



扫除心灵的阴霾

迎接明媚的阳光



每天学点心理学，打造幸福新生活。
美好生活，从读懂心理学开始。

心理学

刘战均 编著

XIN LI XUE XIN LI XUE XIN LI XUE XIN LI XUE XIN LI XUE

心理学，让你充满智慧；
心理学，改变你的生活；
心理学，成就你的梦想。

• 北京燕山出版社 •

- 心理学
- 人脉
- 成熟的心智
- 成功的事业与生活

扫除心灵的阴霾 迎接明媚的阳光

每天学点心理学，打造幸福新生活。
美好生活，从读懂心理学开始。

心理学

刘战均 编著



LI XUE XIN LI XUE XIN LI XUE XIN LI XUE XIN

d239513

心理学，让你充满智慧
心理学，改变你的生活
心理学，成就你的梦想。

广西工学院鹿山学院图书馆



d239513

心理学

人脉

成熟的心智

成功的事业与生活

· 北京燕山出版社 ·

图书在版编目(CIP)数据

心理学/刘战均主编. - 北京:北京燕山出版社,2010.6

ISBN 978-7-5402-2331-1

I. ①心… II. ①刘… III. ①成功心理学-通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 108941 号

心理学

总 策 划:王丙杰

责任编辑:马明仁 金贝伦 满 懿

封面设计: 工作室

地 址:北京市宣武区陶然亭路 53 号

邮 编:100054

出 版:北京燕山出版社

发 行:全国各地新华书店

印 刷:北京市施园印刷厂

版 次:2010 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

开 本:16 开 710×1000 毫米

字 数:280 千字

印 张:20

定 价:29.80 元

版权所有,盗印必究

如有印装质量问题,请与印刷厂联系

前言

心理学是一门揭示人的心理活动规律的科学,是一门让人变得更聪明的学问。人际关系中各种问题都与心理学有着千丝万缕的联系,一旦掌握了相关的心理学知识,许多工作和生活中的难题就能迎刃而解。本书让你掌握一系列可以立刻派上用场的心理学知识和策略,使你能够迅速地提高说话办事的眼力和心力,掌控人际交往主动权,避免挫折和损失,一步一步地落实自己的人生计划,获得事业的成功和生活的幸福。

凡成功人士都必须具备以下三点:对自己有一个清楚定位;积极面对生活;精于为人处世。只有具备了这起码的三点,才有可能遇见心想事成的自己。心理学与人们的生活紧密相连。语言通俗易懂,道理却深刻实用。在以简单、有趣和轻松的方法了解心理学的同时,你会发现你的心灵在发生意想不到的改变。你开始对自己有一个全面清晰的认识,习惯性的消极思维方式渐渐离你远去,并且你发现原来你也可以变得人见人爱。这就是心理学的魔力,让你获得属于你自己的成功。这个时代,到处充满喧闹与浮躁,你是否关注过你的心灵?请你试着把这本书放在枕边,在闲暇的时候,打开它,它可以帮助你更好地认识自己的内心世界,发掘自身的心灵潜力,让生活更轻松,也让你在职场、商场、朋友圈中行走得更加游刃有余。

本书尝试从心理的角度,运用心理学原理,结合实际生活案例,对为人处事中可能遇到的各种心理现象进行了较为详尽的分析,并提供了操作简便的解决思路与方法。帮助人们在了解各种人际关系现象背后的深层心理原因的同时,也帮助人们成为职场上、商场上、亲友圈中最有分量、最受欢迎、最能呼风唤雨的人。



