

018904

心理学



广东省师范专科学校《心理学》编写组



A0356078

018904

说 明

根据一九八一年广东省师范专科学校教学大纲审稿会决定，我们编写了这本《心理学》教材，作为内部使用。

本书的编写组由海南师专、韩山师专、雷州师专、韶关师专和肇庆师专的心理学教师组成，华南师院心理学教研室指导。执笔的同志是：第一章杨劲生，第二章杜友金，第三章盛怀文，第四章蓝澄，第五章谭小娴，第六章郑瑞彰，第七章唐焱，第八章唐名祥，第九章林振海、吴燕祥，第十章李新。

本书经一九八一年五、六月间在肇庆召开的师专心理学教材审稿会修订。

在编写过程中，我们得到全省各师范专科学校的心理教师的熱情支持和帮助，在此致以衷心的感谢！

限于我们的思想和业务水平，本书难免存在缺点甚至错误，请同志们提出批评和修改意见。

B84
80

编 者

一九八一年六月

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 心理学的对象	(1)
第二节 心理的任务和意义	(4)
第三节 心理学的研究方法	(14)
第二章 人的心理实质	(18)
第一节 人的心理是人脑的机能	(18)
第二节 心理是客观现实的反映	(36)
第三章 感觉与知觉	(43)
第一节 感觉与知觉的概念	(43)
第二节 感觉与知觉的分类	(48)
第三节 感受性的变化	(56)
第四节 知觉的基本特征和教学	(60)
第五节 表 象	(66)
第四章 注 意	(70)
第一节 注意的概述	(70)
第二节 注意的种类和品质	(73)
第三节 注意规律在教学中的应用	(82)
第五章 记 忆	(86)
第一节 记忆的概述	(86)
第二节 识 记	(92)
第三节 保持和遗忘	(100)

第四节	再认和回忆·····	(105)
第六章	思维与想象·····	(110)
第一节	思维概述·····	(110)
第二节	思维的过程·····	(116)
第三节	概念及其掌握·····	(123)
第四节	思维的品质·····	(127)
第五节	想象和创造·····	(130)
第七章	学习与智力·····	(144)
第一节	学习的概述·····	(144)
第二节	发展智力在学习中的作用·····	(151)
第三节	少年期学生智力发展的特点·····	(156)
第四节	学生智力的培养·····	(163)
第八章	情感与意志·····	(172)
第一节	情感·····	(172)
第二节	意志·····	(183)
第九章	个性心理特征·····	(197)
第一节	兴 趣·····	(197)
第二节	能 力·····	(204)
第三节	气 质·····	(215)
第四节	性 格·····	(220)
第十章	品德的形成·····	(228)
第一节	关于品德的概述·····	(228)
第二节	品德形成过程的分析·····	(232)
第三节	学生品德不良的矫正·····	(243)

第一章 绪 论

“心理学有一个悠久的过去，但却仅有一个短促的历史”（艾宾浩斯语）。这是符合实际情况的。心理学是研究人的心理现象的，研究人的心理现象的工作至少有了几千年的历史。远在纪元前四世纪，古希腊哲学家亚理士多德（前384—前322年）就写了一部心理学专著《灵魂论》。但是作为一门独立的科学，心理学却是比较年轻的，比物理学、化学和生物学等年轻得多。如果说现代物理学产生于公元1600年，现代化学产生于公元1775年，现代生物学和生理学也是十八、十九世纪才产生的话，那么，现代心理学则产生在这些科学之后的1879年。这是由于德国心理学家、生理学家冯特1879年在德国莱比锡大学创立了世界上第一个心理学实验室，为建立科学心理学迈出了重大一步，人们把这一年作为现代心理学诞生的时间。因此，心理学从哲学中分离出来真正成为一门独立的科学，至今刚有一百年的历史。

一百年来，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？它的研究有哪些方法？这是学习心理学必须首先解决的问题。

