

主 编 陈家麟

JICHU
XINLIXUE

基础心理学

凤凰出版传媒集团
江苏人民出版社

湛师图书馆

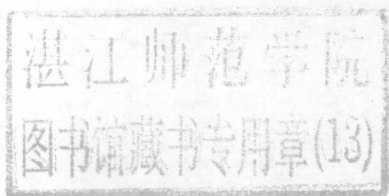


A1317143

JICHU
XINLIXUE

主 编 陈家麟
副主编 张 涛

基础 心理学



凤凰出版传媒集团
江苏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

基础心理学/陈家麟主编. —南京: 江苏人民出版社, 2006

ISBN 7-214-03426-3

I. 基... II. 陈... III. 心理学-高等学校-教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 010507 号

- 书 名 基础心理学
主 编 陈家麟
责任编辑 谢 红
出版发行 江苏人民出版社(南京中央路 165 号 邮编: 210009)
网 址 <http://www.book-wind.com>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京中央路 165 号 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
照 排 南京展望文化发展有限公司
印 刷 者 镇江中山印务有限公司
开 本 850×1168 毫米 1/32
印 张 21
字 数 524 千字
版 次 2006 年 8 月第 2 版 2006 年 8 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 7-214-03426-3/G·1205
定 价 29.80 元

(江苏人民出版社图书凡印装错误可向本社调换)

前言

在高等院校师范专业中,公共课心理学是为了实现培养合格中学教师的目标而开设的一门教育专业基础课。随着知识经济社会的到来和心理科学的进展,随着基础教育课程改革的不断深化和素质教育的全面推进,随着多元化师资渠道所形成的教师人才市场的建立和教师岗位竞争的日趋激烈,对未来教师“教书育人”本领的要求也越来越高。因此,肩负着培养师范生基本素质使命的公共心理学课程,也应与时俱进地加强建设,以回应新时期教育事业发展的种种挑战。但是,根据我们对在校师范专业学生的调查,发现不少学生对公共心理学课缺乏应有的兴趣。据对已毕业的师范生的调查,发现不少人认为在校期间所学的公共心理学“可以解释现象,但很难在教育、教学工作中派上用场”;一些中学校长反映“师范院校毕业生与非师范院校毕业生相比,显示不出学过心理学的优势”。这些意见尽管不无偏颇,但多多少少也折射出已有的高师院校公共心理学教材确实存在着一定的问题。究其原因,主要是教材陈旧,跟不上时代的步伐;内容枯燥,激不起学生学习动机;学科本位思想严重,脱离学生实际;操作性差,不能指导教育教学等等。我们认为,教材是学科的窗口。一部好的教材既是教师进行教学活动的文本,也是学生获取知识的渊薮,因此,教材

建设是课程之本。能否编写出受到学生和教师欢迎的优秀的公共心理学课教材,已成为公共心理学课教学能否走出困境的关键之一,也是提高教育质量的重要措施。

有鉴于此,根据教育部高教司有关高师课程改革文件的精神,在曾经编写的《新编心理学教程》^①的基础上,我们从2000年初便开始酝酿这本《基础心理学》的编写工作。在参考我们所能搜集到的国内外师范院校公共心理学教材之后,根据我们二十多年来从事高师院校公共心理学教学的经验,以及对中小学教育、教学实际情况调查的结果,特别是考虑到基础教育课程改革和推进素质教育的需要,我们在本书的编写工作中力求贯彻“教育要面向现代化,面向世界,面向未来”的原则,在内容上注意充分反映时代特点及国内外同类教材的优点,突出教材的科学性和先进性,反映理论的应用性、实用性和趣味性,注意提升公共心理学学科的公众形象。具体而言,努力做到以下四点:

其一,力求密切联系师范生实际,以培养师范生素质为基点选择和组织好教材内容。具体做法是:打破传统教材体系,不以某一心理学科(如普通心理学或教育心理学)为框架,而是围绕师范生未来所从事的中学教育、教学活动的两条主线组织内容,兼容了普通心理学、教育心理学、发展心理学、社会心理学、心理健康教育等有关学科的材料,使这部教材有助于培养师范生的“教书育人”

