XINLIXUE JIAOCHENG

心理学教程

主编 廖策权 梁 俊

西南交通大学出版社
Http://press.swjtu.edu.cn

心理学教程

主编 廖策权　梁　俊

参编 蒋　楠　王　丽　谢升文　易　彬
肖　云　龚光军　谢文艳

西南交通大学出版社
·成　都·

图书在版编目（CIP）数据

心理学教程 / 廖策权，梁俊主编. —成都：西南交通大学出版社，2013.1

ISBN 978-7-5643-2110-9

Ⅰ. ①心… Ⅱ. ①廖… ②梁… Ⅲ. ①心理学－师资培训－教材 Ⅳ. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2012）第 297692 号

心理学教程

主编 廖策权 梁 俊

责任编辑	孟苏成
封面设计	墨创文化
出版发行	西南交通大学出版社 （成都二环路北一段 111 号）
发行部电话	028-87600564 028-87600533
邮政编码	610031
网 址	http：// press.swjtu.edu.cn
印 刷	成都中铁二局永经堂印务有限责任公司
成品尺寸	185 mm × 260 mm
印 张	18.75
字 数	467 千字
版 次	2013 年 1 月第 1 版
印 次	2013 年 1 月第 1 次
书 号	ISBN 978-7-5643-2110-9
定 价	36.00 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

百年大计，教育为本，教育大计，教师为本。教师在传播人类文明、影响学生身心全面发展方面，起着极其重要的作用。作为一名人民教师，要完成好教书育人的任务，就必须了解学生的心理特点，了解教育教学过程的心理规律。只有这样，在工作中才能得心应手，游刃有余，使我们的工作取得事半功倍的效果，为社会的发展培养出更多的有用人才。

心理学是教师教育专业学生的一门公共必修课。近年来，随着社会不断进步、教育的飞速发展以及教师地位和待遇的不断提高，报考教师教育专业的学生不断增多，且非教师教育专业选修心理学的人也越来越多。于是我们想结合学校实际编写一本适合专科学生的、具有较高实用性和操作性的心理学教材。经过不断的努力，在全体同仁的支持和帮助下，我们终于实现了这个愿望。本书是在我们所编写的教材《实用学校心理学》的基础上修改而成的。在编写过程中，我们力求实用，不仅注重理论知识的阐释，更注重心理学理论在教育教学过程中的实际运用。本书的内容范围和体系与教师教育专业专科心理学公共课教学目标的要求一致，特别注意了内容的针对性和实用性，以适应教师教育专业专科层次、教师培训机构心理学教学工作的需要。

本书由四川职业技术学院长期从事心理学教学与研究的几位老师编写，廖策权、梁俊担任主编。具体的分工是：第一章，梁俊；第二章，蒋楠；第三章，王丽；第四章，谢升文；第五章，易彬；第六章，廖策权；第七章，肖云；第八章，龚光军；第九章，谢文艳；第十章，梁俊。

