

军人心理学概论

JUNREN XINLIXUE
GAILUN

主编 邓光辉
刘伟志
徐 伦
董 薇



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

内 容 简 介

本书为军队院校心理学基础课程教材，主要介绍心理学的基本概念、原理、方法和应用，以及心理学在军事领域的应用。本书可作为军队院校心理学专业及相关专业的教材，也可供从事心理学工作的有关人员参考。

军人心理学概论

邓光辉 刘伟志 主 编
徐 伦 董 薇



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

内 容 简 介

本书对心理学的理论知识和实际运用进行深入浅出的阐述,从多个角度对心理基础及心理测试等进行了详细的解说,针对军人的心理进行重点分析,不仅可作为军队教材使用,而且也适合于对心理学感兴趣者阅读与借鉴。

图书在版编目(CIP)数据

军人心理学概论/邓光辉等主编. —上海:第二军医大学出版社,2011.8

ISBN 978-7-5481-0244-1

I. ①军… II. ①邓…②刘… III. ①军人—心理健康 IV. ①E0-051

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 092300 号

出 版 人 陆小新

责任编辑 许 悦

军人心理学概论

邓光辉 刘伟志 徐 伦 董 薇 主编

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码:200433

发行科电话/传真:021-65493093

<http://www.smmup.cn>

全国各地新华书店经销

上海黎明制版印刷厂印刷

开本:787×1092 1/16 印张:18.5 字数:429 千字

2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-0244-1/E·002

定价:56.00 元

前 言

军事心理学是研究军事环境对军人心理影响的一门学科。在我国常把军人心理学和军事心理学看作同一个概念。军人心理学的发展史尽管好像与战争一样悠久,但是,军人心理学作为正式的学科还不到一个世纪。军人心理学一次次的突飞猛进,都与军事对心理学的需要密切相关。近年来,随着战争形态的改变、高科技武器的使用和我军使命任务的进一步拓展,军队对心理学的需求更为迫切,促进了我国军人心理学的蓬勃发展。

本书作为军人心理学的概论,主要为广大官兵和军队院校学员呈现军人心理学的主要研究领域以及轮廓,为进一步的学习和研究奠定基础。全书按绪论、基础篇、军人篇和军事篇4个部分组织章节结构。其中绪论部分概述了军人心理学的概念、对象、内容、意义和研究方法;基础篇主要为读者提供心理学的基本知识,包含认知与学习、情绪、个性和青年人心理4章;军人篇从军人个体和集体的角度论述军人常见的心理现象,包括军人集体心理、军人心理素质、军人心理健康3章;军事篇主要介绍军事活动对军人的心理影响以及如何防护,包括军事训练中军人心理、多样化军事行动中军人心理和心理战中军人心理3章。本书写作上体现3个要求:内容反映本领域新的研究成果;体例丰富,体现教材编写的流行趋势;可读性强,既适合教学,也适合自学。

由于编者水平有限,书稿中如有不当之处,望不吝予以批评指正。

编者

2011年2月

目录

CONTENTS

第一章 绪论	1
第一节 军人心理学的研究对象、内容和意义	1
第二节 军人心理学的研究方法	4
阅读材料 1-1: 所见即所学	5
阅读材料 1-2: 心理测验在军事领域中的运用	8
第三节 军人心理学的产生与发展	9
第二章 认知与学习	12
第一节 感觉和知觉	12
阅读材料 2-1: 感觉剥夺试验	13
阅读材料 2-2: 视觉后像	14
第二节 记忆	21
第三节 思维	37
第四节 学习	40
第三章 情绪	49
第一节 情绪概述	49
阅读材料 3-1: 耶克斯-多德森定律	50
阅读材料 3-2: 面部表情比语言更诚实	52
阅读材料 3-3: 测谎器简介	55
第二节 情绪理论	58
阅读材料 3-4: 感觉反馈研究	65
第三节 情绪的调节	66
阅读材料 3-5: 情商是什么?	67

第四章 个性	74
第一节 个性概述	74
阅读材料 4-1: 出生顺序与个性之谜	77
第二节 个性心理特征	79
第三节 个性倾向性	93
阅读材料 4-2: 亚伯拉罕·马斯洛小传	95
第五章 青年人心理	103
第一节 青年人的心理特点	103
阅读材料 5-1: 青少年攻击性的后果	108
第二节 青年人的自我意识	108
阅读材料 5-2: 网络中的自我	114
第三节 青年人的恋爱心理	115
阅读材料 5-3: 弗洛伊德的性心理阶段论	125
第六章 军人集体心理	127
第一节 人际交往心理	127
阅读材料 6-1: 刻板印象的心理机制	132
阅读材料 6-2: 人际关系自我测试	136
第二节 群体心理	138
第三节 态度形成与转换	144
阅读材料 6-3: 新兵王强的故事	149
第七章 军人心理素质	152
第一节 军人心理素质概述	152
第二节 军人心理素质的评价标准与测量	154
阅读材料 7-2: 永不退缩的林肯总统	156
阅读材料 7-3: 领导者的心理素质决定团队成败	157
第三节 军人心理素质培养	159
阅读材料 7-4: 军人心理素质培养工作的起步与发展	159
阅读材料 7-5: 威廉斯创造力倾向测验	167
阅读材料 7-6: 点石成金的“皮格马利翁效应”	170
阅读材料 7-7: 心理行为训练对潜艇艇员应激水平的影响	172
第八章 军人心理健康	174
第一节 心理健康含义	174
阅读材料 8-1: 笼里的狒狒	176
阅读材料 8-2: No arms, No legs, No worries!	183
阅读材料 8-3: 学会放下	184

