

心理学

XINLIXUEDE
XINJIESHUO

的新解说

一种思想，就是一点星火，
可以引燃一片莽莽的荒原！
一个理论，就是一豆烛光，
可以带来一个光亮的世界！

张前进
著



甘肃人民出版社

心理学的新解说

XINLIXUE
XINJIESHUO

一种思想，就是一点星火，
可以引燃一片莽莽的荒原！
一个理论，就是一盏烛光，
可以带来一个光亮的世界！

张前进
著



图书在版编目 (C I P) 数据

心理学的新解说 / 张前进著. —兰州:甘肃人民出版社,
2009. 10

ISBN 978-7-226-03891-8

I. 心… II. 张… III. 心理学—研究 IV. B84

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第 182116 号

责任编辑: 贾 文

封面设计: 马吉庆

版式设计: 马 嘯

心理学的新解说

张前进 著

甘肃人民出版社出版发行

(730030 兰州市南滨河东路 520 号)

兰州万易印务有限责任公司印刷

开本: 797 毫米×1092 毫米 1/16 印张 32.5 插页 3 字数 549 千

2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1~1 000

ISBN 978-7-226-03891-8 定价: 52.00 元

前 言

历史已经进入21世纪，沐浴着新世纪的曙光，享受着现代文明所带来的诸多便捷和愉悦，我们不禁感慨万千。回眸我们的先祖曾经走过的岁月，那是一段怎样艰难悲壮而又宏大无比的漫漫征程啊，足以令人类的所有后辈子孙唏嘘不已。如今，人类已经摆脱了早年的弱小、蒙昧与幼稚，变得越加成熟、理性和智慧，也已经跨越了生命旅途中曾经的泥泞坎坷和艰难曲折，走到了一个蓬勃发展的全新的历史时期——人类变得比以往任何时候都更加强大，在自然面前也有了更多的话语权和掌控力，这使得每一位能够有幸成为人类的一分子的人，无不感到由衷的自豪和骄傲！而所有这一切，无不依赖于人类长期进化所形成的特殊的大脑及其卓越的智慧，依赖于人类坚韧不拔的性格和不屈不挠的探索精神，依赖于人类那颗虽然有着种种劣性但仍然顽强地放射着互助、利他、仁慈与爱的光芒的心灵！

回顾历史，是为了展望未来。今天，站在新世纪的起点上，我们应该比以往任何时候更清醒地看待人类的过去，也能更理性地思考人类的未来：如何使我们更科学有效地使用自己的智慧，激发出自身更多的潜能和创造性；如何不断地修身养性、陶冶情操，使我们的心灵世界更加的健康和充满仁爱；如何不断地强化我们的意志品质和进取精神，不遗余力地向自然和自我开战，以创造出更加绚丽多彩的物质文明

和精神文明。所有这些，都迫切需要人类拿出自己的智慧，来科学有效地筹划和构建未来的发展之路。但毫无疑问，作为以解剖人类的心理世界，揭示人类特有的功能属性为己任的心理学，应该责无旁贷地发挥其独有的学科优势和作用。这种作用，不仅体现在为人的潜能开发提供技术，为科学探索和文化教育磨砺武器，还表现在为人的心理健康和优化提供方法，为社会的文明与和谐提供支持。在这方面，心理学都能够比其他学科起到更直接的支持和帮助作用！

具体到心理学本身，在经过了早期的幼稚、混乱和内部冲突之后，心理学已经逐渐走向成熟和规范，无论是在基本的理论研究方面，还是在实践的应用方面，心理学都已经建立起了庞大的基业，在人类的知识体系中占有重要的一席之地。尤其是采取信息加工观点的认知心理学的问世，更是赋予了心理学巨大的生命力，开创了心理学研究的全新的时代，使得人类向揭开心理这个内部黑箱奥秘的道路上迈进了一大步，大大深化了人类对自身的认识。再加上人本主义心理学影响的日益扩大，以及建构主义思潮的兴起，都使得我们对人的认识比以往更加的全面、深刻而且更具人性化了，这就为心理学的进一步发展打下了坚实的基础，也为心理学走向整合乃至最终的统一创造了难得的机遇，心理学也因此迎来了一个全新的历史发展时期！