在编写过程中，我们参考了国内外有关的文献资料，在此，特向原作者表示衷心的感谢。本书的顺利出版，得到了西南交通大学出版社的大力支持，在此一并表示谢意。

由于时间仓促，加之作者水平有限，不当之处在所难免，希望广大读者和专家给予批评、指正，以便我们今后对本书不断完善。

编　者

2012 年 12 月

目　录

第一章　绪　论 …… 1

第一节　心理学的产生与发展 …… 1

第二节　心理学的研究对象 …… 5

第三节　心理学的分支 …… 8

第四节　心理的实质 …… 10

第五节　学习心理学的意义 …… 14

第六节　心理学的研究方法 …… 16

思考题 …… 22

第二章　认知过程与教学 …… 24

第一节　感知与教学 …… 24

第二节　注意与教学 …… 33

第三节　记忆与教学 …… 42

第四节　思维与教学 …… 51

思考题 …… 63

第三章　中小学生的心理发展 …… 65

第一节　心理发展概述 …… 65

第二节　小学生的心理特征 …… 72

第三节　初中生的心理特征 …… 80

思考题 …… 90

第四章　学习理论 …… 92

第一节　学习概述 …… 92

第二节　行为主义学习理论 …… 96

第三节　认知主义的学习理论 …… 104

第四节　学习理论的新发展 …… 107

思考题 …… 114

第五章　学习动机 …… 116

第一节　学习动机概述 …… 116

第二节　学习动机理论 …… 121

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

第三节　学习动机的培养与激发……126
思考题……132
第六章　知识的掌握与技能的形成……134
第一节　知识学习概述……134
第二节　技能的形成……147
第三节　学习策略……152
第四节　学习迁移……158
思考题……165
第七章　情绪与心理健康……167
第一节　情绪概述……167
第二节　心理健康概述……174
第三节　中小学生常见的情绪困扰与调适……179
思考题……193
第八章　品德心理……195
第一节　品德概述……195
第二节　品德发展的理论……203
第三节　学生优良品德的培养……209
第四节　学生品德不良的矫正……215
思考题……225
第九章　学生心理的个别差异……227
第一节　心理个别差异概述……227
第二节　气　质……231
第三节　性　格……244
第四节　能　力……254
思考题……264
第十章　教师心理……266
第一节　教师的角色与威信……266
第二节　教师的心理品质……274
第三节　教师心理健康……281
思考题……290
参考文献……292

第一章 绪 论

【本章要点】

- ✧ 心理学的产生与发展
- ✧ 心理学的研究对象
- ✧ 心理的实质
- ✧ 学习心理学的意义
- ✧ 心理学研究的方法

某小学一位教师，为了讲好一堂公开课，她事先准备了许多直观教具，有图片、标本、模型等。她一进教室，就将图片挂在黑板上，将标本、模型摆在讲桌上，尽管她讲得口若悬河、滔滔不绝，可学生下来反映并未听明白。

你知道问题出在什么地方吗？

第一节 心理学的产生与发展

一、心理学思想的萌芽

心理学（Psychology）一词来源于希腊语中的两个词“灵魂（Psyche）”和“学说（logos）”，原意是“关于灵魂的科学”。远古时代的人们没有灵魂的观念，他们处于主客体未分化的浑然一体的认识之中。直到原始社会的末期，受探索自然界支配力的驱使，人的原始思维发展到较高的阶段，但人们还无法理解自身的结构和机能，单凭直观的感受和梦境的影响，于是出现了万物有灵论（即泛灵论）的观念。古人看到，人生时有呼吸，死时呼吸停止，就认为灵魂可能是气息，或者是和呼吸有关的东西。人在梦中见到死去的亲属，觉得自我可以脱离肉体而独立活动，开始把世界分为肉体（物质）与灵魂（精神），认为人和自然界的一切变化都是灵魂的活动。灵魂在人出生时，居住在身体里，控制着人体的活动；人死时，灵魂则永远离开了人体。这种万物有灵论的观念是人类心理学思想的萌芽形式。它虽然出自纯朴的无知，但却包含有朴素唯物主义的因素。例如，德谟克利特认为，灵魂是细小圆滑的原子，它遍布于全身，在构成身体的其他原子之间来来往往，由此产生生命现象。人的认识活动是由于身体内的灵魂原子与直接来自外物的原子团相接触的结果。感官有孔道，自外物来的原子团由感官孔道传入，与灵魂原子接触使灵魂动荡，就产生感觉，进入孔道原子的大小、形状、粗

滑的不同便产生不同的感觉；而柏拉图却认为，灵魂与物质没有任何共同之处，世界本体是由理念构成的，世界万物都是理念派生出来的，只有理念才是唯一真实可靠的东西。灵魂也来自理念世界，灵魂进入身体而支配身体活动。人体死亡，灵魂又回到理念世界，所以灵魂是永生不死、轮回转世的。但亚里士多德在他所著的《灵魂论》等著作中反对柏拉图的二元论，认为灵魂可以分为植物的、动物的和人类的三种，植物只有滋长的灵魂，动物有感性的灵魂，唯人具有高级的理性灵魂。我国古代也不乏柏拉图和亚里士多德这样著名的哲学家和思想家，如在《荀子·天论》中荀子就提出了“形具而神生”的命题，范缜于《神天论》中更明确地指出，“形者，神之质；神者，形之用”，“形存则神存，形谢则神灭也”，意即身体是心理的物质基础，心理是身体的功能，心理随着形体的死亡而消失。人类古代这些哲学先辈们思辨性的研究，虽然论及了一些心理学中的重要问题，但因历史的局限，并未使心理学成为一门独立的科学。