目 录

第一章 心理问题决定生活幸福

一、心理学的对象	1
二、心理学的发展简史	5
三、心理学的方法论	12
四、心理学的分类及前途	18

第二章 心理学基础与入门

一、神经元与心理	27
二、中枢神经系统与心理	29
三、周围神经系统与心理	33
四、内分泌系统与心理	37

第三章 心理认知技能

一、感觉与知觉	40
二、思维与想象	52
三、记 忆	60

第四章 情绪与情感调节

一、情绪和情感的概述	67
二、情绪和情感的生理基础	74
三、情绪理论	81
四、情感和情绪的调节	84



第五章 意志与心理修养

一、意志概述	97
二、意志的生理机制及其心理过程	102
三、意志的品质与培养	107

第六章 需要与动机解析

一、需 要	112
二、动 机	122
三、动机的理论和研究方法	131

第七章 智力结构与开发

一、智力与智力结构	141
二、智力测验	145
三、智力的个别差异	156
四、智力开发	162

第八章 气质类型与测量

一、气质的概述	164
二、气质的生理基础	171
三、气质的类型	174
四、气质的测量	178

第九章 性格理论与发展

一、性格的概述	183
二、性格的理论	187
三、性格的形成与发展	199



第十章 注意力及其训练

一、概 述	205
二、注意力缺陷	223
三、学生注意力训练	232

第十一章 个体心理与人格发展

一、个体心理的发展	242
二、认知和语言的发展	253
三、情绪和人格的发展	260

第十二章 社会心理与人际互动

一、社会心理概述	268
二、社会知觉和归因理论	271
三、人际互动	285

第十三章 异常心理与治疗

一、概 述	295
二、异常心理的判断	301
三、心理治疗	306



第一章 心理问题决定生活幸福

一、心理学的对象

人在生活实践中与周围事物相互作用,必然有这样或那样的主观活动和行为表现,这就是人的心理活动,简称心理。具体地说,外界事物或体内的变化作用于人的机体或感官,经过神经系统和大脑的信息加工,就产生了对事物的感觉和知觉、记忆和表象,进而进行分析和思考。另外人们在同客观事物打交道时,总会它们产生某种态度,形成各种情绪。人们还要通过行动去处理和变革周围的事物,这就表现为意志活动。

以上所说的感觉、知觉、思维、情绪、意志等都是人的心理活动。心理活动是人们在生活实践中由客观事物引起、在头脑中产生的主观活动。任何心理活动都是一种不断变化的动态过程,可称为心理过程。

人在认识和改造客观世界中,各自都具有不同于他人的特点,各人的心理过程都表现出或大或小的差异。这种差异既与各人的先天素质有关,也与他们的生活经验和学习有关,这就是所说的人格或个性。



心理学的概念

心理学一词源于希腊语,原指关于灵魂的学问。灵魂在希腊文中也有气体或呼吸的意思,因为古代人们认为生命依赖于呼吸,呼吸停止,生命就完结了。随着科学的发展,心理学的对象由灵魂改为心灵。直到19世纪初叶,德国哲学家、教育学家赫尔巴特才首次提出心理学是一门科学。我国古代,许多学者也提到过“灵魂”、“心”、“思”、“神”等类的词语,也都是指心理的含义。

“心理学”这个专门术语,是16世纪在欧洲出现的。德国沃尔夫(C. Wolff, 1679~1754)的《经验的心理学》(1732)和《理论的心理学》(1734)问世后,心理学



一词便得到公认并被广泛运用了。1879年,心理学获得了新的界定和地位,心理学被定义为关于心理的科学。今天,对人的本质的科学认识,要求从心理现象的描述过渡到对现象的说明,而“说明”则要求揭露这些现象所遵循的规律。因此,我国心理学教科书多把心理学定义为:研究心理现象及其规律的科学。而西方教科书常把心理学定义为是一门研究行为、心理现象的科学。

“心理现象”这个概念的范围很大,人有心理现象,动物也有心理现象。在此,我们所要学习和研究的心理学,是研究人的心理现象的心理学,以说明正常人的心理活动的一般规律。



心理学研究的对象

1. 心理学是研究心理现象的科学

每门学科都有特定的研究对象和探索领域。特定的研究对象和探索领域又规定着该学科的具体任务和性质。心理学的研究对象——心理现象有自己特殊的性质:它是一种不具形体的精神现象。这是一种十分复杂的现象,因而也是不容易研究和解释清楚的现象。

人的心理现象通常表现在人的有意识的活动中。当人处于觉醒状态时,总是在从事这样或那样的活动,如生产劳动、工作、学习、社会活动等。在这些活动中,人们表现出注意、记忆、思维、想象等心理现象。人在现实中的各种各样的行为,其最直接的内部动因是各种心理活动。为了促进人的心理的发展,有必要探索心理现象及其活动规律,揭示其奥秘,将其研究成果体系化,这就是心理学的研究对象。

2. 心理学是研究心理活动的形式及其规律的科学

人的心理有内容和形式两个侧面。心理内容是指来源于现实并为每个人所意识到的各种映象本身。心理形式是指这种映象存在的方式及其组织、结构。如我们听到一首歌,想到今后学习的方向等,这些出现在脑中的具体形象或想法是心理内容,而“听到”、“想到”是心理形式,即心理现象。

