展的	(53)
第三章 感觉	(58)
第一节 感觉的概述	(58)
第二节 感觉的分类	(62)
第三节 感受性及其变化	(72)
第四章 知觉	(80)
第一节 知觉的概述	(80)
第二节 知觉的基本特征	(84)
第三节 空间知觉、时间知觉和运动知觉.....	(90)
第四节 观察及观察力的培养	(94)
第五章 注意	(98)
第一节 注意的概述	(98)
第二节 注意的种类	(102)
第三节 注意的品质	(109)
第六章 记忆	(117)
第一节 记忆的概述	(117)

第二节	识记	(124)
第三节	保持和遗忘	(132)
第四节	再认和回忆	(147)
第七章	想象	(154)
第一节	想象的概述	(154)
第二节	再造想象和创造想象	(160)
第三节	无意想象、睡眠和梦	(167)
第八章	思维	(176)
第一节	思维的概述	(176)
第二节	思维过程	(183)
第三节	概念的形成和掌握	(191)
第四节	解决问题的思维过程	(198)
第五节	创造性思维	(206)
第九章	情绪和情感	(214)
第一节	情绪和情感的概述	(214)
第二节	心境、激情和应激	(220)
第三节	道德感、理智感和美感	(224)
第十章	意志	(231)
第一节	意志的概述	(231)
第二节	意志行动的分析	(235)
第三节	意志品质和培养	(239)
第十一章	个性和个性倾向性	(247)
第一节	个性的概述	(247)
第二节	需要	(252)
第三节	动机	(260)
第四节	兴趣	(266)
第五节	理想、信念和世界观	(272)

第十二章 能力	(279)
第一节 能力的概述	(279)
第二节 能力结构的理论	(287)
第三节 能力的测量	(292)
第四节 能力的个别差异	(304)
第十三章 气质	(318)
第一节 气质的概述	(318)
第二节 气质的理论	(320)
第三节 气质类型特征及其行为表现	(325)
第四节 气质和实践活动	(329)
第五节 气质的测量	(331)
第十四章 性格	(336)
第一节 性格的概述	(336)
第二节 性格类型	(340)
第三节 性格的理论	(343)
第四节 性格的形成和发展	(354)
第五节 性格的测量	(359)
第十五章 人际交往和人际关系	(364)
第一节 人际交往的概述	(364)
第二节 人际关系的概述	(375)
第十六章 社会知觉和社会态度	(389)
第一节 社会知觉的概述	(389)
第二节 社会态度的概述	(396)
第十七章 社会动机与激励	(406)
第一节 社会动机的概述	(406)
第二节 激励理论	(410)
后 记	(424)

第一章 心理学的对象、任务和方法

第一节 心理学的对象

心理学是研究人的心理活动规律的科学。

心理活动又称心理现象，简称心理。心理现象不同于物理现象，它看不见，摸不着，既没有形状或大小，也没有重量或气味，因而不易为人们所了解。但是，心理现象确在人们劳动、学习、娱乐等活动中，时时刻刻地产生着，因此每个人都能切身体验到。例如，坐在教室里听到讲话声音，看到文字图形，嗅到各种气味，感到自己内脏活动的疼痛等等，所有这些就是感觉和知觉。

人们不只是在声音、文字、图形等存在出现时，能够听到看到，而且在时过境迁之后，还能“言犹在耳”、“历历在目”，回忆起种种经历过的事情，这就是记忆。

人们不仅能记忆听过、看过、想过、做过的各种事情，而且还能想出自己从未经历过的事物。比如，多数人没有见过诸葛亮、李自成、北极风光、热带森林、宇宙飞船、海底世界，更没有见过天堂地狱、妖魔鬼怪，然而，在人的头脑里却可以形成这些事物的映象。形成从未感知过的事物的映象，这是想象。