二、科学心理学的诞生

17 世纪至 19 世纪中叶的哲学思想，深深地影响了科学心理学的发展，尤其是联想主义思想为早期的实验心理学提供了可供研究的课题。但是，由于哲学心理学缺乏实证科学的支持，因而无法使心理学成为一门独立科学。19 世纪中叶，西方的数学、生物学、解剖学和物理学等自然科学迅速发展，为科学心理学的诞生产生了决定性作用。当时，像缪勒（J. Muller）、赫尔姆霍兹（H. Helmholtz）、费希纳（G. Fechner）、韦伯（E. Weber）等科学家，他们的研究工作和实验手段，对心理学采用科学的实验方法研究心理活动，摆脱其哲学的附庸地位，最终成为一门独立的科学产生了深远的影响。1879 年，德国著名心理学家冯特（W. Wundt）在德国莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室，把自然科学的研究方法引进到心理学的研究上，使心理学脱离哲学而成为一门独立的科学。因此，在心理学史上，冯特被公认为科学心理学的创始人。冯特著的《生理心理学原理》也被誉为“心理学的独立宣言”。

世界上第一个心理学实验室之所以在德国建立，是与当时德国的社会历史条件密切相关的。19 世纪 60 年代以后，德国资本主义有了较快的发展，出于与其他先进国家竞争的需要，迫切要求发展本国的科学与技术。在这一背景下，德国的自然科学迅速发展，大学普遍开设了自然科学课程，并提倡实验。科学家把实验的方法应用于研究生命过程，因而使德国的生命科学得到了迅速发展。生命科学的发展，尤其是研究方法和实验技术的发展，为心理学实验室的建立提供了技术保证。

实验心理学之父威廉·冯特

威廉·冯特（Wilhelm Wundt，1832—1920）是 19 世纪末 20 世纪初德国生理学家和心理学家，构造主义心理学思想创始人，第一个心理学实验室的创立者，被心理学界誉为实验心理学之父。1855 年冯特获得医学博士学位后，一直在海德堡大学从事生理学、心理学教学。1858 年，他受聘为著名生理心理学家赫尔姆霍兹的研究助理，1874 年晋升教授。1873 年至 1874 年出版的《生理心理学原理》被心理学史界誉为科学心理学史上最伟大的著作。1875

年任莱比锡大学哲学教授，此后 45 年，一直就职于该校。1879 年在该校建立世界上第一个心理学实验室。冯特将内省实验法引入了心理学。冯特的主要贡献是使心理学转变成为一门以实验为基础的独立学科。冯特晚年兴趣转到了社会科学方面，他在生命的最后 20 年中，完成了共 10 卷的巨著《民族心理学》，为科学心理学史留下了宝贵财富。

有人曾这样比喻，科学心理学的发展，哲学是父亲，生理学是母亲，而生物学是媒人。经生物学的媒介作用，哲学与生理学结合孕育出了科学心理学这一“新生儿”，这是不无道理的。1879 年之后的二三十年间，世界各地数以百计的心理学者云集于德国莱比锡大学学习心理学实验法，使该实验室成为世界心理学研究的中心。采用实验法之后，心理研究就从对心理、行为现象的描述深入到对因果关系的揭露。心理学拥有自己的学科研究方法，能够独立揭示心理活动的因果关系及其规律，使其获得了作为一门独立科学的存在资格。

三、心理学的主要流派

自 1879 年冯特在莱比锡创建第一个心理学实验室开始，作为新兴的独立科学产生的心理学，至今已经度过了一百多个年头。在这一百多年的时间里，心理学流派林立，出现了百舸争流、百家争鸣的局面，并经历了整体主义与意动主义、构造主义与机能主义、行为主义与格式塔学派之间的争论及精神分析学派、人本主义及认知心理学的崛起等。与此同时，伴随着心理学派的繁荣，涌现出一大批伟大的心理学家，这一切都为整个心理学的发展与繁荣起到了推动的作用。

1. 构造心理学（structural psychology）

构造主义是心理学史上第一个系统性的学派，现代心理学的创立者冯特（W. Wundt）是这一学派的创始人。作为现代心理学的创立者，冯特的心理学体系内容广泛，研究涉及实验心理学、社会心理学、民族心理学等各个方面。他将心理学的研究对象确认为意识经验，并将复杂的心理过程分解为可分析的简单的心理元素，即感觉、意象与感情，以内省（实验的自我观察法，即实验者自我对其内在经验的观察）与分析的方法对其进行研究。冯特之后，他的学生铁钦纳（E. B. Titchener）继承了冯特对于心理元素的研究并真正提出了与机能主义对立的构造主义。在铁钦纳的构造主义中，基本轮廓与冯特相同，而他更强调科学的内省方法，并将冯特的心理元素进行了更为细化的分解与整合。

