

心理学

凌培炎

主编

丁秀峰

副主编



南大学出版社

心 理 学

凌培炎 主 编
丁秀峰 副主编

河 南 大 学 出 版 社

心 理 学

凌培炎 主 编

丁秀峰 副主编

责任编辑 史锡平

河南大学出版社出版发行

(开封市明伦街 85 号)

郑州市第五里堡印刷厂印刷

开本:787×1092 毫米 1/32 印张:10.375 字数:225 千字

1989 年 5 月第 1 版 1995 年 11 月第 5 次印刷

印数:30001—37000 定价:11.60 元

ISBN7—81018—317—6/B·16

前 言

本《心理学》是供高等师范院校使用的教材。始编于1979年,原名《心理学讲义》,经历了6次修改和7次印刷,为国内近百所兄弟院校用作教材或教学参考书。

心理学是教育学科的一门基础理论学科,是师范院校开设的一门属于教育学科的必修课,可为学生将来从事教育工作打下一定的心理学基础。

本《心理学》以普通心理学为主要内容,并与儿童心理学、教育心理学的有关理论知识结合起来,以利于学生将来在教育 and 教学工作中按照心理活动的基本规律和学生的心理特点,更好地贯彻德、智、体全面发展的教育方针,为建设社会主义的精神文明作出贡献。

本《心理学》力求在马列主义、毛泽东思想指导下,坚持辩证唯物主义和历史唯物主义观点,坚持理论联系实际的原则,尽量吸取有关新的研究成果和资料,尽可能多地联系教育、教学中的心理学问题,进行深入浅出地阐述。要求它既适合师范院校学生的学习,也可作为高等教育自学考试教育专业的教材,还可供广大教育者工作参阅和广大心理学爱好者阅读。

本《心理学》在编写和历次修改过程中,充分考虑了1979年在上海举行的公共课心理学教材讨论会上的意见,后来,又参考了曹日昌主编的《普通心理学》、华东师大编写的《心理

学》，特别是吸取了国内外心理科学研究的新成果；同时还参考了我们于1957年出版的《心理学讲义》的编写体例。

本书是在河南大学出版社教育系领导的支持下集体编写而成。参加本次修改的同志(按姓氏笔划多少为序)有丁秀峰(第三章)、王丕(第二章)、孙应康(第十一章)、张庆云(第四章)、张炳炎(第八章)、杜王香(第九章)、何蔚(第一、七章)、凌培炎(第十章)、曾康(第六章)、魏明霞(第五章)。赵俊峰为本书做了制图。最后由凌培炎和丁秀峰统修全稿。

本书也是在兄弟院校有关同志不断的鼓励和协助下编写、修改而成的。在历次的修订过程中，不少使用本书的同志，不仅给予了热情鼓励，而且提出了宝贵意见，在此特致谢意。

本书经7次修改出版。由于我们的水平有限，难免有这样或那样的弱点、缺点和错误，诚恳地希望读者，特别是兄弟院校的有关同志，多多提出宝贵的意见。

编 者

1988年10月

目 录

第一章 心理学的对象、任务和方法	(1)
第一节 心理学的对象	(1)
第二节 心理学的任务	(4)
第三节 心理学的方法	(10)
简短的结论	(16)
复习题	(18)
第二章 心理的实质	(19)
第一节 心理是脑的机能	(21)
第二节 心理是客观现实的反映	(25)
第三节 心理是实践的产物	(34)
简短的结论	(38)
复习题	(40)
第三章 心理的生理基础	(41)
第一节 神经系统	(41)
第二节 无条件反射和条件反射	(50)
第三节 高级神经活动及其规律	(59)
简短的结论	(62)
复习题	(63)
第四章 感觉和知觉	(65)
第一节 感觉概述	(65)
第二节 感觉的种类	(72)

第三节	知觉概述	(83)
第四节	知觉的种类	(87)
第五节	直观教学的心理学分析	(97)
	简短的结论	(101)
	复习题	(103)
第五章	注意	(104)
第一节	注意概述	(104)
第二节	注意的种类	(108)
第三节	注意的品质	(114)
	简短的结论	(120)
	复习题	(120)
第六章	记忆	(121)
第一节	记忆概述	(121)
第二节	识记	(129)
第三节	再认和回忆	(135)
第四节	保持和遗忘	(140)
第五节	记忆的品质及其培养	(146)
	简短的结论	(149)
	复习题	(151)
第七章	思维与想象	(153)
第一节	思维概述	(153)
第二节	思维过程	(162)
第三节	概念的形成和掌握	(168)
第四节	解决问题的思维过程	(173)
第五节	想象概述	(181)

