

心理学

汝宣 著

川科学技术出版社

心 理 学

陈 汝 宣 著

四川科学技术出版社

1988年·成都

责任编辑：洪荣泽

封面设计：韩健勇

技术设计：李迎军

心 理 学

陈汝宣 著

四川科学技术出版社出版

（成都盐道街三号）

四川省新华书店发行

四川安岳县印刷厂印刷

统一书号：ISBN 7—5364—0493—X/B·4

1988年6月第1版 开本787×1092mm 1/32

1988年6月第1次印刷 字数 242千

印数 1—10915册 印张 11

定价：2.80元

序 言

我国古代有丰富的心理学思想，不仅历史悠久，也是我国古代文化宝库中的一颗璀璨的明珠。而我国现代的心理科学，不但起步晚，且屡遭坎坷。特别是10年浩劫，给心理学带来了没顶之灾，延迟了我国心理科学的发展。

所幸，粉碎“四人帮”后，党和国家及时拨乱反正，心理学也获得了新生，长期受压抑的心理学工作者受到鼓励，精神振奋，以忘我的劳动从事教学科研工作，争取夺回丢失的时间，弥补耽误的工作。几年来心理科学研究，硕果累累，专著、论文、翻译、教科书，逐渐多了起来，可说是我国现代心理学发展史上空前的繁荣阶段。只就心理学教材建设方面来说，初步调查，属于普通心理学、发展心理学和教育心理学正式出版的教科书已有20多种。有的适用于高校心理系或心理专业的；有的适用于高校教育系学校专业或学前专业的；有的适用于师范院校公共课或中等师范学校用的。这些教科书各有重点，各有所长，取长补短，相得益彰，也体现了百花齐放、百家争鸣的精神。

陈汝宣同志编著的《心理学》是根据国家教委师范教育司统一制订的中小学教师（专业合格证书）文化专业知识考试《心理学教学大纲》的要求，结合当前的需要，借鉴了有关心理学教科书某些优点编著的。其内容结构以普通心理学的基本理论和基础知识为主，适当的选用了与中小学、中师教育实际密切有关的儿童、青少年心理学和教育心理学的有

关内容；也考虑到中小学教师学习心理学重于心理学理论与教育、教学实践相结合的特点，把心理品质的形成发展与培养和心理活动规律在教育、教学工作中的运用，也作为教材的重要内容。理论联系实际，发展智力与德育心理相结合，也是本书的一大特点。

另外，本书编著者，为了便于中小学教师和心理学爱好者自学，根据每章内容，选注了心理学名词解释68条；四种类型的练习题290多个，并附有参考答案，这等于给初学心理学者一把随身钥匙。这样一定会减少读者因缺乏参考书或工具书造成的困难。这样周密的设想和作法，一定会受到广大读者欢迎的。

本书层次分明，条理清楚，以浅显的语言解释重点和难点，使之通俗易懂。因而我非常愿意把此书推荐给广大中小学教师和中师、高师学生和一切心理学爱好者。但是，也要说明，一本好教材，不是一蹴而就的，往往再三修改补充，一版再版乃至四五次版才逐渐完善的。在建设教材的过程中，读者是最好的评审员，也是编著者的良好助手，一个人的意见可能有偏见，但千百读者的共同意见，就值得重视和借鉴了。所以我希望广大读者在学习本书的过程中，有意见即向编者提出，供她作修改再版时参考。我想本书编著者是有此雅量并诚恳接纳的。

刘兆吉

于西南师范大学教育系

1987年7月

目 录

序言.....	1
第一章 绪论.....	1
第二章 心理的实质.....	22
第三章 感觉和知觉.....	45
第四章 记忆.....	73
第五章 思维与想象.....	98
第六章 注意.....	147
第七章 情感.....	168
第八章 意志.....	189
第九章 个性心理(上)	
气质和性格.....	204
第十章 个性心理(下)	
兴趣和能力.....	233
第十一章 学习心理.....	255
第十二章 品德心理.....	287
第十三章 中小学生心理.....	307
附录 中央电大考查试题.....	338
后记.....	346

第一章 绪 论

学习目的

- (1) 了解心理科学研究对象和任务。
- (2) 理解人民教师学习心理学的重要意义，培养学习心理学的兴趣。
- (3) 一般掌握研究人的心理的基本原则和方法。

