

PSYCHOLOGY

心 理 学

张潮 乔五星 编著

山西人民出版社

心 理 学

张潮 乔五星 编著

山西人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学 / 张潮, 乔五星编著. —太原: 山西人民出版社, 2006. 8

ISBN 7-203-05674-0

I. 心... II. ①张... ②乔... III. 心理学 - 师范大学 - 教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 094720 号

心理学

著 者: 张 潮 乔五星	网 址: www.sxsccb.com
责任编辑: 莫晓东	经 销 者: 山西人民出版社
出 版 者: 山西人民出版社	承 印 者: 太原市天和泰印务有限公司
地 址: 太原市建设南路 15 号	开 本: 890mm×1240mm 1/32
邮 编: 030012	印 张: 12.75
电 话: 0351-4922220(发行中心)	字 数: 380 千字
0351-4922202(综合办)	印 数: 1-1000 册
E-mail: Fzxx@sxsccb.com (发行中心)	版 次: 2006 年 8 月第 1 版
Web@sxsccb.com (信息室)	印 次: 2006 年 8 月第 1 次印刷
Renmshb@sxsccb.com (综合办)	定 价: 24.80 元

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

目 录

第一章 绪论	1
第一节 心理学的研究对象	1
第二节 心理学的发展历史	14
第三节 心理学的研究原则和方法	22
第四节 心理学的研究意义、研究现状及发展趋势	32
第二章 心理的实质及其发展	36
第一节 心理的实质	36
第二节 个体心理的发展	53
第三节 影响个体心理发展的因素	61
第三章 注意	71
第一节 注意的概述	71
第二节 小学生的注意	85
第四章 感觉和知觉	91
第一节 感觉	91
第二节 知觉	100
第三节 小学生的感觉和知觉	114
第五章 记忆	123
第一节 记忆的概述	123
第二节 小学生的记忆	150

第六章 思维和想象	155
第一节 思维	155
第二节 想象	171
第三节 小学生的思维和想象	184
第七章 情感与意志	193
第一节 情绪、情感概述	193
第二节 意志	205
第三节 小学生的情绪、情感与意志	213
第八章 个性及其倾向性	223
第一节 个性心理概述	223
第二节 个性倾向性	226
第三节 自我意识	235
第四节 小学生的个性及其倾向性	241
第九章 个性心理特征	251
第一节 能力	251
第二节 气质	267
第三节 性格	281
第四节 小学生的个性心理特征	294
第十章 品德心理	306
第一节 品德心理概述	306
第二节 国内外关于品德形成的理论	314
第三节 小学生的品德	324
第十一章 群体心理	340
第一节 群体心理概述	340
第二节 学校人际关系	351
第三节 小学生的人际关系	358

第十二章 心理健康与学校心理辅导	367
第一节 心理健康概述	367
第二节 学校心理辅导	375
第三节 小学生的心理健康和学校心理指导	384

第一章 绪 论

第一节 心理学的研究对象

一、心理学是研究心理现象及其与行为关系的一门科学

心理学是研究心理现象的科学。心理现象是丰富多彩、错综复杂的,恩格斯曾誉之为“地球上最美的花朵”。心理现象既有人的心理现象,也有动物的心理现象;既有个体的心理现象,也有群体的社会心理现象。与物理、化学现象不同,心理现象不具形体性。由于人的心理活动他人无法直接观察,需通过对其行为的观察分析来推知其心理活动,加之心理与行为存在着密切的关系,因此心理学在研究心理现象时就必须研究受心理支配的行为。

(一)动物心理与人的心理

1. 动物心理

心理现象是心理学的研究对象,是一个很特殊的现象。心理现象没有自己独立的发展历史,它是物质世界长期发展的结果,是物质世界发展到一定阶段——出现动物以后才产生的。心理现象虽然主要为人类所特有,但它是在动物长期进化的基础上产生的。

