

朱从书 ◎主编

汤舒俊 朱晓伟 ◎副主编

心理学

Psychology



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS

浙江大学出版社

心 理 学

主 编 朱从书
副主编 汤舒俊 朱晓伟



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学 / 朱从书主编. —杭州:浙江大学出版社,
2015.1

ISBN 978-7-308-14195-6

I. ①心… II. ①朱… III. ①心理学—高等学校—教材
IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 295908 号

心 理 学

主 编 朱从书

副主编 汤舒俊 朱晓伟

责任编辑 樊晓燕(fxy@zju.edu.cn)

封面设计 十木米

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310007)

(网址:<http://www.zjupress.com>)

排 版 杭州中大图文设计有限公司

印 刷 德清县第二印刷厂

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 18.5

字 数 450 千

版 印 次 2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-308-14195-6

定 价 38.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行部联系方式:0571-88925591;<http://zjdxcbbs.tmall.com>

编写人员名单

主 编 朱从书

副主编 汤舒俊 朱晓伟

编 委 陈 方 李小光 张文渊

郑红涛 周守珍

前 言

“百年大计，教育为本”，而教师是教育之根本，培养合格的教师是教育发展的重中之重。教师应了解心理学的基本知识与基本理论，了解学生心理发展的特点和规律，这样才能顺应学生发展，合理设计和组织教学。因此，心理学是高等院校师范专业的公共必修课程，也是教师职后教育与考核的重要内容。另外，随着社会高速发展，竞争日益加剧，心理学知识不仅是师范生职业教育所必需，也是提高大学生的科学文化素养和心理健康水平所必需。

高等师范院校传统的心理学教材有三种类型：以普通心理学知识体系为主线、以教育心理学知识体系为主线或兼具普通心理学和教育心理学知识。本书以普通心理学知识体系为主干，但增加了教育心理学、学校心理健康教育的相关内容，并结合了90后大学生的特点和师范生未来教育工作的需要。同时，教材每章由问题或案例导入，最后进行内容总结，并附有丰富生动的阅读资料和简单易试的心理学活动或实验，使教材更生动，可读性更强。本书编写分工如下：第一、九、十章由汤舒俊执笔，第二章由李小光执笔，第三章由张文渊执笔，第四、五章由郑红涛执笔，第六章由燕展、朱从书执笔，第七章由陈方执笔，第八、十一章由朱晓伟执笔，第十二章由赵莉莉、周守珍执笔。全书由朱从书统稿。

在编写本书的过程中，我们参阅了大量心理学相关资料，尤其是优秀的心理学教材，也借鉴了近年来心理学研究的相关成果，在此对这些专家和学者致以最深切和诚挚的谢意！同时，也感谢长江大学教育学院老一辈心理学教授和院领导的支持和关心，感谢浙江大学出版社有关领导和老师的大力帮助与支持。限于编者的水平和能力，书中难免还存在不妥之处，敬请同行和读者批评指正。

编 者

2014年10月

目 录

第一章 心理科学体系	1
第一节 心理学的研究对象	1
第二节 心理学的研究目的和方法	4
第三节 心理学的过去、现在与未来	8
第四节 心理学与教育	15
本章内容小结	20
思考题	21
第二章 心理的生物学机制	22
第一节 神经元与神经系统	22
第二节 大脑的结构与机能	27
第三节 内分泌系统	32
第四节 遗传与心理	34
本章内容小结	37
思考题	38
第三章 意识与注意	40
第一节 意识的基本概述	40
第二节 几种不同的意识状态	43
第三节 注意的基本概述	50
第四节 注意规律在教学中的运用	56
本章内容小结	62
思考题	63
第四章 感觉和知觉	65
第一节 感 觉	65
第二节 知 觉	75
第三节 感知觉规律在教学中的应用	82
本章内容小结	85
思考题	86

第五章 记忆与遗忘	88
第一节 记忆的一般概述	88
第二节 记忆的过程	92
第三节 遗忘	98
第四节 记忆规律在教学中的应用	104
本章内容小结	108
思考题	110
第六章 思维与想象	111
第一节 思维概述	111
第二节 表象和想象	120
第三节 问题解决	125
第四节 创造性思维	133
本章内容小结	136
思考题	137
第七章 情绪和情感	138
第一节 情绪和情感概述	138
第二节 情绪和情感的种类	144
第三节 情绪的外部表现	147
第四节 情绪理论	150
第五节 情绪调节	154
本章内容小结	157
思考题	158
第八章 动机与教学	160
第一节 动机概述	160
第二节 动机的分类	164
第三节 动机理论	170
第四节 成就动机与教学	176
本章内容小结	180
思考题	181
第九章 人格与人格理论	182
第一节 人格概述	182
第二节 人格理论	185
第三节 人格成因	194
第四节 人格测验	199
本章内容小结	204

