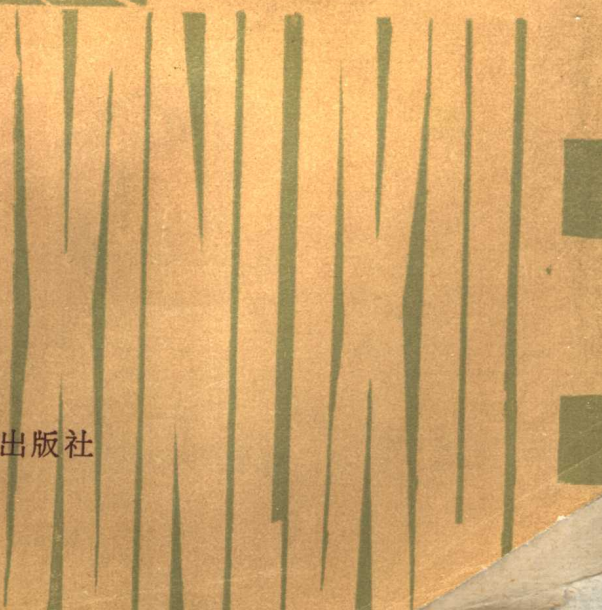
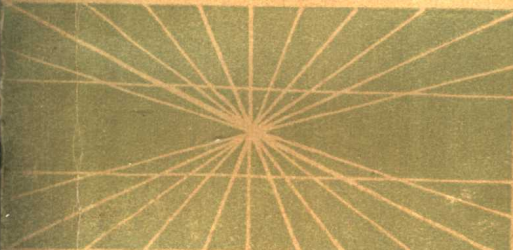


心理学

李新 主编
盛怀文 副主编
周建中



广东高等教育出版社

心 理 学

李 新主编

盛怀文 周建中副主编

广东高等教育出版社

心 理 学

李 新 主编

盛怀文 周建中副主编

广东高等教育出版社出版

广东省新华书店经销

广东省农垦印刷厂印刷

787×1092毫米32开本 10.75印张 235千字

1987年2月第1版 1987年2月第1次印刷

印数1—30000册

ISBN 7—5361—0003—5/B1

统一书号 2343·8 定价1.80元

前 言

本书以普通心理学为主干,注重吸收教育心理学内容,适当运用社会心理学、管理心理学和青少年心理学基本理论,力图使教材具有思想性、科学性、实用性和师范性,力求概念明确,条理清楚,文字通俗,可作为师范专科学校、教育学院和本科师范院校公共心理学教材,也可作为电视大学心理学教材,也可供中学教师 and 心理学爱好者阅读参考。

本书执笔人有(姓名按编写章次先后为序):杜彦(第一、二章)、李新(第三、十三章)、蓝澄(第四章)、盛怀文(第五章)、谭小娴(第六章)、廖丽珠(第七章)、詹尊鉴(第八章)、周建中(第九、十四章)唐名祥(第十章)、刘桂眉(第十一章)、林振海(第十二章)、关真如(第十五章)。本书由李新、盛怀文和周建中负责统稿。

本书编写工作,在广东省高等教育局教学处领导下进行,得到广东省教育厅师范处大力支持;华南师范大学阮镜清教授热情指导;广东高等教育出版社同志提了许多宝贵意见。在此,我们表示衷心的感谢。

由于我们的水平有限,本书缺点和错误在所难免,敬请专家和读者惠予指正。

编 者

一九八七年二月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 心理学的研究对象.....	(1)
第二节 心理学的任务和意义.....	(7)
第三节 心理学的研究原则和方法.....	(12)
第二章 科学的心理观	(17)
第一节 心理是人脑的机能.....	(18)
第二节 心理是客观现实的反映.....	(30)
第三章 需要与动机	(41)
第一节 需要.....	(41)
第二节 动机.....	(51)
第三节 青少年学习动机的特点及培养.....	(56)
第四章 注意	(62)
第一节 注意的概述.....	(62)
第二节 注意的种类及其品质.....	(66)
第三节 青少年注意的特点及注意规律在教学中的 应用.....	(73)
第五章 感觉与知觉	(80)
第一节 感觉与知觉的概述.....	(80)

