

21 世纪高等教育规划教材

心理学 »

psychology

◎ 马剑侠 主编

 吉林大学出版社
JILIN UNIVERSITY PRESS

21 世纪高等教育规划教材

心 理 学

主 编 马剑侠

吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理学/马剑侠主编. —长春:吉林大学出版社,
2009.9

ISBN 978-7-5601-4787-1

I. 心… II. 马… III. 心理学—高等学校—教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 162602 号

书 名: 心理学

作 者: 马剑侠

责任编辑、责任校对:张显吉 高珊珊

吉林大学出版社出版、发行

开本:787×960 毫米 1/16

印张:21.75 字数:390 千字

ISBN 978-7-5601-4787-1

封面设计:马汀

蚌埠市广达印务有限公司 印刷

2009 年 9 月 第 1 版

2009 年 9 月 第 1 次印刷

定价:32.00 元

版权所有 翻印必究

社址:长春市明德路 421 号 邮编:130021

发行部电话:0431-88499826

网址: <http://www.jlup.com.cn>

E-mail:jlup@mail.jlu.edu.cn

编审说明

“心理学”是高等师范院校教师教育专业学生的一门教育理论必修课,也是教育学科的理论基础。高师教育专业的学生学好这门课,不仅有助于学习其他教育理论和教师职业技能课程,而且有助于了解未来的教育对象,以便按照其心理特点和规律进行教育、教学,不断提高教育、教学质量和教育科学研究水平。为此,我们根据国家教育部关于师范专业“突出师范性,加强教育理论学习,注重教育实践和教师职业技能等环节训练”的要求,组织部分高等师范院校有多年一线教学经验的教授、副教授和心理学教师,共同编写了这部《心理学》教材,以供高师本、专科学生学习教育理论时使用,也可作为非教师教育专业学生申请教师资格考试的重要学习参考书。

在本书编写过程中,我们首先注意把国内外一些最新研究成果充实到各章中,努力保持教材的先进性。其次,按照教材的系统性和教师职业的需要,调整了部分章节内容。本书具有以下几个特点:

1. 保持“普通心理学”的基本体系,重视渗透与教育、教学有关的应用心理学内容

本教材仍然保持“普通心理学”的基本体系,但根据师范教育的实际和学生学习的需要对其内容进行了适当的压缩和调整。高等师范院校的培养目标是合格的中小学教师,他们不仅要掌握系统的专业学科知识,而且要理解和掌握中学生心理发展的特点和规律,品德形成的特点和规律,知识学习和技能培养的特点和规律,大学生人际交往的心理特点以及心理健康知识。因此,我们不仅把上述内容渗透到本书有关章节中,而且把行为动力与激励、发展心理、品德心理、学习心理、人际交往心理、心理健康教育等内容设立专章,力图使高师心理学的内容与教育、教学实践紧密结合。

2. 增加专栏阅读材料

我们在每章内容中间安排了反映心理学最新研究成果的有关专栏阅读材料,以帮助学生扩充知识面,进一步理解和掌握教材内容。此部分内容教师可以根据教学实际灵活处理。

3. 每章后附有综合练习

综合练习题形式多样,可以帮助学生巩固知识,培养分析问题、解决问题的能力,并提高学生复习考试的针对性。

本书由马剑侠教授主编,刘畅、周海谦、李松、张东玉担任副主编。马剑侠、刘畅、周海谦、李松等参加了统稿工作,最后由马剑侠教授负责定稿。本书的编写分工如下:李松(第一章),郑亚琴(第二章),陈香丽(第三章),周海谦(第四章),马剑侠、高建芳(第五章1~3节和4~5节),彭香霞(第六章),金炎(第七章),陈书崇(第八章),王璐(第九章),刘畅(第十章),陈瑞(第十一章),刘晋红(第十二章),张东玉(第十三章),王鸿政(第十四章),马来祥(第十五章),崔广立(第十六章)。

本书在编写、修订、统稿、定稿和出版过程中,得到编者所在院校的大力支持,一些同行专家提出了中肯而具体的指导性意见。此外,本书还参考了许多专家、学者以及同行的著作、教材和研究成果。吉林大学出版社和科发书业为本书出版提供了很大帮助。在此,一并表示衷心的感谢!

