

青少年心理教育丛书



故事心理学

• 李 新 •

广西教育出版社

故 事 心 理 学

李 新 编著

广西教育出版社

故 事 心 理 学

李 新 编著

☆

广西教育出版社出版发行
合浦县印刷厂印刷

•

开本787×1092 1/32 9.125印张 197千字

1990年6月第1版 1990年6月第1次印刷

印数：1—6000册

ISBN 7-5435-0875-3/G·698 定价：2.75元

前 言

心理学是研究人的心理活动规律的科学，是研究如何提高人的认识能力、发展智力、培养个性品质的科学。青少年学一点基础的心理学知识，了解一些人的心理活动规律以及影响个性形成的因素，在学习和生活中便懂得如何去提高认识能力，如何去锻炼坚强的意志，如何去培养良好的性格，如何去搞好人际关系。这对于提高心理素质，搞好学习，做好工作，有着十分重要的意义。

青少年在生活和学习中，亦有许多心理问题需要妥善解决。例如，有些学生学习时死记硬背，不懂得改善和提高自己的记忆能力；有些学生习惯于单向思维，不会运用多向思维解决复杂问题；有些学生意志薄弱，一遇到困难便摇摆不定，甚至

悲观失望，有些学生情绪不稳定，考试怯场；有些学生心理不健康，诸多疑虑，心神不安。诸如此类的心理问题，必须通过学习心理学加以解决，否则，既影响身心健康，亦影响学习进步。在苏联和东欧一些国家，早就把心理学作为中学生的选修课程，而我国中学和不少普通大学却未把心理学列入课程。为此，笔者早就酝酿为青少年朋友写一本心理学读物。

心理学比较抽象、难懂，为了便于青少年朋友了解心理学的基本原理，我决定从讲故事入手。为此，本书遵循“故事→原理→应用”的原则，即先讲一个生动的故事，然后阐明一个心理学概念、原理，解决生活或学习中一个实际问题，努力做到观点明确，理论联系实际，学起来有趣，在实践中能用。本书编写92个故事，归纳起来有五个方面的内容：一、认知心理；二、情感和意志；三、个性心理；四、交往心理；五、健康心理。在第一、二、三部分，是向读者讲解心理学基础知识，旨在解决学习和个性品质修养的问题；第四、五部分，试图用心理学的基础理论去解决人际交往和心理健康的问题。

本书主要是为青少年学生而写的，亦可作为广大社会青年学习心理学入门，也

是中、小学教师和家长对学生进行教育的有参考价值的读物。

本书在写作过程中，曾参阅国内外有关心理学著作，引用了一些学者论文中的资料；郑玲同志阅读了初稿，提出了许多宝贵的意见；王钦同志帮助绘图。在此，谨向他们表示衷心的感谢！

由于笔者学识有限，本书缺点错误在所难免，敬请读者指正。

李 新

1989年7月

目 录

前 言	1
-----	---

感 知 篇

1 庄子安知鱼之乐——什么是感觉	1
2 红色还是蓝灰色——颜色视觉	4
3 蔡琰听声辨琴弦——听觉	7
4 欧阳修品“酿泉水”——味觉	10
5 十个瞎子摸大象——触觉	13
6 鲜血淋漓不觉疼——痛觉	16
7 选国花——什么是知觉	19
8 巴斯德教授住旅馆——对他人知觉	28
9 阿凡提巧卖酒瓶——人际知觉	26
10 李婉芬演大嫂子——角色知觉	28
11 杯弓蛇影吓坏人——错觉	31
12 她飞到上帝那里——幻觉	35
13 拜伦一夜成名——晕轮效应	38
14 父母误认女尸体——定势	40
15 竺可桢上下班——观察	44

记 忆 篇

- 16 把印象记在心里——什么是记忆……………48
- 17 叶奕绳的读书法——识记……………51
- 18 文姬为父整遗稿——回忆……………55
- 19 跷跷板与听诊器——联想……………58
- 20 林巧稚忘了他的名字——遗忘……………60
- 21 张松背《孟德新书》——记忆品质……………64
- 22 司马光反复背诵——记忆力的训练……………67
-