第二节 心理咨询与治疗方法	186
阅读材料 8-4: 电影《盗梦空间(Inception)》解析方式一	191
阅读材料 8-5: 小艾尔伯特的恐惧习得实验	197
第三节 心理咨询与治疗案例	202
第九章 军事训练中的军人心理	208
第一节 军人学习心理	208
阅读材料 9-1: 元认知学习策略	211
第二节 影响军事训练成绩的心理因素	216
阅读材料 9-2: 孩子在为谁而玩	217
阅读材料 9-3: 军事训练伤相关的心理因素分析	224
第三节 训练环境对军人心理的影响	225
阅读材料 9-4: 环境因素影响心理健康	229
第十章 多样化军事任务中军人心理	231
第一节 多样化军事任务概述	231
第二节 多样化军事行动对军人心理的影响	236
阅读材料 10-1: 美莱村大屠杀	244
阅读材料 10-2: 创伤后应激障碍的诊断标准	246
第三节 多样化军事行动中军人心理的调控	251
第十一章 心理战中的军人心理	257
第一节 心理战概述	257
阅读材料 11-1: 美军心理战部队	263
第二节 主要作战样式中的心理进攻	264
阅读材料 11-2: “诺顿中校”与“海狼”的另一种战争	272
第三节 心理作战中的心理防御	273
第四节 心理作战效果评估	276
阅读材料 11-3: 决胜“第二战场” 目击我军首次心理防御大演兵	282
参考文献	284

第一章 绪 论

学习目标

1. 掌握军人心理学的概念和研究内容。
2. 理解军人心理学的研究意义。
3. 掌握军人心理学常用研究方法。
4. 了解军人心理学的发展概况。

第一节 军人心理学的研究对象、内容和意义

一、军人心理学的研究对象

军人心理学是研究军人心理现象的科学。具体来说就是研究军人行为和心理活动规律的科学。人的心理现象包括了心理过程和个性心理两个部分,这两个部分既相互联系又相互区别。尽管军人是一个特殊的群体,但是军人的心理也遵循人的一般心理规律。因此,心理过程和个性心理也是军人心理学的研究对象。

(一) 心理过程

心理过程是指人的心理活动过程,包括人的认识过程、情绪和情感过程、意志过程。认识过程是一个人在认识、反映客观事物时的心理活动过程,包括感觉、知觉、记忆、想象和思维过程。注意则是伴随心理过程的一种心理特征。情绪和情感过程是一个人在对客观事物的认识过程中表现出来的态度体验。例如满意、愉快、气愤、悲伤等,它总是和一定的行为表现联系着。人在认识客观事物时,不仅仅是认识它、感受它,同时还要改造它,这是人与动物的本质区别。为了改造客观事物,一个人有意识地提出目标、制订计划、选择方式方法、克服困难,以达到预期目的的内在心理活动过程即为意志过程。人的认识过程、情绪和情感过程、意志过程统称为心理过程。它们是既有区别又有联系的心理活动过程的3个组成部分。人的认识过程和意志过程往往伴随着一定的情绪、情感活动;意志过程又总是以一定的认识活动为前提;而人的情绪、情感和意志活动又促进了人的认识的发展,两者相互影响。

(二) 个性心理

心理过程是人们共同具有的心理活动。但是,由于每个人的先天素质和后天环境不同,心理过程在产生时又总是带有个人的特征,从而形成了不同的个性。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。个性倾向性是指一个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与选择。个性倾向性是人从事活动的基本动力,决定着人的行为方向,其中主要包括需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观。世界观在个性倾向诸成分中居于最高层次,决定着人总的意识倾向。个性心理特征指一个人经

常表现出来的本质、稳定的心理特点。例如,有的人有数学才能,有的人有写作才能,有的人有音乐才能。因此,在各科成绩上就有高低之分,这是能力方面的差异。在行为表现方面,有的人活泼好动,有的人沉默寡言,有的人热情友善,有的人冷漠无情,这些都是气质和性格方面的差异。能力、气质和性格统称为个性心理特征。

人的心理过程和个性是相互密切联系的。一方面,个性是通过心理过程形成的,如果没有对客观事物的认识,没有对客观事物产生的情绪和情感,没有对客观事物的积极改造的意志过程,个性是无法形成的;另一方面,已经形成的个性又会制约心理过程的进行,并在心理活动过程中得到表现,从而对心理过程产生重要影响,使之带有个人的色彩。

