

高等学校经济管理类专业规划教材

心理学原理 与应用

王杰 主编

第2版



赠电子课件



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

高等学校经济管理类专业规划教材

心理学原理与应用

第2版

主 编 王 杰

副主编 孙佳明 刘 强 郁 昀

参 编 于 辉 朱 伟 刘 辉

主 审 杨崇真



机械工业出版社

本书分上下两篇,上篇为普通心理学,是基础理论部分,包括绪论,感觉、知觉和记忆,思维、想象和注意,情绪、情感和意志,心理健康,个性倾向性,个性心理特征;下篇为心理学原理应用,包括情商,人际关系,消费心理与营销,知觉、个性与管理,激励理论与管理,群体心理与管理,领导心理。

本书把心理学基础理论与应用心理学结合编写,在教材内容安排上是一种改革,在编排体例上是一种创新。应用心理学部分的案例导入、案例分析、案例训练讲解了心理学的知识和原理并提供大量的综合练习题,便于培养学生的实际应用能力和创新精神,以便于教学。

本书既可以作为本专科院校公共心理学教材,也可以作为心理学爱好者的学习参考书。

为方便教学,本书配备电子课件等教学资源。凡选用本书作为教材的教师均可登录机械工业出版社教育服务网 www.cmpedu.com 注册后免费下载。如有问题请致信 cmpgaozhi@sina.com,或致电 010-88379375 联系营销人员。

图书在版编目(CIP)数据

心理学原理与应用/王杰主编. —2 版. —北京:机械工业出版社, 2014.9

高等学校经济管理类专业规划教材

ISBN 978-7-111-48196-6

I. ①心… II. ①王… 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 230753 号

机械工业出版社(北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

策划编辑:赵志鹏 责任编辑:赵志鹏

版式设计:赵颖喆 责任校对:炊小云

封面设计:路恩中 责任印制:刘 岚

北京圣夫亚美印刷有限公司印刷

2015 年 1 月第 2 版第 1 次印刷

184mm×260mm·18.5 印张·448 千字

0001—2500 册

标准书号:ISBN 978-7-111-48196-6

定价:38.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心:(010)88361066 教材网:<http://www.cmpedu.com>

销售一部:(010)68326294 机工官网:<http://www.cmpbook.com>

销售二部:(010)88379649 机工官博:<http://weibo.com/cmp1952>

读者购书热线:(010)88379203 封面无防伪标均为盗版

第2版前言

随着社会的发展,对大学毕业生的综合素质要求越来越高,其中对心理素质的要求也是大为提高,不但要求具有健康的心理、良好的性格,更对情商提出了较高的要求。传统的心理学教材,无论是专科教材还是本科教材都还停留在过去的心理学教学和编写理念上,即使有的教材尝试着把理论与应用结合起来,就像本书的第1版,编写时也没有对刚问世不久的情商理论予以足够的重视,没有把情商理论收进教材,实为一件憾事。情商理论是20世纪90年代现代心理学领域的一个崭新理论,综合了现代心理学研究的许多领域的成果,对人的成才和成功具有重要的指导意义。情商理论目前已得到了世界各国越来越多的关注和认可,近年引入我国以后,已有一些有识之士开始了研究,但还没有一本教材编入。鉴于此,为了适应社会的发展和科技的进步,更进一步提升本书的水平和质量,结合第1版的使用经验以及编者最新的学习、研究所得,我们对第1版书进行了修订,特意加进了“情商”一章。

作为公共基础课和专业基础课教材,本书第1版在内容上改变了以往同类教材理论过深过强的做法,按照注重系统性,基础理论知识适度,技术应用性强的原则,做到了“必须、够用”、概念清楚、理论通俗易懂、技能简便好学。便于教师理论联系实际教学,便于学生掌握知识和培养能力,也便于整体提高学生的心理素质。本书第1版还在编写体例上进行了创新,把基础理论和实际应用结合在一起编写,在应用部分每章由案例导入,案例紧扣每章的原理应用,使心理学知识和原理的学习变得生动、具体和鲜活。通过案例讲原理,用心理学知识和原理去分析和解决问题。每章后的综合练习题中的案例题是对学生实践的指导,让学生用所学的知识和原理去分析案例,解决实际问题,既能检验学生的学习效果又能使其进一步巩固所学的知识,培养实践技能。实训题也便于激发学生的学习热情,启发学生的发散思维,培养创新能力。本书第1版自出版发行后,获得了使用学校教师和学生们的的好评,也得到了社会的好评和专家们的认可,获得了黑龙江省委省政府颁发的“第十三届黑龙江省社会科学优秀科研成果编著三等奖”。本书的第2版延续第1版编写体例,在内容上新增了情商这一心理学领域最新的研究成果和更多实用内容,使其更加完善,紧跟时代步伐,有利于学生学习和掌握最新的心理学研究成果。

参加本书编写的都是多年从事心理学教学、研究工作和心理健康咨询工作的教授、专家和讲师,并且都具有丰富的主编和参编教材的经历和经验,本书是编者长期教学、科研的心血和结晶,从而也保证了本书的编写质量。更重要的是参加修订工作的主编和参编教师都具有使用本书第1版的教学实践经历和经验,这使第2版更加完善。