2. 机能心理学（functional psychology）

机能主义心理学起源于 19 世纪末的美国，一般将詹姆士（W. James）和杜威（J. Dewey）视为该学派的创始人，而安吉尔（J. Angell）和卡尔（H. Carr）也是该学派的重要代表。相对于构造主义，机能主义更注重对心理在生活中的技能与应用的探究。并且，机能主义反对将心理过程简单地分析为元素简单叠加的组合，而更着重于心理过程所起的作用，将意识看作是一个整体持续不断且不可分割的过程，称为意识流。机能主义心理学的研究具有很强的目的性，他们希望将对心理学的研究运用于实际生活中，而这一对心理学实际应用的推动对整个心理学的发展产生了广泛而深远的影响。

3. 行为主义心理学（behavioristic psychology）

行为主义由美国心理学家华生（J. Watson）在20世纪初创立，不同于构造主义与机能主义，行为主义将心理学的研究范围严格控制在可反复观察、测量的行为方面。同时，行为主义学者从刺激与反应（S—R）的角度研究心理过程，并以大量的观察与测量作为科学的心理学研究方法而舍弃了内省法。总之，在行为主义看来，不能被客观地观察与测量的意识不应该包括在心理学的研究范围内；构成行为的基础是个体对刺激的反应；个体的行为都不是与生俱来的，而是通过在不同的生活环境下习得的。行为主义是心理学产生以来引起反响最大的学派之一，它的研究方法科学、客观，从最大程度上去除了主观影响。但是，正是由于过分否定了心理、意识的观点以及对人行为的内在驱动力的分析，对于心理学的发展也起到了一定的阻碍作用。

4. 格式塔心理学（gestalt psychology）

格式塔心理学于1912年诞生于德国。魏特墨（M. Wertheimer）、考夫卡（K. Koffka）、苛勒（W. Kuhler）是其中的典型代表。格式塔是德语“gestalt”的音译，意思是完形与整体，因此，格式塔心理学也被称作完形心理学。在格式塔心理学中，研究目标主要限定为关于人的知觉的过程，并运用“场”的理论对其进行解释。在格式塔心理学家看来，人脑中有一个类似于物理学中的“场”的概念，由于“场”的运动具有一定的规律性，人脑也会按照一定的规律把感觉到的刺激按照一定的规律组成一定的“完形”。因此，他们既反对构造主义将心理过程分解为简单的心理元素，也不同意行为主义所持的刺激—反应的观点，而将所有的经验与心理活动作为一个整体的形态进行研究。格式塔心理学认为，整体不等于部分的简单相加；整体先于部分的存在而存在；整体决定并制约了部分的性质和意义。

5. 精神分析心理学（psychoanalytic psychology）

精神分析理论由奥地利精神病医生弗洛伊德（S. Freud）在19世纪末至20世纪初创立的。不同于其他心理学流派，精神分析理论的基础是精神病学的临床经验，但其理论本身对心理学乃至整个人类的文化都具有很大影响力。在精神分析学理论中，弗洛伊德用本能来解释人类的一切行为，他将本能划分为生的本能与性的本能，并在之后又加入了死的本能，人的任何行为都是为了满足本能需要而产生的。另外，他用对于意识与无意识的划分来解释人的行为的驱动力，提出了本我、自我、超我等概念来解释人格的结构构成；以及用口唇期、肛门期、性器期、潜伏期与生殖期等概念来解释个体的心理发展阶段。弗洛伊德的理论更多来自于临床经验，并往往能从19世纪的德国哲学中找到其思想的本原，不同于一般的经院心理学派，弗洛伊德理论更大程度的影响表现在社会文化方面。弗洛伊德后，其追随者阿德勒（A. Adler）、荣格（C. Jung）等都对弗洛伊德的精神分析进行了阐发，形成了有其独立见解的个人心理学、分析心理学等精神分析的支流，形成了“新精神分析理论”。

6. 人本主义心理学（humanistic psychology）

人本主义兴起于20世纪50年代的美国，这一思潮的旗手是美国心理学家马斯洛（A. Maslow）和罗杰斯（C. Rogers），其他代表人物有阿尔波特（G. Allport）、莫雷（A. Murray），安吉阿尔（A. Angyal）等。人本主义心理学是在驳斥行为主义和精神分析的基础上诞生的，其核心是反对精神分析的性恶论，认为心理学不应只研究那些有病的人，主张性善论，即认

