

心理学

XINLIXUE

湖北省师范专科学校心理学编写组编



● 湖北科技

心 理 学

湖北省师范专科学校心理学编写组编

湖北科学技术出版社

心 理 学

湖北省师范专科学校心理学编写组编

*

湖北科学技术出版社出版发行 新华书店湖北发行所经销

湖北省鄂州市第一印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 10.375印张 236千字

1988年5月第1版 1988年5月第1次印刷

ISBN7—5352—0242—X/B·2

印 数：1—17000 定价：2.75元

目 录

第一章 导 言

- 第一节 心理学的概述…………… (1)
- 第二节 心理的实质…………… (5)
- 第三节 研究和学习心理学的意义…………… (11)
- 第四节 心理学的研究方法…………… (15)

第二章 心理的生理机制

- 第一节 神经系统…………… (21)
- 第二节 非条件反射和条件反射…………… (30)
- 第三节 大脑神经过程及其规律…………… (36)

第三章 个性和个性倾向

- 第一节 个性的概述…………… (40)
- 第二节 需要、动机和兴趣…………… (46)
- 第三节 理想、信念和世界观…………… (54)

第四章 注 意

- 第一节 注意的概述…………… (58)
- 第二节 注意的种类…………… (62)
- 第三节 注意的基本品质…………… (69)

第五章 感觉和知觉

第一节	感觉和知觉的概述	(74)
第二节	感受性及其变化	(81)
第三节	知觉的特征	(86)
第四节	观察	(91)
第五节	感知的个体差异	(94)

第六章 记 忆

第一节	记忆的概述	(96)
第二节	记忆的基本过程	(102)
第三节	记忆的品质和个别差异	(117)

第七章 想 象

第一节	想象的概述	(120)
第二节	想象的种类	(122)

第八章 思 维

第一节	思维的概述	(130)
第二节	思维过程与思维形式	(136)
第三节	思维与解决问题	(142)
第四节	创造性思维	(150)
第五节	思维的品质	(153)

第九章 情绪和情感

第一节	情绪和情感的概述	(158)
-----	----------	-------

第二节	情绪和情感的分类·····	(165)
-----	---------------	---------

第三节	情感的基本品质·····	(170)
-----	--------------	---------

第十章 意 志

第一节	意志的概述·····	(174)
-----	------------	---------

第二节	意志过程的分析·····	(179)
-----	--------------	---------

第三节	意志的品质·····	(183)
-----	------------	---------

第十一章 个性心理特征

第一节	能力·····	(187)
-----	---------	---------

第二节	气质·····	(199)
-----	---------	---------

第三节	性格·····	(205)
-----	---------	---------

第十二章 青少年心理特征

第一节	心理发展的概述·····	(213)
-----	--------------	---------

第二节	少年期学生的心理特征·····	(215)
-----	-----------------	---------

第三节	青年初期学生的心理特征·····	(226)
-----	------------------	---------

第十三章 智育心理

第一节	学习动机及其培养·····	(235)
-----	---------------	---------

第二节	知识的学习与掌握·····	(244)
-----	---------------	---------

第三节	技能的形成·····	(267)
-----	------------	---------

第四节	智力的发展·····	(276)
-----	------------	---------

第十四章 德育心理

第一节	关于品德的一般概念·····	(282)
-----	----------------	---------

第二节	品德形成的心理过程·····	(284)
第三节	品德培养途径的心理分析·····	(293)
第四节	不良品德的矫正·····	(299)

第十五章 教师心理

第一节	教师职责中的心理特质·····	(307)
第二节	教师心理品质的分析·····	(311)
第三节	教师的心理适应·····	(320)

第一章 导 言

第一节 心理学的概述

一、心理学研究的对象

心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。

人的心理现象是纷繁多样的，它们之间的关系也是错综复杂的，但是这并不意味着它是神妙莫测的，事实上每个人在清醒的时候都能意识到它，对它都是很熟悉的。下面我们先作一点概略的介绍。