①. 教育科学出版社,1993。

能力,亦即使教材具有针对性。三十、二十条)对这部分
其二,力求更新教学内容,努力跟踪学科发展,反映较新的心理学研究成果,以进一步提高教材的时代性和先进性。为此,在教材中增加了诸如多元智力理论、创新教育、健全人格培养、网络心理健康教育等内容。
其三,力求根据中学教育、教学工作的实际需要编写教材,使教材具有实用性。为此,我们删去了传统心理学教材中一些与中学教育、教学实际联系不太密切的材料,如感受性、感觉阈限等,增加了诸如心理学研究方法、学习策略、心理测量、心理健康教育等具有较强实用价值的材料。
其四,尽可能多地介绍了一些操作性较强的材料,这特别反映在各章“策略”部分的内容中,以使读者能学以致用,亦即使教材具有可操作性。

本教材共 15 章约 52 万字,篇幅较长,这是考虑到给师范生提供较多的信息量之需。鉴于目前我国高等院校师范专业公共课心理学课时一般为 36~54 课时,在这样少的课时中,教师显然不可能讲完全书。为此,我们建议教师在使用本教材时,可根据国家教育部对师范生心理学知识的基本要求和学生所学专业的特点,灵活地设计课程:或有重点地讲若干专题,教材的其余部分由学生自学;或只讲授各章的难点和重点,易懂部分则由学生自学等等。

本书的编者为:邵启扬副教授(第一、二章)、陈家麟教授(第四、五、六章)、何桂宏副教授(第三、九、十章)、吴

承红副教授(第十二、十三、十四章)、张涛副教授(第七、八、十一、十五章)。全书由主编设计、统稿和定稿,上述同志参与了本书体系的讨论。本书的编写参考和引用了一些国内外学者的研究成果和著述,由于引用较多,可能未一一注明,特在此向这些作者表示诚挚的谢意。本书的出版得到了叶蕴珊、邓杰、蔡澄、薛晓阳、邱同和、马兰芳、李年顺、翁柔、封裕风、李传伟、石文山、栾海清、刘正荣、田宏碧、管海宏、刘久成、周鸿羽、张奇勇、刘岗、谭湘兰、顾清、陈家鸿、黄瑛等同志的热情关怀和鼎力相助,得到了扬州大学出版基金的资助,在此一并致谢。

由于编写时间较短,加之水平限制,我们努力的意旨远未能实现,谬误之处在所难免,恳请专家同行不吝教正。

陈家麟 谨识

2006年6月于扬州瘦西湖畔

(一) 心理学基础 第四章

18	心理学意义	第一章
101	心理学基础	第二章
151	心理学基础	第三章

目 录

(二) 心理学基础 第五章

101	心理学基础	第一章
181	心理学基础	第二章

第一章 心理学概览

(一) 心理学基础 第六章

第一节	人类心理现象描述	1
第二节	心理学及其研究任务	6
第三节	人的心理实质	10
第四节	心理学的流派	16

第二章 心理学的研究方法

(二) 心理学基础 第七章

第一节	心理学研究的方法论与基本程序	27
第二节	心理学研究的基本原则	30
第三节	教育工作中心理学研究的主要方法	33
第四节	教育心理学课题的研究步骤	43

第三章 意识

第一节	意识概述	56
第二节	自我意识	63

· 第四章 认知因素与学习(一) ·

第一节 注意与学习	81
第二节 观察与学习	102
第三节 记忆与学习	125

· 第五章 认知因素与学习(二) ·

第一节 想像与学习	166
第二节 思维与学习	180

· 第六章 非认知因素与学习(一) ·

第一节 非认知因素概述	237
第二节 动机与学习	245
第三节 兴趣与学习	269

· 第七章 非认知因素与学习(二) ·

第一节 情感与学习	289
第二节 意志与学习	337

· 第八章 学习心理 ·

第一节 学习概述	368
第二节 学习理论	374
第三节 知识的学习	384
第四节 学习的迁移	393
第五节 学习策略	399

第九章 人格与教育(一)