本书结构严谨,层次分明,深入浅出,适应性和操作性强。本书适用范围广泛,既可以作为本专科学子心理学公共基础课和专业基础课教材,也可以作为自学教材和各类培训教材。本科学生可以学完教材全部内容,专科学生可以在基础理论部分适当简化学习内容,在应用部分学习情商和与自己专业相关的内容。

本书由普通心理学和心理学原理应用上、下两篇组成。

本书由佳木斯大学王杰主编。第1章、第5章、第7章由佳木斯大学刘强编写，第2章、第3章由江苏省无锡交通高等职业技术学校郁昀编写，第4章、第6章由浙江水利水电学院朱伟编写，第8章由王杰编写，第10章第3节、第12章、第14章由佳木斯大学于辉编写，第10章第1节、第2节、第4节、第5节由佳木斯大学孙佳明编写，第9章、第11章、第13章由陕西工业职业技术学院刘辉编写。王杰负责对全书进行统稿、定稿，杨崇真负责审稿。

本书在编写过程中得到了机械工业出版社编辑的多次帮助、指导，同时，本书参考了国内外有关心理学方面的著作，吸收了我国心理学界部分专家、学者在心理学方面的研究成果，在此一并深表谢忱。

由于编者水平和经验有限，书中难免有错误和疏漏之处，恳请广大读者给予批评指正。

编 者

目 录

第2版前言

上篇 普通心理学

第1章 绪论	1	本章小结	30
1.1 心理学研究的对象、任务和意义	1	练习题	30
1.1.1 心理学研究的对象	1	第3章 思维、想象和注意	32
1.1.2 心理学研究的任务和意义	3	3.1 思维	32
1.1.3 心理学的分支	4	3.1.1 思维概述	32
1.2 心理学的产生和发展	4	3.1.2 思维的过程和形式	33
1.2.1 心理学的产生	4	3.1.3 思维的种类	36
1.2.2 心理学的发展	5	3.1.4 思维的品质	37
1.2.3 心理学在我国	5	3.2 想象	38
1.3 心理的实质	6	3.2.1 想象概述	38
1.3.1 心理是人脑的机能	6	3.2.2 想象的种类	39
1.3.2 心理是对客观现实的反映	11	3.2.3 想象的品质	41
1.3.3 心理是在实践活动中发生和发展的	12	3.3 注意	41
1.4 心理学研究的原则和方法	13	3.3.1 注意概述	41
1.4.1 心理学研究的基本原则	13	3.3.2 注意的种类	42
1.4.2 心理学研究的方法	13	3.3.3 注意品质及其影响因素	43
本章小结	15	本章小结	46
练习题	15	练习题	46
第2章 感觉、知觉和记忆	17	第4章 情绪、情感与意志	48
2.1 感觉和知觉	17	4.1 情绪与情感	48
2.1.1 感知觉概述	17	4.1.1 情绪与情感概述	48
2.1.2 感知觉规律	20	4.1.2 情绪与情感的种类及状态	50
2.2 记忆	23	4.2 意志	52
2.2.1 记忆概述	23	4.2.1 意志概述	52
2.2.2 记忆的基本过程及规律应用	25	4.2.2 意志行动分析	53
2.2.3 记忆的品质与培养	28	4.2.3 意志的基本品质	54
		本章小结	55
		练习题	55
		第5章 心理健康	57
		5.1 心理健康概述	57

5.1.1 心理健康的概念	57	6.3.1 兴趣的定义及作用	76
5.1.2 心理健康的标准	58	6.3.2 兴趣的种类	77
5.1.3 心理不健康的表现	59	6.3.3 兴趣的品质	77
5.2 心理健康的一般规律	60	6.3.4 兴趣的发展	78
5.2.1 心理健康对人的影响	60	本章小结	78
5.2.2 影响心理健康的因素	61	练习题	79
5.2.3 挫折与适应	62	第7章 个性心理特征	80
5.3 心理咨询	63	7.1 能力	80
5.3.1 心理咨询概述	63	7.1.1 能力概述	80
5.3.2 心理咨询的主要方式、过程 及操作原则	64	7.1.2 能力的种类	82
本章小结	68	7.1.3 能力发展和能力的个体 差异	83
练习题	69	7.1.4 能力的测量	89
第6章 个性倾向性	70	7.2 气质	94
6.1 需要	70	7.2.1 气质概述	94
6.1.1 需要的定义及特点	70	7.2.2 气质的分类	95
6.1.2 需要的种类	71	7.2.3 气质与能力的关系	97
6.2 动机	72	7.2.4 气质的意义	97
6.2.1 动机定义及功能	72	7.3 性格	101
6.2.2 动机与需要、诱因的 关系	73	7.3.1 性格概述	101
6.2.3 动机与活动、目的、效果 的关系	74	7.3.2 性格的特征	103
6.2.4 动机强度与工作效率	74	7.3.3 性格类型	106
6.2.5 动机的分类	75	7.3.4 性格的形成因素	107
6.3 兴趣	76	本章小结	114
		练习题	114

下篇 心理学原理应用

第8章 情商	116	8.2.5 人际关系的管理能力	139
8.1 情商概述	117	8.3 情商培养的方法	141
8.1.1 情商概念的提出	117	8.3.1 家庭情商培养的途径	141
8.1.2 情商与智商的关系	118	8.3.2 学校情商培养教育的 途径	144
8.1.3 情商培养对大学生的重要 意义	119	8.3.3 个人情商培养方法	145
8.2 情商概念的内容	120	本章小结	150
8.2.1 认识自己情绪的能力	120	复习思考题	150
8.2.2 管理自己情绪的能力	124	第9章 人际关系	152
8.2.3 自我激励的能力	132	9.1 人际关系概述	152
8.2.4 认知他人情绪的能力	137	9.1.1 人际关系的概念	152

