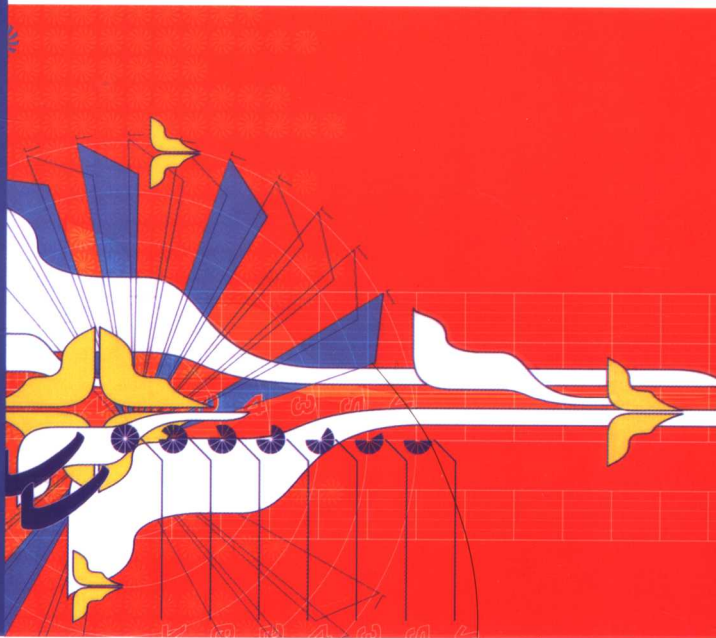


心理学

王贵林

陈洵

主编



XINLIXUE JIAOCHENG

教程

广东高等教育出版社

心理学教程

王贵林 陈 洵 主编

广东高等教育出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

心理学教程/王贵林, 陈洵主编. —广州: 广东高等教育出版社, 2005. 8

ISBN 7 - 5361 - 3168 - 2

I. 心… II. ①王… ②陈… III. 心理学 - 高等学校 - 教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 077084 号

出版发行	广东高等教育出版社
	地址: 广州市天河区林和西横路
	邮政编码: 510500
	电话: (020) 87551101 87554152
印 刷	茂名广发印刷有限公司
开 本	787 mm × 960 mm 1/16
印 张	17.25
字 数	368 千
版 次	2005 年 8 月第 1 版
	2005 年 8 月第 1 次印刷
印 数	0 001 ~ 5 000 册
定 价	25.30 元

序

知识经济时代的到来，必将对世界各国的教育改革产生重大影响。特别是在我国，在“深化教育改革，全面推进素质教育”的今天，编写一本既能反映新时代、新形势的发展需要，又能给未来教师的职业发展打下良好基础的心理学教材，就成了许多教育学及心理学理论工作者关注的一个热点问题。

心理学是高等师范院校学生的公共必修课，是培养未来教师基本师范素质的一门重要基础课。它既是学生学好教育学、学科教学论的基础，又是中小学教师提高教育教学质量的基础。本书是作为师范院校的教材而编写的，其特点是：以提高民族素质、培养学生创新精神和实践能力为宗旨；既突出了心理学知识为教育教学服务的思想，又兼顾了心理学为良好心理素质培养服务的理念；既注重学科研究成果的推介，又强调理论与实际的联系，主张学以致用；既注重科学性和思想性的统一，又强调学术性与可读性的统一。整本教材体系合理、完整，重点突出，简明扼要，充分体现了以人为本的发展观念。

参与编写的同志既有较好的心理学理论素养，又有较为丰富的心理学教学经验。因此，本教材既能适应中学教育教学的实际需要，又体现了高等师范教育的特点，这对于提高心理学教学质量无疑是有益的。

教材建设是一项永无止境的工作。希望本书在使用几年之后能加以修订，成为一本更加优秀的心理学教材！

郑 雪

2005 年 3 月

前 言

心理学是高等师范院校学生的公共必修课，是培养未来教师基本师范素质的重要基础课。本书是根据师范院校培养目标的要求，遵循高师教育教学改革的基本精神，为适应素质教育的要求而编写的。它既可作为师范院校本科、专科公共心理学教材，也可以作为中小学教师培训及广大教育工作者自学用书。

