

心 理 学



福建省师范专科学校教育学科校际协作组编

说 明

鉴于师专心理学教学的实际情况，我们编写了这本教材，以应本省师专和教师进修院校的需要。

一九八〇年初，省高教处领导同志亲自到会，参加在集美举行的全省师专心理学教学大纲的讨论。根据统一的教学大纲，确定黄国亮、傅传南、孙淑珍、王淑贞、陈翼柱、赖衍贤、黄草木、王国铨、赖进宝、张鼎衡等十人依次负责本书第一至十章的起草。初稿写出之后，先后在漳州、泉州两次进行认真的讨论和修改，最后在集美师范专科学校由周洵、傅传南、赖进宝、赖衍贤对全书进行统审后定稿。

本书承福建师范大学教育系徐君藩教授、福建师范大学教育系心理教研室、厦门大学高等教育研究室、集美师范专科学校、龙溪师范专科学校、泉州师范专科学校等有关专家和领导同志的热情关心、指导，谨此致谢。

由于时间和各方面条件的限制，教材中的缺点、错误在所难免，请各地同志批评、指正。

——编 者

一九八二年九月十日

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 心理学的对象.....	(2)
第二节 心理学的任务和意义.....	(4)
第三节 心理学研究的原则和方法.....	(8)
第二章 心理的实质	(13)
第一节 心理是客观现实的主观映象.....	(13)
第二节 心理的生理机制.....	(19)
第三章 感觉与知觉	(37)
第一节 感觉和知觉概述.....	(37)
第二节 感受性和知觉的基本特性.....	(49)
第三节 直观教学中的几个心理学问题.....	(58)
第四章 记 忆	(63)
第一节 记忆概述.....	(63)
第二节 识 记.....	(68)
第三节 保持和遗忘.....	(74)
第四节 再认和回忆.....	(77)
第五章 思维与想象	(82)
第一节 思维概述.....	(82)
第二节 想象概述.....	(87)
第三节 思维的基本过程.....	(94)
第四节 思维的基本形式.....	(100)
第五节 思维的品质与培养.....	(104)

第六章 注 意	(109)
第一节 注意概述	(109)
第二节 注意与教学	(117)
第三节 注意的品质与培养	(120)
第七章 技 能	(127)
第一节 技能概述	(127)
第二节 技能的形成	(130)
第三节 技能的迁移	(134)
第八章 情感与意志	(138)
第一节 情 感	(138)
第二节 意 志	(151)
第三节 情感与意志的培养	(161)
第九章 个体心理特征	(166)
第一节 个体心理特征概述	(166)
第二节 兴 趣	(168)
第三节 能 力	(177)
第四节 气 质	(194)
第五节 性 格	(197)
第十章 儿童心理的发展	(210)
第一节 儿童心理发展的规律	(210)
第二节 少年期学生心理发展的年龄特征	(217)
第三节 青年初期学生心理发展的特征	(223)

第一章 绪 论

心理学是一门既古老而又年轻的科学。说它古老，是因为人类探索自己的心理现象已有悠久历史。在我国，古代伟大的教育家和思想家孔子（公元前552—479）早在约二千五百年以前，就提出了人类心理随着年龄而发展的思想，认为它表现为少、壮、老三个阶段。他在70岁以后回顾自己的一生，把它分为六个发展阶段。孔子是我国历史上第一个以发展的观点来分析心理现象的人。他还提出：“性相近也，习相远也”。以“性”表示先天，以“习”表示后天，强调后天影响心理发展的作用。以后历代许多学者也有不少有关心理学的论述散见在他们的著作中。在欧洲，公元前四世纪，古希腊亚里士多德（公元前384—322）在其《灵魂论》一书中，也就心理现象提出了自己的见解。但心理学一直是包括在哲学体系之中。说它年轻，是因为从1879年德国莱比锡大学教授冯特（1832—1920）创立第一个心理实验室开始，心理学成为一门独立的科学到现在，只有一百零几年的历史。我国是在清末办师范学校时，才开始从日本及西方翻译一些心理学专门著作。