思考题·····	205
第十章 能力与能力测验·····	207
第一节 能力概述·····	207
第二节 能力发展与个别差异·····	211
第三节 能力理论·····	217
第四节 能力测量与培养·····	221
本章内容小结·····	232
思考题·····	233
第十一章 学习心理·····	235
第一节 学习概述·····	235
第二节 经典条件作用·····	239
第三节 操作条件作用·····	244
第四节 认知学习·····	252
本章内容小结·····	258
思考题·····	259
第十二章 学校心理健康教育·····	261
第一节 心理健康及其标准·····	261
第二节 学校心理健康教育的意义和途径·····	269
第三节 学校心理健康教育的实施·····	275
本章内容小结·····	283
思考题·····	284
参考资料·····	285

第一章 心理科学体系

不管你是否意识到,心理学正在以前所未有的速度和力度渗透到我们的身边来:一个天气晴朗的周末,某公司全体员工在户外进行着素质拓展;一本心理学通俗书籍荣登全国最大电子商务网站某季度畅销榜首;媒体上“心理专家”频频出现在一些电视节目上大秀口才和心理技能;某写字楼里赫然出现了专门的“心理咨询”服务机构;许多单位在人才选拔环节中都增加了心理测试内容;大学里普遍开设有“大学生心理健康”课程;高考前后试题的分析总结都有教育心理专家的身影……

但对于大多数人来说,心理学是一个带有神秘色彩的学科,现实生活中的一些表象也往往带给人们迷惑和误解。“学心理学的人是不是都知道别人在想什么?”这往往是时下很多人对学习心理学的理解;“心理学是不是就是心理咨询?”这道出了许多人对心理学应用的朴素认知;科学、严谨的心理学著作少有人问津,“心灵鸡汤”类读物却颇有市场;真正对心理学发展做出贡献的心理学家通常仅为业内人士所知晓,而民众所向往的心理学家往往鱼龙混杂。那么究竟什么是心理学?心理学的研究对象和研究方法是什么?心理学有着怎样的历史?心理学又将向何方去?本章我们将一同走向心理学,走进心理学。

第一节 心理学的研究对象

在我们生活的环境中,有各种各样的现象,如日月星辰、飞禽走兽、风土人情等。这些现象有的属于自然现象,有的属于社会现象。它们分别由不同的学科进行研究,从而形成了不同的科学。任何一门独立的学科必然有自己独特的研究对象。心理学也以自己特有的研究对象而与其他学科区别开来。

一、心理学研究什么

心理学是以人的心理现象及其活动规律为主要研究对象的科学。凡是人的精神现象,诸如:人们眼睛看到的、耳朵听到的、脑子想到的,不论过去的、现在的、未来的……只要属于精神现象,都可以归之为心理现象或心理活动,简称心理。但是,单纯的现象描述,还不能成为科学,心理学要成为一门科学,就必须把握心理现象发生、发展的规律。

基础心理学研究的规律,既不是特殊研究对象的特殊规律,像儿童心理学研究儿童的心理规律、老年心理学研究老年人的心理规律;也不是个别心理现象的规律,像某人在出乎意料的突发事件面前出现的应激规律,在忧心忡忡时出现的焦虑规律等等。基础心理学研究的是正常人、健康人、成熟人应有的、共同的、一般的规律。人的心理活动的共同规律常被简

化为心理过程与个性两大方面(见图 1-1)。



图 1-1 心理活动结构图

(一) 心理过程

心理过程包括认识过程、情感过程和意志过程三个方面。就认识过程来看,人们通过感官接触外界事物,产生对事物的感觉和知觉;把感知的事物和个人的活动、体验保留在头脑中,作为知识和经验积累下来,这就是记忆;人们不仅要认识事物的表面现象,还要认识事物的本质和事物发展变化的规律,认识事物之间复杂、多变的关系,不但要直接依靠感知觉认识具体事物,还要依靠判断和推理间接地、概括地认识事物的本质和规律,这就是思维;在认识事物的时候,不仅能认识现实中存在的,被自己感知过的事物,而且能想象出现实中尚未存在或根本不可能存在、自己从未感知过的事物,如科学家的发明创造、艺术家的艺术创作,都依靠人们的想象。人在感知、记忆、想象和思维过程中,把自己的心理活动有选择地指向和集中在一定对象上,这就是注意。

