

广东高等教育出版社

022235



主 编 李 新
副主编 周建中

心理学原理



A0316844

022235

心理学原理

李新 主编

周建中 副主编



广东高等教育出版社

B84

94-2

粤新登字 09 号



心 理 学 原 理

主编 李新 副主编 周建中

*

广东高等教育出版社出版发行

达华电子有限公司排版

江门日报印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 11.75 印张 254 千字

1992 年 7 月第 1 版 1992 年 7 月第 1 次印刷

印数 1—15 000 册

ISBN 7—5361—0870—2/B·29

定价:4.90 元

前 言

本书坚持用辩证唯物主义原理作指导,以普通心理学为理论框架,有选择地吸收教育心理学、学校管理心理学和社会心理学的观点,体现改革创新的精神,贯彻理论联系实际原则,从内容到形式都力图有所突破,做到思想性、科学性、实践性和师范性统一。

本书是为师范院校、教育学院编写的心理学教材,内容丰富充实,在教学中由于目前规定的教学时数较少,全部讲完尚有困难。为此,我们建议教师抓住重点、难点讲授,一些次要的、易懂的内容,则指导学生自学,以培养学生的自学能力。

本书是在广东省高等教育局教学处领导下编写的。先由集体讨论写作提纲,然后分章由个人执笔。参加编写人员有:李新(第一章、第十三章)、王泽欢(第二章)、何文达(第三章)、谭小娴(第四章)、廖丽珠(第五章)、谢洁依(第六章)、程甫(第七章)、周建中(第八章、第十四章)、陈振中(第九章)、叶深南(第十章)、王凤兰(第十一章)、林振海(第十二章)、关真如(第十五章)。李新、周建中同志负责统稿、定稿。在成书过程中,我们得到广州教育学院、西江大学的大力支持,采用一些学者的研究成果,谭颂红同志绘制全书插图。在此,谨向上述单位和个人致以衷心的感谢!

由于编者写作水平有限,本书有缺点和错误之处,敬请专家读者指正。

编者

1992年6月

(841)		章四第
(841)		章六第
(841)		章一第
(831)	目 录	章二第
(181)		章三第

第一章 绪论

(81)	第一节 心理学的对象、性质和地位	(1)
(81)	第二节 心理学的任务和作用	(9)
	第三节 心理学的研究步骤和方法	(13)

第二章 科学的心理观

(88)	第一节 心理与生理	(21)
(81)	第二节 心理与实践	(36)
	第三节 心理与行为	(42)

第三章 感觉与知觉

(80)	第一节 感觉与知觉概述	(52)
(81)	第二节 感知觉的规律及其应用	(69)
	第三节 观察力的培养	(77)

第四章 记忆

(188)	第一节 记忆的概述	(85)
(048)	第二节 记忆的过程	(94)
	第三节 记忆的品质及测定	(107)

第五章 思维

(038)	第一节 思维的概述	(116)
(838)	第二节 思维过程与概念形成	(125)
	第三节 创造性思维	(140)

第四节	思维的品质及培养	(144)
第六章	想象	
第一节	想象的概述	(149)
第二节	想象的种类	(153)
第三节	想象的品质及培养	(161)
第七章	注意	
第一节	注意的概述	(166)
第二节	注意规律及其在教学中的应用	(173)
第三节	注意的品质及测定	(179)
第八章	技能	
第一节	技能的概述	(186)
第二节	技能的形成	(188)
第三节	技能的训练与培养	(195)
第九章	情绪与情感	
第一节	情绪与情感的概述	(202)
第二节	情绪与情感的种类	(208)
第三节	培养健康的情绪与情感	(216)
第十章	意志	
第一节	意志的概述	(222)
第二节	意志行动及其心理过程	(231)
第三节	意志的测量与磨炼	(240)
第十一章	需要、动机与价值观	
第一节	需要	(244)
第二节	动机	(250)
第三节	价值观	(258)
第十二章	个性心理特征	

