

Xinxixue Yuanli Yu Jiaoyu

Xinxixue

China University of Mining and Technology Press

心理学

原理与教育

庄妍 唐荣 钱兵 张典兵 著

中国矿业大学出版社

China University of Mining and Technology Press

心理学原理与教育

庄妍 唐荣 著
钱兵 张典兵

中国矿业大学出版社

内 容 简 介

本书共分为四编,第一编心理与心理学,主要介绍心理学的研究对象、学科属性、研究领域、研究价值等。第二编心理过程与培养,重点论述个体的心理过程,内容涉及感觉与知觉、记忆与遗忘、思维与想象、意识与注意、情绪与情感、意志与行动等。第三编个性心理与塑造,阐述个性倾向性与个性心理特征的内容,涉及需要与动机、能力与智力、气质与性格、自我意识等。第四编心理发展与教育,分析心理学与教育相关的主要分支学科。

本书可供教师教育专业学生学习,也可供在职教师参考。

图书在版编目(CIP)数据

心理学原理与教育 / 庄妍等著. —徐州: 中国矿业大学出版社, 2016.12

ISBN 978 - 7 - 5646 - 3314 - 1

I. ①心… II. ①庄… III. ①教育心理学—高等学校—教材 IV. ①G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 260381 号

书 名 心理学原理与教育

著 者 庄 妍 唐 荣 钱 兵 张典兵

责任编辑 陈振斌 史凤萍

出版发行 中国矿业大学出版社有限责任公司

(江苏省徐州市解放南路 邮编 221008)

营销热线 (0516)83885307 83884995

出版服务 (0516)83885767 83884920

网 址 <http://www.cumtp.com> E-mail: cumtpvip@cumtp.com

印 刷 徐州中矿大印发科技有限公司

开 本 787×1092 1/16 印张 22 字数 550 千字

版次印次 2016 年 12 月第 1 版 2016 年 12 月第 1 次印刷

定 价 52.00 元

(图书出现印装质量问题,本社负责调换)

前言

从心理学学科发展历程上来看,心理学既是一门十分古老的学科,又是一门非常年轻的学科。说它古老,是因为早在两千多年前,古希腊时期的哲学家和我国先秦时期的思想家就已经开启了对心理学的探索旅程;说它年轻,是因为直到1879年心理学家冯特在德国莱比锡大学创建了世界上第一个心理实验室,它才真正脱离了哲学母体而成为一门独立的科学。1899年,美国心理学之父、机能主义代表人物詹姆斯出版了《对教师讲心理学》一书,明确指出:“心理学是科学,教学是艺术;无论科学如何万能,科学本身不可能直接创造出艺术作品。”他阐明了心理学与教学、与教育、与教师之间的密切关系,开启了心理学原理在教育教学实践活动中应用的先河。

百余年后的今天,现代心理学成为了一门基础理论研究与应用研究紧密结合的学科。心理学基础理论研究的任务在于描述心理现象,解释心理规律,预测心理活动;心理学应用研究的任务在于将心理学理论研究成果运用于社会实践中的广阔领域。其中,教育教学实践是与心理学联系最为紧密的领域之一,心理学原理在教育教学实践中的应用成果丰硕、意义重大、前景光明。

作为《教师教育课程标准(试行)》和幼儿园、小学、中学教师“专业标准”背景下的一本心理学著作,《心理学原理与教育》旨在通过心理现象的研究,揭示心理的本质与规律,为教师教育专业学生未来从事教师工作提供心理学知识基础,同时注重心理学原理与教育教学实践的紧密结合,使学生掌握分析和解决实际问题的技能与能力,为培养适应我国基础教育改革和发展需要的高素质、高水平教师贡献力量。

本书在内容架构及编写体例上突出体现了以下几个鲜明特点:

第一,整合和创新心理学理论体系。本书在内容上保留了心理学研究的大部分心理现象,如感知觉、记忆、思维、情绪、意志、动机、能力、气质、性格等,但在章节结构的设计与安排上进行了整合和创新。将有密切关联的心理现象组织到一个章节内容中,如感觉与知觉、记忆与遗忘、情绪与情感、需要与动机、气质与性格,力求更加符合学生的认知规律。本书在每一章的前面增加了“问题与思考”这个栏目,精心设计了6个具有较强探究性、开放性和应用性的问题,以便于开展课前预习、课堂讨论、课后拓展阅读,倡导互动教学和研究性学习,激发学生学习的主体性、问题性和反思性。