例如在一个夜深人静的暮春之夜，你正在窗前聚精会神地读书，突然，你觉察到好象有一道闪光在天边掠过，又似乎听到远处响起了隐隐的隆隆声。这时，你推窗探望，感到一阵清风送来了扑鼻的芳香，也觉得有一丝微微的凉意。这里提到的“闪光”、“隆隆声”、“芳香”、“凉意”等等，就是通过眼、耳、鼻、身（皮肤）等感觉器官产生的感觉。如果你进一步辨别出一掠而过的光是闪电，隆隆的声响是雷声，扑鼻的香味是茉莉花香，这就是对这些事物的知觉了。当然，我们不仅能反映当前直接作用于我们感觉器官的事物，有时儿时的趣事也会自然而然地一幕幕在脑海中复现，而一首在孩提时代熟读了的诗，有的人到了成年时期仍能流利背出，这就是记忆。还有，谁都知道人世间决不会有猪头人身的怪物，但在《西游记》作者的笔下却创造出了一个活灵活现的猪八戒的形象；今天“高峡出平湖”，当然还没

有成为现实，但在设计师的脑子里却勾勒出了一幅幅“高峡出平湖”的宏伟壮丽的图画，这些就属于作家、设计师的想象。又如仲夏的黄昏，你看到天边的乌云正在聚集，成群的蜻蜓低飞盘旋，同时还感到闷热难当，这时你根据这些现象就会推想到天要下雨了。得出这个结论的过程就是思维。

感觉、知觉、记忆、想象、思维都是人在日常生活、工作、劳动中产生的认识过程。通过认识过程，人们可以弄清事物的性质、特征和它们之间有规律的联系和关系，寻求到改造主客观世界的途径和方法。通过认识过程，人不仅能了解当前作用于我们的各种事物，而且能把过去获得的关于事物的印象、理解等保存下来，还可以预见将来可能发生的各种情况。

人在认识世界时，往往会产生高兴、喜爱、悲哀、愤怒、恐惧等等体验。例如当我们知道中国女排获得奥运会排球赛冠军时，欢喜得心花怒放，而听到男排失利的消息时又有点感到沮丧。另外，我们还可能对他人或某种事物产生持续的眷恋或厌恶之情等等，这些心理现象就属于情绪和情感。

人在与客观世界相互作用时，不仅产生认识和情感，而且还能根据对客观事物的认识和需要，产生行动动机，并且由这种动机导向确定行动目的和计划，进而付诸行动，克服各种困难，使目的计划得以实现。这种在行动中体现的，自觉地确定行动目标，并努力去实现它的内在心理过程就是意志。

认识、情感、意志都有其发生、发展和完成这样一些连续的阶段，构成完整的过程，所以统称为心理过程。而我们常说的“注意”，则是伴随着心理过程的一种心理特性。这些过程和特性在人的实际生活中是彼此联系，互相作用，密

切统一的。

由于人们主客条件千差万别，所从事的实践活动也有所不同，因而心理过程在不同的人身上发生时，总是带有个人特点，这样就形成了人各有别的个性，其中包括需要、动机、兴趣、理想、世界观等组成的个性意识倾向和能力、气质、性格等组成的个性心理特征。例如在一个班级里，我们只要注意观察就会发现学生的个性倾向是有所不同的。以兴趣为例，有的学生对诗歌十分喜爱，读得津津有味，却不喜欢读科普读物，有的则恰恰相反；课余时有的经常活跃在球场上，有的却对下棋十分迷恋。这就表现了不同的兴趣倾向。至于个性心理特征也是因人而异的，如有的学生观察事物十分精细，而有的却很粗疏；有的才思敏捷，对知识领悟很快，有的却思维迟钝，要反复指点才能初步理解知识；有的想象丰富、活跃，有的却想象贫乏、凝滞；有的学生长于推理运算，有的则善于吟诗作画，等等。这些都体现了能力上的差异。此外，我们还会发现有的学生活泼敏感，反应迅速，但有点轻浮散漫；有的安静稳重，善于忍耐，但又缺乏生气；有的谦虚谨慎却胆小，有的自信果断却骄傲。这些则显示了气质、性格的不同。

