

五年制师范院校教材

P sychology

心理学

刘景平 主编

○ 安徽人民出版社

五年制师范院校教材

Psychology 心理学

主编:刘景平 副主编:周 宁

○ 安徽人民出版社

责任编辑:宜 编

装帧设计:易 美

图书在版编目(CIP)数据

心理学/刘景平主编. —合肥:安徽人民出版社,2004.6

ISBN 7-212-02350-7

I. 心... II. 刘... III. 心理学—师范院校—教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 028245 号

心 理 学

刘景平 主编

出版发行:安徽人民出版社

地 址:合肥市金寨路 381 号九州大厦 邮编:230063

发 行 部:0551-2833066 0551-2833099(传真)

经 销:新华书店

制 版:合肥市中旭制版有限责任公司

印 刷:合肥瑞丰印务有限公司

开 本:850×1168 1/32 印张:11.5 字数:290 千

版 次:2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

标准书号:ISBN 7-212-02350-7/B·142

定 价:19.80 元

印 数:00001-06000

本版图书凡印刷、装订错误可及时向承印厂调换

目 录

第一章 绪论	1
第一节 心理学的研究对象	2
第二节 心理学的发展	10
第三节 心理的实质	20
第二章 注意、感觉和知觉	28
第一节 注意的概述	29
第二节 小学生的注意	36
第三节 感觉、知觉、观察的概述	41
第四节 小学生的感觉、知觉、观察	54
第三章 记忆	64
第一节 记忆的概述	65
第二节 记忆过程	70
第三节 小学生的记忆	78
第四章 想象与思维	90
第一节 想象	91
第二节 小学生的想象	98
第三节 思维	104
第四节 小学生的思维	115
第五章 情感与意志	124
第一节 情感的概述	125
第二节 小学生的情感	131

第三节	意志概述	137
第四节	小学生的意志	143
第六章	个性与自我意识	151
第一节	个性概述	152
第二节	自我意识概述	156
第三节	小学生自我意识发展	162
第四节	小学生自我意识的培养	166
第七章	个性倾向性	172
第一节	需要	173
第二节	动机	182
第三节	兴趣	188
第八章	能力	196
第一节	能力概述	197
第二节	智力与智力构成理论	202
第三节	小学生能力的个别差异	211
第四节	小学生智力发展与能力的培养	217
第九章	气质与性格	223
第一节	气质	224
第二节	性格	234
第十章	学习心理	247
第一节	学习概述	248
第二节	知识的学习	258
第三节	技能的学习	266
第四节	品德的学习	272
第十一章	人际关系心理	280
第一节	人际关系心理的概述	281
第二节	小学生之间的人际关系	292
第三节	小学生人际关系的调节	304

第十二章	儿童心理发展的基本理论	309
第一节	儿童心理发展的概述	310
第二节	影响儿童心理发展的因素	316
第三节	儿童心理发展基本理论	324
第十三章	教师心理	332
第一节	教师角色	333
第二节	教师的素质与能力	341
第三节	教师威信的心理分析	347
第四节	师生关系的心理学问题	351
参考书目		360
后记		363

一谈到心理,人们总有点神秘玄妙的感觉,没有学过心理学的人,只要听说你是学心理学的或教心理学的,总会急切地问一个问题:“你知道我现在想的是什么呢?”人们也常说:“人心难测”,“画龙画虎难画骨,知人知面不知心”。认为人的心理是看不到、摸不着的东西,是不可捉摸的。越是神秘不可捉摸的现象,人们越是好奇,并希望对这一现象进行探究,既想了解自己的心理,又想了解他人的心理,想知道心理到底是什么?它是如何产生,又是如何发展的?有没有规律可循?学了心理学,能不能知道别人的心理呢?诚然,心理现象人人都有,它是人们最普遍、最熟悉,也是宇宙间最复杂、最深奥的现象。人的心理现象如同自然现象一样,是有规律可循的。本章将要系统地介绍心理学的研究对象、心理学发展的历史以及心理的实质,为读者深入地学习心理学做了必要的交待和铺垫,为登堂入室心理学奠定基础。

第一章 绪 论

学完本章之后,你应做到:

- 记住心理学的概念、心理学的研究对象、心理学诞生的年代、奠基人和标志性事件。
- 正确理解心理的实质,树立科学的心理观。
- 充分认识脑的结构与功能。
- 明了心理学发展的历史、心理学的主要流派及心理学的体系。

