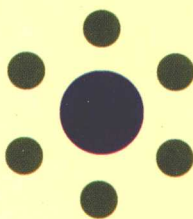
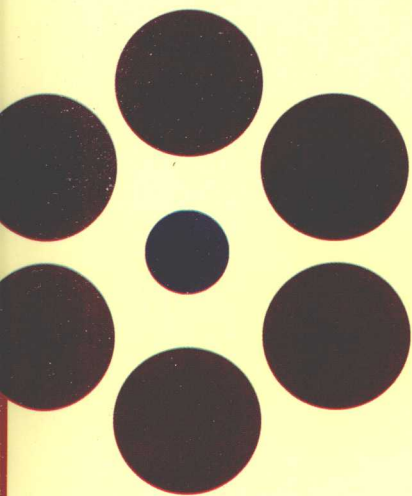


P_u

TONG XINLIXUE JIAOCHENG

普通心理学教程

谷振伟 著



哈尔滨地图出版社

高职高专、师范院校普通心理学教材

普通心理学教程

PUTONG XINLIXUE JIAOCHENG

谷振伟 著

哈尔滨地图出版社

· 哈尔滨 ·

图书在版编目(CIP)数据

普通心理学教程/谷振伟著. —哈尔滨:哈尔滨地图出版社, 2009. 5

ISBN 978 - 7 - 5465 - 0048 - 5

I. 普… II. 谷… III. 普通心理学—教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 069477 号

哈尔滨地图出版社出版发行

(地址:哈尔滨市南岗区测绘路2号 邮政编码:150086)

哈尔滨翰翔印务有限公司印刷

开本:850 mm × 1 168 mm 1/16 印张:5.312 5 字数:140 千字

ISBN 978 - 7 - 5465 - 0048 - 5

2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

印数:1 ~ 200 册 定价:20.00 元

前 言

教材建设是教学改革的核心,普通心理学教程作为“高职高专师范专业、师范院校心理教育系”的一门必修的基础课程,目的在于培养合格的中小学教师提供心理学的基础知识和青少年学生心理特征方面的知识,指导教学的理论和应用的心理学知识,使学生通过学习本课程,能对心理学中的具体问题进行分析,并能合理地采用教育和教法措施,提高教学和管理水平,培养学生初步具备研究心理学的基本能力。

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以及心理学的历史、发展趋势、理论体系、派别和研究方法。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。普通心理学是心理学的入门学科。学习心理学一般应从普通心理学入手。

目前,在三级师范向二级师范转型的过程中,非常缺少符合高职高专院校师范专业和大专心理教育系学生教学的普通心理学教材,编者正是在这种前提下,查阅当前国内各种版本的普通心理学方面的教材和著作,结合社会需求的实际和多年的教学经验编写了此书。

编者希望这本借鉴了以往教材之长,融合编者多年经验和一定创新的专业性教材能满足高职高专师范专业和师范类院系的老师、学生和广大心理学爱好者的不同需求,但由于学科内容的庞博精深和学科前沿的不断发展,难免有所疏漏。在此,真诚地欢迎所有使用本教材的老师、学生和关注普通心理学的爱好者提出宝贵的意见,我们将本着虚心学习、合理吸收的原则,不断改进,使这本普通心理学教材得到不断的完善,成为优秀之作,为提高本学科的科研、教学质

量作出贡献。

本书不仅可以作为高职高专师范专业和师范院校心理教育系学生的教材,也可作为在各级各类教育学院、教师进修学校接受继续教育的中小学教师,以及接受心理咨询、函授班培训的学员参考用书。

