

高等院校教育理论课程教材

心理学

周守珍 黄知荣 主编

XIN LI XUE

华中师范大学出版社

高等院校教育理论课程教材

心 理 学

主 编	周守珍	黄知荣	
副主编	陈么元	谢新国	胡振坤
	刘海平	朱从书	郑传芹

华中师范大学出版社

2005 年 · 武汉

新出图证(鄂)字 10 号

图书在版编目(CIP)数据

心理学/周守珍,黄知荣主编.

—武汉:华中师范大学出版社,2005.8

ISBN 7-5622-2766-7/B·70

I. 心… II. ①周… ②黄… III. 心理学 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 059263 号

主编:周守珍 黄知荣

组编:湖北众邦图书发行有限公司©

责任编辑:吴兰芳

责任校对:罗少琳

封面设计:众 邦

编辑室:第五编辑室

电话:027—67867364

出版发行:华中师范大学出版社

社址:湖北省武汉市珞喻路 152 号

电话:027—67867076(发行部) 027—67861321(邮购)

传真:027—67863291

网址:<http://www.ccnp.com.cn>

电子信箱:hscbs@public.wh.hb.cn

经销:新华书店湖北发行所

印刷:武汉武铁印刷厂

督印:方汉江

字数:350 千字

开本:787mm×960mm 1/16

印张:20.5

版次:2003 年 8 月第 1 版

印次:2005 年 8 月第 2 次印刷

印数:1 0001—1 5000 册

定价:26.00 元

敬告读者:欢迎举报盗版,请打举报电话 027—67861321

总 序

教育理论课程是高等院校师范专业学生必修的核心课程。教育理论课程的教学是培育师范生现代教育观念,养成教育教学基本素养,掌握教育教学技巧,完善教育科学研究意识的基本途径。因此,高等院校教育理论课程建设的成功与否,直接关系到未来从事教师职业的人员整体素质的高低。尽管国内的教育理论课程教材多达 200 多种,但是,真正适合我国教师教育专业发展需要的、反映我国教育理论教学实际的教材还是很有限的。

2002 年 6 月,在湖北众邦图书发行有限公司和华中师范大学出版社的大力支持下,有关人员在武汉召开了“高等院校教育理论课程教材”研讨会。参加本次研讨会的有长江大学、咸宁学院、孝感学院、湖北民族学院、湖北教育学院、郧阳高等师范专科学校和沙洋高等师范专科学校等高校的代表,与会人员认真学习和深刻领会了中共中央、国务院《关于深化教育改革,全面推进素质教育的决定》和教育部《基础教育课程改革纲要(试行)》的文件精神,结合高等院校教育理论课程教学的实际情况,组织策划编写一套高等院校教育理论课程的系列教材,并一致同意由长江大学教育科学系胡修银同志牵头,汇集多所高等院校从事教育科学研究和教学方面的中青年骨干,组成了高等院校教育理论课程教材编写组。在研讨会上,与会人员广泛交流了各自学校教育理论课程教学与考核等方面的情况,初步拟定了教育理论课程系列教材的编写提纲和体例。2003 年 8 月本套丛书中的《教育学》《心理学》顺利出版。

这套系列教材具有体系新颖,结构合理,见解独到,可读性强等方面的特点。更重要的是,这套教材充分体现了“以人为本”的科学发展观,牢牢把握“以促进学生发展”为根本原则,充分阐述教育理论问题。本套教材站在教育理论的前沿,力图反映教育理论研究的新成果,注重更新教育学、心理学的教材内容。本套教材不仅视野开阔,而且注重理论联系实际,特别是反映了当前基础教育改革与发展中的新问题、新理念、新策略,这对促进师范生的专业化发展具有很强的现实价值,相信广大师范专业师生能够从中获益。

值本套教材重印之际,作此序。

郭元祥

(华中师范大学教育学院教授、博士生导师)