二、军人心理学的研究内容

军人的心理现象是在军事活动中产生的,有其自身的特点和规律。因此对军人心理现象的研究不能机械地套用普通心理学理论来解释,必须深入研究军事活动对军人的心理及行为的影响,形成有特色的学科理论。随着现代科学技术和武器装备的不断发展,人类的军事活动,无论是形式还是空间都得到极大拓展,这也决定了军人心理学的研究内容极其复杂。以下从不同角度提出了军人心理学研究的内容。

(一) 从军种的差异看军人心理学研究内容

从军种来看,我军可分为陆军、海军、空军和第二炮兵四大军种。不同军种从事的军事活动各有特点,其活动对军人的心理和行为的影响也存在差异。因此,军人心理学可分为陆军军人心理学、海军军人心理学、空军军人心理学和第二炮兵军人心理学。以海军军人心理学为例,影响海军官兵常见的因素有噪音、振动、辐射、晕船、封闭狭小的空间、单一性别、信息闭塞等,这些构成海军官兵特殊的生存环境。海军军人心理学应该以这些因素对官兵心理行为的影响为研究内容,从而为改进管理方式、保障措施和提高军事绩效提供科学依据。

(二) 从环境的差异看军人心理学研究内容

环境可分为自然环境和人文社会环境。从自然环境来看,我国幅员辽阔,自然地理条件多样,高原、寒区、荒漠、草原、热带丛林、山岳、江河湖泊等地区各有其特殊的地形和气候条件,这些特殊地形、气候条件都会对军事活动产生制约和影响。例如高原缺氧环境,不但对官兵生理产生不良影响,而且影响官兵的心理功能。研究表明,高海拔对视觉(暗适应、视敏度、视觉对比、深度知觉)和视觉结构有影响;在高海拔区会出现各种睡眠问题,感觉进入睡眠和保持清醒都很困难;在高原环境下,认知能力比心理运动能力更易受缺氧的影响,复杂任务比简单任务受到影响早,需要决策或策略的活动比自动活动过程更易受到影响;暴露于高海拔环境可能会产生欣快感和判断失误等。可见,恶劣的地理气候环境对军人的认知和情绪有明显影响。因此,军人心理学应该研究高原、高寒、炎热、潮湿等环境因素对军人心理行为的影响。

从人文社会环境来看,军队与其他社会组织不同,是一个特殊的群体。一是军队的组织文化绝对服从于担负的使命,军队承担着保家卫国的使命,军队的组织文化一切以战斗力的提高为导向,而战争历史表明,军队的战斗力不是来自于个体,而是群体的力量,包括士气、凝聚力和团队精神等。这些领域一直是军人心理学研究的重要主题;二是军队社会环境是相对独立和封闭的,军人的一些社会需求的满足受到一定限制,这必然对军人的心理行为构成影响。哪些影响是积极的,哪些是消极的,如何消除不良影响等,这些都是军人心理学研究的课题之一。

（三）从任务的差异看军人心理学的研究内容

完成多样化军事任务,是新世纪新阶段我军的使命。多样化军事任务是在我国面临的安全威胁呈现出多元化的背景下提出的,是我军职能任务的丰富和拓展,它既包括战争行动,也包括非战争军事行动,如军事威慑行动、反恐维稳行动、边境封控行动、抢险救灾行动、强制维和行动等。不同的军事任务在行动的具体目的、作用对象及运用方式等有着明显的区别,因而探讨不同军事任务过程中的军人心理是军人心理学的主要课题。

总之,军人心理学作为一门交叉和应用学科。一方面,随着心理学研究方法、技术和手段的发展,其研究主题得以深化;另一方面,战争形态的变化、军事使命的拓展、武器装备的发展,军人心理学的研究内容也会不断延伸。然而无论如何发展,军人心理学的研究始终以提高军事人员活动效能和军事组织工作效率为根本目标。

三、军人心理学的意义

军人心理学是一门应用学科,其研究的根本意义在于通过揭示军人心理和行为规律,指导实践应用,以提高部队的战斗力。具体来说,军人心理学研究的意义主要表现在如下3个方面。

（一）提高军人的心理素质

军人的全面素质主要包括思想政治素质、军事专业素质、科学文化素质和身体心理素质。其中,思想政治素质在军人素质结构中占主导地位,身体心理素质是其他素质的基础。基础打不好,其他素质就难以真正提高。社会竞争的加剧,东西方文化的碰撞,价值观念的冲突,利益格局的调整,使得军人的心理活动较之以往任何时期都更为复杂,心理矛盾和冲突则更加剧烈。同时,市场经济条件下拜金主义、享乐主义、利己主义的滋长,也对军人的心理产生很大影响,军人暴露出来的心理问题日益突出。学习研究军人心理学,可以更好地认识军人的心理状况,摸清给军人带来的迷惘、失落、孤独、焦虑、抑郁、烦恼等情绪困扰的症结,提供培养心理素质、调节心理功能的有效途径和方法,消除军人认识上的误区,从而为我军培养高素质的军人提供心理学依据和服务。

