

# 普通心理学

彭聃龄 主编

郭德俊 编者

赵中天

北京师范大学出版社

高等学校文科教材  
普通心理学  
彭聃龄 主编

\*

北京师范大学出版社出版  
新华书店总店科技发行所发行  
北京师范大学印刷厂印刷

---

开本: 850×1168 1/32 印张: 21.25 字数: 522千

1988年10月第1版 1991年5月第4次印刷

印数: 15 001—26 500

---

ISBN 7-303-00225-1/B·7

定 价: 6.20元

## 前 言

《普通心理学》是国家教委推荐的一本高校心理学教材。它适用于全日制高校心理学专业及其它专业、自学高考心理学专业的本科学生。同时，也可作广大心理学爱好者，电大、函大选修心理学课程的学员的参考读物。

从19世纪70年代以来，特别是从第二次世界大战后的40年来，心理学有了很大的发展。19世纪末、20世纪初，在实验心理学诞生的初期，心理学界派别很多。各派心理学家对心理学的研究对象、任务、方法以及对心理现象的理解，存在着严重的分歧。二次大战后，各派心理学出现了互相融合、吸收的趋势。心理学家们对研究对象的认识渐趋一致；在吸收邻近学科研究手段的基础上，逐渐形成和发展了自己特有的一些研究方法；研究的领域也相对稳定下来。近20年来，心理学在探讨人的认知结构、个体早期的心理发展、心理现象的脑机制、人的社会行为及心理学为社会实践服务等方面，取得了重大的进展。心理学有广泛的应用领域，它和社会生活的许多方面有着密切的联系。教育、医疗、工业、军事、宇航、政法、商业等许多部门，都需要进行心理学的研究，都要直接、间接地利用心理学的知识。许多国家拥有一支壮大的职业心理学家的队伍；心理学的各种学术团体也蓬勃发展起来；心理学不仅吸收了邻近学科的研究成果，而且也对邻近学科的发展起了促进作用。这一切标志着心理学已逐渐成为一门比较成熟的学科。

《普通心理学》是心理学的一门基础学科。它研究心理现象产生和发展的最一般的规律、心理学的历史、发展趋势、它的理论

体系、派别和研究方法等。普通心理学的内容既要概括各个分支学科的研究成果，从中总结出心理学的最一般的规律，又要为各个分支学科提供理论基础。《普通心理学》又是心理学的入门学科，学习心理学一般应从学习《普通心理学》入手。

面对着心理学的迅速发展和普通心理学在整个心理学体系中的特殊地位，要编写一部好的普通心理学教材，自然非常困难。从1976年以来，国内先后出版了一系列普通心理学教科书。这些教科书在教学工作中发挥了应有的作用，对我国心理学人才的培养，作出了重要的贡献。但在使用这些教材时，我们也感到有些地方尚需改进。因此，我们不揣冒昧，愿意根据自己多年的教学实践经验，在某些方面做出改进的尝试。

长期以来，国内许多普通心理学教材都把人的心理分成心理过程和个性，其中个性又可分为个性倾向性和个性心理特性两部分。但是，在安排教材体系时，一部分作者由于认识到人的需要和动机(属个性倾向性)在人类行为中的重要意义，因而将个性倾向性摆到了心理过程的前面。这一来，无形中破坏了对心理现象

要不同，动机的性质也就不一样。心理过程指人脑能动地反映客观事物的过程，它表现为认识、情感、意志三种形式。心理过程的产生、进行和结束，都离不开人的动机。不了解人的动机，就无法解释人为什么要认识世界，人为什么有各种各样的情绪和情感，也无法预测和控制人的各种活动。心理特性是指在动机和心理过程中所表现出来的某些个人的特点，它代表了个体间的心理差异。如动机的差异，思维、言语的差异，情绪、情感的差异等。其中某些稳固而经常出现的心理特性，叫个性心理特性，如气质、性格和能力等，它使一个个体的心理面貌与另一个体的心理面貌互相区别开来。总之，动机、心理过程和心理特性是人的心理现象的三个互相联系着的方面。在安排教材体系时，我们先讲动机，后讲心理过程和心理特性。这样我们既强调了动机在人类行为中的重要作用，又避免了由此引起的一些逻辑上的混乱现象。