人们不仅能够反映事物的具体形象，而且还能凭借人所特有的语言，通过分析综合，判断事物的本质及其发展规律，这就是思维。

人的所有这些心理现象——感觉、知觉、记忆、想象和思维——都是各不相同的。然而，它们在实现人们对于客观世界的认识

这一点上是共同一致的。所以，可以把感觉、知觉、记忆、想象和思维统称为认识。

人们并不是冷漠无情地、无动于衷地认识世界的。人在认识各种事物时，在感知、记忆、想象或思考各种事物时，总是带有喜、怒、哀、乐等各种各样的情绪和情感的。

人们也不只是消极地认识世界的。每个人都是依据自己的认识不断地活动着。人们在为达到目的克服困难的行动中就表现着意志这一心理过程。

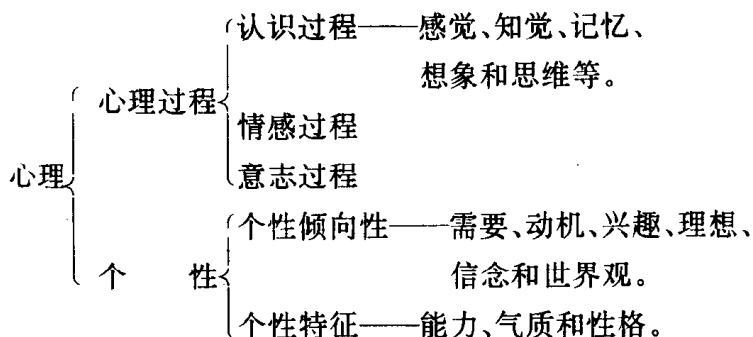
认识、情感和意志既是互不相同的，又是密切联系的。情感是在认识的基础上产生的，没有认识就没有情感，情感的产生与变化依从于认识，这是情感与认识密切联系的一方面；另一方面，人对事物的认识又是在情感的支持与激励之下实现的。而在认识的基础上，在情感的推动下进行的意志行动过程又反过来加深着人们对事物的认识和情感。可见，人的认识、情感和意志这三种心理现象是不可分割的。密切联系、相互制约着的认识、情感和意志都不是固定不变的，而是不断地发展变化着的。因此，可以把认识、情感和意志统称为心理过程。认识、情感和意志这三种心理过程作为人脑反映现实的形式，是人类共有的。古今中外所有的人都能对事物有所认识，产生情感并进行意志行动。

尽管知、情、意这三种心理过程是人类共有的，然而，无论认识、情感或意志，都是产生在具体的某个人头脑里的，都受个人已有的知识、经验的影响，因而都带有个人的特点。比如，人们都能感知、思维，但是每个人究竟感知、思考什么？有的人常想常看的是数理化，有的人常想常看的是文史哲，有人喜欢音乐，有人爱好绘画。这就表现出人们之间需要、兴趣的不同。又比如，人们都能记住一些东西，但是有人记得快，忘得慢；有人记得快，忘得也快；还有人记得很慢，忘得倒很快，这就表现出人们之间能力的不同。再比如，

人们都有情感、意志,但是每个人在情感体验的深浅,表现的强弱,在克服困难的决心与毅力的大小方面是各不相同的,这就显示出人们气质、性格的不同。可见,在人们彼此共有的认识、情感和意志等心理过程中,总是带有属于个人独有的特点的。这种表现在心理过程之中的、属于个人独有的、比较稳定的心理面貌就叫个性。个性可分个性倾向性(如需要、动机、兴趣、信念、理想和世界观等)和个性心理特征(如能力、气质、性格等)。人和人之间,在个性方面是千差万别的。在个性倾向性和个性特征方面完全相同的两个人在世界上是不存在的。俗话说:“人心不同,犹如其面”就是这个意思。

必须指出的是,心理过程和个性也是密切联系着的。一方面,每个人的每种心理过程——感知、记忆、想象、思维、情感和意志以及作为各种心理过程的共同属性的注意,都是带有个性特点的;另一方面,所有人的个性——无论是需要、兴趣与理想或者能力、气质与性格又都是表现在认识、情感、意志等心理过程之中的。离开一个人的各个心理过程,则既看不到他的需要、兴趣与理想,也看不到他的能力、气质与性格。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。可见心理过程和个性乃是密不可分的。如果说物理学研究声与光,地理学研究地形与气候,而声与光、地形与气候都是可以彼此独立的话,那么心理学研究人的心理,把人的心理划分为心理过程和个性,这可不是说心理过程和个性也是可以彼此分离,相互独立的。心理过程与个性是完整统一的心理活动的两个方面。

心理学是,而且仅仅是,为了研究的方便,才将人的完整的不可分割的心理活动加以划分的。常见的分法是:



苏联心理学家列维托夫(Н·Д·Левитов)等人认为,也可以把人的全部心理现象相对地划归为三个基本范畴:心理过程、心理状态和心理特征。强调过程性、动力性的心理过程包括:感觉、知觉、记忆、想象、思维、情感和意志;强调相对静止的心理状态包括:心境、激情、注意等;强调稳定性、重复性的心理特性包括:能力、气质、性格等。

心理现象既有认识、情感和意志,又有兴趣、能力、气质和性格,且各种心理现象又总是不断发展变化的。由此可见,人的心理是丰富多彩、复杂多样的。尽管心理现象、精神现象远比一切物理现象都更为复杂,更为高级,但是,按照辩证唯物主义的哲学观点,它的发生发展同样是依从于一定条件的,是有规律的。尽管研究人的心理活动的规律,远比研究物理、地理现象的规律复杂、艰难得多,但是,人的心理活动,从简单的感知到复杂的思维,从心理过程到个性心理特征,它们发生发展所依从的条件,它们产生的生理机制,它们活动的规律,是可以研究、可以认识的。

人的心理活动的规律就是心理学研究的对象。

心理学是研究人的心理活动规律的科学。

第二节 心理学的任务

心理学的基本任务在于探讨人的心理活动的规律,实现对人的心理活动的正确说明、准确预测和有效控制,从而提高人的实践活动的效率。

探讨心理活动的规律,无论在理论上或实践上都有重要的意义。

一、心理学的理论意义

探讨心理活动和脑以及客观现实之间的关系,研究心理活动发生、发展的规律,为马克思主义哲学提供心理学的依据,对马克思主义哲学的发展具有重要意义。心理学研究的成果有力地论证了物质第一性、意识第二性。列宁指出:“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 心理学的知识对马克思主义的认识论具有特别重要的意义,为反映论的基本原理提供科学依据。列宁认为,心理学是“构成认识论和辩证法知识领域”^② 之一。

心理学对邻近的科学,如文学、法学、人体生理学等,都有重要的意义。因为这些学科的研究都涉及到人,心理学的研究成果有助于这些学科的发展。

二、心理学的实践意义

心理学的实践意义是重大而多方面的。心理学作为一门研究人的心理活动规律的科学,对人类的一切实践活动都是必要的,因

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。

为一切实践活动都是人的实践,都是人参加的实践;而人的任何实践活动,无论是娱乐、学习或劳动,都是在人的心理活动调节下进行的。如何遵循人的心理活动规律以提高人的实践活动效率的问题,已成为人类各个实践领域共同面临的问题。心理学正是以提供人的心理活动规律的知识,服务于人类各个实践领域。

(一)心理学有助于教育

教育是使学生掌握知识、技能并形成道德品质的过程。学生对知识、技能的掌握和道德品质的形成,都是通过自己的感知、记忆、想象、思维、情感、意志等心理活动实现的。心理学研究感知、记忆等心理活动依从的条件,探讨能力、性格等个性特征形成的途径与方法,所有这些对于教育、教学内容的确定,教育、教学方法的选择都是必不可少的。心理学的理论知识已经成为教育实践和教育理论的科学基础之一。只有掌握学生心理活动的规律,了解学生的心理,才有可能富有成效地对学生进行教育和教学,才有可能创造性地完成教师的任务。这是古今中外教育的历史经验一致证明了的。当年孔子强调“知人”,强调了解人的心理,他不仅深知他的学生在能力、性格方面的差异,而且成功地实现了“因材施教”。

当前我国各地许多优秀教师也正是由于掌握了儿童心理发展的规律,准确地了解自己学生的心理发展水平与特点,预见学生发展的前景,通过自己有针对性的教育措施,收到良好的教育效果的。正因如此,各级各类学校教师,以及一切从事教育工作的人,都应该掌握好心理学。把心理学的理论应用于人才培养,应用于学校教育,这是各国心理学家一致努力的目标。目前,美苏两国都在竞相探讨如何“充分利用儿童智慧潜力”,如何“在教学过程中把学生智力发展提高到更高的水平”。我国心理学家三十年来对学生的感知觉、记忆、概括能力、数概念的形成、代数与外语的程序教学以及榜样教育、道德品质的培养等方面,都进行了大量的研究。