- 第一节 人格概述..... 410
- 第二节 气质与教育..... 414
- 第三节 性格与教育..... 423

第十章 人格与教育(二)

- 第一节 人格发展概述..... 441
- 第二节 人格的毕生发展..... 450
- 第三节 青少年健全人格的培养..... 468
- 第四节 人格测验..... 472

第十一章 能力与智力

- 第一节 能力概述..... 481
- 第二节 智力概述..... 485
- 第三节 智力的发展与开发..... 496
- 第四节 能力测量..... 516

第十二章 品德心理与教育

- 第一节 品德心理概述..... 526
- 第二节 品德形成过程的主要理论..... 530
- 第三节 道德品质的培养..... 536

第十三章 学校社会心理

- 第一节 社会知觉..... 548

第二节	社会影响·····	554
第三节	群体心理·····	564
011 第四节	人际关系的建立与维护·····	575
111 第五节	竞争与合作·····	580

· 第十四章 心理健康与教育 · · · · ·

第一节	心理健康概述·····	591
111 第二节	青少年心理健康问题与影响因素·····	598
021 第三节	心理健康教育的内容·····	610
821 第四节	心理健康教育的方法·····	615
521 第五节	教师心理健康问题·····	621

· 第十五章 青少年身心发展与教育 · · · · ·

181 第一节	心理发展概述·····	633
281 第二节	青少年生理发育与教育·····	638
381 第三节	青少年心理发展与教育·····	643
412 第四节	青少年性发展与性教育·····	651

第一章 心理学概览

第一节 人类心理现象描述

心理现象通常表现在有机体的各项活动之中,人的心理现象表现在人的各种有意识的和无意识的活动之中。因此,心理现象亦可称为心理活动。人的心理现象,既受到社会因素的制约,也受到生物因素的制约,它是一个高度非线性的系统,对于这一高度复杂的心理系统,可以从不同的维度进行描述与剖析。

一、心理过程、心理特征和心理状态

从稳定性的维度来考察,可以把个体的心理现象分为心理过程、心理状态和个性。

(一) 心理过程

当你看到物体的颜色、听到声音、嗅到气味、尝到滋味、触摸到冷热或软硬,这就是感觉。将多种感觉予以综合,你辨认出这是黑板,那是苹果;这是花香,那是鸟语;这就是知觉。经历过的事情、体验过的情感,仍然历历在目,经久不忘,称之为记忆。对感知过的材料进行分析、综合、判断、推理,从而找出事物之间的本质的或规律性的联系,这就是思维。人们不仅能通过记忆将经历过的事情回想起来,而且还能在头脑中构想出从未经历、体验过的形象,这就是想像。

人非草木，孰能无情。人们在认识客观世界以及与他人交往时，绝不是无动于衷的，而会产生一定的态度体验：如，肯定或否定、喜爱或厌恶、欢欣与忧愁、冷静或激动……这种在认识活动的基础上产生出来的形形色色的态度体验，在心理学中称为情绪或情感。

人类在作用于客观世界的过程中，并不以认识、体验为满足。人们还经常需要进一步去处理它们、改造它们。为了处理和改造客观事物和对象，人们常常根据自己的认识和体验，产生着一定的需要，形成某种动机，并按照自己的意图，确立目标，制定行动计划，并在实施过程中排除障碍、克服困难，以达到既定的目标。人类的这种活动，叫做意志行动。而“支配意志行动的许多内部因素或过程，如人的意向、决心、坚持性……就是人们经常表现出来的，心理学称之为意志方面的心理活动”^①。感觉、知觉、记忆、思维、想像同属于人类认识过程，情绪、情感属情感过程，意志属意志过程，三者合起来称之为心理过程。心理过程要想得以顺利实现必须有注意的参加。这三者之间的关系是：认识过程是基础，情感过程和意志过程是由认识而衍生的行为动力，但它们会反过来促进认识的深化与发展。所以，认识、情感、意志这三种心理过程以其相互联系、彼此制约的特点而构成了人的整个心理过程。