人的心理现象是丰富多彩、极其复杂的,它同自然现象一样,是有规律可循的,是可以被人们认识和掌握的。作为一门独立学科的心理学的就是研究人的心理现象及其规律的科学,它使人们能够在认识自我、掌握自我的基础上,发展自我,提高自我;同时,也能够认识他人、理解他人,协调人际关系。作为师范生、未来的人民教师,了解和掌握必要的心理学理论、知识和技能,对未来从事教育教学工作具有十分重要的意义。

第一节 心理学的研究对象

一、什么是心理学

各门学科都有自己的研究领域和对象。例如,物理学是研究物理现象的科学,化学是研究化学现象的科学,社会学是研究社会现象的科学,等等。不言而喻,心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。心理现象与物理现象、化学现象不同,它是生命物质发展到一定阶段产生的。

人有心理现象,这是众所周知的。人的心理现象就是指,心理活动经常表现出来的各种形式、形态或状态,如感觉、知觉、想象、思维、记忆、情感、意志、气质、性格等。这些心理现象或心理活动并不是杂乱无章的。从系统论的观点来看,人的心理现象是一个多层次相关联的、复杂的大系统。

心理现象(又称心理活动,简称心理)的形式是多种多样的。从心理现象的动态变化过程、相对持续状态和比较稳定特征这三个维度来看,可以把人的心理现象分为:心理过程、个性心理和心理状态三个方面,或三个子系统。三个子系统以下还分别有许多附属系统。

(一)心理过程

心理过程是指,在人的认识、情感、意志行动方面表现出来的

那些心理活动,它是心理现象中动态变化的过程。

大家知道,当人们处于觉醒状态时,总是在从事着这样或那样的活动,如生产劳动、工作、学习和娱乐活动等。在这些活动中,人们首先要搞清楚的是,与自己打交道的客观对象(包括人和物)究竟是什么。为此,人们就需要不断地注意、观察、思考、想象,并且铭记着这些周围事物和对象。

当人们集中注意观察当前的事物时,即产生了感觉和知觉这样的心理活动;感觉和知觉是人脑对直接作用于感觉器官的各种事物个别属性和一般意义的认知。当人们在感觉和知觉的基础上进一步思考时,即产生了思维活动;思维是大脑对客观事物的一种间接的和概括的反映,以进一步获得事物本质属性和内在联系的认知。当感知过的事物已不在眼前时,在人脑中还会再次浮现该事物的形象,心理学称为表象。而表象在人脑中再加工改造的过程,即产生了想象活动;想象乃是人的形象思维和创新活动的一种特有的心理现象。此外还必须看到,感觉、知觉、表象、思维和想象等这些心理活动是一个连续的过程,而对构成这个连续过程起重要作用的一种心理条件,就是人对曾经历过的各种事物大多会以某种痕迹铭记在头脑中,并在一定条件下,通过一定方式回想起来,并继续参与到各种心理活动中去。这种现象我们称之为记忆,记忆是人对过去经验的反映,它也是人类极其重要的一种心理现象。

以上所描述的各种心理现象,就是人们经常表现出来的、对客观事物和对象在认识方面的心理活动。

当然,人们在与周围事物和对象打交道时,绝不会只停留在认识方面。人们在认识事物或他人的同时,还会表露出一定的态度,产生这样或那样的感受和体验,如满意或不满意、喜爱或厌恶、热情或冷淡、欢欣或忧虑、高兴或烦恼、赞赏或鄙视、冷静或激动等。以上这些人们在认识活动中所产生的各种各样的态度体验,就是

人们经常表现出来的、心理学称之为情绪和情感方面的心理活动。

不仅如此,人们对与之打交道的事物和对象,并不总是满足于在认识、感受和体验上,人们还经常需要进一步改造它们。为了处理好这些问题,人们常常根据自己的认识和体验,产生一定的需要和动机,拟定行动目的和计划。人们的这类活动叫做意志行动,而支配意志行动的许多内部因素和过程,如人的动机、意向、决心、坚持性等,也就是人们经常表现出来的意志方面的心理活动。

人的认识、情感、意志这三方面的心理活动,经常处于动态变化之中,都有其发生、发展、终止或升华的过程。所以,这些心理活动都统称为心理过程。而认识、情感、意志三种心理过程又以其相互联系、彼此制约而构成人的整个心理过程。

心理过程是人的心理现象最重要的一个方面,是普通心理学研究对象的一个重要组成部分。人的心理过程,从其活动结构和发生机制来看,具有人类的共同性,它们都受共同规律的制约。但是,心理过程表现在每个具体的人身上,又不会是完全一样的,这是因为人的心理过程总是体现在不同人的各自的生活实践中,也会受到差异规律的制约,从而表现出个人心理的不同倾向和特点。