由于编者水平所限,书中错误及不当之处在所难免,敬请广大读者不吝批评指正。

21 世纪高等教育规划教材编审指导委员会

2009 年 9 月

目 录

第一章 心理学概述	(1)
第一节 心理学的对象、性质及任务	(1)
第二节 心理学的研究方法.....	(7)
第三节 心理学的发展及其理论流派	(13)
综合练习	(19)
第二章 科学的心理观	(21)
第一节 心理学与哲学观	(21)
第二节 心理是人脑的机能	(23)
第三节 心理是脑对客观现实的主观反映	(36)
综合练习	(39)
第三章 感觉和知觉	(40)
第一节 感觉与知觉概述	(40)
第二节 感觉与知觉的规律	(49)
第三节 感知觉规律在教学中的应用	(57)
综合练习	(62)
第四章 记忆	(64)
第一节 记忆概述	(64)
第二节 记忆的基本过程及规律	(71)
第三节 记忆的品质与知识的巩固	(79)
综合练习	(84)
第五章 思维与想象	(86)
第一节 思维概述	(86)
第二节 思维的过程	(90)
第三节 问题解决的心理活动	(92)
第四节 想象	(97)
第五节 思维的品质与创造性思维的培养.....	(102)
综合练习	(109)
第六章 意识和注意	(111)
第一节 意识概述	(111)

第二节 注意概述·····	(115)
第三节 注意的种类和注意规律在教学中的应用·····	(118)
第四节 注意的品质·····	(125)
综合练习·····	(130)
第七章 情绪 ·····	(132)
第一节 情绪概述·····	(132)
第二节 情绪的生理唤醒和外部表现·····	(134)
第三节 情绪的类别·····	(137)
第四节 情绪的基本理论·····	(141)
第五节 情绪的功能和调节·····	(145)
综合练习·····	(149)
第八章 意志 ·····	(151)
第一节 意志概述·····	(151)
第二节 意志过程的规律·····	(154)
第三节 心理冲突与挫折·····	(159)
第四节 意志的品质及其培养·····	(164)
综合练习·····	(169)
第九章 行为动力与激励 ·····	(170)
第一节 需要·····	(170)
第二节 动机·····	(179)
第三节 动机激励理论·····	(183)
综合练习·····	(189)
第十章 能力 ·····	(190)
第一节 能力概述·····	(190)
第二节 能力的差异分析·····	(197)
第三节 能力的测量与培养·····	(202)
综合练习·····	(210)
第十一章 人格 ·····	(212)
第一节 人格概述·····	(212)
第二节 人格理论·····	(219)
第三节 人格测量·····	(224)
第四节 青少年健全人格的培养·····	(226)
综合练习·····	(230)

第十二章 学习心理	(231)
第一节 学习概述.....	(231)
第二节 学习动机.....	(234)
第三节 学习的迁移.....	(239)
第四节 学习策略.....	(243)
综合练习.....	(251)
第十三章 品德心理	(253)
第一节 品德心理概述.....	(253)
第二节 品德形成的心理过程.....	(256)
第三节 学生品德不良的成因与矫正.....	(263)
综合练习.....	(272)
第十四章 人际交往	(274)
第一节 人际交往概述.....	(274)
第二节 人际交往的语言工具.....	(278)
第三节 大学生的人际交往.....	(284)
综合练习.....	(290)
第十五章 儿童的心理发展	(292)
第一节 心理发展概述.....	(292)
第二节 婴幼儿的心理发展.....	(297)
第三节 童年期的心理发展.....	(302)
第四节 青少年的心理发展.....	(307)
综合练习.....	(314)
第十六章 心理健康与学校心理辅导	(316)
第一节 心理健康及其标准.....	(316)
第二节 正常心理和异常心理.....	(319)
第三节 学校心理辅导的原则与途径.....	(322)
第四节 中学生心理辅导的内容.....	(328)
综合练习.....	(335)
参考文献	(336)

