



心理学

(修订二版)

主编 韩永昌

Xinshiji Gaodeng Shifan Yuanxiao Jiaocai



新
世
纪
高
等
师
范
院
校
教
材



新世纪高等师范院校教材

心 理 学

(修订二版)

主 编: 韩永昌

副 主 编: 马嘉美

编 者: 田玉荣 马嘉美

李建军 郭秀艳

韩永昌

主 审: 杨治良

华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学/韩永昌主编.—2版(修订版).—上海:华东师范大学出版社,2000.

新世纪高等师范院校教材
ISBN 7-5617-1055-0

I. 心… II. 韩… III. 心理学—高等学校:—师范学校—教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 66162 号

责任编辑 张捷

责任校对 郭绍玲

封面设计 高山

心 理 学

(修订二版)

韩永昌 主编

华东师范大学出版社出版发行
(上海中山北路 3663 号 邮政编码 200062)

新华书店上海发行所经销

江苏句容市排印厂印刷

开本 890×1240 1/32 印张 12.75 字数 360 千字

2001 年 1 月第一版 2001 年 10 月第四次印刷

印数 60 001—82 000 本

ISBN7-5617-1055-0/G·464

定价:13.00 元

出版说明

1986年,我社受国家教委有关部门的委托,根据国家教委师范司制订的《二年制师范专科学校八个专业教学计划》的要求,与全国各省、市、自治区教委合作,共同组织编写了全国高等师范专科学校教材20余种;并与华东六省教委密切协作,编写了能反映华东地区师专教学和科研水平的、适应经济建设较为发达地区的师专教学需要的教材40余种。师专第一次拥有了比较符合自己培养规格、规律和教学要求而自成系统的教材。实践证明,师专教材建设对于提高师专教学水平,保证师专教学质量起到了重要作用。

近几年来,在邓小平理论的指引下,我国的教育事业取得了很大发展。国家教委根据《中国教育改革发展纲要》的要求,针对高等师范专科学校的教育特点,颁发了《高等师范专科教育二、三年制教学方案》,进一步明确了高等师范教育面向21世纪的发展目标和战略任务,以及教学内容和教学结构的改革要求。

自出版第一本师专教材以来,我社多年来分阶段地对师专教材的使用情况进行了跟踪分析,又于1995年开展了较为系统的全面调查。调查中,教师普遍反映,现有师专教材尚不同程度存在着与当前师专教学实际相脱节的现象;对各学科中的新发现、新理论、新成果,未能加以必要的反映,已跟不上当前社会、经济、科技等发展的新形势。考虑到师专从二年制向三年制发展的现状和趋势,我社于1996年初与华东六省教委有关部门一起,邀集全国48所师专代表专门研讨了师专教材建设问题,随即开展了部分教材的修订和新编工作。1999年,我社又进行了更大范围的实地调查,发现不少地区已将对中学教师的培养提高到了本科水平,在专业设置、课程计划、教学要求等方面都有变化。为此,我们对部分教材作了进一步的修订,使其能够适应新世纪的师范教学需要,同时也可用于中学教师的职后培训。

师范院校教材建设并不是一个孤立的系统,它必须服务于师范教育的总体规划。它已经历了从“无”到“有”的过程,并将逐步实现从“有”到“优”的目标。我们相信,通过各方面的努力,修订和新编的师范院校教材将充分体现基础与能力相结合,理论与实践相结合,当前与未来相结合的特色,日臻完善和成熟。

这次编写和修订工作得到了有关省市教委的大力支持,我们谨在此深表谢忱,并向为师范院校教材建设付出辛勤劳动的各地师范院校领导和所有参加编写、修订和审稿的专家、学者等致以衷心的感谢。

华东师范大学出版社

2000年1月

修订二版前言

本书是教育部委托编写的高师公共课《心理学》(修订二版)。《心理学》初版和修订版受到高师广大师生的欢迎和支持。随着国家教育的不断深入和心理科学的飞快发展,我们在初版、修订版的基础上又进行了第二次的修订工作。