形式和内容是统一不可分的,但二者又是相对独立的。同一内容可以采取不同形式,同一形式则可以表现众多的内容。心理内容往往有时代、阶级、群体、个体间的区别,而心理形式对于所有的人来说是一视同仁的。我们这里侧重于研究心理形式,以揭示心理活动的规律。

3. 心理现象的结构

心理现象主要包括既有区别又紧密联系的心理过程和个性心理两个方面。这两个方面的内容在具体人身上通过实践活动可以得到生动的表现。



心理过程指心理活动的动态过程,即人脑对客观现实的反映过程。它包括认识、情感、意志等活动。由于认识、情感、意志三方面的活动都有其发生、发展、终止或升华的过程,所以,这些心理活动又称为心理过程。认识、情感和意志这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。伴随着心理过程的另一必不可少的心理现象是注意,而注意的产生也具体表现在心理过程之中。

将心理过程分为统一的认识、情感、意志三个不同的方面,这是“三分法”的观点。心理学界持这种看法的人占多数。我国老一辈心理学家潘菽提出了与此不同的“二分法”观点,将人的心理过程分为认识和意向两个不同的方面。他认为:“人们在生活实践中的整个心理活动总是由认识活动和意向活动两方面所组成。认识活动是人们对客观世界的反映活动,人们对客观事物的感觉、知觉、想象、唤起、联想、思考等都是认识活动。意向活动是人们对客观世界作出的对待活动。人们对客观事物的注意、欲念、意图、情绪、谋虑、意志等都是对待或处理客观事物的活动。”(潘菽著:《心理学简札》上册,人民教育出版社1984年版,第7~8页。)

个性心理包括互相联系的两个方面:个性倾向性和个性心理特征。研究人的心理不仅要研究共同的心理过程,即个体意识形成及其活动表现的一般过程,而且要研究个性差异,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。人心不同,各如其面。由于每个人所处的社会环境、生活条件以及所受的教育不同,因此,人与人之间在心理风格和面貌上存在着差别,形成了个性心理的差异。人的个性心理的差异主要表现在个性倾向性和个性心理特征两个方面。人的个性倾向性主要指个性的意识倾向性,包括兴趣与爱好、需要与动机、信念与理想等。个性心理的差异表现在能力、气质及性格等方面。能力、气质、性格统称个性心理特征。

心理过程和个性心理,都是在个人的实践活动中形成和表现出来的。就一般意义来说,活动是主体与客体相互作用的过程。这一过程既包括客体向主观形态(映象)的转变,也包括主观形态通过活动向客观结果的转变。对活动的分析有利于揭示心理活动的实质和规律。

实际上,在现实生活中,人的心理活动是极为复杂的,并非按照上述分类孤立地表现,也并非机械地按一定顺序简单地循环活动,即人的心理活动具有高度的整体性。

首先,认识、情感、意志只是人的整个心理过程的不同方面。情感和意志是在认识的基础上产生的,又随着认识过程的深化而不断变化发展;反之,认识过程又受到意志和情感的极大影响。此外,情感也作为动力因素影响意志行动,意志行动又丰富着情感。

其次,个性倾向性和个性心理特征也是密切相关的,两者从总体上合理地反



映出一个人完整的个性。个性倾向性渗透于各种心理特点之中,个性特点本身也反映着个人的倾向。

再次,个性和心理过程既有区别,又不可分割地联系在一起。人的个性是在心理过程的基础上逐渐形成的,同时个性又通过各种心理过程表现出来。已形成的个性特征会积极地影响心理过程,使人的心理过程总带有个性的色彩。

4. 心理对象的研究历史

总之,心理过程和个性的相互制约的关系,从整体上反映着人的心理活动的共同规律和差异规律的辩证统一。

回顾西方心理学史、哲学心理学时期,基本上是以灵魂或心灵为研究对象。科学心理学时期,各个心理学派的研究对象分别为:

构造主义心理学的对象为意识,其中冯特内容心理学提出研究直接经验,铁钦纳构造心理学提出研究从属经验。

意动心理学的对象为意动,即不是感觉、判断等心理内容,而是感觉、判断等的心理活动。

机能主义心理学的对象为意识,主要是研究意识对机体适应环境的功效和作用。

行为主义的对象为行为,华生和斯金纳主张研究可以观察测量的分子性行为和外显反应或活动,而内隐性的心理结构及意识历程如心象、记忆等,均不视为心理学研究的对象。至于新行为主义者赫尔、托尔曼则将行为的定义放宽,除可观察测量的外显行为外,还包括整体行为、内隐性的意识历程如中间变量(项)。

完形心理学的对象为意识和行为的整体,主要研究意识和行为的完整结构和历程。

精神分析以患者或心理变态者为对象,专门研究潜意识,包括个体潜意识(弗洛伊德)、集体潜意识(荣格)、社会潜意识(弗罗姆)。

日内瓦学派的对象为儿童的认知活动,主要研究智慧的性质及其结构和机能。认为智慧的本质就是适应,而适应须依赖于有机体的同化与顺化(或顺应)两种机能的协调,使有机体与环境取得平衡。这就是一个人从出生到成年发展的逻辑。

人本主义心理学研究以正常人或心理健康者为对象,强调研究人接受、价值、潜能、创造力和自我实现。

认知心理学的对象为个体信息加工(或信息处理)历程,专门研究人接受、编码、操作,提取和利用信息知识的过程,包括有感知、注意、记忆、心象、思维、言语等。

由上述可见,关于心理学对象的整体架构,起码应得出了下述三点结论或



共识:

(1)普通心理学不应以患者或天才为样本,而应以一般正常人为研究对象。这样才能发现人的普通的心理规律,否则难以涵盖人的心理内容。

(2)心理学既要研究个体心理、自我心理,又要研究群体心理、超自我心理。从而使心理学由狭小的个体研究范围扩展到广阔的社会心理的研究领域,由传统的追求心理适应的低层次的研究上升到提高心理境界和心理生活质量的高层次的研究。

(3)心理学既要研究人的显意识(或意识)又要研究人的潜意识(或无意识),既要研究心理又要研究行为。这样,我们才能吸收各种研究取向的长处,避免其片面性,收到全方位、多视角研究心理学的实效。因此,心理学是研究心理(意识和潜意识)和行为规律的科学。

二、心理学的发展简史



发展历程

心理学作为一门科学只有很短的历史,但却有一个漫长的过去。心理学可以追溯到古代的哲学思想,哲学和宗教很早就讨论了身和心的关系以及人的认识是怎样产生的问题。古希腊哲学家如柏拉图、亚里士多德等,中国古代思想家荀子、王充等都有不少关于心灵的论述。

在西方,从文艺复兴到19世纪中叶,人的心理特性一直是哲学家研究的对象,心理学是哲学的一部分。这段时期,英国的培根、霍布斯、洛克等人,以及18世纪末法国的百科全书派思想家都试图纠正中古时代被神学歪曲了的心理学思想,并给予符合科学的解释。培根的归纳科学方法论对整个近代自然科学的发展起了很大作用,霍布斯提出人的认识来源于外在世界,洛克最早提出联想的概念,这都推动了心理学的发展。法国百科全书派的拉梅特里在《人是机器》一书中干脆把人说成一架机器,这些虽然不免有机械唯物论的观点,但都有进步意义。

19世纪中叶,由于生产力的进一步发展,自然科学取得了长足的进步,科学的威信在人们的头脑中逐步生根。这时,作为心理学孪生科学的生理学也接近成熟,心理学开始摆脱哲学的一般讨论而转向于具体问题的研究。这种时代背景为心理学成为一门独立的科学奠定了基础。



现代心理学是在 1879 年建立的。这一年,德国心理学家冯特在莱比锡建立了世界上第一个心理学实验室,心理学从此宣告脱离哲学而成为独立的科学。冯特是一位哲学家兼生理学家,他的心理学实验室主要研究感知觉心理过程,所用的主要是生理学的实验技术,所以他称自己的这种研究为“生理心理学”,也称为“实验心理学”。

至今现代心理学已经经历了一百多年的历史。在这期间关于心理学研究对象的讨论有过几次大的反复。最初,冯特认为心理学是研究人的直接经验或意识的科学,复杂的心理活动是由简单的单元构成的,心理学的任务就是把心理活动分解为一些心理元素。例如,对一本书的知觉是由长方的形状、一定的大小、绿色的书皮等感觉成分相加而成的。