第一章 心理学概述

【本章提要】

- ◆心理学是一门研究人的心理现象及其发生、发展规律的科学；
- ◆心理现象包括知、情、意心理过程和个性心理；
- ◆心理学的学科性质及体系；
- ◆心理学的基本任务；
- ◆心理学研究的原则和方法；
- ◆心理学的发展及其理论流派。

第一节 心理学的对象、性质及任务

一、心理学是什么

提到心理学,不同的人可能会有不同的想法:有的人会认为心理学是神秘的,认为心理学家无所不能,“知道别人心里想的是什么”,或者有人认为心理学家只研究变态的人,心理学家都会催眠,或者有人干脆认为心理学就是心理咨询、就是梦的分析,甚至有人认为心理学就是骗人的东西,是“伪科学”。这主要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。那么心理学究竟是一门什么样的学科?

心理学(psychology)一词最早于1693年出现在英国,但直到19世纪中叶才被广泛地使用和理解,它是由希腊语中的“psyche”和“logos”两个词演变而成的。“psyche”的意思是“灵魂”或“心灵”,是指人的精神或心理活动,与躯体相区别,“logos”的意思是“解释”或“阐述”,二者结合起来的意思就是“阐释灵魂的学问”。古希腊哲学家对人的灵魂问题进行了比较系统的研究,认为灵魂是寄居在人的身体之中的一种实体,它支配着人的行为,并有自己的活动规律。随着实践活动的深入和科学的发展,人们开始不满“灵魂说”关于心理现象的解释,而力求对心理现象的本质做出科学的说明。19世纪以后,由于物理、化学和生物学的发展,许多学者开始运用实验的方法来研究人的心理活动的特点和规律,使人类对心理现象的认识上升到一个新台阶。人们在对心理现象的研究方面积累了大量的资料,提供了许多理论,使心理学的研究脱离了

主观思辨的方式,而逐步成为一门内容丰富、体系完整的学科。

可见,心理学是在研究人的心理现象的过程中逐步形成、发展和成熟起来的。心理学是一门研究人的心理现象及其发生、发展规律的科学。它的发展,既离不开现代生理学和生物学,也离不开辩证唯物主义哲学和其他社会科学。

二、心理学的研究对象——心理现象

学习并研究一门学科,必须要了解这门学科的研究对象,因为学科与学科之间的本质区别就在于它们研究对象的不同。心理学的研究对象是心理现象(又称心理活动),它是一个范围很大的概念。心理学一般从两个方面研究人的心理现象:一是共同的心理过程,即个体意识形成及其活动表现的一般形式;二是个体差异,即人与人之间在意识倾向和稳定的心理特征上的个别差异。在心理学中,我们一般把心理现象分为心理过程和个性心理两个既有区别又有联系的部分。

(一)心理过程

心理过程是指人脑对客观事物不同方面及其相互关系的反映过程。它是心理现象的动态形式,包括认知过程、情感过程和意志过程三个方面,简称为知、情、意三个过程。

认知过程(也称认识过程)是人从感性认知到理性认知发展的过程,是人的最基本的心理活动过程,包括感觉、知觉、记忆、思维和想象等过程。感觉是低级的心理活动过程,它所反映的是直接作用于感官的客观事物的个别属性,如颜色、气味、形状等;知觉是对直接作用于感官的事物的整体反映,如对草莓的知觉;记忆是比感觉、知觉更复杂的心理过程,它是人脑对经历过的客观事物的反映。而思维则是人脑对客观事物的本质属性和内部规律性的间接的、概括的反映。此外,人们还可以反映本人未经历过或现实中根本不存在的事物,即想象。思维与想象属于高级的认知活动过程。

情感过程是人们在认识客观事物的过程中以个体需要为中介的一种主观态度体验。人们对客观事物的认识,并不是呆板的、冷漠的,而总是对它表现出鲜明的态度体验,渗透着一种感情色彩。例如,有些事情让我们满意、愉快,有些事情让我们气愤、痛苦,这些都是在认识的基础上产生的喜、怒、哀、乐等态度体验。

意志过程是指一个人自觉地确定目的,并根据目的来支配、调节自己的行动,克服各种困难,从而实现目的的心理过程。人凭借意志的力量,支持、保护自己所喜欢的事物,反对、摒弃自己所厌恶的事物,积极主动地创造人类的物质文明和精神文明。所以,意志是人的意识能动性的集中表现。