第一节	能力·····	(269)
第二节	气质·····	(281)
第三节	性格·····	(291)
第十三章 个体品德		
第一节	品德的概述·····	(301)
第二节	道德内化为品德的过程·····	(303)
第三节	学生不良品德的矫正·····	(317)
第十四章 群体心理		
第一节	群体是活动的主体·····	(324)
第二节	群体中的人际关系·····	(333)
第三节	集体心理与班级管理·····	(347)
第十五章 心理卫生		
第一节	心理卫生概述·····	(351)
第二节	心理卫生保健工作·····	(356)

第一章 绪论

这是本论

德国心理学家冯特(Wundt, W. 1832—1920)于1879年在莱比锡大学建立世界上第一个心理实验室,采用自然科学的实验方法,对人的心理进行实验,从而把心理学从哲学中分离出来成为一门独立的新科学,标志着心理学的诞生。冯特著的《生理心理学原理》,被誉为“心理学的独立宣言”。我国自先秦以来的文化遗产中蕴藏着丰富的心理学思想,但作为一门科学的心理学,则是19世纪初由西方传入的。100多年来,心理学走过一段不平坦的道路,亦有过鼎盛的时期。

第一节 心理学的对象、性质和地位

一、心理学的对象

任何一门科学都有它的特定研究对象,否则就不能成为一门科学。那么,心理学的研究对象是什么?

有的心理学家认为,心理学的研究对象是“直接经验”。^①

有的心理学家认为,心理学的研究对象是“个体行为和心理过程”。^②

① 杨清:《现代西方心理学主要派别》,辽宁人民出版社,第80页。

② E.R.希尔加德等:《心理学导论》,上册,北京大学出版社,第17页。

有的心理学家认为，“心理学研究对象是心理”，“包括各种心理现象及其规律性”。^①

有的心理学家认为，“心理学是研究人的心理活动规律。”^②

可见，从现代心理学家到当代心理学家，对心理学的研究对象有不同提法，这说明随着科学技术的发展，对心理学研究对象的认识日益深刻、准确和完整。

心理现象是多种多样的，也非常复杂。心理学主要研究人的心理现象，也研究动物的心理现象，既研究个体心理现象，也研究群体的社会心理现象。人的心理有内容与形式两个侧面，心理内容是指来源于客观现实为人们所意识到的各种映象的本身，而心理形式是指这种映象存在的方式、组织和结构。例如，你看见香蕉、听到歌声、懂得改革开放的意义，在大脑中留下具体形象和具体想法，都是心理内容，而“看见”、“听到”和“懂得”则是心理活动形式。心理学主要是研究人的心理活动形式及其发展变化规律。当然，心理学在考察人的心理现象时，也不可避免地涉及一些心理内容，因为内容与形式统一不可分割。

一般来说，心理学主要从如下三个方面去研究人的心理现象及其发展变化规律。

(一) 心理过程

心理过程泛指心理操作的加工程序，通常把认识过程、情

^① B.B. 波果洛夫斯基等：《普通心理学》，人民出版社，第8—9页。

^② 林传鼎主编：《心理学词典》，江西科技出版社，第58页。

绪(情感)过程和意志过程统称为心理过程。

认识过程,是指人们获得知识和运用知识的过程,包括感觉、知觉、记忆、思维、想象和言语。人对客观事物的认识,始于感觉和知觉。通过五官(眼、耳、鼻、舌和皮肤),人开始认识事物的个别属性,如声调、颜色、冷热、粗细、软硬、明暗,这就是感觉。感觉是一种简单的心理现象。在感觉的基础上,人能分辨出事物的整体,如国旗、汽车、花草、树木,这就是知觉。知觉是人对物体整个属性的认识。人感知过的事物能贮存在头脑中,必要时还能提取出来,这就是记忆。人还能通过对已有的知识经验的加工去获得间接的、概括的知识,从而认识事物的本质和规律,这就是思维。例如,人对月食的知识 and 基本粒子的知识,均是借助于思维而获得的。通过口头语言和书面语言的描述,人脑能形成从未感知过的新形象,这是想象。例如,中学生借助教师的描述,能想象出原始社会的生活情景、“古人”的形象。通过感觉、知觉、记忆、思维、想象等活动,人逐步认识事物的性质和规律,故在心理学上统称为认识过程。