(二) 个性 在人类与周围客观世界以及与他人相互作用的过程中，人们会形成需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观，并且每个个体在这些方面又存在不尽相同的差异。这些差异，在心理学中便被称为个性倾向性。

在日常生活中，我们随时可以看到，同样的活动任务，有些人

^① 南京师范大学：《心理学》，第4页，河海大学出版社，1991。

能轻而易举地完成;有些人则困难重重。有些人善于形象思维,有些人则长于抽象思维;有些人观察力敏锐,有些人则记忆力特强……所有这些,都属能力或智力方面的差异。

再如,有些人性情暴烈,反应敏捷,易发脾气,心理活动倾向于外部世界;有些人则温柔和顺,反应迟缓,心理活动倾向于内部世界等等,心理学中把人的这些特点称之为气质。

我们还可以看到,有些人心胸豪爽,有些人心胸狭窄;有些人谦虚、勤劳、勇敢,有些人则骄傲、懒惰、怯懦;有些人遇事主动进取,有些人遇事则被动不前;有些人善于交际,有些人则喜欢独处……所有这些,都是人类在性格方面的差异。

需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观构成了人的个性倾向性;能力、气质、性格同属于人的个性心理特征。两者的结合,构成了人类完整的个性。个性倾向性和个性心理特征也是相互联系、相互促进的。例如,一个人的某种能力,同他具有这一方面的兴趣有着密切的联系。能力越强,越容易提高这一方面的兴趣;而兴趣越浓厚,就越能推动人积极地从事这项活动,从而更进一步提高其能力。

(三) 心理状态

苏联心理学家列维托夫认为,人的心理活动可以分为心理过程、心理状态与个性心理特征三种形态。心理过程是不断变化着的、暂时的;个性是稳固的、长期的;而心理状态则是介乎二者之间,既具有暂时性的特征,又具有稳固性的特征,是心理过程与个性的统一的表现。

心理过程都是在一定的心理状态的背景中进行的。譬如,人类的感知、记忆、思维、想像以及态度体验和意志行动,要想得以产生还必须具备一个必不可少的条件,那就是心理活动对于一定对象的指向和集中,否则,一切都无从说起。这种心理活动对一定对象的指向和集中,就是一种心理状态,即注意。再如,思维

的明确性、迅速性和“灵感”状态；情绪的激动与沉着；意志方面的果断与犹豫等等，都是心理状态的具体表现。

总之，心理状态是个别心理过程的结合、统一，是某种综合的心理现象，所以它往往又成为某种个性特征的表现，反映出一个人的个性面貌。由于心理状态的特征往往成为一个人的个性心理特征表现，因此，一个人在特定时刻的心理状态，是当前事物引起的心理过程、过去形成的个性特征和以前的心理状态相结合的产物。^①

以上我们把人类(个体)的现象划分为心理过程、心理状态和个性。必须注明的是，这种划分只不过是科学研究和教学的需要所作出的一种人为的、抽象的划分。事实上，人对外部世界的任一反映都是其全部心理风貌的显现，心理过程、心理状态与个性之间本来就存在着密不可分的联系。首先，心理状态和心理特征是在心理过程进行中形成和表现出来的。如果没有对自己和周围世界的认知、情绪和意志行动，个体的心理状态便无从形成，也无法表现出来。其次，心理过程的进行受心理状态和心理特征的影响和制约。例如，心灰意懒的心理状态会使人的情绪低落，降低认知和行动效率；而精神振奋状态会使人情绪高涨，从而会提高认知和行动效率。第三，心理状态和心理特征也是密切联系的。如果说心理特征是个人的经常的、稳定的特征，那么心理状态则是相对可变的、流动的。例如，腼腆是稳定的个性特征，尴尬则是暂时的心理状态。心理状态是一种介于心理过程与心理特征之间的相对稳定状态。如果某类心理状态(如漫不经心)经常反复出现，并且持续时间愈来愈长，那么这类心理状态就有可能转化为这个人的心理特征(粗心大意的人格特征)。而心理特征又会影响心理状态。内向、顺从的人受到挫折时多半会产生内疚、自责等心理状态，而机灵活泼、自信心强的人对挫折则往往是泰然自若。总之，人的心