以上课为例,当我们听到声响,看到光亮,进而知道这声响是教师的讲课声,当日光和灯光的光亮融和时,感知觉现象便已经发生了。对教学内容的理解、对教师提问的思考则是思维现象,而要记住一些重要的概念、原理,又涉及记忆现象。教师讲到幽默之处,引发出学生会心的笑声,这是情感现象的外露。而到了饥肠辘辘的时候,我们仍坚持听课,毫不松懈,这是意志现象的外显表现。

认知、情感和意志过程是相互联系、相互影响、相互制约的统一整体。认知过程是情感、意志过程的基础。没有认知,人的情感既不能产生,也不能发展,“知之深,爱之切”,就是这个道理。同样,只有在认知和情感的基础上,人才能自觉地进行意志行动。反过来,情感对人的认知活动和意志行动起着动力或阻力的作用,而意志品质如何对人的认知、情感以及目标的实现亦有巨大的影响。

(二) 个性心理

个性也称人格,是一个人在活动中所表现出来的比较稳定的带有倾向性的各种心理特征的总和,它是人的心理现象的静态形式。个性心理包括个性倾向性和个性心理特征。

个性倾向性包括需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观等,它是人的个性心理结构中最活跃的因素。在个性倾向性的成分中,需要是基础,对其他成分起调节、支配作用;信念、世界观居最高层次,决定着一个人总的思想倾向。个性倾向性作为个性的潜在力量,使人的个性心理表现出一定的社会倾向性。在阶级社会中还表现出阶级性。

个性心理特征包括能力、气质和性格,这是人的个性心理的具体表现。个性心理特征体现着人的心理的鲜明的差异性。例如,对于老师的提问,有的同学还未经过认真思考就急于回答,有的同学经过深思熟虑之后才不紧不慢地给出答案,有的同学性情暴躁,有的同学则安静沉着,这是他们不同气质特点的表现。有的同学记忆能力好,有的同学抽象思维能力强,有的同学长于绘画,有的同学有音乐才能,这些都是能力方面的差异。有的同学自私虚伪,有的同学诚挚大方,有的同学谦虚,有的同学骄傲,这反映了不同的性格类型。

还有一种心理现象叫做注意,它不属于某一种独立的心理过程,而是伴随各种心理过程而存在的特殊的心理特性。

心理过程与个性心理这两个方面是相互制约、相互影响的,个性心理是在心理过程的基础上逐渐形成和发展的,并总是在各种心理过程中表现出来。反过来,已形成的个性心理又影响着心理过程,使个体的心理过程带有个性色彩。二者的有机联系构成了人的统一的整体心理活动(见图 1-1)。

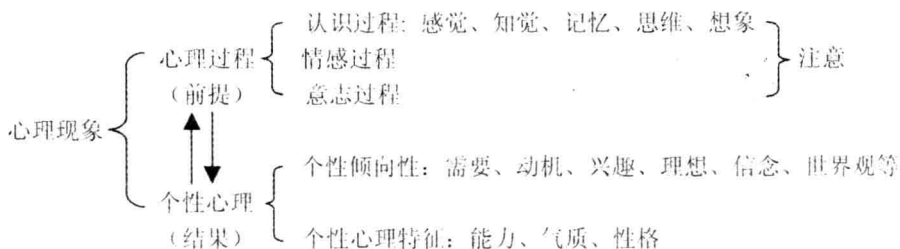


图 1-1 心理现象的构成

三、心理学的学科性质和体系

（一）心理学的学科性质

心理学的学科性质是由它所研究对象的性质决定的。心理学的研究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。另一方面，心理现象的产生离不开社会因素。因此，人的心理既要服从于生物、物理等自然规律，又要受到政治、经济、文化、教育、群体等社会规律的制约。此外，还要受制于思维活动的规律。

苏联著名科学分类学家凯达洛夫(Кайдалов)于 20 世纪 50 年代提出“科学的三角形”理论。他认为，如果用一个等边三角形来比喻整个科学体系的话，那么，自然科学、社会科学和思维科学(包括逻辑学和哲学)就是等边三角形的三个角，而心理学则处于三角形的中心，它紧紧与三种科学相联系(见图 1-2)。