2005 年 7 月

目 录

第一编 现代心理学研究

第1章 心理科学体系	(1)
1.1 心理学的研究对象	(1)
1.2 心理学的研究目的、内容和方法	(7)
1.3 心理学的研究领域	(11)
1.4 心理学的过去、现在、未来	(13)
第2章 心理的生理机制	(27)
2.1 神经元与神经系统	(27)
2.2 大脑的功能定位	(35)
2.3 内分泌与体液调节	(41)

第二编 基础心理

第3章 感觉与知觉	(46)
3.1 感觉与知觉概述	(46)
3.2 感觉与知觉的理论	(52)
3.3 感知觉与观察力	(59)
第4章 意识与注意	(62)
4.1 意识的一般问题及意识状态	(62)
4.2 注意概述	(73)
第5章 记忆与遗忘	(84)
5.1 记忆概述	(84)
5.2 记忆过程	(88)
5.3 记忆测量的方法及影响记忆的因素	(93)

5.4 遗忘及遗忘理论·····	(97)
第6章 思维与想象·····	(105)
6.1 思维概述·····	(105)
6.2 思维过程与形式·····	(110)
6.3 问题解决与思维·····	(115)
6.4 想象·····	(121)
第7章 情绪与情感·····	(126)
7.1 情绪和情感概述·····	(126)
7.2 情绪表达·····	(132)
7.3 情绪理论·····	(137)
7.4 情绪的调节·····	(142)
第8章 动机与行为·····	(147)
8.1 动机概述·····	(147)
8.2 动机理论·····	(154)
8.3 意志行动·····	(162)
第9章 人格与人格测量·····	(169)
9.1 人格的一般概述·····	(169)
9.2 人格的形成·····	(174)
9.3 人格理论·····	(181)
9.4 人格测验·····	(188)
第10章 能力与能力测量·····	(192)
10.1 能力概述·····	(192)
10.2 能力的发展与个体差异·····	(196)
10.3 智力理论·····	(202)
10.4 能力测量·····	(207)

第三编 学习与发展

第11章 学习原理及其应用·····	(215)
11.1 学习的一般概述·····	(215)
11.2 学习理论·····	(218)

11.3 认知与行为的学习·····	(222)
11.4 学习策略·····	(228)
第12章 社会行为与个体心理社会化 ·····	(235)
12.1 社会认知与人际关系·····	(235)
12.2 态度的形成与改变·····	(241)
12.3 角色心理与群体心理·····	(248)
第13章 个体心理发展历程 ·····	(254)
13.1 个体心理发展概述·····	(254)
13.2 感知觉的发展·····	(258)
13.3 儿童语言与认知发展·····	(263)
13.4 社会性发展·····	(268)

第四编 心理健康与辅导

第14章 心理健康与辅导 ·····	(276)
14.1 心理健康概述·····	(276)
14.2 学校心理健康教育·····	(282)
14.3 学校心理辅导·····	(287)
第15章 学生心理测评 ·····	(296)
15.1 心理测量概述·····	(296)
15.2 学生心理档案的建立与管理·····	(307)
参考文献 ·····	(315)
后记 ·····	(318)

第一编 现代心理学研究

第1章 心理科学体系

人类能够活下来，应该是这个世界的最大奇迹。是什么原因使这些手无寸铁的人类能够抵御细菌、猛兽、冰雪和灼热的侵袭，最终成为万物的主宰。在这一过程中，不可否认的是人一定采取了一系列的行为活动。人通过不断地观察、协调个体与环境的关系，选择最适宜的行为确保自己的生存。那么是什么在影响人类行为的选择呢，人的选择的过程是怎样的，我们如何知道人的选择，人为什么要做这样的选择？这是我们每一个人都想知道的。我们不仅想知道他人是怎么做的，同时也想明白自己是怎么做的。这一切就是我们所说的心理。心理是人们最熟悉也是最想弄明白的东西。心理学要解决的就是诸如心理学研究什么，心理现象是什么，怎样研究心理现象，心理学已经研究了一些什么、其现状如何，心理学研究将走向何处等问题。