编 者

2008 年 12 月

目 录

第一章 绪 论	1
第一节 普通心理学的研究对象及内容	1
第二节 人的心理的本质	4
第三节 心理学的历史发展	6
第四节 研究心理现象的原则和方法	13
第二章 心理活动的生理基础	18
第一节 神经系统的构造及功能	18
第二节 内分泌系统与心理	25
第三节 高级神经活动的反射学说	27
第三章 感觉和知觉	33
第一节 感觉的概述	33
第二节 知觉的概述	44
第四章 记 忆	53
第一节 记忆的概述	53
第二节 记忆过程	60
第五章 表象和想象	73
第一节 表象	73
第二节 想象	76
第六章 思维 and 言语	83
第一节 思维的概述	83
第二节 言语的概述	92
第七章 意识与注意	96
第一节 意识的概述	96
第二节 注意的概述	104

第八章 需要与动机	112
第一节 需要的概述	112
第二节 动机的概述	116
第九章 情绪、情感和意志	120
第一节 情绪、情感概述	120
第二节 情绪、情感的种类	126
第三节 意志的概述	129
第四节 挫折心理	134
第十章 能力	140
第一节 能力概述	140
第二节 能力的发展和影响能力发展的因素	143
第十一章 人格	147
第一节 人格概述	147
第二节 人格理论	150
第三节 气质	153
第四节 性格	161
参考文献	164

第一章 绪 论

在人类知识的科学体系中,有 2 500 多门学科,其中,心理学居于中心位置。是一门兼有自然科学和社会科学性质的边缘学科或中间学科,它不仅是一门认识客观世界的科学,也是一门认识和调控人的心理活动和行为的科学。

第一节 普通心理学的研究对象及内容

一、什么是心理学

心理学是研究心理现象发生、发展和活动规律的科学。

心理现象人皆有之,它是宇宙中最复杂的现象之一,从古至今为人们所关注,科学家们对它进行了不懈的探索。人的心理,即意识,是心理发展的最高层次,只有人才有意识。但是,心理的本质是什么,意识的本质又是什么;心理现象是怎么发生,又是在什么条件下得以发展和完善,最后达到意识的水平的;心理活动遵循什么样的规律,掌握这些规律怎样为人类的实践活动服务,所有这些问题都是心理学研究所要解决的。有人把心理学与算命和占卦术等封建迷信相提并论,认为心理学可以猜度人心,预测人生祸福。这是完全不正确的。

在词源上,心理学的英语词汇是“Psychology”,它源于希腊文的两个词“Psyche”和“Logos”。“Psyche”的含义是“灵魂”或“精神”,“Logos”的含义是“知识”、“规律”或“研究”。把“Psyche”和“Logos”合起来即为“对灵魂或精神的研究”之意,它是心理学最早的定义,不过这个定义并没有对心理学做出科学的解释。心理学成为一门独立的科学以后,其研究内容和重点几经演变,直到 20 世纪中期以后

才相对地统一于如下定义——即“心理学是研究人的行为和心理活动规律的科学”。

心理现象可以从它的发生、发展的维度上进行研究,这方面的研究构成了心理学中动物心理学和比较心理学两个分支;从人类个体心理的发生和发展上进行研究,构成了发展心理学和儿童发展心理学;研究社会对心理发展的制约和影响,构成了社会心理学;研究心理现象产生的神经机制,构成了生理心理学;把心理学研究的成果运用于解决人类实践活动中的问题,以提高人的工作水平,改善人的生活质量,这又构成了心理学众多的应用分支。例如,服务于人类健康的医学心理学、变态心理学、心理卫生、心理咨询和心理治疗;服务于教育的教育心理学;服务于管理的组织管理心理学、人事心理学和心理测试;此外,还有工程心理学、环境心理学、体育运动心理学、司法心理学、航空航天心理学、文艺心理学、心理测验学等心理学分支。

心理活动是内隐的,而行为是外显的。外显的行为受内隐的心理活动所支配;反过来,心理活动也只有通过行为才能得到发展与表现。要掌握人的心理规律,必须从研究人的行为入手;而心理活动只有通过行为才能得到发展与表现。要掌握人的心理规律,必须从研究人的行为入手;而要了解、预测、调节和控制人的行为,则更需要探讨人们复杂的心理活动规律。