第二节	感觉与知觉的种类·····	(84)
第三节	感觉与知觉的规律及其应用·····	(95)
第四节	青少年感知特点及观察力的培养 ·····	(104)
第六章	记忆 ·····	(111)
第一节	记忆的概述 ·····	(111)
第二节	记忆的基本过程及规律 ·····	(120)
第三节	青少年记忆的特点及培养 ·····	(135)
第七章	思维 ·····	(140)
第一节	思维的概述 ·····	(140)
第二节	思维的过程 ·····	(147)
第三节	概念的形成和掌握 ·····	(156)
第四节	青少年思维的特点及培养 ·····	(162)
第八章	想象 ·····	(170)
第一节	想象的概述 ·····	(170)
第二节	想象的种类 ·····	(175)
第三节	青少年想象的特点及培养 ·····	(182)
第九章	技能 ·····	(185)
第一节	技能的概述 ·····	(185)
第二节	技能的形成 ·····	(188)
第三节	学生技能的培养 ·····	(194)
第十章	情绪与情感 ·····	(199)
第一节	情绪与情感的概述 ·····	(199)

第二节	情绪与情感的种类	(207)
第三节	青少年情绪与情感的特点及培养	(212)
第十一章	意志	(220)
第一节	意志的概述	(220)
第二节	意志行动的心理过程	(226)
第三节	青少年意志的特点及培养	(232)
第十二章	个性心理特征	(238)
第一节	能力	(238)
第二节	气质	(252)
第三节	性格	(259)
第十三章	品德心理	(270)
第一节	品德的概述	(270)
第二节	学生品德形成的心理过程	(273)
第三节	学生不良品德的矫正	(283)
第十四章	学校中的群体心理	(290)
第一节	群体心理的概述	(290)
第二节	学校中的人际关系	(298)
第三节	集体心理在学生管理中的应用	(312)
第十五章	青少年的心理卫生	(319)
第一节	心理卫生的概述	(319)
第二节	青少年健康心理的培养	(324)

第一章 绪 论

人都有自己的心理。

你想科学地理解人的心理吗？

你要研究心理活动的规律吗？

本章将为你回答这些问题。

第一节 心理学的研究对象

心理学的研究对象是人的心理活动。心理学是研究人的心理发生、发展规律的科学。

心理学是一门既古老而又年轻的科学。说它古老可以远溯到原始社会的末期。在那时，人们已经开始注意到在人的物质实体之外，还有个非物质的现象存在，当时人们称它为灵魂。例如，在原始社会，人们曾经猜测人的感知、思维以及睡眠作梦等心理现象都是由灵魂主宰，都是灵魂活动的结果。古希腊唯心主义哲学家把“心理学”看作是“关于灵魂的学问”。亚理士多德（前364—前322年）就写了一部《灵魂论》，对心理现象有过系统的论述。就中国而言，早在先秦诸子，就已研究心和性的问题，有人认为人性本善，天生

如此，也有人认为人性本恶，善是后天学习得来的，是努力“积善不息”的结果。在古代并没有一门独立的心理科学，心理学一直从属于哲学体系之中。心理学真正成为一门独立的科学，那是十九世纪的事情了。1879年德国哲学教授、生理学家威廉·冯特（1832—1920年）在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室，把自然科学使用的实验方法用于心理学研究，并出版了第一个心理学刊物《心理学研究》，使心理学从哲学中分出来成为一门独立的实验科学。人们就把这一年作为现代心理学诞生的时间。自冯特创建实验室至今，仅有一百零几年的历史，正如德国心理学家艾宾浩斯所说：“心理学有一个悠久的过去，但却仅有一个短促的历史。”①。

心理学与社会科学的逻辑学、社会学、伦理学、教育学等，与自然科学的动物学、神经学、医学、遗传学等的关系非常密切。这是由于人既是社会的实体，又是自然的实体；既受社会发展规律的制约，又不能切断生物进化的连续性和心理发展的继承性。人的心理现象有些要用自然科学理论来研究，有些要用社会科学来考察。所以，当今科学界一致认为，心理学的性质是属于既有自然科学的性质，又有社会科学的性质的跨界科学或边缘科学。

人的心理活动是我们都很熟悉的，每个人在清醒时，他的头脑中总是进行着这样或那样的心理活动。人的心理活动是极其复杂的，表现形式是多种多样的。为了研究方便，我们可以把它分解为许多组成因素，又将这些因素归纳为心理过程和个性心理两个方面。