第一节 心理学的对象

任何一门科学都有它的特殊的研究对象。心理学的研究

对象就是人的心理活动的规律。心理学作为一门科学，不但要研究和解释各种心理活动，还要概括和揭示它们的本质和规律性。

心理活动指的是什么呢？从古代到今天，从中国到外国，人们在实践中时时刻刻产生的心理活动不计其数，极其复杂，在心理学中，把它们归纳成心理过程和个性心理特征两大类。

心理过程是指人在实践中产生的心理活动的过程，即在认识和改造客观世界过程中的各种心理活动，包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等认识活动和情感、意志。

在春意盎然的时候，我们进了公园，就可以见到游人来来往往，欢声笑语，轻松愉快。小鸟在枝头歌唱，清晰悦耳。金色的阳光，透过树枝，洒到身上，使我们感到温暖舒适。我们欣赏盛开的鲜花，闻到阵阵清香。对这些欢声笑语、人物情景、阳光温度、鸟语花香的反映，在心理学中，就叫做感觉和知觉。

走进公园的茶室，我们可以看到有些老人围桌品茶谈心。他们回想过去，一件件地叙说十年浩劫的辛酸往事。有些中年人，在树荫下围观一场棋赛，他们都在思索着如何运子搏杀，如何击败对手。还有些青年人登高远望，想到祖国将来四个现代化的远景，向往着美满幸福的生活。以上老人们对过去经历的回想，中年人对棋赛的思考，青年人对未来美景的向往，在心理学中就叫做记忆、思维和想象。

上面说的都是认识活动。人们在实践过程中认识客观事物时决不是无所表现或无动于衷的。对某些事物，如精采的歌舞，引人入胜的科学知识，会使我们全神贯注，没有想到

其他的事情。这就是心理学中讲的注意。人们在认识客观事物时，总是对客观事物表现出一定的态度，并产生喜、怒、哀、惧、爱、恶等主观体验。这些活动，在心理学中就叫做情感。在人们的工作、学习和生活中，会碰到这样那样的困难和问题，思想上常常会出现矛盾的状态。例如，今天晚上有好电影，朋友送了票，可是又想到今天晚上要完成学习任务，这就在思想上产生了矛盾状态：是去呢还是不去？你必须做出选择，作出决定。这种心理活动，在心理学上就叫做意志。

认识活动和情感、意志，这些心理活动都有它发生、发展和完成的过程，所以认识、情感和意志等心理活动都可以叫做心理过程。每一种心理过程只是一个人的整个心理活动的某一方面的表现，他们既各有特点，又彼此紧密地联系着。

心理过程是心理学研究对象的一个基本部分。

人们在认识、改造客观世界时，不但进行着各种心理过程，还表现出每人不同的心理特征。古语说：“人心不同，各如其面。”人们之间在心理面貌上总是或多或少地在质和量上存在着种种差异。例如，有的人兴趣非常广泛，有的人兴趣则十分狭窄；有的人能力很高，有的人则能力很低；有的人活泼热情，有的人则沉默寡言；有的人暴躁，有的人则安祥；有的人急性子，有的人慢性子；有的人谦虚谨慎，有的人则骄傲狂妄；有的人勇敢坚强，一往无前，有的人则胆怯懦弱，畏缩不前……等等。这些现象，就是人的兴趣、能力、气质和性格上的特征。

个性心理特征是心理学研究对象的另一重要部分。

所谓人的心理活动就是指上述心理过程和个性心理特征。心理过程和个性心理特征二者是既有区别而又密切融合在一起的。它们不象生物学研究中的动物和植物，或物理学研究中的声学 and 光学那样属于不同现象，它们是完整的心理面貌的两个不同方面。个性心理特征是在心理活动过程中形成的。没有对客观世界的认识，离开了心理过程，个性心理特征是无由形成的。同时，已形成的个性心理特征，又制约着心理过程，在心理过程中表现出来。例如，兴趣不同的人，认识的领域和广度可能不同；能力不同的人，对事物认识的深度可能不同；性格不同的人，情感表现就不一样；有勇敢坚强性格特点的人，一般有坚强的意志行动。这些事例说明，心理学研究对象的这两个方面是密不可分的，只是为了研究的便利以及更深入地揭示其规律，才加以划分的。

