



心理学教学参考

编著 欧立寿（主编） 李仲纬
邹良根 张信兴 孙祥敏

军事科学出版社

心理学教学参考

编著 欧立寿 (主编) 李仲伟
邹良根 张信兴 孙祥敏
审校 郑和钧

军事科学出版社

心理学教学参考

编著 欧立寿(主编) 李仲伟
邹良根 张信兴 孙祥敏

*

军事科学出版社出版发行
长沙政治军官进修学院印刷厂印刷

*

787×1092毫米 1/32 印张10.94 字数241千
1988年2月第一版 1988年2月第一次印刷
印数 1—10,000

ISBN 7-80021-050-2/E·050

定 价: 2.50元

前 言

这本心理学教学参考书，是由空军政治学院、海军政治学院、西安政治学院、长沙政治军官进修学院等四所军队院校协作编写的。编写本书的目的，是为了配合总政治部宣传部推荐教材《思想政治工作心理学》的教学，扩大教员、学员及其他读者的知识面，开拓思维，提高思想政治工作心理学的教学和研究水平。

书中内容共分四部分。第一部分：“心理学名词术语浅说”。编入名词和术语180余条。这主要是为了使读者能简略地理解和掌握心理学常用名词术语的基本含义、使用范围和发展梗概，力求做到一个名词或术语即为一个小的知识系统。第二部分：“心理实验设计简介”。介绍了两种类型的心理实验方法：一种是心理学课堂教学演示实验方法，这主要是为提高心理学课堂教学质量服务，使学员能形象地直观地理解抽象的心理学原理；另一种是心理学研究性实验方法，这主要是为开拓读者的思维，努力用实验的方法研究思想政治工作心理学的理论，以提高研究水平。第三部分：“心理测验量表选编”。通过介绍心理测验的原理、方法和各种测验量表，使读者掌握心理测验这个了解人们心理的工具，并通过自我测试更深刻地认识自己的心理素质，以便在实践中有针对性地进行锻炼和校正。第四部分：“典型事例心理剖析选粹”。编写这部分的意义在于提高读者运用心理学原理和知识，分析和解决思想政治工作中常见问题

的能力。概言之，一切为提高我军院校思想政治工作心理学教学质量服务，为在部队普及心理学基本知识服务。

尽管我们编写这本书的愿望是良好的，但是，由于思想政治水平和心理学专业知识水平有限，难免有错误之处，敬请专家、学者、教员、学员及广大读者批评指正。

本书在编写过程中，受到编者所在学院训练部领导的支持，特别自始至终得到空军政治学院训练部袁克人副部长和长沙政治军官进修学院训练部领导的重视和支持。湖南师范大学教育与心理研究所副所长、副教授郑和钧，在繁忙的教学和科研工作中，热心担任本书的审校工作并欣然作序。军事科学出版社的领导和吴振水编辑、政治军官进修学院教保处和第四政工教研室的同志，为本书的出版和征订做了大量的工作。此外，柳炳仁、宋开友、武怀堂、杨彬、刘红松等同志，为本书做了许多技术性工作。可以说，这本书是集体的智慧和力量的结晶，是领导与群众相结合、专家与群众相结合的结晶。

需要特别说明的是，本书属教学用书，书中引用、参考和选录了不少国内心理学专家、学者和其他同志的研究成果及资料。除已向有关作者（知其地址者）征求意见、表示谢意外，这里谨再作说明，还恳请有关同志（难以告知者）恕不告之罪，并致崇高的谢意。

编者

1987年11月

序

湖南师大副教授 郑和钧

党的十一届三中全会以来，在我军部队中广泛开展了军事心理学的研究。许多军事和政治院校开设了心理学课程，初步形成了一支军事心理学教学和科研队伍，出版了一批军事心理学著作，出现了一个学习心理学和自觉地运用心理学的热潮。这对于加强部队思想政治工作的科学性，提高管理水平和军事训练的效益以及保证自卫作战胜利，起了积极的作用。实践证明，在部队中普及心理学知识、大力开展军事心理学研究，对提高我军官兵的素质和战斗力是很有好处的。

