

21 世纪普通高等院校本科应用型规划教材

● 教育类 ●

学与教

XUE YU JIAO
DE XINLIXUE

的心理学

曹成刚 / 编著



西南交通大学出版社
[Http://press.swjtu.edu.cn](http://press.swjtu.edu.cn)

21 世纪普通高等院校本科应用型规划教材——教育类

学与教的心理学

曹成刚 编著

西南交通大学出版社

· 成 都 ·

内容简介

《学与教的心理学》是高等师范院校教师教育类专业学生公共基础必修课教材，全书以教师教育类学生未来教育教学实践活动为主线，旨在使未来的教师初步掌握中小学教育教学工作必需的心理知识，以及运用这些知识解决实际教学问题的初步能力，逐步树立热爱教育事业的思想。在编写形式上，本书力求做到图文并茂，增添情趣和可读性。全书共包括心理学与教师教育、认知发展与学习、行为动力与人格发展、学校心理等五编十三章。全书内容丰富，语言流畅，是教师教育类学生学习心理学的入门书，对帮助其掌握心理学基本原理和提高教育教学实践能力具有重要的指导作用。本书适于开设教师教育专业的高校师生作为教授与学习心理学的教材或参考用书，也可供社会各界关注教师教育的爱好心理学的读者朋友阅读。

图书在版编目(CIP)数据

学与教的心理学 / 曹成刚编著. —成都: 西南交通大学出版社, 2010.8

21世纪普通高等院校本科应用型规划教材·教育类
ISBN 978-7-5643-0801-8

I. ①学… II. ①曹… III. ①教育心理学—师范大学—教材 IV. ①G44

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第162045号

21世纪普通高等院校本科应用型规划教材——教育类

学与教的心理学

曹成刚 编著

*

责任编辑 秦振秀

封面设计 墨创文化

西南交通大学出版社出版发行

(成都二环路北一段111号 邮政编码: 610031 发行部电话: 028-87600564)

<http://press.swjtu.edu.cn>

成都蜀通印务有限责任公司印刷

*

成品尺寸: 185 mm × 260 mm 印张: 23.25

字数: 579千字

2010年8月第1版 2010年8月第1次印刷

ISBN 978-7-5643-0801-8

定价: 38.50元

图书如有印装质量问题 本社负责退换
版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

前 言

随着基础教育新课程改革的不断深化,素质教育的全面推进,多元化师资渠道所形成的教师人才市场的建立,教师岗位竞争的社会化趋势越来越明显,社会对未来中小学教师教书育人的要求越来越高。肩负着培养未来教师基本素质使命的课程之一的心理学,是培养未来中小学教师基本素质的一门重要的公共基础必修课程。新课程改革能否真正落到实处,关键在于教师的观念能否真正转变。而教师观念的转变取决于教师的专业素质中是否具备现代教育理论知识。本书为中小学新课程的实施提供了“学与教”的心理学理论基础。

教材建设是精品课程建设的基本内容之一。改革开放三十多年来,我国高等师范院校的公共课心理学的教学工作发展迅猛,相继出版了众多有心理学的教科书,取得了很大的成就。另一方面,进入新世纪后,一大批新建地方本科院校如雨后春笋般茁壮成长,经过近十年的跨越式建设和发展,有必要在总结已有教学经验的基础上,重新编写一本符合时代特色的公共课心理学教材。正是在这样的背景下,《学与教的心理学》作为“21世纪普通高等院校本科应用型规划教材”应运而生。而21世纪的中小学教师教育面临新的发展机遇与挑战,如何深化教育教学改革,教育方法和手段如何适应素质教育的发展需要,已成为中小学教师教育理论与实践的重点。在此背景下产生的《学与教的心理学》希望能有所突破和完善。

《学与教的心理学》一书以心理学基础知识的学习及心理学基本规律和原理在教育教学实践中的应用为基本线索,力求反映国内外“学与教”心理学研究的最新成就。本教材建设是重庆市教委重点资助的一个教改项目成果。为了更好地体现与时俱进的精神,使本教材的理论性和实践性同时得到进一步加强,本教材不仅充分反映了作者多年来从事心理学教学的经验积累,而且从结构到内容博采众长,吸收了国内已有的同类教科书的长处以及国外的研究成果,力求在有限的教学时间内最大限度地为教师教育类学生提供必要的心理学知识,以充分凸现该课程的教育实用价值。同时,考虑到公共课心理学这门学科的发展历史和现状,本书兼收并蓄,从心理学的学习和运用这两方面来介绍公共课心理学,使之既具有基础心理学方面的优势,又带有应用心理学方面的特色。

人类的进步、社会的发展不能缺少学生的学和教师的教,“学与教”是一个永恒的话题。“学与教”总是离不开课堂,课堂总是存在着积极的、中性的和消极的三种行为。积极的课堂行为是与课堂教学目标保持一致的;中性的课堂行为是既不促进也不干扰课堂教学的行为;消极的课堂行为是明显干扰课堂教学的行为。因此,教学过程是一个复杂的过程,处理好“学与教”的关系需要教师具备一定的心理素质、职业道德素养和处理课堂与教学关系问题的各种能力,这样才能成为一名受学生、家长和社会欢迎的优秀教师。

本教材分为五编十三章,第一编介绍心理学与教师教育的关系以及个体毕生心理发展与学习的一般问题,共两章;第二编讲述认知发展与学习,介绍最基本的基础理论、知识和方法,注重理论结合实践,便于实际操作,解决实际问题,共四章;第三编概述行为动力与人格发展,