人们对客观事物的认识,常常不是无动于衷的,总是根据事物能否满足自己需要而产生一定的态度,同时产生一种态度的体验,这就是情感过程。人不仅能认识客观世界,更重要的还在于改造客观世界。为了认识和改造客观世界,人必须有计划、有目的地进行工作,在完成某些活动任务的时候,常常需要忍受艰苦、战胜挫折、克服困难这一系列,复杂的心理和行为过程,就是意志过程。

认识过程、情感过程、意志过程三个方面相辅相成。认识过程是一切心理活动的基础,在认识的基础上才有可能产生情感过程、意志过程。情感是人认识事物过程中所产生的态度体验,认识深刻则情感深刻,认识肤浅则情感肤浅。在认识基础上,在情感激励下,才可能形成意志过程。已经形成了对某一事物的肯定或否定的情感过程,必然会影响人的认识过程。意志过程对认识过程、情感过程的影响更是显而易见。

(二) 个性心理

人是社会性动物,生活在复杂的社会环境中,每时每刻都受到社会与自然因素的影响。由于每个人的生活条件和生活经历不同,其心理活动必然具有各自的特点。例如,人的能力有高有低,人的脾气有急有慢,人的性格有襟怀坦荡和阴险狡诈之别,等等,这就是人的个性特征。与此同时,人们在各自的生活中,还形成了各自的追求,诸如需要、动机、兴趣等,心理学上把这些心理活动称为个性倾向。人的个性心理特征和个性倾向是丰富多彩、各不相同的,正如俗语所说“人心不同,各如其面”。

心理过程概括了人们共性的心理规律,个性则概括了人的个性心理规律。心理过程和个性心理都属于心理学研究的对象,二者密切联系。一方面,个性是在心理过程中不断重复、强化而逐渐形成的,已经形成的个性又制约、影响着心理过程的发生、发展和进行的方

式；另一方面，个性也只有通过心理过程才可能在人的行为中表现出来。例如，一个人的观察能力很强，既深入细致，又迅速准确，另一个人的观察能力较差，既肤浅又粗略还不准确，这说明两个人在不同的生活实践中形成了不同的个性，两者对事物的认识效果就必然不同。两个个性不同的人，他们的认识、情感和意志过程必然会有很大差别。另外，任何心理活动都离不开注意的参与，都必须以一定的神经结构为基础，因此，注意、心理的生理机制等也是心理学研究的内容。

二、心理学的学科性质

世间有各种各样的现象，如飞禽走兽、日月星辰、风土人情、社会准则，等等，有的属于自然现象，有的属于社会现象。对这些现象的研究形成不同的学科，构成了人类不同的知识领域，一般分为自然科学和社会科学。但心理学属于自然科学和社会科学之间的中间科学，或者叫作边缘学科。因为人既是自然实体，又是社会实体。从心理现象的发生、发展和心理现象的生理机制等方面，可以清楚地看到心理学的自然科学属性；从作为社会实体的人，从心理活动受到社会历史生活条件的制约等方面，又体现出心理学具有较强的社会科学属性。所以，国内外绝大多数心理学家都认为心理学属于中间科学，或者叫作边缘学科。

心理学既是一门基础学科，又是一门应用学科。在生活、学习和工作过程中，人每时每刻都在进行着心理活动。研究心理活动规律的心理学，在生活、实践的各个方面都将发挥非常广泛的作用。凡是有人的地方，凡是研究内容涉及人的学科，都用得上心理学知识，都需要心理学知识作为基础。随着社会的发展，心理因素在人类实践活动中的作用将会愈来愈受到重视，心理学在人类社会生活中的重要意义将会更引人注目。