(二)心理学有助于生产劳动

人类劳动的主要特点之一是生产工具的不断改造,生产技术的不断提高。心理学提供感觉、知觉、思维和形成熟练技巧等方面的规律性知识,这就能够促进劳动者掌握劳动工具,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。在现代化生产中,“人的因素”的作用更加增长了。随着生产的机械化、自动化,电子计算机的广泛应用,人的体力活动减少了,但是在“人——机系统”中,信息的接受、加工与处理,对人的智力活动以及意志、情绪、情感、性格品质的要求更为提高了。因此,如何依据心理活动规律发挥“人的因素”的作用,就显得尤其重要。大家知道,震惊美国的三里岛核污染事故发生后,据专家们初步分析,原因就在于设计时没有对人的心理因素予以足够重视。不重视人的心理因素,各种事故是很难避免的;不重视人的心理因素,管理领导是很难奏效的。如今,东西方的企业家都已明白,工人的劳动积极性既不象早期的饥饿的办法,也不象后来的单纯金钱刺激的办法所能保证的。他们都已懂得“工人根据感情办事,考虑工作的性质胜过金钱”。他们提出“过去企业管理过分依靠效率工程师,今后要多注意心理学”。^①

当今世界各国,尤其是工业发达国家都积极广泛地应用心理学于工业劳动生产的各个方面。苏联停顿二十年的劳动心理学,从五十年代复兴之后迅速发展并做出许多成绩。单以员工选拔为例,苏联运用心理学理论选择飞行员、宇航员和水手,结果使淘汰率大为降低,“用于学员的培训费减少25%。”^②

我国心理学家三十年来,适应工厂交通等劳动生产部门的实

① 杨锡山:《行为科学》。企业管理出版社1980年版,第8页。

② 卢盛忠:《苏联工程心理学动态》。《心理学报》,1981年第1期,第111页。

际需要,在改进操作方法、技工培训、促进发明创造、防止事故发生以及灯光信号显示、室内照明标准等方面都做了许多研究工作并取得了良好效果。

(三)心理学有助于医疗保健

人的心理状态、精神因素同人的疾病和健康关系密切。有些心理因素就是某些疾病的致病原因。如像神经衰弱之类的病,虽然其中许多是由于工作、学习过度紧张,个人遭遇重大不幸事件促成的,然而,确也有不少是由个人的多疑、孤僻、急躁、任性、心胸狭窄、多愁善感、抑郁不快等性格特征引起的。其它像高血压、心脏病,甚至月经失调也都同精神因素,特别是同情绪不佳有关。

我国早在古代就已经认识到心理因素不仅是致病的原因之一,而且也是治病的一种因素。《黄帝内经》不仅指出:“怒伤肝,喜伤心,思伤脾,忧伤肺,恐伤肾”,而且还提出:“凡治病之术,不先致其所欲,正其所念,去其所恶,损其所恐,未有能愈者也。”

现代医学表明,心理因素同威胁人类生命的最重要疾病之一的癌症也有密切关系。六十年代有人研究发现,情绪忧伤会促进癌的发生、发展。八十年代西德专家在谈到心理因素与癌症的关系时认为,“心理冲突不仅对癌的突然发生起决定作用,而且对癌的发展时间也起决定作用。”^①而改善社会生活环境,特别是创造良好的人际关系,则有助于癌症的预防。事实上,心理治疗如介绍有关疾病的知识,消除疑虑,增强信心,教以战胜疾病的方法,鼓励同疾病作斗争的勇气,有助于对一切疾病的预防和治疗。心理因素在致病、诊断、治疗以及卫生保健方面的意义,正在日益受到重视。唯其如此,所以“1974年5月召开的第27届世界卫生会议强调研究心理因素在保健和疾病中的作用……,认为心理因素对一切疾病的

① 连长贵:《心理因素与癌症的防治》。《外国心理学》,1981年第1期,第44页。

预防和处理都是十分重要的。”^①

心理学能够对学校教育、生产劳动和医疗保健做出贡献,因而是教师、工程管理人员、医生护士所必需的。然而,世界上难道会有什么行业、什么人是不同别人发生关系因而无需了解别人的心理活动的吗?