这种看法无疑受到当时化学发展的影响。化学采取了分析的方法,化学元素才不断被发现。正因为如此,后人才把冯特的心理学体系称作元素心理学或构造心理学。冯特晚年还开展了民族心理学的研究,这是现代社会心理学的先导。冯特在莱比锡招收了欧美各国大批进修生,他们学成归国后,分别建立心理学系和心理学实验室,使这门新兴的科学得到迅速推广。

冯特所创立的心理学只兴盛了三四十年就遇到困难。问题出现在“心理学是研究意识的科学”这个定义上。因为要承认这个定义,首先就要求承认意识的存在,但是,这不是心理学界所有的人都能同意的。1913 年,美国心理学家华生首先向冯特的心理学提出挑战。

华生指出,心理学如果要成为一门科学,能和自然科学其他学科处于平等地位,就必须来一场彻底的革命,就要放弃意识作为心理学的研究对象。华生说意识是主观的东西,谁也看不见、摸不到,更不能放到试管里去化验,这样虚渺的东西绝不能成为科学的研究对象。

他认为科学的心理学要建立在可以客观观察的事物上面。人和动物的行为是可以客观观察的,因而行为才是心理学研究的对象。心理学是研究行为的科学,它要探讨一个使有机体发生了什么,在什么环境下产生了什么行为。至于头脑内部发生的过程,由于只能推测,不能肯定,所以不必给予理会。华生在心理学界掀起了一场影响深远的行为主义运动。

20 世纪 40 年代前后出现了新行为主义,强调在实验操作的基础上研究人和动物的行为。新行为主义者斯金纳最大胆的尝试是把行为主义原理用于改造社会。他写过一本小说《沃尔登第二》,是以日记的形式描写一个乌托邦式的理想社会。斯金纳把这种社会设计称作“行为工程”,并把这样一个社会的实现寄托于中国。20 世纪 60 年代,美国卷入越南战争,社会危机四起,人们开始怀疑美国的社会制度,向往一个理想社会,于是这本书便不胫而走。



行为主义在美国影响很大,从20世纪20年代到50年代。行为主义一直统治着美国心理学。现在看来,行为主义的理论太简单化和绝对化了,不能因为头脑的活动看不见,就否认人的思维和意识的存在。同样,在物理学中,原子、分子、电子也不能被肉眼见到,但仍可以用仪器或其他工具进行研究。人的思维等心理活动同样可以通过技术手段进行客观的研究。心理学毕竟要研究人的心理的内部过程。再者,人的社会活动极为复杂,不是简单的行为工程所能阐明的。

在行为主义兴起的同时,在欧洲又出现了两大心理学派别,一个是格式塔学派;另一个是精神分析学派。

格式塔心理学诞生于德国,它反对冯特的构造心理学的元素主义,其代表人物是韦特海默、科夫卡和克勒。格式塔是德语 Gestalt 的音译,意思是整体、完形。这个学派主张心理学研究人脑的内部过程,认为人在观察外界事物时,所看到的并不完全决定于外界,而是在人的头脑中有某种“场”的力量把刺激组织成一定的完形,从而决定人看到的外界东西是什么样的。当时,物理学中正流行着“场”的理论,格式塔学派则认为人的大脑是物质世界的一部分,所以物理规律可以同样适用于人脑的活动。

格式塔心理学对猿猴的智力进行了研究。克勒观察了猿猴如何把几只木箱叠起来,爬到木箱顶上拿到悬挂在屋顶上的香蕉。猿猴还能把棍棒连起来取得被栏杆挡住的食物。格式塔心理学家认为人和动物解决问题是靠突然发生的“顿悟”。

格式塔学派反对冯特学派只强调分析的做法,而认为心理现象是一个整体,整体决定其内在的部分。这种强调整体和综合的观点对以后心理学的发展是有益的。科学研究不应只从分析的观点看问题,整体中的相互关系是更重要的一面。

精神分析学派来源于精神病学。它给予心理学以巨大的冲击,以致在讨论心理学对象的时候不能不提到它。奥地利医生弗洛伊德利用催眠术和自由联想法让精神病患者回忆往事,以找出致病的原因。他发现患者的幼年经验,特别是儿童与父母的情感关系非常重要。他还发现做梦往往反映出一个人的内在心理矛盾,所以分析病人的梦也是一种治疗方法。

