

心理学

章志光 主编

人民教育出版社

心理学

章志光(主编) 郭占基(副主编) 肖前瑛 赖昌贵 赵鸣九 黄希庭 编

心理学

(副主编) 章志光 (主编) 章志光
副主编 孔祥波 黄晶 蔡前肖

心 理 学

章志光 主编

责任编辑 戚长福

*

人民教育出版社出版

新华书店北京发行所发行

北京市房山县印刷厂印装

*

开本 850×1168 1/32 印张 14.5 字数 347,000

1984年11月第1版 1987年2月第4次印刷

印数 231,001—376,000

书号 7012·0844 定价 2.00 元

前 言

本书是为高等师范院校编写的公共课心理学教材，它也可以作为各教育学院、教师进修学校的学员或广大教育工作者的参考用书。

心理学是高等师范院校的一门基础课。师范生学好这门课有助于了解自己将来工作的对象和参照心理活动规律进行教育和教学工作，更好地领会其它教育学科的内容，自觉地改进学习方法，并有助于形成科学的世界观和进行自我教育。

解放以来，这方面出版过许多本好的教材或讲义，其中大多采用的是普通心理学的体系与内容，它们对提高师范生的理论素养起过并继续起着积极的作用。1983年，教育部“为了加强与提高高等师范院校公共心理学课的教学，增加教材品种”，指定我们再编写一本增加教育心理学内容和稍有新意的心理学教材。根据高师的培养目标、心理学分支的发展状况、国外师范院校心理学教材的趋势以及国内有关教学的经验教训，我们认为高师公共课心理学应是一门以普通心理学知识为基础，以教育心理学的主要内容为重点，适当包括社会心理学和青少年心理学材料的综合性课程。基于这样的理解，本书就编成为一种四门学科内容结合的心理学科教材。

全书分为四编：第一编“总论”，除“心理学与教育”、“心理及其发展与学习”两章概述几门学科的基本理论与观点外，设“需要和动机”专章（着重讲学习动机），以体现人的心理、特别是学生学习心理的社会性与能动性。第二编“认识过程与教学”，除头四章

关于“注意”、“感觉和知觉”、“记忆”、“思维与想象”等属于普通心理学的传统课题,其中适当联系教学并加进社会知觉、第一印象等社会心理学内容外,着重阐述了“知识的掌握与教学”、“技能的掌握”两个教育心理学的专题,其中包括有创造力与自学能力的培养及与教学心理卫生有关的学习疲劳等内容。第三编“情感、意志与社会化学习”,先介绍与社会认识密切关联的“态度与情感”、“意志”,而后阐述“品德的形成”及“学校中的群体心理”,这里比较突出的是教育社会心理学的内容。把情感、意志作为社会化方面来对待并不否认它们属于心理过程的另外两种主要表现形式,而只是因为它们跟人际关系和个体的社会性意识有着更为密切的关联。把情感、意志和社会化放在一起阐述并非我们的创造,心理学家皮亚杰(J. Piaget)经常就是这样处理的。第四编“差异心理”,主要从个性差异和年龄差异两个角度去阐述“个别差异与因材施教”与“青少年心理与教育”。这种体例是把几门心理学分支学科的体系与内容部分地加以融合的一种尝试,它是否有利于教学或合乎实际还有待于实践检验和深入探讨。

本书力求体现科学性与思想性的统一、理论联系教育实际、内容有所更新、反映我国研究成果、深入浅出等原则,但限于各种条件还难于完全做到。不过,这些原则作为使用这本教材进行教学时应注意之点,则是值得重视的。

公共课《心理学》的教学学时数尚未作出新的规定。本书是按照68课时(每周4课时,一学期以17周计算)确定份量的。如果有些学校的教学时数还达不到这个标准,可以采用两种办法来解决:第一,只讲各章的重点或难点,一些易看懂的部分让学生自学;第二,挑选其中最主要的章进行讲述,有些章可略加指导并作为参考材料由学生自己阅读。