1.1 心理学的研究对象

1.1.1 心理学的研究对象

心理学的研究对象是什么，学术界历来就有不同的看法。心理学的思想最早源于哲学，是哲学家探讨“心”的问题或心灵问题的观点。直到19世纪末，心理学才逐步成为一门独立的学科。英文心理学 psychology 一词，是由希腊文 psyche 和 logos 演变而成的，前者是指“灵魂”，后者是指“讲述”，合起来即心理学是阐释心灵的学问。此种解释带有浓厚的哲学意味。早期心理学家认为心理学就是要研究经验，如德国心理学家冯特（Wilhelm Wundt, 1832—1920）认为心理学的研究对象是经验主体直接意识到的感觉、感情、意志等内容，把心理学界定为研究直接经验的科学；美国心理学家詹姆斯（William James, 1842—1910）认为心理学是关于意识状态的描述和解释，所谓意识状态乃是指感觉、愿望、情绪、认识、推理、决心、意志，以及诸如此类的事件，包括关于它们的原因、条件和直接后果的研究；而美国心理学家华生（John Broadus Watson，

1878—1958)则认为心理学研究的对象不是心理或意识而是人和动物的行为,心理学是研究行为的科学;格式塔心理学派认为心理学是意识的科学、心的科学、行为的科学,也就是心理学研究的是直接经验和整体行为,既不否认意识,也不否认行为;人本主义心理学家则强调把正常的健康的心理整体作为心理学的研究对象;当代认知心理学则运用信息加工观点研究人的认知活动,主要包括注意、知觉、心象、记忆、思维和语言等认知过程。

可见,心理学是从哲学中分化出来的有关人类自身问题研究的科学,主要以研究人的心理为主,是研究人的行为和心理过程的科学。就人类的行为和心理过程而言,从静态结构看,主要是指个体具有的心理现象即个体的心理过程及其所表现出的个人心理特征。从动态结构看,它包括个体心理在不同阶段的发展和社会环境及主体活动对个体心理发展的影响。

个体的心理过程包括认识、情感及意志等过程。其中认识过程是最基本的心理过程,它包括感觉、知觉、记忆、思维和想象等心理活动,人们通常把这些为了弄清事物的性质和规律而产生的心理活动统称为认识过程。人们在认识客观事物时决不会是无动于衷的,常常会产生满意或不满意、愉快或不愉快等态度体验,此即情感过程。人与周围环境相互作用时,不仅可以认识事物、产生情感,还可以采取行动,对环境作出应答性活动。人们有意识地反作用于现实的活动称为意志行动。意志行动中下定决心、制定计划和克服困难等内部心理活动称为意志。认识、情感和意志三种心理过程简称知、情、意,它们是个体心理活动的不同方面,彼此既有区别又相互促进、相互影响。如一个教师在帮助转变后进学生时,首先需要了解情况,分析原因,这是认识过程;在此过程中,教师还需要端正态度,转变情感,由厌烦学生变成同情喜爱学生,这是情感过程;为了达到转变后进学生的目的,老师要制订教育措施,下决心,不怕学生行为反复,耐心细致地做好转化工作,这是意志过程。在统一的心理活动中,认识是基础,情感和意志是行为的动力。

心理过程在每个个体身上产生时,总带有个人的特点,如需要、动机、兴趣可能各异,其能力表现也各有千秋。古语说“人心不同,各如其面”,就是对心理活动独特的个人特点的写照。这说明个体的心理现象既有共性,也有个性,共性和个性共同构成了每一个个体的心理活动的整体。

每一个个体,从出生到发育成熟直至衰老,其心理活动是处在一个变化的过程中的。不同的时期或不同的年龄,个体心理有其阶段性特点,而且这种特点往往受社会环境、个体与环境的关系、个体的实践活动以及个体主观努力的影响。