弗洛伊德认为,一方面人的内在生物性的情欲是最基本的冲动;另一方面人的社会习俗、礼教和道德又约束着这种原始冲动的发泄,将其压抑到无意识中去。意识的内容是理智的、自觉的;无意识的内容多是与理智、道德相违背的。当理智与无意识的矛盾激化,就造成神经症。为了治病就需要对病人的无意识进行心理分析。这就是精神分析。

精神分析学派认为,心理学是研究“无意识”的作用。认为人的根本心理动机



都是无意识的冲动。正是这种强有力的“无意识”的心理活动在人的生活中起着决定性的根本作用。至于有意识的心理过程则只是显露在表面的一些孤立的片断。近年的新精神分析已不再那么强调生物冲动的作用,而更为重视人际间的社会关系。在西方社会中精神病发病率很高,所以精神分析理论很容易被接受。

在心理学的发展上,苏联心理学同以美国为代表的西方心理学是有区别的。谢切诺夫以大脑的反射为心理学的基本概念,稍后的别赫捷列夫写了《反射学》一书。接着,巴甫洛夫专门研究了条件反射。他的条件反射学说促进了美国行为主义的兴起。巴甫洛夫学说对苏联心理学产生了巨大的影响,成为其理论基础之一,也直接影响了新中国成立以后我国以及一些东欧国家的心理学。

在中国,现代心理学开始于清代末年改革教育制度、创办新式学校的时候。在当时的师范学校里首先开设了心理学课程,用的教材多是从日本和西方翻译过来的。1907年王国维从英文版重译丹麦霍夫丁所著《心理学概论》。1918年陈大齐著《心理学大纲》出版,这是中国最早以心理学命名的书籍。1917年北京大學建立心理学实验室,1920年南京高等师范学校建立中国第一个心理学系。

这时,构造心理学、行为主义心理学、格式塔心理学、精神分析等都被介绍到中国来,中国也开始有了自己的心理学研究。新中国成立后,1951年便成立了中国科学院心理研究所,在几所大学和各师范院校都设立了心理学专业和教研室。



主要的流派

心理学是一门具有长远历史但又很年轻的科学。因为,早在古希腊时就已经有了心理学的萌芽,但心理学被确立为一门独立的科学,还只是一百多年的事情。由于心理现象本身的复杂性,心理学在独立后的一百多年中,出现了各种心理学流派。

(一) 构造主义

科学的心理学创始于19世纪末,1879年是现代心理学创始的一年,心理学的创始者是德国的一位哲学家、生理学家冯特(Wilhelm Wundt, 1823~1920),他作为独立科学的心理学的创始人,建立了现代心理学第一个学派——构造主义,该学派从1879年开始,兴盛了二三十年。

构造派认为,人的心理意识现象是简单的“心理元素”构成的“心理复合体”,它致力于心理意识现象“构造”的研究;分析心理意识现象的“元素”,设想心理元素结合的方式。所以该学派又称为“元素主义心理学”。

该学派主要代表人物是冯特和其学生铁钦纳(Edward Bradford Titchener,



1867~1927)。冯特及其心理学体系的主要观点:(1)心理学是研究直接经验的科学;(2)元素分析与创造性综合;(3)实验内省法。铁钦纳一方面继承了冯特的心理学体系;另一方面在一定程度上也修正和发展了冯特的心理学体系,冯特认为内省法只能用来研究简单的心理过程,而铁钦纳则把内省法用来研究思维、想象等高级的心理过程;冯特把心理元素分解为纯粹的感觉和简单的情感,铁钦纳则把意识经验分析为三种元素:感觉、意象和感情。感觉是知觉的基本元素;意象是观念的元素;感情是情绪的元素。总之,铁钦纳把心理过程分析为感觉、意象、感情,并认为感觉、意象有四种属性,即性质、强度、持续性和清晰性。感情有前三种属性而缺乏清晰性,元素在时间和空间上混合形成知觉、观念、感觉、感情、情绪等心理过程。

(二) 行为主义

现代心理学的第二个派别是行为主义。行为主义出现在美国,在20世纪初,自然科学飞速发展,一些年轻的心理学家对冯特学派不满意,认为心理学不能研究意识,认为心理学和其他自然科学处于同样的地位,应该像其他自然科学一样研究看得见、摸得着的客观东西,也就是行为。