在我国社会主义四化建设中,作为社会主义社会的建设者,人人都需要加强自己的品德修养,共产主义道德品质不仅是建设社会主义社会的精神力量,而且是走向共产主义社会的重要条件。作为现代的人,人人都需要学习,在人类知识迅速积累,“在科学迅速发展的今天,学习贯穿于人的全部生活中。”^② 即使在自我品德修养上,心理学也是很有帮助的。因此我们可以说,心理学能够服务于人类一切实践领域,对于各行各业的人们都是必不可少的。

值得指出的是,由于心理学的研究对象——人的心理的高度复杂性,时至今日,尽管心理学尚未发现“能与物理学相提并论的人类行为定律”,同物理学、化学相比,心理学不能算是已经成熟的科学,但是,心理学却是蓬勃发展的科学,无论按其发展速度之快,研究领域之广,分门别类之多,都是远非其它学科所能比拟的。而且心理学也正是由于它广泛地服务于社会实践的各个领域,在应用于社会实践的过程中,实现了心理学自身的发展。其结果是在普通心理学之外,又衍生了许多分支:如教育心理学、工程心理学、医学心理学、法律心理学、商业心理学、管理心理学、艺术心理学、运动心理学、军事心理学,以及生理心理学、社会心理学、比较心理学、发展心理学、实验心理学、缺陷心理学等等。毫无疑问,随着社

① 利波茨基:《七十年代的心身医学》。《心理学参考资料》第11期,第1页。

② 《拉西尔代表国际心理学学会主席团在第20届国际心理学会议上的贺词》。《心理学参考资料》第1期,第34页。

会实践领域的不断扩大、研究方法的迅速发展,研究对象的日益分化,心理学新的分支必将不断涌现。如晚近出现的宇航心理学就是一例。当前在心理学的蓬勃发展中,最具特色的是心理学同其它学科交叉渗透,从而形成跨学科的新研究领域,如数学心理学、心理语言学等等。

心理学的发展依赖于社会实践的需要。心理学发展的历史表明,心理学是在经济发达国家首先得到发展的。如今,我国社会主义物质文明和精神文明建设需要心理学,心理学在服务于我国社会主义建设的过程中一定会茁壮成长,日益繁荣。

第三节 心理学的方法

研究任何科学,其方法的选择与运用,都依从于科学家的哲学观点。正如恩格斯所说:“不管自然科学家采取什么样的态度,他们还是得受哲学的支配。问题只在于:‘他们是愿意受某种坏的时髦哲学的支配,还是愿意受一种建立在通晓思维的历史和成就的基础上的理论思维的支配’”^①。我国的科学的心理学是奠定在马克思主义哲学即辩证唯物主义与历史唯物主义理论基础之上的。马克思主义哲学对于科学研究的基本要求是什么呢?恩格斯说:“唯物主义的自然观不过是对自然界本来面目的朴素的了解,不附加以任何外来的成分。”^②毛泽东提倡实事求是,“‘实事’就是客观存在着的一切事物,‘是’就是客观事物的内部联系,即规律性,‘求’就

① 恩格斯:《自然辩证法》。《马克思恩格斯选集》第三卷,人民出版社1972年版,第533页。

② 同上书,第527页。

是我们去研究。”^① 总之，实事求是、按事物本来面目去了解事物而不主观臆测，这就是认识事物的客观性原则，是认识一切事物、一切科学研究都应该遵循的。心理学作为研究人的心理活动规律的科学，由于研究对象的特殊性，尤其需要严格遵循客观性原则。科学的心理学是在客观性原则指导之下，选择并运用各种研究方法的。

心理学的研究方法很多，其中主要的是观察法、实验法、调查法、测验法、产品分析法和个案法。

一、观察法

观察法是在日常生活条件下，通过被观察者的外部行为动作从而了解其心理的方法。

人的劳动、学习、交往等各种活动，各种外部行为动作，都是在他的心理调节、支配之下实现的。因此，通过对他在活动中的外部表现，他的行为动作、言谈表情的观察，了解他的思想、感情，了解他的心理是可能的。事实上人们在交往中对别人心理的了解，在日常生活中对心理学知识的获得，都是凭借观察实现的。只不过那种观察是偶然的、片断的、无计划的。

作为心理学研究方法的观察，是有目的、有计划、有系统的。观察法是在自然条件下，在日常生活条件下使用的。日常生活条件并未受到干扰，被观察者并不知道自己被观察，其活动表现是比较自然的。因而所得事实材料是比较真实的。这是观察法的优点。但是，也正因为观察法是在日常生活条件下使用的，是当被观察者发生某种心理活动的外部表现时才能进行观察的，因而它使观察者处在被动的地位。观察法不仅带有被动性，而且观察所得的材料也

^① 毛泽东：《改造我们的学习》。《毛泽东选集》第三卷，人民出版社1967年版，第759页。