心理活动虽然是非常复杂、非常丰富多采的，但它是有其特有的发生和发展规律的，不是神秘莫测的东西，而是可以被认识的。随着社会实践的发展，科学技术不断进步，人获得了认识和改造客观世界的科学的思想武器，人对自己的研究和认识，进入了新的科学阶段。我们要探讨人的心理实质，揭露人的心理过程和个性心理特征发生与发展的规律，为四个现代化服务。

第二节 心理学的任务和意义

一、心理的任务

每一门科学都有特定的研究对象，都担负着一定的任务。而每一门科学的具体任务又决定于它的研究对象。心理学的对象既然是人的心理过程和个性心理特征，那么，科学

地说明心理活动是怎样引起的，人的认识、情感和意志是怎样形成、发展和完善起来的，它们有哪些规律；人的能力、兴趣、气质和性格等心理特征为什么会有相同点和不同点，它们是怎样形成起来的，它们的发展规律是什么；心理过程与个性心理特征的相互关系又是怎样的等等。这些都是心理学研究的基本任务，而完成这些基本任务，不但具有巨大的理论意义，而且具有重大的实践意义。

现代心理学的研究已深入到生活实践的各个领域，目前阶段的心理学已发展成复杂的、有许多分支的科学体系，完成着社会生活实践各个领域赋予的重要任务。

普通心理学。研究成年正常人的心理活动最一般的规律性、科学的基本原则和它的方法。

年龄心理学。研究不同年龄阶段人的各种心理过程和个性心理特征的形成过程。年龄心理学又分出有儿童心理学、少年心理学、青年心理学、成人心理学和老年心理学。

教育心理学。它是研究受教育者在教育影响下，形成道德品质，掌握知识、技能，发展智力和个性的心理规律，并探讨教育者同受教育者身心发展的相互关系的科学。教育心理学还分出各门学科的教学心理学，以具体研究各门学科教学的心理规律为任务。

运动心理学。探讨运动员教学和教育的心理学原理，研究培养运动技能和技巧的规律，研究运动员在竞赛条件下的心理特点，揭示运动员在比赛中获胜所必需的意志和道德品质的形成规律。

艺术心理学。研讨创作艺术作品的活动的心理成分。揭示人感知艺术作品的规律性，研究由艺术作品引起的各种情

感的发生和发展的规律，探讨有关美术和音乐、艺术和文学能力发展的问题，是艺术心理学的重要任务。

劳动心理学。它研究劳动对人的心理发生和发展的作用，研究生产劳动过程中人的心理活动的特点和规律，从而指导人们更好地从事生产劳动。

工程心理学。它是研究人与技术信息相互作用的规律的科学。其基本任务是分析人与人机系统中的功能，探讨人一机系统中的工作设置原则和影响效率的心理因素，以及人员选拔原则、训练方法等等。

军事心理学。研究人在战争环境、战争条件和在军队等级系统条件下的心理学问题。探讨军事教学和军事教育的心理学问题，是军事心理学的重要任务。

社会心理学。它是研究关于人的社会行为的科学。它的对象是社会环境（即社会和社会集团内部）中人与人之间的关系的形式和相互影响的规律性。

企业管理心理学。这门学科把心理学研究的结果用于企业的组织与管理，研究人和职务的关系，换句话说，研究什么样的职务适合什么样的人，或什么样的人适合什么样的职务，怎样分配职务和安排工作才能提高人的工作效率；工资、奖金该怎样分配才能发挥人的最大的积极性等等。

司法心理学。它是研究与司法活动有关的心理现象的发生和发展的规律的科学。司法心理学具体研究：导致违法行为的心理特性、个性品质的产生和发展；由于违法、参与诉讼活动，心理特性、个性品质发生的变化与发展；改造违法者的心理过程；各种司法人员的心理特点。