所有这些，无论是时代与社会的进步，还是心理学自身的发展，都对心理学和每一位心理学工作者提出了更高的要求，整个心理学界也应该有着一种新的紧迫感、责任感和使命感，积极行动起来，继续加快和深化心理学的理论建设，努力扩大心理学的实践与应用范围，进一步提升心理学的学术价值和学科地位，使心理学为人类的文明和社会的进步发挥出更大更积极的作用！

■ 目 录

第一章 绪论

- 一、心理学的任务和目的
- 二、心理学的学科特点、学科定位、学科地位
- 三、心理学发展现状的评述
- 四、心理学的研究方法与研究取向
- 五、我们的理论特色

第二章 主客体相互作用决定行为

- 一、相互作用是自然界物质存在的基本形式
 - (一) 相互作用的具体形式
 - (二) 相互作用的一般特征
- 二、“行为源于主客体的相互作用”
是心理学最基本的规律
 - (一) 相互作用的普遍原理对于心理学的特殊意义
 - (二) 主客体相互作用规律的具体内涵
 - (三) 主客体功能关系的存在与表现形式
 - (四) 使用主客体相互作用原理应明确的几个问题
- 三、主客体相互作用决定行为的具体体现
- 四、其他理论、学说中所蕴含的主客体相互作用思想
 - (一) 皮亚杰学说
 - (二) 弗洛伊德之精神分析理论
 - (三) 行为主义

(四) 认知心理学

五、主客体相互作用规律给我们的启示

(一) 从主客体的相互作用看人生

(二) 从主客体的相互关系看幸福观、苦乐观

(三) 从主客体的相互关系看人才观

(四) 从主客体的相互关系谈潜能开发

(五) 从主客体的相互关系谈心理健康

第三章 主体结构

一、“结构”概念综述

二、主体结构的概念及其来源

三、主体结构概念的优势及其使用说明

四、主体结构的解析原则

五、主体结构的组织特点及功能特性

六、主体结构的一些重要成分

(一) 个性心理特征

(二) 个性倾向性

(三) 相对主体与相对客体

七、主体结构的变化性

(一) “变化”的内涵及其特点

(二) “变化”的现实意义

八、主体结构的差异性

(一) 个体差异的内涵及其特征

(二) 个体差异的现实表现及意义

第四章 主体结构对行为的决定作用

一、主体结构是一切行为的本体来源

(一) 主体结构的特质决定了行为的内容与形式

(二) 来自生物世界的启示

二、主体结构决定行为的内在机理和具体形式

(一) 主体结构决定行为的具体规律

(二) 主体各主要成分对行为的决定与影响

三、行为的目的和走向

- (一) 实现倾向
- (二) 快乐原则
- (三) 平衡法则
- (四) 主客同构与适应
- (五) 自我防御机制

四、认知因素在行为中的调节作用

- (一) 认知因素的功能与作用
- (二) 两种重要的认知行为

五、主体决定作用的应用

- (一) 主体结构的改良与调整
- (二) 强化主体的控制力度

第五章 客体及其对行为的决定作用

- 一、“客体”的概念
- 二、客体的类型及属性综述
- 三、客体的功能作用及其在现实中的存在与表现
 - (一) 客体作用的存在价值和意义
 - (二) 客体功能作用的具体表现
 - (三) 客体施加功能作用的主要途径和方式
 - (四) 客体作用的相对性和层次性
- 四、与客体概念及客体作用相关的一些论述
 - (一) 环境
 - (二) 刺激
- 五、客体、环境的设计与控制
 - (一) 人与客体环境的关系
 - (二) 社会环境的宏观设计与改良
 - (三) 文化与教育
- 六、客体决定作用引发的思考
 - (一) 自由与强制
 - (二) 适当的挫折与恶性刺激的必要性
 - (三) 人工环境
 - (四) 榜样的作用