本书各章是由下列同志编写的:章志光(第一、十二、十三章及

第二章第一节)、郭占基(第二章第二、三节及第三、六章)、黄希庭(第四、五、十一章)、赖昌贵(第七、十四章)、肖前瑛(第八、九章)、赵鸣九(第十、十五章)。

本书是在教育部高校文科教材办公室与高教一司的直接领导下进行编写的。在成书过程中,得到了许多单位,首先是编者所在的学校——北京师范大学、东北师范大学、华南师范大学、福建师范大学、西北师范学院及西南师范学院的大力支持。四川教育学院为本书承办了初稿讨论会;来自全国三十多个省市的兄弟院校的同行们在会上热诚地对本书给予了肯定的评价并提出了许多宝贵的修改意见。本书采用了国内外许多研究材料或吸取了它们的某些思想,没有这些研究者的辛勤劳动,这本书也是难以完成的。此外,还有北京师范大学的肖敬若同志、彭飞教授、郭静媛同志,昆明师院卢濬教授,教育部的袁华、何平等同志给予了不少具体的指导或帮助。为此,对上述的有关单位、同行和同志们致以衷心的感谢。

由于编写时间较短,也限于编写者的水平,本书肯定还有不少缺点,甚至错误,谨请批评,指正。

编者

1984.10.1

目 录

第一编 总 论

第一章 心理学与教育	(1)
第一节 心理学研究的对象	(1)
第二节 心理学的任务及其与教育的关系	(7)
第三节 心理学研究的方法	(16)
第二章 心理及其发展与学习	(24)
第一节 心理的实质	(24)
第二节 个体心理的发展	(41)
第三节 关于学习的基本看法	(48)
第三章 需要和动机	(56)
第一节 需要及其发展	(56)
第二节 动机与学习	(62)
第三节 学习动机的激发与培养	(75)

第二编 认识过程与教学

第四章 注意	(82)
第一节 注意的概念	(82)
第二节 无意注意和有意注意	(87)
第三节 注意的特征	(92)
第四节 注意规律在教学中的应用	(96)
第五章 感觉和知觉	(102)
第一节 感觉和知觉的概念	(102)
第二节 感觉的一般规律	(110)
第三节 知觉的特性和影响知觉的心理因素	(115)
第四节 感知规律在教学中的应用	(124)
第六章 记忆	(133)

第一节	记忆的一般概念	(133)
第二节	记忆过程的分析	(141)
第三节	记忆规律在教学中的运用	(160)
第七章	思维与想象	(167)
第一节	思维的一般概念	(167)
第二节	思维的过程、形式与种类	(175)
第三节	想象	(185)
第四节	解决问题的思维过程	(192)
第五节	思维与教学	(200)
第八章	知识的掌握与教学	(207)
第一节	学生掌握知识过程的分析	(208)
第二节	教学与认识能力的发展	(224)
第三节	教学与心理卫生	(236)
第九章	技能的掌握	(250)
第一节	技能的概念	(250)
第二节	动作技能	(253)
第三节	智力技能	(264)

第三编 情感、意志与社会化学习

第十章	态度与情感	(270)
第一节	态度	(270)
第二节	情绪与情感的一般概念	(278)
第三节	情绪与情感的种类	(287)
第四节	情绪与情感在教育中的作用	(293)
第十一章	意志	(299)
第一节	意志的概念	(299)
第二节	意志行动的分析	(304)
第三节	意志品质及其培养	(312)
第十二章	品德及其形成	(318)
第一节	品德的一般概念	(319)
第二节	学生品德形成的心理过程	(324)

第一编 总论

第一章 心理学与教育

本章主要问题

- 一、心理学研究什么？
- 二、心理学研究在理论和实践上有什么意义？
- 三、教育工作者为什么要学习、研究心理学？
- 四、怎样去研究教育过程中的心理现象？

教师是人类灵魂的工程师。要塑造“灵魂”就应对“灵魂”这种现象有所了解。这里所讲的“灵魂”不是别的，它就是我们所说的心理，而要掌握这方面的知识，就应当学一点心理学。