①艾宾浩斯：《心理学要略》。

一、心理过程

心理过程是指人在实践中产生的心理活动的过程。心理过程可以分为认识过程，情绪、情感过程和意志过程等。它们都经历发生、发展和完结的过程，统称为心理过程。

（一）认识过程

人们在实践中，通过感觉、知觉、记忆、思维和想象来实现着对客观事物的由浅入深，由现象到本质的认识，这些心理活动在心理学上统称为认识过程。

我们听到某种声音，看到一定的光亮，闻到某种气味，尝到某种滋味等等，都是感觉。在这些感觉的基础上，能进一步辨认出这是刮风、阳光，那是花香、糖甜等等，这就是知觉。知觉事物之后，原来听过的话语，看过的某些图形、物象仍“言犹在耳”、“历历在目”，这就是记忆。人不仅能通过记忆把经历过的事物回想起来，而且还能想出自己从未经验过的事物，如身着树叶、手持石斧的原始人和孙悟空、猪八戒等形象，这就是想象。人们不仅能认识事物的外部特点，而且可以根据感知得来的材料，凭借人所特有的语言，通过分析、综合，认识事物的本质及其发生、发展的规律。例如，人根据离地球1200光年的星系存在水和氧分子这一事实，推导出这个星系可能存在着生命现象的判断。这个思索活动过程，就是思维。

人们在认识客观事物时，都离不开注意。比如，注意地观察着，注意地回忆着，注意地思考着，注意着自身的内心体验或活动意向等，这种伴随着各种心理活动而保证更清晰、更完全地反映客观事物的心理特性就是注意。

（二）情绪、情感过程

人们在认识客观事物时决不是无所表现或无动于衷的，总是对客观事物表现出一定的态度，并产生喜、怒、哀、惧、爱、恶等主观体验。例如，当你听到学生们琅琅的读书声，看到他们专心致志地钻研问题的情景，不由得使你很高兴，激发起你对他们的热爱，为我们社会主义四个现代化后继有人而感到欢欣鼓舞；然而，想到还有个别学生由于缺乏革命的理想和抱负而无心向学，就会令你感到忧心和不愉快。这里提到的愉快不愉快、满意不满意、高兴与忧虑、热爱与憎恨等等都是人的情绪、情感的不同表现。

（三）意志过程

人们在实践的过程中，根据对客观世界及其发展规律的认识，在情感的激励下，自觉地改造主、客观世界，确定奋斗目标，制订计划，选择方法方式，克服内部和外部的困难，下定决心，努力坚持下去，以达到预期的目的。所有这些，都是意志的表现。例如，当学生对学习的重大意义有了认识并产生了强烈的责任感以后，他就会下定决心克服一切困难，取得较好的学习成绩。这种为达到某种目的而在行动上克服种种困难，持之以恒的心理活动，在心理学上就叫做意志过程。

认识、情感和意志这三个方面并不是彼此孤立的过程，而是统一的心理过程的不同方面。人们在认识客观事物的时候，就会产生一定的情感，古语云：“知之深，则爱之切”，只有了解细，认识深，才会产生深刻、强烈的情感。同样，有了积极的情感，才有强烈追求的愿望，才会产生坚强的意志，才能提高认识的效率。俗话说：“情生意，意生情，有情必有意，有意必有情”。由此可见，情感和意志都是在认识的基础上产生的；反过来，人的情感和意志对认识也有重要的影

响。就是说，没有强烈的爱，没有坚强意志，很难准确地、迅速地感知和思考事物。认识、情感、意志是相互联系、相互制约的，它们融合在统一的心理活动之中。

二、个性心理

个性心理是指个体在社会实践活动中形成的带有倾向性的、本质的和比较稳定的心理特性的总和。它包括个性心理倾向性和个性心理特征两个方面。

（一）个性心理倾向性

个性倾向性是指一个人对现实的态度和行为的动力系统。它主要包括人的需要、动机、兴趣、信念、理想和世界观等，是一个多方面、多层次、多水平的统一体。个性倾向性中的各成分是相互联系、相互影响和相互制约的，在一定条件下，总会有某种成分占主导和支配地位。例如，当一个人产生某种需要时，必定会影响他原有的动机、兴趣和理想；当一个人对某种事物产生浓厚兴趣时，也必定会影响他原有的需要、动机和信念。但在人的个性倾向性诸成分中，世界观总处于最高层次，决定着一个人的思想、态度和行为，制约着人整个心理面貌。世界观是指一个人的信念、理想的概括体系，它表明一个人对待客观现实的立场、观点和方法等方面的倾向性，受到社会意识的制约，是个性倾向性的核心。从这个意义来说个性倾向性是个性心理中最活跃的因素，是一个人活动的基本动力，也是社会倾向性的集中表现。