第六章 认知与学习

一、学习的概念及其共性特征

二、影响学习的主要因素及其作用机理

(一) 主体认知结构是影响学习最重要的因素

(二) 认知结构参与影响学习的机制和方式

(三) 改善与调节的办法

三、影响认知与学习的其他因素

(一) 学习的能力和效果受着复杂的身心因素的影响

(二) 影响学习效能的具体因素及其作用的机理

四、几种典型的认知与学习形式

(一) 记忆

(二) 知觉

(三) 知识的理解

(四) 概念的学习

(五) 问题解决

(六) 技能的学习

五、与认知和学习有关的一些概念或论述

(一) 智力

(二) 认知与学习的区别和联系

(三) 知识与能力

(四) 学习能力、学习行为、学习习惯、学习规律、学习方法、 学习策略之特征及关系

第七章 行为的动力系统

上篇

一、动机问题探源

二、主客体的相互作用是行为产生的源泉和决定因素

(一) 行为的发生和运行是主体结构的固有特征和必然趋势

(二) 主体的各结构要素是以动力和能力两种形式参与和决定行为的

三、需要是产生行为的最重要的动机

(一) 需要的本质及其对有机体的意义

(二) 需要的功能作用

(三) 需要发挥作用的几种形式

(四) 关于需要特性的几点补充

四、其他动力因素对行为的影响

(一) 兴趣

(二) 意志

(三) 情感

(四) 态度

(五) 习惯

(六) 人格特质

(七) 思想与观念

(八) 理想与志向

(九) 信念

五、动机综述

下篇

一、行为运行状况的表征方法和指标

(一) 主客体各参与要素的具体状况、彼此的关系
对行为具有重要影响

(二) 有关心理倾向和心理活动的强度问题

二、结构倾向之间的斗争及行为的选择

(一) 冲突与斗争的原因、形式及内在机理

(二) 关于行为选择的一些问题

三、关于行为发生与运行中的动力分析

(一) 行为的动力状况综述

(二) 一些心理现象、行为活动的动力分析举例

四、来自动机原理的启示

(一) 如何促使有益内容的高强度兴奋

(二) “以顺带逆”原则

(三) 关于顺应自我还是对抗自我的思考

第八章 行为的控制系统

一、心理活动的一般特点及运行规律

(一) 心理活动的一般特点

(二) 进入意识空间的条件

(三) 心理活动的自然规律

二、从注意的角度考察心理活动的特点及其规律

(一) 注意的功能及其对心理活动的意义

(二) 注意的本质

三、控制是身心发展及行为正常运行的必要条件

四、控制的心理内涵及其实施的条件

(一) 控制的概念

(二) 控制的本质及其功能意义

(三) 控制过程的一般模式

(四) 控制实施的心理学条件

五、对控制本质的深层思考

(一) 控制的本质是指令性内容对后续行为的影响

(二) 控制的本质是动作程序的自我联结和自我显现

(三) 控制的条件性和局限性

六、控制的心理学意义及其与其他对象的相互关系

(一) 控制在各种心理学问题中的角色和意义

(二) 控制与意志、理智的关系

(三) 有意与无意

后记

主要参考书目

第一章 绪 论

心理学是研究心理现象发生发展规律及其内在机理的科学，也是用来揭示人的心理结构及其所决定的功能属性的科学。但是，众所周知，人作为自然界的一个物种，是我们目前所知晓的最复杂最高级的生命形式，人的心理现象也是自然界最复杂的现象之一。因此，对它的解读及其规律的探寻注定是一项艰难复杂的漫漫之旅，同时也是一项需要多层面解剖、多种研究视角渗透的复杂的系统工程，需要全人类的共同关注以及整个社会巨大的资源投入，更需要所有心理学工作者的忘我工作和通力合作，如此，我们才能渐进地增加和丰富对人的心理现象的认识，直至最终揭开这个暗箱的秘密。今天，我们站在新世纪的起点上，回首心理学一百多年来曾经走过的艰难曲折的发展之路，在仔细品读和欣赏心理学丰富的理论成果，以及深刻反思心理学曾经走过的泥泞和误区的同时，我们一方面为心理学已经取得的成就感到充实、满足和欣慰，另一方面也存在着深深的忧虑和殷切的期待：心理学正处于一个继往开来的新的发展时期，虽然它已经取得了举世瞩目的成就，但同时也暴露出一系列的问题，一些关键的大问题仍悬而未决。那么，心理学以后的发展之路究竟该如何走，心理学最终的大体系该怎样构建，如何才能把心理学引向更加光明的未来，为整个人类作出更大的贡献，这是摆在整个心理学界面前的不能回避的一大课题，也是需要每一位心理学工作者深入思考和认真筹划的。但是，我们有理由相信，以人类卓越的智慧，只要我们认真地吸取过去的经验和教训，通过全体心理学工作者的不懈努力，心理学一定会赢得更加光明的未来。