为心理学应以正常人的心理现象作为研究对象，并强调人都有寻求向上、寻求自我发展和追求自我完善的本性。因此，在做心理咨询时，人本主义心理学家非常注重适合个人自我成长环境的营造。虽然人本主义者均以“以人为本”作为理论基调，但也各持自己的理论。例如，马斯洛的自我实现理论强调从需要层次满足的角度考虑人的潜能，而罗杰斯则以自我组织的概念阐释个体学习、成熟的发展过程。人本主义凭借它理论的创新性，与行为主义和精神分析一同被认为是心理学的三大思潮。

7. 认知心理学（cognitive psychology）

认知心理学兴起于20世纪60年代的美国和西方等国家，代表了现代心理学发展的趋势，是现代心理学研究的一个主要方向，其主要代表有皮亚杰（J. Piaget）等。认知心理学是受心理学长期发展中多种思潮的影响而逐渐演变成的。它继承了其他心理学思想并与邻近学科的方法论进行交叉，主要从人们对知识的获得、储存、提取和运用层面，研究个体感觉、知觉、记忆、思维、想象等心理过程，力求通过对知识的获取与利用的机制的研究来探究人类认知活动的规律性。在认知心理学中存在着不同的观点和不同的研究途径，当前以信息加工观点来研究认知过程是其主流。这种观点把人看作是一个信息加工的系统，认为人的认知就是一个信息加工过程，包括感觉信息的输入、变换、加工、存储和使用。按照这一观点，认知可以分解为一系列阶段，每个阶段是一个对输入的信息进行某些特定操作的单元，而人做出的反应就是这一系列阶段和操作的产物。

第二节 心理学的研究对象

任何一门学科都有其特定的研究对象和探索领域，心理学也是如此。心理学是研究人的心理活动发生、发展及其变化规律的科学，由此可见，心理学的研究对象是人的心理现象。心理现象又称心理活动，简称心理。