心理学在成为独立的科学前，主要是描述性、思辨性的，因此主要从属于哲学。现代科学心理学虽然与哲学有一定关联，但早已独立于哲学。心理学研究为哲学理论提供重要的科学根据。心理学研究首先必须在正确的哲学思想指导下进行，其研究成果必然为辩证唯物主义哲学，特别是反映论提供科学基础。列宁在《哲学笔记》中明确提出：心理学是“构成认识论和辩证法知识领域之一”。列宁在批判俄国的庸俗经济学家司徒卢威时指出：“司徒卢威先生自己也承认，心理学提供的一些原理已经使人们不得不拒绝主观主义而接受唯物主义。”列宁之所以这样重视科学心理学，是因为心理学的研究成果既有助于充实和论证辩证唯物主义的认识论，又有助于批判和反对形形色色的唯心论和形而上学的荒谬观点。

目前，心理学的研究课题和分支越来越细，大约有 140 多个分支，可概括为三个方面：第一，以研究课题分，在基础心理学中所包括的各个大小课题，都可确定为一个分支，诸如感觉心理学、知觉心理学、记忆心理学、思维心理学、情绪心理学、个性心理学，或更具体的时间知觉心理学、定式心理学、应激心理学、气质心理学，等等；第二，以研究对象分，诸如婴幼儿心理学、新生儿心理学、儿童心理学、小学生心理学、青年心理学、妇女心理学、老年人心理学、聋哑人心理学，等等；第三，以应用范围分，诸如教育心理学、医学心理学、体育运动心理学、文艺心理学、军人心理学、航空心理学、航天心理学、工程心理学、管理心理学、交通心理学、商业心理学，等等。

随着社会的发展和人类的进步，人们的活动领域愈来愈开阔和复杂，研究心理学规律在人们不同活动领域和范围中的应用，将进一步构成愈来愈多的心理学分支。可以说，人类有多少活动领域，就会出现多少个心理学的分支。在心理学的各个分支中，基础心理学是一切

心理学的主干,因为它研究人心理现象的最一般的规律,概括了心理学在各个方面的研究成果,也可以说是各个分支心理学的理论基础。

第二节 心理学的研究目的和方法

一、科学研究的特征和程序

心理学是一门科学,但并非研究心理和行为的学科都是心理学。当代心理学只接纳那些运用科学手段获得的关于心理和行为的知识。在科学心理学诞生之前,人类主要依据体验和思辨来对心理和行为进行探索,虽然取得了大量感性的认知成果,但那不是现代意义上的心理科学。今天,许多学科仍在研究心理和行为,许多人也在思考心理和行为,但只要未采用科学方法,其结论就不被心理学承认,这样的研究者也不算是心理学者。

科学方法是指以一种有组织的方式对关于事物之间关系的证实或证伪的方法。科学方法具有以下特征:(1)客观性。科学研究要依据客观事实,遵循公认的基本程序和规范。(2)验证性。科学研究的结果或依据研究结果建立的科学理论,要经得起他人的重复检验。(3)系统性。科学研究必须按照一定的程序,系统、全面地搜集数据,在此基础上通过分析、综合得出结论。

科学方法的基本特征是由其特定研究程序来体现和保证的。如图 1-2 所示,这个程序通常包括 6 个步骤:(1)观察。科学研究的问题许多来自于人们的日常观察。(2)对问题进行定义,进一步明确问题及所研究变量的操作性定义。(3)提出假设。假设是对研究结果的预测,是需要验证的关于研究变量之间关系的命题。(4)搜集证据和检验假设。运用实验、

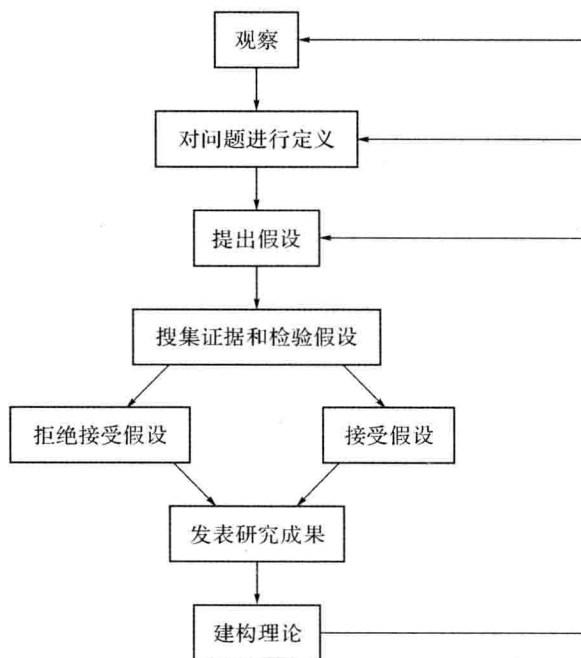


图 1-2 科学方法的基本步骤

调查、观察个案等方法搜集证据并验证假设。(5)发表研究。(6)建构理论。在大量研究的基础上,通过深入思考和总结,将不同的概念和事实联系起来,建构一种理论。好的理论能够解释现有资料、预测新的研究结果和指导进一步的研究。事实上,科学研究大多不是一次性完成的,而是需要反复多次才能完成,各步骤之间也多有交叉。