“心理学是一门以解释、预测和调控人的行为为目的,通过研究、分析人的行为,揭示人的心理活动规律的科学”这一定义被人们普遍接受。此外,心理活动不是虚无缥缈的,由于它在头脑中产生,必然接受生物学规律支配;同时,人是物种发展中最高等的社会性动物,一切活动都无法摆脱社会、文化方面的影响。这就使得心理学兼有自然科学和社会科学的双重性质了。

把上述研究成果集中起来加以概括,总结出人的心理活动的最一般的规律,这就是普通心理学。可以说普通心理学是以正常成人的心理现象为研究对象,总结心理活动最普遍、最一般规律的心理学的最基础的学科。普通心理学所总结出来的规律对心理学各个分支

的研究都具有指导意义。

二、普通心理学的内容

普通心理学的内容可以分为以下几个方面:认知、情绪、情感和意志、需要和动机、能力、气质和人格。

(一)认知

认知是指人认识外界事物的过程,或者说是作用于人的感觉器官的外界事物进行信息加工的过程。它包括感觉、知觉、记忆、表象、言语、思维和想象等心理现象。

(二)需要和动机

需要是人体内部的一种不平衡状态,是对维持和发展其生命所必需的客观条件的反映;动机是推动人从事某种活动,并朝向一定目标前进的内部动力。当人意识到自己的需要时,这种需要就变成了人的活动动机。

(三)情绪、情感和意志

情绪和情感是伴随认识和意志过程而产生的对外界事物的态度和内心的体验,是对客观事物与主体需要之间关系的反映;意志是人的思维决策见之于行动的心理过程。

(四)能力、气质和人格

能力是顺利、有效地完成某种活动所必须具备的心理条件;气质是心理活动动力特征的总和,即表现在心理活动的速度、强度和稳定性方面的人格特征;性格是表现在对事物的态度和习惯化了的行为方式上的人格特征。

上述心理现象又可分为两大类,即心理过程和人格。认知、情绪情感和意志是以过程的形式存在的,它们都要经历发生、发展和结束的不同阶段,所以属于心理过程。需要、动机是人的心理活动的动力,表现了人格的倾向性;能力、气质和性格是人格的特征,它们都是人格的组成部分。人格不是独立存在的,而是通过心理过程表现出来的。在人的发展过程中,先有心理过程,而后逐渐形成了人格。人格形成以后,又会对心理过程具有制约的作用。

第二节 人的心理的本质

一、心理是脑的功能

心理是脑的机能,脑是心理活动的器官。没有脑的心理,或者说没有脑的思维是不存在的。正如肺是呼吸的器官,呼吸是肺的机能一样。正常发育的大脑为心理的发展提供了物质的基础。人的大脑是最为复杂的物质,是物质发展的最高产物。

心理现象是随着神经系统的产生而出现,又随着神经系统的不断发展和不断完善,才由初级不断发展到高级的。无机物和植物没有心理,没有神经系统的动物也没有心理,只有有了神经系统的动物才有了心理。无脊椎动物的神经系统非常简单,像环节动物只有一条简单的神经索,它们只具有感觉的心理现象,只能认识事物的个别属性;脊椎动物有了脊髓和大脑,它们有了知觉的心理现象,能够对事物外部的整体加以认识了;灵长类动物,像猩猩、猴子,大脑有了相当高度的发展,它们能够认识事物的外部联系,有了思维的萌芽,但是还不能认识到事物的本质和事物之间的内部联系。只有到了人类,才有了思维,有了意识,人的心理是心理发展的最高阶段,因为人的大脑是最复杂的物质,是神经系统发展的最高产物。所以,从心理现象的产生和发展的过程来看,也说明了心理是神经系统,特别是大脑活动的结果,神经系统,特别是大脑是从事心理活动的器官。

脑是心理活动的器官,人们获得这一正确的认识经历了几千年。现在,这一论断得到了证实,以致今天“心理是脑的功能”这一论断对大家来说已经是常识性的知识了。

二、心理是客观现实的反映

健全的大脑给心理现象的产生提供了物质基础,但是,大脑只是从事心理活动的器官,有反映外界事物产生心理的机能,心理并不是它自身所固有的。心理现象是客观事物作用于人的感觉器官,通过