根据我们对心理学研究对象的理解，心理学不仅要研究个体心理或个体意识，而且要研究社会心理或团体心理，如团体需要、团体利益、团体规划、团体舆论等，以及团体心理对个体心理的各种影响。这一点往往是国内的一些普通心理学教材所忽略了的。我们在自己编写的教材中增设了团体心理一章，并把它安排在全书的最后，以确定社会心理的研究在普通心理学体系中的地位。先讲个体心理，后讲社会心理，教材的脉络就比较清楚了。学生有了前面的知识基础，再学社会心理学的内容也会容易一些。

如何处理注意在普通心理学体系中的地位，是我们遇到的另一个困难问题。欧美的许多普通心理学教材把注意当作知觉的一部分，因此，只在知觉一章中略微提及注意的问题。这种安排显然是和某些心理学家错误理解注意的实质有关系。依我们看来，注意是一种心理状态或意识状态，它为人的活动提供了某种动力的背景。注意不仅表现在知觉活动中，而且表现在其它认识活动和对行为的调节、控制中。因此，在介绍心理过程之前先讲注

意，我们认为合乎逻辑的。

在内容上，我们力求在自己所编写的教材中反映心理学发展的新趋势，吸收心理学研究的新成果。二次大战后，心理学中出现了认知心理学和人文主义心理学两大思潮。这些思潮作为一种范式、一种发展方向影响到心理学的各个领域，推动了心理学对人的认知结构和人的社会行为的研究。此外，神经生理学、电生理学和生物化学的发展，也加深了对心理的神经生理机制的了解。本教材正是从这些方面试图跟上时代前进的步伐。

本书第一章，我们详细讨论了个体心理，心理与行为，意识与无意识，个体心理与社会心理的关系，比较完整地阐述了心理学的研究对象。同时，还介绍了50年代以后认知心理学和人本主义心理学的发展，并提出了现代心理学发展的某些趋势。在第二章中，我们介绍了割裂脑的研究和高级神经活动学说的新发展。在动机一章中，我们详细介绍了马斯洛关于需要层次的研究，并进行了评价。在注意一章中，我们根据认知心理学的某些研究，对注意的实质及作用，作了较全面的阐述。在感觉与知觉两章中，我们介绍了感受野与侧抑制的研究，引用了认知心理学关于知觉研究的一些新成果。在记忆一章中，我们根据认知心理学的研究，丰富和深化了对记忆过程的分析。在思维一章中，我们扩大了思维的分类，并引用了认知心理学关于推理与问题解决的研究成果。在语言一章中，我们对语言的机制、感知、理解与产生进行了较全面的介绍，总结了国内外的某些研究成果。其中特别是关于言语的产生，是国内同类教材所没有涉及的。在情绪与情感一章中，我们探讨了情绪的各种维度，阐明了情绪的各种功能。在意志一章中，详细分析了意志过程的各种心理成分，说明了冲突和决策在意志行动中的作用。在能力一章中，我们介绍了认知心理学关于能力的理论以及国外较流行的能力测量的方法，探讨了能力发展的一般趋势和个别差异，具体分析了影响能力发展的各

种因素。在气质和性格两章中，我们介绍了国外各种著名的理论和了解气质与性格的方法。在本书的最后一章中，我们扼要地介绍了社会心理学的各个侧面，提供了这个领域的某些入门的知识。

《普通心理学》教材是学习心理学的入门教材。为了体现这一特点，我们在介绍各章的内容时，注意讲清基本概念、基本理论和基本规律，并注意联系生活工作与学习的实际，说明心理学知识在不同实践领域的应用。我们相信，学生牢固地掌握了心理学的基础知识之后，就能比较顺利地学习心理学的其它分支学科。并为他们在未来工作中继续攀登心理学的新的峰打下坚实的基础。