二、心理学的研究目的

科学研究的目标是描述、解释、预测和控制。这四个层面由浅入深,从理论走向应用。心理学的研究以描述、解释、预测和控制心理和行为为目标,增进人类的自我了解,帮助人类进行自我改善,提高人类的生活质量。

(一)描述

描述是指客观地呈现所研究问题的事实,不涉及价值判断,也不寻求造成事实的原因。准确描述是正确解释的前提,是科学研究的起始目标。描述性研究通常是对典型行为进行系统观察和详细记录,进而予以命名和分类。例如,对于大学生的吸烟行为,要描述吸烟的大学生是属于哪个年级?是男生还是女生?吸烟的频次如何?所吸香烟的价位如何?

(二)解释

解释是指揭示客观事实形成的原因,分析现象间的因果联系。正确的解释是有效预测和控制的前提,是科学研究的关键。由于因果关系的复杂性和隐蔽性,解释性研究比描述性研究要困难得多,因为解释需要理论。在尽可能的情况下,心理学家们总是试图在实验的基础上建构理论,并通过新的实验去检验和完善。由于存在多因一果、多因多果和因果交互等情况,加之不同实验设计所控制的条件不同,就会出现一种现象的多种理论解释。例如,关于人类的攻击性行为,有挫折攻击理论,认为人在遭遇挫折时会激发攻击行为;有观察学习理论,认为人的攻击行为是学习榜样的结果。这些解释都各有合理之处,在实际应用中,往往是整合各种理论并根据具体情境进行具体分析。

(三)预测

预测是根据已有的知识和信息去估计某种事物或现象在将来发生的可能性。预测力是判断理论优劣的重要标准。相对于“事后诸葛亮”式的解释,人们更需要事前准确的预测。例如,在人才选拔中,人们通过人才评价中心来预测某位经理人能否胜任他应聘的岗位。预测虽然可行,但却是有条件和限制的,一方面要考虑已有的研究理论和技术基础,另一方面也要考虑事实的发展变化,尤其是心理学的预测,更需谨慎。

(四)控制

控制是指采取有效措施使事物朝着人们所期望的方向发展,避免消极事件的发生或将其危害减轻到最小。控制的方法通常是根据预期结果改变行为发生的条件。例如,通过对手机操作界面的优化,提高手机用户使用的便捷性和满意度;又比如通过对集体中个人作业业绩的监控与考核,避免社会浪费的发生,使得人人都努力工作。需要特别指出的是,科学是把双刃剑,既能造福世界,也会损害世界。这里所说的“控制”并非受不当利益驱使而随意

“操纵”他人。心理学的专业服务只能用于增进人们的生活品质,这也是每一位心理学人应用研究的专业精神和人文情怀。

总之,研究心理学有助于我们正确认识和理解各种心理现象,形成科学的世界观和人生观;也有助于引导人的心理的健康发展,运用心理学的规律,指导不同领域的实践活动。

三、心理学的研究方法

心理科学研究的结论之所以令人信服,是因为心理科学特有的研究程序和方法。心理学研究方法很多,在搜集证据和假设检验阶段,心理学家常用的方法主要有观察法、实验法、测量法、访谈法、个案法等。了解这些基本的研究方法,既是掌握心理学常识的需要,也是深入理解心理学理论的需要。正是由于有了这些科学方法,心理学神秘的面纱才正在褪去,其本原正在随着研究的深入而不断显现。