（二）增强带兵的科学性

人的行为不单纯受到思想、立场、观念的支配,还受到情感、意志、个性等心理因素的影响。当前,部队官兵尤其是青年官兵正处于特殊的发展时期,生理、心理的活动变化急剧,加之兵员成分中独生子女占据了相当大的比例,优越的生活环境使他们缺乏社会生活的磨炼,心理应激水平比较低,心理适应能力也相对脆弱,在工作、训练和生活中暴露出的心理问题逐渐增多。官兵在日常生活中反映出的问题是多种多样的,有的是思想问题,有的是心理问题,思想问题和心理问题又常常交织在一起,需要根据不同情况进行具体分析。如果只从政治思想和道德观念上找原因,笼统地认为都是思想落后、道德不良,而不注意从心理上进行疏导,不但解决不了思想问题,还容易使不正常的心理长期郁结,影响身心健康,有的还容易激化矛盾,以至酿成恶性事件。因此,在管理与教育中,我们十分重视政治理论灌输和道德品质教育,这是完全正确的、必要的,必须始终不渝地坚持。但是,官兵的心理问题,只有通过心理疏导才能有效地解决。

（三）提高军事绩效

军人心理学以军事活动为背景,研究武器装备、环境因素和多样化任务等对军人心理和行为的影响,其研究成果可以应用于武器装备的改进,增进人机系统的友善,使武器装备的

效能得到更好发挥,例如飞机座舱的灯光设置、仪表排列如何更适合人的视觉特点,做到既能准确地发现机外目标,又能准确而迅速地看清表盘的数字;机舱内的一些操纵杆应如何安排才能使飞行员在高度紧张的飞行过程中(尤其是着陆时)准确地使用而不出差错。也可以根据不同环境对军人心理、生理的影响,改进训练与管理方法,增强保障措施,科学有效地提高官兵军事绩效。还可以依据多样化任务所产生的军事应激对军人作业绩效的影响,通过改进选拔、训练和防治方式以降低应激对军事绩效的损害。

第二节 军人心理学的研究方法

为了揭示军人心理特点和规律,研究者必须掌握正确的研究方法。军人心理学研究的方法多种多样,这里主要介绍观察法、调查法、测验法和实验法等基本方法。

一、观察法

观察法(observational method)是有计划、有目的地观察研究对象在一定条件下言行的变化,做出详尽记录,然后进行分析处理,从而判断他们心理活动特点的方法。

观察是科学研究的最基本的方法,是收集第一手资料的最直接的手段。它可按不同的维度分为不同的类型。

从时间上看,分为长期观察和定期观察。长期观察指研究者在一个较长的时间内连续地进行系统观察,积累资料,加以整理和分析。定期观察指按一定的时间间隔(如每周1次)持续观察,到一定阶段予以总结。

从范围上看,分为全面观察和重点观察。全面观察指在同一研究内对若干心理现象同时加以观察记录。重点观察则是在同一研究内只观察记录某一种心理现象。

从规模上看,可分为群体观察和个体观察。群体观察指研究者的观察对象是一个群体,记录这一群体中发生的各种活动。个体观察又称个案法,是对某一个体做专门观察的方法,这是一种最简单、最直接的心理研究方法。个案法具有启蒙和试点的作用,也适用于特殊个体(如天才儿童、精神病患者等)的研究。早期的中外儿童心理专家如德国的普莱尔、英国的达尔文、中国的陈鹤琴都曾运用个案法观察自己的孩子,并发表了有关的长期记录。

下面是儿童心理学创始人,德国的普莱尔观察自己的孩子(从出生第1天起)抓握动作发展的记录。

第1至第3天:主要是手碰到脸的动作。

第5天:他的手指把我的一只手指握得很紧;他的脚趾不能。

第9天:小孩睡觉时并不握着人放在他手内的手指。

.....

第17周(第117天):我第一次看到我的小孩认真要用手抓住东西。

.....

从控制程度来看,观察法包括自然观察法和控制观察法两种,前者是在自然情景中进行观察,后者是在预先设置的情景中进行观察。

观察法的优点是保持被观察对象的自然流露和客观性,获取的资料比较真实客观。不足在于所获的是外显的行为,对其分析受评估者主观因素影响较大。因此如何避免观察者

的主观臆测与偏颇是观察法使用的关键。

阅读材料 1-1

所见即所学

当你看到在离你 2 个街区远的地方有一辆校车,这时校车投射到你视网膜的映像与近处的一辆玩具小汽车一样大,但是你能知觉到远处的汽车还是原来的大小。同样,如果你看见 2 个站着的人,一个离你 3 米远,另一个离你有 30 米,你能感觉到远处那个人差不多只有 0.9 米高,但你仍然知觉到那个人是正常人的身高。这些正是有知觉的大小恒常性发挥了作用。但是大小恒常性是先天的还是后天习得的呢?一位人类学家运用自然观察法的报告给出了确切的答案。