大脑活动而产生的。所以客观现实是心理的源泉和内容。客观现实是指在人的心理之外独立存在的一切事物,它们构成了人类赖以生存的环境。人们通常将这些环境划分为物质环境(既包括各种自然现象,如天体宇宙、四季变更、飞禽走兽,也包括人造环境,如城市、乡村、住宅、交通等)和社会环境(如家庭、学校、同伴团体,各种人际关系、社会规范、风俗习惯、文化传统等)。离开客观现实来考察人的心理,心里就变成了无源之水,无本之木。

20 世纪 20 年代印度发现的两个狼孩,即让狼叼走养大的孩子,他们有健全的人的大脑,但是,他们脱离了人类社会,是在狼群里长大的,他们只具有狼的本性,而不具备人的心理。所以,心理也是社会的产物,离开了人类社会,即使有人的大脑,也不能自发地产生人的心理。

心理的反映不是镜子似的机械的反映,而是能动的反映。是人脑对客观现实的主观能动的反映。因为通过心理活动不仅能认识事物的外部现象,还能认识到事物的本质和事物之间的内在联系,并用这种认识来指导人的实践活动,从而改造客观世界。

心理是大脑活动的结果,却不是大脑活动的产品,因为心理是一种主观映象,这种主观映象可以是事物的形象,也可以是概念,甚至可以是体验,它是主观的,而不是物质的。从这个角度来说,应该把心理和物质对立起来,不能混淆,否则便会犯唯心主义或庸俗唯物主义的错误。

三、心理是以活动的形式存在的

心理是在人的大脑中产生的客观事物的映像,这种映像本身从外部是看不见也摸不着的。但是,心理支配人的行为活动,又通过行为活动表现出来,因此,可以通过观察和分析人的行为活动客观地研究人的心理。

四、心理学是介于自然科学和社会科学之间的中间学科,或叫边缘学科

心理现象既是脑的机能,又受社会的制约,是自然和社会相结合

的产物。只有从自然和社会两个方面进行研究,才能揭示心理的实质和规律。所以,研究心理现象的心理学应该是一门自然科学和社会科学相结合的中间科学。研究心理现象的生理机制是自然科学的任务,研究社会对心理活动的制约又是社会科学的任务。作为一个心理学家,如果他从自然科学的角度去研究心理现象,他就是一个自然科学家;如果他从社会科学的角度研究心理现象,他就是一个社会科学家。

第三节 心理学的历史发展

一、科学心理学的建立及冯特的构造主义心理学

德国生理、心理学家冯特(Wilhelm Wundt 1832—1920)1879年在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室,用自然科学的方法研究心理现象,使心理学开始从哲学中脱离出来,成为一门独立的科学。这一行动标志着科学心理学的诞生,因此,冯特被称为心理学的始祖。

构造主义心理学主要代表人物是冯特和他的学生铁钦纳(E. B. Titchener, 1867—1927),是自心理学独立出来后的第一个心理学派。该学派于1899年产生于德国,后在美国得到发展,20世纪20年代以后渐趋衰落。

构造主义认为,心理学应该研究人的意识经验,个体经验由人的感觉、意象、感情三种元素结合而成,如感觉是知觉的元素,意象是观念的元素,激情是感情的元素。这样就能把经验分解为一些基本要素,这像建筑结构中的一块块砖瓦那样。

心理学的研究对象是意识经验,即心理经验的构成元素及结合的方式与规律,并主张心理学应该用实验内省法研究意识经验的内容或构造,找出意识的组成部分及它们如何结合成各种复杂心理过程的规律。内省法是个体对自己体验的内省或反思,例如,你在阅读中稍停片刻,探索一下自己现在的思想、感觉、情感等,这就是内省。