一百多年来，心理学有了很大的发展，在许多国家得到了广泛的应用，成为一门十分重要的科学。

心理学是研究什么的？为什么要研究心理学？它有哪些研究方法？这是学习心理学首先必须解决的问题。

第一节 心理学的对象

心理学是研究人的心理现象发生、发展的客观规律的科学。

心理现象对每个人来说都是非常熟悉的，只要人处于清醒状态，时刻都在产生各种各样的心理活动。比如：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。在离开了引起感觉、知觉的事物之后，原来听过的声音话语，仍可“犹响于耳”，原来看过的物体形状、颜色等仍然“历历在目”，这就是记忆。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进行分析、综合、抽象和概括，从而认识事物的本质和规律，这种思考和解决问题的过程，就是思维。在思维的过程中，人们常常可以根据事物的形象进行加工改造，从而形成或创造出事物的新形象，这就是想象。

人们在实践活动中，通过感觉、知觉、记忆、思维和想象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。

人们在认识客观事物时，都离不开注意。比如，注意地思考着，注意地观察着，注意地回忆着等，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。

人们在认识客观事物时，并不是无动于衷的，由于客观事物在我们生活实践活动中的不同的意义和作用会使我们对

它们产生各种各样的态度，从而对这些态度形成喜、怒、哀、乐、爱、恶、惧等体验，这类心理活动过程就是情感过程。

人们对客观事物不仅有所认识，有所感受，而且还能有目的地对客观世界施以种种反作用，表现出人的主体能动性。这种自觉地确定目标并力求加以实现的心理过程，叫做意志过程。

认识、情感和意志等三种过程是互相联系、互相制约的，它们不可分割地共同构成人的统一的心理过程。心理过程是心理现象的一大方面。

人们由于遗传素质、环境、教育的不同，由于各人的经历、实践不同，各人的心理活动都具有不同的特征。这种心理特征表现在能力、兴趣、气质和性格四方面的不同。如有的人具有敏锐的观察力，有的人具有高度的创造力；有的人喜爱音乐，有的人热爱数学；有的人活泼多情，动作迅速，有的人安静冷淡，动作迟缓；有的人勤劳、勇敢，有的人怠惰、怯懦等等，都是属于个人心理活动的特点，在心理学中统称为个体心理特征。这是心理现象的另一大方面。

个体心理特征和心理过程是密切联系在一起的。个体心理特征是通过个体反映现实的心理过程而逐渐形成的，没有对客观事物的认识，没有对外界事物的感受，没有对现实事物的积极改造的意志过程，个体心理特征是无由形成的。同时，已形成的个体心理特征又制约着心理过程，在心理过程中表现出来。因此，既没有不带个体特征的心理过程，也没有不表现在心理过程之中的个体特征。我们要了解一个人的心理现象，掌握一个人的心理全貌，必须把这两个方面结合起来进行考察和研究。

总之，心理学是研究心理过程、个体心理特征以及心理过程和个体心理特征相互关系的规律性的科学。它是一门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）。

第二节 心理学的任务和意义

一、心理学的任务

每一门科学都有特定的研究对象，都担负着一定的任务，它的具体任务又决定于它的研究对象。心理学既是研究人的心理现象和心理活动发生、发展的规律，那么，科学地说明心理现象是怎样引起的，人的认识、情感、意志是怎样形成、发展和完善起来的，它们有哪些规律；人为什么有不同的个体心理特征，它是怎样形成起来的，它的发展规律是什么；心理过程和个体心理特征的相互关系又是怎样的等等，便都是心理学研究的基本任务。

二、心理学的意义

（一）理论意义

马克思主义哲学是心理学的理论基础。但是，研究心理发生、发展的规律又为进一步论证物质第一性，意识第二性，意识是高度发展的物质（人脑）的属性，是客观世界的反映等马克思主义哲学的认识论的基本原理提供客观依据。因此，列宁把心理学列为“构成认识论和辩证法知识领域”之一（《列宁全集》第38卷，人民出版社1959年版第399页）。列宁还指出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……”（《列宁全集》第一卷，人民出版社1955年版，第396页）。