第一节 心理学的研究对象

做老师的都期望自己的学生成才，也希望学生身心健康发展。可是，日常的教育活动中常常发生教师与学生的冲突。比如，上课时，教师要求学生专心听讲、积极思考、举手回答问题或提问，可有的学生就不听、在下面大声讲话、画小人、搞小动作、东张西望；教师帮助后进生学习功课，他总是拒绝，不与老师合作，成绩老是上不去，教师要求学生从小就要做一个有理想、有道德、有文化、守纪律的人，可他们认为还早。……师生发生冲突时，做老师的往往认为学生“不听话”，实际上是老师对学生不了解。为了引导和教育学生健康成长，必须了解和研究学生心理发展的规律。教师是人类灵魂的工程师。要教育学生，必须了解学生，就应当学一点心理学。做其他工作的也一样，要了解下面

的同志、战士、职工的心理状态，才能做好工作，这也必须学点心理学。

什么是心理学呢？

心理学是研究人的心理现象发生、发展规律的科学。人的心理现象可分为心理过程和个性心理两大类。

一、心理过程

心理过程包括认识过程、情感过程和意志过程。其中认识过程是最基本的心理过程。

（一）认识过程

一个人的认识过程包括感觉、知觉、记忆、思维、想象和注意。我们在学习、劳动、工作和日常生活过程中，外界许多事物作用于人的感觉器官：眼、耳、鼻、舌、身等。比如学生每天从家里到学校，一路上他可以看见各种不同对象的大小、颜色；听到行人的讲话声、汽车的鸣叫声、自行车铃声等各种不同的声音；嗅到各种不同的气味；买个早点，吃了上学，品尝到早点的味道；当学生用手在书包内取书或文具时，就会感到它是硬的还是软的、是光滑的或是粗糙的等。这都是外界的各种信息，通过人的各种感觉器官，而产生的视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉等各种感觉。

感觉是在客观事物的直接作用下，人脑对事物个别属性的反映。

任何一个事物都是由多种属性按一定关系综合起来，构成一个整体。例如学生在教室听老师讲课，看到并且认出来老师拿的是西红柿样品，听老师介绍西红柿的播种和经营管理、营养价值，嗅到西红柿的清香，尝到它的味道。这是由于西红柿作用于我们的各种感觉器官产生的知觉。知觉是在

客观事物的直接作用下人脑对事物整体的反映。

我们不仅直接感知当前作用于感官的事物，而且能把这些事物的映象印在头脑中，当事物再度出现时，就能认出它，或者某事物没有出现在面前，但可以回忆起它，这就是记忆。例如学习了西红柿，认识了它的形象、大小、颜色，知道了它的播种方法和管理技术。待到考试时学生能回答，具体耕作时，学生能做，再度出现西红柿，他们能认识。记忆是过去经验过的事物在人脑中的反映。

学生在各种学习活动中，经常为了完成某项具体的学习任务，如回答老师的问题，解一道难题，写一篇作文，订一个学习计划，绘一幅图画，搞个小发明创造等，学生都要动脑筋，想问题，进行分析综合活动，这就是思维。思维是一种高级复杂的认识活动，是人脑对客观现实间接和概括的反映。

学生在学习、生活过程中，不仅直接感知事物，回忆和再认过去感知过或思考过的事物，而且还要在感知、记忆、思维的基础上，在头脑中创造出新事物的形象，这就是想象。比如学生谈理想，“我长大了做什么？”我们可以从不同的答案，看到同学们的理想。想象是人脑对过去形成的表象进行加工、改造而产生的新形象的心理过程。

无论是感知当前事物，还是记忆以往的事物，或者思考和想象什么问题，都必须集中精神于当前对象或者回忆和思考的问题上，这样才能看得清、听得准、记得起、想得出，这就是注意。注意本身不能独立存在，它总是同其它心理过程一块产生，任何心理过程都离不开注意。比如你要看，你不注意就什么也看不到，看黑板上的字，先注意才能看清楚。要听，不注意也就什么也听不清。荀况说：“目不能两

视而明，耳不能两听而聪”，就是指注意说的。注意是心理活动对一定对象的指向和集中。即心理活动在一定时间内有选择地集中一定对象，它是认识事物的必要条件。人们常把注意称作通向认识或认识世界的门户。