一、心理学的任务和目的

任何学科的设立都是针对一定的研究对象，并有着一定的理论任务和目的。心理学之所以成为一门独立的学科，也是有着特定的目的和宗旨的。从总的方面来说，就是为了探索心理活动的规律性，更深刻地认识和把握人性，为人类的社会实践提供特殊的帮助和服务。

人类有着与生俱来的好奇心和求知欲，它不仅对周围的世界感到好奇，想要了解与把握这个世界的各个方面的情况。同样，它也非常关注其自身，也对自身表现出了浓厚的兴趣，在这种关注和思考中，也产生了很多方面的困惑和疑问。因此，早在文明社会诞生之初，人就开始了对自己的探求和思考，著名的斯芬克斯之谜，就反映了人类的这种愿望。

人究竟是什么，人在自然界中占据着怎样的地位，人与其他动物有着怎样的关系和渊源，人的智慧是怎样获得的等等，所有这些与人有关的话题，一直以来就被人们以各种形式思考着、探究着，人类的许多先贤也对这些问题展开了天才的想象，而有关这方面的探索都熔铸在人类的哲学思辨、宗教想象、寓言童话中，心理学的建立，其实本质上仍然是人类的这种天然的探究欲和自我认识需要的体现，仍然是这种探究的继续。但是，心理学所采取的方式方法，却与人类以往的探究方式有着本质的不同，由此才使得人类对自身的认识有了突破性的进展，也揭开了人类自我认识的全新一页。

心理学产生之后，它对人的关注和探究更多了一层理智和科学精神，少了许多主观猜测和人文色彩的内容，它更需要像了解自然界其他事物包括其他动物品种那样，去客观中性地认识人、了解人，了解人的功能和属性，了解心理和行为的特点与规律，了解诸如意识、思维、语言、性格、动机等内心世界所包含的种种东西，以及这些内容和现象的本质及生物基础等等。也就是说，心理学对人的关注和分析，不能采取人们日常生活中对待自我的思考方式，也不能局限在那样的水平，它需要以自然科学的方法和态度，对人的各个方面进行系统、全面和深刻的探源，需要大量的实验数据的支持，需要假说、模型等理论构想。因此，它是整个一个学科的系统工作，需要建立概念、规则等高度组织化的规律体系，需要设置许多分支进行分门别类的专题研究。于是，随着心理学的发展，各个专门性的心理学分支也都陆续建立

起来，并发挥着各自独特的专职功能，从而使心理学无论从理论上，还是从应用上，都能得到更广泛更深刻的拓展。例如，普通心理学是研究正常人的心理现象和一般规律，是心理学最基本最重要的研究；而生理心理学专门研究心理现象的生理机制；发展心理学则是研究个体心理发生和发展的过程及其规律，主要揭示人的心理机能发生发展的一般规律和年龄特征；而认知心理学则主要探究人的知觉、思维、记忆等认知活动发生的心理机制；人格心理学则是重点探究人格形成发展的规律；教育心理学则是探究学校教育情境中学与教的心理活动规律，等等。

从另一方面来说，心理学的研究内容都是针对人们现实的问题和困惑而展开的，以帮助人们有效地清除内心的困惑，解决现实中存在的问题，而有关这方面的问题和困惑就太多了，这其中既包括普通人的一些疑问，也包括心理学专业领域的问题。例如，为什么有的人聪明，有的人愚笨？如何理解三岁看大，七岁看老？为什么江山易改，本性难移？人的学习都受哪些因素的影响，如何提高学习的效率？如何培养良好的习惯？为什么决心和信心对任务的高效完成有重大影响？为什么意志品质对人的成功至关重要？理想和志向对人生有哪些积极的作用？为什么一心不能二用？此外，人的心理发展分为几个阶段，各阶段有哪些典型特征？人在多大程度上能够决定和控制自己的行为，主观能动性的发挥有哪些条件限制？潜意识是怎么回事？认知因素对行为有哪些影响？应激状况下人的普遍心理反应有哪些？为什么会爆发动机的冲突和斗争，置身于冲突情境中人会依据哪些准则来做出选择？影响注意力的条件和因素是怎样的？以及语言产生的机制，概念的获得过程，人的知识是怎样表征和储存的等等。总之，心理学有大量的问题需要解释和解决，这是心理学必须要面对而不能回避的，任何一个合格的理论必须要对这些问题做出明确的回答。为此，心理学必须先探索这些问题背后所依存的原理和规律，揭示主体人格的内在组织和功能特性，找到影响行为运行的因素和条件，也就是说需要构建一套由概念、公式、规则所组成的被称为理论性的东西，用这些理论描述与表征现实，说明解释现实，探究问题的来龙去脉，寻找解决问题的办法和调节控制行为的方略等等。而现实中，许多规律或理论也都是围绕着一定的问题而展开和构建的，而能否科学合理地解释这些现象，解决这些问题，也是衡量规律原理或理论正确性的最重要的标准。