思 维 篇

- 23 祖冲之预测月食——什么是思维……………71
- 24 名医张仲景治病——分析与综合……………75
- 25 田忌与公子赛马——比较与分类……………78
- 26 达尔文考察归来——抽象与概括……………80
- 27 老和尚逆流寻石——判断与推理……………83
- 28 班廷发现胰岛素——解决问题的思维过程……………86
- 29 打开棺材救“死人”——直觉思维……………89
- 30 华佗研制“麻沸散”——发散思维和聚合思维……………92
- 31 六岁曹冲称大象——习惯性思维与创造性思维……………95
- 32 诸葛亮舌战群儒——思维的广阔性……………98
- 33 海瑞审理疑难案——思维的深刻性……………101
- 34 曹子建七步成诗——思维的敏捷性……………103
- 35 达尔文创立进化论——思维的独立性……………106
- 36 纪昀释字与改诗——思维的灵活性……………109

想 象 篇

- 37 方士为何能吹牛——什么是想象…………… 112
- 38 祖冲之制作“欽器”——再造想象与创造想象…………… 115
- 39 人体能飘上天吗？——幻想…………… 118
- 40 利帕休与望远镜——原型…………… 121
- 41 啤酒冒泡的启示——灵感…………… 124
- 42 牛顿与万有引力——机遇…………… 127
-

注 意 篇

- 43 牛顿把表当蛋煮——什么是注意…………… 130
- 44 他发现等时性规律——无意注意和有意注意…………… 133
- 45 庞统审案惊张飞——注意的分配…………… 136
- 46 陈毅读书喝墨水——注意的稳定性…………… 139
- 47 小孩拾鞭中诡计——注意的转移…………… 142
-

情 感 篇

- 48 贝多芬经常生气——情绪…………… 146
- 49 林黛玉愁眉不展——心境…………… 149
- 50 陈夫人痛击师爷——激情…………… 152
- 51 孔明巧设空城计——应激…………… 155
- 52 郑板桥乳母情深——情感…………… 158
- 53 梁启超拒易元配——情操…………… 160
- 54 燕妮爱上马克思——爱情…………… 163
- 55 “站远点，我讨厌你”——羞耻感…………… 165
-

56、郑袖暗害魏美人——嫉妒	168
----------------	-----

意 志 篇

57 聂卫平背水之战——什么是意志	171
58 徐霞客考察河山——意志的自觉性	174
59 司蒂芬森北极探险——意志的坚毅性	177
60 保尔夺枪营救战友——意志的果断性	179
61 他从失败转向胜利——意志的自制力	181
62 史排长白手夺枪——勇敢	184

个性心理倾向篇

63 朱哈大吃脏西瓜——需要	187
64 巫马子质问是非——动机	191
65 仁义战胜了富贵——心理冲突	194
66 白居易晚婚——抱负	197
67 严济慈代子留学——目标	200
68 安徒生的爱情史——挫折	203
69 庆制“镞”巧夺天工——态度	206
70 法拉第发明感应发电机——兴趣	209
71 斯宾诺沙反对宗教——世界观	212

个性心理特征篇

72 张昭火烧不出门——什么是气质	215
73 他们禀性不一样——气质类型	218
74 性情古怪的科学家——什么是性格	221

75	郑板桥质问老师——场独立型性格与场依存型性格···	224
76	“大喇叭”与“小茶壶” ——外向型性格与内向型性格·····	227
77	詹天佑主修铁路——能力·····	231
78	解缙智斗曹尚书——智力的差异·····	233

交往心理篇

79	刘玄德三顾草庐——什么是交往·····	237
80	华君武与小云帆——人际关系·····	240
81	肖伯纳将她吸引——人际吸引·····	243
82	黄媛介巧作奇画——暗示·····	245
83	谷建芬眼眶湿润了——感染·····	248
84	丰子恺拒绝求见——交往心理障碍·····	251

健康心理篇

85	伍子胥愁白了头——焦虑·····	255
86	曹操突患风头痛——恐惧·····	258
87	诸葛亮气死周瑜——愤怒·····	261
88	范进考中了举人——乐极生悲·····	264
89	张梦俊企图自杀——抑郁症·····	266
90	沦落天涯的疯子——精神病·····	269
91	刘继卣拼命作画——疲劳·····	272
92	小牛煮石治妻病——心理治疗·····	275