意识起源问题是现代哲学理论上的重大问题，是世界三大问题（宇宙起源，生命起源，意识起源）之一。研究心理的发生、发展规律问题，有助于解决意识的起源问题。

（二）实践意义

心理学是一门基础理论学科，又是一门具有广泛应用价值的学科。四个现代化非常需要心理学，而心理学也能够很好为四个现代化服务。如：心理学能为开发智力资源，培养为实现四化所需要的人才服务；它能为改善劳动者心理状态，提高劳动生产率服务；它能为战士的选拔和培养提出科学的依据和方法，从而为加强国防现代化服务；它对人民保健会有所帮助，能为保障人民的身心健康服务；它还能为促进安定团结服务。因为人的任何实践活动都是在心理活动调节下完成的，如何遵循人的心理活动规律，提高人的实践活动效率，是各个领域共同面临的问题，所以心理学的应用范围非常广泛，并由此产生了许多分支科学。

普通心理学：是一门基础的、入门的心理学。它研究心理的一般规律，主要是研究正常人的心理规律。

儿童心理学：是一门研究儿童心理发生、发展规律的科学。

教育心理学：是一门研究学生学习过程的心理，学生掌握知识、技能，形成道德品质的心理规律的科学。

劳动心理学：是一门研究如何掌握、改善劳动工具，形成劳动技能，不断提高劳动者的积极性，使人和机器彼此和谐适应以提高劳动生产率的科学。

医学心理学：是一门研究心理状态对疾病过程的影响，以促进疾病过程的消失，加速生理机能恢复的心理科学。

体育运动心理学：是一门研究体育运动、训练、竞赛过程中心理活动特点，提高体育教学和训练效果的心理科学。

艺术心理学：是一门研究艺术创作和艺术欣赏过程中的心理活动规律的科学。

缺陷心理学：是一门研究盲聋和智力落后儿童心理特点，为补偿其心理缺陷，以使适应正常社会生活和生产劳动提供理论根据的科学。

军事心理学：是一门研究人在军事活动中和操纵军事器械的心理规律的科学。

社会心理学：是一门研究个人行为与社会环境的关系的科学。

此外，还有动物心理学，航天心理学等。

总之，心理学与实现四个现代化关系是很密切的。在科学迅速发展的今天，心理学知识对人类的一切实践领域，对各行各业的现代化都是必不可少的。但心理学本身也要实现现代化，我们应急起直追，快速赶超世界先进水平。

三、人民教师学习心理学的重大意义

人民教师担负着教育、培养年轻一代的重任。要教好学生，首先必须从各方面了解学生，不仅要了解心理发展的一般规律，而且要了解每个年龄阶段学生的心理特点，还要了解每个学生个别的、特有的心理特征，这样才能做到从实际出发，采取积极的措施，取得良好的教育效果。

（一）学好心理学，对提高教学质量具有重要意义。心理学中有关人的认识过程一般规律和儿童青少年认识活动特点的科学知识，是教学工作的科学依据之一，将引导我们按照客观规律办事，取得卓著成效。心理学知识还可以帮助我

们改革教学方法，探索並采用现代化的教学方法。

(二) 学好心理学，对学生进行共产主义思想和品德教育也具有重大意义。对学生进行思想和品德教育，是一个十分复杂的过程，要求教师深入了解学生的心理。心理学中有关人的情感活动、意志行为和性格形成等心理规律的论述，能够为我们进行思想和品德教育提供科学依据。人的心理、人的认识活动、情感、意志、性格等，在其发生、发展的过程中都有一定的客观规律。因此，教育工作者只有深入了解学生的心理特点，掌握学生心理活动的规律，采取有效的途径和方法，有的放矢地进行教育，才能取得预期的效果。例如：当上海戏剧学院师生演完话剧《救救她》谢幕后，虹口区工读学校的四十名女学生情不自禁地跑上台去，扑向饰方老师的演员失声痛哭。这一感人的情景说明，一个深知受教育者的心理特点，並满腔热情地引导她们长善救失的教师，有着多么伟大的教育力量！广大青少年多么期望得到象方老师那样能够循循善诱地打开他们的心扉的教师！我国许多优秀的班主任和教师在运用心理学知识对儿童、青少年进行教育的工作中，已取得很大的成绩，积累了丰富的经验，这都充分证明教育工作者必须学好心理学。