着眼于新世纪新课程理念，尽量考虑未来教师适应未来变化的新形势的需要，注重在教材中植入时代气息，共三章；第四编、第五编介绍学校心理，从教师教育类学生的实际出发，深入浅出，通俗易懂，突出重点，以利于未来教师的全面发展和健康成长，共四章。

编写此书是为了呈现关于教师教育类公共基础必修课概念的新认识。这一概念贯穿全书，包含四个重要特征，这使得本教材有别于其他高师公共课心理学的教材。

(1) 本教材采用“学与教”双主线结构。“学与教”应是一个不可分离的共同体，优秀的教师既是学科知识的行家，又是学科教学和教育知识的里手。本教材以教师教育类学生未来中小学教育教学实践活动为基准安排心理学基本内容，介绍和剖析“学与教”的重要方面和主要环节的心理学理论与应用，打破传统体系框架，将基础心理学、教育心理学、毕生发展心理学、社会心理学、学校管理学及心理健康心理学等相关知识融为一体，使之整合统一于中小学教育教学的行为环境中，相互衔接，相互补充，组成独特的“学与教”双线结构，避免了若干门学科的简单拼凑。即不局限于以某一心理学科为框架，而是紧紧围绕未来中小学教师应具备的现代心理学知识——“学”和未来中小学教育教学的主要活动——“教”两条主线来组织构建心理学内容，形成一个“学与教”双向发展、相互呼应的结构体系，使本教材的体系具有良好的适应性和可塑性，彰显出浓郁的教师教育特色。

(2) 本教材编写十分注重从当代心理科学研究的最新成果中筛选出适合教师教育类学生“公共课”性质与要求的内容和观点，注重新课程精神在教材中的反映，配置一些资料性的图片、表格及链接，使本教材的文本形式活泼生动、美观大方，增强了知识性、趣味性和可读性，充满时代气息和时代特色。

(3) 本教材以打造未来教师的心理学基本素养为宗旨，以 21 世纪中小学教师必须确立的心理学观念为依据，整个教材脉络清晰，且侧重于对心理学规律的掌握和运用。在内容的阐述上，本教材力求做到深入浅出、逻辑清晰；在语言的风格上，追求简洁明了、通俗易懂；在体例架构上，体现学习为本，详略适当，精炼紧凑，检索便捷，为学生进一步学习和发展打下坚实的基础。

(4) 本教材十分注重心理学知识在教育教学活动中的实践性和应用性，全书一以贯之地体现心理学与教师教育的相互关系，充分反映心理学对当代教育教学的现实支持以及对未来教师成长发展的积极指导和帮助。在提供广泛基础知识的同时，注意理论与教育教学实践的结合，选择与中小学密切相关的事例，运用心理学知识进行分析，以提高未来教师思考和解决教育教学实际问题的能力。

总的说来，本教材理论深入、系统，案例丰富、典型，注重深入联系教育教学实际，揭示心理学学习的规律和应用心理学原理进行教学的规律，具有较强的实践性，是教师教育类学生从教学新手通向成功的助推器，是教师从单纯的教书先生成长为专家型教师的理论实践平台。

除了所列的参考文献以外，本教材在写作过程中还参阅了许多专家学者的著作、教材和研究成果，并引用了其中的有关内容和文献资料，限于篇幅，没有一一列出。在此，谨向多年来从事公共课心理学教学与研究并取得丰硕成果的国内外专家学者，以及致力于心理学教育教学改革在实践中的应用并且有所成就的人们致以衷心的感谢！同时还要感谢作者所在的重庆文理学院教育科学学院和教学部，以及为本教材出版付出艰辛努力的西南交通大学出版社的大力支持和帮助。

本书可供开设教师教育专业的高校师生作为教授与学习心理学的教材或参考用书，也可供

社会各界关注教师教育的爱好心理学的读者朋友阅读。

尽管在编写中做了很大努力，但限于作者的时间和水平，书中恐有疏漏欠妥之处，谨望广大读者批评指正！

正如积极心理学（Positive Psychology）运动的发起者、美国当代著名心理学家马丁·赛里格曼（Martin E. P. Seligman）所说：“当代心理学正处在一个新的历史转折时期，心理学家扮演着极为重要的角色和新的使命，那就是如何促进个人与社会的发展，帮助人们走向幸福，使儿童健康成长，使家庭幸福美满，使员工心情舒畅，使公众称心如意。”希望本教材的出版能为“学与教”的心理学的进一步研究和发展提供一些补充、尝试和参考，能促进“学与教”双方的健康成长与幸福生活。

重庆文理学院教育科学学院 **曹成刚**

2010年5月

目 录

第一编 心理学与教师教育

第一章 走进神奇的心理学的研究	1
第一节 心理学的研究对象与发展历程	1
第二节 心理学的任务及研究方法	15
第三节 心理学对教师教育的意义	24
第二章 心理的发生发展与学习	29
第一节 人类对心理现象的科学认识	29
第二节 心理活动的神经生理基础	37
第三节 个体毕生心理的发展与学习	52

第二编 认知发展与学习

第三章 注意规律与教育教学	63
第一节 注意概述	63
第二节 注意的分类与注意的品质	66
第三节 注意规律在教学中的应用	77
第四章 感知规律与教育教学	83
第一节 感觉和知觉概述	83
第二节 感觉的一般规律	92
第三节 知觉的规律性及其影响因素	97
第四节 感知规律在教学中的应用	104
第五章 记忆规律与教育教学	110
第一节 记忆概述	110
第二节 记忆过程分析	114
第三节 记忆规律在教学中的应用	122
第六章 思维、想象规律与教育教学	128
第一节 思维与问题解决	128
第二节 创造与想象	143
第三节 思维与想象规律在教学中的应用	148