感知篇

1、庄子安知鱼之乐

——什么是感觉

庄子（约公元前369—前286年）是战国时期哲学家。有一天，庄子和惠施两人外出散步，走到濠水的一座桥上。庄子看到一条条鱼在水里自由自在地游来游去，便高兴地说：

“你看，鱼多么快乐！”惠施回答说：“你不是鱼，怎么知道鱼很快乐呢？”庄子反问道：“你又不是我，你怎么知道我不知道鱼的快乐呢？”惠施说：“我不是你，固然不知道你的感觉如何，可是你也不是鱼呀，你怎么知道鱼快乐不快乐呢？”庄子解释说：“刚才你问我怎么知道鱼的快乐，可见你已经知道我是晓得鱼的快乐的，至于我为什么知道，那是因为我站在濠水桥上，看到鱼在水中游来游去，自由自在，

所以我觉得鱼很快乐。”

——《庄子·秋水》

感觉是直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性在人脑中的反映。例如，人们在深夜里听到枪声便产生声音的感觉，看到红色信号弹划过天空便产生颜色的感觉，这些都是客观事物的个别属性作用于人的感觉器官而产生的感觉。

从感觉的定义，我们体会到感觉有两个特点：第一，感觉所反映的是当前能直接接触到的客观事物，而不是过去的和间接的事物；第二，感觉所反映的是客观事物的个别属性，而不是事物的全部属性和整体。

庄子看见鱼在水里自由自在，游来游去，觉得鱼很快乐，这也是一种感觉。我们看见小朋友无忧无虑地在幼儿园玩耍，觉得他们很快乐，也是一种感觉。但惠施同样看到鱼在水里，“自由自在，游来游去”，为什么不觉得鱼很快乐呢？这是由于人的感觉，不仅是客观的，而且是主观的。也就是说，从感觉的来源和内容来看，它是客观的，但从感觉的形成和表现来看，它又是主观的。事实表明，任何一种感觉都受到人的个性倾向、知识经验等主观因素的影响。例如，两人同喝一锅肉汤，A喜欢喝咸一点便觉得“淡”，而B喜欢喝淡一点便觉得很“咸”。同样一个人，在不同时间和不同的生理状态下，对同一类刺激物亦可能出现不同的感觉。当你处于饥饿状态时，吃馒头觉得很“香”；当你处于饱足状态时，吃蛋糕也觉得很“腻”。可见，感觉也是客观事物的主观映象。

那么，人的感觉是怎样产生的呢？神经生理学研究表

明，首先是外界刺激物直接作用于感觉器官，然后转化为神经脉冲（神经能）传入神经，最后传送到大脑皮层感觉中枢，产生特定的感觉。由于感觉中的视觉、听觉、肤觉、动觉、嗅觉和味觉，其传入通路的外周部分（感受器）、中间部分（传导部分）和中枢部分（感觉投射中枢）各不相同，又比较复杂，由于篇幅所限，在这里不作详细讨论。

列宁说过：“不通过感觉，我们就不知道任何实物的形式，也不知道运动的任何形式。”①感觉虽然是一种比较简单的心理现象，但感觉器官是外界进入人类意识的唯一通道，对人的心理活动和实践活动，却是决不可少的。

——感觉是认识事物的入门。我们面对五光十色的物体，只有通过感觉才能获得颜色、声音、味道的信息；我们天天在运动，只有通过感觉才能获得躯体的方位、姿态的信息；我们要认识事物，只有通过感觉才能获得丰富的感性材料。总之，一个人如果失去感觉，他就会视而不见，听而不闻，食而不知其味。

——感觉是从事实实践活动的必要条件。大家都知道，中医有望、闻、问、切四种诊断方法，望诊就是通过看病人的神、色、形、态来推断病情，闻诊就是通过耳朵听病人所发出的声音来探测病状。厨师通过味觉来感知各种菜式的酸、甜、苦、辣。学生绘画通过颜色视觉感知紫、蓝、绿、黄、橙、红。可见，感觉是人们从事实实践活动的必要条件，否则，就象“盲人骑瞎马，夜半临深池”，非刺筋斗不可。