临床心理学。研究心理治疗、心理卫生学问题，研究医

产生和病人的相互关系的心理学问题。

（一）病态心理学。研究人们正常心理活动破坏的各种形式和正常心理发展的损害。在心理学的这个部门中有若干方面：智力落后心理学（研究同先天性脑缺陷相联系的心理发展的病理情形）；盲人心理学（研究盲人或视力衰退者的心理）；聋哑心理学（研究与听觉缺陷损害有关的心理特点）。

二、心理学的意义

（一）心理学研究的理论意义和实践意义

心理学是一门重要的基础科学，又是一门重要的应用科学。探明人的心理活动发生和发展的规律具有巨大的理论意义和实践意义。

探明心理活动的规律，为辩证唯物主义进一步提供论据。心理学研究心理活动或意识的起源、发生、发展以及人对客观现实的反映过程，进一步具体地论证了物质第一性意识第二性，意识是高度组织的物质的属性，意识是客观世界的反映等马克思主义哲学的基本原理。因此，心理学以对马克思主义哲学作出了巨大贡献而载入科学史册，被列宁列为构成辩证法和认识论领域的科学之一。

探明心理活动的规律，对人们科学地了解自己有特殊的意义。

人是世间一切事物中最可宝贵的。为什么？一方面是因为人类有现在这样的躯体结构，尤其人脑这样高度发展的器官结构；另一方面，也是最主要的方面，就是因为人类有高度发展的、无可比拟的，并随着社会历史的前进而不断提高的主观活动，这就是心理活动，特别是有思维。此外，人类

有了日趋发展的社会文化生活，也很重要。这就使得人类能够成为世界万物中最可宝贵的、最活跃的、最突出的一种。人们研究心理学，掌握了人的心理过程和个性心理特征发生发展的规律，就能正确认识自己，就可以充分地发挥自己的能动作用，驾驭自然，从而能够做出各种各样远远超出动物能力的事情，并且可以创造出种种真正的奇迹。同时可以了解自己的心理特点，了解自己的优点、缺点及其产生的原因，这样就能够明确自己的努力方向，有预见性地和有计划地去发扬优点，克服缺点，在改造客观世界和主观世界的过程中不断前进。

探明心理活动的规律，对于建立辩证唯物主义世界观是很重要的。因为心理现象是很复杂的，以致人们在很长历史时期内对于自己身体的结构和机能还缺乏正确的认识，甚至把心理活动看作是一种超自然的、虚无缥缈的“灵魂”的表现，这是某些唯心主义产生的认识论根源。心理学告诉我们关于人的心理发生发展的规律，使我们对各种心理活动有真正科学的理解，就是掌握了粉碎一切迷信邪说的一种强大武器，把前人所不能正确理解的心理现象，如“见神见鬼”，夜惊梦游等等，都给予科学的解释。这样就能破除迷信，肃清邪说，帮助人们建立辩证唯物主义的世界观。

探明心理活动的规律，对四个现代化的建设有重大作用。今天，现代心理科学的规律知识，已广泛应用到社会生活实践的各个领域，日益显示出它的巨大作用。例如，劳动者可以根据感知过程的特点，改进对劳动工具、劳动对象和产品情况的感知，以提高工作效率和产品质量；可以根据技能形成和发展过程的规律缩短对新技术的掌握过程，从而尽