心理现象是人们每时每刻都在产生着的，因而也是每个处于清醒状态下的人所熟悉的。人的心理现象是由心理过程和个性心理两大部分组成的，图1.1所示为心理现象的总体结构。

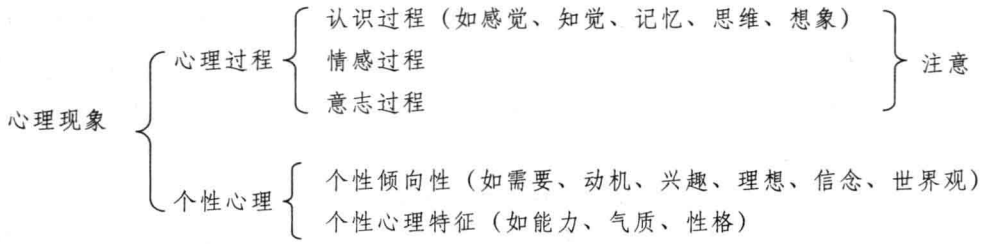

图1.1 心理现象的总体结构

一、心理过程

心理过程是指心理活动在人脑中发生、发展和完成的过程，是心理活动的一种动态过程，

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

是人人都有的，属于人的心理活动的共性方面，心理过程一般包括认识过程，情感过程和意志过程。

1. 认识过程

认识过程又叫认知过程，是指人们接受、储存、加工和理解各种信息的过程，即人脑对客观事物的现象和本质的反映过程，它包括感觉、知觉、记忆、思维和想象等。

感觉是认识事物的开端，在日常生活中，我们看到一种颜色，听到一种声音，闻到一种气味，尝到一种味道，触摸到物体的软硬、温度或光滑程度等均属于感觉。感觉是人脑对客观事物个别属性的反映，它包括视觉、听觉、味觉、嗅觉、触觉等。在日常生活中，人的单纯的感觉几乎是很少的，因为客观环境中的许多事物总是由许多属性综合而成为一个整体的。例如，我们并不仅仅只感觉到红色，而且还知道是某种物体的红颜色；我们听到声音，知道是由某种物体发出的声音，这时的心理活动就是知觉了。我们看到鲜艳的五星红旗，听到催人奋进的国歌，闻到饭菜的香味，触摸到光滑的、圆圆的、硬硬的、凉凉的苹果等都是知觉。知觉是人脑对作用于感觉器官的事物整体的反映。人们不仅能够感觉和知觉周围的事物，同时还能记住它，当这些事物再次出现时，我们能够将它认出来，或者虽然事物并没有出现在眼前，而我们也能在头脑中把它回忆起来，这就是记忆。记忆是人脑对过去经历过的事物的反映，它主要包括两个方面，一是再认，二是回忆。如昨天学的生字今天能认识，人们有时提笔忘字等。人们不仅能够通过感知直接反映事物的外部特征或外部面貌，还可以在此基础上运用已有的知识经验概括地、间接地反映事物的内在规律和本质特征，如反扒能手在熙熙攘攘的人群中通过对扒手的一举一动的观察，可了解其内在的心理变化特征，这就是思维。思维是人脑对客观事物间接概括的反映，以揭露事物的本质规律。我们不仅能够直接感觉知觉各种事物，记住和回忆曾经感知过的事物，同时可以在感知、记忆、思维的基础上，在头脑中加工形成一种新的形象，这就是想象。想象是人脑对已有表象进行加工改造而创造出新形象的心理过程，如一位小学生读了长征的故事，在脑海中浮现出当年红军不怕艰苦，爬雪山，过草地，战胜无数艰难险阻的形象。又如夏天，我们仰望天上的白云，时而把它看成是山峦，时而把它看成是绵羊，时而把它看成是棉花，这些都属于想象。

2. 情感过程

人们在认识客观事物的过程中，绝不会是无动于衷的，总是会带着喜怒哀乐等各种态度体验，如一些现象使人愉快，另一些现象使人悲哀，一些现象使人愤怒，另一些现象使人恐惧，这就是情绪情感。快乐、悲哀、愤怒、恐惧等都是情绪或情感的不同表现形式。情绪和情感在心理学上虽然都定义为“是人对客观事物是否符合自己的需要、愿望和观点而产生的体验”，但严格地说，两者是既有联系又有区别的概念。通常把人的生理需要是否获得满足而产生的体验叫情绪，社会性需要是否获得满足而产生的体验叫情感。情绪带有情境性，它往往是由当时的情境引起的，一旦情境改变，很快就会消失，一般是不稳定的；情感则不同，它可能既具有情境性，又具有稳定性、长期性，也可能不为情境所左右。情绪比情感强烈，具有较多的冲动性和较为明显的外部表现；情感体验一般较弱，很少有冲动性。

3. 意志过程

人们不仅能认识世界，产生相应的情绪情感体验，而且也能有目的、有计划地改造世界，

人在改造世界的过程中就产生了意志，意志是人自觉地确定目的，根据目的支配调节行动，克服困难，实现预定目的的心理过程。

意志是人类特有的心理现象，也是人意识能动性的表现。意志的生理机制同其他心理过程一样，它是人脑的机能，是高级神经中枢整合活动的结果。意志过程具有三个特征：① 自觉的目的性。人在行动之前就已对行动的方向、结果以及如何达到这一方向和结果有充分的认识，这是人所独有的行为特征。② 与克服困难相联系，在目的的确定和实现过程中总会遇到各种各样内在和外在的困难，克服困难的过程，也就是意志行动的过程。③ 以随意动作为基础，人的行动都是由一系列动作所组成的，动作可分为不随意和随意两种，不随意行动是指不受意识支配的不由自主的运动，如眨眼、打喷嚏、咳嗽等，这些行动不以人的意志为转移。随意行动是指能够受意识支配和控制的行动，如穿衣、吃饭、写字、劳动等。随意运动是意志行动的必要条件，如果不具有必要的随意运动，意志行动就不可能实现，

在心理过程中，还有一种特殊的心理现象——注意。注意不是一种独立的心理现象，它随着心理活动过程的产生、发展、变化而存在，并保证着心理活动过程的顺利进行，离开了注意的参与，心理活动就不可能产生。

认识、情感和意志是心理活动过程的三个方面。这三者之间相互联系、相互制约、相互影响，共同构成了心理活动的动态过程。一方面，人的认识是情绪情感和意志产生的前提和基础。只有认识得正确、深刻，才能产生强烈的情绪情感和坚强的意志。另一方面，人的情绪和意志也影响着认识活动，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。

二、个性心理

人们在认识和改造世界的心理活动过程中，由于每人的遗传素质、所处的社会生活环境、所接受的教育及主观努力程度不同，每个人都会有不同的表现和特征。这些在心理活动过程中所表现出来的稳定的心理面貌上的个体差异叫做个性心理差异，或称个性心理或个性。它包括个性倾向性和个性心理特征两个方面。