本书由彭聃龄同志负责主编。参加编写的还有郭德俊、赵中天两位同志。各章执笔人如下，第1、2、4、5、6、7、11、13、14、15、16、17章由彭聃龄执笔；第3、12、18章由赵中天执笔；第8、9、10章，由郭德俊执笔。

由于作者的能力和水平有限，书中可能会有各种缺点，甚至错误，敬请同行专家和广大读者给予斧正。

编 者

1987. 12

# 目 录

第一章 绪论	( 1 )
第一节 心理学的研究对象	( 1 )
第二节 心理学的任务及其研究的领域	( 9 )
第三节 心理学的研究方法	( 15 )
第四节 心理学的过去和现在	( 22 )
第二章 心理的神经生理机制	( 35 )
第一节 神经元	( 35 )
第二节 神经系统	( 43 )
第三节 脑的高级神经活动	( 50 )
第四节 内分泌腺和神经—体液调节	( 71 )
第三章 人类心理的起源和发展	( 75 )
第一节 心理的起源和动物心理的发展	( 75 )
第二节 人的心理的产生	( 92 )
第三节 人的心理的基本特征	( 102 )
第四章 动机	( 108 )
第一节 动机的一般概念	( 108 )
第二节 需要、诱因与动机	( 110 )
第三节 动机的种类	( 121 )
第四节 动机强度与工作效率	( 132 )
第五节 动机的测量	( 136 )
第五章 注意	( 139 )
第一节 注意的一般概念	( 139 )
第二节 选择性注意的几种理论	( 143 )
第三节 注意的生理基础	( 146 )

第四节	注意的种类	( 153 )
第五节	注意的基本品质	( 161 )
第六章	感觉	( 172 )
第一节	感觉的一般概念	( 172 )
第二节	感受性与感觉阈限	( 176 )
第三节	视觉	( 184 )
第四节	听觉	( 217 )
第五节	其它感觉	( 228 )
第七章	知觉	( 239 )
第一节	知觉的一般概念	( 239 )
第二节	知觉的特性	( 244 )
第三节	空间知觉	( 255 )
第四节	时间知觉与运动知觉	( 277 )
第五节	错觉	( 285 )
第八章	记忆	( 292 )
第一节	记忆的一般概念	( 292 )
第二节	记忆的生物学基础	( 298 )
第三节	识记——信息编码	( 303 )
第四节	保持——信息贮存	( 311 )
第五节	再现——信息提取和恢复	( 323 )
第九章	表象与想象	( 329 )
第一节	表象	( 329 )
第二节	想象的一般概念	( 337 )
第三节	想象的种类	( 342 )
第四节	想象与创造	( 348 )
第十章	思维	( 352 )
第一节	思维的一般概念	( 352 )
第二节	概念的形成	( 361 )
第三节	推理	( 370 )
第四节	问题解决	( 377 )

第十一章	言语	( 392 )
第一节	言语的一般概念	( 392 )
第二节	言语的种类	( 400 )
第三节	言语活动的生理机制	( 405 )
第四节	言语的感知与理解	( 413 )
第五节	言语的产生	( 432 )
第十二章	情绪和情感	( 436 )
第一节	情绪和情感的一般概念	( 436 )
第二节	情绪、情感的种类	( 443 )
第三节	情绪的外部表现—表情	( 452 )
第四节	情绪的生理学问题	( 457 )
第五节	情绪理论	( 466 )
第十三章	意志	( 474 )
第一节	意志的一般概念	( 474 )
第二节	意志行动的生理机制	( 480 )
第三节	意志行动的心理结构	( 488 )
第四节	意志的品质	( 496 )
第十四章	技能	( 499 )
第一节	技能的一般概念	( 499 )
第二节	运动技能的分析	( 502 )
第三节	运动技能形成的阶段和特征	( 514 )
第四节	练习及其在技能形成中的作用	( 520 )
第五节	技能的相互作用	( 533 )
第十五章	能力	( 537 )
第一节	能力的一般概念	( 537 )
第二节	能力的种类和结构	( 541 )
第三节	能力的测量	( 548 )
第四节	能力发展与个别差异	( 561 )
第十六章	气质	( 572 )
第一节	气质的一般概念	( 572 )