第三编 行为动力与人格发展

第七章 行为动力与教育教学	154
第一节 行为动力概述	154

第二节	自我意识与师生问题行为调节	160
第三节	情绪、情感与意志行动	167
第四节	情感与意志在学习和教学中的运用	180
第八章	人格发展与教育教学	189
第一节	人格发展概述	189
第二节	气质、性格与教育教学	210
第三节	学生健全人格的养成教育	228
第九章	智能发展与因材施教	238
第一节	智能的发展	238
第二节	能力的测量	248
第三节	学生智能的开发与培养	253

第四编 学校心理（上）

第十章	品德心理与教育教学	259
第一节	品德概述	259
第二节	学生品德的发展	262
第三节	学生不良品德的矫正与优良品德的培养	269
第十一章	学习心理与课堂教学心理	275
第一节	学习心理	275
第二节	课堂教学心理	290

第五编 学校心理（下）

第十二章	学校群体心理	307
第一节	群体心理概述	307
第二节	学校群体心理对个体的影响	311
第三节	学校中的人际关系与教学交往	316
第十三章	学校心理健康教育	325
第一节	学校心理健康教育概述	325
第二节	青少年学生的心理健康	336
第三节	教师的心理健康与调适	350
参考文献		362

心理学与教师教育

第一章 走进神奇的心理学

【学与教要求】

- 识记：心理学、心理过程、个性心理、系统观察法、实验法等基本概念
- 理解：心理学的研究对象及其内容结构，心理学的研究任务、原则和方法
- 应用：心理学与教育工作者及教育教学的关系

我们在日常谈话中经常使用“心理学”一词，在报纸、杂志上经常可以读到有关心理学的文章，在广播电视节目中也经常可以收听收看到有关心理学的内容，在书店里更经常可以购买到有关心理学的读物……我们正生活在心理学的时代。心理学也许是现代生活与工作中人们最广泛涉及的主题，因为人的生活与工作的各个方面都离不开心理学，都需要心理学的知识和帮助。

下面我们围绕心理学这一个中心问题，从对象、任务、研究方法和历史发展现状等方面走进这神奇的心理世界。

第一节 心理学的研究对象与发展历程

不少人初次听到“心理学”一词，往往好奇地认为，“学了心理学就能知道别人心里想的是什么”，这是由于不了解心理学研究的对象与学科性质所引起的误会。那么，心理学究竟研究什么？它是一门什么样的学问呢？

一、心理学与我们的生活和工作

心理学与我们的日常生活有着密切的联系。可以说，一个正常的人无论在什么时间、什么地方、干什么事情，都离不开对心理学的研究和应用。譬如：我们每个人都在群体中生活，都需要跟别人交往。在人与人相互交往的过程中，人们实际上都在自觉或者不自觉地研究他人的心理。例如，“你”“我”两个人谈话时，“你”总在分析“我”心中所“想”的，“我”也在研究“你”内心所“思”的，否则谈话就进行不下去。

我们每个人都生活在家庭中，家庭生活也需要心理学。比如，子女教育的成功、亲子关系的融洽，就需要父母研究和懂得儿童的心理，懂得青少年心理。夫妻之间、婆媳之间要能和睦相处、建立比较理想的关系，也离不开对有关的心理学知识的运用。

我们也都有情感生活。在人生的某一时期，我们还可能经历情绪问题、遭遇心理危机乃至产生严重的心理疾病。无论我们的心理问题是什么性质，也无论这些问题是长期性的还是

暂时性的，心理咨询和心理治疗等都有助于疏导、调节乃至解决这些问题。在今天，一般心理比较健康的人都去寻求心理医生的帮助，为的是使自己能在更高、更健康的水平上生活。目前，在我们国家蓬勃发展的“心理诊所”“心理咨询中心”“青春热线”“心理健康热线”等，足以说明心理学在该领域的作用已日渐为人们所认识和接受。

我们每个人都是消费者。在我们所购买和使用的产品中，从汽车到飞机，很多都是工程心理学家参与设计的，为的是使它们的操纵更容易、更有效。譬如，工程心理学家对现代电话的重新设计，将拨号改为按钮，使打电话所需的时间和错误率大大减少了。再如，我们每天收听、收看、阅读的广告，它们的设计和制作及其对消费者所能产生的广告效应，都与心理学的应用分不开。

我们大多数人都曾在某一时期生过病，或可能生病。医学心理学家对疾病的心理因素与同疾病相联系的个性类型的研究，将有效地促进我们的身心健康。临床实践证明：很多病，如果将药物治疗与心理治疗结合起来进行，效果会更好。

我们每个人都生活在一定的环境中，环境对人的影响很大。环境心理学所关心的就是这方面的问题，它对城市、家庭住宅、普通工作场所以至医院、监狱、审讯室的设计与布置，都做出了卓越的贡献。

学生在学校里既要学习知识、发展能力，也要收获心灵的成长。而掌握并运用一定的心理学知识将有助于促进这一过程的实现。心理学对学生生活的影响，从最直接意义上说，一是有助于学生的学习，二是有助于学生的自我教育。

……

今天，我们正处在改革和发展的社会巨变之中，心理学已愈来愈多地被应用于社会生活的各个领域——经营管理好企业，离不开心理学；安全地交通运输，需要心理学；学生学习及健康成长，伴随着心理学……心理学普遍地存在于社会生活中，对我们的日常生活产生着广泛而深刻的影响。