1. 个性倾向性

个性倾向性是指一个人所具有的意识倾向和人对客观事物的稳定的态度，它是人心理和行为积极性的动力系统，决定着人的心理和行为倾向性。个性倾向性由需要、动机、兴趣、信念、理想和世界观等因素构成。由于这些构成因素在个性倾向性中所处的地位不同，所起的作用也不一样。需要居于基础地位，是人心理和行为最初的动力源泉，动机、兴趣等都是在需要的基础上产生的，是需要的表现形式。世界观在个性倾向性中处于最高层次，起着主导作用，它决定着一个人的需要、动机、兴趣、理想及信念。个性倾向性是人在实践活动中逐渐形成并发展起来的，反映了一个人与客观环境之间的相互关系。个性倾向性也随着一个人成熟与发展阶段的不同而不同。在儿童期，支配其心理与行为的主要个性倾向是基本需要和兴趣；在青少年期，理想逐步上升到主导地位；成年及以后，人生观和世界观支配着人的整个心理与行为，成为主导的个性倾向性。

2. 个性心理特征

个性心理特征是指在个人身上经常表现出来的比较稳定的心理特征，它决定着一个人的稳定的心理面貌，是把人与人区别开来的特征因素之所在。个性心理特征包括能力、气质和性格。能力是保证人顺利完成活动方面的特征，如聪明、愚笨等；气质体现着人心理活动动力方面的特征，如活泼、安静、慢性子、急脾气等；性格显示着人对现实的态度及与之相适应的行为方式方面的心理特性，如诚实、虚伪、勤奋、懒惰等。

个性倾向性与个性心理特征相互依存、相互制约，构成了人的个性心理。个性心理反映一个人在不同社会实践中所形成的心理活动的历史和品质，是个体社会化的结果。在阶级社会，个性的某些因素也会带有阶级性。

心理过程与个性心理的关系密切，不可分割。个性心理是在心理活动过程中形成发展起来的，如果没有对客观现实的认识，没有对外界事物的情感体验，没有对客观现实进行积极主动改造的意志行动，人的性格、能力、信念、世界观是不可能形成的。已经形成的个性心理又影响和制约着心理过程的进行，并在心理活动过程中得到表现，如具有不同兴趣能力的人，对同一事物的认识及解决问题的水平是不同的；性格不同的人，在处理同样问题时，常常表现出不同的行为特点，有的人迅速果断，有的人犹豫不决。

第三节　心理学的分支

心理学是一门既古老又年轻的科学。近百年来，心理学随着社会实践的发展而不断发展。心理学研究的范围越来越广泛，产生了许多分支。

一、心理学的主干学科——普通心理学

普通心理学是研究正常人的心理活动及其一般规律的科学。它是心理学的主干，它概括了各分支心理学的研究成果，又是各个分支心理学的理论基础。

心理活动是多层次多水平的机能系统。在普通心理学范围内，又分出专门研究各种心理过程和个性心理的分支，如感觉心理学、记忆心理学、思维心理学、生理心理学、情绪心理学、个性心理学等。

二、研究心理发生发展的分支

1. 个体发展心理学（前苏联叫“年龄心理学”）

个体发展心理学主要研究人的个体从出生到衰老过程中心理发生、发展的规律和各年龄阶段的心理特征。它可分为婴幼儿心理学、儿童心理学、青年心理学、成人心理学和老年心理学等。

2. 比较心理学（又叫比较心理学）

比较心理学研究动物进化过程中反应活动的演化和心理发展规律。其对进化阶梯上各不

相同的动物行为的比较研究，特别是对高等动物如猩猩心理的研究，对于了解人类心理意识的产生具有十分重要的意义。比较心理学包括动物心理和人类心理的比较，以及动物之间的比较。动物心理学是其中更细的分支。

三、研究应用心理学的分支

1. 教育心理学

教育心理学是研究教育过程中的心理现象及其规律的学科，探讨学生掌握知识、技能，形成道德品质的心理规律。它包括教学心理学、德育心理学、教师心理学等。教育心理学与发展心理学有密切联系，是教育工作者的必修学科。

2. 医学心理学

医学心理学研究病人的心理活动，探讨心理因素在疾病发生、发展、诊断、治疗及预防中的作用。医学心理学包括病理心理学、临床心理学、心理治疗、心理预防和心理卫生等。

3. 工业心理学

工业心理学主要研究工业生产及企业管理的有关心理学问题，探讨工业生产中的人机系统、人际关系以及人的劳动心理特点和规律，以便改进生产条件，保障生产安全，充分调动人的积极性，从而提高生产效率。工业心理学包括工程心理学、劳动心理学和企业管理心理学等。