心理学是一门实验科学。要建设以马列主义为指导的具有中国特色的军事心理学，就必须开展军事心理实验，研究军事心理规律，为我军现代化建设提供科学依据。进行心理测验方面的研究，有助于准确地选拔各类军事人才，科学地评价军政训练的质量，提高部队的战斗力。为此，本书编者有选择性地介绍了一些心理实验和心理测验方面的知识，以引起同志们的重视，进而提高研究军事心理的能力。本书还选择了一些常用的心理学名词术语，并对其进行解释和说明，为广大读者自学心理学提供了方便。学习心理学的目的全在于运用。本书的作者还选择了一些具有代表性的典型事例，从心理学的角度进行深入剖析，并提出进行引导教育的措施，将给读者以启发。《心

理学教学参考》内容丰富、生动有趣、通俗易懂。它的出版必将推动心理学知识在部队的普及。这是部队心理学工作者为我国军事心理学的发展做出的新贡献。

本书是一本教学用书，它为读者学习心理学提供了很多有价值的工具性资料。尽管这本书选编了一些国内外现成的研究成果，全书的逻辑结构还不甚严密，但是，编写者这种为心理学教学服务，为广大读者服务，为普及心理学知识和提高心理学研究水平的动机，是值得称颂的。我相信，这本书出版发行后，会受到广大教育工作者和初学心理学者的欢迎的。

1988年1月于长沙

目 录

第 一 部 分

心理学名词术语浅说

- 二画：人格、人工智能、人际知觉、人际沟通、
七情说……………（ 1 ）
- 三画：才能、个体、个人化、习惯……………（ 3 ）
- 四画：天资、分心、专心、从众、内省法、内倾型和
外倾型、中间型、反馈、反从众、反暗示、反
社会攻击型、心理卫生、心理分析、心理压力、
心理状态、心理顺应、心理相容、心理断乳、
心理自卫机制、支配与顺从……………（ 6 ）
- 五画：本能、外化、发泄、生物钟、生物机制、母爱、
主观偏误……………（ 14 ）
- 六画：自责、自尊心、自卑感、自居作用、自我评价、
自我意识、自我控制、自我暗示、后悔、后怕、
企图、厌倦、厌恶感、过度压抑型、仿效、冲
突、冲动行为、妄想、观念、价值观、安全感、
同化、同情感、优越感、优势动机、优柔寡断、
优势兴奋中心、好奇驱力、动力定型、动机体
系、动机冲突、早期教育、成就动机、团体心

- 理、团体行为、团体内聚力、军事心理学……（17）
- 七画：技能、驱力、灵感、时尚、时髦、忧郁、投射沟通、系统化、社会化、社会规范、社会适应、社会距离、社会心理学、社会赞许动机、社会交互作用、社会刻板印象、武断性、求知欲、攻击动机、间接暗示、纵向研究法……（33）
- 八画：定向、定势、态度、视野、沮丧、服从、具体化、具体思维、性驱力、责任感、孤独症、丧志症、转移作用、抵消作用、直接暗示、受暗示性、表情和手势、青年心理学……（43）
- 九画：活动、迷恋、勇敢、独立型、亲和与依赖动机、顺从型、幽默作用、适时强化、适宜刺激、首因效应、逆反心理……（50）
- 十画：素质、恐惧、热情、爱情、烦恼、调节、原型启发、晕轮效应、疲乏感、爱国主义情感、高级神经活动类型……（55）
- 十一画：惊奇、理解、理智型、强化、情操、情绪型、情感共鸣、情感效能、情感深度、情感协调、情感熏陶、移情作用、隐蔽行为、教育心理学……（60）
- 十二画：联想、智力、焦虑、道德习惯、道德认识、道德行为、道德评价、道德信念、道德意识、道德意志……（66）
- 十三画：暗示、意象、意志型、感觉的情绪色彩、群体归属感、群体认同感、辐合思维与发散思维……（69）

十四画：模仿、舆论、愿望、精神发泄、管理心理学…（73）

十五画：憧憬、毅力…（75）

第 二 部 分

心理实验设计简介

一、普通心理学课堂教学演示实验选编

实验1. 感觉适应	（80）
实验2. 动觉的作用	（81）
实验3. 词在知觉中的作用	（82）
实验4. 经验对知觉的影响	（82）
实验5. 影响人估计时间的因素	（83）
实验6. 错觉	（84）
实验7. 注意的广度	（85）
实验8. 注意的分配	（86）
实验9. 注意的转移	（87）
实验10. 注意的集中性	（88）
实验11. 注意的稳定性	（89）
实验12. 联想在记忆中的作用	（90）
实验13. 机械记忆力	（91）
实验14. 学习目的和任务对识记效果的影响	（92）
实验15. 材料的意义对识记的影响	（93）
实验16. 解决问题的思维过程	（93）
实验17. 定势与问题解决	（94）
实验18. 功用固定性与问题解决	（95）