(一) 观察法

观察法是心理学研究中常用的方法之一,又称自然观察法、客观观察法,是在自然情况下,有目的、有计划地观察被试的外部行为表现,从而分析、推断其心理活动规律的方法。观察者根据自己的观察目的提出观察的具体任务,拟订观察的实施计划,并详细记录被观察者在不同情况下的具体表现,再据此分析被观察者的心理规律。进化论的创始人达尔文(Darwin)研究动物、植物的演化过程主要用的就是观察法,他的心理学著作《一个婴儿的生活概述》,运用的也主要是观察法。我国现代心理学家陈鹤琴所著的《一个儿童发展的程序》,运用的也主要是观察法。这些可以作为我们运用观察法研究儿童心理发展的典范。

观察法具有以下特点:第一,是在自然条件下进行的。观察者不改变被观察者日常生活的条件,对其行为也不进行干涉,使被观察者不对自己作为观察对象有所觉察,观察者只是作为旁观者等待某种心理现象的出现,是比较自然和真实的。第二,观察法是有准备、有目的、有计划进行的。它不同于在日常生活中随时随地的、偶然的、片断的观察,所以要求观察者必须具备一定的知识和技能。例如,如何识别和记录被观察者的某些外部活动、如何正确地分析和说明外部行为和心理现象的关系,等等。有时候还需要借助一定的仪器和设备,像照相机、录像机、录音机、单向玻璃等。第三,根据观察的目的和任务不同,可以确定不同的观察内容。例如:可以有选择地在一定时间内只观察那些与研究任务有关的某些或某种活动,记录那些与心理活动有关的表现。如通过学生在课堂教学中的学习活动,观察他的注意力的表现;通过学生选择阅读课外读物的活动,观察他的兴趣;通过学生参加游戏活动的表现,观察其性格特点,等等。也可以对被观察者进行全面观察,在一定时间内把被观察者的全部行为、具体动作,乃至语言、表情等全面记录下来,再从中综合分析被观察者的心理现象。还可以对某个或某些被观察者连续进行较长时间(几年、十几年乃至几十年)的观察,以求全面、系统地研究其心理活动的发展变化规律,这就是追踪观察,或叫个案观察法。

(二) 实验法

实验法是有目的地创设、改变或控制某些条件,主动地引起或改变被试的某种心理现象,从而对其进行分析研究的方法。实验法的创立和采用,是心理科学发展史上的转折点,也是科学心理学诞生的标志,是心理学研究方法的一次革命,因此实验法在心理学的科学研

究中具有特殊的地位与作用。它不仅推动了心理学成为一门独立的学科,而且促进了现代心理科学的飞速发展。目前,许多心理学实验研究的科学成果,已被广泛应用到教育、医疗、工程、航空、航天、体育活动等领域中,还与控制论、信息论、系统论、耗散结构论、科学学、创造学相互结合,在许多新的科学领域中显示出心理实验的真正价值。

实验法有以下几个特点:第一,研究者处于完全主动的地位,可以有目的、有计划地引起、控制或改变某种心理现象的出现,不需要消极地等待它的发生;第二,实验者可以控制一切偶然因素的干扰,排除一切与研究对象、研究任务无关的因素的影响,使研究过程保持正常、稳定状态;第三,研究者可以通过控制、改变各种条件,多次重复地进行同一种或类似的实验,验证条件与现象之间的函数关系,从而科学地把握某种心理现象发生、发展和变化的规律。从对实验法特点的分析中可以看出,它的主要优点是对实验条件能够严格控制,实验结果有较高的精确度。但是其局限性也是显然的,因为人的复杂的心理现象,如性格、应激等,如果在实验室进行实验,既不容易创造条件,也不利于身心健康;由于实验室的特殊环境,也容易引起被试的紧张、失常、戒备的心态,这些对研究工作是不利的。

如果更精确地分类,前面谈的实验法主要指的是实验室实验。为了克服实验室实验法的局限性,研究者有时选择另一种实验法——自然实验法。自然实验法是在被试的日常生活中,在不影响其正常活动的前提下进行的。自然实验法是既适当地控制条件,又在比较自然的情况下进行的,所以其兼有实验和观察两种方法的优点。这一方法多在儿童心理学、教育心理学等研究中被采用。

(三) 测验法

测验法是心理学研究的重要方法之一,是根据一定的法则,用数量对人的行为活动加以确定,通过人行为活动的数量指标来推测人的心理状况。正如英国心理学家布朗(Brown)所说的“测量是一个行为样本的系统程序”。测验法有以下三个特点:第一,间接性,指测验法所测的只是人的外显行为,人的心理状况是无法直接测量的,只能根据人的外显行为指标间接地推断人的心理状况;第二,相对性,指测验结果只是在人与人之间相对而言的,不能武断地认为这个高、那个低,或这个优、那个差,只不过相比较而言,所以,引进外国的测量工具必须结合中国的常模(在众多具有代表性的人中找出的常规模式)才能应用和推广;第三,客观性,指测量工具是统一的,测量方法是统一的、标准化的,测量所得的分数也是统一的、标准化的,对所得分数的解释和统计分析也是标准化的,正因为如此,心理测验才能显示其科学性、可靠性。