^① 朱智贤：《心理学大词典》，第773页，北京师范大学出版社，1989。

理过程、心理状态和心理特征是既有区别而又密切联系在一起的。^①

二、意识、潜意识

从觉知性的维度来看,可以把个体心理现象划分为意识与潜意识。

(一) 意识

意识是人类所特有的反映客观现实的最高形式,是人对现实的一种自觉的、有组织的反映。意识是心理发展到高级阶段的产物,它使人的心理区别于动物的心理。动物没有意识,至多只有意识的萌芽。人的意识是在社会集体劳动活动中,在借助语言进行交际的情况下产生发展起来的,因而是社会的产物。

当一个正常人在意识清醒的状态下,能够识别自己所处的地点、时间、周围环境、行为情况,能够重新评价进入脑中的信息,并结合以往的知识经验形成完整的图景,表现出一定的态度和对待方式,从而保证对客观世界作出清晰的认识和正确的反应。此外,人的意识不仅能够使之正确地认识客观事物,还能使之意识到自身的存在,意识到自己的心理活动,意识到自身的所作所为,并且对自身的心理活动与行为方式进行评价、修正,所有这些对自己的心理活动状态和行为的意识就是自我意识。

(二) 潜意识

潜意识是指潜伏于意识阈限之下的,通常难以被觉知的一种意识状态。它的特点是不随意、不自觉、未被意识到的。“我们每个人都有做梦的经验,梦境的内容可能被我们意识到,但梦的产生和进程是我们觉知不到的,也是不能进行自觉控制的。我们的自动化了的活动,在通常情况下是觉知不到其中的结构的。无法回

① 黄希庭:《心理学》,第15页,上海教育出版社,1997。

忆起的记忆或无法理解的情绪也属于潜意识的范围。偶尔,潜意识中的一些东西也会闯入意识之中,诸如失言或说溜了嘴、笔误,会把个体潜意识的欲望泄露出来。总之,潜意识也是人的心理活动。在人的日常生活、学习和工作中,意识活动和潜意识活动是紧密联系着的。它们都属于人的心理现象。”^①

第二节 心理学及其研究任务

一、什么是心理学

自1879年德国莱比锡大学冯特教授创建世界上第一个心理实验室而使心理学科独立以来,关于什么是心理学的讨论一直没有停止,但至今仍未有一个完善的、能得到所有心理学家认可的定义。目前,比较流行的心理学定义包括以下三个方面的内容:

(一) 心理学是研究心理现象的科学

各门学科都有自身独特的研究对象,心理学的研究对象就是心理现象。这里所说的心理现象既包括动物心理现象,也包括人的心理现象;既包括个体心理现象,也包括群体心理现象;既包括正常心理现象,也包括异常心理现象。

(二) 心理学是研究心理活动形式的科学

常有人问心理学工作者:“你知道我正在想什么吗?”心理学家的回答当然是“不知道”。究其原因,心理学并不确定心理活动的内容,而只是研究心理活动的形式。譬如,遗忘是如何发生、发展的?思维过程是如何进行的?个性是如何形成的?至于遗忘的内容是什么,形成什么样的个性等问题,则不是心理学的研究对象。

① 黄希庭:《心理学》,第14页,上海教育出版社,1997。