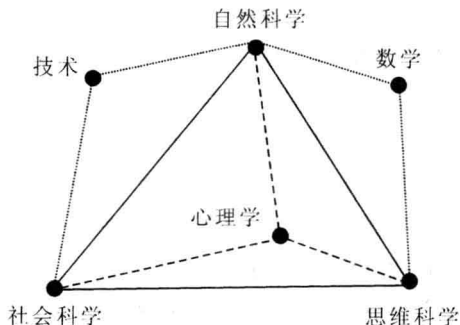


图 1-2 心理学在科学体系中的地位

科学体系的三角形理论表明,现代心理学处于一系列科学的结合点上,它既属于自然科学,又属于社会科学,是一门涉及多种学科内容的边缘学科。它与自然科学、社会科学和思维科学紧密联系,在与这些学科共同发展的同时,也保持着自己完整的科学体系。

(二)心理学的体系

当今心理学是一个分支繁多的学科体系,根据其分担任务性质的不同,大致分为两个大的领域:基础领域和应用领域。

1. 基础领域

心理学的基础领域主要研究心理学的基本理论和基本方法,研究心理活动的一般规律。此领域主要包括普通心理学、实验心理学、生理心理学、人格心理学、发展心理学、社会心理学、认知心理学和比较心理学等分支学科。

普通心理学(*general psychology*)是研究人的心理现象一般规律的学科。主要研究心理学的基本理论,阐述正常成人心理的一般规律,概括各分支学科的研究成果,同时为各分支学科提供理论基础。它包括感知觉、记忆、思维、语言、动机、情绪、意志、人格心理等内容。

实验心理学(*experimental psychology*)是通过实验程序来研究心理与行为规律的学科。主要探讨心理学实验研究的原理、设计、方法、仪器、技术和资料处理等问题。实验心理学为科学研究心理现象提供了方法学基础,使心理学研究不停留于对现象的描述,而是透过现象看本质。

生理心理学(*physiological psychology*)是研究心理现象的生理机制的学科。主要研究感觉系统、学习与记忆、动机和情绪等各种心理现象的神经机制,研究遗传因素对心理的影响,研究大脑、神经系统、内分泌系统和生物化学因素在心理与行为调节中的作用。

人格心理学(*personality psychology*)是研究个体人格的形成、发展及其表现规律的学科,它以人的性格、气质、能力和个性倾向等个性心理为研究对象,探讨人格形成的影响因素,揭示个体心理活动的独特性。

发展心理学(*developmental psychology*)是研究个体心理发生、发展过程及其规律的学科。它以人的整个生命历程作为研究对象,探讨人在不同年龄阶段上的不同心理特点。包括幼儿心理、儿童心理、少年心理、青年心理、成年心理和老年心理等。

社会心理学(*social psychology*)是研究人与社会交互作用中产生的社会心理现象及其从属的社会行为,是社会学与心理学的交叉学科。其研究内容主要包括社会认知、社会态度、团体心理以及时尚、舆论、流言等。

认知心理学(cognitive psychology)有广义和狭义之分。广义的认知心理学指人们一般的认识客观事物的过程。狭义的认识心理学就是根据信息加工观点揭示人类认知过程及其机制的心理学,又叫信息加工心理学。

比较心理学(comparative psychology)是研究比较各种动物的行为及其发生、发展规律的学科,并以此来考察人类心理的演化过程。

2. 应用领域

心理学的应用十分广泛,涉及人类生活的各个方面。主要包括教育心理学、心理测量学、管理心理学、商业心理学、临床心理学、咨询心理学、司法心理学、健康心理学、运动心理学等分支学科。它们主要研究不同实践活动领域人的心理活动的特点及其规律。

四、心理学的基本任务及意义

(一)心理学的基本任务

心理学是探索人的心理现象及其发生、发展规律的科学,其任务是对人的心理和行为进行描述、解释、预测和控制。换句话说,心理学研究的任务其实就是解决四个问题:是什么、为什么、怎么样和怎么做。