二、对心理学的解读

大千世界存在着两种现象：物质现象和精神现象。人们对日月山川、四季更替以及自己的身体状况等具有比较清楚的认识，而对人的精神现象、心理活动则有许多还不能够正确地理解。有人认为心理学玄虚奥妙，深不可测；有的把它和看相、测字、算命、巫术等同起来；有的甚至把它诬蔑为伪科学，将其列为禁区。这些都是对心理学的歪曲和误解。心理现象不同于物理现象、化学现象，它没有形状、颜色、大小，没有气味、重量、体积，看不见、摸不着，因而不容易被人们所了解，显得复杂而神秘。其实，如前所述，对于心理现象，每个人都不陌生，一个人只要活着，就会时时刻刻与其打交道。无论在学习、工作中，还是在娱乐、休息中，每个人都会产生各种各样的心理活动。甚至在睡梦里也有心理活动出现，梦就是一种心理现象。正是在这些心理活动的支配和调节下，我们才能进行各种活动，并实现活动的目的。因此，在一定意义上，心理现象是我们第一个直接接触到的现实。

心理学的对象就是指心理学是研究什么的。心理学的英语单词是“Psychology”，它是由古希腊文字“Psyche”和“Logos”组成。“Psyche”的含义是“心灵”或“灵魂”，“Logos”的含义是“解说”或“阐述”。把“Psyche”和“Logos”合起来即为“对心灵的解说”。它是对心理学的最早的定义，但是这个定义并没有对心理学做出科学的解释。

1879年，德国哲学家和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，从此心理学从哲学中分离出来而成为一门独立的科学。随着心理学研究的深入，人们逐渐对

心理学做出了相对统一的定义：心理学是研究人的心理现象的科学，具体来说就是研究人的行为和心里活动规律的学科。

人有心理现象，一般动物也有心理现象。心理学既研究人的心理现象，也研究动物的心理现象。研究动物的心理现象，主要是从发生发展上来考察和比较说明人的心理现象。所以“动物心理学”通常也叫“比较心理学”。如蚂蚁能感觉到我们人所感觉不到的紫外线，狗有敏锐的嗅觉并能辨别主人与陌生人，鸽子具有高空知觉与记忆地面轮廓图形的惊人能力，猩猩可以通过“顿悟”解决使用工具取食的问题，狡猾的狐狸能利用地形来躲避追逐者，猫或虎易被激怒，猴子或熊会主动向人做出求食的动作，等等。

大量生动的事实与试验证明，动物具有感觉、知觉、记忆、具体思维、情绪、模仿性的行为学习等心理现象。探明动物产生这些心理与行为的原理和机制是心理学的任务。人们不仅可以利用其规律去训练动物的行为，使之为人服务，而且可以通过对比来探明其某些与人相似的心理活动的奥秘与规律性，更好地了解人的心理及其特殊性。我们将要学习的心理学，其对象是人的心理现象，其范围是正常人的心理活动及其发生、发展的一般规律。

人的心理比动物的心里更加复杂，两者有着本质的区别。人不仅可以感知、记忆各种事物，有情绪，能运动，而且还能运用一定的词与言语来表达自己的愿望、抽象地思考问题和巩固自己的认识，并通过学习和交往接受人类所积累的知识经验，从而形成丰富多彩的包括信念、观点在内的主观世界及个体意识。人有了意识就会对外界事物产生越来越多的理解、情感与态度，并且可以察觉与调节、控制自己的心理与行为，产生意志与性格，表现出个人的能力，使自己成为现实中有个性的能动的主体。

换句话说，人与动物的根本区别就在于人有意识，有自觉能动性。人的这些心理现象表现在他的各种活动中。就拿我们在课堂中的学习来说，无论是同学还是教师，大家都有着各自的心理现象。比如，开学后同学们坐在教室里等待上第一节课，心想：“这门课究竟会讲些什么？老师会是什么样的呢？”于是浮想联翩，满怀期望。不久，见到一位教师走上讲台，看清他的姿容与风度，听到他的讲话声音……从而获得首次知觉印象。如果这个印象跟自己的预想、期望大体一致，就会感到心绪宁静或愉悦，否则就会觉得别扭或心情沮丧。而后，边听、边写、边思考、边想象，时而理解，时而记忆。如果有一些地方听不懂，就会皱起眉头，心烦意乱；如果能触类旁通、心领神会，就会兴味盎然。下课时，觉得有收益，便会感到满意或对老师产生信任感，即使觉得学好这门课还有一些困难，也会暗下决心，从而对学习产生积极的态度。

由于每一个人都有自己独立的经历，有自己特有的能力与性格，因而在同一情境下个人的心理表现并不相同。因此，不同教师在讲课中会表现出自己的心理与特点。这里包括教师上好一节课的自我激励和社会顾虑，对课堂气氛的知觉以及对讲述内容的思索、回忆、联想、灵感，对学生认真听课感到由衷的喜悦，对学生的注意力涣散或骚动感到焦虑，以及依据不同情况作出不同判断，等等。

人在现实生活中的之所以能做出各种各样的行为，或建立功勋，或造成过错，都有其深远的社会渊源。但外因必须通过内因而起作用，其中最直接的内部动因就是各种心理活动。心理活动的过程及其规律是别人直接看不到、摸不到的，甚至连人们自己也不一定都能清晰地加以把握，所以许多人常称它为神秘的“暗箱”(Blackbox)。为了打开这个“暗箱”，揭开其奥秘，从而促进人的心理的健全发展，很有必要对它进行专门而长期的研究。探索上述这些心理现象及其活动的规律，并将其研究成果加以体系化的学问，就是心理学。