他们强调心理学是一门纯科学,其基本任务是理解正常人的一般心理规律,但不重视心理学的应用。该学派是用实验法独立研究心理学问题的学派,促进了西方心理学派的兴起和美国心理学的发展。它的研究成果已经成为现代心理学组成部分。但由于它确定的研究对象过于狭窄并陷入元素主义与内省主义境地,因而遭到许多心理学家的反对。

二、学派之争的开始和机能主义心理学

任何一门独立学科的形成,都要经过一段不同的思想认识之间的争论才能逐步达到统一。心理学界的学派之争尤为突出,从一开始就出现在构造主义心理学和机能主义心理学(Functionalish psychology)之间。

机能主义主张心理学的目的不是为了要把心理分解为一些元素,而是应当研究人在适应环境中心理的机能作用。

美国心理学家威廉·詹姆士(William James, 1842—1910)是心理学机能主义的先驱,他深受达尔文进化论的影响,为适应美国资本主义蓬勃发展的需要,以达尔文的适者生存和自然选择的原理为基础,研究心理在适应环境中的作用,认为人是在适应社会生活中成长。詹姆士于1890年发表《心理学原理》这一部名著,提出了影响深远的机能主义概念。他主张人的心理是一个整体,不能分割为各个元素,也不能划分为各个阶段,而意识是一条连续不断的“思想流”或“意识流”,他强调心理的效用方面,认为心理活动有助于人们的生存需要,因而心理学应研究有效用价值的心理活动的动态方面。

20世纪初,由詹姆士的后继者芝加哥大学的杜威、安吉尔等人建立起机能主义心理学,即芝加哥学派。杜威的研究为这一学派奠定了理论基础,他以婴儿抓烛火而缩手为例,说明作为反射活动时行为动作应以其适应意义来解释,而不能把它还原为感觉运动元素;安吉尔强调了心理学在各个生活领域中的应用价值。这一学派主张心理学应该成为一门“有所为”的科学,以有目的的心理活动为研究对象,认为心理活动的作用就在于获得、保持、组织和评价人的经验,以

指导行动。这一学派主张应对注意、学习、智能等对人的适应行为有用的心理过程进行研究。因此,在研究范围上,机能主义比构造主义心理学广阔得多。在研究方法上,这一学派认为研究意识有必要运用内省法,但要注重客观的观察和实验,从而认为,一切有益于获得研究资料的方法,包括日常观察和历史文化档案的分析,都可采用。

机能主义心理学对后来心理学的发展有深远的影响,虽然作为一个独立的学派已不复存在,但它的观点已融合在后来心理学发展的主流之中。

三、行为主义心理学

20 世纪初期在美国,正当构造主义学派与机能主义学派争论不休之时,出现了另一个学派——行为主义心理学(Behaviorism psychology)

行为主义的代表人物是美国心理学家华生((John Broadus Watson, 1878—1958)。华生认为,心理学的研究对象应该是可以为他人观察到的外显行为,而并不是看不见、摸不着、无法客观研究的意识。他主张心理学要抛开意识,径直去研究行为,探索刺激与反应之间的联系,成为行为主义学派。这一学派认为,只要确定了刺激和反应(即 S—R)之间的关系,就可以通过控制环境而任意地塑造人的心理和行为。他坚持心理学是研究行为的科学。

总之,华生否认心理,强调行为,认为人的一切行为都是在后天的环境影响下形成的。华生认为,行为是可以通过学习和训练加以控制的,从而他否认遗传。他夸口说:“给我一打健全的婴儿,在良好的、由我做主的环境中,我就可以保证随机选出任何一个,不问他的才能、倾向、本领和他的父母的职业及种族如何,把他训练成为我所选定的任何类型的特殊人物,如医生、律师、艺术家、商人或乞丐、小偷”(《行为主义》,1924 年)。华生在心理学领域破旧立新,在当时独树一帜,是有其积极意义的。由于他主张心理学的目的在于预测和控制人的行为,这对于后来心理学以行为测量为手段,在医疗、教育、人事管理等广泛领域推动了心理学的发展。