本书在阐明普通心理学理论的基础上，力求详尽阐述心理学在教育实践和学生心理健康成长方面的应用，力求做到科学性和思想性的统一、理论性和实践性的统一、学术性和可读性的统一。为进一步拓宽高师生的知识面，培养其自觉研究精神和分析问题、解决问题的能力，我们同时还编写了配套教材——《心理学、教育学问题与探索》。

王贵林和陈洵任本书主编，并负责统稿和定稿。参加编写的有：陈洵（第一章、第六章、第十五章），王贵林（第二章、第三章、第八章、第十六章），孙悦亮（第四章、第五章、第十七章），马林芳（第七章、第九章、第十四章），余祖伟（第十章、第十一章、第十二章），第十三章由马林芳和陈洵共同编写。

本书的出版，得到了韩山师范学院领导的关心和帮助；也得到了华南师范大学教育科学学院莫雷教授和郑雪教授的大力支持，他们为本书的编写提出了宝贵的建议；同时，在编写的过程中，参阅了一些兄弟院校的教材以及公开发表的有关专著和论文。在此一并表示衷心的感谢。

因时间紧急、水平有限，书中难免存在不足之处，恳请读者批评指正。

编 者

2005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 心理学的发展历史	4
第三节 心理学的任务、性质和意义	11
第四节 心理学的研究方法	15
第二章 科学的心理观	21
第一节 心理是人脑的机能	21
第二节 心理是客观现实的主观反映	28
第三章 感觉和知觉	34
第一节 感觉	34
第二节 知觉	38
第三节 感知规律在教育中的应用	44
第四章 记忆	48
第一节 记忆概述	48
第二节 记忆的基本规律	51
第三节 记忆的策略	54
第四节 记忆的品质与记忆力的培养	56
第五章 思维与想象	59
第一节 思维	59
第二节 想象	65
第三节 创造性思维及其培养	67
第六章 情绪和情感	77
第一节 情绪和情感概述	77
第二节 情绪的特性与情绪、情感的功能	78
第三节 情绪和情感的种类	83
第四节 情绪和情感在教育中的应用	87
第七章 意志	93
第一节 意志概述	93
第二节 意志行动过程分析	95
第三节 挫折反应与应对	98
第四节 意志的品质	104
第八章 注意	106
第一节 注意概述	106
第二节 注意的规律	111

第三节 注意规律在教学中的应用	114
第九章 个性及其倾向性	118
第一节 个性概述	118
第二节 个性倾向性	120
第十章 能力	130
第一节 能力概述	130
第二节 能力测验	132
第三节 能力的个别差异	136
第四节 影响能力形成与发展的因素	139
第十一章 气质	142
第一节 气质概述	142
第二节 气质类型	145
第三节 气质与实践	148
第十二章 性格	152
第一节 性格概述	152
第二节 性格的结构和类型	155
第三节 性格的形成和发展	157
第十三章 品德心理	168
第一节 品德心理概述	168
第二节 学生品德形成的心理分析	170
第三节 学生品德不良的矫正	176
第十四章 课堂管理心理	184
第一节 课堂管理概述	184
第二节 课堂心理气氛及其营造	190
第十五章 教师心理	198
第一节 教师角色	198
第二节 教师威信	203
第三节 教学监控能力和教学效能感	206
第四节 教学反思	217
第十六章 班级群体心理	223
第一节 班级群体概述	223
第二节 班集体的心理特征及其培养	225
第三节 班级群体动力	233
第四节 班级群体中的非正式群体	239
第十七章 学校心理健康教育与辅导	245
第一节 心理健康概述	245
第二节 学校心理健康教育的基本理论	249
第三节 学校心理辅导	259
第四节 学生常见的心理问题与辅导	261
参考文献	268

第一章 绪 论

当人们初次接触心理学时,往往会产生某种神秘莫测之感。事实上,心理学是一门与人们日常生活和社会各个领域密切相关的学科,具有很强的理论性和广泛的实用性。本章开宗明义,阐述心理学研究的对象和任务、心理学发展的历史、心理学研究的方法等内容,为深入学习心理学理论奠定良好的基础。

第一节 心理学的研究对象

一、心理学的研究对象

每门科学都有自己的研究对象,心理学作为一门科学,自然也不例外。心理学的研究对象就是心理现象及其规律。

提起心理现象,人们难免有一种神秘感。其实,一个正常的人,不管是在清醒状态,还是处于睡梦之中;不管是从事社会实践,还是自发的本能活动,都会产生这样或那样的心理现象。应该说,心理现象在我们生活中是实实在在存在的,是人们最熟悉的、时常可感受到的精神现象,也是人类特别关心并不断加以探讨和解释的现象之一。