第二,重视心理原理与教育教学的结合。本书以教师教育为导向,把心理理论与教育教学实践有机融合,形成两条并行的主线:一是解决“是什么”的问题,即在每一章的前半部分着重对心理现象进行深入的分析 and 描述,以期阐明心理现象的本质和规律;二是解决“怎么办”的问题,即在每一章的后半部分,聚焦良好心理品质的培养或心理问题的调适,以期促进心理学原理与规律在教育教学情境中的应用。

第三,吸收和转化心理学研究的前沿成果。在科学、准确地阐述心理学的基本原理、基本规律的同时,尽量反映现代心理学研究的最新成果。积极吸收和创造性转化近年来的学术期刊和国内外有影响的心理学著作与教材中的研究成果和内容,既重视对经典实验和理

论的论述,同时将教育心理学、发展心理学、社会心理学、人际心理学和心理健康教育的有关内容也有有机渗透于相关章节。

本书共分为四编十六章。第一编是“心理与心理学”,主要介绍心理学的研究对象、学科属性、研究领域、研究价值、研究方法;系统梳理心理学的起源、发展与现状;揭示心理的实质。该编目的在于使学生系统了解心理学的概貌,树立辩证唯物主义科学心理观。第二编是“心理过程与培养”,重点论述个体的心理过程,涉及感觉与知觉、记忆与遗忘、思维与想象、意识与注意、情绪与情感、意志与行动。该编试图将有关心理过程的原理应用于教育教学实际情境,凸显了理论与实践的有机结合。第三编是“个性心理与塑造”,系统阐述个性倾向性与个性心理特征的内容,涉及需要与动机、能力与智力、气质与性格、自我意识。该编目的在于使学生在了解个性倾向性与个性心理特征的基本原理和规律的基础上,掌握切实有效的培养和促进策略,为促进学生的自我成长以及教师的因材施教提供支持。第四编是“心理发展与教育”,主要分析心理学与教育相关的主要分支学科,包括个体心理发展、人际关系心理、心理健康教育研究中所取得的主要成果。该编目的在于启迪和帮助即将走上教师岗位的师范生,能够更好地胜任教书育人的工作。

本书凝聚了作者多年来在从事心理学学科科学研究和教学研究的经验成果,是集体智慧的结晶。具体分工如下:第一章、第二章、第三章、第十二章和第十六章由庄妍撰写;第四章、第六章和第七章由唐荣撰写;第五章、第九章、第十三章、第十四章和第十五章由张典兵撰写;第八章、第十章和第十一章由钱兵撰写。庄妍和张典兵同志设计了本书的内容框架,制定了本书的编写大纲,负责了全书的统稿与定稿工作;唐荣和钱兵同志参与了部分章节的统稿和审定工作。

在本书撰写过程中,作者吸收了国内外众多心理学专家学者的研究成果,借鉴了很多一线教师鲜活的教育教学实践经验,有的在书中以注释的形式加以标注,有的在书后以参考文献的形式进行说明;中国矿业大学出版社对本书的出版给予了鼎力支持,在此一并表示最衷心的感谢!限于作者能力和水平,本书可能会存在诸多问题和不足,恳请读者朋友给予批评指正!

目 录

前言	1
----	---

第一编 心理与心理学

第一章 心理学概说	3
第一节 心理学的研究对象	4
第二节 心理学的学科属性	7
第三节 心理学的研究领域	10
第四节 心理学的研究价值	13
第五节 心理学的研究方法	15
第二章 心理学的历史与现状	20
第一节 心理学的起源	21
第二节 心理学的发展	31
第三节 心理学的现状	43
第三章 心理的实质	47
第一节 身心关系学说	47
第二节 心理是脑的机能	50
第三节 心理是客观现实的反映	54
第四节 心理的神经生理机制	57

第二编 心理过程与培养

第四章 感觉与知觉	69
第一节 感觉与知觉概说	69
第二节 感觉与知觉的分类	72
第三节 感觉与知觉的基本规律	79
第四节 感知规律在教学中的运用	87
第五章 记忆与遗忘	92
第一节 记忆概说	92
第二节 记忆表象	95
第三节 记忆的分类	98
第四节 记忆的过程及规律	101