第一节 心理学研究的对象

不少人初次听到“心理学”一词，往往好奇地认为，“学了心理学就能知道别人心里想的是什麼”，这是由于不了解心理学研究的对象与学科性质所引起的误会。那么，心理学究竟研究什么，它是一门什么样的学问呢？

一、心理学是研究心理现象的科学

心理现象不仅人有，动物也有。如所周知，蚂蚁能感觉到我们人所看不到的紫外线，狗有锐敏的嗅觉并能辨认主人与陌生人，鸽

子具有高空知觉与记忆地面轮廓图形的惊人能力，猩猩可以通过“顿悟”解决使用工具取食的问题，狡猾的狐狸能利用地形来躲避追逐者，猫或虎易被激怒，猴子或熊会主动向人作出求食的动作，等等。大量生动的事实与实验证明，动物具有感觉、知觉、记忆、具体思维、情绪、模仿性的行为学习等心理现象。探明动物产生这些心理与行为的原因与机制是动物心理学(心理学的一个分支)的任务。研究动物心理不仅可以利用其规律去训练动物的行为，使之为人服务；而且可以通过对比来探明某些与人相似的心理活动的奥秘与规律性，更好地了解人的心理及其特殊性。

人的心理比动物的心理更加复杂，两者有着本质上的不同。人不仅可以感知、记忆各种事物，有情绪，能运动，而且还会说话，能运用一定的词与言语来表达自己的愿望、抽象地思考问题和巩固自己的认识，并通过学习和交往接受人类所积累的知识经验，从而形成极为丰富多采的包括信念、观点在内的主观世界，即个体意识。人有了意识就会对外界事物产生越来越多的理解、情感与态度，并且可以察觉和调节、控制自己的心理与行为，出现意志与性格，表现出个人的能力，使自己成为现实中有个性的能动的主体。换句话说，人与动物的根本区别就在于人有意识，有自觉能动性。人的这些心理现象表现在他的各种活动当中。就拿我们在课堂中的学习来说，无论是同学还是教师，大家都有着各自的心理现象。比如，开学后同学们坐在教室里等待上第一节课，心想：“这门课究竟讲些什么？老师会是什么样的呢？”于是浮想联翩，满怀期望；不久，见到一位教师走上讲台，看清他的姿容与风度，听到他的讲话声音……，从而获得了首次的知觉印象；如果这个印象跟自己的设想、期望大体一致，就会感到心绪宁静或愉悦，否则就会觉得别扭或心情沮丧；而后，边听、边写、边思考、边想象，时而理解时而记忆，如果一些地方听不懂就会皱起眉头，心烦意乱，假如触类旁通、

心领神会就会兴味盎然;下课时,觉得有收益,便会感到满意或对老师产生信任感,而一想到掌握好这门课还有一些困难,也会暗下决心命令自己加强意志努力,从而对学习采取积极的态度。当然,由于每一个人都有自己独有的经历,有自己特有的能力与性格,因而在同一情境下各人的心理表现也不相同。这些都是大家自己所能觉察到的心理现象。同样,每个教师在课堂讲课中也表现出自己的心理与特点。这里包括有教师上好一节课的自我激励和社会顾虑,有对课堂气氛的知觉以及对讲述内容的思索、回忆、联想、灵感,对学生认真听课感到由衷的喜悦,对学生的注意力涣散或骚动感到焦虑,并依据情况作出决策等。人在现实生活中的之所以能做出各种各样的行为,或建立功勋,或造成过错,都有其深远的社会渊源,但外因必须通过内因而起作用,其最直接的内部动因就是各种心理活动。心理活动的过程及其规律是别人直接看不到,摸不着的,甚至连人们自己也不一定都能清晰地加以把握,所以许多人常称它为神秘的“暗箱”(blackbox)。为了打开这个“暗箱”,揭开其奥秘,以促进人的心理的健全发展,就很有必要对它进行专门而长期的研究。探索上述这些心理现象及其活动的规律,并将其研究成果加以体系化的学问,就是心理学。