（二）个性心理特征

个性心理特征是指一个人在心理活动中经常地、稳定地表现出来的心理特征。个性心理特征包括人的气质、能力和性格等成分。

由于各人的先天素质不同，生活条件不同，受的教育不同，所从事的实践活动不同，因此，心理过程在每个人身上各具特点，形成了每个人气质、能力和性格的差异。例如，人们情感发生的强度、速度、外部表现各不相同，动作的速度、灵活性各异，表现出人们气质类型的特点。人们在从事一项活动时，有人做得又快又好，有人做得又慢又差；有人注意力、记忆力强；有人观察力、思考力好，表现出人们能力的差异。个性心理特征的差异还表现在人的性格特征上。例如，有人工作认真负责，待人热情，对己严格；有人则工作马虎，待人冷漠，对己放任，表现了不同的行为模式。能力、气质和性格组成人的个性心理特征。由于能力标志着人的活动水平，气质表现出人的活动风格，性格影响着人的活动态度，这三者在质和量上不同的组合，构成了千差万别的个性心理特征的差异。

个性倾向性和个性心理特征是相互渗透、相互影响的，个性心理特征受到个性倾向性的调节和制约，个性心理特征也会影响个性倾向性的形成和表现。

所谓人的心理活动就是指上述心理过程和个性心理，它们之间是既有区别而又密切联系在一起的。个性心理是在各种心理过程中形成发展起来的，同时也只有通过心理过程，才能表现出来，如人的认识能力——观察力和思维力，只有在实践中形成、提高，同时，也只有在认识某种事物的过程中，才能表现出认识能力的高与低。反过来，已经形成的个性心理，对人的心理过程又有影响和制约的作用。如性格、能力都直接影响到人们对事物认识的效率和深度，所以，要深入了解和研究人的心理全貌，就必须把心理过程和个性心理这些方面结合起来加以考察。此外，与心理过程和个性心

理有密切联系的心理活动，如技能、品德心理、群体心理和心理卫生等，都值得加以研究的。

第二节 心理学的任务和意义

一、心理学的基本任务

客观世界中的任何事物的发生、发展都是有规律的，人类的心理活动也是有规律性的。人类既要认识客观事物的规律，在行动中取得自由，也就要认识自身的心理活动的规律。

心理学的基本任务是揭露心理活动的本质和它发生、发展的规律。心理学具体地研究客观世界是怎样引起人的心理活动，即客观世界如何转化为意识的事实；人的认识、情感和意志是怎样形成、发展和完善起来的，它们有哪些规律；人的个性心理倾向性和个性心理特征为什么会有相同点和不同点，它们是怎样形成起来的，它们的发展规律是什么；心理过程与个性心理的相互关系又是怎样的；要研究在心理活动发生过程中，脑的高级神经活动及其机制是怎样的；人的心理活动同人的社会实践有何关系，等等。

所以，心理学研究目的是为了揭露人的心理本质和活动规律，提高劳动和学习的效率，适应现代社会生产和生活不断发展的需要，有成效地改造客观世界和主观世界。具体地说，心理学的基本任务一方面是对基础理论和基本原理的研究；另一方面是探讨与邻近学科和各种社会实践活动的关系。

普通心理学 它是以正常的成年人的心理活动规律为对象的。主要研究认识过程和情绪、情感过程，意志过程和个性心理倾向性、个性心理特征的最一般的规律，并总结其他心理

的研究成果，概括出最一般的原理、原则和心理规律，作为解决心理问题的理论基础。所以，它是一门最基础的，入门的心理学，也是心理学的主干。心理学的不同分支都是由它分化出来的。

普通心理学与其他学科相互渗透，相互融合，形成了自己的分支，分别研究不同领域中的心理活动或心理活动的某一方面，它各有自己特定的对象、任务。现将几个主要分支介绍如下：