心理过程和个性是相互联系的，每个人的心理过程都有个体的特点，都是和人的个性融合着的。已形成的个性也要通过心理过程才能体现出来。同时，没有心理过程，个性不可能形成，而形成的个性又制约着人的心理过程。事实上，既没有不带有个性倾向和特征的心理过程，也没有不表现在心理过程中的个性。因此，在了解和评价一个人的心理面貌时，应当把这两方面作为一个整体来考虑。

人的心理过程的发生发展和个性的形成发展都是有规律

的。这两者各自的规律，以及它们之间有规律的联系和关系，都是心理学研究的对象。

二、心理学的任务和心理学的分支

心理学的基本任务主要体现在两个方面：一是探讨人的心理一般的发生发展规律，弄清一般的原理。二是研究在不同的实践领域内，与独特的实践任务紧密联系着的人的心理发生和发展规律，如对教育、医疗等实践领域中人的心理活动规律的研究。由于研究任务有所不同，因而形成很多心理学的分支，据不完全统计，这种分支已达100多个。

心理学的分支从总的方面来看也可以分为基础学科和应用学科两大类。前面我们所讨论的心理学的研究对象，实际上是指普通心理学研究的对象，普通心理学就属于心理学的基础学科，因此在这本书里用了较多的章节来介绍普通心理学的基本知识。此外，以编造心理测验的理论与方法为研究对象的心理计量学，以人的行为和社会的关系为研究对象的社会心理学等，在西方有的心理学著作中也把它列入基础学科。儿童心理学也属于心理学的基础学科。在我国，儿童心理学是以个体从出生到17、18岁这一段时期心理发展的规律和年龄特征为研究对象的。儿童心理学所揭示的从婴幼儿到青少年的认识、情感，意志、个性等方面的发展规律，以及在不同年龄阶段这些心理现象的特点，为对儿童、青少年进行教育提供了依据，因此，在这本书里也将列专章作些介绍。

心理学的应用学科包括的门类更为繁多。例如研究体育运动训练竞赛过程中心理活动的特点，以提高体育教学和训练效果的体育运动心理学；研究人和机器、环境因素相互作

用过程中心理活动的特点和规律的工程心理学；研究心理状态对疾病的影响，帮助疾病治疗，加速生理机能恢复的医疗心理学等等都属于心理学的应用学科一类。教育心理学也属于心理学的应用学科，它把教育条件下学生的心理活动作为研究的对象，任务是揭示学生在掌握知识、技能过程中，以及智力、品德形成和发展过程中的心理活动规律，以利于提高教育水平和质量。因此，在这本书里也介绍了它的一些基础知识。

第二节 心理的实质

人的心理是人脑对客观现实的反映。

一、心理是脑的机能

人类认识到心理是脑的机能经历了漫长的历史过程。

在远古时期，由于科学水平的低下，人们一般都认为心理脱离肉体而独立存在，并且把人的思维、做梦等活动看作是灵魂或精神的活动。这种灵魂或精神在人生下来时就住在人的身体里，而当人睡着或死亡时，它就离开了。这种观点也曾被唯心主义哲学和宗教学说所系统化、理论化，并大肆宣扬。无论是外国还是中国，这种观点在很长一段历史时期内影响甚大。

在古代也有一些哲学家试图对心理现象作出唯物主义的解释，但由于时代的局限，科学发展水平的限制，他们都不可能准确地指出产生心理的器官以及心理发生的生理机制。到我国公元前两世纪的《黄帝·内经》这本书中，虽然曾接触到脑与心理的关系，但是更多的人则以为司理人的心理活动

器官是心脏，如战国时期著名的思想家孟轲就认为“心之官则思”，把思维看作心脏的功能。汉字里大凡表示心理现象的字如“情”、“意”、“思”、“念”等等都带有心旁，就是导源于把心脏当作心理的器官的认识。在西方，类似的观点的存在也源远流长，如对后世思想文化发展有着很大影响的古希腊哲学家亚里士多德就曾以为感觉和思维的器官是心脏。这种看法认为心理现象是物质活动的产物，虽然比较符合唯物主义的观点，在科学史上有其进步意义，但说心理产生于心脏却是不符合事实的。随着科学的发展，随着对人体各个器官机能认识的深化，人们才逐步认识到脑是心理的器官。我国明代名医李时珍就认为“脑为元神之府”、“泥丸之宫，神灵所聚”。清代名医王清任根据自己对尸体的解剖和大脑病理的临床研究，也明确地指出“灵机、记性不在心在脑”。西方也是在文艺复兴时期以后，随着解剖学、生理学的发展，才一步一步地弄清心理活动和神经系统以及脑的关系。十八世纪下半叶后，研究的进展才更为迅速，如比夏就把知觉、记忆、理智的机能定位在脑内。而到十九世纪中叶以后，由于语言中枢、运动中枢、感觉中枢的发现以及神经生理学、生理心理学研究的进展，就更为有力地证明了心理是神经系统特别是脑的机能。