心理学是一门科学。科学不同于人们日常生活中所拥有的零散经验,它是人类社会长期实践(包括实验)所获得的知识结晶,其最大的特点是有自己研究的独立对象、范围与体系,能发现客观规律,从而成为人们改造世界的定向工具。心理学当然也是如此。

二、心理学是研究心理活动的形式及其规律的科学

说心理学是研究心理现象的科学,并不等于讲所有的心理现象都是心理学的研究对象。

如前所述,尽管心理学包括对动物心理的研究,但它主要还是研究人的心理。人的心理有内容与形式两个侧面。心理内容指的是

来源于现实并为每个人所意识到的各种映象本身，而心理形式是指这种映象存在的方式及其组织、结构。例如，我们看到了一盏红灯，听到了电台播放的庄严的国歌，或者懂得现代化的意义，理解到社会主义的优越性，等等，这些出现在脑中的具体形象与具体想法都是心理的内容。但这里讲的“看到”、“听到”和“懂得”、“理解”是两种不同的心理现象，前两者属于知觉，后两者称思维，这就是心理的形式。内容与形式实际上是统一不可分的。没有内容就无所谓形式，无形式的内容也是不存在的，但是两者又有相对独立的意义。同一内容可以采取不同的形式，同一形式也可以表现许许多多不同的内容。心理的内容往往有阶级、群体、个体间的区别，而心理的形式对于所有的人说来是一视同仁的。依据科学探索的需要，我们可以把形式抽象出来成为某门学科的研究对象。正如逻辑学不专门研究思想内容而以“思维的形式及其规律”作为对象一样，心理学在考察人的心理现象时虽然也常涉及到一些内容，甚至有时也不得不去分析一些内容，但主要是从发生与发展的角度分析与研究心理活动的形式（包括其机制、过程等）及其规律。

为什么心理学不专门研究心理内容而着重研究心理形式呢？这是因为：第一、心理内容是外界事物反映在脑中的映象。外部世界有多少事物，人的心理也就有多少内容。探索人有哪些心理内容就等于研究外界有多少事物，它是无法穷尽的。研究外界事物是许多学科共同的任务，而不是心理学的专责。第二，心理内容千变万化，情随事迁，因人而异，它带有相当大的情境性与主观性。作为管理人员和思想工作者在有限的范围内运用一些方法（如谈话、观察）去了解少数人当时的思想情绪状况是必要的，也是可能的。但作为一门科学，如果专门去揣摸所有的人每时每刻心里都在想些什么，不仅难于办到，而且所得的材料虽有局部的用处却不会有普遍而恒定的意义，因为它不能向人们提供有关心理活动的实质、

结构及其规律性的知识。第三、科学研究的重要特点是分析与概括。心理学暂时撇开浩繁的心理内容而就其构成的心理形式展开研究,本身就是一种分析与概括。通过这种分析将使我们知道:人的复杂心理由哪些成分构成和以什么样的形式得到表现?人的意识如何由感觉到思维逐渐地得到发展,直至个性的形成和完成社会化?心理的种种形式(如认识过程中的感觉、知觉、注意、记忆、思维和想象等形式,情感、意志、需要与动机等形式,以及作为个性差异的气质、能力、兴趣与性格等形式)都各有哪些特点,何以能产生?它们的生理机制是什么,与外界条件有哪些必然联系,彼此怎样关联?换句话说,只有暂时撇开心理内容去研究心理形式,才有可能揭示心理活动的规律,并依据它去提高人的心理水平或学习、工作等活动的效率。