（二）情感过程

情感在中国古书上记载有：喜、怒、哀、乐、爱、恶、惧七情。说明人对事物的态度问题。情感是建立在认识的基础上，认识深刻，情感就深刻，认识肤浅，情感就不深刻。人在认识客观事物时，决不会无动于衷，对于不同的事物总是采取不同的态度或评价，有的事物使人满意，有的事物使人不满意，甚至愤怒，有的事物使人高兴，有的事物使人痛苦。这都说明情感是指人对现实事物的态度的体验，它是由现实事物所引起，并且以某种体验的形式表现出来。

（三）意志过程

人类认识客观事物是为了改造客观事物，使之成为人类服务。为了改造客观事物，人们总是根据自己对事物的认识，确定行动的目的，制订行动的计划，并且克服困难去实现目的和计划。这种根据认识确定目的，并克服困难去实现目的的大脑活动过程，心理学上称为意志。

认识、情感和意志统称为心理过程，这是心理学研究内容的一个方面。认识、情感、意志三种心理过程是有区别又有联系的，认识过程是基础，情感和意志是在认识活动的基础上产生的。反之，情感和意志又可以提高人们的认识或阻碍人们的认识。

二、个性心理

个性就是人和人的不同。人生活在社会中，既有个性，

又有共性。前面讲的心理过程，人的感觉、知觉、记忆、思维、想象这些都是共性，但还有不同的地方，就是个性。古语说：“人心不同，各如其面”。个性心理包括个性意识倾向性和个性心理特征。

1. 个性意识倾向性：需要、动机、理想、信念、世界观 不同的人在同一时间内，需要是不相同的，就是同一个人，在不同的时间和场合需要也是不相同的；同样做一件事，这个人出自这种考虑，那一个人出自另一种考虑；这个人坚信这个道理不动摇，那个人坚信另一种道理不动摇；这个人出自这种立场观点看待世界，那个人出自另一种立场观点看世界。这些都是人与人之间在需要、动机、理想、信念和世界观方面差异。

个性意识倾向性是人们进行活动的基本动力，是个性中最活跃的因素，制约着人的一切心理活动，表现出个性的积极性。

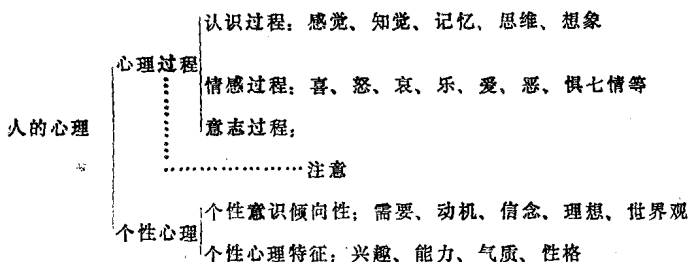
2. 个性心理特征，兴趣、能力、气质、性格 个性心理特征包括兴趣、能力、气质、性格等，是个性心理比较稳定的因素。

人与人之间兴趣是不相同的，这个人有这方面的爱好，那个人有那方面的爱好。对同样活动的任务，有的人能顺利地完成，效果较好，有的人困难重重，无能为力，是人能力方面的差异；有的人热情奔放，精力充沛，喜怒外露；有的人沉默少语，动作迟缓，情绪含蓄，这是气质方面的差异；有的人助人为乐，公而忘私，有的人待人冷淡，自私自利，这是性格方面的差异。上述都是个性心理。

心理过程和个性心理是密切联系不可分割的。心理过程是人人都有的，是人的心理现象的共性，个性是心理现象的

个别性。个性心理特征是在心理活动过程中形成的，没有对客观世界的认识，没有对外界事物的情感和改造世界的意志过程，个性心理是无能形成的。同时，已形成的个性心理特征，又制约着心理过程，在心理过程中表现出来。例如，具有不同兴趣和能力的个体，对同一事物的认识常常是不同的。在气质上急躁的人，会因为一点小事而激动起来。一个富有正义感的人，往往会表现出坚强的意志行动。所以，心理学研究对象的两个方面，是既有区别又不可分割地融合在一起。只是为了研究方便，以及更深入地揭示其规律，才加以划分的。