实验19. 创造性思维测验·····	(96)
实验20. 技能形成熟练过程·····	(97)
实验21. 技能的正迁移·····	(98)
实验22. 技能的负迁移·····	(98)
实验23. 反馈在练习中的作用·····	(99)
实验24. 面部表情的判断·····	(100)
实验25. 意志的作用·····	(102)
实验26. 人际关系测验·····	(102)

二、社会心理学研究性实验介绍

实验 1. 第一印象·····	(105)
实验 2. 态度对认知的影响·····	(107)
实验 3. 认知对象的社会意义对认知的影响·····	(108)
实验 4. 社会刻板印象·····	(108)
实验 5. 认知者的切身利益关系对归因的影响·····	(109)
实验 6. 成就需要·····	(110)
实验 7. 社会动机在完成任务中的作用·····	(111)
实验 8. 表扬、批评在激发动机中的作用·····	(112)
实验 9. 逐步提出要求与态度改变·····	(113)
实验10. 团体规定与态度改变·····	(114)
实验11. 宣传的度与态度改变·····	(115)
实验12. 宣传者的威信对转变态度的影响·····	(116)
实验13. 从众行为·····	(117)
实验14. 社会助长作用·····	(119)
实验15. 社会刺激情境上的差异对助长作用的 影响·····	(120)
实验16. 他人评价对社会助长的影响·····	(121)

实验17. 社会顾虑倾向·····	(123)
实验18. 对才华的敬仰与人际吸引力·····	(124)
实验19. 态度的相似性与人际吸引力·····	(125)
实验20. 沟通方式对沟通效果的影响·····	(126)
实验21. 领导方式与领导效果·····	(127)

第 三 部 分

心理测验量表选编

一、心理测验的原理和方法·····	(130)
(一) 什么是心理测验·····	(130)
(二) 心理测验的种类和作用·····	(134)
(三) 心理测验的编制·····	(135)
(四) 心理测验的实施·····	(139)
(五) 心理测验的应用问题·····	(141)
二、心理测验量表选编·····	(144)
(一) 测验题·····	(144)
1. 你的记忆力好吗·····	(144)
2. 试试你的记忆力·····	(146)
3. 你了解自己的创造个性吗·····	(147)
4. 你有发散思维能力吗·····	(149)
5. 检验一下你的创造心理·····	(150)
6. 创造力自我测验 (一) ·····	(154)
7. 创造力自我测验 (二) ·····	(156)
8. 你具有耐冲击力吗·····	(157)

9. 看看你的创造能力怎样	(160)
10. 测测你的推理能力	(161)
11. 考考你的非常规思维	(167)
12. 你能应付事变吗	(169)
13. 你属于哪种气质	(172)
14. 怎样判断你的性格类型	(176)
15. 看看你的意志是否坚强	(178)
16. 你的性格是内倾型还是外倾型	(181)
17. 你有管理才能吗	(184)
18. 了解自己的领导方式	(188)
19. 你是哪种类型的领导者	(192)
20. 青少年怎样选择最理想的志愿	(193)
21. 自学目标的选定	(200)
22. 选择适合自己个性的学习方法	(203)
23. 你会交朋友吗	(209)
24. 你善于与人交谈吗	(212)
25. 你了解自己的爱人吗	(213)
26. 你教育子女的方式正确吗	(214)
27. 你的心理衰老了吗	(218)
(二) 各题答案	(220)

第 四 部 分

典型事例心理析剖选粹

一、小姜象个兵样了	
——战士的角色与学习	(258)