近百年来，心理学的发展极为迅速，它不仅有了自己的体系、众多的理论和方法，而且分支学科相继出现，其研究成果得到广泛的应用(包括成为制造电脑、进行教育改革的依据)。

虽然心理学要达到全面揭开人脑反应机制与心理活动规律的目标还需时日，然而它所取得的成就日益显示出它的重要性，并为越来越多的人所理解、重视。

三、心理学的基本内容与结构体系

人的心理现象是丰富多彩、错综复杂的，表现形式是多种多样、千差万别的。心理学在长期探索心理形式的过程中，依据它的发展逻辑与内在联系逐渐地形成且继续完善着自己的结构体系，并不断充实着学科的内容。根据心理学的长期探索和研究，一般把心理现象概括成既有区别而又紧密联系的心理过程和个性心理两个方面。

(一) 心理过程

在心理学上，心理过程 (Mental Process) 与心理活动这两个术语往往交替使用。心理过程是心理活动的动态过程，是人脑对客观现实的反映过程，是人的心理发生发展的过程。它包括认识过程、情感过程和意志过程。

1. 认识过程

认识过程 (Cognitive Process) 是人的最基本的心理活动过程。指人认识客观事物的过程，或是对信息进行加工处理的过程，它包括感觉、知觉、记忆、思维、想象和言语等。个人对世界的认识始于感觉和知觉。我们的五官——眼、耳、鼻、嘴和皮肤——是我们与外部世界保持接触的主要感觉系统。在实践过程中，每时每刻都有许多外界事物作用于我们的感觉器官，使我们看到颜色、听到声音、闻到气味、尝到味道，能触摸到物体的软硬，察觉出气温的凉热，感到疼痛或觉得舒适等，这些都是感觉。

感觉是一种简单的心理现象，是对直接作用于感觉器官的事物的个别属性的反映。比如，在一个晴朗的早上，你在郊外跑步锻炼身体。当微风拂面的时候，你会感到凉爽；当你穿过树林的时候，你会嗅到清新的空气，看到五颜六色的花草，还可以听到林中小鸟鸣叫的声音……凉爽、清新、五颜六色、声音等等都是外部世界作用于我们的眼、耳、鼻、舌、身等感觉器官所产生的感觉。感觉是外部世界通向我们的主观世界的桥梁或通道，它虽然很简单，却是我们认识的起点和基础。

在感觉基础上，你知道所感觉的东西的意义，如辨别出风的凉爽、空气的清新、花草的颜色和小鸟的声音；你能认识事物的整体及其关系，对事物个别属性的感觉转化为对事物整体的知觉，如一块黑板、一辆小汽车、一幢房子、一个美丽的公园、一群人等。感觉和知觉通常是同时发生的，因而合称为感知。感知是人脑对直接作用于感觉器官的事物的整体反映。

人们不仅能直接感知周围的事物，而且还会在头脑里留下痕迹。当刺激停止和不在眼前时，对于感知过的事物仍能如见其人、如闻其声，这就是记忆。记忆是比感知觉更为复杂的一种心理过程，是过去经验在人脑中的反映。记忆是生活中不可缺少的，所谓“前事不忘，后事之师”就是这个道理。一个人如果没有记忆，他的心理就永远不会成熟。这是因为没有记忆，就没有知识经验的积累，也就没有发展。

人们不仅能直接感知事物，记住已感知过或思考过的事物，还能在头脑中对已有表象进行加工改造，创造新的形象，这就是想象。每个人都有自己的梦想和理想。这些梦想和理想是怎样来到我们心中的呢？是通过我们的想象得来的。想象就是利用我们头脑中已有的事物形象、知识和经验去构造新的事物形象的心理过程。通过想象，我们不仅能设计未来发展的宏图，也可以在大脑中重构几千年前人类生活的图景；不仅可以进行科技上的创造发明，也可以进行文学艺术上美的创造。

人在实践活动中不但通过感知和想象反映事物形象，而且借助于语言符号，通过分析、综合、比较、抽象、概括等方式方法去把握事物的本质和规律。如医生通过望、闻、问、切和生化检验所得到的信息，分析和推断病人的病症；科学家对研究对象追根溯源，进而有所发明和创造；军事家运筹帷幄，决胜于千里之外……这些都是人类思维活动的表现。人类凡是遇到感知和记忆等直接手段找不到答案的情况，其思维活动就会表现出来。想象和思维是一种更为复杂的高级的心理现象。

要保证认识过程的顺利进行，必须专注于一定的事物、问题、任务，这样才能看得清、听得准、记得牢、想得透，这种心理现象就是注意。注意是伴随认识过程的一种心理特征，它是认识事物的必要条件。

感觉、知觉、记忆、想象和思维都属于对客观事物的认识活动，在心理学上被统称为认识过程。

2. 情感过程

情感过程 (Emotional Process) 是指人对客观事物是否满足自身物质和精神上的需要而产生的主观体验，它反映的是客观事物同人的需要之间的关系。在认识过程中，人们并不是淡漠无情的。人在认识客观事物的时候，总会有自己的主观态度和内心体验，或兴奋或沉醉，或愉悦或沮丧。如功成业就使人欣慰，失败挫折令人烦恼；赞美祖国的绮丽河山，欣赏自然的无穷变幻；对敌人咬牙切齿，为国家的蒸蒸日上而欢欣鼓舞等等。由于每个人都以一定的态度对待事物，所以当事物符合自己的心意时，就会感到愉快和满意；当事物违反自己的心意时，就会感到烦恼或不满意。由此，产生喜、怒、哀、惧等情绪以及真善美、爱与恨等情感。这些在心理学上都属于情感过程。情感对人的心理活动具有支配调节的作用。