1.1.2 对心理现象的基本认识

对于心理现象的认识,是心理学要解决的一个根本问题。心理是什么,它是怎样产生的,它与物质现象的关系怎样,历来就有不同的看法。

唯心主义者认为,心理现象是灵魂、宇宙精神,或是与身体无关的“心”的活动。心理是非物质的至高无上的灵魂的活动,是万物的本源。英国唯心主义哲学家贝克莱认为,心理是主体精神世界的产物。我国南宋时期的陆九渊认为“宇宙便是吾心,吾心即是宇宙”,天下无心外之物。有人把心理比作一架机器,认为心理像照镜子一样,是脑对客观现实的机械反映,或是把人的心理和动物心理完全等同起来,忽视人的社会性本质。凡此种种,都不能科学地认识心理。

现代脑科学研究证明,心理活动是脑器官及其机能活动的产物,同时从心理的内容和源泉来说,人的心理则是对客观现实的反映,是人脑与客观现实相互作用的结果。也就是说,心理既是人脑的机能,又是对客观现实的反映,即人的心理是客观现实在人脑中的主观映象。

1.1.2.1 心理是人脑的机能

人脑是心理活动的器官,心理活动是脑的机能。从动物的演化历史看,心理是物质发展到一定阶段的产物。从低等动物→高等动物→人类,神经系统越复杂,脑子越发达,心理活动也就随之越复杂高级。科学实验和实际观察都证实,脑是心理活动的器官。古代人们认为心理是从心脏产生的,后来经过长期的观察,发现人在睡眠、觉醒或生病时,其心理活动表现是不同的,但其心脏活动却同以往没有什么差异。可见,心理并不是由心脏产生的,而是与大脑的生理活动有关。临床上也有人因脑外伤,甚至仅仅是颅内血肿,而导致记忆、情绪以及其他心理障碍。

17世纪法国哲学家笛卡尔认为,动物和人的一切不随意活动,都是自动实现的对外界刺激的反应。如手脚碰到灼烫或针刺时,会立即无意识地缩回来。笛卡尔把这种活动叫做反射。并认为反射是机械的,反射的发生受外界的影响。同时笛卡尔认为,人的感觉、思维是灵魂的活动,与反射无关。(对反射的研究请见第二章的相关内容)

科学地解释反射的概念,并使反射成为说明心理现象的基本原则的是近代俄罗斯生理学家谢切诺夫和巴甫洛夫。谢切诺夫在《脑的反射》一书中,把反射原则推广到脑的活动即全部的心理活动上。他认为,有意识和无意识的一切活动,就其发生方式而言,都是反射。谢切诺夫将脑的反射活动分为三个主要环节:一

是开始环节，外界刺激和它在感觉器官中引起的、由传入神经（内导神经）向脑传导的神经兴奋过程；二是中间环节，脑中枢发生与传入的神经冲动相应的神经过程和这一过程的主观表现——心理活动；三是终末环节，神经过程由中枢沿传出神经（外导神经）传至效应器官，引起效应器官的活动，如动作、语言等。谢切诺夫认为各个环节是密切相联不可分割的。现代科学研究又发展了反射学说，认为终末环节并不意味着终止。通常情况下，反应活动的情况又成为刺激，引起新的神经过程，返回传导至中枢，这就是反馈。有了反馈，人的活动才是完整连续的过程。如此更符合客观情况。巴甫洛夫对于动物和人的反射活动进行了长期的科学研究，并建立了高级神经活动学说，为科学地阐明心理现象和研究心理活动的生理机制奠定了基础。

信息加工理论认为，反射的过程首先是传入神经向中枢输入信息，然后是脑中枢将传入的信息进行加工储存（表现为主观的心理现象），最后从中枢沿传出神经将信息传至效应器，即输出信息，引起效应器活动。一般情况下，效应器的反应活动又成为新的刺激，引起神经过程，新信息又返回传入中枢，于是就有了连续完整的心理活动。

由此可见，反射学说肯定了人的一切心理活动都是由外界刺激所引起，受客观现实的制约，如此便将心理现象纳入到世界统一的、具有内在联系的各种现象之中，使心理活动与客观现实紧密地联系在一起。