二、心理现象的内容

心理现象丰富多彩、绚丽多姿,表现形式多种多样,但一般可以把它分为心理过程和个性心理两大类。

(一) 心理过程

心理过程是指人脑对客观事物不同方面及其相互关系的反映过程。它相对于个性心理而言,是不断变化的、暂时性的心理现象。包括认识过程、情感过程和意志过程。

1. 认识过程

认识过程是指人在认识客观事物的过程中,为弄清客观事物的性质和规律而产生的心理现象,是人的最基本的心理过程。比如,我们看见颜色,听到树叶的沙声,尝到滋味,闻到气味,摸到物体的软硬或感觉到物体的冷热等,这就是

感觉。在感觉的基础上,我们能够辨认出是盛开的菊花或是歌唱的百灵鸟,是鲜红的苹果或是崭新的书桌等,这就是知觉。感觉和知觉反映的是客观事物的外在联系和外部特征。感觉和知觉过的事物能够以经验的形式在头脑中留下痕迹,以后在一定条件下还可以再认出或回忆起它的形象和特征。例如,游览了杭州西湖,其美丽的景色会在大脑中留下深刻的印象;读了李白的《望庐山瀑布》后,遇到一定的情境,又自然地吟诵出来,这称为记忆。人不仅能直接地感知事物的表面特征,还能间接地、概括地反映事物的内在的、本质的特征。例如,医生根据病人脉搏、体温、舌苔等的变化,可以诊断其体内的疾患;教师根据学生的外部表现和言行,可以了解其内心世界,这些都是思维。人在头脑中不仅能够再现过去事物的形象,而且还能在此基础上创造新事物的形象。例如,文学艺术家塑造典型形象,我们在头脑中对未来生活和工作情景的规划等,这类心理活动的过程叫做想象。感觉、知觉、记忆、思维和想象同属于人的认识过程。

2. 情感过程

情感过程是指人在认识客观事物的过程中所引起的人对客观事物的某种态度的体验或感受。人对客观事物的认识,并不是呆板的、冷漠的,而总是对它表现出鲜明的态度体验,渗透着某种感情色彩。例如,我们对祖国名山大川的赞美,对侵略者的愤恨,对本职工作的热爱,为取得的成绩而喜悦等,这些在认识基础上产生的喜、怒、哀、乐等态度体验,心理学上称为情感过程。

3. 意志过程

意志过程是指由认识的支持与情感的推动,使人有意识地克服内心障碍与外部困难而坚持实现目标的过程。人不仅能认识客观事物,对它产生一定的情感体验,而且还能够自觉地改造客观世界。为了认识和改造世界,人总是主动地确定目标,制定计划,并树立信心,坚持不懈地去战胜困难和挫折,以达到预期的目的,这种心理活动的过程叫做意志过程。人凭借意志的力量,支持、保护自己所喜欢的事物,反对、摒弃自己所厌恶的事物,积极主动地创造人类的物质文明和精神文明。所以,意志是人的意识能动性的集中表现。

认识、情感和意志都有其自身的发生和发展的过程,但是,它们不是彼此独立的过程。情感和意志过程中含有认识的成分,它们都是由认识过程派生出来的;情感与意志又对认识过程产生影响,它们是统一的心理活动中的不同方面。认识、情感、意志过程作为心理学研究对象的一部分,被统称为心理过程。

(二) 个性心理

个性心理是每个个体所具有的稳定的心理现象。它包括个性倾向性和个性心理特征两个方面。

1. 个性倾向性

个性倾向性是决定个体对事物的态度和行为的内部动力系统,是具有一定的动力性和稳定性的心理成分。需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观等个性倾向性使每个人的心理活动有目的、有选择地对客观现实作出反应。比如,一些物质要求明显地高于精神要求的人会无限度地去追求物质享受,甚至不顾国格和人格;而一些精神要求高于物质要求的人,即使在强烈的物质引诱下也不做有损于国格和人格的事情。一些成就动机强烈的学生,在课堂上认真听课,并主动地记忆和思考,勇于克服学习中的各种困难;一些成就动机不强的学生,则往往不认真听课,不主动地记忆和思考,在困难面前打退堂鼓。对数学感兴趣的学生,其心理活动的积极性更多地表现在与数学有关的事情上;对物理感兴趣的学生,其心理活动的积极性更多地表现在与物理有关的事情上。具有不同的理想、信念、世界观的人,对其心理活动的组织和引导也是不同的。