揭示心理活动的形式和规律具有多方面的意义,即使是对于了解或估量别人的心理内容也有帮助。比如,实验研究表明,人的情绪跟需要的是否得到满足密切相关;由于需要物的被剥夺而引起的挫折情绪,其强度与需要的强度成正比;但如果人能预先估计到这种后果,情绪的强度将有所降低。掌握这一规律性联系的事实,对于分析或控制人们在特定条件下的心理状态大有裨益。如果一个学生忽然闹情绪,你就会知道这多半是由于他的某种需要(包括物质的、精神的,一己的或公益的)没能得到实现的结果。当你进一步弄清他的具体需要与具体情境之间的矛盾实况后,或者从外部创设满足合理需要的条件,或者通过思想工作使其从内部提高认识水平并对需要作合理的调整,那么这种消极的情绪就有可能因矛盾的解决而得到缓和、消除或防止。

三、心理学的内容与基本结构

心理学在长期探索心理形式的过程中,依据它的发展逻辑与内在联系逐渐地形成且继续完善着自己的结构体系,并不断充实

着学科的内容。

作为一门普通心理学,它一般是参照下列结构来安排内容的:

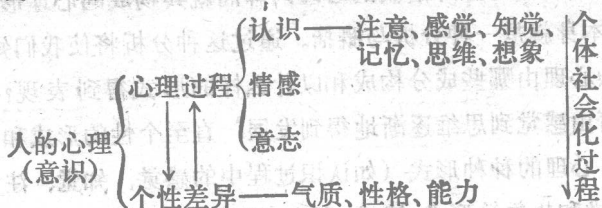


图 1-1 心理结构示意图

换句话说,心理学通常从两个方面去研究人的心理:一是共同的心理过程,即个体意识形成及其活动表现的一般过程;二是个性差异,即人与人之间在意识倾向和稳定的心理特性上的个别差异。如果说人的意识首先是通过认识过程的各种形式逐渐形成与得到表现的话,那么情感意志则是跟认识活动密不可分且有区别的意识的另两种表现形式。作为有意识的人并不都是一个模式的人,他们有各自的意识倾向(不同的需要,观念、态度、习惯等)和心理特性(能力、气质与性格)。这种以不同的精神面貌而出现的个性,主要是人们在不同的社会影响与教育下通过心理过程反映现实而得到定型的结果;个性一旦形成也会对人的认识、情感、意志产生影响,使每个人的心理过程带上个性的色采。意识一开始就是社会的产物,所以在人的意识中具有核心意义的是对社会的认知,社会情感与改变社会环境的意志。从这一意义上说,应当把意识形成的心理过程,直至表现为个性,同时也看作个体社会化的过程,即个体接受社会的经验、规范,形成与社会一致且有自己特色的态度、情感、意志、品格并取得社会成员资格的成长过程。

心理学有许多分支学科,各有自己的体系与内容,但又不能完全离开上述构架。这表明科学体系是科学研究对象本身内在逻辑或结构的近似反映。本书是以普通心理学为基础,以教育心理

学为重点,适当加进青少年心理学与社会心理学若干内容的综合教材。这里的体系是把几门分支学科的内容部分地加以融合的一种尝试。

任何学科的体系都不是绝对的和固定不变的,它将随着科学研究的进展与人们认识对象的深化而发展。心理学的体系也将按着这个规律而不断地得到完善。

第二节 心理学的任务及其与教育的关系

心理学是一门古老而年轻的科学。说它古老,是因为早在两千多年前,中国和西方许多哲学家、教育家与医生就对心理现象开始了探讨。尽管这种探索以及后来的研究大多属于思辨与经验描述的性质,但也都为近代心理学的诞生积累了丰富的思想与资料。说它年轻,是因为心理学于1860年由费希纳、冯特等人开始采用实验法并逐渐从哲学、生理学中分化出来成为一门独立的科学,迄今不过一百多年的历史。

近百年来,心理学的发展极为迅速。它不仅有了自己的体系、众多的理论与方法,而且分支学科相继出现,其研究成果得到广泛的应用(包括成为制造电脑、进行教学改革依据)。虽然心理学要达到全面揭开人脑反映机制与心理活动规律的目标还需时日,然而它所取得的成就日益显示自己的重要性,并为越来越多的人所理解、重视。