青少年朋友，感觉是认识过程的开端，是知识的源泉。

①见《列宁选集》第2卷，第808页。

是各种心理活动的基础。愿你们在生活和学习中，积极锻炼感官，培养出敏锐的感觉能力！

2、红色还是蓝灰色？

——颜色视觉

约翰·道尔顿（1766—1844）是英国化学家。有一年，他特地买一双长筒袜子送给母亲过圣诞节。母亲眉开眼笑地接过纸包，打开一看，立刻奇怪起来：“约翰，你给我的袜子质量真不错，可是你怎么挑这样鲜艳的颜色？”“什么，妈妈？”道尔顿愣住了。“你不想想，我一个老妻子怎么能穿这种颜色的袜子去教堂呢？”母亲生气地说。道尔顿指着袜子解释说：“难道蓝灰色还不庄重吗？”母亲诧异地问：“这颜色鲜红得跟樱桃一样，怎么说是蓝灰色的呢？”道尔顿去找弟弟，弟弟也说是蓝灰色。道尔顿又去问朋友，朋友的感觉也和他完全不同。道尔顿深思起来：“难道我和弟弟的眼睛有问题？”

——《科学家轶事》

颜色视觉是在可见光谱范围内，眼睛对各种波长光线的主观映象。光源以反射或透射的方式传到视觉器官，再转入眼睛被视网膜上的视锥细胞所吸收，同时引起神经信号，并传到大脑皮层相应区加工，才能产生颜色视觉。可见，颜色视觉并非形成于视网膜上，而是由视觉中枢综合而成。

根据色度学研究，客观存在的电磁波并没有颜色，只是由于不同的波长作用于人的视觉器官，才引起不同的颜色视觉。现将不同波长引起不同色觉，抄录如下：

760 — 620 毫微米	红 色
620 — 590 毫微米	橙 色
590 — 560 毫微米	黄 色
560 — 530 毫微米	黄绿色
530 — 500 毫微米	绿 色
500 — 470 毫微米	青 色
470 — 430 毫微米	蓝 色
430 — 390 毫微米	紫 色

颜色有三个基本特征：色调（用来区别颜色的类别），明度（用来区别色的明暗或深浅），饱和度（用来区别色的鲜艳程度）。颜色三种特性之间的相互关系，可用颜色立体图（见图1）加以说明。图中的垂直轴表示由白到黑的明度变化；水平面的圆周表示不同的色调，从圆周向圆心过渡表示颜色饱和度逐渐降低。

那么，一双袜子，约翰看去是蓝灰色，母亲看去是鲜红色，原因在哪里？请读者继续看下去，边读边思考，一定会

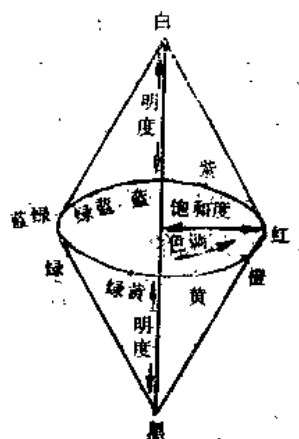


图1 颜色立体图

找到正确的答案。

——物体投射部位是否相同。人的视网膜的不同部位，对色调的感受性是不同的。视网膜中央凹能分辨各种颜色。从中央凹到边缘部位，视锥细胞减少，视杆细胞增多，对颜色的辨别能力逐渐减弱。读者可以做一个简易的实验加以证明。在桌子上先放一张白纸，白纸中央划一“+”字符号，用一只眼睛在30~40公分处盯着“+”字，然后把一小块红色或绿色纸片由“+”字处逐步向外移动，开始看到红色或绿色，移到一定距离看起来就变成灰色；如果用黄色或绿色纸片，移到更远一些距离时看起来也变成灰色。

——生活、工作环境是否相同。人的颜色感觉，不仅受到不同波长的光线的制约，也受到主体生活经验的影响。例如，一个长期在大森林里生活和工作的人和长期在大沙漠里生活和工作的人，对500毫微米同一波长的光线，他们感觉的绿色的深浅度就各不相同，前者觉得不怎么绿，后者则觉得非常绿。这说明，生活和工作环境亦影响人的颜色感觉。

——距离物体远近是否相等。物体的可见颜色，也会随观察者的距离的变化而变化。例如，我们站在高处远眺海水是蔚蓝色，但走近一看却是绿色。我国心理学研究结果表明，表面色的正确辨别率亦随着距离的增加而降低。

——色觉是否有缺陷。色觉缺陷是指色弱和色盲。凡是色弱者对光谱的红色和绿色区的颜色分辨能力较差。凡红—绿色盲者把整个光谱看成黄、蓝两色；凡蓝—黄色盲者把整个光谱看成红、绿两色。全色盲者则没有色调感，把整个世界看成是由明度不同的白、灰、黑组成。看到这里，读者就