第五节 记忆品质及其培养·····	111
第六章 思维与想象·····	115
第一节 思维与想象概说·····	115
第二节 思维与想象的分类·····	119
第三节 思维的过程与形式·····	123
第四节 问题解决与创造性思维·····	128
第五节 思维与想象的品质及培养·····	134
第七章 意识与注意·····	140
第一节 意识概说·····	140
第二节 注意概说·····	144
第三节 注意的分类·····	149
第四节 注意品质及其培养·····	153
第五节 注意规律在教学中的运用·····	157
第八章 情绪与情感·····	162
第一节 情绪与情感概说·····	162
第二节 情绪情感的维度和分类·····	168
第三节 情绪的有关理论·····	175
第四节 情绪适应不良与调节·····	180
第九章 意志与行动·····	185
第一节 意志概说·····	185
第二节 意志行动的心理过程·····	191
第三节 意志品质与教育·····	196
第三编 个性心理与塑造	
第十章 需要与动机·····	203
第一节 需要与动机概说·····	203
第二节 需要与动机的分类·····	206
第三节 需要与动机的理论·····	209
第四节 需要理论研究的价值·····	219
第十一章 能力与智力·····	224
第一节 能力概说·····	224
第二节 智力及其理论·····	228
第三节 能力的个别差异·····	234
第四节 能力与智力测量·····	237

第五节 能力的形成与发展	239
第十二章 气质与性格	244
第一节 气质与性格概说	245
第二节 气质与性格的学说	247
第三节 气质与性格的测量	251
第四节 气质与因材施教	254
第五节 性格的形成与塑造	257
第十三章 自我意识	261
第一节 自我意识概说	261
第二节 自我意识的形成与发展	268
第三节 自我意识在教育教学中的运用	273
第四节 自我意识的自我塑造与完善	275
 第四编 心理发展与教育 	
第十四章 个体心理发展	279
第一节 个体心理发展概说	279
第二节 影响个体心理发展的因素	283
第三节 个体的认知发展	290
第四节 个体的人格发展	293
第五节 个体的道德发展	296
第十五章 人际关系心理	300
第一节 人际关系心理概说	300
第二节 人际知觉的形成	305
第三节 人际互动心理	311
第四节 态度及其转变	317
第十六章 心理健康教育	322
第一节 心理健康教育概说	323
第二节 常见心理问题与成因	328
第三节 心理健康的维护	331
第四节 心理咨询与治疗	335
参考文献	340

第一编 心理与心理学

本编主要包括三大主题：心理学概说、心理学的历史与现状、心理的实质。心理学是研究心理现象及其规律的科学。心理学研究对象的特殊性决定了它是一门具有自然科学性质与社会科学性质的中间学科。作为一个理论与应用相结合的学科，心理学的基础理论研究丰富，且广泛应用于人类活动的各个领域，形成了许多分支。从研究价值上来看，心理学具有理论与实践的双重价值。研究方法的更新与心理学的发展息息相关，心理学的研究方法包括观察法、调查法、测量法与实验法等，这些研究方法各有优势与不足，应根据研究课题选择适当的研究方法加以综合运用。心理学是一门古老而又年轻的学科。早在两千多年前，东西方哲学家和思想家就开始探讨灵魂及心理的相关领域。19世纪末，心理学真正脱离哲学而独立。在心理学百余年发展的历程中，先后出现了构造主义心理学、机能主义心理学、精神分析心理学、行为主义心理学、格式塔心理学、人本主义心理学、认知心理学等诸多流派。现今，认知神经科学、生态心理学、后现代心理学、进化心理学、积极心理学等成为了心理学研究的新取向。心理的实质是身心关系、心脑关系问题。心理是脑的机能，是人脑对客观现实的反映。随着生理学、脑神经科学的发展，心理的神经生理机制研究取得了许多成果。本编有助于学习者系统把握心理学的概貌，树立辩证唯物主义科学心理观。

第一章 心理学概说

问题与思考

1. 著名心理学史家舒尔茨曾批评说:“心理学在其研究过程中,先是失掉了‘心’,然后失掉了‘灵魂’,再是失掉了‘意识’,现在又不见了‘人’”。请思考,在心理学发展历程中,关于心理学的研究对象经历了怎样的历史演变?现今,心理学的研究对象是什么?

2. 心理学是研究心理现象及其规律的科学。人的心理现象是多种多样的,它们之间的关系非常复杂。心理现象每时每刻都在产生,并在劳动、工作、学习等活动中表现。心理现象有动态的心理过程和相对稳定的个性心理。请按照这两个维度,对日常生活中常见的一些心理现象进行分类。

3. 20 世纪六七十年代以后,认知心理学已成为心理学的主流。但依然有心理学家认为,“认知”是内部心理活动,具有主观性,将内部心理活动作为心理学研究对象是违反科学原则的。美国新行为主义代表人物斯金纳就曾撰文《心理学能成为一门研究心的科学吗?》表示自己的强烈抗议。请思考,心理学是一门科学吗?科学的心理学需要哪些基本特点?