可见，任何一个学科都是为了说明和解释各种客观现象、事实以及为解

决特定的问题而产生和存在的，这是一个学科或理论存在的价值和意义，也是一个学科不可推卸的社会责任。而作为人类对自身的本质特性进行专职研究的一门学问，作为一门与众多学科尤其是社会人文学科都高度相关的中心学科，心理学应该为人的工作生活和社会实践提供更多的支持，承担起更大的社会责任。

总之，人类对自身有着太多的疑问和困惑，这些问题和困惑中有很大部分都属于心理学的范畴，或者与心理学有着直接间接的关系。心理学的任务就是要解开这些疑惑，解决这些疑难，以为人们的精神生活和物质生活提供更多的便利与帮助。令人欣喜的是，随着科学心理学的建立和学科本身的不断发展，人类有关自己的许多困惑和问题已经得到了解决，或部分地得到了解决。而且，随着心理学研究的不断深化和拓展，随着人们社会实践的不断丰富，还会产生许多新的问题，也将引发对人的更深入更广泛的思考和探究，与此相应的，人类对自身的认识也必将随着这种研究的不断深入而更加的清晰、准确而全面。

二、心理学的学科特点、学科定位、学科地位

任何一门学科都有它的研究范围和学科定位，也都有它产生的渊源，心理学自然也不例外。科学心理学最早是从哲学中分离出来的，在此之前，有关人的心理的一些研究探讨大多属于哲学的范畴，但哲学式的探讨是经验性和思辨性的，缺乏严格的实验基础。真正的科学心理学，是在采用了实证主义的研究取向，并采取了一系列自然科学的研究方法之后才逐渐建立并完善起来的。但是，由于心理学本身的特殊性，注定了它的发展道路是曲折的、复杂的，甚至直到今天，心理学早已经成为人类知识体系中一个公认的完整学科之后，它建立之初所面临的许多问题，如它的研究对象、研究方法，以及学科归属和学科定位等基本的问题，至今仍然没有得到彻底的解决，许多方面仍然存在着争论，仍然在一定程度上困扰着人们。

就拿心理学的学科定位来说，它究竟属于哪个学科范畴，是该算作自然科学，还是该算作社会科学？在心理学的历史上，围绕着这一问题就一直存在着争议，即便是现在，这一问题仍然是没有彻底地得到解决。一些心理学家主张心理学应该成为一门自然科学，应该建立起像自然科学那样的严密的

体系，早期詹姆斯就提出过这样的设想，行为主义者则把这一设想具体化并把它极端化。与此类似的观点认为心理学应该是一门生物科学，应该像研究动物的习性那样来研究人类的行为，如美国机能主义心理学家安吉尔。后来这些所谓的严格的科学方法和态度遭到了另一类强调人的价值、尊严的心理学家的大力反对和大力抨击，这就是后来崛起的被称为心理学第三思潮的人本主义。所有这些观点，都是有一定道理和意义的，都对真正完整意义的心理学学科体系的建立和最适宜的学科定位，具有积极的启示作用。