情绪(情感)过程是人对待他所认识的事物、所做的事情、以及自己态度的主观体验的过程。人在认识事物过程中,不会无动于衷,总要表现出一定的态度和倾向,如愉快或不愉快,满意或不满意,喜悦或忧伤,以及体验自豪感、自卑感、理智感等,这种对于认识或所操作的事物的态度的主观体验过程就是情绪,情感过程。如贝多芬第一次演奏《D 弥撒曲》和《第九交响曲》,把许多人都感动得哭了,他在终场以后也激动得不醒人事。可见,情绪和情感也是人的心理活动的重要形式之一。

意志过程是人在自己的活动中设置一定目标,按计划不

断地排除各种障碍，力图达到目标的心理过程。人对客观事物，不仅要认识它，还要改造它。为了改造客观事物，就要提出目标，制定计划，选择完成计划的方式、方法，并付诸实施，自觉克服各种困难，以达到预期目的，这就是意志行动。如60年代石油工人开发大庆油田，90年代我国科学家赴南极考察，他们“一不怕苦，二不怕死”，克服难以想象的困难，终于达到预期目的，这就是意志行动。可见，意志行动也是人的心理活动。

在现实生活中，人的认识、情绪与意志不是孤立地进行，而是紧密联系着。人的情绪和意志受到认识活动的影响，而人的情绪和意志也影响人的认识活动，情绪可以成为意志行动的动力或阻力，而人的意志亦可调控自己的情绪。

(二) 心理状态

人的心理活动在一段时间里出现相对稳定的持续状态，这类心理现象称为心理状态。例如，注意、分心、好奇、困惑、喜悦、振奋、活跃、消沉、冷淡、忧伤、悲愤、沮丧、恐惧、惊讶、激动、镇定、紧张、松弛、后悔、克制、犹豫、果断等，都是以不同形式表现出来的心理状态。任何一种心理状态，既有心理过程的成分，又有个性差异的色彩，通常是各种心理活动的综合表现。例如，“人逢喜事精神爽”，这时候，感受性高、记忆清晰、思维活跃、情绪平稳、行为果断，这种兴奋状态便是各种心理活动的综合表现。心理状态有一定持续性，一经产生，其持续时间可达几小时，几天甚至几个星期，既不象心理特征那样持久、稳定，也不象心理过程那样起伏、多变。人的心理过程都会出现相对稳定的心理状态，而心理状态亦影响人的心理活动

过程。唐诗：“举头望明月，低头思故乡”；“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”。这两句诗反映了两种不同心理状态——前者思念故乡，后者高兴赏花，都直接制约着其心理活动过程。

(三) 个性心理

个性是指一个人的总的精神面貌，反映了人与人之间差异的稳定的特征。个性的心理结构包含三个子系统：个性倾向性、个性心理特征和自我。

个性倾向性是推动人进行活动的系统，是个性心理结构中最活跃的因素，在人的心理活动中起着主导和定向作用。个性倾向性包括需要、动机、理想、信念、价值观、人生观等。需要是个性倾向性的基础，动机是推动人进行活动的内部动力，价值观是人们用来区分好坏标准的内心尺度并制约个性倾向性其它成分。

个性心理特征是人的能力、气质和性格特点的一种独特的组合，集中反映了一个人的精神面貌的稳定的类型差异。例如，在能力方面有的人聪明能干，有的人愚笨无能；在气质方面，有的人活泼好动，有的人安静稳重；在性格方面，有人坚韧不拔，有的人优柔寡断。因此，个性心理特征也成为心理学研究的内容。