4. 皮亚杰认为,“在科学之林中,心理学在不同程度上和其他每一门科学都相互依存,它依存于其他科学,反过来,在不同的方面,其他学科也借助于心理学”。请问,心理学与哪些学科有依存关系?他们结合形成了哪些心理学的分支学科?

5. 20 世纪 20 年代,美国国家科学院科学家在西方电气公司所属的霍桑工厂进行研究。这项研究旨在考察一系列控制条件(薪水、车间照明度、湿度、休息间隔等)对员工工作表现的影响。结果发现,无论改变何种控制条件,员工生产效率都得到了提升。事实上,是研究者的出现对被研究者产生了影响。据此思考,心理学研究如何遵循客观性原则?

6. 心理学家冯特指出:“一旦我们把心理学看作一种自然现象,而且把心理学看成是一门自然科学,那么这门科学一定也是完全能够充分应用实验方法的。”与观察法、测量法、问卷法相比,实验法运用于心理学研究有什么突出的优势?实验法实施的关键是什么?自然实验法与实验室实验法各有哪些利弊?

心理学是一门古老而又年轻的学科。在漫长的人类历史长河中,心理学曾一直是哲学的附庸,哲学家在探索“世界本源”问题之余思考关于“灵魂”的学问。直到 19 世纪末,随着自然科学的发展以及新的研究方法的引入,心理学终于成为一门独立的学科,跻身科学殿堂。进入 21 世纪,经历了百余年的发展历程,心理学从学术金字塔逐渐走进大众的日常生活。尽管如此,人们对于“什么是心理学”依然充满疑问或存在误解。全面了解心理学的研究对象、心理学的学科性质、心理学的研究领域、心理学的研究价值以及心理学的研究方法,有助于总览心理学的概貌,为深入学习这门学科奠定基础。

第一节 心理学的研究对象

任何一门科学,都有自己特定的、与其他学科相区别的研究对象。心理学研究对象的确定经过了一系列历史演变,从最初对灵魂的思考,对意识的内省,对行为的测量,再到对心理现象及其规律的探索。心理现象是丰富多彩的,也是复杂变幻的。感觉、知觉、注意、思维、情绪、意志、需要、动机、能力、气质、性格等都是心理现象,对这些心理现象进行系统地分析与阐述,有助于全面了解心理的奥秘。

一、心理学的定义

(一) 历史演进中的心理学定义

为揭开心理世界的奥秘,人类经历了漫长的探索之路。现代心理学是在西方文化的土壤中成长起来的一门学科,最早可以追溯到两千多年前的古希腊时期。从词源上讲,心理学 psychology 正是由希腊文 psyche 和 logos 两个词组成,前者意为灵魂,后者可以翻译成逻辑、理论、知识,结合在一起即为“关于灵魂的学问”^①。古希腊著名思想家亚里士多德的《论灵魂》是历史上第一部关于心理学的论著。亚里士多德把灵魂分为三个功能:营养繁殖功能、感觉与愿望功能、认知与思维的功能,人类灵魂同时具有这三种功能。此外,他还全面系统论述了感觉、记忆、联想、动机、睡眠、梦等各种心理现象。随着人类认识水平的提高和科学的发展,在中世纪以后人们逐渐抛弃了原来的灵魂概念,转而研究人的心灵,此时的心理学仍属于哲学范畴。1879年德国学者冯特在德国的莱比锡大学建立第一个心理实验室,标志着心理学从哲学中分离出来,成为一门独立的科学。冯特认为心理学是研究意识或直接经验的科学,直接经验包括感觉、情绪、意志等心理活动。

19世纪末至20世纪初,心理学界的几个重要流派如构造主义心理学、机能主义心理学以及格式塔心理学等都把意识视为心理学的研究对象。同一历史时期,精神分析学派创始人弗洛伊德把心理分为意识、前意识与潜意识,认为潜意识是意识层面以下的心理活动,蕴藏大量原始冲动与本能欲望,对人类行为具有强大的推动力量,创造性地把潜意识作为心理学的研究对象。20世纪20~50年代,行为主义学派在心理学史上取得统治地位。行为主义心理学为追求心理学的客观化与科学化,把难以进行量化的感觉、知觉、思维、情感等一切内部心理活动排除出心理学的研究范围以外,主张行为是心理学唯一的研究对象。这一时期,心理学又被称为是行为科学。20世纪六七十年代以来,认知主义心理学、人本主义心理学的兴起,打破了行为主义对心理学的桎梏,让感知、思维、推理以及情感、需要、动机、人格等内部心理活动重新回归心理学的研究视野。