科学应社会实践的需求而产生,并在为实践的服务中得到发展。心理学的存在与迅速扩展正说明了这一事实。任何科学都依据社会实践的要求给自己规定了任务,心理学也不例外。

一、心理学的基本任务

心理学既要探讨理论的问题,也要解决实际应用的问题,它兼

具这两方面的任务。

(一) 心理学的理论任务

心理学中有许多理论问题需要解决，而它的最根本的理论任务是通过对自己对象的研究，不断地揭示心理、意识与外部世界及脑的关系及其起源的奥秘，从而以最新的科学成就对辩证唯物主义的基本原理起到论证与充实的作用。列宁认为：“承认自然界的客观规律性和这个规律性在人脑中的近似正确的反映，就是唯物主义。”^①他还指出：“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”。^②所以，心理学是“应当构成认识论和辩证法知识领域”^③之一。这就充分说明，心理学与哲学有着极其密切的关系。

哲学上的根本问题是物质与意识、存在与思维的关系问题，这里存在着两条基本路线。主张世界是物质的，先有物质后有感觉，精神、意识是物质世界的反映与脑（也是物质）的产物，这是从物质到感觉和思想的唯物主义路线。主张意识不依赖于物质而存在，世界先有精神、意识，物质世界是精神、意识的“异在”或产物，这是从思想和感觉到物质的唯心主义路线。在唯物主义中凡是承认意识一经产生或思想一旦反映外界的客观规律，就具有反作用于现实的能动作用的，就是辩证唯物主义；而把思想、意识看作是消极、被动的脑的产物，则是一种机械唯物主义或庸俗唯物主义的观点。哲学上的路线分歧不止是一种认识问题，它也是人们要不要按照自然界与社会的客观规律去推动历史前进的革命实践的问题。要论证和解决这个从物质到精神、又从精神到物质的理论问题，需要许多科学不断提供事实，而心理学则首当其冲。只有当人们弄清

① 列宁：《唯物主义和经验批判主义》人民出版社1960年版，第148页。

② 《列宁全集》第一卷，人民出版社1955年版，第396页。

③ 列宁：《哲学笔记》，人民出版社1956年版，第328页。

从感觉到思维、意识(包括情感、意志)这个复杂而不易捉摸的现象的实质,即它们发生的机制、发展的历程及其与外部世界的相互依赖关系,那么各种唯心主义、形而上学都将会在事实面前显露出反科学性。不管心理学家们是否清晰地意识到这一点,或者由于他们的立场、观点而不赞同给心理学规定这样一个理论任务,但是只要他们忠实于科学事业,其研究结果能近似地反映实际,也都必然地在为完成这个理论任务而起作用。

(二) 心理学的应用任务

人类能够改造世界,创造新事物,仅仅是因为我们能够在实践中不断认识自然界和社会发展的规律,按客观规律办事的缘故。人要使自己(特别是年轻一代)具有更好的反映能力,并在各个实践领域发挥更大的效能,也必须同时去认识、掌握和正确运用存在于自身上的各种规律。这个任务的一部分就落在心理学的身上,它要求心理学通过对心理活动及其规律的揭示,去解决各个实践领域中凡是与人的心理活动密切相关的问题,它就是心理学的应用任务。

心理就其映象来说是主观存在的,但作为头脑反映现实的机能及其活动过程又是客观存在的,因而是有规律可循的。心理学所揭露的许多规律往往具有广泛的应用价值。比如,克拉甫科夫(С. В. Кравков)等发现,人在黑暗中经过一段适应,可以看见最初看不清的事物;如果把这时微光视觉感受性(即视觉能力)的相对值定为100,接着突然出现红色强光,在最初十分钟内,其相对值便降低到20左右;而到100—130分钟时其相对值反而会增大到200—300。换句话说,红光可以使人在黑暗中的微光视觉能力提高2—3倍。正确运用这条同一感觉不同感受系统相互作用的规律,在军事上可以采取相应措施去提高飞行员夜间起飞后的视觉敏锐度与作战能力,在工业上可以通过改善照明系统去提高夜班工人