(二) 个性心理

在一定的社会环境中,人的心理发展最终将形成个体比较稳定的精神面貌,也就是个性心理。个性是一个十分复杂的概念,不同的学派对个性的解释也不尽相同。造成这种状况的根本原因在于个性所反映的心理现象本身的复杂性。但有一点可以肯定,即个性所反映的心理特性,是一个人总的心理活动的连贯性。如一个人在各种活动中表现出来的稳定倾向、对自身心理特点的基本认识以及在各种活动中表现出与他人不同的恒常差异,这三方面的内容,构成了一个人稳定的精神面貌。心理学的研究表明,个性影响到人类行为的各个方面。

个性形成的主要标志在于一个人有能力根据社会标准形成自

己的态度系统,并根据这一态度系统采取自觉的行动。个性是一个整体结构,包含着三个彼此紧密相连的系统,它们是个性倾向性系统、自我意识系统、个性心理特征系统。

1. 个性倾向性系统

个性倾向性系统包括动机、需要、兴趣、信念、理想、价值观和世界观等。心理倾向是激活行为、维持活动的内部动力,是个体积极性的源泉。

2. 个性心理特征系统

个性心理特征系统包括气质、性格、能力。

气质指的是人的性情和脾气。有的人性情温和,有的人脾气暴躁。性格指的是待人接物的态度和行为习惯,如有的人待人热情,有的人办事认真。

3. 自我意识系统

自我意识系统又称自我监控系统,是一系列自我完善的能动结构,它充分地反映了个性对社会生活的反作用,是人的心理的能动作用的体现。它包括自我认识、自我体验、自我监控等。

(三) 心理状态

心理状态是在特殊情境中形成的、暂时性的心理持续状态。例如,在思维过程中的苦思冥想、浮想联翩、灵感状态、顿悟状态,情感中的轻松愉快、兴高采烈、应激状态,意志行动中的优柔寡断、意志消沉、进退两难,心理障碍中的幻觉状态、妄想状态、躁狂状态、抑郁状态等。心理状态是介于动态的心理过程与静态的个性心理之间的特殊的心理现象。它既不像认识活动那样不断变化,也不像个性心理那样稳定,在日常生活、学习和工作中可经常出现。如果某一心理状态长期持久地发展下去,就会逐渐变成人的个性特征。例如,一个人长期处于乐观的心理状态,久而久之,就可逐渐形成乐观的个性特征。

根据以上对人的心理活动系统的描述,现在我们把人的心理

现象概括列表 1-1 如下:

表 1-1

心理	心理过程(认识过程、情感过程、意志过程)
	个性心理(个性倾向性系统、个性心理特征系统、自我意识系统)
	心理状态(注意状态、灵感状态、幻觉状态等)

必须指出的是,以上关于心理现象的划分与归类,只是为了学习与研究的方便。在实际生活中,各种心理现象并非泾渭分明,而是一个有机的统一体,相互间密切联系,彼此影响,表现出显著的整合性。

总之,心理过程、个性心理和心理状态,从整体上反映着人的心理活动的共同规律和差异规律。心理学就是研究和揭示人的心理现象及其规律的科学。

二、心理学的学科特点

在人类知识的科学体系中,大约有 2500 多门学科,而在众多以人为研究对象的学科中,心理学是最为显要的一门。前苏联科学分类学家凯达洛夫等把心理学定位于他们绘制的“科学三角形”的中心,三角形的三个顶点分别是自然科学、社会科学和思维科学(图 1-1)。

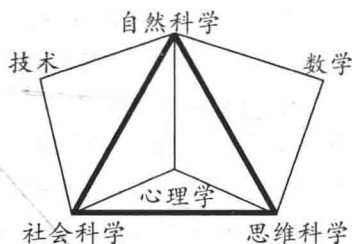


图 1-1 科学三角形中的心理学

那么,心理学究竟是一门怎样的科学呢?

(一) 心理学是一门既古老又年轻的科学

说它古老,是因为作为一种思想,它寄存在哲学的母体当中,源远流长,而人类探求自身的心理奥秘更有 2000 多年的历史。心理学,其英文为“psychology”,是由两个希腊文字“psyche”和“logos”组成的。前者的含义是“心灵”、“灵魂”,后者的含义是“讲述”或“解说”,两者合起来就是“对心灵或灵魂的解说”。在欧洲,心理学思想可追溯到古希腊的柏拉图、亚里士多德时代。亚里士多德(Aristotle,前 384—前 322)是一位学术渊博的哲学家,他运用思辨、经验的方式对“灵魂”的实质、种类与功能,“灵魂”与躯体的关系等进行了深入的探讨,其著作《灵魂论》可谓世界上最早论述心理学思想的专著。在中国,对心理学思想的探究也可以追溯到先秦时期。美国心理学家莫尔菲(G. Murphy, 1895—1979)在《亚细亚心理学》中坦言:“中国是世界上第一个心理学故乡。”