(二) 达成共识的心理学定义

目前,我国学者们对心理学的界定已经基本达成共识。黄希庭教授将心理学定义为“对心理现象进行科学研究的学问”^②。彭聃龄教授提出“心理学是研究心理现象的科学”^③。台

① [美]库恩,等.心理学导论:思想与行为的认识之路[M].郑钢,等译.北京:中国轻工业出版社,2014:14.

② 黄希庭.心理学基础[M].上海:华东师范大学出版社,2008:1.

③ 彭聃龄.普通心理学[M].北京:北京师范大学出版社,2009:2.

湾著名心理学家张春兴指出“现代心理学是以科学的方法研究人的心理和行为的科学”^①。综合以上观点可以确定,心理学是研究心理现象及其规律的科学。

具体来说,包括以下几个关键点:其一,心理学既研究人的心理现象,也研究动物的心理现象,但主要研究人的心理;其二,心理学既研究健康人的心理,也研究心理疾患者的心理,但以研究健康的人的心理为主,从而发现心理学普适性的规律;其三,心理学既研究个体心理,也研究群体心理、超个体心理,从而使心理学的研究范围扩展到社会心理学领域;其四,心理学既研究意识,也研究潜意识,既研究内部心理活动,也研究外部行为表现。

二、心理现象

现代心理学把人的心理现象看作复杂的系统,从动态—稳定性维度来看,心理现象分为动态的心理过程与相对稳定的个性心理。

(一) 心理过程

心理过程包括认知过程、情感过程和意志过程。认知过程是最基本的心理过程,情感和意志是在认知的基础上产生的。

1. 认知过程

认知过程是指人们在认识活动中获得知识信息与运用知识信息的过程,也叫信息加工过程。它主要包括感觉、知觉、记忆、想象、思维等心理过程。感觉是人脑对直接作用于感觉器官的事物的个别属性的反映。感觉是认识事物的开端,在日常生活中,看到一种颜色,听到一种声音,闻到一种气味,尝到一种味道,触摸到物体的软硬、温度或光滑程度等均属于感觉。感觉是最低级的心理活动过程。单纯的感觉在生活中极少见到,人们往往把事物作为一个整体来认识。例如,吃橙子的时候,可以同时看到橙色,闻到果香,尝到酸甜的味道,这是知觉。知觉是直接作用于感觉器官的客观事物的整体在人脑中的反映。知觉是对感觉信息解释的过程,它反映事物的整体及其联系与关系。感觉和知觉通道都是联系在一起的,同时发生的,称为感知觉。感觉信息一经通过感觉器官传达到脑,知觉也就随之而产生。即感觉是知觉的基础,知觉是在感觉的基础上产生的。记忆是过去经历过的事物在人脑中的反映。例如看到桂林的山水、九寨沟的风光、杭州西湖的风景等都会在大脑中留下一定的印象,再提到这些地方或名称的时候就会在头脑中呈现出有关景色。人们不仅能够通过感知直接反映事物的外部特征或外部面貌,还可以在此基础上运用已有的知识经验概括地、间接地反映事物的内在规律和特征。思维是人脑对客观现实概括和间接地反映,它反映的是事物的本质和内部规律性。例如,考古学家能够推测出在一千多年前墓葬群的主人。想象是人脑对已有表象进行加工改造而形成新形象的心理过程。例如,高考结束的学生会在头脑中勾画出未来大学学习、生活的场景,人不仅能通过记忆把经历过的事物回想起来,而且还能想出自己从未经验过的事物。

2. 情绪与情感过程

情绪过程是个体对客观事物所产生的主观态度体验。人在认识客观事物时,并非是无动于衷的,如果符合某人的需要,就会对它产生肯定的态度,从而引起人的爱、尊敬、满意、愉快、欢乐、欣慰等内心体验;如果某事不符合人的需要,就会对他产生否定的态度,从而引起恨、不满意、不愉快、痛苦、忧愁、恐惧、羞耻、愤怒、悲哀、厌恶、遗憾等内心体验。例如,人们

^① 张春兴,现代心理学:现代人研究自身问题的科学[M].上海:上海人民出版社,2009:3-5.