19世纪以后，对脑的科学研究逐渐发展，对脑的认识也越来越清楚。大量事实证明，脑是心理活动的器官。例如，完全被切除大脑皮层的狗，不能亲自摄食，不能躲避有害刺激。当猴的大脑皮层枕叶被切除后，就会出现对光的反应失调；若是切除颞叶，则对声音的反应失调。再如，人的言语运动中枢（布洛卡区）受损，会出现“运动性失语症”（即能听懂他人的讲话，自己却不能讲话），而言语听觉中枢（威尔尼克区）受损，则出现“听觉失语症”（听不懂他人的语言）。

现代科学研究表明，人的各种心理活动与行为不仅直接依赖于大脑的有关部位，同时也是神经系统中各部分协同活动的结果。

1.1.2.2 心理是对客观现实的反映

脑是心理活动的器官，心理是脑的机能，这并不是说人脑本身就能产生心理现象。心理是人脑与客观现实相互作用的结果，是对客观现实的反映。所谓客观现实是指不依赖于人的意志而独立存在的客观物质世界，包括自然和社会环境。

客观现实是心理的源泉。从内容看，心理是作用于人的客观现实的反映。这

是因为人的心理活动是客观事物作用于人的感官所引起的人的高级神经活动。无论是简单的还是复杂的心理现象，其内容都可以在客观现实中找到其源泉。恩格斯认为：一切宗教都不过是支配着人们日常生活的外部力量在人们头脑中的幻想的反映，在这种反映中，人间的力量采取了超人间的力量形式。哪怕是人头脑中的鬼神等迷信观念，初看起来和客观现实没有任何联系，其实它是对自然界和社会力量的幻变与歪曲的反映。即使我们常说的创造，也往往受原型的启发，而原型则是来源于客观现实的。如相传鲁班是从茅草割破手这一现象中得到启发而发明了锯子，瓦特发明蒸汽机是因为看见水蒸气冲开锅盖而受到启发的结果。可见人的心理活动离不开客观现实，客观现实是心理活动的源泉。人的实际生活不同，其心理活动也就有所不同。但心理活动与客观现实又有区别，心理作为对客观现实的反映具有观念性、主观性和能动性等特点。

第一，作为对客观现实反映的心理现象具有观念性。事物和事物映象是两个不同的东西。诚然，事物映象和它所反映的事物，就其内容来说非常相似，但事物的映象不等于事物本身，正如我们在镜子里看到自己的形象一样。物质是实在的，心理是物的映象，所以心理是一种观念性的东西。

第二，心理具有主观性。对客观现实的反映，总是在一定时间、一定环境、一定的主体身上进行的。同样的外部条件可以引起人们不同的主观映象，每个主体在年龄、知识经验、态度、需要、个性特点等方面存在着差异，任何外界条件（客观现实）的作用，总是通过早先形成的心理特点及人当时所具有的心理状态折射出来。不同的人甚至是同一个人，在不同的时期和不同的条件下，对同一事物的反映都可能不尽相同。正如谢切诺夫所指出的那样：各种心理活动，不管怎样简单，它总是人的全部过去和现在的发展结果。在教育教学中，同一个班上所有学生都听同样的教师讲授同样的内容，但学生对教材的理解和掌握却各不相同，其知识的巩固和运用差异甚大；教师对所有同学提出相同的要求，但学生对这些要求的领会和执行情况也各不相同。可见，人对客观现实的反映往往不是简单地取决于眼前的事物，而是表现出一个具体人的特点。由此可见，心理是客观现实的主观反映。

第三，心理具有能动性。人对客观现实的反映不是消极被动的，像镜子反映事物那样。人对客观现实的反映是在人的实践活动中发生的，是在人作用于外界事物，完成各种活动、操作各种事物的过程中实现的。心理不仅受客观事物的影响，同时，还受个体主观形成的心理特征和所积累的知识经验的影响，会根据自身的需要反作用客观现实，即积极地作用于周围的客观事物。心理的这种特征表