本书的宗旨为:阐述心理学的基础理论及其在教育上的应用。以心理学的基础理论为主,密切联系教育的实际。

一、坚持循序渐进的原则,讲清心理学基础理论,为教育学、学科教学法和教育实习等课程的教与学打下坚实的基础。

为了体现师范性,国家制定教学计划在高师开设了心理学、教育学、学科教学法(学科教育学)和教育实习四门公共课。开课顺序是心理学、教育学、学科教学法、教育实习。这四门课犹如四级台阶,心理学是先行课,要为教育学、学科教学法和教育实习等课程的学习打下基础。多年的教学实践证明:按这个顺序开课是符合循序渐进原则的,是符合掌握知识技能的逻辑顺序的,教学效果是比较好的。另外,由于学生在高中阶段没有学过心理学,必须从心理学的入门知识学起,“由浅入深”“由近及远”,才能使学生对这些课程的学习扎实、顺利地进行下去。

二、坚持理论联系实际的原则。

把心理学的基础理论与教育的实际有机地结合起来,学以致用,是本书的一个重要特点。首先,本书用六章的篇幅讲授学习理论、知识学习与迁移、品德学习、学生心理健康教育和学校中的群体心理等与教育密切相关的课题。其次,基础理论部分每一章都设有心理学的基本规律在教育上的应用的专题与培养学生学习方法和策略

的专题。再次,在每一节有关内容的说明解释部分力求使用有学生学与教师教的生动实例。总之,本书注意体现理论与教育实际密切结合的精神,力求把理论与教育实际水乳交融地有机结合起来。

参加修订二版工作的有韩永昌、马嘉美、田玉荣、李建军。由韩永昌任主编,马嘉美任副主编。第一、二、三、四、六、十二、十三章由韩永昌编写,第八、十、十一、十四、十五章由马嘉美编写,第五、七章由田玉荣编写,第九、十六章由李建军编写,郭秀艳参加了实验心理部分的增补工作。

杨治良教授始终担任了本书的主审,并对本书的编写和修订给予了极大的支持和帮助。本书初版、修订版副主编符丕盛教授也对本次修订给予了关心和支持。

本书在修订期间得到了华东师范大学出版社和烟台师范学院、南京晓庄学院领导的大力支持,在此一一表示感谢。

在修订过程中参考了大量中外作者的资料,在此也一一表示谢意!

由于编者水平有限,错漏之处在所难免,敬请批评指正。

作 者 2000年3月

目 录

第一章 绪 论	1
第一节 心理学的研究对象	1
第二节 科学的心理观——心理的本质	3
第三节 学习心理学的意义	10
第四节 心理学的分支	11
第五节 心理学研究的原则和方法	12
第二章 心理的生理基础	16
第一节 神经元	16
第二节 神经系统	20
第三节 大脑的结构和功能	23
第四节 内分泌系统	27
第五节 心理与遗传	29
第三章 注 意	33
第一节 注意概述	33
第二节 注意的规律性	36
第三节 注意的规律在教与学中的应用	39
第四节 注意的品质	44
第五节 注意策略	48

第四章 感觉、知觉、观察	51
第一节 感觉、知觉、观察概述	51
第二节 感 觉	53
第三节 知 觉	60
第四节 观察策略	71
第五节 感知、观察规律在教学上的应用	74
第五章 记 忆	78
第一节 记忆概述	78
第二节 记忆的信息加工理论	85
第三节 记忆的基本规律	90
第四节 记忆的策略和方法	98
第五节 中学生记忆的特点与记忆能力的培养	101
第六章 思维与创造	106
第一节 思维概述	106
第二节 思维方法与思维策略	111
第三节 形象思维与想象	118
第四节 创造性思维	121
第五节 发明创造的思维方法	130
第六节 培养学生思维和创造能力	135
第七章 情绪和情感	139
第一节 情绪和情感概述	139
第二节 情绪理论	144
第三节 情绪和情感的种类	147
第四节 应激与挫折	150
第五节 中学生的情绪、情感特点与教育	152
第八章 意 志	156
第一节 意志概述	156

第二节	意志行动过程·····	160
第三节	意志与教育·····	164
第九章	人 格·····	170
第一节	人格概述·····	170
第二节	气 质·····	179
第三节	性 格·····	190
第四节	人格测量·····	195
第五节	性格与教育·····	199
第十章	能 力·····	205
第一节	能力概述·····	205
第二节	智力与智力结构理论·····	209
第三节	能力测验·····	216
第四节	能力的个别差异·····	220
第五节	中学生的智力发展与开发·····	223
第十一章	需要、动机和自我意识 ·····	230
第一节	需 要·····	230
第二节	动 机·····	235
第三节	兴趣与信念·····	245
第四节	自我意识·····	247
第十二章	学习理论·····	255
第一节	学习概述·····	255
第二节	我国古代的学习心理思想·····	260
第三节	联结派学习理论·····	261
第四节	认知派学习理论·····	264
第五节	其他学习理论·····	268
第十三章	知识的学习和迁移·····	271