第二节	气质的生理机制.....	( 576 )
第三节	气质的类型及测量.....	( 584 )
第四节	气质在人类生活中的意义.....	( 594 )
第十七章	性格.....	( 598 )
第一节	性格的一般概念.....	( 598 )
第二节	性格的结构与特征.....	( 603 )
第三节	性格的评定.....	( 614 )
第四节	性格的形成.....	( 620 )
第十八章	团体心理.....	( 629 )
第一节	团体的一般概念.....	( 629 )
第二节	团体对个体心理和行为的影响.....	( 635 )
第三节	团体中的意见沟通.....	( 642 )
第四节	团体中的人际关系.....	( 651 )

# 第一章 绪 论

## 第一节 心理学的研究对象

在我们的周围环境中，有各种各样的现象，如日月星辰、山川河流、飞禽走兽、风土人情、社会准则等。它们有的属自然现象，有的属社会现象。这些现象分别由不同的学科进行研究，构成了人类不同的知识领域。

人的心理现象是自然界最复杂、最奇妙的一种现象，恩格斯曾把它誉为“地球上的最美的花朵”。人眼可以看到五彩缤纷的世界，人耳可以聆听优美、动人的钢琴协奏曲，人脑可以贮存异常丰富的知识，事过境迁而记忆犹存。人有堪称“万物之灵”的智慧，人能运用自己的思维去探索自然和社会的各种奥秘；人还有七情、六欲，他们能通过活动去满足自己的各种需要，并在周围环境中留下自己意志的印迹……总之，人类关于自然和社会方面的各种知识，他们在认识世界、改造世界方面所取得的一切成就，都是和人的心理的存在和发展分不开的。

心理学是研究心理现象的科学。它以自己特有的研究对象而与其它学科区别开来。心理学既研究动物的心理，也研究人的心理，而以人的心理现象为主要的研究对象。下面分几个问题就心理学的研究对象进行讨论。

### 一、个体心理

人是作为个体而存在的。个人所具有的心理现象称个体心理。它是一个异常复杂的系统。概括起来，个体心理可以分成动机、

心理过程和心理特性三个方面。

### (一) 动机

人的一切活动，无论是简单的还是复杂的，精神的还是肉体的，都是在某种内部动力的推动下进行的。这种推动人的活动，并使活动朝向某一目标的内部动力，就是人的活动的动机。例如，一个人希望成为科学家，并以自己的努力为祖国的科学事业作出贡献，这种内部的动力会成为推动他学习和工作的动机；一个人希望得到团体的承认，并在团体中享有一定的地位，这种内部动力会成为推动他处理各种人际关系的动机。即使是象走路、开门、休息、睡眠这些较简单的日常活动，也都是在一定动机的推动下进行的。

动机的基础是人类的各种需要，即个体在生理上和心理上的某种不平衡状态。人有生理的需要，如饥择食、渴择饮等，也有社会的需要，如劳动的需要，人际交往的需要，成就的需要，自尊的需要等。人有物质的需要，如食物、衣着、住房、交通工具等，也有精神的需要，如认识的需要，美的享受的需要等。正是在人的各种需要的基础上形成了人的不同的动机。动机具有性质和强度的区别。动机不同，人们对现实的态度以及相应的行为方式也不一样。

### (二) 心理过程

人的心理现象是一种活动、过程。它以不同的形式(认识、情感、意志)能动地反映着客观世界的事物及其关系。

认识过程指人们获得知识的过程，这是人的最基本的心理过程。它包括感觉、知觉、记忆、想象、思维和言语等。人对客观世界的认识开始于感觉与知觉。感觉反映事物的个别属性和特性，如颜色、明暗、声调、香臭、粗细、软硬等。而知觉反映事物的整体及其联系与关系，如一面红旗、一间明亮的房间、一阵嘈杂的人声、一件轻柔的毛衣等。知觉是在感觉的基础上产生的，但