特恩·布鲁(Turn Bull)是一位人类学家。在 20 世纪 50 年代末,他进入扎伊尔(现在的刚果)的 Ituri 森林研究俾格米人的生活和文化。有一次,特恩布鲁外出考察,他穿过森林从俾格米部落到另一个部落。向导是一名叫肯格的小伙子(大约 22 岁),他来自俾格米部落。当他们到达一座小山,那里为了建一个传教点而把树木全部砍伐了。由于树木稀少,人便能透过森林一直看到远处高高的鲁文佐里山。因为 Ituri 森林十分茂密,肯格从来没有看到过远处的风景,他指着鲁文佐里山问那是山还是云雾。虽然特恩布鲁告诉他那是山,但是这些山要比肯格在自己生活的丛林中所看到的高大得多。特恩布鲁问肯格是否愿意一同驱车前去更近地观察那些山。犹豫了片刻后,从未离开过丛林的肯格同意了。

当他们驱车到达山脚下的平原时,肯格放眼望去,看到一群野牛正在几英里外吃草。要知道相隔那样远的距离,野牛投射到肯格视网膜的映像是很小的。肯格转向问特恩布鲁:它们是什么昆虫?特恩布鲁回答那是野牛。肯格立刻笑了,认为特恩布鲁是在开玩笑,并再次询问那是什么昆虫。然后,肯格自言自语,觉得他的同伴实在不够聪明,并试图把野牛比成他所熟悉的各种甲虫和蚂蚁。

特恩布鲁立刻回到车里,驱车接近野牛。肯格是一个勇敢的年轻人,但当他看到动物的形体不断增大时,他挪到特恩布鲁身旁,小声地说这应该是魔法。最后,当他们达到野牛身旁,看到野牛真实大小时,肯格不再害怕,但他仍不明白为什么刚才它们看起来是那样小,并怀疑它们是不是在刚才那段时间里逐渐长大的,或者有人在耍花样。

当两人继续驱车来到爱德华湖边时,发生了类似的情况。肯格看到两三公里外有一艘渔船,他不相信那条渔船能装下几个人。他断言那只不过是一块木头。

这篇简短的观察报告通过举例说明了我们是如何获得知觉的恒常性的。知觉的恒常性不仅是经验习得的结果,而且这些经验还会受到我们居住地区的文化和环境的影响。在肯格生活的丛林中,没有开阔的景象。实际上,他们的视野通常被限制在 30 米以内,因此对于俾格米人来说,没有发展大小恒常性的条件。如果你仔细想象,你会发现他们在那里也没有必要发展这种能力。但这些俾格米人很可能有更发达的识别图形-背景关系的能力。因为按此逻辑,对俾格米人来说,分辨出藏在周围植物背景中的危险动物极其重要。

关于大小的恒常性,特恩布鲁的这则自然观察研究也许能解释为什么这种能力是后天学到的而不是先天的。

——摘自《改变心理学的 40 项研究》

二、实验法

实验法(experimental method)是指人为地、有目的地控制和改变某些条件,使被试产生所要研究的某种心理现象,然后进行分析研究,以得出心理现象发生的原因或起作用的规律性的结果。

在进行实验研究时,必须考虑以下3项变量:

自变量:实验者安排的刺激情境或实验情境。

因变量:实验者预定要观察、记录的变量,是实验者要研究的真正对象。

控制变量:实验变量之外的其他可能影响实验结果的变量。

实验法是一种有控制的观察。研究者根据一定的研究目的,事先拟订周密的设计,把与研究无关的因素控制起来,让被研究者在一定的条件下引发出某种行为,从而研究一定条件与某种行为之间的因果关系。在心理学中,通常把实验的研究者称为主试,把被研究者称为被试。实验法是一种较严格的、客观的研究方法,在心理学中占有重要的位置,也是心理学研究的主要方法。实验法可分为实验室实验和自然实验两种。

(一) 实验室实验

实验室实验是在心理实验室里使用仪器设备进行的有控制的观察。这一方法最重要的特征就是研究者能够控制自变量和因变量,通过这种控制可以消除许多外来因素的影响,这使得实验室实验具有较高的内在效度。实验室实验常用于对感知、记忆、思维、动作和生理机制方面的研究。例如在模拟飞行驾驶舱内,测定飞行员对光、声、力等刺激的反应速度和性质等。

(二) 自然实验

在实际的心理学研究中,有时会有这样的情况,即研究工作必须在自然环境中而不是在实验室中进行,这种实验不可能对自然环境中的变量施行充分的控制,无法确保实验组和控制组间的相等程度。因此使用控制组是非常困难的,这时可采用自然实验。自然实验是在被试的原有环境中进行的有控制的观察。例如在正常训练环境下,研究不同训练方式对军人军事技能习得的影响等。

三、调查法

调查法(survey method)是就某一问题要求被调查者回答其想法或做法,以此来分析、推测群体心理倾向的研究方法。实施时虽然是以个人为对象,但其目的是借助许多个人的反映来分析和推测社会群体的整体心理趋向。调查法又分为访谈法和问卷法。