3. 意志过程

意志过程 (Willed Process) 是指人自觉地确定目标，克服内部和外部困难并力求实现目标的心理活动过程。人不仅能认识世界，对事物产生某种情绪体验，而且能在自己的活动中有目的、有计划地改造世界，使之为自己服务。为了改造客观事物，就需要提出目标、确定任务、制订计划、选择方式方法、克服内外困难、作出努力、坚持下去，以达到预期目的。在我们学习和工作中，通常都不是一帆风顺的，总会遇到这样那样的困难，所谓“不如意事常八九”。但不能就此半途而废，而应知难而进。人在自己的活动中设置一定的目的，按计划不断地排除各种障碍，力图达到该目的的心理过程就是意志过程。意志是人的心理能动性的重要标志，是人类有别于其他动物的重要标志。

认识、情感和意志过程简称为知、情、意，其都有发生、发展和完成的过程。它们在人心理活动中并不是单独存在，而是互相联系、相互作用的统一的心理活动过程。一方面，人的认识过程是人的情感和意志产生的基础，没有人的认识活动，人既不会产生喜怒哀乐的情感，也不可能产生自觉的、坚强的意志。所谓“知之深，爱之切”就说明认识对情感的影响，而“知识就是力量”则说明认识对意志行动的重要影响，只有认识世界才能改造世界。

另一方面，人的情感和意志也影响认识活动，既可促进认识的发展，又是衡量人的认识水平的重要标志。积极的情感、锐意进取的精神能推动人的认识活动；相反，消极的情感、萎靡不振、畏难苟安就会阻碍人的认识活动。没有人的情感的推动或者缺乏坚强意志，人的认识活动就不可能发展和深入。例如，一个学生对学习有明确的认识，他就会热爱学习，刻苦钻研，这种主动积极的学习，又会促进他更好地掌握知识，提高认识水平。再者，情感和意志也是密切联系、相互作用的。情感既可以成为意志行动的动力，也可以成为意志行动的阻力，而人的意志也可以控制、调节自己的情感。可见，人的认识过程和意志过程中总是伴随着一定的情感活动，意志过程又总

是以一定的认识活动为前提，而人的情感和意志活动又促进人的认识的发展。

人的认识过程、情感过程和意志过程都有其发生、发展及其变化的过程，人的心理活动过程发生发展的规律是心理学研究的对象之一。

(二) 个性心理

知、情、意的心理过程是普遍的，总是在具体的个人身上进行。但由于各人的先天素质不同，后天的生活条件各异，参与的实践活动不一样，心理活动在每个人身上也就有不同的内容和表现，所谓“人心不同，各如其面”就是指人的个性，即每个人都有与别人不同的心理世界。例如，有的人的认识既深刻又广阔，而有的人的认识既肤浅又狭窄；有的人多愁善感、情感丰富，而有的人无动于衷，情感淡漠；有的人坚忍不拔，意志刚强，而有的人优柔寡断，意志薄弱……这些人与人之间相区别的心理特点在心理学上被称为个性心理。人的个性心理是心理学研究的另一个重要内容。

个性即个体的独特性，指一个人总的心理面貌。它是个人心理活动稳定的心理倾向和心理特征的总和。个性心理结构主要包括个性倾向性和个性心理特征两个方面。

1. 个性倾向性

个性倾向性是指人所具有的意识倾向，它决定着人对现实世界的态度以及对认识活动对象的趋向和选择。

个性倾向性是人进行活动的基本倾向和动力，它制约和调节着人的所有心理活动，是个性体系中最积极最活跃的因素。其主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观。例如，有的人爱好音乐，有的人关心体育活动，有的人热衷于科学研究，这是兴趣的不同；有的人强烈追求金钱和财富，有的人追求权力，有的人追求真善美等精神上的价值，这是需要和动机的不同；这个人坚信这种道理，那个人坚信另一种准则，这是信念上的差异；还有的人具有远大的理想和唯物主义的世界观，而有的人目光短浅、随波逐流、缺乏远大的理想和科学的世界观，这属于理想和世界观的差异。这些心理倾向在整个个性倾向中的地位，随着个人的成熟与发展的阶段而有所不同。例如，在儿童时期，兴趣是支配他们心理活动与行为的主要心理倾向；在青少年时期，理想上升到主导地位；在青年后期和成年期，人生观与世界观则成为主导的心理倾向并支配着人的整个心理活动与行为表现。

人的个性倾向是在社会实践中形成、发展和变化的，它不仅反映了人与客观现实的相互关系，而且反映了一个人的生活经历。个性倾向性对心理活动的影响，主要表现在心理活动的选择性和对事物的不同态度体验和行为模式上。当人的个性倾向性成为稳定而经常的心理特点时，就构成了个性心理特征。

2. 个性心理特征

个性心理特征是指个体身上经常地稳定地表现出来的心理特点，是区别于他人、在不同环境中表现出一贯的、稳定的行为模式的心理特征。能力、气质和性格统称为个性心理特征。例如，能力人人都有，但每个人的能力却有所不同。能力包括一般能力（亦称智力）和特殊能力。有的人观察事物细致，有的人博闻强记；有的人想象丰富，有的人思维敏捷……这就是一般能力上的差异。有的人对音调和节奏的辨别感受能力强，擅长音乐活动；有的人善于绘画，寥寥数笔，惟妙惟肖；有的人动作反应快，爆发力和耐力都很强，擅长于体育活动……这就是特殊能力上的差异。

在性情脾气方面，有的人活泼好动，易变化，反应灵活；有的人反应缓慢，沉默寡言；有的人情绪较稳定，安详不迫；有的人暴躁不安，情绪易兴奋，这些是气质上的差异。文学

家笔下的典型人物往往具有鲜明的气质特点，例如，脾气暴躁的猛张飞，多愁善感的林黛玉，嬉闹好动的贾宝玉，沉静坚忍的豹子头林冲。这四个人的典型气质用古希腊名医希波克拉底的提法分别叫做胆汁质、抑郁质、多血质和黏液质。