不是感觉的简单相加。在知觉中，人的知识经验起着重要的作用。

人们通过感知觉所获得的知识经验，在刺激物停止作用以后，并没有马上消失，它保留在人们的头脑中，并在需要时能再现出来。如几年前我们游过峨眉山，现在想起来，那飞瀑流泉、群峦叠嶂，仍历历在目。这种积累和保存个体经验的心理过程，就叫记忆。

人不仅能直接感知个别、具体的事物，认识事物的表面联系和关系，还能运用头脑中已有的知识经验去间接、概括地认识事物，揭露事物的本质及其内在的联系和规律，这就是思维。例如，人们对原子的内部结构的认识，对生物进化规律的认识，人们通过对古代化石的研究，进而推知远古时代动物和人类生活的情景，都是凭借思维活动来实现的。人们还能利用语言把自己思维活动的结果、认识活动的成果与别人进行交流，接受别人的经验，这就是言语活动。人们还具有想象的活动，这是凭借在头脑中保存的具体形象来进行的。例如，作家创作一个人物形象、工程师设计一部新的机器、科学家构思自己的理论模型，都包含着复杂的想象活动。在这些情况下，想象是和头脑中创造新形象的活动相联系的。

人在认识客观世界的时候，不仅反映事物的属性、特性及其关系，还产生了对事物的态度，引起满意、不满意、喜爱、厌恶、憎恨等主观体验，这就是情绪或情感。事业的成功，朋友的支持，家庭的团聚，使人感到愉快、兴奋和喜悦，而工作的失利，朋友的讥讽，亲人的争吵，使人感到沮丧、痛苦或愤怒。情感在认识的基础上产生。“知之深，爱之切”，深厚、真挚的情感来源于对人、对事真切、深刻的了解，而情感又对认识产生着巨大的影响。积极的情感能引起人们认识的积极性，使人锐志精进；相反，消极的情感会使人消沉、沮丧，窒息人们认识与创造的热情。

人不仅能认识世界，对事物产生肯定或否定的情感，而且能在自己的活动中有目的、有计划地改造世界。这种自觉的能动性，是人和动物的本质区别。心理学把这种自觉地确定目的、并为实现目的而自觉支配和调节行为的心理过程，叫意志过程。意志与认识、情感有密切关系。人对自己行为的自觉调节和控制，是根据他们自己的认识和情感来实现的。而人的意志的坚强或懦弱又反过来对人的认识和情感产生巨大的影响。马克思曾指出，“只有在崎岖的小路上不畏艰险，勇敢攀登的人，才有希望达到光辉的顶点。”这里所讲的“不畏艰险”、“勇敢攀登”，表现了一个人顽强的意志力，它是人们认识世界、改造世界的强大精神支柱。

在人的心理过程，特别是认识过程中，还有一种重要的心理现象，即注意。这是指人的心理活动指向和集中在当前所选择的认识对象和所需要的行为上。注意的基本作用是选择信息。没有注意的作用，人就无法清晰地认识事物，也无法准确而迅速地完成某种活动。

### (三) 心理特性

人在通过认识、情感和意志反映客观世界的过程中，还会形成各种各样的心理特性，造成人与人之间的心理差异。人们的心理特性有些是暂时、偶然出现的，有些是稳固、经常出现的。人们在生活过程中形成的某些稳固而经常出现的心理特性，叫个性心理特性。它是心理学研究对象的另一重要方面。

个性心理特性包括能力、气质和性格。例如，有人记得快，有人记得慢；有人长于想象，有人善于思考，这是能力的差异。有人比较温柔，有人比较粗暴；有人沉着，有人急躁；有人敏捷，有人迟钝，这是气质的差别。有人谦虚谨慎，有人骄傲自满；有人进取，有人退缩；有人坚强，有人怯弱等，这是性格的差异。气质与性格有时也统称为人格。正是这些心理特性，使一个个体的心理活动与另一个体的心理活动彼此区别开来。