(一) 访谈法

访谈法也称会谈法或晤谈法。访谈法的基本形式是评估者与被评估者面对面的谈话方式。访谈法可分为非结构式访谈和结构式访谈。非结构式访谈又称为自由访谈,它是一种无控制或半控制的访谈,事先只有一个题目或大致范围或一个粗线条的问题大纲,由访谈者与访谈对象在这一范围内自由交谈,具体问题可在访谈过程中边谈话边形成,对于提问的方式和顺序,回答的记录,访谈时的外部环境等也没有统一要求,可根据访谈过程中的实际情况作各种安排。非结构式访谈的最主要特点是弹性和自由度大,能充分发挥访谈双方的主动性、积极性。但访谈的结果不宜用于定量分析。结构式访谈又称标准化访谈,它是一种对访谈过程高度控制的访谈。这种访谈通常采用事先统一设计、有一定结构的访谈提纲进行。

访问的过程也是高度标准化的,即对所有被访者提出的问题,提问的次序和方式,以及对被访者回答的记录方式等是完全统一的。结构式访谈的最大优点是访谈结果便于量化,可作统计分析,它是统计调查的一种。

(二) 问卷法

问卷法是以书面言语的形式让被试回答问题,从而获得资料的方法。问卷法是心理学研究中经常使用的方法。它的优点是可根据研究者的实际需要灵活地设计问题,从而在短时间内获得大量资料,调查的结果既可进行定性分析,也可进行定量分析。

运用问卷法进行研究时,首先要设计一份调查问卷。一份完整的调查问卷,一般由以下4个部分构成。

1. 调查题目 调查题目有时不宜太具体,特别是对学生比较敏感的问题进行调查时,不可从题目中泄露调查目的,可以写成“学生情况调查”或“教师情况调查”等。

2. 被调查者的自然状况 在题目之下要设计若干项目,让被调查者将性别、年龄、身份、职业、学历、父母的职业和文化程度等自然状况填上。这些资料对于分析调查结果常常是很有用的。有一点需要指出,姓名一栏在这里常常省略,即采取不记名的方式,目的是消除被调查者的某些不必要的顾虑,使调查结果更加真实可靠。

3. 指导语 指导语要对调查的目的、意义作简要的说明,措辞要尽力消除被调查者的某些顾虑,取得被调查者的信任与合作。同时,要详细说明回答问题的方法和要求,必要时可适当举例示范。

4. 呈现要回答的问题 问题是调查问卷的主体。经过精心设计的问题在问卷中按照先易后难、先封闭后开放的原则,一一呈现,供被调查者回答。运用问卷调查法进行研究时,要注意如下基本要求。

(1) 调查前:要围绕需要调查的问题,搜集有关的文献资料,做好充分的资料准备;要在问卷的设计和编制上下功夫,这是保证调查效果的关键。

(2) 编制好问卷后:根据研究需要选择被调查者样本(一般来说样本不宜过小)进行施测。施测时多采取团体施测,对一些无法直接接触的调查对象,可采取邮寄方式进行调查。

(3) 调查后:选出有效问卷进行统计处理。在整理资料时,对于开放式问题和封闭式问题要运用不同的方法。对于开放式问题的回答资料,在整理时,首先要将所有被调查者对同一问题的回答都集中起来;然后将回答按一定标准进行分类,分类要细,要有不同的层次,而且要将所有回答分类;最后,可计算各类别中相同回答的次数和比例,其结果可作为定性分析时的参考。对于封闭式问题的回答资料,在整理时,首先要将被调查者对某一问题的回答换算成数值,然后运用一定的统计方法进行统计检验,对结果进行定量分析。

四、测验法

测验法(metric method)又称心理测验法,它是心理学研究的一种主要量化评估方法。心理测验法采用标准化的心理测验工具对心理现象的某些特定方面进行系统评估。所得结果是量化的,并且能与常模比较,避免了一些主观因素的影响。

心理测验根据其功用、测量方法等可以有不同的分类。

(一) 根据功用分类

1. 智力测验 临床上,智力测验主要应用于儿童智力发育水平的鉴定以及作为脑器质

性损害及退行性病变的参考指标。此外,也有作为特殊教育或职业选择时的咨询参考。常用的工具有比奈-西蒙智力量表、韦克斯勒成人和儿童智力量表、丹佛发育筛选测验(DDST)等。

2. 人格测验 常用的量表有明尼苏达多项人格调查表(MMPI)、洛夏墨迹测验、主题统觉测验(TAT)以及艾森克人格问卷(EPQ)等。这些测验目前在临床上多用于某些心理障碍患者的诊断和病情预后的参考评估,也有用于科研和心理咨询对人格的评价等。

3. 神经心理学测验 主要包括一些个别能力测验,如感知运动测验、记忆测验、联想思维测验等。还有一些成套测验,以 H-R 神经心理学测验为代表。这些测验可用于脑器质性损害的辅助诊断和对脑与行为的关系的研究。