行为主义后期的另一著名代表人物是美国心理学家斯金纳(B. Skinner, 1904—1990)。由于斯金纳的理论对华生的行为主义有所发展,通常把他的理论称为新行为主义,而把华生的行为主义称为古典行为主义。斯金纳认为,采用心理内部发生的事件来解释行为是不必要的,为人认识人类的行为,应该注意环境在有机体做出反应之前和之后的作用。他指出,行为的形成和保持是由行为本身的结果决定的。

行为主义的主要特征:一是强调心理学研究的对象是能够客观观察和测量的外显行为,而不是意识经验;二是认为行为不是由遗传决定的,而是在环境因素影响下学习的结果,为此可以制约学习过程,使个体的目标行为产生、发展和变化。

行为主义从20世纪20年代兴起,一直流行到50年代才逐渐衰落。但行为主义以客观的、可以验证的实验方法,其意义影响深远,尤其在学习的规律、条件反射、奖励和惩罚的应用、行为矫正方法等方面极具价值。

四、格式塔心理学

格式塔心理学在1912年由德国心理学家韦特海默(Max Wertheimer 1880—1943)、苛勒(Wolfgang Kohler 1887—1967)和卡夫卡(Kurt Koffka 1886—1941)创立。格式塔心理学认为整体大于部分的相加,因而反对把心理现象分解为元素,主张从整体上来研究心理现象,建立了完形心理学(Gestalt psychology),或叫格式塔心理学派。

格式塔这个术语起始于视觉领域的研究,但它又不限于视觉领域,甚至不限于整个感觉领域,其应用范围远远超过感觉经验的限度。苛勒认为,形状意义上的“格式塔”已不再是格式塔心理学家们的注意中心;根据这个概念的功能定义,它可以包括学习、回忆、志向、情绪、思维、运动等过程。广义地说,格式塔心理学家们用格式塔这个术语研究心理学的整个领域。

五、认识心理学

认知心理学是20世纪50年代中期在西方兴起的一种心理学思

潮,20 世纪 70 年代开始成为西方心理学的一个主要研究方向。它研究人的高级心理过程,主要是认知过程,如注意、知觉、表象、记忆、思维和语言等。

认知心理学是心理学发展的结果。它与西方传统哲学也有一定联系。其主要特点是强调知识的作用,认为知识是决定人类行为的主要因素。这个思想至少可以追溯到英国的经验主义哲学家如培根、洛克等人。笛卡儿强调演绎法的作用,认知心理学重视假设演绎法。康德的图式概念已成为认知心理学的一个主要概念。

认知心理学是反对行为主义的,但也受到它的一定影响。认知心理学从行为主义那里接受了严格的实验方法、操作主义等。近年来,认知心理学已不专注于内部心理过程的研究,也注意了行为的研究。一般认为,人们使用从环境得来的信息,结合记忆内存储的东西,指导未来的行为,并塑造生活环境。

认知心理学企图把全部认知过程统一起来,它认为注意、知觉、记忆、思维等认知现象是交织在一起的,对于一组现象的了解有助于说明另一组现象。由于它们之间的相互依赖关系,很可能会发现人类认知过程的统一加工模式。

认知心理学不仅要把认识过程统一起来,而且要把普通心理学各个领域统一起来,也就是要用认知观点研究和说明情绪、动机、个性等方面。认知心理学的观点还进一步扩展到了社会心理学、发展心理学、生理心理学、工程心理学等领域。

认知心理学重视心理学研究中的综合的观点,强调各种心理过程之间的相互联系、相互制约;认知心理学在具体问题的研究方面,在扩大心理学研究方法方面都有所贡献。认知心理学的研究成果对计算机科学的发展也有贡献。

六、精神分析学派

精神分析学派(Psychoanalysis)由奥地利精神病医生费洛伊德(Sigmund Freud 1856—1939)在 1896 年首创。弗洛伊德认为,人的行为源于本能和原始的冲动,特别是性冲动。如果人的某些本能不