9.1.2 人际关系的成分	152	10.3.4 商品定价的心理策略	190
9.1.3 人际关系的类型	153	10.3.5 商品调价的心理策略	194
9.1.4 人际关系与管理	154	10.4 商品名称、商标、包装与消费心理	195
9.2 人际吸引	155	10.4.1 商品名称与消费心理	195
9.2.1 增加人际吸引的原因	155	10.4.2 商标设计与消费心理	197
9.2.2 阻碍人际吸引的因素	156	10.4.3 商品包装与消费心理	200
9.2.3 人际吸引的平衡	157	10.5 广告在消费中的心理功能	203
9.3 人际交往	157	10.5.1 广告的认知功能	203
9.3.1 人际交往的种类	157	10.5.2 广告媒体的心理特征	204
9.3.2 人际交往的沟通网络	158	10.5.3 增强广告的心理效果	205
9.3.3 人际交往要素	159	10.5.4 注重消费者对广告的态度	212
9.3.4 人际交往的理论	160	本章小结	217
9.3.5 人际冲突与改善	160	复习思考题	218
9.3.6 人际冲突的类型与全面认识它的作用	161	第11章 知觉、个性与管理	220
9.3.7 人际关系的改善	161	11.1 知觉与管理	220
本章小结	163	11.1.1 自我知觉与管理	220
复习思考题	163	11.1.2 社会知觉与管理	222
第10章 消费心理与营销	164	11.2 个性与管理	223
10.1 影响消费行为的心理因素	164	11.2.1 个性与工作成就	224
10.1.1 消费者的感知觉	164	11.2.2 个性差异与健康	224
10.1.2 消费者的需要与动机	166	11.2.3 个性差异与管理	224
10.1.3 消费者的态度与情感	169	本章小结	226
10.1.4 消费者的思维与决策	172	复习思考题	226
10.1.5 消费者的年龄、性别与个性心理特征	173	第12章 激励理论与管理	227
10.1.6 消费者的模仿、暗示与从众心理	176	12.1 激励的一般概念	228
10.2 影响消费心理的环境因素	178	12.1.1 激励的概念	228
10.2.1 消费中的环境因素	178	12.1.2 激励的意义	229
10.2.2 销售服务与消费者心理	181	12.1.3 领导者要重视激励	230
10.2.3 服务质量体系与研究	184	12.1.4 激励的作用与特征	231
10.3 价格与消费心理	186	12.2 内容激励与管理	232
10.3.1 商品价格的心理功能	186	12.2.1 需要层次理论与管理	232
10.3.2 消费者的价格心理特征	187	12.2.2 成就理论与管理	233
10.3.3 价格变动与消费者的心理反应	189	12.2.3 双因素理论及其在我国的应用	233
		12.3 过程激励与管理	235
		12.3.1 期望理论与管理	235
		12.3.2 公平理论与管理	236

12.3.3 强化理论与管理	238	14.1.1 领导的含义	261
本章小结	240	14.1.2 现代领导体制的发展	261
复习思考题	240	14.2 领导者的权力与影响力	263
第13章 群体心理与管理	242	14.2.1 权力的意义	263
13.1 群体概述	242	14.2.2 权力的种类	264
13.1.1 群体的概念	242	14.2.3 领导者的影响力	265
13.1.2 群体的组成要素	243	14.3 领导者的权力需要	265
13.1.3 群体的作用	243	14.3.1 权力需要的概念	265
13.1.4 群体的种类	245	14.3.2 权力需要的特征	266
13.1.5 群体的形成与发展	245	14.3.3 权力需要的适宜度	267
13.2 非正式群体	246	14.3.4 领导者权力需要的 制约	267
13.2.1 正式群体与非正式 群体	246	14.4 领导者的威信	269
13.2.2 非正式群体的形成和 特征	247	14.4.1 领导者威信的概念	269
13.2.3 非正式群体的作用	248	14.4.2 领导者威信的组成 成分	269
13.2.4 非正式群体的类型	248	14.4.3 树立领导者威信的 途径	270
13.3 群体行为的基本规律	249	14.5 领导有效性理论	271
13.3.1 群体行为学研究	249	14.5.1 领导有效性理论的品质 理论	272
13.3.2 群体规范	250	14.5.2 领导有效性理论的行为 理论	273
13.3.3 群体凝聚性	251	14.5.3 领导有效性理论的情境 理论	276
13.3.4 群体的士气	253	14.5.4 领导方式	278
13.3.5 群体中的从众行为	253	14.6 领导者的领导艺术	278
13.3.6 提高群体有效性的 措施	254	14.6.1 领导者的时间管理	279
13.4 团队与团队建设	255	14.6.2 领导者的决策	280
13.4.1 团队的概念与类型	255	14.6.3 领导者的授权	282
13.4.2 团队的发展阶段	256	本章小结	284
13.4.3 团队精神的铸造与 培养	257	复习思考题	284
本章小结	259	参考文献	286
复习思考题	259		
第14章 领导心理	260		
14.1 领导概述	261		

上篇 普通心理学

第1章 绪 论

学习目标

通过本章的学习,了解心理学研究的对象、任务和意义,了解心理学是如何产生和发展的,懂得心理学的实质到底是什么,以及用什么原则和方法来研究心理学。

本章问题

1. 什么是心理学?心理学很神秘吗?
2. 心理的实质是什么?它是如何产生和发展的?
3. 为什么说心理学是一门既古老又年轻的科学?