在观看奥运会比赛时,会随着比赛现场上双方情势的变化而产生满意、兴奋、愉快或惋惜、气愤、懊丧等态度体验。情绪发生时,个体还会出现身体的外部变化,这是情绪不同于其他心理现象的又一个显著特点。这种情绪的身体外部变化,叫做表情,也称为表情动作,指情绪在有机体身上的外显行为。情绪和情感之间既有区别又有联系。一方面,情绪与情感存在明显区别。情绪是那些与自然需要相联系的主观体验,是人与动物共有的;情感则主要指人的社会性需要,是否得到满足而产生的主观体验,是人类所独有的。情绪具有情境性和暂时性,它随情境的出现而发生,也随情境的变迁或需要的满足而较快地减弱或消逝;情感则具有深刻性和稳定性,持续时间较长,甚至影响人的一生。情绪具有更多的冲动性和外显行为;情感比较内隐,深沉而且久远,不轻易流露出来。另一方面,情绪与情感相互联系和依存。情感是在情绪的基础上产生的,进而发展成为情绪深层核心,它通过情绪得以实现。情绪包含着情感,受已形成情感的制约,是情感的外在表现。情绪和情感虽然有各自的特点,其差别是相对的。在现实的整体人身上,他们常常交织在一起,很难加以严格的区分。有人把两者合称为感情。

3. 意志过程

意志过程是个体自觉地确定目标,并根据目标调节自身行动,克服困难,实现既定目标的心理过程。意志必然与克服苦难相联系,没有困难的行动是无意志可言的。平时有许多事都需要有意志的参与。人的意志不能主宰客观世界。相反,正是客观规律支配和决定着人的意志。人对客观世界的规律性认识越深刻,就越能自觉支配自己的行动,及早实现预定的目标。如果人的行动背离了自然和社会的规律,就会到处碰壁,走投无路,当然也就谈不上任何自由了。总之,意志自由是受客观规律所支配的,自由是在尊重客观规律基础上的自由。

认知、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,他们之间是统一的心理过程的三个不同方面,相互联系、相互影响又相互制约。认知过程是引起人的情绪、情感和确定行动目标的基础;情绪、情感对人的认识活动与意志行动起着动力或阻力作用;意志品质如何,又反过来对人的认知,情绪、情感和目标的实现有巨大的影响。

此外,注意作为一种积极的心理状态,总是伴随心理过程而存在。注意是心理活动对一定对象的指向和集中。它本身不是一种独立的心理过程,而是心理过程共有的特性,是伴随着心理过程发生的。

(二) 个性心理

由于每个人的遗传素质,所处的生活环境、所受的教育以及从事的活动等不同,以上心理过程在每个人的身上就有不同的表现,从而形成了每个人不同的个性差异,即个性。哲学家认为,世界上没有两片完全相同的树叶;心理学家则认为,世界上没有两个相同的个性。个性是每个个体所具有的稳定的心理现象。人的个性差异表现在个性倾向性和个性心理特征两个方面,二者密切联系,从总体上合理地反映出一个人完整的个性。

1. 个性倾向性

个性倾向性是决定人对现实的态度和行为方式的动力系统,包括需要、动机、兴趣、信念等。需要是个体因缺乏某种东西而使生理或心理状态失衡,并力求恢复平衡的倾向性。马克思把人的需要作为人的本性。动机是为实现一定目的而行动的原因,是直接推动个体趋向一定目标的内部活力。做一件事,有人出于这种原因,有人出于那种原因,这是个性在动

机上的差异,动机越强烈越勇于克服各种困难。兴趣是人力求探索某种事物或从事某种活动的认识倾向。一个人对某种事感兴趣,就会产生接近这种事物的倾向,并积极参与有关活动,而乐此不疲。

2. 个性心理特征

个性心理特征是个性心理中最稳定的特征因素,它决定着一个人的稳定的心理面貌,是把人与人区别开来的特征因素之所在。个性心理特征包括能力、气质和性格。能力是人顺利地完某活动所必备的心理特征。气质是一个人典型、稳定的心理活动的动力特征,如活泼、安静、慢性子、急脾气等。它是与生俱来的一种心理特征,往往一辈子也难以改变,正所谓“江山易改,秉性难移”。古希腊学者希波拉底把人分为多血质、胆汁质、黏液质和抑郁质四种类型。人的气质本身并无好坏之分,每一种气质既有积极的一面,也有消极的一面。性格是一个人对现实稳定的态度以及与之相适应的习惯了的行为方式,构成了人心理面貌的一个突出的方面,如诚实、虚伪、勤奋、懒惰等。性格是个性的核心部分。气质体现着人心理活动动力方面的特征,性格显示着人对现实的态度及与之相适应的行为方式方面的心理特性。