综上所述，可以说心理学是研究人的心理现象规律的科学。人的心理现象是一个统一的整体，它们的关系表示如下：



第二节 心理学的任务和意义

心理学是一门古老而又年轻的科学。德国心理学家艾宾浩斯说：“心理学有一个悠久的过去，但却只有一段短短的历史”。说它古老，就是说早在两千多年前，中国和西方许

多哲学家、教育家和医生就对心理现象开始了探讨。中国远在春秋战国时期，就争论人的心、性问题。例如，孔丘主张“性相近也，习相远也”。“唯上智与下愚不移”。孟轲则坚主性善，认为“人无有不善，水无有不下”；而且他从性善论出发，认为人都有四心，即：“恻隐之心”，“羞恶之心”，“辞让之心”，“是非之心”。荀卿则主张性恶，认为“人之性恶，其善者伪也”。此外，孔、孟、荀在教育心理学方面发表一些独到的和有价值的言论。例如，孔丘认为“不愤不启，不悱不发，举一隅不以三隅反，则不复也”。

“学而不思则罔，思而不学则殆”，孟轲主张因势利导，反对“揠苗助长”；荀卿则认为“蓬生麻中，不扶自直”，“青出于蓝，而胜于蓝”。这些都说明我国对心理问题早有探讨。古代希腊的哲学家亚里士多德（公元前384——322）就写了一部唯心论的心理学专著《灵魂论》，他不但认为人有灵魂，甚至认为动物和植物也都有灵魂。尽管这种探索以及后来的研究大多属于思辩与经验描述的性质，但也为心理学的诞生积累了丰富的思想与资料。说它年轻，是指心理学真正成为一门独立的科学，那是19世纪的事了。1879年德国哲学教授、生理学家冯特（1832——1920）在来比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室，把自然科学使用的实验方法用于心理学的研究，使心理学成为一门独立的实验科学。自冯特创建实验室至今，仅有100多年的历史。

心理学成为一门独立的科学并不是偶然的，它是社会发展的必然产物。近百年来心理学发展极为迅速，有人说60年代是物理学的世纪，70年代是生物学世纪，80年代是心理学的世纪。70年代生物学上有突破，就是人工合成胰蛋白，80年代人们预计心理学可能有突破。心理学很重要，要搞现代

化，就要考虑人的心理因素。

一、心理学的研究任务

研究心理学的任务在于探讨人的心理发生发展的规律，实现对人的心理的正确说明、准确预测和有效控制。

心理学的对象所规定的具体内容，是研究人的心理现象发生、发展的规律的科学。为了解决这个问题，心理学就要研究客观世界是怎样引起人的心理活动的，即客观世界如何转化为心理的事实；要研究在心理活动发生、发展的过程中，脑的高级神经活动及其机制是怎样的；人的个性心理是怎样形成和发展的；心理活动和人的实践活动有何关系，等等，这就是心理学的任务。心理学完成这些任务，就有可能实现对人的心理的正确性、准确预测和有效控制。

二、学习心理学的意义

1. 心理学对于所有的人都是须要了解的 心理学作为研究人类自身的科学之一，由于在现代科学体系的地位，决定了它与人的关系最为密切。苏联科学分类学家凯德洛夫院士认为，心理学在整个科学系统中占有中心位置。迄今的2500多门学科，唯有心理学与每个人都有最密切的关系。因为人既是从事各种认识活动和实践活动的主体和中心人物，又是心理活动的主要载体和承担者，没有人的参加，没有符合人的心理规律的活动，任何一个认识过程和实践过程都不能得以实现。心理学作为一门科学的本身，它是同所有的科学知识部门和人类活动紧密地联系在一起的。可以说，心理活动的规律贯穿于人的生命过程的始终，贯穿于人类社会实践的始终，贯穿于每门学科发展的始终。所以，心理学自然

应当在各种科学的系统中居于核心的地位^①。正因为这样，所有的人都必须有一定的心理学知识。

另一方面，人从出生到死亡，在人的社会化过程中，人是各个领域实践活动的主体，任何实践活动都是人的实践活动，都是在人的心理的认识、预测和调节下完成的。不承认心理活动对人的实践的认识和调节的作用，就看不到心理学对实践活动的意义。反过来，人的心理过程和个性心理的形成和发展的规律性知识，也都是通过人在各种实践活动过程中探索、揭示出来的。所以，我们每个人如果自觉地掌握了心理现象的规律，就可以根据实践活动的需要，促进某些心理活动和个性心理的形成和发展，或控制、改造某些心理活动和个性心理，提高工作效率，直接为许多实践领域服务。

2. 心理学作为带头学科，是一切现代人所必需的 自从心理学从哲学分离出来以后，它的发展很快。心理学家预言，21世纪将成为心理学的世纪。我国科学心理学必须为实现“四化”和培养具有共产主义思想的一代新人服务。