快地掌握新技术，提高技术水平，促进对生产技术的革新，以提高劳动生产率。在我国四个现代化建设中，要发展大规模的自动化系统，研制新型的自动机，电子计算机等，都需要有心理学参加的多学科的联合攻关，心理学在这方面有了相当快的发展。在军事、国防上，心理学对战略战术的确定，对军事工程的建设，对士兵的选拔和训练等都有重要作用。如对飞行员进行心理测验，检查他的情绪、记忆、反应速度、手足协调等等，有助于择优录取。这样选拔飞行员，可以缩短训练时间，降低淘汰率，这是世界各国所公认的。医务工作者可以根据正常和异常的心理现象的规律确定精神病患者的病情；根据心理活动与人的身体的精神的各种病理过程相互影响的规律，从而利用心理活动的改变以促进病理的消失和正常机能的恢复，这样便提高了医疗效果。如1958年中国科学院心理研究所与医学界有关单位协作，在北京大学生和钢铁工人中，对患神经衰弱的病人进行了贯彻心理治疗原则的综合快速疗法。治疗对象不脱离日常工作、学习的条件下，治疗四周，取得痊愈和显著好转达百分之八十左右的疗效，明显高于过去治疗的效果。（《心理学报》1980年第2期135页）在公安、司法工作中，心理学知识可以帮助了解犯罪青少年心理特征和发生变化的规律，从而有助于侦破定案和教育改造犯罪青少年。在体育竞赛、艺术创作、科学创造、宣传、出版、外交、情报、航天、商业及广告等方面，心理学规律的知识也有广阔应用的范围。在教育、教学工作中，心理学的知识更有重大的作用。

由于心理学研究不论在理论上还是实践上都有巨大的意义，因此世界上许多国家已越来越重视心理科学的研究和应

用，心理学有了很大的发展。例如，美国现代心理学研究有广泛的发展和应用。据1976年统计就有25万人专修心理学，该年毕业生有六万人。美国心理学研究的队伍很大，单美国心理学会就有会员五万多人，在美国从事心理学工作的有十万人。美国心理学会会有37个分会，最大的是个性及社会心理学，其次是临床心理学，第三是教育心理学。1979年5月1日至5月5日在纽约举行美国第87届心理学学术年会，参加会议的共15000人，可见心理学研究队伍之大。

美国的政治、经济、军事、外交、情报侦察、文化教育等各部门都有社会心理学家从事研究工作并把研究的成果应用到实践中去。实际上，这门科学已逐渐转化为“直接的生产力”。在美国从事社会心理学研究工作的人约四万人，全国有八百多万大学生听社会心理学课，有六十多万订户订阅这方面的杂志。

又如，英国近十年来心理学的发展也是很快的。1939年只有四所大学有心理学系，现在各大学已有45个心理学系了。西德的心理专业的学生，包括大学生和研究生，共约14000人。

心理学在我国也有悠久的过去。远在春秋战国时期，许多著名学者就论述了人的心理问题，最突出的是人的心、性问题。如孔丘主张“性相近也，习相远也”。孟柯主张性善，荀卿主张性恶。但现代心理学被介绍到中国来还是在清朝末期，至今不过八十年历史。我国最早的一个心理学实验室是在1917年北京大学哲学系建立的。解放前的旧中国虽有七、八所高等学校设置了心理学系，但真正开展研究工作不多，基本上是照搬外国的。解放初到1957年，在心理学上学

习苏联形成一个热潮。同时开展了较多的研究工作，扩大了专业队伍。但这几年学习苏联心理学，学习巴甫洛夫学说，实质上也是照搬，缺乏分析鉴别。

1958年的所谓心理学批判运动，“文化大革命”中所谓心理学的斗批改，用阶级分析代替心理学研究，最后是取消心理学，砸烂心理学。打倒“四人帮”后，我国心理学的教学和研究工作有了较快的恢复和发展。各师范院校恢复了心理学课，北京大学、杭州大学、华东师大、北京师大及其他许多师范院校办起了心理学系或心理学专业。中国科学院恢复了心理学研究所，全国心理学会及各省（区）市心理学会都积极开展研究和学术活动，取得了不少重要成果。从目前情况来看，我国心理学发展缓慢，我们的研究力量也太小，全国心理学会会员只有1649人。我们与先进国家的差距较大，心理学不能适应我国四化的需要。