而在性格方面，有的人大胆勇敢，有的人胆小懦弱，有的人工作认真细致，有的人做事粗枝大叶，这是属于性格上的差异。个性心理特征在不同人身上既有共同性，又有差异。

总之，心理学研究的对象就是心理现象，即心理过程和个性心理。既没有不带个性特征的心理过程，也没有不表现在心理过程之中的个性特征，二者是紧密联系、不可分割的。心理过程是从心理现象的组成来看的，着重于研究心理现象的共同性，是个性心理形成的基础。如果没有对客观现实的认识，没有对外界事物的情感体验，没有对客观现实的积极主动的意志行动，人的性格、能力、信念、世界观是不可能形成的。个性心理是从心理现象的表现来分析的，着重于研究心理现象的差异性，它制约着心理活动的进行，并在心理过程中表现出来，如人们的兴趣动机不同，他们的认识活动也会有所不同。性格不同的人其情绪的表现也不同。心理过程和个性心理既有区别又有联系，并互相制约。所以，要全面深入地了解人的心理，就必须把心理过程和个性心理结合起来进行研究。

个性心理差异与知、情、意三大心理过程合起来就构成了心理学研究的具体内容和主要对象（见图 1.1）。

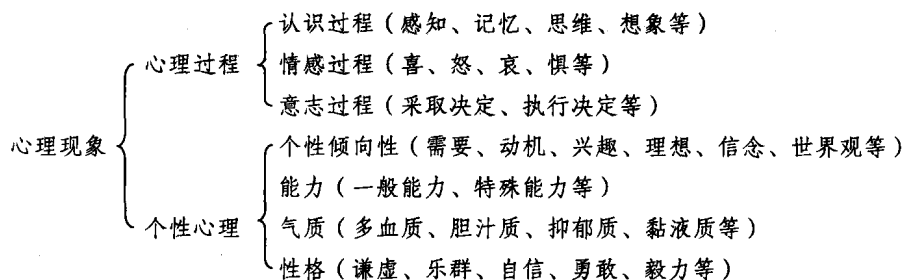


图 1.1 心理结构示意图

尽管心理学众多分支学科都各有自己的内容与体系，但又不能完全离开上述构架。这表明科学体系是科学研究对象本身内在逻辑或结构的近似反映。本书是以基础心理学为基本线索，以发展心理学和教育心理学为支撑，同时融进社会心理学主干内容的多分支学科的系统整合。主要是从学生的学和教师的教的角度，把心理学相关分支学科的内容部分地加以融合的一种新的尝试和探索。

任何学科的体系都不是绝对的和固定不变的，它将随着科学研究的进展与人们认识对象的深化而发展。心理学的体系也将按着这个规律而不断地得到完善和发展。

四、心理学的学科性质

从心理学的研究对象和发展历史可知，心理学是一门既具有自然科学性质又具有社会科学性质的中间学科或交叉学科。心理学研究的对象是人的心理现象，心理现象的产生离不开它的物质载体——人脑。人脑的解剖结构、生理机制都是心理产生的自然基础。心理现象产生的另一方面是社会因素，人的社会化过程形成着人心理的社会属性。而人作为一个自然实体，同时又是一个社会实体，人的心理必然要服从于生物、物理等自然规律，同时又要受到政治、经济、文化、教育等社会规律的影响。

苏联著名科学家凯达洛夫在 20 世纪 50 年代提出的“科学三角形”理论认为，心理学在现今 2500 多门学科的科学体系中居于中心地位。如果用一个等边三角形来比喻整个科学体系的话，心理学则处于等边三角形的中心，而等边三角形的三个顶角分别是自然科学、社会科学和思维科学（包括逻辑学和哲学）（见图 1.2）。

由此可以看出，现代心理学是处于自然科学、社会科学和思维科学的结合点上的一门涉及多种学科内容的综合性的交叉学科或边缘学科，它与自然科学、社会科学和思维科学紧密相连，在与这些科学共同发展的同时，也保持着自己独立完整的科学体系。

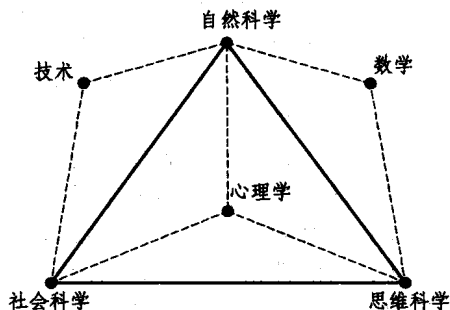


图 1.2 心理学在科学三角形中的地位

五、心理学的过去、现在和未来

心理学是一门古老而又年轻的科学。说它古老，是因为在古代哲学中，包含有丰富的心理学思想，它具有悠久的历史思想史；说它年轻，是因为现代心理学从哲学中分化独立出来只有一百余年来，它只有短暂的科学史。这正如著名心理学家艾宾浩斯（H. Ebbinghaus）所说的：心理学虽有一个长期的过去，但仅有一个短期的历史。然而，在这短短的百余年里，现代心理学获得了惊人的发展，其研究成果及对人类生活的贡献远远超过了过去几千年的总和。

（一）心理学的历史与现代心理学流派

心理学的发展历史大致可分为 19 世纪后半期之前科学心理学诞生前的历史，包括古代、中世纪、近代（文艺复兴时期及 17~19 世纪上半期）人类对心理问题的探讨（散见于思想家和医学家的论著中），以及 19 世纪后半期之后科学心理学从孕育、诞生到发展的历程，包括这门科学孕育的时代背景、这门科学诞生后的学派纷争，直至 20 世纪后半期之后这门科学由学派纷争逐渐走向学派融合的当代心理学现状。