从先秦诸子的“性论”、柏拉图的“理念”、亚里士多德的“灵魂”到董仲舒的“天”、朱熹的“理”、王阳明的“心物观”、黑格尔的“绝对精神”,都是极其丰富而宝贵的心理学思想的财富。

说它年轻,是因为心理学真正成为一门独立的科学,也只有百余年历史。1879 年,德国的哲学家、生理学家、心理学家冯特(W. Wundt, 1832—1920)在莱比锡大学创立了世界上第一个心理学实验室,把自然科学中的实验方法引入心理学研究,开始对心理现象进行系统的实验室研究。心理学史上把这个实验室的建立看成是心理学脱离哲学怀抱、走上科学心理学道路的标志。

(二) 心理学既是一门自然科学,又是一门社会科学

人的本质以及心理活动的物质性都体现了心理自然属性,但是,人类心理特别是意识活动的发生、发展和渐趋成熟,无不体现着社会性。

心理学要研究心理现象的物质本体,即心理的神经生理机理。它既要研究心理现象的脑机制、遗传影响力,又要关注计算机模拟

人类行为,更重要的是其研究目标和手段都来自于自然科学,具有浓厚的自然科学属性。

毫无疑问,人是社会的主体,心理的发生和发展离不开社会环境的影响,社会心理或群体心理也是心理学研究的重要范畴。从这个层面上讲,心理学研究又具有社会科学的性质。

因而,心理学并不单纯属于某一门科学,在整个科学大家庭中,心理学处在中间位置,称其为中间科学或边缘科学应该更为准确。

(三)心理学既是一门理论科学,又是一门应用科学

心理学在重视理论研究的基础上,其应用范围和前景也非常广阔。心理学诞生的 100 多年也是其飞速发展的 100 多年,到目前为止,心理学不仅形成了自身的庞大学科理论体系,而且在整个科学大厦中发挥的作用也越来越大。20 世纪 40 年代以来,特别是第二次世界大战以后,心理学的许多研究成果已经应用和渗透到许多领域,从而进一步显示了心理学的真正价值和生命力。有人很形象地说,哪里有人,哪里就有心理活动;哪里有一定的职业或部门,哪里就有相应门类的应用心理学科。

三、心理学的研究方法

由于心理现象的特殊性和复杂性,科学心理学的研究必须以辩证唯物主义方法论为指导思想,遵循客观性原则、发展性原则、系统性原则和实践性原则。巴甫洛夫说过:“科学随着方法论上获得的成就而不断跃进着,方法论每前进一步,我们便仿佛上了一级阶梯。于是,我们就展开了更广阔的眼界,看见了未见过的事物。”心理学的一般研究方法有:

(一)客观观察与主观自陈

客观观察又称观察法,它是指通过对人的外在言行进行有目的、有计划的观察,以了解其心理的方法,一般可分为在日常生活自然观察和与实验相结合的半自然观察两种形式。主观自陈即自我观察法或内省法,它是实验者让实验对象对自身的心理活

动进行内省并加以自陈,进而进行研究的方法。这两种方法各有利弊,观察法虽能提供比较客观的结果,但易受时间、地点和被观察者内外相悖的局限;内省法固然受主观影响大,却可以为观察者提供许多不易察觉的内心活动。在心理学研究中,研究者根据实际情况,正确选择并运用这两种方法,使之相辅相成,相得益彰。

(二) 定量分析与定性分析

任何事物都是质和量的统一体,心理现象也同样存在质和量两个方面。进行心理研究时,既要掌握事物质的规定性,又要掌握事物量的规定性,这就要对搜集的资料数据进行定性定量分析。

定量分析就是使研究结果数量化,而定性分析只是对研究结果通过描述、阐释的方式加以认定。一般认为,在心理学研究中,应该将这两种方法结合起来使用。这是因为在心理学研究中,有些研究结果必须加以量化,才能得到严格而科学的界定和区分度;有些研究结果很难量化或根本不能量化,用定性分析反而使之规定性趋于合理。