现在国际上把文盲分成三类。第一类是文字文盲，农民中间很多。第二类是大众传播工具使用的文盲。第三类文盲是电脑文盲，这个问题比较严重。在当今信息社会，对现代人的要求很高，除了具有共产主义思想外，还要掌握现代科学知识。智能计算机、人工智能和心理学都有密切关系。从使用真空管的第一代计算机发展到使用超大规模集成电路的第四代计算机，其运算速度、贮存信息的容量和工作性能明显地越来越提高了，但是，它的设计思想和工作方式基本上没有根本性的改变。第五代计算机则不同，它要处理的对象

①《心理学原理》，车文博主编，黑龙江人民出版社1986年5月 33页

是知识而不是数据，能够理解人类的自然语言（包括书面的和口头的）；能够看懂图片的意义；能够进行学习、积累知识；能够根据自身具有的知识进行推理、联想，解决向它提出的问题；在其他方面，也能够只有人才有的智能方式行事。所以，第五代计算机也叫处理知识的智能计算机。人工智能是在计算机科学的基础上生长起来的。“人工智能”这个术语1956年在美国提出，它的任务是编制计算机的智能程序。根据《人工智能手册》介绍，人工智能研究的范围包括：问题解决、逻辑推理、自然语言理解、自动程序设计、学习、专家系统或“知识工程”、机器人学和视觉等。人工智能研究推动了人们更深入了解人的各种心理过程，而认识心理学研究的成果对人工智能的研究起到了推动的作用。为掌握新技术，学好心理学，是很有必要的。

3. 心理学有助于教育和教学，是一切教师必不可少的

（1）有助于树立辩证唯物主义世界观：1879年心理学从哲学当中独立出来，心理学和哲学的关系是很密切的。列宁曾提到“心理学提供的一些原理……，使人们不得不拒绝主观主义，而接受唯物主义”，又说：“心理学是构成认识论和辩证法知识领域之一。”（见《列宁全集》第1卷38页）。物质第一性，意识第二性的原理是辩证唯物主义的基本原理。心理学原理必须受哲学理论指导，它把哲学的基本原理更具体化更细致地说明出来，为哲学提供了具体知识。比如哲学上的感性认识到理性认识，心理学就具体分析人怎样通过感官从外界获得信息，产生感觉、知觉，获得感性认识；人怎样把这些感性知识经过进一步加工改造上升为抽象的规律性知识，即理性认识，人又怎样将理性知识具体化，付诸应用，指导实践，心理学的这些规律性知识，支持了辩

证唯物主义的认识论，使人们自觉地、由衷地拒绝唯心主义而接受唯物主义。正如列宁所说：“心理学是构成辩证法和认识论的基础科学之一”^①。

(2) 有助于了解自己，加强自我修养，争做一个合格的人民教师：“人贵有自知之明”，教师要了解学生，首先要了解自己，教师能为学生作心理鉴定，也应该能够为自己作鉴定。教师应该是学生的表率，教师的一言一行，一举一动都对学生有潜移默化的作用。在中小學生心目中，最有威信和信得过人是教师，听老师的言，观老师的行，照着老师指点的去做。因此，教师的心理品质、教师的德、才、识、学，都对学生发生深刻的影响。心理学可以帮助教师自觉分析自己的心理特点，找出哪些是积极的心理品质，哪些是消极的心理品质，形成这些品质的客观原因和主观原因，明确今后的努力方向，有意识地培养优秀的心理品质。

(3) 有助于按照心理规律组织教育和教学工作，提高工作质量：教育是一门科学，要提高教育和教学质量，必须懂得和灵活运用教育和教学规律。学习心理学，有助于我们对教育和教学规律的掌握。如怎样组织教学，在教学中注意就显得特别重要。如课堂提问，应先说出问题，引起大家注意、思考，然后再叫人回答。相反，效果就不好。这就是注意的作用，让每个学生都注意，都思考。又如教学语言，声音小了学生听不清，大了刺耳，有的时候关键地方学生越想听，你却用耳语的声音来讲话，反到引起注意。又如用教具，要看学生对象。教师讲课要有表情，但不是演员，要节制，教师应随时注意学生的注意力，控制学生的注意力，使

^①列宁：《哲学笔记》，人民出版社，1957年版，第192页