行为派认为,人的心理意识、精神活动是不可捉摸的,是不可接近的,心理学应该研究人的行为。行为是有机体适应环境变化的身体反应的组合,这些反应不外乎是肌肉的收缩和腺体的分泌。心理学研究行为在于查明刺激与反应的关系,以便根据刺激推知反应,根据反应推知刺激,达到预测和控制人的行为的目的。

该学派的主要代表人物是华生(John Broadus Watson, 1878~1958)和斯金纳(Burrhus Frederick Skinner, 1904~)。

华生的主要观点:(1)机械唯物主义决定论。(2)认为心理学是一门自然科学,是研究人的活动和行为的一个部门,要求心理学必须放弃与意识的一切关系,提出两点要求:第一,心理学与其他自然科学的差异只是一些分工上的差异;第二,必须放弃心理学中那些不能被科学普遍术语加以说明的概念,如意识、心理状态、心理、意志、意象,等等。(3)极力要求用行为主义的客观法去反对和代替内省法,认为客观方法有四种:第一,不借助仪器的自然观察法和借助于仪器的实验观察法;第二,口头报告法;第三,条件反射法;第四,测验法。斯金纳则属于新行为主义心理学,他只研究可观察的行为,试图在刺激与反应之间建立函数关系,认为刺激与反应之间的事件不是客观的东西,应予以排斥。斯金纳认为,可以在不放弃行为主义立场的前提下说明意识问题。

(三) 机能主义

机能主义(functionalism)是与构造主义相对立的一个学派,它与实用主义哲学



紧密联系在一起,产生于19世纪末的美国。

机能派认为,意识是机体适应环境达到生存目的的工具;心理学的任务是对意识状态“适应功能”的描述和解释。它认为,意识状态是一种连续不断的整体,称之为“思想流、意识流或主观生活流”;人和动物的心理活动都是“本能”冲动的作用。该学派的主要代表人物是詹姆斯(William James, 1842~1910)、杜威(1859~1952)和安吉尔(1869~1949)。

詹姆斯的主要观点:认为心理学研究的对象是意识,心理学是对意识状态的描述和解释,意识状态是一种川流不息的状态,是思想流、意识流和主观生活流,反对把意识分解为基本元素的做法,认为这种做法容易破坏心理的整体。詹姆斯关于意识的观点有:(1)每一种意识都是个人意识的一部分;(2)意识是经常变化的;(3)每个人的意识都可以感到是连续不断的,每个人的意识状态都是意识流的一部分;(4)意识的选择性。安吉尔的主要观点:认为心理学的方法是内省法(主观观察)和客观观察法,尤其看重内省法,认为它是心理学的基本方法。积极主张心理研究的领域应包括一切心理过程及其生理基础和外部行为,看重心理学的应用性研究,如教育心理学、工业心理学和医疗心理学等。

(四)格式塔主义

格式塔主义是20世纪初在德国出现的反对冯特构造主义的一个学派。诞生于1912年,“格式塔”是德文“Gestalt”一词的音译,意思为“形式”、“形状”,在心理学中用这个词表示的是任何一种被分离的整体。格式塔也被译为完形心理学。

格式塔派认为,人的心理意识活动都是先验的“完形”,即“具有内在规律的完整的历程”,是先于人的经验而存在的,是人的经验的先决条件。人所知觉的外界事物和运动都是完形的作用。人和动物的智慧行为是一种新完形的突然出现,叫做“顿悟”。

该学派的主要代表人物是韦特海默(Max Wertheimer, 1880~1934)、柯勒(Wolfgang Kohler, 1887~1967)和考夫卡(1886~1941)。

韦特海默的主要观点:似动现象的视知觉问题实验研究。他认为似动现象就是一个格式塔,在心理现象上整体不等于部分之和,整体的性质不存在于它的部分之中,而存在于整体之中。考夫卡的主要观点:认为心理学的任务是研究行为与心理物理场的因果关系,所谓心理物理场含有自我和环境的两极性,而这两极性的每一部分都有自己的结构。他把环境分为地理环境,即外部实际的环境;行为的环境,即个人心目中的环境。行为产生于行为的环境。

(五)精神分析

精神分析学说又称弗洛伊德主义,产生于19世纪末20世纪初,创始人是奥