(三) 实证研究与经验总结

实证研究是通过实验、测量等研究手段获取数量化材料的方法。经验总结则是在实际生活过程中提炼出来的直观的材料,通常由总结、调查等手段实现。在这两种方法运用过程中,实证研究材料虽然较为可靠、科学,但有脱离实际生活之嫌,不一定具有普遍意义;经验总结虽疏于理性的严谨,却直接源于现实生活,具有非常直观的指导价值。在心理学研究中,研究者应尽可能地将两者结合起来,取长补短,才能得出更为科学、可靠的研究结果和研究材料。

当然,科学的方法离不开科学的态度。科学的态度就是实事求是、尊重客观事实的态度。由于心理现象极其复杂,科学的态度对于心理学研究来说就显得越发重要了。科学态度的大敌是主观和武断,无论是做实验还是撰写论文报告,都应该正视所有实验现

象和客观事实,而不应该按图索骥,指鹿为马。

总之,每一种具体方法的作用也不是孤立的、绝对的,从心理活动的整体来看,它们都有其局限性。因此,心理学的研究经常需要采用多种方法相互补充,相互配合,相互验证。根据实际综合运用,进行选择,才能更好地反映人的心理活动的客观规律。

第二节 心理学的发展

一、心理学的历史演进

(一)独立前的心理学思想演变

从心理学思想的发展到心理学作为一门独立学科的诞生,这期间经历了几千年漫长的道路。独立前的心理学,是和哲学思想混合交织在一起,并且受宗教的渗透很大。纵观这一历史发展的过程,可以说,心理学是从“灵魂的奴仆”、“神学的婢女”和“哲学的附庸”地位中解放出来的。在古希腊和古罗马时期,或在中国古代,一般都是用“灵魂论”的观点来解释一切心理现象的。例如,《中庸》说:“国家将兴,心有祲祥,国家将亡,必有妖孽。”我国宋朝的朱熹说:“心者,人之神明,所以具众理而应万事者也。”古希腊哲学家亚里士多德就写过一部心理学专著《灵魂论》,这是世界上第一部心理学专著,它对心理方面有过系统的论述。

在欧洲进入中世纪前后,社会意识形态以宗教神学占统治地位,一切科学,包括心理学思想的研究,都沦为神学的“婢女”。如在教父哲学家中,较著名的有奥古斯丁(A. Augustinus 354—430)以及中世纪(11—14世纪)经院哲学的主要代表托马斯·阿奎那(Thomas Aquinas 1224—1275),他们的心理学思想都是为维护基督教服务的。

17世纪以后,心理学思想开始在思辨哲学的范围内得以迅速发展,并在哲学发展中处于越来越重要的地位,它孕育着心理学的

胚胎。

心理科学是直接从哲学中分离出来的,并且是和19世纪以来有关的自然科学发展分不开的。如果说,哲学是产生心理学的母体,那么,物理学、生物学、神经学和生理解剖学等实验科学的发展,则是心理学诞生的催化剂。心理学从经验哲学中分离出来,成为一门独立的科学,主要归功于冯特及其同时代的许多心理学家。正如墨尔夫写道:“在冯特出版的《生理心理学》与创立的实验室之前,心理学几乎像个流浪儿,一会儿敲敲生理学的门,一会儿敲敲伦理学的门,一会儿敲敲认识论的门,1879年,它才算有了安生之所和有了名字的一门实验科学。”

冯特于1879年在德国的莱比锡大学建立世界上第一个心理实验室,标志着科学心理学的诞生,标志着心理学作为一门独立的科学从哲学的母体中分化出来。

心理视野 1-1

冯特的生平

冯特(1832—1920)于1879年在德国莱比锡建立第一个心理学实验室,标志着科学心理学的诞生。

冯特幼年受教于一位路德教派的教师,冯特对这位教师感情上的依恋甚于对自己的父母。波林评述道:“无疑这是一个朴素的童年期,严肃的青年期,缺少游戏的娱乐,为后来青年冯特无数巨帙的著作问世作了准备,使他最终在历史上具有重要地位。他从不知道玩。他没有童友,只有有才智的青年伴侣。他不求父母的慈爱,而以对他那位做牧师的良师的深刻的依恋来代替这种天伦之乐的关系。我们可以看到,正是这些特点使未来的冯特成为端庄严肃、不知疲倦、有进取心的一个人。”

在1920年逝世以前的63年里,冯特连续写了大量作品。与他一生那种有条不紊的习惯相一致,正好在他写完心理学回忆录不久便死去了。冯特总共写了53735页文章,从1853—1920年,平均每天写2.2页。一个人以每天读60页的速度,大约两年半才能读完他的著作。

资料来源:王振宇 《心理学教程》

(二)独立后的心理学流派

从心理学诞生之日起,由于心理学家们在研究对象、任务和方