第一节	知识学习·····	271
第二节	动作技能学习·····	275
第三节	学习策略的学习·····	279
第四节	学习的迁移·····	285
第十四章	品德学习·····	290
第一节	品德概述·····	290
第二节	品德的形成与发展·····	294
第三节	中学生优良品德的培养·····	306
第十五章	中学生心理健康教育·····	310
第一节	心理健康·····	310
第二节	中学生常见的心理问题·····	319
第三节	学校心理健康教育·····	328
第十六章	学校中的群体心理·····	335
第一节	群体心理概述·····	335
第二节	班集体心理·····	341
第三节	学校中的人际关系·····	346
附录:基础心理实验	·····	354
第一节	心理实验的意义和要领·····	354
第二节	基础心理实验·····	364
主要参考文献	·····	392

第一章 绪 论

本章主要内容:1. 心理学的研究对象。2. 科学的心理观。3. 心理学研究的原则和方法。4. 学习心理学的重要意义。

第一节 心理学的研究对象

心理学,是研究心理现象及其规律的科学。人的心理结构十分复杂,能动作用极其巨大,是人类生存与社会发展的十分重要的因素。为了研究方便,一般把心理现象分为心理活动的过程、人格、心理状态。

一、心理过程

心理过程,包括认知活动的过程、情感活动的过程、意志活动的过程。

(一) 认知过程

我们在校园漫步时,可以听到悦耳的歌声,看到美丽的花朵,嗅到扑鼻的芳香。我们在上课时,思考老师提出的问题,记住学过的知识,回忆经历过的各种各样的事情,等等。上述“听到”、“看到”、“嗅到”、“思考”、“记住”、“回忆”等就是认知活动的过程,它贯串于我们的学习、工作、发明、创造之中。

(二) 情感过程

人们在认识世界的基础上,会产生喜、怒、哀、乐、爱、恶、惧、悲等

情感活动。我们看到齐白石的一幅虾趣图,会产生愉悦的美感;听到奸商坑骗消费者的消息,会产生非常愤怒的情绪。上述喜怒哀乐的过程就是情感过程。

(三) 意志过程

根据学习目的和工作的要求,学生积极学习,努力工作,控制自己去克服重重困难,圆满地完成的过程,就是意志过程。意志过程是人们主观能动性的集中表现。

认知、情感、意志过程之间有着不可分割的密切联系。人在认识事物时必然要产生一定的感情。例如,一个人对祖国的改革开放政策认识得越深刻,对祖国的感情就越深厚。“知之深,则爱之切”。有了积极的感情,就能产生坚强的意志行动,努力去完成各项任务。可见,在认识基础上可以产生情感、意志。反过来,情感和意志对认识也可以起到推动作用。三者是辩证统一的。

二、人 格

人格包括动机系统、心理特征系统和自我监控系统。这三个系统,是有机结合在一起的,是在长期的心理活动和实践活动中形成的。每一个人的性格,既有稳定性(习惯性)也有整体性,还有差异性。

(一) 动机系统

动机系统包括动机、需要、兴趣、信念等,心理倾向,是激活行为、维持活动的内部动力,是个体积极性的源泉。

(二) 心理特征系统

心理特征系统包括气质、性格、能力

气质指的是人的性情和脾气。有的人性情祥和,有的人脾气暴躁。性格指的是待人接物的态度和行为习惯,如有的人待人热情,有的人办事认真。

(三) 自我监控系统

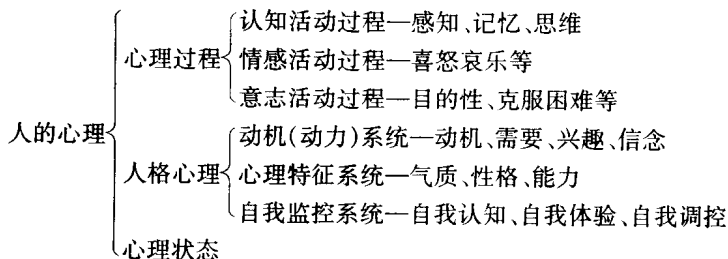
自我监控系统就是自我意识系统,包括自我认知、自我体验、自我调控等。

人格与心理过程密不可分。首先,人格是在长期的认知、情感、意志的心理过程中形成的。其次历史中形成的人格结构,又以动机

(动力)作用、惯性作用、自我调控作用支配当前正在进行的知、情、意的心理过程,并直接影响当前工作和学习行为的效果和质量。人格与心理过程是心理现象的两个侧面,是无法分开的。