(三) 掌握心理学知识，不仅对教育人有重要意义，而且有助于自我教育。首先，心理学可以帮助我们形成辩证唯物主义世界观。因为心理学告诉我们关于心理发生、发展的客观规律，使我们对人的各种心理现象具有真正科学的理解，从而能自觉地同神道、迷信和唯心主义的偏见作斗争，这就有助于科学世界观的形成和巩固。其次，心理学知识可以帮助我们分析自己的心理特点，了解自己的优缺点及其产生

的原因，从而明确努力方向。最后，心理学知识对组织自己的学习，提高学习质量也有直接的意义。

我们要成为一个又红又专的人民教师，除了要提高社会主义觉悟，学好专业课程，加强身体锻炼外，还必须学好教育科学理论，包括心理学，教育学和各科教学法的知识。

第三节 心理学研究的原则和方法

一、心理学研究的基本原则

辩证唯物主义是心理学的理论基础，也是心理学研究所应遵循的基本原则。

心理学研究必须严格遵循客观性原则。任何心理研究，都必须依据可以观察并加以检验的客观事实。人的心理活动是由客观存在引起并通过一系列生理方面的变化实现的，是表现在人的各种积极的实践活动中的。因此，必须从心理产生所依存的这些方面的物质过程中去揭示心理发生、发展的规律，而决不能附加以任何主观臆测。同时，实践是检验真理的唯一标准，心理学研究的成果和结论是否符合实际，是否是真理，应同其它一切科学理论一样，必须在社会实践中经受检验，在社会实践中发展。

心理学研究中还必须遵循发展性的原则。任何心理活动都是客观发展的，因此心理学研究既要看到心理的现时特征，又要看到其发展的可能前景。因为包括较稳定的个性心理特征，由于长时间的各种因素的作用也可能发生变化。

心理学研究还要注意贯彻系统性的原则。由于人体是一个高度发展的完整协调系统，整个神经系统在神经中枢的指挥下进行着非常复杂的相互作用。人作为一个多层次、多因

素的极其复杂的系统，要想改变一个因素，保持其它因素不变，来考察整个系统的反应，所得的结果往往是可疑的。所以在心理学研究中还必须注意在各个因素的相互作用下去认识整体，着重研究各个过程、状态之间的相互联系及其整合的机制。

二、心理学的研究方法

观察法 是在日常生活条件下，通过被试者的外部表现去了解其心理的方法。

例如，研究婴儿的心理发展，就可以选定特定的婴儿，每日在一定时间内观察他的活动，记录他的身体运动、发声、以及当时的客观情况等。这样观察到一定的时间（一年至几年），记录材料到一定的数量，就可以进行分析，找到婴儿某些发展的规律。在学校教育中，教师常常通过观察学生在校内外、课内外，在劳动、学习和游戏中，在考试、比赛或日常生活条件下的各种表现，了解学生的各种心理特点和心理规律。

观察法一般应用于儿童心理学、教育心理学研究中，但是在其它心理学分支中也相当广泛地应用着。

观察贵在目的明确、深入细致、长期系统，而且对被试者的外部条件、身体变化、表情动作都作详细记录。必要时可以利用各种仪器，如电影、照相、录音等进行记录。有时为使观察的活动正常进行，不使被观察者受观察者的影响，观察者可在隐蔽处通过纱屏、单向透光玻璃或电视等进行观察，同时，也可以与被观察者谈话，了解他的心理活动情况。

实验法 是有目的地严格控制或创设一定条件来引起某

种心理现象以进行研究的方法。

心理学使用的实验法有两种形式：实验室实验法和自然实验法。

实验室实验法通常是在实验室内借助各种仪器进行的，它较多地运用对于心理过程及其生理机制的研究，而对于个性心理特征就有很大的局限性。最早的心理实验室是冯特所建立的。现代的设备完善的心理实验室，均采用精密的仪器和自动控制装置，而且日益广泛地用于研究人的整个活动。例如，在实验室中模拟各种自然环境条件（如高空和海底情况）和模拟各种工作条件（如火车驾驶室、中心控制台等），然后研究人在这些条件下心理活动的各种成分（运动的、感觉的、知觉的、记忆的、智力的、意志和性格的成分）。