明,心理是人脑对客观现实的主观映象,在这种反映中外界事物的影响是通过反映者主体的内部特点而折射出来的。

1.1.2.3 心理是在实践活动中发生发展的

心理对客观现实的反映,是通过人的实践活动而实现的。实践活动检验、校正心理对客观现实反映的正确性;同时,心理又可对主体的行为实行调节。

一方面,实践活动是心理发生发展的重要条件。首先,心理的器官——人脑是在人的各种活动过程中发展成熟起来的。人并不是生来就具有一个成熟的大脑,缺乏人的正常实践活动,人脑就不能正常发育。如19世纪初,德国巴登大公国王子卡斯巴·豪瑟,由于宫廷内部斗争,从小被关在黑暗的地牢里,独自一人凭每天供应的面包和凉水生活到17岁,被放出来时他只会说几句话,目光呆滞,表情贫乏,明视觉差,暗视觉敏锐,智力低下如同幼儿,22岁遇刺身亡时,解剖其大脑发现,其大脑很小,皮层的沟回萎缩,只有视觉区发展较为充分。其次,人的一切心理现象都是在实践活动和人际交往中发生的。儿童是在自身的探究活动及与他人的交往中,逐步了解并掌握客观事物对自身的生存意义的。与此同时,人要顺利地各种活动,必须认识有关事物的特性,了解他人对自身的期望和要求,并以此来规范自身的行为,人的个性也就是在这样的过程中逐步形成和发展起来的。正是人从事的实践活动多种多样,才形成了人的各种不同的个性特征。许多事实证明,人的心理活动及心理能力的发展有赖于人的实践活动。如由于长期进行某一方面的特殊训练,就可以使脑的某一相应方面的反映能力充分提高(如炼钢工人能借助火焰颜色判断高炉的温度)。当人的社会实践机会丧失时,会导致人的心理发育受阻甚至心理发育异常。如1920年在印度加尔各答附近发现两个在狼群中长大的孩子,由于没有人类的社会环境,她们身心的各个方面都受到抑制和阻碍。当她们被人们发现时,几乎不具有人的心理,既不会人类的语言和思维,也没有人的情感和兴趣,其生活习性与狼一样。其实,人脱离正常生活,即使是时间不长,也会导致不良后果。赫伦(Heron)的感觉剥夺实验也证明了这一点(见第三章的阅读材料:感觉剥夺实验)。最后,人的心理只能在实践活动中得以表现。如果一个人处在相对静止的状态,那我们就无法判断此人是否具有某一心理特点和能力。可见,实践活动是人的心理发生发展不可缺少的重要条件,个体的发展永远同个人所从事的实践活动相联系。

另一方面,人的心理对实践活动起着支配、调节的作用。一个人的外部行为往往受他的认识、态度、动机、目的的支配。一个人的心理不仅在实践活动中形成,而且在实践活动中表现,这种表现体现在对活动的支配和调节上。在现实生

活中,各种活动的完成,都需要不断地把动作的结果同活动的最终目的相比较,并以此来调节动作,直至最后达到目的。其间有需要、动机的支配,也有视、听、肌肉运动等各种感官的协调活动。

综上所述,就心理产生的生理基础而言,心理是人脑的机能,脑是心理的器官;就心理的内容而言,心理是对客观现实的反映,客观现实是心理的源泉;就心理的功能而言,心理支配、调节人的实践活动,实践活动又是心理发生发展的重要条件。

1.2 心理学的研究目的、内容和方法

1.2.1 心理学的研究目的

美国心理学家布恩·埃克斯特兰德认为,心理学研究的目的有三:第一,测量和描述行为。一种现象若不能描述和测量,便不能理解和控制。心理学家的大量工作是测量和描述行为。第二,预测和控制行为。心理学家常常测量一个人现在或过去的行为,作为预测他将会做什么的主要依据,这种预测往往伴随着行为的改变和控制。第三,理解和说明行为,即找出观察到心理现象的原因。这一过程包括把已知事实组织起来以形成与事实相符合的理论,并就事件之间的关系提出需要证明的假定,以更好地说明理解人的心理。在他们看来,心理学要做的就是测量和描述行为,以期能理解说明人的行为,最终达到预测和控制行为的目的。