动物在长期进化的过程中逐渐出现了一些简单的心理现象,这为人类心理的产生和发展奠定了基础。

动物进化的标志之一是其身体在结构和功能上的分化,神经系统的出现是其中最重要的一步,在此基础上逐渐产生了原始的心理现象。动物心理的进化和发展的过程经历了四个阶段:刺激感应性阶段、感觉阶段、知觉阶段、思维的萌芽阶段。每一阶段其神经系统的发展特点是不一样的。或者说由于神经系

统发展的阶段性特点,形成了动物心理不同的发展阶段。

(1)刺激感应性阶段

这是单细胞动物的心理发生阶段,单细胞动物具有一种散漫的、无意识的、无中枢的网状神经系统,能产生刺激感应性反映,能在一定范围内按照环境中的变化要素及自身的生存需要来调整自己的动作。例如,草履虫趋向营养物质,回避电击的反应。

(2)感觉阶段

感觉阶段是无脊椎动物的心理阶段,它是最原始、最简单的心理反映形式。该阶段的神经系统由梯形神经系统进化到了节状神经系统。该阶段的动物不仅能将外界刺激物的个别属性反映成映象,而且随着感官的进一步发展形成了各种本能。例如,蝴蝶对香味、蜜蜂对颜色、蚂蚁对气味的反映,以及蚂蚁的觅食、存食本能,蜜蜂的交际本能。

(3)知觉阶段

知觉阶段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,鸽子已经有了前脑,有了较强的空间知觉能力和运动知觉能力,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。

(4)思维的萌芽阶段

动物演化到高级哺乳动物,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,能够进行高级的综合分析,反映事物之间的因果关系。例如,黑猩猩能用嚼碎的树叶当做“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,制作木棍插入白蚁洞中粘出白蚁吃。马戏团的小狗能“解答”简单的数学问题。海豚经过训练可以“跳高”、“直立”、“导航”和“海里救人”等。

这种初级的动物思维为人类思维的发生、发展奠定了生物学的基础。

动物心理的发展

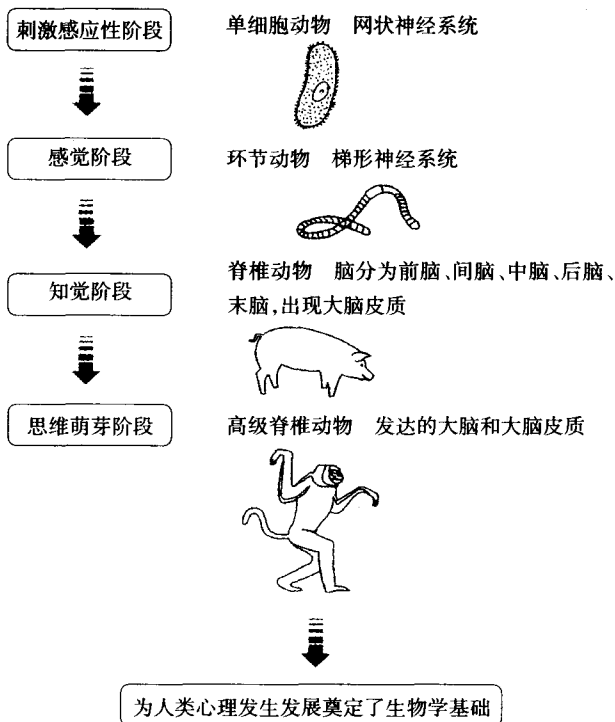


图 1-1 从动物到人的心理的进化

2. 人类心理的发展

(1) 人类的进化

人类是由动物进化而来的。科学证明,人类的祖先是高度发展的、现已灭绝的猿类。人类实现从猿类到人的这种进化必须具备三个条件。

第一,直立行走,手的发展。这是从猿到人转变过程中具有决定意义的一步。

直立行走使双手从行走机能中解放出来,成为劳动的器官,为劳动准备了条件,也使其身体姿势发生了重大的变化,头部可以抬起,视野可以扩大,来自

各种感官的刺激增多,摄入脑的映象增多。这些都发展了脑的机能。

双手的发展使其成为劳动的器官。在抓握和操纵物体时,双手由于与物体的接触而接受了各种各样的刺激,变成了认识物体的器官,促进了感知觉的发展。

第二,使用工具和制造工具。这标志着劳动的开始。在劳动中制造和使用工具促使了思维和想象能力的发展。劳动是一种社会化的活动,在劳动中个人的活动必须服从于其所属群体中的社会劳动关系,必须明了自己在群体中的地位和作用,从而逐渐区分出自己与其他群体成员并产生了二者的关系,这就使意识和自我意识得以形成。