社会心理学 社会心理学是心理学和社会学之间的一门学科。它是研究各社会群体的心理结构的特点，以及各社会群体对个人在心理上的影响和各群体中人与人之间的相互关系的学科。

年龄心理学 它是研究不同年龄阶段人的各种心理过程和个性心理的形成过程。年龄心理学又分出有儿童心理学、少年心理学、青年心理学和老人心理学等。

教育心理学 它研究在教育 and 教学过程中受教育者掌握知识、技能、发展智力和形成道德品质的规律，并探讨教育者同受教育者身心发展的相互关系的科学，从而提高教育、教学工作的效率。教育心理学还分出各门学科的 **教学心理学**。

劳动心理学 它研究劳动过程中心理活动的规律。现代生产劳动的特点，是生产工具不断改进、生产技术不断革新，劳动生产率不断提高，生产组织和管理不断合理化。而达到这些目的，人是决定因素，而心理因素在其中起着重要的作用。

此外，还有研究心理因素致病和治病的医学心理学；研究体育运动、训练、竞赛过程中的心理活动特点，以及提高

体育教学和训练的体育运动心理学；研究艺术创作和欣赏过程中的心理活动规律的艺术心理学；研究军事活动中心理规律的军事心理学等等。

二、学习心理学的意义

心理学是一门重要的基础理论科学，又是一门具有广泛实用价值的应用科学，具有重大的理论意义和实践意义。

（一）理论意义

马克思主义哲学是心理科学的理论基础。心理学研究心理和意识的起源、发生和发展以及人们反映客观世界的过程，揭示了心理与脑的关系、心理与客观现实的依赖关系。心理学认为心理、意识是高度发展的物质（人脑）的属性，是客观世界的反映，科学地论证了马克思主义哲学的基本命题——物质第一性，心理、意识第二性，并使它具体化。同时，心理学研究客观世界转化为人的意识和意志过程及其物质机制，探讨人脑反映客观世界的各种形式及其产生过程，也就为辩证唯物主义哲学提供了自然科学的基础。所以，列宁把心理学列为“构成认识论和辩证法知识领域的”①的基础科学之一。科学的心理学提供的科学事实，对一切封建主义、宗教迷信、各种唯心主义和二元论的哲学思想是个有力的打击。“心理学提供的一些原理已使人们不得不拒绝主观主义而接受唯物主义……”②。由此可见，科学的心理学对马克思主义认识论的发展，对人们建立辩证唯物主义的世界观，都具有重要的意义。

（二）实践意义

①《列宁全集》第38卷，第399页，人民出版社1959年版。

②《列宁全集》第1卷第396页，人民出版社1955年版。

1. 心理学在四个现代化建设中的意义

社会实践活动都是人的活动，而人的任何实践活动都是在心理活动的调节下进行的。所以，如何遵循人的心理活动规律，提高人的实践活动的效率是人类各个实践领域共同面临的问题，特别是在科学技术迅速发展的今天，心理学知识对于我们从事社会主义“四化”建设的各行各业的人都是不可缺少的。如心理学能为开发智力资源，培养为实现四个现代化所需要的人才服务；它能改善劳动者心理状态，提高劳动生产率和产品质量；它对战略战术的确定，对军事工程的建设，对士兵的选拔和训练等都有重要作用；它对人民保健和治疗都会提高效率；在体育竞赛、艺术创作、科学创造、宣传、出版、外交、情报、航天、商业及广告等方面，心理学规律的知识也有广阔应用的范围。

总之，心理学与实现四个现代化的关系是十分密切的。心理学知识对各行各业的现代化都是必不可少的。随着人类实践领域的不断扩大，科学技术的迅速发展，心理学服务于实践的领域必将日益广阔，心理学在四个现代化建设中的作用也必将越来越重要。同时，在四个现代化建设过程中，心理学也必将加速自身的现代化的发展。

2. 心理学在教育工作中的重大意义

实现四个现代化的关键是科技和管理，而造就科技和管理专业人才的基础在教育。教育过程就是一个发展受教育者心理的过程。人民教师是人类灵魂的工程师，担负着教育、培养年轻一代的重任。教师首先必须从各方面了解学生的心理发展特点及其形成规律，从学生的实践出发，因材施教，因势利导，采取积极的措施，才能提高教育和教学的质量。

为了教育好学生，培养学生共产主义思想和优良品质，