此外,目前在临床和心理卫生工作中,还应用一些精神症状及其他方面的评定量表,如抑郁量表、焦虑量表、心身健康调查表等。可作为一些疾病的诊断参考和科研的因素指标。

阅读材料 1-2

心理测验在军事领域中的运用

1917年,随着美国加入第一次世界大战,以 Yerkes 博士为领导的心理学专业委员会介入了美国陆军军医总署心理学部(Division of Psychology, Office of Surgeon General of US Army)的工作,编制了陆军 α 测验和 β 测验。该测验可快速鉴别新兵的智力,也可对军官的职位分配和培训进行指导,4.2 万名军官实施了这项测验。Yerkes 博士出色的工作成就,不仅标志着近代军事心理学的诞生;开创了心理学正式介入军事领域的先例,也使心理测量技术在军事领域获得了合法地位。

20 世纪 30 年代,心理筛选、分类与任用等研究兴趣重新燃起。1939 年美军军务局(Adjutant General's Office)人员测评处编制了新的测验:陆军普通分类测验(army general classification test, AGCT),在第二次世界大战期间对 1 200 万官兵进行了测试。与此同时,测验对象扩展到飞行员、水兵、特工等特殊职业;测验内容不再局限能力倾向测验,已涉及能够预测军事绩效的各个因素;测验方法出现了“评价中心”(assessment center)技术,扩大了心理测量的应用范围;测验目标由以往关注淘汰不合格人员,扩展到能够有效掌握军事技能或执行特殊任务的人员进行选拔。第二次世界大战后,西方国家在军队保留了这些心理技术和操作程序,并继续聘用心理学专家作为文职或现役军人。第二次世界大战期间在军事领域中发展起来的心理测验理论和技术,为当今军事人员心理选拔与分配,为民用和企业人事选拔应用奠定了基础。

(二) 根据测验方法分类

1. 问卷测验 多采用结构式问题的方式,让被试以“是”,或“否”,或在有限的几种选择上作出回答。这种方法的结果评分容易,易于统一处理。一些人格测验如 MMPI、EPQ 及评定量表多采用问卷的形式。

2. 操作测验 通过动手操作或作业方式完成的测验,如智力测验中的图片排列,图案设计、图形推理、数字符号(译码)、迷津测验等。着重测量观察能力、动作敏捷性、顺序推理能力,视觉空间知觉与组织能力,眼手协调能力等。

3. 投射测验 一般采用一些意义不明的图像、一片模糊的墨迹或一句不完整的句子等

材料,要求被试根据自己的理解和感受随意作出回答,借以诱导出受试的经验、情绪或内心冲突。投射法多用于测量人格,如洛夏墨迹测验、TAT等。

心理学是一门实证性很强的科学。有关被试心理的特点和规律,只能从收集到的实际材料中分析、综合,而不能凭研究者想当然地发挥。因此,每一个学习心理学的人都要学会正确使用研究方法。心理现象是复杂的,运用哪一种方法,要根据研究对象、研究条件、研究目的来确定,有时要选用多种方法,使之互相补充。

第三节 军人心理学的产生与发展

德国著名心理学家艾宾浩斯曾这样概括地描述心理学的发展历程:“心理学有一个漫长的过去,但只有一个短暂的历史。”这句话同样适合于军人心理学。军人心理学走向独立的历史虽然很短,但军人心理学的思想却源远流长。

一、美国军人心理学发展概况

心理学在军队的应用与发展总是与战争的需要紧密相连。自1879年科学心理学诞生以来,经历战争最多的唯美军莫属,如第一次世界大战、第二次世界大战、朝鲜战争、越南战争、海湾战争、伊拉克战争等。美军在新兵选拔、军官心理评定、飞行训练心理、军纪心理、部队士气、心理卫生、作战指挥等方面,进行了大量的心理研究和心理实验,成立了专门的军事心理研究机构。可以说美军军人心理学的发展最具代表性,也反映了心理学与军事结合的轨迹。

美国军人心理学萌芽于南北战争,当时军队的医生报告了在治疗过程中出现的一些心理学概念,如截肢中产生的幽灵痛、急性和慢性躁狂、酒精中毒和自杀行为等,正是美国内战使得关于战争对军人心理影响的研究迈出了第一步。但美国军人心理学的正式诞生是在第一次世界大战,1917年,后来成为美国心理学会主席的耶克斯(B. Yerkes),召集了众多心理学家成立了多个战争心理问题研究委员会。研究的主要课题有:新兵的心理测验与挑选,军官的心理评定,军事上的视觉与听觉问题,训练与军纪的心理问题,士气与宣传等。其中,最广泛的研究工作是士兵和军官的心理测验,著名的陆军甲种和乙种智力测验就是当时被开发出来的,而且在战争期间对约175万人进行了测验。第一次世界大战中心理测验的巨大成功为军人心理学成为一个受尊敬的领域提供了强大的推动力。