个性倾向性是个性心理的重要组成部分,它对相关的心理活动起着支配和控制的作用。

2. 个性心理特征

个性心理特征是个体身上经常表现出来的本质的、稳定的心理特征。它主要包括能力、气质和性格,其中以性格为核心。能力是表现在完成某种活动的潜在可能性方面的特征。气质是表现在心理活动的动力方面的特征。性格是表现在完成活动的态度和行为方式方面的特征。个性心理特征影响着个体的行为举止,集中体现了人的心理活动的独特性。个体在观察的深刻性、全面性方面,在记忆的敏捷性、巩固性方面以及在思维的灵活性、迅速性方面的差异,属于能力上的差异。个体在脾气、内外向方面的差异,属于气质上的差异。个体在待人处世及克服困难的决心和毅力上的差异属于性格上的差异,人的个性差异首先表现在性格上。

个性倾向性与个性心理特征在某一个人身上独特的稳定的有机结合,就构成了这个人不同于其他人的个性心理。个性心理是指在一定的社会历史条件下的人所具有的个性倾向性和个性心理特征的总和。

心理过程和个性心理这两个方面是密切联系着的。个性心理以心理过程(认识、情感、意志)为基础。没有心理过程,个性心理就无法形成。人的个性心理的形成和发展,是在一定的社会影响和教育下,通过心理过程反映客观现实而逐渐定型化的结果,是个体社会化的过程。同时,已经形成的个性心理又反过来制约每个人的心理过程并在心理过程中表现出来。具有不同兴趣和能力的人,对同一首歌、同一幅画、同一出戏的评价、欣赏水平是不同的;一个具有先人后己、助人为乐性格特征的人往往会表现出好的品质和意志行动。

事实上,既没有不带个性心理的心理过程,也没有不表现在心理过程中的个性心理,二者是同一现象的两个不同方面。为了深入了解人的心理活动,我们必

须分别地对这两方面加以研究，但是如果要了解个体的心理全貌，就必须把这两个过程结合起来进行考察。

第二节 心理学的发展历史

一、心理学的孕育

人类对自身心理现象的探究，从有人类文明史以来就开始了。两千多年前，我国思想家孔子（公元前 551 年～公元前 479 年）、孟子（约公元前 372 年～公元前 289 年）的著作及《黄帝内经》等古籍中，已蕴含着丰富的心理思想。古希腊学者亚里士多德（公元前 384 年～公元前 322 年）的《灵魂论》一书，是人类文明史上第一部比较系统的有关心理现象研究的专著。在这本著作中，他把人的灵魂看作是生活的动力和生命的原理，是身体存在的形式，灵魂支配身体活动，有自己的活动规律。他还对感觉进行了研究，并提出类似、对比、接近等原理。法国二元论哲学家笛卡儿（1596～1650）是哲学心理学思想的创始人。他认为人的身体是由物质实体构成的，而灵魂是由精神实体构成的，身体和灵魂这两个实体互相作用，互为因果，这就是所谓的“心身交感论”。他还首先用“反射”的概念来解释人的心理的部分活动，为科学心理学的发展作出了巨大贡献。此外，笛卡儿还专门写了《情绪论》一书，对情绪的本质、种类和机制作了研究。贝克莱（1685～1753）和休谟（1711～1776）被视为 18 世纪欧洲联想主义心理学思想的主要代表。贝克莱的《视觉新论》和休谟的《人性论》，虽然属于哲学著作，但对后来心理学的发展具有很大的影响。

从亚里士多德起，在长达十几个世纪的历史过程中，心理现象大多是由哲学家作为哲学问题加以研究的，心理学一直处于哲学的怀抱之中。1825 年德国哲学心理学家赫尔巴特（1776～1841）的《作为科学的心理学》一书的问世，第一次庄严宣布心理学是科学。同时，他还主张将心理学与哲学、生理学区别开来。1876 年，英国心理学家 A. 培因（1818～1903）创办了世界上第一份心理学杂志——《心理》，为发表心理学研究成果提供了一个园地。培因是心理学史上一个承前启后的人物，在他之前的所有心理问题都是以思辨的方式论述的，所以被称为“思辨心理学”。