测验法的分类比较复杂,可按不同的任务确定不同的分类标准,再进行不同的分类。第一,按测验功能分,可分为:(1)能力测验,测量能保证人完成某种活动的心理能力,可着重测其实际能力,也可着重测其潜在能力。在智力测验中更重视后者;(2)人格测验,测验人的个性倾向和气质、性格特征;(3)学绩测验,测量对象在一定时间内完成学习任务的绩效。第二,按测验对象分,可分为个体测验和团体测验、儿童测验和成人测验等。第三,按测验方式分,可分为文字性测验和非文字性测验、问卷式测验和仪器操作式测验。第四,按测验的应用范围和目的任务分,可分为人才选拔测验、教育质量评价测验和临床诊断、治疗测验等。

心理测验法在20世纪初起源于欧洲,开始只是作为心理实验法的一个组成部分。随着两种研究方法的不断发展和心理学应用范围的不断扩大,各自发展成为独立的方法,乃至成

为独立的学科分支——实验心理学和心理测量学。20世纪60年代以后,随着控制论、信息论、人工智能等新学科、新领域的发展,心理实验和心理测验又在更高的层次上完成了新的结合。目前,心理测验作为一门学科还是很成熟的,尤其在理论研究方面是很贫乏和幼稚的,作为一种研究方法,它也是很不完备的,但是,由于它的可操作性强,在应用方面得到越来越广泛的社会认可。例如在选拔专门人才方面,如宇航员、飞行员、运动员的选拔,对心理测验的重视程度都越来越高;在临床诊断方面,这一方法也引起医学界的高度重视。

(四) 访谈法

访谈法是通过和被试面对面的交谈,引导他以自我陈述的方式谈出个人的意愿、感受和体验,从而把握并分析其心理规律和特点的方法。谈话法的实施,首先要明确谈话的目的,有目的、有步骤地为获得某些素材而进行调查访谈,所以谈话法也被称为口头调查法。谈话法在事前要拟定提纲,并对被试对问题的回答进行预测,事后要进行认真的分析研究。其次,要求主试必须经过专业训练,并且具有一定的交谈技巧。谈话法的主试者既要语言清晰、和颜悦色,又要坚持达成谈话目标,还要能灵活地处理谈话对象的意外行为表现和突如其来的发问。再次,还需有一定的技术装备,例如录音、录像等设备,谈话中最好不要进行当面记录。

由于谈话运用方便,所以被研究者广泛运用。但是,由于它的依据只是被试的口头回答,所以往往不够精确和可靠,只能作为参考。因此,心理学研究中常把它作为辅助方法与其他方法配合应用。

(五) 个案法

个案研究是一种以单独的个体为研究对象的研究取向,它把个体看作一个整体,对之进行丰富全面、深入细致的描述和解释。其主要形式包括观察、访谈、测验、临床研究、个人资料分析(如信件、日记、个人传记等作品分析)等。以人格心理学研究为例。人格心理学的创始人阿尔波特(Allport)就曾强调只有个案研究法才能考察个体身上独特的特质组合,才能了解特定的、现实的、活生生的人。在其所著《珍妮的信》一书中,他介绍了自己的一个个案研究。他分析了珍妮在12年里写的300多封邮件,确立了这位妇女的8个核心特质,勾勒出了一个真实而生动的女子的人格。在某些个案研究中,研究者有时需要进行长期、反复的观察,还需要开展一些非结构化的(unstructured)访谈和大量的作品分析,有时甚至需要跟研究对象吃住在一起,以观察他(她)和别人交往互动的方式(参与观察法)。研究者通过大量重复的观察,来确定对研究对象的最初印象是否正确、完整。如果所做的观察工作不充分,就很难做出准确的判断。通过这样的个案研究,研究者就能深入了解那些从表面现象入手很难得到的内容。而这些内容又进一步激发研究者的直觉,以便更深入地洞察人格的本质。