第六节 创造性思维.....	(189)
简短的结论.....	(194)
复习题.....	(197)
第八章 情绪和情感.....	(198)
第一节 情绪和情感概述.....	(198)
第二节 激情、心境、应激和热情.....	(208)
第三节 道德感、美感和理智感	(214)
简短的结论.....	(220)
复习题.....	(221)
第九章 意志.....	(222)
第一节 意志概述.....	(222)
第二节 意志行为的分析.....	(228)
第三节 意志的基本品质和培养.....	(232)
简短的结论.....	(238)
复习题.....	(239)
第十章 心理的个别差异	(240)
第一节 心理的个别差异概述.....	(240)
第二节 能力差异的分析.....	(245)
第三节 气质差异的分析.....	(260)
第四节 性格差异的分析.....	(268)
简短的结论.....	(280)
复习题.....	(283)
第十一章 青少年学生身心的发展与教育 ...	(284)
第一节 儿童心理发展概述.....	(284)

第二节 少年期学生身心发展的主要特点与教育	(289)
第三节 青年初期学生心理发展的主要特点与教育 ...	
.....	(308)
简短的结论.....	(320)
复习题.....	(323)

第一章 心理学的对象、任务 和方法

第一节 心理学的对象

提起心理学^①，有些人往往有神秘感，认为它是极其玄妙，高深莫测的东西，甚而把它与看相算命等联系起来。其实，这是一种误解。心理学与其他科学一样有自己的研究对象，有自己要探索的研究领域。心理学是研究心理现象的科学。

什么是心理现象呢？心理现象就是精神现象，它是我们每一个人都非常熟悉的，只要人在清醒状态，随时都在外界现实的影响下，通过感觉器官和大脑不断地产生着、发展着。

我们每个人都在不断地认识世界。比如，我们在不同的时间和空间里，可以触到不同的物体，嗅到不同的气味；看

① 心理学 psychology 导源于两个希腊字，含义为“灵魂”的 ψυχή 和含义为“学”的 λόγος，所以按希腊字原文“心理学”，就是“灵魂之学”。从公元前四世纪古希腊哲学家亚里士多德的“灵魂篇”开始，两千多年来，心理学一直包含在哲学之中，只是在 16 世纪以后才脱离哲学而独立。1590 年，德国麻堡大学教授葛克尔首先用“心理学”来表明自己的著作，其实，人类探索自身的心理现象已有两千年的历史，可见，心理学是一门古老的学问。

到不同的颜色，听到不同的声音，尝到不同的滋味；可以回忆起激动心弦的往事，想象光辉灿烂的未来；可以发现、思考 and 解决这样或那样的问题，探索和揭露宇宙的奥秘，掌握事物发展变化的规律。这些触到、嗅到、看到、听到、尝到、回忆、想象、思考和探索等等，都是在我们生活中经常发生的心理现象。在心理学上统统称之为认识的心理过程。

不仅如此，在我们的精神生活里，还渗透着一种东西象血液般流动着；由于有了它，才丰富了我们的精神世界，才显露出我们“灵魂”的奥秘。例如，我们赞美大自然的无穷变幻，欣赏伟大祖国的无限风光，回想起“四人帮”的穷凶极恶而无比愤恨，想象着祖国社会主义现代化的瑰丽前景而无限兴奋；发现问题而惊讶，解决问题而喜悦；为自卫反击战的伟大胜利而欢欣鼓舞，为大小霸权主义者的横行霸道而切齿痛恨，等等。这些赞美、欣赏、愤恨、兴奋、惊讶、喜悦、欢欣鼓舞、切齿痛恨，以及古人的所谓喜、怒、哀、惧、爱、恶、欲的七情等，也是我们经常发生的心理现象，心理学上称之为情感的心理过程。

在我们的精神生活里，不但通过外界现实的影响，产生我们对客观世界的各种各样的认识和情感体验，而且我们对客观世界还有一种反作用的能力，它表现在人们有意识、有目的的活动之中。人们正是凭借着这种能力，进行着改造世界的伟大斗争，创造着人类的物质文明和精神文明。例如，我们经常总是拥护、争取、保卫自己所喜爱的事物，而反对、排斥、破坏自己所不喜欢的事物；我们在行动之前，经常自觉地制定行动方案，在行动中，能下定决心、勇敢、果断地实行计划，充分发挥自己的精力和毅力，克服困难，坚持斗争，