描述就是对心理及行为事件加以客观陈述,报告真正发生了什么,主要解决人的心理现象“是什么”的问题。心理学家通过观察、实验、测量等手段客观描述人类的心理活动,寻求心理活动的规律。因此,心理学的一个主要目的就是给一个概念下操作定义。例如,要想说明一个人的记忆力的好坏,首先要弄清楚记忆的品质有哪些,然后根据其质和量的特点进行评价。

解释就是将心理及行为事件发生的前因后果分析清楚,以陈述的事实为根据,分析其形成的原因。即找出某种心理现象的原因,解决人的心理和行为“为什么”发生的问题。例如,为什么有些人的人际关系良好而有些人的人际关系不良?经过分析发现,个性特征、外貌、表达能力及沟通技巧都会影响人际关系。

预测即根据现有资料,去估计心理和行为事件将来发生的可能性,即预测出个体的心理和行为将会“怎么样”。例如,如果知道一个学生的一般智力、学习策略和学习动机,就能更准确地预测这个学生在学校学业成绩的表现。

控制就是采取一定的措施控制某种心理和行为发生的原因,将其发生的可能性降到最低,这其实解决了“怎么做”的问题。例如,不良的个性特征、邋遢的衣着以及笨拙的表达能力和匮乏的沟通技巧会导致人际关系不良,那么我们就可以从这几个方面入手,来改善我们的人际关系状况。

(二)学习研究心理学的意义

心理学的任务在于探讨心理活动规律,学习研究心理学对于师范院校的学生来说有着重要的意义。

首先,心理学有助于未来师生的身心健康发展。对于一名准教师而言,他首先是一个社会人,心理学所揭示的各个领域的规律,有助于自己更加客观地认识自我,对自己的心理活动规律和个性有一个清晰而全面的了解。这有助于我们一方面扬长避短,发挥潜能;另一方面加强自我修养,进行自我塑造,从而不断完善自我,最终实现对自我的超越,使自身健康和谐发展,进而培养出身心健康的学生。

其次,心理学有助于师范生了解未来的教育对象。作为一名教师,了解教育对象的心理发展规律及个性心理尤其重要。这样才能利用有效的方法和手段对他们因材施教,从而提高教育、教学质量。比如,掌握了学生注意的规律,就可以选用不同的方法引起不同年龄阶段学生的注意,提高教学效果;掌握了学生的个性心理规律,就可以针对不同学生的个性差异培养学生良好的个性品质。

再次,心理学有助于做好育人工作。教师的基本职责是教书育人,培养学生形成良好的道德品质和行为习惯是教育工作者的责任,了解学生品德形成的规律,了解心理咨询与辅导的知识和操作方法等心理学知识,对于提高育人工作的实效性十分重要。

总的来说,心理学对教育工作及教育者自身今后发展具有重要意义。但在校的师范生往往对此认识不足,造成“书到用时方恨少”的现象。因此,我们应把握机会,认真学习心理学的基本知识,为将来的教育和其他领域工作打下坚实的基础。

第二节 心理学的研究方法

一、心理学研究与常识

一些人对心理学家所作的研究不屑一顾,认为他们花很长时间所得到的研究结果只不过是人人尽皆知的常识。我们认为,这是不公平的。心理学知识不是一般常识,它远远超出了常识的范围。

常识对于我们解释日常生活中的问题有一定的作用。不懂常识,许多人就无法生活,但是关于心理与行为的“常识”往往是模糊的和相互矛盾的。例如,对于采取行动,有人说要“三思而后行”,又有人说“机不可失,时不再来”;

对于工作效率,有人说“三个臭皮匠顶个诸葛亮”,又有人说“三个和尚没水吃”;对于人际情感,有人说“小别胜新婚”,又有人说“离久情疏”;对于处事,有人认为“有备无患”,又有人认为“船到桥头自然直”。

大多数的此类陈述根本没有预测性,只是“事后诸葛亮而已”,就如同在箭射中靶子之后再来画靶心,它会妨碍我们看清事实真相。但在心理学实验中经常会有这样的经验:一旦我们知道了结果,这一结果似乎就很容易预见了。而问题的关键是要在知道结果之前对即将发生的行为进行预测,这正是我们需要科学研究的理由,它能帮助我们区分真正的预测与简单的事后聪明。正如爱因斯坦所说:“常识是18岁之前埋藏于我们头脑中的一种偏见。”