第二次世界大战爆发后,军队对心理学家的需求非常迫切,几乎在军队的所有部门都有心理学工作者。期间,军事人员心理选拔技术不断提高。在1940,心理学家们开发出了《陆军普通分类测验》(AGCT),用以测量新兵的能力,同时也可作为特殊岗位选拔和军官晋升的测量工具。为了对军人进行分类,共有约1200万人接受了测验,如此大量的测验,使心理学家有机会了解来自不同地域和文化背景的军人,极大促进了心理测验的发展。与此同时,军事临床心理学也在第二次世界大战后得到重视和发展,由于初期过分相信心理测验能够将那些容易出问题的人排除在外,所以没能吸取第一次世界大战时关于战斗应激反应的教训,结果军队几乎没有给军人提供任何心理健康支持,不幸的是,40%提前退役的士兵是由于战斗疲劳所致。但这一事实也强化了军队对战斗应激损伤进行心理干预和防护的需要。当时,心理学家首次被派往医院工作,各地纷纷建立了一批脑伤康复中心,在战争中最

常见的5种精神疾病是:神经症、人格障碍、酒精中毒、癫痫和精神病,由于现存的军队心理健康诊断系统不完善,这也促成了当时开发《精神障碍诊断统计手册》的重要动力。另外,得益于1914年美军实施的“空军航空心理计划”,航空心理学在二战中得到了发展,在此领域除了飞行人员的选拔外,还对人机关系,特别是军人与新武器装备之间的关系进行了研究。第二次世界大战牢固地确立了心理学在军事领域中的地位。

在美军看来,越南战争是一次异常复杂的战争,尽管心理学家深入到战斗一线,但由于战争中运用了破坏力巨大的新武器,战斗发生在丛林,条件极其艰苦,同时美国国内大部分人不支持出兵越南。这些因素导致了创伤后应激障碍(PTSD)的大量发生,酒精和毒品成瘾等物质滥用也显著增加。从另一个角度,也促进了军事临床心理学的发展,尤其是战后创伤后应激障碍的研究。越南战争后,可以说心理学已完全渗透到军队的各个领域。

在海湾战争以及后来的“维和”行动中,美军已相当重视军队的心理服务工作,分别派遣了多支医疗特遣队负责战场心理卫生保障。2003年伊拉克战争一开始,美军先后抽调了200多名心理和精神卫生工作者、牧师、社会工作者分成10个分队,每队23人,紧急增派到驻海湾地区部队,对联军进行心理卫生保障。为加强一线的心理卫生服务,美军又抽调了第883医疗特遣队前往最接近前线的野战医院工作。战后美军认为伊拉克战争的心理防御和救治工作是相当成功的。此外,心理战在海湾战争和伊拉克战争中都受到了美军极大的重视,并得到了全面的运用。

进入21世纪,随着认知与神经科学的发展,美国国防部在制定的《2000—2010年国防科学技术战略规划》和《2020年联合构想》等战略性规划中,已把心理学、认知和神经科学正式纳入整个国防科学技术体系,从而摆脱了长期以来从民间心理学研究成果移植应用的模式。这必将对军人心理学的发展起到巨大的推动作用。

二、我国军人心理学发展概况

我国军人心理学的研究虽然起步较晚,但军人心理学思想却源远流长、博大精深。特别是历代著名兵法和经典的军事著作中,蕴藏着非常丰富的心理学思想。《孙子兵法》对军事指挥员应具备的心理品质就有详细的论述,认为“将者,智、信、仁、勇、严也”。强调带兵打仗的将领应具备才智、诚信、仁慈、勇敢、威严等多种心理品质,否则难以胜任。《管子》认为“为兵之数,在于遍知天下,而遍知天下无敌”,为此,将领必须三具,即要“知形”、“知能”、“知意”。我国历史上许多军事家对士气的激发也有过十分精辟的论述。如兵书《尉缭子》认为,人心和士气对战争具有十分重要的作用:“夫将之所战者,民也。民之所以战者,令也。气实则斗,气夺则走。”打仗靠民心,战斗则凭借士气,士气旺盛就可以和敌人战斗,士气丧失就必须回避作战。《孙膑兵法》在《延气》篇中详细描述了“激气”、“利气”、“厉气”、“断气”、“延气”5种激励士气的方法,这些方法非常符合军人的心理活动规律。许多著名军事家运用军人心理学思想于战争实践,导演了“齐鲁长勺之战”、“空城计”、“袁曹官渡之战”等辉煌的战事。“天时不如地利”、“地利不如人和”、“草木皆兵”、“四面楚歌”、“望风披靡”、“望梅止渴”等著名论断和典故也是来源于对战争实践中军人心理学思想的总结。

在中国革命战争年代,毛泽东等老一辈无产阶级革命家在对敌斗争中,充分运用和创新了我国古代的心理学思想,比如,“战略上要藐视敌人、战术上要重视敌人”的心理策略;“敌进我退,敌驻我扰,敌疲我打,敌退我追”和造敌错觉的战术心理思想;“瓦解敌军”的心理战