心理学和其他科学一样,就其研究目的来说,包括理论和应用两个方面,也就是心理学既要探讨理论问题,又要解决实际应用问题。

心理学要从理论上探究行为和心理过程变化的原理和规则,以便人们据此来解释、预测或继续研究此类问题,使人们在“知其然”的基础上,了解行为和心理过程变化背后的“所以然”,这就是心理学研究的理论目的。如心理的实质问题、意识与无意识问题、思维与问题的解决等等,这些研究将有益于科学地解释心理现象。

心理学不仅要从理论上研究心理过程和心理特征形成和发展的规律,而且要在实践上根据研究成果可以促进一些心理活动和心理特征的形成和发展,也可以控制和改进这些活动或特征。这样,心理学就可以为生活实践的许多方面服务,并提高这些实践活动的效率。将研究所得的原理规则为实践服务,用于指导人的

实践活动,运用心理规律去预测和控制心理现象的发生和发展,这就是心理学研究的应用目的。如根据记忆研究,帮助人们改善记忆的效果;根据需要,动机与行为的关系,激发人的动机以提高活动效率;根据遗传、环境与人的发展的关系,在教育儿童过程中处理好三者之间的关系,以促进儿童的发展等等。心理学发展的一个趋势,便是进入社会,解决社会问题,在社会发展中发挥更大的作用,从而使心理学得到社会的认可。

1.2.2 心理学的研究内容

心理学研究的对象是心理现象,心理现象是一个极其复杂的系统,对其研究必定是从不同的角度不同的侧面来进行的。具体来说,主要有以下几个方面:

1.2.2.1 心理的生理机制

心理是人脑的机能,脑是心理器官。脑与心理的关系怎样?心理活动究竟是怎样产生的?这就是心理机制要研究的问题。心理的生理机制探讨的是有机体的内部工作方式,尤其是大脑的内部工作方式。

1.2.2.2 心理过程

任何心理都有它发生、发展和完成的过程,即具有时间上的持续性。心理活动总是表现出一定的过程,如思维活动的进行,总是要经过遇到问题、分析问题、试行解答、再加以论证等阶段。即便是再简单的感觉,从刺激作用于感受器,到作出相应反应也是有一个过程的。因此探讨认识、情感、意志是怎样产生、发展和完善起来的,有什么运动规律,这也是心理学研究的一项重要内容。

1.2.2.3 心理特征

不同个体的心理过程,其基本环节和运行机制虽然相同,但又存在个体差异,在其稳定性、独特性、完整性及动力方向性上会表现出各自不同的特点。如人的需要、动机、人格能力等各异。这是心理学研究的又一重要内容。

1.2.2.4 心理过程与个体心理特征之间的关系

心理过程总是在一个具体的人身上发生的,且总是在进行实践活动的具体的人身上表现出来的。这就使心理现象既有一般的共同的规律,又总带有个人的特点,心理过程和个体心理特征有机地组成了人的完整的心理面貌,因此不能孤立地研究心理过程,必须探讨二者之间的关系。

1.2.2.5 心理现象的发生与发展

心理学要探讨心理的发生与发展规律,因为人的心理是处于不断发展之中的,就个体的发展而言,在不同的时期、不同的年龄阶段上,心理活动有着不同

的特点。如思维,它是不断地由低级向高级发展的,最初的思维是一种动作思维,逐步向具体形象思维、抽象逻辑思维和辩证逻辑思维发展。个体的社会化也是有一个过程的。

1.2.2.6 心理与环境的关系

人的心理系统及其生理基础——人脑,是一个开放的系统,它们与外界环境存在着复杂的互动关系。人的心理及人脑的发展、成熟有赖于外界环境,同时人又通过自身的实践活动——行为,实现着与外界世界的互动,反作用于客观世界。正是在这种互动中,人实现了自身心理的发展。因此,阐明人的心理的差异及这些差异形成的原因,同时探讨个体品格形成与调适的心理规律,也是心理学研究的重要内容。

台湾心理学家张春兴认为,现代心理学的研究包括八大主题:

①心理的生理基础。心理学要研究有关生理变化与行为问题。现代生理心理学研究已扩展到身心发展、学习、动机、情绪、人格、异常行为等各个层面。

②感觉与知觉。现代心理学对感觉的研究主要是探究个体如何以其各种感觉器官为通路,去觉察、认识以至解释周围世界。

③学习心理。探究个体在与环境(包括人和事物)交互作用时,行为获得或经验改变的历程。

④身心发展。研究个体的身心改变与其年龄增长之间的关系。

⑤个别差异。现代心理学对个别差异的研究,主要集中在能力与性格差异两个方面。其研究的目的是探究差异形成的原因并建立差异的系统理论,为教育上的因材施教和社会上的适才分工提供依据。

⑥动机与情绪。这是现代心理学研究的一大主题。

⑦社会心理。研究在团体活动中,个体在行为上或心理历程上,受团体的影响或个体与个体之间彼此的影响,从而了解人际间的互动关系,以建立系统的社会心理学理论。

⑧异常行为与心理治疗。通过对个体行为的异常现象研究,探讨导致异常的原因,不仅为了建立变态心理学理论,而且为了心理治疗,促进人的心理健康。

1.2.3 心理学的研究方法

1.2.3.1 观察法

观察法是指在自然或实验室的条件下,直接系统地观察研究对象的行为表现,观察它的产生和发展,并将结果记录下来的方法。心理学研究中,很多实证

性课题都是通过对心理活动的观察确立的。研究者通过观察某种现象，并对现象产生的内部原因发生兴趣，从而着手进行进一步的研究。例如，在日常生活中，我们不难发现心理活动的表现总是带有主体的个人特点：学习时，有的人学得快记得牢，有的人则花的时间多且忘得快；有的人思维敏捷，有的人则思维迟缓；有的人善于运算，有的人则善于文辞。这些人在学习活动中的不同表现，就构成了有关实验研究的重要内容。由于人的各种活动都是在心理的调节和支配下实现的，因而通过对人的外部言行的观察去了解人的心理是可能的。例如，我们可以通过单向玻璃观察，了解儿童游戏的产生和发展规律；通过观察人们在街头偶发事件中的行为表现，了解利他行为的产生条件。

观察法研究心理活动的发生发展规律有其独特的优点：由于它在日常生活条件下使用，正常生活没有受到干扰，被观察者也不知道自己在被观察，活动比较自然，因而获得的材料比较真实，切合实际。观察法的不足是：在自然条件下，某种现象难以重复观察，观察的结果也难以进行检验和证实；研究者不知道他要研究的心理活动什么时候才会出现，观察者必须长时间地等待它的发生，因而带有一定的被动性；在自然条件下，影响某一心理活动发生、变化的因素很多，这些因素常常是交织在一起共同出现，使观察者难以区分哪些是偶然因素，哪些是必然因素。从这个意义上说，观察的结果不易分析，其结论往往也不一定可靠。

1.2.3.2 个案研究法

个案研究法是指对某一特定对象的某些心理活动进行深入细致的研究。通过对一个独立的个案进行全面系统的研究，研究者希望能发现隐藏在那些表面现象背后的一般规律。例如，S·弗洛伊德通过对其病人的个案研究，建立了心理分析的理论体系。个案研究的缺点在于，它很容易把人引入以偏概全的误区。而心理学家不把个案研究法作为一种获得可靠结论的研究手段，而只是把它作为进一步研究提供线索的有效途径之一。但是，对于许多偶发事件或非正常状态下，如遭遇龙卷风、水灾、脑损伤时人的心理活动的表现等，个案研究法可能就是惟一可用的研究手段了。

1.2.3.3 相关研究法

相关研究法是一种特殊的非实验研究方法。使用相关法研究心理现象时，研究者并不操纵有关的变量，而是把心理现象各方面的特征记录下来，然后寻找哪些特征之间存在某种联系。例如，人们发现身高和体重总是一起出现的，个子高的人通常体重也较重，身高与体重就有了一种共变关系，这种共变关系就是相关。通过相关分析，研究者能确定两个变量之间是否有关系。