总之，动机、心理过程和心理特性是个体心理现象的三个重要方面，是心理学的主要研究对象。这三个方面不是割裂的，而是互相联系，互相依存的。人没有无缘无故的认识、情感和意志，他们的心理过程总是在某种动机的推动下进行的。例如，认识的需要会推动人们去探索世界；交往的需要会推动人们去建立各种人际关系，并获得各种各样的情绪体验。同样，人的需要的产生和发展又依赖于心理过程。一个科学家正是由于认识到自己的工作对造福人类的巨大意义，并且有了对自己工作的强烈责任感，才会产生炽烈的活动动机，并为实现自己的研究设计而奋斗。心理特性与心理过程的关系也是这样。人的心理特性是通过心理过程形成的。没有认识、情感和意志过程，就不会产生人在认识、情感和意志过程中的个性特点。同时，个体心理特性又调节着心理过程的进行，并赋予心理过程以个体的特色。

## 二、个体心理现象与行为

行为指有机体的反应系统。它由一系列反应动作和活动构成。例如，吃饭、穿衣、散步、劳动、娱乐，都是人类各种不同的行为。有的行为很简单，只包含个别或少数几种反应成分，如光线刺激眼睛引起眼睑关闭，食物刺激口腔引起唾液分泌，肠胃因饥饿而加快蠕动等。有的行为则很复杂，包含了较复杂的反应成分，如写字、体操、驾驶飞机等。这些行为由一系列反应动作所组成，成为各种特定的反应系统。

行为总是在一定的情况下产生的。引起行为的内、外因素叫刺激。光线是使眼睑关闭的刺激，饥饿是使胃肠蠕动加快的刺激。在人类行为中，语言刺激具有重要的意义。通过语言发布命令，可支配别人的行为，也可进行自我调节，使行为服从预定的目的。

行为不同于心理，但又和心理有着密切的联系。引起行为的刺激常常通过心理的中介而起作用。没有人对光线、声音、气味

的感知觉，就不会有对光线、声音、气味的反应。人的行为的复杂性是由心理生活的复杂性引起的。同一刺激可能引起不同的反应，不同刺激也可能引起相同的反应，其原因就在于人有丰富的主观世界。主观世界的情况不同，对同一刺激的反应总是不一样的。俗话说，“饿时吃糠甜如蜜，饱时喝蜜蜜不甜”。有机体的内部状态不一样，对同一事物的反应也可能极不一致。

心理支配行为，又通过行为表现出来。一个人的视觉和听觉能力，是通过他对微弱光线和声音的反应表现出来的；一个人的记忆，是通过它运用知识的活动表现出来的；一个人的情绪和情感，是通过面部和姿势表情表现出来的。心理现象是一种主观精神现象，它看不见，摸不着，没有重量、大小和体积，而行为却具有显露在外的特点，它可以用客观的方法进行测量。例如，我们可以用电影机拍摄体操队员的精采表演，用计时器记录工人的动作反应时等。由于行为表现了人们的心理活动，因此，我们可以通过观察和分析行为来客观地研究人们的心理活动。仅仅在这个意义上，心理学有时也可以叫做研究行为的科学，即通过对行为的客观记录、分析和测量来揭示人的心理现象的规律性。

### 三、个体意识与无意识

人和动物都有心理。但人的心理不同于动物的心理，它具有意识的特点。

人的意识主要表现为用词的形式巩固在头脑中的知识体系。这种知识体系与各种情绪、情感结合在一起，构成人们丰富而稳定的主观世界，成为人们能动地认识世界和改造世界的内部资源。这是人的意识的第一个特点。由于人有意识，因而人类就和单纯适应自然界的动物有了本质的区别。人们凭借对事物的本质和规律的认识，不仅能够了解客观事物的现状，而且能够通晓过去和预见未来，这是任何动物的心理所不能及的。