有研究证明,一些显而易见的常识被心理学研究证明是错误的。比如常识认为学业成绩优秀、喜欢读书的孩子,其体能和社交能力都较差。但大量研究发现,这类孩子不仅体能优秀而且社交能力强,更容易为朋友所接受(Gage & Berliner, 1984; Market Facts, 1984; Zill & Winglee, 1990)。所以我们说,常识不是心理学研究,心理学研究也不是常识。

二、心理学研究的基本原则

根据辩证唯物主义的哲学观点,心理学研究必须遵循以下基本原则:

(一)客观性原则

客观性原则要求必须以实事求是的态度进行心理学研究。对于任何心理现象,要按照它们的本来面目加以考察,必须在人的生活和活动中客观地进行心理学研究。心理学研究的是人的心理现象,是人的主观世界,因此应反对主观臆想和揣测,强调坚持客观性原则。

心理现象就其映象来讲是一种主观存在,但它是由一定的客观现实引起,并总是通过人的实践活动,以语言、表情和行为等方式表现出来。因此,研究人的心理现象,必须根据其产生、发展的客观条件和外部表现,如实验作用于被试的刺激强度和反应的客观指标,才能真正揭示心理现象发展的规律。

(二)系统性原则

系统性原则要求在对人的心理现象进行研究时,必须考虑各种内、外部因素之间相互联系和制约的作用,注意把某一心理现象放在多层次、多因素的系统之中进行分析。人的心理现象是一个极其复杂的动态系统,它与外部刺激、活动内容、客观环境以及其他各种心理现象之间,都有紧密的联系。其中任何一种因素的变化,都可能引起人的心理的变化。因此,对于人的心理现象,必须进行全面的、系统的分析和考察,而决不能把它看做孤立的东西进行简单的

研究。

(三)发展性原则

发展性原则要求在对人的心理现象进行研究时,将其看成一个不断发展变化的过程,用发展变化的观点去认识人的心理活动。唯物辩证法指出,世界上任何事物都处在运动和发展变化之中,而心理现象来自不断变化的客观世界,因此它也总是在不断地变化发展着。就个体的某一心理来看,其在不同年龄阶段的表现方式和水平就有所不同。一种心理品质形成之后,随着环境和实践活动的改变,它也会有一定的发展。遵循发展性原则,既有利于预测人的心理发展的前景和方向,也有利于做好当前的教育工作。因此,把心理现象置于发展过程中研究,防止和反对静止、凝固地看待心理现象,也是心理学研究的一个重要原则。

(四)伦理性原则

伦理性原则是指心理学研究必须保护和尊重被试,使其免受身心伤害,如对被试的信息保密,确保被试参与的自愿性等。一些心理学的研究可能会使被试受到身心伤害,有时为了确保结果的可信性,研究者往往采取欺瞒的方法,这些行为虽无恶意,但仍会侵犯人权,因此美国心理学会(1992)、英国心理学会(1993)和中国心理学会(1992)都出台了涉及心理学研究与工作道德准则的相关文件,以保证被试的权益。

使用动物做被试的研究也有一套严格的规则,研究者应尽量减少动物的不适感,避免其生病或疼痛,包括动物的居住、饮食都要细致安排。此外,对于某些灵长类动物如猩猩,研究者还应维护和促进其心理上的安宁。

(五)理论联系实际的原则

理论联系实际的原则要求心理学的研究和过程的设计必须有科学理论作指导,提出的研究课题必须对社会实践活动和人类发展有积极意义。

二、心理学研究的方法

在心理学研究的基本原则指导下,心理学的具体研究方法可以有多种。现介绍几种主要方法:

(一)观察法——对心理或行为的描述

观察法是在日常生活条件下,通过对被试的言语和行为等外部表现及发生条件有目的地观察来了解其心理活动特点和规律的方法。观察法是人类认识世界的基本方法,也是心理学研究的主要方法之一。

人的各种活动都是在人的心理的调节、支配下进行的,通过对人的言行、