脑是心理的器官，这是现代科学证明了的。以感觉、知觉来说，例如大脑的枕叶受损伤就会影响人的视觉，颞叶受损伤就会影响人的听觉，如果视觉中枢邻近的视觉联合中枢受损伤，虽然不至于全盲，却影响了对物体意义的辨认及远近距离的判断能力等。人的思维和语言也是大脑司理的，临床发现绝大多数以右手为主从事活动的人的语言中枢在大脑左半球，如果大脑左半球额下回底部受到损伤，就会发生“运

动性失语症”，病人可以看懂文字，听懂别人的谈话。虽然自己的发音器官正常，但不能用词和语言表达自己的思想。如果损伤额中回后部接近中央前回的部分就会导致“失写症”，病人可以听懂别人的谈话，看懂文字，自己也会讲话，手部运动也正常，但就是不会写字。如果损伤了额上回后部，就会导致“感觉性失语症”，病人可以讲话和书写，能看懂文字，也能听懂别人的发音，却听不懂别人说的话。如果大脑顶叶的角回受伤，则会导致“失读症”，病人虽然视觉是良好的，但看不懂文字的含义。此外，如果人的头脑受到剧烈的震荡，则心理活动就会受到阻碍或发生失调，产生幻觉、错觉或遗忘症。以上这些事实都足以证明心理是脑的机能。

二、心理是客观现实的反映

心理虽是脑的机能，但也应当看到人脑只是产生心理的物质前提，它只有在客观现实的作用下才能产生心理。

唯心论者把心理看成不依赖于客观现实的虚无缥缈的东西，而庸俗唯物主义者把心理活动和物质过程等同起来，认为脑髓分泌思想就象肝脏分泌胆汁，胃分泌胃液一样，显然这些观点都是不正确的。辩证唯物主义认为心理是客观现实的反映。

首先，客观现实是人的心理的源泉和内容。人头脑里形形色色的心理现象，其源泉和内容都是环绕着人的极为丰富、复杂的客观现象。正由于事物本身有色、香、味、硬度、温度等个别特性，我们才可能有相应的感觉；正因为世界上确实有山川湖海、花鸟虫鱼等，我们才有可能产生相应的知觉，没有经历过的事在头脑中不可能有关于它的记忆，

而我们之所以能够通过思维认识各种自然规律，首先是因为这些规律是客观存在的。即使是想象出现的虚幻的形象，也还是以现实存在的事物为素材的。例如前面提到的猪八戒这种猪头人身的动物，的确在世界上不可能有，但猪的头，肥胖的身躯，种田的钉耙，以至和尚的直辘，在《西游记》创作的时代，却都是人们司空见惯的。当然，把这些组成一个完整的猪八戒形象有个加工改造、重新组合的过程，但如果没有存在于现实中的那些素材，就不可能在头脑里凭空创造出这种奇特的形象。正如列宁所指出的“感觉、知觉、表象以及一般人的意识，乃是客观现实的映象”。

其次，心理是客观现实的主观映象。人的心理反映客观现实，并不是象镜子一样机械地反映事物，而是受他的身体状况、个性倾向和个性特征、已有的知识经验等主体状况的影响，也受到他当时心理状况的制约。例如汽油味有人觉得好闻，有的人则感到恶心；有的人对下棋感到兴致勃勃，有的人却觉得索然无味；听关于原子能的报告，具有这方面知识的人，可以对报告的内容作出较为恰当的评价，而一个缺乏这方面知识的人则不可能对报告内容发表有价值的意见。至于社会生活中的一些事件，由于人们所处的地位以至立场、世界观的不同，往往还可能产生截然不同的看法。不仅如此，而且同一个人在不同的时间、条件下，因当时心理状态的不同，对同一事物的反映也不会是一样的。所以人的心理在反映客观现实时，总是带有主体特点的，是客观现实的主观映象。