二、科学心理学的建立

19 世纪生物学和物理学的发展，为科学心理学的诞生准备了必要条件。德国感官生理学家韦伯（1795～1878）首先确立了感觉的差别阈限定律。稍后，费希纳（1801～1887）发展了韦伯的研究，运用心理物理法确定了外界物理刺激和心理现象之间的函数关系。他们的研究方法成为科学心理学研究的楷模。心理学

从哲学中真正分离出来而成为一门独立的科学，主要由德国生理心理学家冯特（1832~1920）完成。1879年，冯特在德国的莱比锡大学创立了世界上第一个心理实验室，用实验的手段来研究心理现象，这被公认为是心理科学独立的标志。冯特反对用哲学思辨的方式探讨心理现象，坚持用观察、实验以及数理统计等自然科学的方法去揭示心理过程的规律，取得了丰硕的研究成果，并培养了一批来自世界各地的学生。冯特一生的著作很多，其中《生理心理学原理》一书被誉为“心理学独立的宣言书”，是心理学史上第一部有系统体系的心理学专著。冯特是科学心理学的奠基人，也是心理学史上第一位专业心理学家。

三、心理学的发展

科学心理学的发展经历一百多年的时间。

在发展的过程中，一方面，人们对心理学的研究对象与理论体系进行了数十年的争鸣，形成了各种不同的理论流派，最终在20世纪50年代达成基本的共识，使心理学不断走向繁荣。另一方面，随着心理学研究的深入和拓展，心理学自身不断分化，衍生出了众多的心理学分支学科，使心理学的地位越来越重要。

（一）心理学的流派

冯特的实验心理学研究取向明显受到当时以实验为研究基础的化学与物理学的影响。特别是化学研究主要探究物质的结构成分，并以分析与合成的方法来控制物质的变化。冯特试图通过类似化学研究中的元素分析与合成的方法来探究人的心理实质，分析人的心理结构。冯特的这一思想体系被人们称为构造主义。构造主义提出后，受到了心理学界的普遍反对，其结果使得构造主义衰落了，但同时因为反对者的主张各有不同，演变成了学派林立、百家争鸣的局面。大凡一门独立科学的形成，都要经过一段不同思想认知之间的争论才能逐步达到统一。

1. 构造主义心理学

构造主义心理学的奠基人为冯特，其代表人物为冯特的学生铁钦纳（1867~1927）。这个学派主张，心理学应该研究意识，即人对直接经验的觉知。其方法就是内省法，即在精确的实验条件下，准确地观察并描述经验到的心理状态。例如，研究者控制节拍器发出有节律的滴答声，并使其作出快慢、强弱等方面的系统变化，让被研究者说出自己的主观感受，如愉快——不愉快、紧张——轻松、兴奋——抑制。经过研究，他们把人的经验分为感觉、意象和激情三种元素。感觉是知觉的元素，意象是观念的元素，激情是情绪的元素。这些元素通过联想和统觉就构成了所有的复杂的意识经验。心理学的目的就是通过内省而了解在不同刺激情境下各种元素之间的结构。

20世纪20年代，构造主义学派随着铁钦纳的去世而逐渐衰落，对后来的心

理学发展影响也不大。但是,其他一些学派正是以它为攻击的标靶而兴起的,因此,它在心理学发展史上功不可没。

2. 机能主义心理学

机能主义心理学是由美国著名心理学家詹姆斯(1842~1910)在20世纪初创立的。詹姆斯受达尔文进化论思想的影响,认为任何物种的特性必定是为某种目的服务的,人类的意识是人类最重要的一个特性,只有通过研究它的功能才能了解它。因此,心理学应该研究意识的功能和目的,而不是它的结构。以思维为例,构造主义关心什么是思维,而机能主义则关心思维在人类适应行为中的作用。而且,詹姆斯批评构造主义只静态地研究意识的元素,而忽视了意识像流水一样有其动态的连续性,即他所谓的“意识流”。此外,詹姆斯认为心理学的研究工作不应局限在实验室内,还可采用观察、测验以及问卷调查等方法,考察人是如何调整行为以适应环境不断提出的要求的。