自我亦称自我意识，是个人的一种自觉因素。从心理形式上看，自我意识具有认识的、情绪的和意志的三种形式。在认识方面，有自我观察、自我认定、自我评价等，统称为自我认识；在情绪方面，有自我感觉、自尊、自爱、自重、自恃、自卑等，统称为自我体验；在意志方面，有自立、自主、自制、自强、自信、自卫、自律等，统称为自我控制。自我意识上述三种表现形

式综合为一个整体，便构成个性的基础——自我。

二、心理学的性质

一门学科的性质，是由它的研究对象特殊性质的规定性所决定的。心理学究竟属于哪类科学？在国内、外心理学者有过争论。有人认为，心理学是社会科学；有人认为，心理学是自然科学；我们认为，心理学是介于自然科学与社会科学之间的边缘科学（亦称中间科学）。根据何在？从心理主体看，人既是自然实体，又是社会实体；从心理的根源看，心理既是人脑发展的产物，又是社会发展的产物；从心理的内容看，既包括自然现实，又包括社会存在；从心理活动看，既是大脑的反映活动，又是客观事物刺激的结果。因此，心理学是一门介于自然科学和社会科学之间的边缘科学，不要简单地把心理学归入自然科学，也不要机械地把心理学理解为社会科学。当然，在心理学的分支中，有一些分支偏于自然科学，有一些分支偏于社会科学，这也是客观存在的。

三、心理学的地位

众所周知，构成现代科学体系有三大基石：自然科学、社会科学和哲学。那么，以研究人的心理为对象的心理学，在现代科学体系中居于何种地位？人的心理是脑的机能，是客观现实的反映，这就决定了心理学在科学体系中特殊地位。而人既是从事认识活动和实践活动的主体，又是心理活动的载体和承担者，任何认识和改造客观世界的过程，如果没有人参加或者违背人的心理活动规律，则难以实现宏伟的目标。因为，人的心理活动规律贯穿于人的生命过程的始终，贯穿于人的社

会实践的始终,贯穿于每门科学发展的始终。据此,科学分类学家凯德洛夫(B·M·KeipoB)认为,心理学在整个科学系统中占有中心位置。为了说明这一点,凯德洛夫绘制一个“科学三角形”(如图1-1),表明心理学处于自然科学、社会科学和哲学之间的中间地位,与三者发生直接联系。后来,凯德洛夫

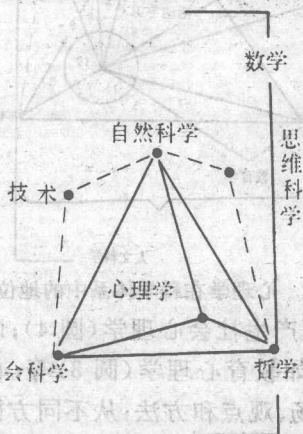


图 1-1 心理学在科学体系中的地位(1)

根据科学技术发展,对科学三角形做了某些补充,改为科学纺锤形(如图1-2),进一步揭示心理学与其它科学的接触点,说明心理学确实处于许多科学系统中的核心地位。在三角形中,首先划分出心理学的研究范围(圆1);在心理学和自然科学的接合部上是动物心理学(圆7);心理学在同生产实践、科学技术、医疗活动等方面的交叉点上,产生劳动心理学、工程心理学(圆6),医学心理学,病理心理学(圆5);心理学同一般抽象科学的联系,在控制论的接合上形成心理控制论(圆8);同数学的接合部上又形成数学心理学(圆9);在心理学和社

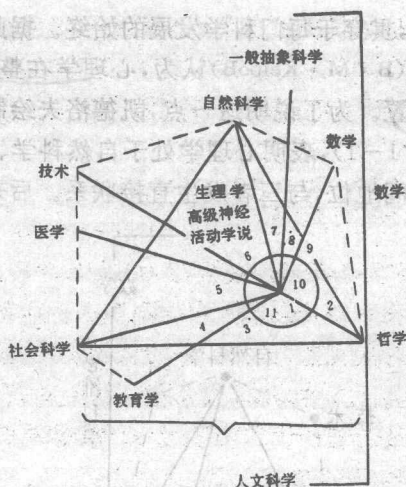


图 1-2 心理学在科学体系中的地位(2)