第三,在劳动实践中逐渐产生语言。语言是从劳动中并和劳动一起产生的。由于语言本身具有交际的职能,而且它能使人类的认识发展到一个新的阶段,即语词思维或抽象思维阶段。所以人们把语言视为人类心理产生和发展的最直接的原因。

动物进化受生物原理和规律的支配,而人类的发展则受社会原理和规律的支配。所谓社会,是人类相互交往的产物,是各种社会关系的总和。人类群体必须生活在一定的物质生产资料基础之上。物质资料是由人类群体在一定的社会关系的基础之上创造出来的,并不是单个个体的杰作,所以人类是不能独立于社会而单独存在的。社会的发展制约着人类的发展。

(2)人类心理的特点

人类心理的发展主要有三个特点:意识性、社会性、语言的工具性。

第一,意识性。人类的心理是有意识的心理。

所谓意识,包括意识客体和意识自我两个重要方面。人类心理的意识性也可称为人的心理的自觉能动性。其具体表现包括四个方面:

①目的性、组织性和计划性:人能够清醒地觉察周围的事物的本质特征和内在联系。人不仅能做到有目的、有组织、有计划地认识社会,而且能自觉地改造自然和社会。而动物的一切活动,并不是根据自觉意图的预定目标来决定的。可见,目的性、组织性和计划性是人区别于其他动物的重要特征。

②预见性:人不仅能够意识到现实的生活状况,而且还能意识到过去和未来的生活图景(我们可以感知现在、回忆过去、展望未来)。人可以总结过去的经验、教训,还可以计划未来的活动,预料事物未来发展变化的可能性。其他动物既不能总结或积累经验,也不能预料未来的发展动态。可见,预见性也是人特有的一个心理特征。

③创造性:人的心理不仅能反映客观世界,而且能有意识地改造客观世界,为自己创造新的生活条件。人在改造客观世界、创造新的生活条件的同时,也改造着自己的主观世界,改造着自己的认识能力,创造新的精神世界。其他动物有时也能改造自己的环境,如筑巢,但这种行为是没有意识的,也不能有意识地创造任何东西。所以,创造性是人的心理的又一个独有特征。

④自我意识:自我意识是心理的特有形式。人的心理不仅能认识外部世界,而且能认识自己的身心状态,即把自己同自然界区分开来,从而可以站在自己的立场,从自己的观点出发,来调控自己同周围现实的关系。而其他动物并不知道自己与环境的关系,并不能把自己从自然界中区分开来。所以,自我意识也是人的心理独具魅力的一个特征。

第二,社会性。人的心理是社会性的心理。

人脑是人心理活动产生的器官,客观现实是心理活动的源泉和内容。所谓客观现实,是指人的心理之外的一切客观存在物,它包括人的整个社会生活的实践过程。可见,人的心理的产生和发展离不开人的社会生活条件,离不开各种社会关系。也就是说,人类的心理活动和内容受各个不同社会生活条件的影响和制约。不同时代、不同国家、不同民族、不同阶层的人们都有不同的心理特点。例如,原始人和现代人的心理具有很大的差别,不同的民族其心理特点也不同。可以说,人的心理、人对客观世界的认识是随着人们的社会生活条件、社会关系的改变而不断改变和发展的。