1.1 心理学研究的对象、任务和意义

1.1.1 心理学研究的对象

任何科学都有自己的研究对象,心理学作为一门独立的科学,也有自己特定的研究对象。心理学研究的对象就是人的心理现象。心理学,就是研究人的心理现象发生、发展及其变化规律的科学。

有的人一提到心理学,就觉得很高深,很玄妙。这是因为,与物理和化学现象不同,心理学研究的心理现象不具有形体性,也没有大小、气味和重量,因而不容易为人们所了解。但是,心理现象又是人们在生活、学习、工作和娱乐等活动中时时刻刻产生着、感受着的最熟悉、体验最多的现象,也就是我们常说的“心理活动”,简称心理。因为它是人精神世界的活动,也被称作精神现象。人的心理活动多种多样,虽然他人无法直接观察,但却可以通过一些行为表现进行观察和分析,从而客观地研究人的心理。

为了研究的方便,人们把心理现象划分为心理过程和个性心理两个部分。

1. 心理过程 心理过程包括认识过程、情感过程和意志过程。它是人们所具有的各种各样的心理活动,是心理现象的动态形式。心理过程是人们共同具有的、共性的心理活动,是人脑对客观现实的反映过程。

(1) 认识过程。也称认知过程,是最基本的心理过程,是人们了解客观事物时所进行的各种心理活动。如我们坐在教室里,看到老师在讲课,听到同学在回答问题,嗅到各种气

味,感觉到自己内脏的活动和疼痛等,这就是感觉和知觉。我们不仅能够感知世界上的事物,还能在事情过去后想起曾经经历过的人和事物,“记忆犹新”“历历在目”描述的就是这种现象。回忆经历过的事情就是记忆。记忆是比感觉、知觉复杂的心理现象。实际上,我们还常常在思考一些问题,通过分析、综合等方法去处理问题。我们还能想象出自己从未经历过的事物,或者世界上没有的事物。这些就是心理现象中比较高级的部分:思维和想象。虽然感觉、知觉、记忆、思维和想象这些心理现象各不相同,但它们都共同地实现着人们对于客观世界的认识,因而被统称为认识过程。

(2) 情感过程。是指人们在认识客观世界的时候,总会伴随着一定的情感,如喜、怒、哀、恐、惊等基本情绪和产生亲情、友情、爱情等人之常情,以及产生道德感、理智感和美感等高级的情感。这些情绪和情感的体验过程,被称为情感过程。

(3) 意志过程。是指人们在认识过程中,往往需要克服各种困难去实现预定目标;在情感过程中,也常常需要控制自己的情绪和情感及抵制各种诱惑。这种克服困难、控制情绪和情感的过程,称为意志过程。

认识过程、情感过程和意志过程是互不相同又密切联系、互相影响、互相制约的。其中,认识过程是基础。没有认识过程,人的情感既不能产生也不能发展。只有在认识和情感的基础上,人才可能进行自觉的意识活动。情感和意志是认识的动力,影响着认识活动的进行和发展。情感对意志有影响作用,良好的情感会使意志努力得到更充分的发挥,而意志活动又有利于丰富和升华情感。

“注意”,作为一种心理现象,它与其他现象不同。它不是单独存在的,而是始终都伴随着认识过程、情感过程和意志过程。没有注意,任何心理过程都不能顺利进行,心理活动也不能处于积极的状态中。

2. 个性心理 个性心理是指表现在一个人身上比较稳定的心理特征的综合,它是心理现象的静态形式。个性心理是指每个人的心理活动都表现出自己的一些特点,从而使人与人在心理上存在着个体差异。个人在心理上的差异就是个性心理。

个性心理又分为个性心理倾向性和个性心理特征两个方面。

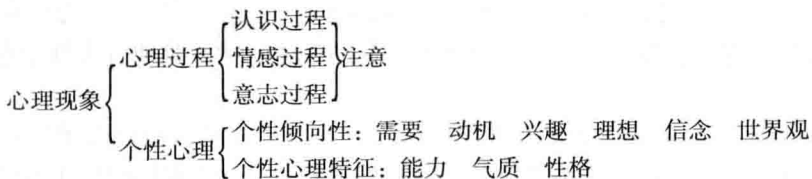
(1) 个性心理倾向性。也叫个性倾向性,是指一个人所具有的对客观事物稳定的态度,它是人从事活动的基本动力,决定着人的行为方向。如有的人爱运动,有的人爱读书,有的人爱听音乐;有的人注重物质生活,有的人追求精神享受等,都显示着个性倾向性上的差异。个性倾向性主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观等。其中需要是基础,世界观居于最高点,决定着人们总的心理倾向。