夺取胜利，这是人的意志过程。

以上人的认识，情感和意志过程都不是孤立的，而是一个统一的整体。例如，当人们对某种事物有了认识之后，就产生了满意的情感，并采取相应的意志行动；而情感和意志又影响着人们的认识活动。它们彼此之间相互依存、相互作用、相互渗透，构成了人们极其复杂的心理生活。

但是，认识、情感和意志只是我们心理生活的一个方面，是人们共有的心理过程，这些心理过程，在不同人的身上却有不同的表现，即人的心理现象还有各个人的不同特色。例如，人们的能力是各不相同的：记忆上，有人记得快、记得牢，有人记得慢、忘得快；思考上有人深刻，有人肤浅；有的人有文学才能，有的人有绘画才能。性情上，有的人易于激动，有的人反应迟缓，有的人活泼好动，有的人喜欢安静，这些是气质方面的差别。人的性格也不相同，如人们对待事物的态度，有人热忱，有人冷淡，在行动上，有人勇敢、顽强，有人怯懦、软弱；对待工作、学习和劳动，有人踏实、勤恳，有人轻浮、怠惰；对待自己，有人谦虚谨慎，有人自高自大等。以上都说明，各人之间的心理现象是千差万别的，俗话说“人心不同，各如其面。”每个人都有自己的特有的大脑，都有自己特有的社会地位、生活环境和教育条件，都有个人的成长历史和生活活动，所以每个人都有自己特有的心理特征。人的心理的这种差别性，心理学上称为个性，或心理的个别差异。个性具有一定的倾向性，如需要、动机、兴趣、信念和世界观等，是制约一个人心理活动和行为的动力系统。

综上所述，人的心理现象可分为两大方面：一是心理过程，它包括认识（感觉、知觉、记忆、想象、思维等）、情感

和意志。一是个性，它包括个性倾向性和个性心理特征。心理过程和个性，这两大方面紧密联系，不可分割。一方面，认识、情感和意志过程，都是产生在具体人身上，都同每个人的生活经验相联系，都具有个人的特点。另一方面，一个人的个性，又是通过一个人的心理过程表现出来的。所以心理过程和个性相互渗透、相互制约，从而形成人的极其丰富复杂的心理现象，它不愧为“地球上最高的花朵”^①

人的心理现象尽管极其复杂，但并不是不可捉摸的，而是可以认识的。这不仅因为心理现象是人们最切身、最熟悉的现象，而且更重要的是因为心理现象的产生和发展是有规律的。无论从简单的感知到抽象的思维，从认识到情感、意志，也无论从心理过程到个性心理特征，都是有规律可循的。心理学就是研究人的心理发生、发展和变化规律的科学。

第二节 心理学的任务

心理学的基本任务是揭示心理现象的本质，研究心理现象的规律，主要是研究心理活动的过程及其机制，心理特征的形成过程及其机制，心理过程和心理特征的相互关系等许多方面的规律性。

心理现象是客观现实的反映，是在客观现实影响下产生和发展的，所以研究心理现象的规律，首先就要研究和确定心理现象对于人的生活和活动的客观条件的依存性。人的心

① 恩格斯：《自然辩证法》，人民出版社1957年版，第20页。

理活动不仅依存于当时的客观情况，而且也受一个人的主观因素所制约，一个人的知识经验、个性特征和当时的内部状态都对人的心理活动产生这样或那样影响。当然，它们也是在客观条件作用下由过去心理活动的积累而形成的。所以在研究心理现象对客观条件依存性的同时，还必须探明心理活动和心理特征的相互关系，以及心理特征的形成和发展的规律。

心理现象是脑的机能，是在大脑活动的基础上产生的。因此，在研究心理现象的产生、发展和变化规律的时候，不仅要研究产生心理现象的外部条件，还要研究产生心理现象的生理机制。要探明外界刺激怎样引起脑部的活动，脑又是如何活动而产生心理现象的。例如，外界刺激如何引起感觉器官内的神经过程，这种神经过程的冲动如何传导到大脑，大脑又如何发生各种状态，形成各种联系，这种状态和联系同过去脑内的状态和联系有什么关系，又如何相互影响等。

心理现象又是在活动中发生发展的，因此，研究心理现象的规律，还必须研究心理和活动特别是和个体生活实践活动的关系。

总之，通过研究心理现象产生的外部条件和生理机制，及其与活动的相互关系，从而探明心理现象的本质及产生发展的规律，就能正确地说明心理现象，准确预测和有效控制人的心理和行为。