第三,语言的工具性。人的心理是具有语言功能的心理。

语言是人的心理产生和发展的最直接原因。巴甫洛夫曾指出:“正是词使人成为人。”语言对心理发展如此重要,是因为语言具有三个主要功能:概括功

能、调节功能、交际功能。

首先,人类借助于语言能对周围的事物进行概括性的认识,形成抽象思维,进而认识事物的本质和规律,预见事物的发展前景。其次,人类借助于语言不仅能意识到客观事物的存在,而且能意识到自身的存在,并对自身的行为进行有意识的调节。最后,人类借助于语言不仅协调了人们在劳动中的相互关系,加强了在劳动中的相互了解,而且将在劳动过程中把所有的经验积累下来并传递下去。

(二)个体心理与社会心理

1.个体心理

人是作为个体而存在的。个人所具有的心理现象称为个体心理。心理学将个体心理概括为心理过程、心理状态和个性心理三个方面。

(1)心理过程

人的心理过程是一种动态的变化过程,它包括认知过程、情绪、情感过程、意志过程。

认知过程是个体获得知识、应用知识的过程,包括感觉、知觉、记忆、思维、想象和言语等。我们看到的颜色、听到的声音、嗅到的气味、尝到的滋味等,都是感觉,是对事物的个别属性和事物的外部联系和关系的反映。客观环境中的许多事物是由多种属性综合而成的一个整体,依据我们已有的知识经验对事物加以识别和理解,这个过程就是知觉。知觉是在感觉的基础上产生的,但是并不是感觉的简单堆砌。人对事物的感知印象可以被保留在头脑中,并在适当的时候重新显现,这就是记忆。人在认识客观事物的活动中,不仅能依靠感知觉认识事物的外部特征,还能通过分析、综合、比较、抽象、概括等心理活动,发现事物的本质特征和事物之间的内在规律性的联系,这就是思维活动。人们还可以把头脑当中已有的事物形象进行加工改造而创造出新的形象,这个过程就是想象。想象是人类创造性活动中重要的心理成分。人们不仅能认识事物的现象、本质和规律,而且还能利用语言把自己的认识活动的成果与别人进行交流,接受别人的经验,这就是言语活动。

情绪、情感过程是伴随着人的认识活动而产生的各种各样的态度体验。人在感知、记忆、思维、想象的时候并不是无动于衷、麻木不仁的,而是会产生诸如满意或不满意、愉快或不愉快、喜爱或厌恶等内心的体验,这些体验就是情绪。在现实生活中,有的现象令人愉悦,有的现象使人忧虑,有的事物会引发人的爱慕之心,有的现象会使人产生厌恶之感,这些体验是人的情感。情绪和情感作为人对客观事物和自身的态度体验,构成了人类心理生活的一个非常重要的方面。

人在认识和改造客观世界和自身的活动中,会遇到各种各样的困难。人为了达到预定的目的而克服困难的过程就是意志过程。意志是人的意识的能动方面,也是人的主体性的心理表现。

以上三种心理活动简称为知、情、意。在现实生活中,人的认知、情绪、情感与意志活动并不是彼此孤立的,而是紧密联系、相互作用的。认知过程是最基本的心理过程,它是情绪、情感过程和意志过程的基础。情绪、情感过程是认知过程和意志过程的动力。意志过程对人的认知过程和情绪情感过程具有调控作用。

(2) 心理状态

在不同的时间或条件下,人的心理活动具有不同的状态。所谓心理状态,是指心理活动所具有的独特状况和相对稳定的性质。一般来说,心理状态是人在一定时间内各种心理活动的综合表现,如“人逢喜事精神爽”就是指人在一段时间里表现出感知敏锐、记忆清晰、思维活跃、情绪积极等一种综合的振奋状态。

一般而言,人的自觉的、清晰反映客观现实的心理活动,是以注意状态为基础并由注意状态相伴随的。注意作为一种比较紧张、积极的心理状态,是意识活动的基本特征。由于注意能够对刺激、信息进行选择、整合与调节,所以它是心理过程的必需前提和基本条件。