三、心理状态

心理状态是在特殊情境中形成的暂时性的心理持续状态。例如,在思维过程中的苦思冥想、浮想连翩、灵感状态、顿悟状态;情感中的轻松愉快、兴高采烈、应激状态;意志行动中的优柔寡断、意志消沉、进退两难;心理障碍中的幻觉状态、妄想状态、躁狂状态、抑郁状态等等。心理状态是介于动态的心理过程与稳态的人格之间的特殊的心理现象。既不像认识活动那样不断变化,也不像人格那样稳定,在日常生活、学习和工作中可经常出现。如果某一心理状态长期持久地发展下去,就会逐渐变成人格特征。例如,一个人长期处于乐观的心理状态,久而久之,就可逐渐形成乐观的人格特征。



第二节 科学的心理观——心理的本质

人的学习、工作、发明、创造等活动,都是在心理的支配、控制之下进行的。人的心理的主观能动性是极其巨大的。自古以来,有许多哲学家、教育家、医学家都在探索心理的奥秘,对于心理现象的本质是什么,心理和物质(人脑和客观现实)存在什么关系等课题,提出了许多不同的看法和观念。唯心主义心理观认为:人的心理是不依赖于物质而独立存在的、虚无缥缈的、永恒不灭的灵魂。有人把神秘的灵魂凌驾于现实世界之上,将心理看成是第一性的,认为物质世界是第二性的,是由心理或灵魂派生出来的。这就把心理与物质的关

系颠倒过来。有的神秘主义者竟然宣扬“灵魂不死”、“灵魂转世”、“灵魂可以升天成神成仙”等封建迷信思想,并以唯心主义心理观愚弄人民,欺骗人民。

参考资料 1-1

一起特大凶杀案的反思

1980年2月,在贵州省某县发生了一起特大凶杀案。一个凶手杀死十三口人。值得深思的是:被害者是心甘情愿被杀的。凶手谢某是一个骗子,自吹是“奎星”下凡,经常往来于天上人间,向神仙报告人间善恶,胡说能引渡有善缘者升天成仙。某县城关公社秘书张某甲,某地质勘探公司工人张某乙,存有灵魂不死的观念,迷信天上有神仙老祖,梦想升天成仙。二张拜谢某为师,被谢某骗去大量金钱。谢某心虚怕日后被告发,决定杀人灭口,斩草除根。2月15日谢某欺骗二张说:“天上老祖已经同意你们升天,要好好准备。”二张非常高兴。2月21日深夜,谢某在张某甲主动配合下,在附近山洞里先把张某甲的八个子女杀死,使之“升天”。2月22日深夜,谢与二张“商量”用“水遁法”升天。谢让二张自己搬来石头放到河边。由谢某把张某甲夫妇、张某乙夫妇和两个孩子分别捆在石头上。二张心甘情愿地让谢某推到大河里淹死。张某乙由于绳子与石头脱开,在水中挣扎。谢某见其未死,恐留后患,立即用石头砸张,妄图打死张。张某乙此时才发现谢某没安好心;只得游到对岸,向政府报案。两个多月后谢某在四川被逮捕法办。二张之所以上当受骗,甘心情愿被杀,其自身原因是头脑中存有“灵魂不死”、“除去凡体升天成仙”的迷信思想。(人民日报1980年)

朴素唯物主义心理观认为:人的心理是人体的一种机能。战国时期荀况在《天论》中说:“形具而神生。”有了人体才能产生心理活动,物质的人体是第一性的。南北朝时期的范缜在《神灭论》中说:“形存则神存,形谢则神灭。”人有了形体才能有精神即心理,人死了就没有精神了。荀子与范缜有力地驳斥了精神不灭、灵魂不死的唯