(2) 个性心理特征。也叫个性特征,是指一个人身上经常表现出来的本质的、稳定的心理特征,体现着人心理的鲜明的差异性。如有的人擅长表演,有的人擅长写作,有的人擅长计算,这些是人的能力上的差异;有的人活泼开朗,有的人沉默寡言,有的人暴躁易怒,有的人热情,有的人淡漠等,这些是气质上的差异;有的人大公无私、诚实可信,有的人虚伪自私等,这又是性格不同所致,都显示着个性心理特征的不同。个性心理特征主要包括能力、气质、性格等。其中,性格是个性心理特征的核心。个性心理特征影响着人的言行举止,反映出一个人的基本精神面貌,体现了人的心理活动的特殊性。

人的心理是一个统一的整体,心理过程和个性心理是密切联系、相互融合的。一方面,个性心理是在心理过程的基础上形成和发展的,如果没有对现实的认识,没有各种情感体

验,没有在认识的过程中的意志行为,人的能力、性格和世界观等是无法形成的;另一方面,已形成的个性心理又可以调节心理过程的进行,并在每个心理过程中得以表现。如人们的需要和兴趣不同,其认识活动的指向和内容也不同;气质不同,情感的表达也不同;而性格的不同,更会导致人的情感和意志的不同表现。性格坚强的人,善于克制自己的情绪,表现出坚强的意志力,而性格软弱者,则控制不了自己的情绪,缺乏坚韧不拔的意志力。因此,心理过程和个性心理之间是既有区别又互相联系、相互影响制约的心理现象,是不可分割的两个方面。

心理学研究的对象是心理现象。心理现象包括心理过程和个性心理两个方面,其结构如下:



1.1.2 心理学研究的任务和意义

1. 心理学研究的任务 心理学是研究人的心理现象发生、发展及其变化规律的科学。这是最基本的任务,具体可归结为如下几个方面。

(1) 解释心理现象。即从科学心理学的角度对各种心理现象进行科学界定,以建立和发展心理学中有关心理现象的完整的、科学的概念体系。它包括大到对整个心理现象,小到对某一具体心理现象的概念和外延的界定。例如,大的方面,“心理”的内涵是什么?心理现象如何分类?小的方面,气质的内涵是什么?如何分类?等等。因为心理学是一门正在发展中的科学,迄今为止,尚未完全建立一个完整、严密、统一的概念体系,其中不少概念还在争论中,还有很多心理现象的解释工作要完成。

(2) 探索心理规律。这是心理学主要的研究任务,即揭示各种心理过程的发生、发展及其变化规律,如揭示心理过程的规律,弄清人的个性差异形成的原因等。同时,心理学还要研究各种心理现象发生和表现的生理机制与心理机制以及它们之间的相互关系等。由于心理学是一门比较年轻的科学,至今也未能像物理学和化学那样形成一套完整、严密的科学定律,所以,对心理规律的探索,还是一项十分艰巨的任务。

(3) 指导实践。我们解释心理现象、探索心理规律的根本目的,是为了指导实践。因为人类的任何实践活动都是在心理调节之下完成的,不能指导实践的理论是空洞的理论,毫无价值。

2. 心理学研究的意义 理论上,心理学的研究有助于人们掌握马克思主义哲学的基本原理,树立辩证唯物主义世界观。心理学探索和揭示的心理现象和规律不仅为辩证唯物主义关于物质第一性和意识第二性的理论提供了科学依据,也为历史唯物主义关于社会存在决定社会意识原理提供了科学依据。同时,心理学的研究也有助于克服唯心主义思想的影响,反对偏见,破除封建迷信和愚昧。实践上,心理学的研究,有助于人们更好地了解和认识世界,认识自我,预测、控制和调节人的心理,使人们获得最佳的心理反应和个性发展,从而使生活、工作和学习等各方面变得更加和谐和富有成效。另外,心理学的理论和研究成果还

可以应用到实践活动的各个领域,具有多方面的实践指导意义。实际上,很多领域的实践活动,都离不开心理学知识的运用。众所周知,不懂心理学,教育教学工作就无法顺利进行,管理工作也不能有效地开展,而我国进行的神舟六号宇宙飞船载人航天飞行的成功,更离不开心理学的参与,离不开有效的心理训练和辅导,有心理医生一份功劳。

1.1.3 心理学的分支

心理学作为一门独立的科学虽然历史不长,但发展却极为迅速,不断地有新的分支出现。目前,已开拓出许多新的领域,形成一个分支庞大的科学体系。

心理学的主要分支如下:

1. 普通心理学 普通心理学是心理学的基础学科。它是以正常人的心理现象作为研究对象,研究人的心理过程和个性心理并揭示出它们的普遍规律。其他分支都是在它的基础上发展起来的。

2. 社会心理学 社会心理学是心理学的重要分支,研究社会心理现象的产生、发展及其变化规律。其具体研究内容包括群体共同的心理现象和个人在群体影响下所产生的各种心理现象。其任务是认识和解决各种社会问题,促进社会的和谐与进步。

3. 教育心理学 教育心理学主要研究教育过程中的各种心理现象的发生、发展及其变化规律。心理学是教育学科的基础,是教育工作者进行教育教学的理论依据,因此,研究和学习心理学对于教育领域有特别重大的意义,直接关系到教育的改革和人才的培养,并且对教学实践起着积极的指导作用。

4. 管理心理学 管理心理学是在管理过程中,运用心理学原理研究一定组织中人们的心理和行为规律及特点,以充分发挥人的潜力,调动人的积极性,从而使管理机制更加合理和富有成效。