那么，为什么心理学的研究会出现这样的争议和困惑呢？这与心理学的研究对象有直接关系。我们知道，心理学是把人的心理现象和行为活动作为自己的研究对象，而人的心理和行为是一个十分特殊的存在物，与其他客体的研究与认知对象存在着很大的不同，是人对自身的一种研究和解读，是对人自身属性和特点的某种揭示。在这个过程中，人既是观察者、研究者，又是观察对象和实验对象，是研究者和研究对象集于一体的。也就是说，人是通过自身的功能特性来研究自身的功能特性，这在多大程度上能保持客观的认知，以及能够认识到什么程度和水平，有没有自身功能对自身认识的限制，这都还不好说，正如拿着火炬来照亮黑暗，虽然看到了黑暗中的许多东西，但看到的東西已失去了原来的自然面目了。正因为如此，心理学能否建立起自然科学那样客观严密的理论体系，能否成为自然科学家族中的合格成员，一直以来就是一个有争议的问题。

另一方面，人是一种有着很强智慧能力和自我意识的高等级动物，因此，即便心理学在其产生之前，人们也会对自己的特征和属性，对自身的心理和行为有着某种认识，当然，这些认识大都属于前科学的范畴，是人们通过自己的亲身感受和体验，以及对周围人的所作所为的观察而产生的松散式和经验性认识。而且，由于人的特殊性，心理学所研究的许多问题，其实早已被其他学科从不同角度和不同程度的研究着，而这些学科大多属于社会科学、人文科学的范畴，同时，人的许多心理特性和规律也被其他学科或生活实践以不同的方式应用着。正因为如此，人们在给心理学进行学科定位时才犹豫不决：把其定位为自然科学的范畴，难保其绝对的客观性，同时心理学的许多内容也是其他人文科学的研究对象和范畴，心理学的一些触角也必然要触及社会科学的领地，无论是从主观上还是从客观上都很难摆脱社会人文科学的影响，而且人文科学也确实能够提供许多现实的支持，丰富我们对人

性的认识和理解。但是，如果把其当作社会科学来对待，又违反我们建立心理学的初衷，同时也不可能达到我们对人的心理和行为规律的真正认识，也无法实现对人的特性和本质的客观把握，因为日常经验和人文科学所提供的多是一些现象类的知识、体验类的经验，或者是规律原理的具体应用和体现，无法提供内在的运作机理和严谨系统的规律体系。而且，人的许多人格特性和心理规律，不通过实验的方法，不采取自然科学的手段，也根本无法获知。总之，给心理学定位并不是一件容易的事情，会面临许多历史的或现实的干扰，也会遇到许多实际的难题，再加之要考虑到人的特殊性，人的尊严、价值，我们不能完全采用自然科学的研究方法，也不能像研究普通动物那样去研究人类自身，因此不妨走一条中间路线，把心理学定位在介于自然科学与社会科学之间的一门中间科学的位置或许更为得当。

因此，就目前来说，心理学通常被认为是自然科学与社会科学的交叉学科，处于各门学科的一个交叉点上，和许多学科都保持着密切的关系，许多方面甚至与其他学科存在着并行不悖的共同探讨。尤其是随着科学的发展和技术的进步，心理学与其他学科日益深入地交叉融合，其内部各分支领域也进一步分化综合，形成了一种具有强劲生命力的发展势头，涌现出了许多新的研究领域和分支，有力地促进了心理学的丰富与发展。例如，与脑科学相结合，探讨心理活动的生物学基础；与语言学、信息科学和计算机科学相结合，促进了认知科学的发展；与社会科学相结合，探讨人类社会生活各个领域的心理与行为问题。这样，就使得心理学能够更多地应用先进的技术手段，深入探讨意识的起源，思维的本质，心理活动的神经生物基础等重大的理论问题，同时更好地解决教育与科研、文化建设与经济发展等各个方面的实际问题，为心理学提供了新的更为广阔的利用远景。

总之，心理学的特殊性和所涉及内容的广延性，心理学与其他学科的复杂关系，都决定了我们在思考和确定心理学的研究取向和学科的最终定位时，绝对不能简单处置，应该抱着多元化的视角来看待心理学的现状和发展，应该以更开阔的胸襟汲取来自不同渠道的知识营养，以丰富和充实我们的认识。但是，不论采取怎样的研究视角，不论是侧重于心理学自然科学的特点的，还是侧重于心理学人文科学的特点的，不论是扩大心理学的外延，还是缩小心理学的外延，都不足以减损心理学拥有自己的研究对象、研究方法、自己的学科体系这样一个独立的学科地位。而且，随着心理学自身的发