(3) 个性心理

个性心理是个体在物质活动和交往活动中形成的具有社会意义的稳定的心理特征系统,它是人的知、情、意发展到一定水平而且在人的活动中变得相

对稳定和完整之后,整合而成的人的一种稳定的精神面貌。个性心理是一个整体结构,包含着三个彼此紧密联系的系统:个性倾向性系统、自我意识系统、个性心理特征系统。

个性倾向性系统是推定个性发展的动力因素,决定着一个人的活动倾向性和积极性,集中地表现了个性的社会实质。它由需要、动机、兴趣、信念、理想、世界观、价值观等组成。

自我意识系统是一系列自我完善的能动结构,它充分地反映了个性对社会生活的反作用,是人的心理的能动作用的体现。自我意识系统包括自我认识、自我体验和自我监控三个方面。

个性心理特征系统是个性的个别性的集中表现,包括能力、气质、性格等心理成分。

2. 社会心理

人的社会性的特点决定了人不可能独来独往,总要与其他的社会成员发生种种联系,形成各种社会关系,如朋友关系、邻里关系、同学关系、师生关系等,从而产生诸如人际交往、合作竞争、社会促进、时尚、风俗、社会习惯、社会态度、偏见、舆论、流言、从众、遵从、团体心理、大众心理、民族心理等多种社会心理现象。社会心理就是从人的社会性的角度,来研究跟人的社会性有关的心里现象的。

(三)意识和无意识

人的心理现象一部分是当事人能够知觉到的,一部分是当事人不能够知觉到的,据此可将人的心理划分为意识和无意识。意识就是现时被当事人知觉到的心理现象,如我们在清醒状态下能够意识到作用于感官的外界刺激物,能够意识到自己的活动目标并做行为控制,能够意识到自己的需要、兴趣,能够意识到自己的心理状态,能够意识到自己的心身特点,把“自我”与“非我”、“主体”与“客观”区分开来。意识使人能够认识事物、评价事物、认识他人、评价他人、认识自我、体验自我、监控调节自我。除了意识活动外,无意识活动在人的心理生活中也是普遍存在的,如人在睡眠中的梦,自动化了的,活动,生活中的

口误、笔误等。近几十年来认知心理学掀起了内隐认知的热潮。内隐认知也属于无意识认知的范畴。

二、心理学的学科性质

心理学是兼有自然科学和社会科学两种属性的科学。它一方面和生物学结合,探讨心理活动的生理基础,研究人的自然属性,利用科学技术和手段,深入研究心理现象。另一方面它又和社会科学结合,研究人的社会属性,用以解决人的心理和社会问题。

(一) 自然科学的性质

心理学的自然科学属性,可从其研究对象、历史渊源与研究方法上得到说明。

从心理学的研究对象来说,心理是人脑的机能,是人脑对客观世界的反映,因此研究人的心理活动必须对人脑的工作原理和机制进行研究,以了解有关心理现象的产生过程及其外在行为表现。而人具有自然性的一面,是自然界长期发展的产物,属于自然界的一部分,是自然存在物、自然实体、生物实体。

从心理学发展的历史渊源来说,与自然科学,尤其是生物学、生理学以及神经学的发展等有着极为密切的联系。而近代心理学之所以能够从哲学的思辨中独立出来,更是在很大程度上得益于自然科学的发展。如近代心理学的生物学源头可追溯到达尔文的进化论。他的许多生物学观念如遗传与变异、环境、适应均为今天心理学研究的主题。而在生理学方面,19世纪三位德国生理学家缪勒、赫尔姆霍兹和费希纳等的研究更是为日后生理心理学的发展奠定了基础。

从心理学的研究方法来说,自然科学的研究讲求逻辑性、客观性、可重复性与可测量性。心理学的研究方法在很大程度上亦取法于自然科学。心理学之所以能成为一门科学,就是由于它引进了系统实验的方法,力求使心理学与自然科学一样,可用实验研究与验证,从而具有客观性、可验证性与系统性这三大科学特征。