最近的过去是物理科学发展时期，现在是生物科学开始大发展时期，再过一段时间后，可能是心理科学开始大发展时期。生物学、生理学的发展到相当高度后，心理学的发展就有了很好的科学知识基础作为有利条件。同时，社会的发展也会有对心理学日益增加的需要。所以生物科学大发展后，会有心理科学的大发展，我们应当努力迎接这个大发展，促进这个大发展，以适应我国四化的需要。

（二）人民教师学习心理学的重大意义

人民教师学习心理学，掌握心理学规律知识，具有重大的意义。

人民教师是人类灵魂的工程师，担负着教育、培养年轻一代的重任。要教好学生，就必须从各方面了解学生，必须

了解学生心理的特点及其形成的规律。为了有效地进行教育和教学工作，都必须以人的心理活动发生发展的规律作为科学依据，才能提高教育、教学工作的质量。

为了教育好学生，培养学生优良的品质，就必须了解学生在认识、情感、意志以及个性心理特征方面的不同特点，根据这些不同特点，有的放矢地实行因材施教，采取各种有效的途径和方法，来发展学生良好的心理品质，克服在个性方面存在的缺点。例如，有的学生学习目的明确，在某些方面有卓越的才能，教师应如何帮助他们发展这些才能？有些学生对某些学科有浓厚的兴趣，教师应如何给予指导和培养？有些学生学习目的不明确，不遵守学习纪律；有些学生的兴趣比较狭窄，性格有些孤僻，气质有些暴躁，这些现象产生的原因是什么？应如何帮助这些学生克服存在的缺点？有些青少年才能发展突出，应如何早期定向培养？在这些问题上，心理学都可以提供许多有用的知识，帮助教师更好地做好教育、培养人的工作。在诸如此类的问题上，如果教师不掌握心理学知识，对学生的心理发展和个性心理特征不了解，教育工作就会处于盲目状态，脱离实际，无的放矢，就会事倍功半，甚至遭到失败。

为了提高教学质量，教师掌握心理学知识是非常必要的。教学工作和其他各项工作一样，必须按照客观的规律办事，才能卓有成效，取得胜利。要搞好教学工作，就必须掌握认识过程的规律及心理发展的年龄特征的知识，才能选择适当的教材和教学方法，使学生迅速地牢固地掌握各种科学知识和技能，并发展学生的智力。例如，为了使學生掌握抽象的科学概念、科学定律，教师必须利用学生已有的知识经验，

必须运用感知的规律，让学生在获得丰富的感性知识的基础上进行积极的思维，使学生由感性知识上升到理性知识，从而掌握真正的规律知识。教师可运用注意的规律知识来组织教学，使学生上课时保持稳定的注意力，以提高课堂教学效果。教师可利用记忆的规律，改进教学，指导学生阅读、背诵和复习，从而提高记忆效果，使掌握的知识深刻而牢固。教师可以利用思维的规律和针对学生思维发展的特点，来组织教学过程，改进教学方法，不断发展学生的逻辑思维能力，以取得最佳的教学效果。教师还可以根据各年龄阶段学生的心理特征，来组织、安排教学内容和选择运用教学方法，这样才能切合实际，使学生更好地理解教材，从而提高教学质量。现代科学技术发展愈来愈快，教学内容不断丰富和更新，要学的东西愈来愈多，而学习时间有限，人的精力也有限，用老一套教学方法适应不了现代化的要求。心理学知识可以帮助改革教学方法，探索采用现代化的教学方法。例如，五十年代初期由美国心理学家斯金纳提出的“程序教学”方法，已得到推广。近年来利用电子计算机作为工具，程序教学收到了良好的效果。这种方法根据学习心理学的原则编成特定的程序送进电子计算机，再通过特别的终端设备对学生分别进行机器教学。这种方法能适应每个人学习的速度，有计划地按照最有效的方式呈现教材，及时进行测验，及时让学生了解自己学习的效果，并根据学习过程改变教学进度。这样，学习能力强的学生可大大加快速度，一个学期的课可以在几星期内完成。因此，程序教学有利于更快地培养人才。

高等师范院校的学生是未来的人民教师，学习心理学具