机能主义的主张推动了美国心理学面向实际生活的发展进程。20世纪以来,美国心理学一直比较重视心理学在教育领域和其他领域的应用,这和机能主义的思潮是分不开的。

3. 格式塔心理学

构造主义心理学被铁钦纳带到美国发展的同时,在自己的发源地德国却受到一定的批判。1912年,德国出现了另一个心理学派别,称为“格式塔心理学”或“完形心理学”,主要研究知觉和意识的组织过程。其主要代表人物有韦特海默(1880~1943)、苛勒(1887~1967)和考夫卡(1886~1941)。

“格式塔”是德文“gestalt”的译音,其含义是“整体”或“完形”。格式塔心理学明确指出:构造主义把心理活动分割成一个个独立的元素进行研究并不合理,因为人对事物的认识具有整体性。人的知觉经验虽然起源于分离零散的外在刺激,但人所得到的知觉却是有组织的。以四条直线构成的矩形为例,人对它的知觉不是对边相等的两条横线和两条竖线,而是一个完整的矩形,这是因为人在集四条直线而成意识时另加了一层“完形”心理组织。这说明,人的知觉和意识不等于、也不能还原为感觉元素的机械之和,整体大于部分之和、先于部分而存在,并制约着部分的性质和意义。

格式塔心理学在知觉、学习、思维等方面开展了大量的实验研究,至今有关知觉的实验中还包括很多格式塔规律。格式塔心理学的研究为后来认知心理学的发展奠定了基础。

4. 行为主义心理学

20世纪初,正当构造主义学派与机能主义学派争论不休时,美国出现了另外一个学派——行为主义心理学。行为主义心理学的诞生从根本上改变了心理学的发展进程。1913年,美国心理学家华生(1878~1958)发表了一篇题为《一

个人行为主义者眼中的心理学》的论文，宣告了行为主义心理学的诞生。

行为主义心理学反对研究意识，认为意识带有主观的性质，是看不见、摸不着的，无法对它进行可重复性的、客观的研究，主张科学心理学应当研究可观察的外显行为，应当把人的意识当作一个黑箱，不管里面装的是什麼，只需考察在刺激影响下的反应活动，行为就是由这些反应活动构成的。同时，行为主义心理学反对内省法，认为心理学作为一门科学，应当只限于以客观的方法处理客观资料，用内省法得到的资料不是客观资料，主张科学心理学应当采用实验法。此外，华生认为人的一切行为都是在后天环境影响下形成的，他曾经说过一段偏激的话：你给我一打儿童，在良好的、由我做主的环境中，不管他们的天资、能力、父母的职业和种族如何，我可以任意地把他们培养成医生、律师、艺术家、大商人，甚至乞丐或小偷。

行为主义心理学后期的另一著名代表人物是美国心理学家斯金纳（1904 ~ 1990），由于他发展了行为主义心理学，被称为新行为主义。斯金纳坚持行为主义的基本宗旨，并明确指出，任何机体当前的行为结果可改变其未来的行为。例如，当一个学生在课堂上积极举手发言获得了老师的当众表扬，他以后积极举手发言的行为就越来越多。这一原理不仅适于动物训练，也适于人类的各种行为包括社会行为的塑造和矫正。行为主义能够解决一些实际问题，在实用主义思想指导下，在美国很快盛行起来，广泛地应用于工厂、学校和医院。直到现在，在行为矫正、心理治疗以及教学设计方面仍然发挥着重要作用。

行为主义心理学在心理学发展史上占有重要地位，其影响深远。它锐意研究可观察的行为，强调严格的科学研究方法，这对心理学走上客观研究的科学道路起到了积极的作用，致使心理学在社会科学各学科中形象突出，影响了当时的行为科学的兴起。但是，由于它极端排斥研究心理的内部结构和过程，否定意识研究的重要性，窄化了心理学的内涵，因此又限制了心理学的发展，故在 20 世纪 50 年代逐渐衰落。

5. 精神分析学说

精神分析学说由奥地利精神病医生弗洛伊德（1856 ~ 1939）于 19 世纪末 20 世纪初创立，他的代表作有《精神分析引论》、《梦的解析》等。他从治疗精神病的需要出发，从变态心理的角度研究正常人的心理。在弗洛伊德之前，人们相信，精神病人的变态行为是由魔鬼附体引起的，治疗疾病的适当方式是让病人尽量痛苦地生活，如饱受饥寒、遭受鞭挞或浸泡在开水之中等，以对付魔鬼。弗洛伊德指出，变态行为应当被看作心理疾病，是由心理功能失调所致，只有研究病人心理障碍的原因后才能治好病人。通过长期的精神病治疗实践，并依据对自己的焦虑、冲突和愿望等内心活动的观察，弗洛伊德认为，人在童年时期的潜意识经验及其导致的内心冲突是心理障碍的根源。所谓潜意识，就是一些因受环境的