(二) 社会科学的性质

马克思认为,人之所以为人,人与一般动物的区别,就在于他的社会性。人

是社会历史发展的产物,是有生命力的、有意识的、能思维的存在物。“人的本质不是单个人所固有的抽象物,在其现实性上,他是一切社会关系的总和。”人的本质规定着他的心理和意识具有社会性,也决定了以人的心理为研究对象的心理学具有社会性。这一点充分表现在心理学的分支学科中,如社会心理学、群体心理学、管理心理学、消费心理学等都强调对人的社会关系和社会互动,对人们所处的社会环境和文化历史背景等社会状况进行研究,以求能够更加准确地把握人的心理现象和心理过程。

(三) 超科学的人文性质

一般说来科学有如下三个基本特征:一是客观性。它是说研究的事实和现象是不以人的主观变化而变化的。如果研制了一种药物,相信它就有效,不相信它就无效,它就不具科学所要求的客观性。二是可验证性,又称可重复性,是指研究所证明的结果和事实,其他人在同样的条件下可以重复或验证的。如果研究结果或发现的事实是别人无法重复和验证的,那么此项研究就不具科学性。三是系统逻辑性,是指所研究的事实和建立的理论有自己内在的系统逻辑性,而不是自相矛盾的。

科学研究的目的一般包括四个层次:①描述,是指可将研究的问题做表明事实的陈述。例如我们通过测量发现男性平均身高高于女性,研究者可以描述出这个事实,但并不知道为什么。②解释,是指研究者不仅可以对研究的问题进行描述,还可以说出为什么。比如研究发现是由于染色体的差异造成男性和女性的不同。③预测,通过研究发现、了解事情的因果关系就可以很好地预测事情的结果。④控制,在预测的基础上我们就可能对事物的发展进行有效的控制。

由此可见,我们在研究物的时候很容易将其纳入自然科学的范畴,而在研究人的心理和行为时,考虑到人的自然属性,虽也可在一定的程度和范围内采用自然科学的手段方法,但在很多情况下,比如在研究人的幸福感、美感、价值观等这些主观性很强的问题时,就很难将其纳入狭义的科学范畴,而对这类问题的研究,更具超出自然科学的人文性。如果我们忽视了心理学的人文性,过分强调心理学的自然科学性,则可能会限制心理学的研究领域和发展空间。

(四) 综合交叉的性质

综上所述,心理现象的特殊性决定了心理学是一门既具有自然科学的性质,又具有社会和人文科学性质的交叉学科。具体表现在:从心理现象发生的主体来说,人是自然性和社会性的统一体;从心理现象产生的器官来看,人脑固有的自然属性是在人的社会生活方式的影响下变化和发展的,它的机能也体现了自然性和社会性的统一;从心理现象的内容上来看,人所反映的客观现象是社会存在和自然现实的统一;从心理现象的形式上看,人的心理过程具有人类的共同性,表现出更多的受自然制约与影响的特点,而人的个性心理则具有人类的个别性,表现出更多的受社会制约的特点,所以二者也反映了自然性和社会性的统一;最后从心理现象的实质来看,心理是人脑对客观现实的主观反映这一定义亦表明了人的心理既有客观性,又有主观性,既是自然的产物,又是社会的产物。以上这些也就决定了心理学学科性质的交叉综合性。

三、心理学的研究领域

现代心理学是一个学科体系,包含有一百多个心理学分支。这些心理学分支有些担负理论上的任务,有些担负实践上的任务。根据它们担负任务的不同,可以大致把各分支心理学划分为两个大的领域:理论心理学和应用心理学。理论心理学主要致力于发现一般心理现象与心理规律,应用心理学致力于将有关的心理原理、方法和知识应用于实践。二者是有机联系、相互融合、相互促进的。

(一) 理论心理学

理论心理学也叫体系心理学,它以研究心理科学中同各分支心理学有关的基础理论和基本的方法学问题,研究心理发生和发展的基本规律为任务,不但可以解释、预测并有意识地支配人的行为和心理活动,而且可以定向指导心理学各分支学科的研究。理论心理学包括的分支学科主要有:普通心理学、实验心理学、比较心理学、年龄心理学、生理心理学和社会心理学等。

普通心理学(*general psychology*)也称为基础心理学,是心理学的主干,它是研究心理现象的一般规律的科学。它研究心理学的基本理论,阐述正常成人