心理过程与个性心理是相互密切联系在一起的。既没有不带个性心理的心理过程,也没有不表现在心理过程中的个性心理。总的来说,心理学是研究心理过程发生、发展的规律性,研究个性心理形成和发展的过程,以及研究心理过程与个性心理相互关系的规律性的科学。

第二节 心理学的学科属性

心理学诞生已有百余年时间,但人们依然混淆常识的心理学与科学的心理学。科学的心理学具有实证性、可论证性以及可重复性。心理学的学科属性是心理学的根本性问题之一,关系到心理学是否能够真正独立。心理学研究对象的特殊性决定了学科属性的复杂性。心理学研究对象的特殊性决定了心理学学科属性的复杂性。目前,心理学界存在较为一致的认识:心理学是一门兼具自然科学与人文科学属性的中间学科。

一、心理学的科学性

人类关于心理的学问表现为两种类型:一种是科学心理学体系,是为了探究心理机制运用实证研究方法构建的学问;一种是常识性的心理知识,是人们在日常生活中通过直觉或经验获得的学问。例如,很小的孩子已经懂得在成人面前察言观色,以决定自己是继续撒娇还是乖乖听话;街头算命先生可以洞悉素不相识的人的内心世界。常识性的心理学知识在与他人交往时或试图理解他人意图时常常被用到,因此大众常常对科学心理学产生诸多误解与偏见^①。

(一) 大众眼中的心理学

1. 心理学是“心里”学

大多数学心理学的人士都有过这样的经历,都曾被问及这样一个问题:“既然你是学心理学的,那么你知道我现在在想什么吗?”值得明确的是,心理学能够通过人的外显行为和情

^① [英]朱丽娅·贝里曼,等.心理学与你[M].武跃国,译.北京:北京大学出版社,2000:5.

绪表现来研究内部心理活动规律,但所得结论通常涉及一定人群中的概率事件。心理学可以预测在一定的情境范围内大部分人的心理规律,却无意回答一些某个个体“此时此刻”的心理状况。

2. 心理学是研究病态的心理学

有人谈心理学色变,认为心理学只研究病态心理,如焦虑症、抑郁症、恐惧症、甚至精神分裂症。不少经典的心理电影对这种误解起了推波助澜的作用。实际上,心理学家并不只对病态心理感兴趣。特别是近几十年来,积极心理学兴起之后,心理学家们把更多的目光由“帮人摆脱痛苦”转向“帮助人们获得幸福”。

3. 心理学就是心理咨询与治疗

心理咨询与治疗是心理学应用学科中发展最迅猛,也是大众接触最多的心理学领域。在发达国家,心理咨询与治疗的发展非常完善。据说有三分之一的人定期看心理医生,五分之四的人会不定期去看心理医生。心理咨询费用和治疗感冒、发烧这些常见疾病一样被纳入医疗保障体系。在我国,虽然心理咨询还处于起步发展阶段,但也越来越为普通人所了解。但必须澄清的是,并非所有心理学者都擅长心理咨询,他们有的在利用精密仪器研究脑神经科学,有的在学校测评学生的学习心理状况,有的在幼儿园观察幼儿的语言和行为发展,还有的在实验室做动物心理实验。

(二) 作为科学的心理学

判断一门学问是不是科学,不是仅由研究对象来决定的,不能说研究物质运动规律是科学,研究生物进化是科学,研究人的内在心理活动就不是科学;科学也不能仅通过研究方法来界定,不能说运用测量法、实验法研究获得的知识是科学的,运用观察法、描述法获得的知识就是不科学的。所谓科学是运用系统的方法探索事物原理及规律的学问。科学的心理学具备以下几方面特征:

1. 实证性

科学的心理学是通过对心理现象的大量观察、调查、实验获取客观资料,归纳出心理现象的本质属性与发展规律。常识的心理学是通过直觉或经验积累推测出个体的心理状态。例如,“人类只使用了其大脑的百分之十”这个观点广为大众所接受。事实上,这条观点根本没有得到认知神经科学的证实,但俨然成为心理学公理。