自然实验法是在日常的生活、工作、学习等活动的情况下，对某些条件加以必要的控制和改变而进行的。它既可以用于研究一些简单的心理现象，又可以用于研究人的个性特征。它也是教师在教育过程中研究学生心理活动常用的方法。例如，同一教师对同一教学内容在条件大致相同的平行班进行这样的实验：让甲、乙、丙三个班用相同的时间（如三小时）复习，要求甲班一次（3小时）复习完，乙班三次复习完（每次一小时），丙班六次复习完（每次半小时），然后，测验复习结果，分析复习的时间分配对复习效果的影响。又如组织学生夜间到郊外进行“拾柴火”的游戏，从而了解学生的勇敢程度。

社会测量法 是一种特殊的自然实验法。我们可以用它来研究人的个性特征和集体成员间的相互关系。它是社会心理学的主要研究方法。

评价法 是测量、测验、调查、比较等方法的总称。

1883年F·高尔顿最早采用问卷法研究优生学、个性差异等问题；20世纪初，法国心理学家A·比纳为鉴别低能儿童编制了智力量表，以后又有许多心理学家编制了测定人的情绪、人格的量表，这就使人的心理特征数量化，并可以运用仪器和量表加以衡量。

现在心理学方面已经有了很多测验，除了问卷式的民意测验外，智慧方面有各种智力测验，学业方面有教育测验、学科测验，知觉方面有听觉、辨光、举重等测验。态度、性格、兴趣、气质等都有测验。至于反应时间、情绪表现、动机力量、特殊才能、人格倾向之类，都各有测量的工具。但这些测量工具有的还不够标准化，也不够精确。

活动产品分析法 通过对人的活动产品的分析研究人的心理，称为活动产品分析法。教育工作中，学生的各种作业、试卷、劳动产品，一定程度上都反映着学生的心理特点。从学生的作业、试卷、劳动产品可以了解学生的能力、性格，有时还可了解其思维特点。但这种分析必须避免主观臆断、牵强附会，而要在长期、全面地进行分析之后才作出判断。

个案法 对研究对象进行较长时间的观察、分析并记录备案的方法称为个案法。由于心理发展的长期性、复杂性，有的为了某个问题，心理学家必须几年，几十年地跟踪研究一些人的心理活动。个案法不是单一的方法，而是同时采用许多方法。

以上各种方法都有其特点，也都有其局限性，因此在很多情况下，进行心理学研究不是采用一种方法而是兼用几种方法，使之互相补充。究竟采用哪些方法为好，这要根据所

研究的心理活动的特点和研究的任务来确定。

思 考 题

1. 心理学是研究什么的？人的心理现象应怎样分类？
2. 为什么说学习心理学有着重要的理论意义和实践意义？人民教师学习心理学的重大意义何在？

第二章 心理的实质

第一节 心理是客观现实的主观映象

心理是什么？它是怎样产生的？这是研究心理学首先要解决的一个基本的问题。而这实质上也就是哲学领域里关于精神与物质的关系问题。长期以来，人们在这个问题上的看法真是形形色色、众说纷纭。

唯心主义者或者把心理说成是“与生俱来”生而有之的，或者以灵魂、神性去解释心理现象。明代王阳明说“天下无心外之物”，完全颠倒了客观存在与心理的本末关系，就是一种主观唯心主义的观点。旧唯物主义者虽能正确地指出心理是身体的一种机能，能看到客观事物对心理形成的重要作用；如早在二千多年前的荀子曾说：“形具而神生，好恶喜怒哀乐藏焉”，在有关的著作中也十分强调后天学习和教育的重要作用。但由于科学发展水平的限制，旧唯物主义仍然不能完满地阐明心理现象的实质和发展规律。如有的旧唯物主义过分强调后天客观环境和教育对心理的作用，认为每个人生来都是“一张白纸”，否认人的个体特征和个体积极性。这是用孤立和静止的观点而不是用辩证的、发展的观点看待人的心理，因而又成了形而上学的、机械的唯物主义。

十九世纪中叶，随着资本主义社会生产力的发展，各门科学也得到迅速的发展。在此基础上形成了马克思主义哲学基础——辩证唯物主义理论。辩证唯物主义认为：心理现象