二、新战士王强的日记	
——新战士的不适应心理与引导·····	(261)
三、连务会上的争论	
——干部的思维定势与克服·····	(263)
四、“歪歪理”的迷途知返	
——后进战士的定势心理与震慑校正·····	(265)
五、王卫国认错	
——战士的意义障碍与消除·····	(269)
六、小李是怎样“阴转晴”的	
——战士的情绪变化与掌握·····	(273)
七、“乐天派”的苦恼	
——战士的心境与调节·····	(275)
八、“脱缰的野马”巧驾驭	
——战士的激情与控制·····	(277)
九、“夸家会”医治了“思乡病”	
——战士的思乡情感与诱导·····	(279)
十、申指导员巧断“家务事”	
——战士的心理失调与平衡·····	(282)
十一、一堂不成功的政治课	
——战士的逆反心理与校正·····	(285)
十二、“魏强调”的变化	
——战士的自我防卫心理与消除·····	(287)
十三、一张“和尚像”	
——战士的需要与满足·····	(290)
十四、小陈为什么说谎	
——战士的动机与激励·····	(292)

- 十五、张雷为啥不愿冒尖
——战士的相互感应心理与工作艺术……（297）
- 十六、丢掉的石榴不难找
——战士的自尊心与批评艺术……（299）
- 十七、拖拉机与坦克车
——战士军事技能的迁移与促进……（304）
- 十八、爬过了这道长坡就是平路
——战士技能练习的高原现象与突破……（306）
- 十九、炮团礼堂门前的争吵
——战士的气质与教育……（309）
- 二十、王维是出窑的砖定了型吗
——战士的性格与塑造……（313）
- 二十一、两次民主会为啥结果不同
——战士的从众心理与引导……（315）
- 二十二、郭指导员的就职演说
——首因效应与利用……（318）
- 二十三、一班长的带兵妙招
——暗示心理与运用……（321）
- 二十四、小邢的笑声为啥突然消失
——战士的病中心理与心理治疗……（323）
- 二十五、在战士掌声中发现的问题
——干部的影响力与增强……（327）

第 一 部 分

心理学名词术语浅说

二 画

人格 亦称个性。是指一个人所具有的各项比较重要的和相当稳固的心理特征的总和。人格是在个人的生理基础上，受到家庭、学校教育和社会环境等的影响，而逐步形成的诸如气质、能力、兴趣、爱好、习惯和性格等心理特征的总和。人格的形成、发展与完善贯穿人的一生。人格和个性这两个概念的含义基本一样。西方称个性为人格，旧中国心理学文献中也多用人格一词。新中国成立后，由于受苏联心理学的影响，逐渐改用个性一词。但人格和个性也有差别。人格显示个体之间行为的风格差异，还指人的尊严、自尊心。例如，革命烈士夏明翰有崇高的人格，而民族叛徒汪精卫则丧失了人格。个性则着重于个体心理特质的差异，例如，某人性情急躁，而另一人性情温柔。

人工智能 也称“机器智能”。它是指利用机器代替人类智力活动的科学研究领域。它是20世纪50年代后期崛起的一门新的科学，也就是我们平常所说的“电脑”。目前，读书、下棋、计算、医疗诊断、炊事工作以及各种科学研究活动等，都

普遍应用着人工智能。人工智能的研究成果对于人类的学习、记忆和思维活动，提供了新的研究方法和理论依据。人工智能的研究主要有三条途径，两种方法。仿生学途径是选择人脑作为原型，从生理结构方面，用人工的神经网络模拟人脑，仿造“类大脑”的机器，如“感知机”、“联想机”等；心理学途径是研究人脑的种种智能，如感知、记忆、判断、推理、学习等方面的心理活动规律，然后用计算机来模拟各种智能；计算机软件的制作途径就是用计算机去解决那些原来靠人的智能才能够解决的问题，但其信息处理过程并不模仿人脑的心理活动过程，只要最后的结果起到某种智能的作用就行。仿生学途径用的是结构模拟的方法，后两种途径用的是功能模拟的方法，两者都运用心理学的研究成果，但计算机软件的制作途径，并不拘泥于机械模仿心理过程的具体细节。当前，人工智能的应用研究和基本理论与心理学关系较密切的方面有：模式识别与机械视觉，自然语言的理解系统、信息处理的心理学原理、启发式探索理论等。

人际知觉 对人与人相互关系即人际关系的认知。人与人之间的关系融洽与否，对人的学习与工作有很大影响。关系亲密，就会产生一种协调和谐的心理气氛；否则，会出现紧张的心理气氛。在前一种心理气氛下，人与人之间会相互帮助、支持与鼓励；在后一种心理气氛下，则会相互排斥，相互对立。因此，领导者应该通过各种途径来了解人与人之间的关系，并据此作些必要的调整，以充分调动每一个人的积极性。

人际沟通 指人与人之间的信息交流。人际沟通是人们交