2. 可论证性

科学的心理学所得到的结论、解释或者预测必须在逻辑上具有可论证性,即可能被证实,也可能被证伪,否则就不能称其为科学。例如,“人的身体覆灭后,灵魂可以永生”这个命题只能停留在哲学思辨层面,而不能成为科学心理学的研究主题,因为无法被证实,也无法被证伪^①。

3. 可重复性

科学的心理学研究必须严格限定研究条件,详细记录研究过程、研究方法以及研究结论,以确保心理学同行可以重复进行这项研究以检验研究结果的准确性。

二、心理学的学科性质

自心理学从哲学的母体中分离之后,就一直受到学科性质问题的困扰。在各个心理学

^① [加拿大]基斯·斯坦诺维奇,对伪心理学说不[M],窦东徽,等,译.北京:人民邮电出版社,2012:10-14.

流派内部,呈现两个研究取向:自然科学研究取向与人文科学研究取向。关于心理学的学科属性存在多种代表性观点。

(一) 自然科学取向与人文科学取向

19世纪,德国著名哲学家、教育家、心理学家赫尔巴特最早宣称心理学是一门科学。冯特把实验法引入心理学从而使心理学从哲学中分化出来形成独立的科学。冯特构建的心理学体系分为实验心理学与社会心理学两部分。此后,心理学一直存在自然科学与人文科学两种研究取向。构造主义心理学、机能主义心理学、行为主义心理学、认知心理学、生态心理学、进化心理学等代表科学主义心理学;精神分析心理学、人本主义心理学、超个人心理学、后现代心理学、积极心理学等代表人文主义心理学。科学主义心理学以自然科学为价值导向,坚持实证主义的客观实验范式,力图把心理学构建成为严格意义上的自然科学。人文主义心理学反对片面追求心理学研究的量化,以人文科学为价值导向,运用现象学及存在主义分析方法研究人性、潜能、价值、人格等高级心理活动,力图构建以人文科学为模板的心理学理论范式。自然科学研究取向为心理学的诞生、发展做出了突出贡献,在心理学中处于主流地位,但也暴露出诸多问题。人文科学取向作为自然科学研究取向的重要的补充,亦有其存在的合理性与必要性。

(二) 关于学科属性的代表性观点

自心理学独立以来,关于心理学的学科性质问题一直存在争议,西方心理学如此,我国心理学亦是如此,主要有以下几种代表性的观点:其一,心理是一门自然科学。这一观点在心理学领域占据优势地位。行为主义心理学家华生断言,心理学应该而且必须是自然科学,否则就没有存在的价值。我国心理学家郭任远主张,心理学是生物科学的一个分支学科。其二,心理是一门人文科学。德国理解心理学家狄尔泰坚持心理学是人文科学,他认为,对自然不需要解释,而对精神生活则需要理解,心理学应该建立在理解的基础上。我国社会心理学家杨国枢曾指出,社会科学包括心理学、人类学、社会学、大众传播学等。其三,心理是一门介于自然科学与人文科学之间的中间学科。我国著名心理学家潘菽于20世纪中叶阐述了观点:“心理学是中间科学,既有自然科学的性质,也有社会科学的性质。偏重于哪一方面呢?我站在正中”^①。车文博教授也提出“应该坚持心理学的中间科学定向”。

(三) 心理学兼具自然科学与人文科学属性

目前,学界基本达成共识,认为心理学兼有自然科学与人文科学双重属性。一方面,心理学具有自然科学的属性。心理是脑的机能,心理活动离不开人的大脑及整个身体,心理学需要运用自然科学的观点与方法研究心理的神经生物学基础,包括心理的脑机制,脑损伤与心理疾病的关系,遗传在心理发展中的作用等。心理学要研究认知过程,把人的知觉、记忆、思维等过程模拟成计算机信息加工过程。另一方面,心理学具有人文科学的属性。人不同于动物,也不同于计算机,人不仅具有生物性,还拥有独特的精神世界,心理学要运用现象学的研究技术与方法,从社会的、历史的、文化的、精神的视角去研究人,拓展心理学对人性的理解。在这个意义上,心理学研究又兼具人文科学的性质。总而言之,简单地把心理学归入自然科学或者人文科学,都是不够恰当的,确切地说,心理学是一门介乎自然科学与人文科学之间的中间学科。

^① 燕国材. 心理学研究的对象论[J]. 上海师范大学学报, 2010(5).