第三节 心理学的过去、现在与未来

心理学是研究人的心理现象及其活动规律的科学。实际上人们对心理现象的探索已经有几千年的历史了,但并不是人们一开始探索心理现象就产生了心理学。德国心理学家艾宾浩斯(Ebbinghaus)曾说过:“心理学有一个悠久的过去,但却仅有一个短暂的历史。”

一、心理学是一门古老而又年轻的学科

早在公元前4世纪,古希腊哲学家亚里士多德(Aristotle)就写过一本心理学专著《心灵论》。他认为人有灵魂,甚至动物、植物也都有灵魂,人的灵魂只不过比动物、植物的高级罢了。恩格斯在《费尔巴哈与德国古典哲学的终结》一书中指出:“在远古的时候,人们在还没有关于自己身体的构造的任何概念,还不会解释睡梦的时候,就有了一种观念,以为他们的思维与感觉并不是他们的身体活动,而是一种什么独特的东西——灵魂的活动,这种灵魂留在身体以内,在人死后就离开身体了。”在中国,心理学也同样有着悠久的历史渊源。春秋战国时候的庄周(公元前369—前236年)在睡梦中梦见自己变成了一只蝴蝶,睡醒后自己怀疑:到底是我庄周曾做梦变成蝴蝶呢,还是我本来就是蝴蝶,现在变成了庄周?表面看庄周似乎把梦中的事和醒来的事搞得糊涂颠倒,实际上他是在探索自我认知、自我意识。孔丘(公元前551—前479年)主张“性相近也,习相远也”,“唯上智与下愚不移”。孟轲(公元前372—前289年)主张性善,“人无有不善,水无有不下”。荀况(公元前313—前238年)主张性恶,“人之性恶,其善者伪也”,等等。他们论述、争辩的核心问题,仍然是人的心理、人的精神现象。但是,当时在方法上只靠不充分的观察和描述,仍然不能摆脱主观的臆测和想当然的推论,心理学还不能够成为独立的学科,只能从属于哲学或其他学科。

我们说心理学是一门年轻的学科,是因为科学心理学的建立迄今才刚刚一百多年的历史。1879年德国的心理学家冯特在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室,提出了“实验心理学”这一学科名称,从此才逐渐形成了注重实验的科学心理学的传统。为了及时总结、交流心理科学的研究成果,冯特还创办了一份心理学专业杂志。世界心理学界都公认1879年是心理学的新纪元,从此心理科学才开始了它独立的历史,结束了它从属哲学或其他学科的去,冯特也被世界心理学界公认为科学心理学的奠基人,是世界上第一个专业心理学家。

虽然心理学在中国有着悠久的历史渊源,但是由于我国长期停滞在封建社会,科学技术的发展受到极大的限制,心理学思想也只能停留在一些学者的片断论述和在个别领域中的应用方面。19世纪末,西方的科学心理学逐渐传入我国,在这方面做出贡献的有我国早期的留美学生颜永京。他在1889年将美国人Haren著的《心灵哲学》(书名定为《心灵学》,实际上就是心理学)翻译出版。著名学者王国维于1907年翻译出版了丹麦人Hoffding著的《心理学概论》,该书曾再版多次,影响较大。1905年我国留日学生陈槐参考日本的心理学著作并结合中国实例,编写出版了《心理易解》,这是中国人自己编写的第一本心理学书籍。当时在清政府推行的“废科举、兴学校”的新教育制度的影响下,京师大学堂(师范馆)由日籍教师讲授心理学。苏州师范和南通师范、湖北师范也陆续开设了心理学课程。

1911年辛亥革命以后,心理学在我国得到进一步传播。我国现代著名教育家蔡元培(1868—1940年)曾对我国心理学的发展做出伟大贡献。他于1907年至1911年在德国莱比锡大学学习,曾聆听冯特的心理学课。蔡元培回国后出任国民政府首任教育总长,1917年任北京大学校长。在他的支持下北京大学哲学系建立了我国第一个心理学实验室,负责人是陈大齐(日本留学回国的学者)。

五四运动前后是我国心理学发展的关键时期。一批留美的专攻心理学的学者,如陈鹤琴、廖世承、张耀翔、唐钺、陆志伟等分别在北京大学、北京高等师范学校、南京高等师范学校讲授心理学。1920年南京高等师范学校建立了心理系,此后复旦大学(1922年)、大夏大学