5. 医学心理学 医学心理学是研究心理因素对人们疾病的产生、发展、影响及其在诊断、治疗和预防中的作用,从而有助于人们调节生活,预防和治疗疾病,增进身体健康和心理健康。

6. 消费心理学 消费心理学是研究消费者在购买过程中的各种心理活动及其规律,以及价格、广告等因素对消费者购买心理的影响作用,使商家和企业能更好地了解消费者心理,通过最大限度地满足消费者的需要而实现企业的最大利润。

此外,还有很多心理学分支,如旅游心理学、工程心理学、犯罪心理学、生理心理学、运动心理学等。心理学分支的迅速发展,标志着心理学结构体系的逐步形成。随着人类社会实践领域的不断扩大,心理学研究的课题也会越来越多,越来越广泛和深入,心理学的科学体系也将更加完善。

1.2 心理学的产生和发展

1.2.1 心理学的产生

心理学是一门既古老又年轻的科学。说它古老,是因为心理学的渊源可以追溯到 2000 多年前。古希腊和中国先秦时代的人们就注意到了心理现象并有学者对此进行了研究和解

释。对心理现象的研究和解释在许多闻名于世的古代学者的论述中都能看到,如古希腊学者曾解释心理是灵魂的活动。“心理学”的希腊原文就是“灵魂的学问”。古希腊哲学家亚里士多德在他的《灵魂记》中对心理现象有系统的论述。在我国古代杰出的思想家孔子、孟子等人的著作中,也都有丰富的关于人的心理的论述。但是,当时的心理学研究,仅仅散见于哲学家、思想家所著的论述中,关于心理学的知识没有被系统化,没有形成一门独立的科学,而是被包含在哲学的母体中。也就是说,心理学在2000多年的时间里,一直是哲学的一部分,心理现象都是由哲学家作为哲学问题加以研究的。所有的心理问题都是以哲学思辨的方式论述的,并被称之为“思辨的心理学”。

随着社会的发展,人类社会进入19世纪以后,自然科学得到迅猛发展,尤其是生理学的发展,为科学心理学的诞生创造了必要条件。1879年,德国生理心理学家冯特在德国的莱比锡大学创立了世界上第一个专门的心理实验室,用自然科学的实验手段来研究心理现象,揭示心理规律,取得了丰硕的成果,并培养了一大批学生。冯特还写了多部心理学著作,其中《生理心理学原理》一书被誉为“心理学独立的宣言书”,他本人也成为心理学史上第一位专业心理学家。他所创立的心理学实验室,标志着现代心理学的诞生,被公认为使心理学脱离了哲学而成为一门独立的科学。从此,心理学有了崭新的开端和长足的进步。但是,现代心理学从它诞生至今,也只有100多年的历史,与物理、数学、化学等学科相比,它是一门年轻的科学,是一门正在发展中的学科。德国著名的心理学家艾宾浩斯精辟地概括了心理学的历程——“心理学有一个很长的过去,但只有短暂的历史”。

1.2.2 心理学的发展

心理学自诞生以后,发展就极为迅速。由于实验方法的广泛运用,心理学研究的新成果、新理论不断提出,到20世纪30年代,形成了许多派别,如构造主义心理学、机能主义心理学、行为主义心理学、格式塔心理学、精神分析心理学等。第二次世界大战以后,又形成了人本主义心理学、认知心理学等学派。心理学的发展也逐步由各派的对立趋向融合。随着社会实践领域的不断扩大,研究方法的迅速发展,研究对象日益分化,心理学的新分支也在不断涌现。如随着宇航事业的发展,人们探索宇宙的实践不断深入,宇航心理学也随之兴起和发展。据统计,现代心理学在发达国家已有100多个分支,并形成了庞大的心理学体系,心理学专业成了众多热门专业之一。心理学成为科学七大部类的第七部类。

在当前心理学的发展中,一个鲜明的特色是心理学正在同其他学科交叉渗透,形成跨学科的研究领域,如数学心理学等。

1.2.3 心理学在我国

在中国,心理学作为一门独立的科学,是从19世纪末西方心理学思想传入中国后开始的。

清末民初,亲耳聆听过冯特先生讲授心理学的蔡元培先生回国任北京大学校长后,积极倡导支持心理学的传入。1917年,陈大齐教授在北京大学建立了中国第一个心理实验室。1920年,陆志韦教授在南京师范学校开创了中国第一个心理学系。1921年,“中华心理学会”在南京成立。1922年,中国第一本心理学杂志《心理》出版。1928年,中国第一个心理研究所创立。此后,心理学的组织机构、书籍刊物相继问世,直至抗战为止。

新中国成立后,心理学在我国得到进一步的发展。1957年,中国科学院设立了心理研究室,后又扩建为研究所。1955年成立了中国心理学学会。北京大学率先建立了心理学专业。全国师范院校开设心理学课程。

但是,由于“十年动乱”,新中国的心理学事业受到了沉重的打击,如被打成“伪科学”等。粉碎“四人帮”后,尤其在党的十一届三中全会以后,心理学才真正地迎来了自己的春天。中科院心理研究所重新建立,全国高校心理学教研室得到恢复,各种全国性的心理学杂志相继问世,大量的心理学教材、专著和译著得以出版和发行。不但全国的师范院校开设了心理学课程,很多非师范高校也都开设了心理学课程。近年来,不仅心理学理论研究成果丰硕,实践应用领域也蓬勃发展。单就高校而言,不仅开设心理学课程,而且都设立了心理健康教育和咨询室,具体解决学生的心理问题,极大地促进了学生的健康成长。目前,学习、研究和运用心理学的热潮正在全国兴起,中国的心理科学进入了前所未有的发展时期。