要求与社会文化限制而不能表现出来的想法、记忆和愿望,尤其是与性本能有关的欲望,它们长期被压抑,因而处于不被知觉的意识下层,常常会在梦中、口误以及心理防御行为中表现出来,对意识也有很大的影响。人对潜意识尤其是在性方面的潜意识压抑过度,就会导致多种心理障碍。弗洛伊德提倡用精神分析的方法来寻找病人的病根。精神分析作为一种临床技术,就是通过释梦和自由联想等手段,发现病人潜意识中存在的动机,使受到的压抑得到宣泄,从而治疗疾病。

精神分析学说对心理学的影响很大,不仅在精神病治疗中继续得到应用,而且对个性、动机心理学的研究产生了积极作用,有些概念,如潜意识、自我等,也都渗透到了心理学研究的主流之中。但是,弗洛伊德是根据自己多年对病人的观察和记录而对正常人的心理进行推论解释的,难免以偏概全。而且,弗洛伊德宣扬泛性论,把性欲看作支配人的一切行为的动机,过分夸大了性的作用,忽视了社会文化的影响,这一点遭到了广泛的批评,其后继者对此加以修正,出现了新弗洛伊德学派。

值得一提的是,精神分析学说不仅是当时心理学中影响最大的理论之一,而且也是20世纪影响人类文化最大的理论之一,对哲学、文学以及其他社会科学都产生了重要影响。精神分析学说的提出被认为是对人类自尊心的第三次重大的精神打击。第一次打击是发现人不是宇宙的中心;第二次打击是发现人是由猿猴演化而来的;第三次打击就是弗洛伊德认为,人基本上是由许多冲动支配的,这些冲动多是潜藏在知觉不到的无意识状态之中的。人作为有意识控制自己行为的理性形象受到了挑战。

6. 认知心理学

认知心理学与其他学派不同,它不是由某个心理学家提出来的一套理论体系,而是在很多学者研究的基础上产生的。1967年,美国心理学家奈瑟将当时的各种研究成果加以总结,写出了《认知心理学》一书,使得认知心理学明确成为一种学说。

认知心理学是受多种因素的影响逐渐演变而成的。首先是20世纪中期计算机科学的影响,计算机科学的发展要求了解人是在头脑中加工信息的,以及人是如何认识外界的。只有把人的认识活动规律了解清楚后,计算机才能模拟运算,认知心理学应运而生。其次是心理学自身发展中积累了一些成果。例如,瑞士著名心理学家皮亚杰(1896~1980)在儿童研究中,揭示出在儿童发展的不同阶段思维表现有不同水平等等,这些成果证明内部心理活动规律是可以研究的。此外,某些行为主义心理学家在自身的研究过程中,受格式塔学派的影响,逐步引入了一些与心理活动有关的概念和术语,也推动了心理学研究从行为主义心理学向认知心理学的转变。

所谓认知,是指人在认识事物的过程中所进行的各种心理活动,主要包括知

觉、注意、记忆、言语、思维等。例如，在解答一道数学应用题时，从感知文句、理解题意、寻找已知条件、推导解答、实际运算到验证结果等一系列活动就是认知活动。认知心理学家坚信，要想充分了解一个人的行为必须研究其内部心理活动，内部认知过程是可以运用科学的方法加以研究的。他们在研究推理、决策以及问题解决等复杂的认知过程时采用口语报告的方法，获得了很大成功。口语报告法也称“出声思维”，即经过一定训练后，让被研究者在解决某个问题时，大声说出头脑内进行的活动，事后由研究者对其进行分析。口语报告法不同于内省法，它是在行为主义研究方法之上所运用的一种客观的科学研究方法。认知心理学的发展使人的心理、意识又被带回到了心理学的研究之中。

值得一提的是，人们在使用认知心理学这一术语时，存在广义和狭义两种含义。在广义上，凡是用人的知觉、注意、记忆、学习、理解、想象以及思维等认知过程来解释人的心理现象的研究，都属于认知心理学，泛称为认知理论。在狭义上，认知心理学与旨在解释人们接收、存储和利用信息的过程的信息加工论等同，受计算机科学的影响较大，其主要代表人物是美国著名的心理学家西蒙（1916~2001）。