心主义谬论。这种心理观在当时是有进步意义的。但由于古代科学水平不高,他们的思想只能是一种朴素的唯物主义心理观。

机械唯物主义心理观认为:人的心理是客观事物(刺激物)作用于人的感官和神经系统而引起的反应。这种心理观虽有科学实验为依据,由于忽视了人的心理的社会本质和主观能动性,仍不能正确解释人的心理的本质是什么。

科学的心理观认为:人的心理意识,是人脑对客观现实的能动的反映。人的心理,既不能脱离人脑这个自然基础,也不能脱离社会现实这个社会基础。否则,人的心理既不能产生也不能发展。人的心理、意识一经产生和发展,就能充分发挥其认识世界、创造世界;认识自己、教育自己的巨大的主观能动作用,推动人类发展,推动社会进步。这就是人的心理的本质,就是科学的心理观。

一、人的心理、意识是高级物质的高级反映形式

世界是物质的,反映性是一切物质都具有的普遍属性。随着物质的不断发展,反映的形式,也随之由低级向高级不断发展。人的心理、意识是物质的高级反映形式。

(一) 无机物只有物理和化学的低级反映形式

岩石风化或被水冲刷成砂砾是物理的反映形式,铁受潮生锈是化学的反映形式。砂砾和铁锈是两种物质相互作用留下的痕迹,这个痕迹就是最简单的反映。

(二) 生命现象出现后有了感应性的反映形式

感应性,指的是生物体以整个身体的变动,对外界具有维持生命作用的物质刺激,所作的直接反应。如葵花向阳就是感应性的表现。原始单细胞动物,如变形虫,遇到可食性物质,就会作出朝向、摄食、消化的反应;对有害物质则作出逃避反应,这也是感应性的表现。

(三) 动物进化到一定阶段产生了心理的反映形式

随着动物的不断进化,动物体逐渐地产生了神经细胞和神经系统。随着外界条件的不断变化,动物在本能行为的基础上逐渐产生了条件反射的能力(后天学习能力)。具有条件反射能力的动物,就意味着已经摆脱了遗传、本能的局限,开始有了后天学习能力,有了动物的心理。动物心理的发展,随着其物质载体——中枢神经系统

由低级向高级的演化,经历了以下三个阶段:

1. 感觉阶段

这是无脊椎动物的心理阶段。例如,蜜蜂头部已经有神经节,可以对外界事物的个别属性进行反映;并以感觉来控制行为,应付外界环境。

2. 知觉阶段

这是脊椎动物的心理阶段。爬行动物和鸟类的中枢神经系统已经发展成了脑,有了一定的综合能力,能够知觉事物的整体。例如,鸽子已经有前脑,有了较强的空间知觉和运动知觉能力,能够运用知觉调节运动方向,控制多变的飞行行为。哺乳动物大脑半球的面积越来越大,大脑的分析综合能力即心理活动能力有了进一步的发展。

3. 思维萌芽阶段

动物演化到了高级哺乳动物,出现了思维的萌芽——动作思维。黑猩猩已经有了发达的大脑皮层,能够进行高级的分析综合,反映事物之间的因果关系。例如,黑猩猩能用嚼碎的树叶当作“海绵”去吸取树洞中的积水来解渴;能用“手”去掉树枝的小枝杈和叶子,制成木棍(工具)插入白蚁洞中粘出白蚁吃。海豚的“智慧”越来越引起人们的注意,海豚经过训练可以“跳高”、“直立”、“导航”和“海里救人”。

(四) 人的意识

人的心理、意识发展,与人的社会环境和社会实践活动密切相关。人在劳动实践中产生了高级的结构复杂的大脑新皮层,产生了言语器官,在心理功能上就产生了抽象思维能力和语言能力,产生了人的意识。这就使人成了万物之灵,成了地球的主人。人的心理和意识,是既有联系又有区别的两个概念。从哲学上讲:人的心理、意识都是人脑对客观现实的反映。从心理学上讲意识则是人的心理的高级层次,能够调节、控制和驾驭各种心理活动,维持人格诸多要素的统一。由此可见,人的心理、意识,是由人脑这个高级物质产生的最高级的反映形式,是动物的脑和动物心理长期发展进化的结果。

二、人的心理、意识来源于客观现实,具有社会性

人的心理、意识所反映的内容,无论是简单的还是复杂的,都来源于客观现实。客观现实中有花草树木,人脑中才能有花草树木的