会科学的接合上便产生社会心理学(圆 4);以及一些独立的应用心理学分支,如教育心理学(圆 3)等;心理学与哲学联系,是通过不同立场、观点和方法,从不同方面研究人的思维过程(圆 2);创造心理学是人类智力活动的最高级领域(圆 10);它同科学技术、文学艺术和社会活动有密切联系,是心理学与哲学接触点上的重要升华。可见,心理学在现代科学体系中占有核心地位。^①

科学的发展是由生产决定的,但生产的发展又以科学为条件。每一个历史时期,总有带头的科学,促进生产的发展。当前人类面临新的技术革命,对人的心理素质要求越来越高。据

① 凯德洛夫:《关于心理学的方法论问题》,载《心理学探新》,1983年第4期,第46—47页。

未来学预测,心理学可能成为未来前沿的带头科学之一。

第二节 心理学的任务和作用

一、心理学的基本任务

科学的任务就是揭示客观规律,并用来指导人的实践活动。所谓规律是指事物发展过程中的本质联系和必然趋势。心理学的基本任务,就是揭示心理的规律,探索心理的机制,查明环境因素、机体因素、主观因素的变化与心理变化的确定关系,得以调控人的心理活动和实践活动。具体地说,心理学担负着下列三项研究任务。

(一) 研究心理现象的发生及其规律

世界上一切现象,包括自然现象、社会现象和精神现象,都不是孤立存在的,而是相互制约的。任何心理现象的发生都受到客观条件和主观因素的制约,并对其它现象产生一定的影响。例如,强烈的刺激物的突然出现会引起学生的无意注意,并对教师讲课产生消极影响;强烈的求知需要能诱发学生产生学习动机,并对学习活动产生积极影响。因此,研究心理现象的发生,揭示它的规律,乃是心理学研究任务之一。人的心理规律有不同的层次,心理学研究亦要从不同层次揭示心理规律。人们一旦掌握心理现象发生的规律,便能主动地创设或控制条件,诱发或消除某种心理现象的发生,这对于认识和改造客观世界,对于教师搞好教育、教学工作,有着重要的意义。

（二）研究心理发展的趋势

任何事物的发展,有一个从简单到复杂、从低级到高级的发展过程。科学的任务,要研究事物的发展趋势,预测事物的未来。因此,研究和预测个体心理、群体心理的发展趋势,也是心理学研究任务之一。例如,一个人怎样从动作思维发展到形象思维、再发展到逻辑思维;中小学生学习科学概念的形成,怎样从具体到抽象,从模糊到精确。通过研究和预测学生心理发展的趋势,教师就能因势利导,做好教书育人工作。有人疑问:人的心理看不见、听不到、摸不着,怎能预测它的发展趋势呢?我们的回答是肯定的。因为,宇宙之间一切事物都服从因果关系。心理学研究表明,知道某种心理现象发生原因,便可预测它的发展结果,由看得见的东西,可推断看不见的东西。

（三）研究心理控制的手段

心理学探索人的心理规律,最终目的是为了有效地调控人的心理活动和实践活动,以实现人类心理活动最优化,使个人进步,使社会昌盛。人的心理活动需要控制,也可以控制。传说战国时代,有一次,魏王要考考孙臧的军事本领究竟有多大,便问:“你能让我从座位上下来吗?”孙臧说:“大王坐在上边嘛,我是没有办法让你下来的,如果大王坐在下边,我却有办法让你坐上去。”魏王不知是计,便从座位上走下来。这是心理控制的一个生动事例。一个人的心理不能自我控制,则不能成为正常的人,甚至胡作非为;一个社会的大众心理失去控制,则不能保证社会安定团结,乃至天下大乱。因此,研究心理控制的条件、方式和手段,更好地调控人的心理与行为,也是