其三，人的心理是在实践活动中发生发展的，社会生活实践对人的心理起着制约作用。

人对客观现实不是消极被动的反映，而是在实践活动中

积极能动地反映客观世界。实践活动是人的心理发生发展的基础。这不仅是说人类心理中所特有的意识在社会集体性的劳动中产生，并随着社会实践的发展而日益丰富发展，而且就个体而言，也总是在以各种行动或活动作用于客观事物时，在与他人发生交往时，才能产生认识、体验等心理现象。其中特别要强调的是，只有在社会活动实践中才能形成人的心理，社会生活实践对人的心理起着制约作用。如果一个人一出生就象野生动物一样生活在纯自然的环境里，没有社会实践，那么他就不可能有人类的心理。1920年印度人辛格对两个从狼窝里发现的女孩所作的抚养记载就足以证明这一点。这两个“狼孩子”送到辛格主持的孤儿院时，大的约8岁，取名卡马拉，小的约1.5—2岁，取名为阿玛拉。她们刚到孤儿院时，行为就象幼狼，昼伏夜行，四肢着地行走，吃食和饮水都是趴在地上舔食，睡觉互相重叠地卷屈在一起。她们害怕强光，怕火也怕水，夜间视觉敏锐，每到深夜就象狼一样地嚎叫，给她们穿上的衣服总是被撕碎，盖上的毯子也总是被抛开，即使天气寒冷也如此。1年以后，阿玛拉死去。卡玛拉在辛格等人的细心照顾和教育下，到人类社会两年后学会了站立，并逐步参加某些人类社会的实践活动，4年学会6个单词，6年学会直立行走，7年学会45个词，同时学会了用手吃饭，用杯子喝水，基本上改变了狼的习性，每天的生活已同其他的孩子差不多，在17岁临死时大约具有相当4岁儿童的心理发展水平。据有人统计，世界上还曾发现这种自幼为野兽哺育的孩子30多例，其中有的后来虽经人的抚养和教育，但除卡玛拉外，竟无一人学会说话。这说明离开了社会生活实践，没有语言交际，尽管这些孩子具有人脑，仍然不可能具有人心理。个别的回到人类社会后，经过长期

的教育训练，参加社会实践，才可能具有与实际年龄很不相称的心理发展水平。事实证明，只有参加社会实践，人才能使对事物表面的、感性的认识，发展为本质的、理性的认识，产生一定的态度和体验，形成意志力，而人的个性倾向和特征的不同，其实践活动的多样性也是一个很重要的原因。

人的心理不仅在实践中发生发展，而且也服务于实践，指导着实践。人正是在这种改造世界的过程中，体现出自己心理反映的能动性。同时又正是在这种实践中使自己的心理水平向更高水平发展。当然，人对现实的反映是否正确，也要受到实践的检验。人总是要按照实践的情况，不断调整自己的认识和行动，使之符合客观规律的要求的。而人的心理能动作用能否恰当地发挥，也在于其是否依据客观规律，是否符合客观实际。

三、意识及其特征

意识是心理学中一个重要的研究课题。一般说意识是以心理过程为基础的一个有系统的整体，指的是一个人心理体验的总和，其中语言和思维是核心因素，情感和意志也是它的组成部分，它是人所特有的心理现象。有的心理学者认为意识是外界信息转化为主体活动过程中的中介性主导功能，它对心理活动起着统驭作用。意识有着以下几个主要特征：

首先，是目的定向性。由于人有意识，因此人在从事活动时总是有着一定的目的和方向，同时也有计划。例如一个教师在上课前，他的头脑里对这一节课要达到的目的，内容以及步骤、方法总有一个先期的预想，有的还会估计到教学进行中的问题，设想出解决的方案。即使是在组织班级活动时布置教室这一类较简单的活动，教师也会按活动的要求，先