1. 古代心理学思想

（1）我国古代的心理思想。虽然心理学在我国作为一门科学是由西方传入的，但是，我国古代思想家早就有过许多关于心理问题的论述。例如《尚书·洪范》提出的“五事”说，就论及认识过程的两个阶段：目明耳聪属感知，思睿即思虑。又如《左传·昭公二十五》中明确地把情感划分为六种，即好、恶、喜、怒、哀、乐，并认为是由六气（阴、阳、风、雨、晦、明）的影响所产生的。而《易经》中则有许多对意志品质如有恒、节制等的描述。

春秋末期的思想家、教育家、儒家学说的创始人孔子（前 551—前 479）对人的论述特别可贵。子曰：“仁也者，人也。”孔子对仁的重视，也就是对人的重视。仁的内涵十分丰富，但其核心思想是“爱人”，即“己欲立而立人，己欲达而达人”或“己所不欲，勿施于人”。据燕国材（2004）的研究，孔子对人的论述涉及四个方面：① 人是具有价值的，不仅人类有价值，个人也有价值；② 人不同于并优于万物（包括动物）的潜能；③ 主张因材施教，发展人的个性；④ 重视意志品质，发挥人的力量。子曰：“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”认为立志与力行分不开，是相互促进的。战国末期荀况（约前 298—前 238）明确提出了“人贵论”：“水火有气而无生，草木有生而无知，禽兽有知而无义，人有气有知亦且有义，故最为天下贵也。”我国古代有着丰富宝贵的心理学思想，我们要珍视、继承并加以发扬光大。

（2）西方古代的心理思想。西方心理学思想源远流长，可以追溯到古希腊时代。对西

方心理学发展影响很大的古希腊哲学家是博学多才的亚里士多德(Aristotle,前384—前322),他对哲学、政治、伦理、逻辑、修辞、美学、心理学及各项自然科学都有论述。亚里士多德著的《灵魂论》被认为是历史上第一部论述心理的专著,但这里所谓的灵魂是指生活的动力,而不单指主观心理的过程。他把心理功能分为认知功能和动求功能:认知功能包括感觉、意象、记忆、概念等过程;动求功能包括感情、欲望、意志、动作等过程。他认为感觉给予人知识,记忆包括保持和被动的再生,回想是主动的再生,回想可以利用相似、相反和相近的关系联想。他还把理性分为被动理性和主动理性:被动理性是身体的功能,身体死亡,则被动理性消灭;主动理性是人体外来的,人死时它不会死,仍归到世界的理性中去。亚里士多德的学说流行了很久,直至近代科学兴起才被动摇。

2. 科学心理学的诞生和发展

在心理学的发展过程中,有人把哲学比喻成心理学的父亲,把生理学比喻成心理学的母亲,把生物学比喻成心理学的媒人。学术界公认,德国心理学家冯特(Wilhelm Wundt, 1832—1920)是科学心理学的创始人。他对科学心理学的贡献是多方面的,主要有以下三个方面。

(1) 他开创了心理学成为一门独立的实验科学的历史。冯特在海德堡大学任教的10年间,集其研究成果,于1874年出版了《生理心理学原理》。该书被生理学界和心理学界推崇为不朽之作,堪称学术史上的心理学独立宣言。1879年冯特在莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室。对于这两项历史性贡献,墨菲(Murphy, 1949)评价道:“在冯特出版他的《生理心理学原理》与创立他的实验室以前,心理学像个流浪儿,一会儿敲敲生理学的门,一会儿敲敲伦理学的门,一会儿敲敲认识论的门。1879年,它才成为一门实验科学。有了一个安身之所和一个名字。”

(2) 他创建了科学心理学诞生后的第一个学派——构造主义。

(3) 他对以后心理学的发展有着广泛而深远的影响。冯特的心理实验室吸引了来自世界各地的学生,他们对感觉、知觉、注意、反应时间、联想等进行了研究。作为世界上第一个心理学实验室的创始人和心理学研究工作者的导师,冯特对心理学的发展具有巨大的影响。此外,冯特还在情绪、实验精神病理学和民族心理学方面有重要贡献,对以后这些领域的发展有深刻的影响。

3. 现代心理学的学派纷争

(1) 结构主义心理学。结构主义心理学的创始人是冯特,后经他的学生铁钦纳(E. Titchener)在美国宣扬推广。结构主义心理学认为,心理学应该研究人的意识经验,通过内省法来研究个人的直接经验,对经验的研究须从内容、过程和原因三个方面进行。内容是个人所经历的经验,包括感觉、意象和感情;过程是个人经验发生、发展的历程,包括某种经验是如何发生的,各种经验之间是如何联系起来的,原因是探究各种经验产生的缘由,以及它们之间彼此存在的因果关系,以对人的心理现象做出解释。

(2) 机能主义心理学。机能主义心理学是作为构造主义心理学的对立面而提出来的。由美国心理学家詹姆斯(William James, 1842—1910)和杜威(John Dewey, 1859—1952)等人所创立。机能主义主张,心理学应该对个体在适应环境时的心理与意识活动进行了解,这远比研究心理或意识的结构重要。例如,人的知觉活动、思维活动和心智功能等如何与环境事物相互作用,以及它们在人与环境相互影响的过程中起的重要作用。以思维为例,结构主义心理学关心思维是由哪些成分构成,而机能主义心理学则关心思维在人适应环境过程中具有哪些作用。机能主义的研究大大推动了美国心理学面向实际的发展道路。

(3) 行为主义心理学。行为主义心理学由美国心理学家华生(J.B. Watson)在1913年创