研究心理现象的规律在理论上和实践上都具有重大意义。

一、理论意义

马克思主义哲学是心理科学的理论基础。但是反过来,心理学的研究又为辩证唯物主义提供理论依据。科学心理学指出,人的心理不是物质,但它永远离不开物质,离不开客观现实和大脑的活动。人的心理是在物质的基础上产生,又是随着物质的发展而发展的。这就具体论证了马克思主义哲学的基本命题——物质第一性,意识第二性的真理,更加彻底地粉碎了二元论和唯心主义。所以,列宁把心理学列为“构成认识论和辩证法知识领域的”^①的一门科学。

二、实践意义

心理学有着广泛的实践意义,它对于一切社会实践领域都是必要的。因为一切社会实践活动都是人的实践活动,都是在人的心理的调节下实现的。因此,如何遵照人的心理活动的规律以提高人的实践活动的效率,就成了人类各个实践领域共同的问题。心理学正是以提供人的心理活动的规律性知识来为人类的各个实践领域服务的。

心理学在教育实践上的意义是非常重大的。心理学是教育学的一门基础理论科学,它为教育理论和教育实践,为培养人教育人,为开发智力资源提供科学理论根据。教育过程是使学生掌握知识技能、发展智力、形成道德品质的过程。这一些都是通过学生的感觉、知觉、记忆、想象、思维、情感、意志等心理活动实现的。心理学研究学生感知、记忆、思维

^① 列宁:《哲学笔记》,《列宁全集》第38卷,第399页。

等心理活动的规律，研究情感和意志发展和培养的规律，研究能力、性格等个性特征形成的规律、对教育、教学原则和内容的确定、方法的选择都是必不可少的。只有掌握学生心理活动的规律，才有可能富有成效地对学生进行教育和教学，提高教育和教学工作的效率，出色地完成培养人的任务。例如，教师可以根据注意的规律组织教学，使学生集中注意进行学习；根据记忆的规律指导学习复习、巩固学得的知识 and 技能；根据思维的规律促使学生创造性地理解教材、有所发现；还可以根据心理特征形成和发展的规律进行品德教育等等。因此，所有各级各类学校的教师以及未来的人民教师都必须学习心理学。

心理学在指导劳动活动、提高劳动生产率上有着重要意义。人类劳动的主要特点之一是生产工具的不断改进，生产技术的不断提高。心理学提供感觉、知觉、注意、思维和形成熟练技巧等规律性知识，就能促进劳动者掌握现代化的生产系统和新工艺，改进操作方法，提高技术水平和管理水平，完善劳动技能，健全劳动组织，从而提高劳动生产率和产品质量。

心理学在医疗上也有非常重要的意义，它对于诊治病患，改变病患者的心理状态，提高疗效都是非常必要的。人的心理状态，心理因素同人的疾病关系甚大，有些心理因素是某些疾病的致病原因，如象神经衰弱之类的病，虽然其中许多是由工作学习过度紧张，个人的重大不幸事件等促成的，然而也确有不少是同个人的多疑、孤僻、急躁、任性、心地狭窄、好生闷气等个性特征相联系的。人的心理因素在治疗疾病上也有很大作用，这一点早已为我国古代劳动人民所认识：

“凡治病之术，不先致其所欲，正其所念，去其所恶，损其所恐，未有能愈者也。”^① 心理治疗如介绍有关疾病知识，清除疑虑，增强治病的信心，教给战胜疾病的方法，鼓励同疾病作斗争的勇气等等，都有助于消除疾病，恢复健康。

此外，心理学在体育运动、军事国防、文学艺术、乃至科学研究、宇宙开发、人工智能等方面都有广泛的应用价值。

随着现代科学技术的发展，心理学在社会实践的要求下，在为人类各实践领域服务的过程中得到了蓬勃的发展，出现许多心理学分支。

普通心理学。研究正常成人的心理现象的一般规律。它是心理学的主干，概括了各方面的研究成果，是心理学各分支的理论基础。在普通心理学的范围内，按研究内容不同，可分为感、知觉心理学，记忆心理学、思维心理学、情感心理学、个性心理学等。

发展心理学。研究个体心理发展的规律。重点揭示各个年龄阶段的心理特点及规律，为各个年龄阶段的教育提供重要的依据。它包括婴幼儿心理学、儿童心理学、青年心理学、成人心理学及老年心理学等。

比较心理学。研究不同种系动物心理的发生和演化过程，特别是高等动物心理的发展。它对于研究人类的意识的起源、发生和发展具有重要意义。

缺陷心理学。研究盲、聋、哑和智力落后儿童的心理特点，以及缺陷的补偿作用，为参加正常的社会生活与生产提供理论依据。

① 转引自：《医学心理的研究》，《十年来的中国科学——心理学》。