1.3 心理的实质

人们的学习、工作、生活和发明创造都是在心理活动的支配下进行的。那么,心理活动究竟是怎么产生的呢?心理的实质是什么呢?这是心理学的一个基本问题。对于这些根本问题,从古至今,人们提出了许多观点,试图解释清楚其中的奥秘。如有人认为心理是超越物质而存在的灵魂,有人认为心理是平行于生理的独立的活动,有人认为心理是对客观现实的机械反映等。现代心理学经过科学的研究,揭示了心理学的实质,认为人的心理是人脑的机能,是对客观现实的反映,心理是在实践活动中发生发展的。这一理论科学地回答了心理学的基本问题。

1.3.1 心理是人脑的机能

1. 脑是心理的器官 人类对于心理与脑的关系的认识,曾经历了漫长的探索时期。在远古时,人们认为,心理现象是独立于身体而存在的“灵魂”作用的结果,是灵魂控制着身体的活动,灵魂离开,人就会死亡。“心理学”这个术语的本意,就是“关于灵魂的学问”。随着社会的发展,生产力水平的提高,人们逐渐开始认识到心理现象是和人的身体有关系的,心理活动是身体的一种功能。但是,产生心理活动的器官究竟是什么?这又经历了漫长的探索时期。在历史上,曾有相当长的一个时期,心脏被认为是产生心理活动的器官。因为人在清醒时可以感受到自己的心脏的跳动,在心情激动或平静状态下也可以感受到心脏活动的差异,于是西方有人认为心脏产生心理如同胆囊分泌胆汁。我国古代的人们也认为心脏是产生心理的器官,因而在汉语里,与精神现象有关的文字都由“心”旁组成,如“思”“想”“怒”等,并把很多表达心理活动的词与“心”联系起来,如“心想”“心焦”等。

但是,随着人类认识能力的提高,经验的积累,尤其是医学科学的发展,人们逐渐认识到大脑才是产生心理的器官,而不是心脏。人们在日常生活中发现,当人们或动物的头部受到损伤时,精神活动也遭到破坏,会出现不正常现象。但真正用科学的方法鉴定出脑才是人的心理器官是在1861年。当时法国医生布洛卡在对一个多年不能清楚地说话的患者进行死后解剖时,发现在患者大脑皮层左侧的额叶有病变,从而发现言语运动区的位置。

后来,大量的医学研究和临床证明发现,当人的大脑由于受外伤或疾病而遭受破坏时,

其心理活动就会受到影响,会发生全部或部分失调。如枕叶受损伤,就可能变盲;颞叶受损伤,就可能变聋;左半球额下回受损伤,病人便不能说话;脑部受到剧烈的震荡,也会导致心理活动的失常,如产生幻觉、错觉、失忆等。人处在不同的心理活动状态下,表现出的脑电图也不同。

另外,从个体心理水平的发展研究来看,个体心理水平也是与脑的发育水平密切相连的。婴幼儿时期,虽然脑的结构与成人相同,但发育的水平并不完全,其心理活动便处在低水平阶段,不能进行复杂的思维活动。随着年龄的增长,脑的发育也日趋成熟,其心理活动的水平也在逐渐提高,到脑完全发育成熟后,其心理活动水平也基本上达到成人水平。

脑是心理的器官,但脑并不能独立地产生心理活动。人的心理活动依赖于整个神经系统的作用,人脑是其中最主要和最重要的部分。要研究人脑,就要研究神经系统及其作用。人的整个神经系统都是由神经元构成的。

(1) 神经元。也叫神经细胞,是构成神经系统的基本结构和功能的单位。它的形状、大小和类型虽然十分复杂多样,但结构是相同的,都是由细胞体、轴突和树突三部分组成的。一个神经元只有一个轴突,树突可有多个,如图 1-1 所示。神经元具有接受刺激、传递信息和整合信息的功能。通常是通过树突接受外来信息,由细胞体对信息进行整合,然后通过轴突将信息传递给另一个神经元或效应器。神经元之间的联系方式是相互接触,而无细胞质的沟通。神经元相互间接触的部分称为突触,是信息传递和整合的关键部分。

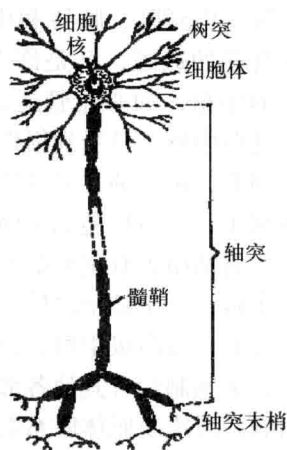
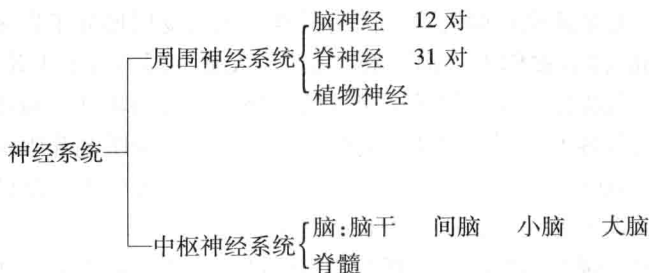