认知心理学虽然顾名思义只是与认知过程有关，但由于人的认知过程与人的动机、情感等心理现象是密不可分的，认知心理学实际上并未忽视对动机、情感等方面的研究，它超越单纯的认知研究，已经成为一种思潮，延伸到了教育心理学、社会心理学等领域。

认知心理学的研究越来越深入，逐渐与神经心理学和脑科学结合，产生了认知神经心理学。

7. 人本主义心理学

人本主义心理学是美国心理学家马斯洛（1908~1970）和罗杰斯（1902~1987）在20世纪50年代创立的。因为人本主义心理学兴起于精神分析学说与行为主义之后，故而被称为现代心理学上的第三势力。

人本主义心理学批评精神分析学说只是以精神病人的心理现象为基础，抨击其有关行为受原始性冲动支配的观点；批评行为主义心理学只是以动物和儿童的心理现象为基础，指责它只研究由零碎的、片面的反应构成的行为，抨击其环境决定论。在人本主义心理学看来，这两种理论都没有把人看作是自己命运的主人，失掉了人的最重要特性。

人本主义心理学主张，心理学的研究应当以正常人为对象，研究人类有别于动物的一些复杂的经验——诸如动机、需要、价值观、情感、生活责任、自我意识等真正属于人性各种层面的问题。人本主义注重人的独特性和社会性，强调人是一种自由的、有理想的生物，其行为主要受自我意识支配；人具有个人发展的潜能和自我成长的需要。人本主义心理学的研究不只是了解人的这些本性，而且

要寻求环境改善以利于人性的充分发展,使其达到自我实现的境界。

人本主义心理学强调人的社会性特点,主张以人的需要为出发点去研究人性,给人的心理本质作出了新的描绘,为教育心理学、发展心理学、心理咨询和治疗领域指明了一条新的路线和方法。但人本主义理论不能用实验加以证明,主要靠理论上的思辨和推测,其风格与自然科学研究不同,难免让人感到人本主义理论虽然方向是正确的,但从事实际研究时在方法上有诸多困难。

(二) 心理学的研究领域

现代心理学是一个学科体系,它由众多的心理学分支组成。我们把这些分支大致分为两大领域:基础研究领域和应用领域。

1. 基础研究领域

基础研究领域主要研究心理发生发展的基本规律,包括普通心理学、发展心理学、实验心理学、生理心理学、社会心理学、比较心理学、变态心理学等。

(1) 普通心理学是心理学的入门学科,它概括地介绍心理学的基础理论和基本方法,阐述正常成人心理的一般规律,同时也概括地阐述各个分支学科的研究成果。包括感知觉心理学、记忆心理学、思维心理学、言语心理学、动机心理学、情绪心理学、意志心理学、个性心理学等。

(2) 发展心理学主要探讨个体生命全过程中身心发展与年龄的关系。可分为婴幼儿心理学、儿童心理学、青年心理学、成年心理学和老年心理学。

(3) 实验心理学是进行基础心理学研究的一门十分重要的学科。心理学之所以能从哲学中分离出来并成为一门独立的科学,就是因为引进了实验法。该学科以实验的方法研究心理和行为的规律。主要研究心理学领域中进行实验研究的原理、设计、方法、仪器、技术和资料处理等问题。

(4) 生理心理学是研究心理现象的生理机制的科学。主要研究感觉、学习和记忆、动机和情绪等各种心理现象的神经机制以及内分泌腺对行为的调节机制等。

(5) 社会心理学研究个体如何受团体的影响,以及团体中个体彼此之间的影响。主要研究社会认知、社会动机、社会态度、社会情感、团体心理以及时尚、风俗、舆论、流言等社会心理现象的特点及其发展规律。

(6) 比较心理学是研究动物心理并与人类心理相比较,以探求人类心理如何演化而来的科学。

(7) 变态心理学旨在研究行为异常的类别和原因,从而建立系统理论,作为心理诊断与治疗的依据。

2. 应用领域

只要有人的活动,就会有心理学的应用。心理学的应用分支主要有教育心理学、管理心理学、医学心理学、工业心理学、军事心理学、司法心理学、运动心