图 1-1 神经元的构造

(2) 神经系统及其功能。神经元构成的神经系统可分为周围神经系统和中枢神经系统。结构如下:



在周围神经系统中,与脑相连,由脑发出的神经称为脑神经,共 12 对,主要分布在头、面额,它与头、面部的运动和感觉有关。由脊髓两侧发出的神经称为脊神经,共 31 对,分布于躯体和四肢,与躯体感觉和四肢运动有关。植物神经又称自主神经系统,广泛地分布于内脏、心血管和腺体,其功能是控制内脏器官、腺体和血管的活动,一般不受人的意志控制。

周围神经系统是中枢神经系统联系感受器和效应器的纽带,它把中枢神经系统与全身其他器官连在一起,起着传入和传出神经冲动的作用。也就是说,周围神经的纤维有两种,一种是传入神经系统,负责把神经冲动从感觉器官如眼、耳、鼻、舌、皮肤等,传入中枢神经系统;一种是传出神经系统,负责将神经冲动由中枢神经传向效应器官,如肌肉、腺体等。

中枢神经系统,包括脑(脑干、间脑、小脑、大脑)和脊髓,负责处理信息,是人体的“司令部”,有低级中枢和高级中枢之分。

低级中枢包括脊髓、脑干、间脑和小脑4部分。它们的分布如图1-2所示。

脊髓,处于中枢神经系统的最底部,呈索状,位于椎管内,其上端与延脑相接,是简单反射的中枢,负责调节和控制排泄、膝跳等反射活动以及向脑传导来自躯干和四肢的各种神经冲动;脑发出的各项指令也要通过脊髓才能到达躯干和四肢的效应器官。

脑干由延脑、脑桥和中脑组成。它既是大脑、小脑联系脊髓的通道,又是许多内脏器官活动和视、听定向活动的中枢,如心血管运动中枢、呼吸中枢、吞咽中枢等。这些中枢一旦受到损伤会立即引起心跳、呼吸的停止,故称为生命中枢。

间脑,由丘脑和下丘脑组成。丘脑是皮下感觉中枢,除嗅觉外,各种感觉信息都汇集在这里加工,然后传递到大脑皮层形成感觉。下丘脑是植物性神经系统的皮下中枢,调节内脏活动,对情绪也有重要的影响作用。

小脑,位于脑干之后,主要功能是维持身体平衡,调节肌肉运动。

大脑,是高级中枢,位于头部的顶端,处于脑的最高部位,也是人脑最复杂、最重要的部位,大脑制约着其他各部位的活动。人的大脑由对称的左右两个半球构成,状如合拳,中间由联系纤维胼胝体联系着。成人的大脑重约1400g,占整个神经系统的98%,是身体重量的1/50。

大脑表面覆盖着一层灰质,被称为大脑皮层,是人类心理最直接、最高级的构成基础。皮层的表面积约为 2200cm^2 ,厚度平均约2.5mm,约有140亿个神经细胞组成,共分6层规律排列,折叠成球,紧紧地窝在颅腔内。因为折叠,大脑皮层形成了许多褶皱,凸起的部分被称为“回”,凹陷的部分被称为“沟”和“裂”。大脑皮层的每个半球各有3条大的沟裂,即中央沟、外侧裂、顶枕裂。它们把每个半球的大脑皮层分为额叶、顶叶、枕叶和颞叶4个区域。每个区域的机制各不相同。如枕叶为视觉中枢,颞叶为听觉和嗅觉中枢,顶叶的中央后回为躯体感觉区,额叶为躯体运动中枢,而语言中枢则主要位于大脑的左半球的额叶、颞叶和枕叶(即言语运动中枢、言语听觉中枢和言语视觉中枢)。

大脑皮层特定的区域专司特定的生理和心理活动的现象,被称为机能定位。但是,大脑皮层的机能定位并不是绝对的,而是相对的。各机能定位区只是实现某种功能的核心部分,其他区域在实现某种功能时也在起一定的作用,彼此并不孤立,并且在它们中间有一定的代偿作用。同时,某一区域功能受损,也会影响到其他区域的功能。大脑皮层上,还有大部分区域没有明显的机能定位,被称为联合区,被认为与高级的心理活动有密切的联系。前苏联生理心理学家鲁利亚把大脑皮层机能定位的区域和尚未明显定位的区域划作3个机能联合区,认为任何一种心理活动都是这3个联合区协作活动的结果。

尽管整个大脑皮层对心理活动具有整体整合的功能,但左右两个半球在功能的分工上还是比较明显的。

诺贝尔奖获得者,美国加利福尼亚州理工学院的罗杰·斯佩里博士通过大量的试验证明

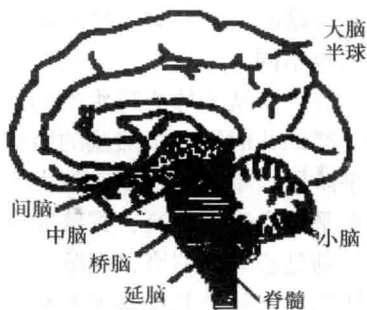


图1-2 人脑各部位图