4. 社会心理学

社会心理学是一门介于心理学和社会学之间的边缘学科。它研究在特定社会环境条件下人的心理活动的规律以及个体之间、群体之间以及个体与群体之间的心理关系。社会心理学的分支有教育社会心理学、人际关系心理学、宣传广播心理学等。

5. 运动心理学

运动心理学主要研究运动员的选拔、运动技能的形成、运动员在培训和竞赛中的心理状态、心理训练等。

6. 军事心理学

军事心理学研究军事训练中和战争环境中的心理学问题，如士兵的智力测定，指挥员和飞行员的选拔，武器操作技能的形成，士气和情绪对战争的影响，心理战的运用等。

7. 艺术心理学

艺术心理学研究艺术欣赏和艺术创作中的心理活动规律，研究不同艺术才能的结构和培养等。

此外，还有宣传心理学、司法心理学、商业心理学、犯罪心理学、民族心理学、环境心理学，等等。并且随着实践的发展，还会出现新的分支。

心理学的各分支，从各个侧面研究心理现象，从各种不同角度揭露心理现象的各种规律，它们互相联系，形成了心理学的学科体系。心理学是一分支众多、领域宽广的学科。心理现

象既有自然属性又有社会属性的双重特点，决定了心理学是一门既有自然科学性质又有社会科学性质的中间科学。

第四节　心理的实质

人的心理究竟是什么？这是从古至今人们一直争论不休的话题。唯心主义者认为，心理就是纯粹的精神，就是所谓的“灵魂”，是一种寄居在人体内虚无缥缈的东西；也有人认为心理是大脑分泌的一种物质，就好像肝脏分泌出的胆汁。这些说法目前已经被证明都是不对的，是没有科学依据的。我们只能用马克思主义的哲学——辩证唯物主义——才能够对人的心理实质作出真正科学的解释。正如列宁所说：心理是“头脑的机能，是外部世界的反映”。

一、心理是脑的机能，脑是心理的器官

1. 人脑是产生心理的器官

人的心理在人的身上到底是由什么器官产生的？什么是人心理的生理基础？对这个问题人们曾有过不同的回答。最为典型的是人们曾普遍认为心脏是产生人的心理活动的器官，心理是心脏的机能。这是因为，人们在各种不同的活动状态下，能感觉到自己心脏活动的差异。我国古代哲学家孟子曾说：“心之官则思。”意思是说人的心脏是用来思考问题的。古希腊哲学家亚里士多德也认为思想和感觉的器官是心脏，而脑的工作只在于使流出心脏的血液冷静一点而已。所谓“心中有数”、“计上心来”、“心领神会”、“心照不宣”等一类成语，从一个侧面记载了古人以为心理产生于心脏的认识。可是后来人们发现，人睡着之后，就什么也不知道了，而心脏却在跳动；一旦脑受伤后，尽管心脏仍在跳动，但什么心理都没有了。于是人们便把注意的焦点放在了脑上，认为大脑对心理的作用比心脏要大。如《黄帝内经》就曾指出：“头者精神之府。”明朝著名医学家李时珍（1518—1593）早在16世纪就提出了“脑为元神之府”的观点。真正用科学方法鉴定出脑是人的心理器官，则是在1861年。当时，有一个名叫布洛卡（P. Broca）的法国医生，他通过对失语症患者的尸体解剖，在大脑的左半球发现了语言中枢。所以，关于脑是人的心理器官，在科学上一直到19世纪后期才确定下来。方法是根据临床经验，通过解剖尸体，把脑的病变部位和病人生前病状联系起来，这样经过多年的资料积累，才把证据完全肯定下来。人的大脑一旦受到了损伤，那么人的心理活动也就会受到严重的破坏，会出现记忆不清、思考问题发生障碍甚至心理失常等现象。这些事实都证明，人的心理是由脑产生的。究竟是脑的形状大小还是内部结构和机能决定人心理活动的质量或心理的个别差异？历史上曾经有人强调脑的形状和大小对心理活动的重要性；也有人认为脑的重量决定智慧的高低，这些最终被科学证明都是不对的，可见，脑的形状和大小并不决定一个人的聪明才智。那么，什么才是人脑心理的决定因素呢？根据现代科学，特别是大脑神经科学的研究，起决定性作用的是人脑内部的结构和机能。科学家们认为，人的大脑皮层是由140亿个神经细胞组成的一种物质，在结构上极为复杂，机能上极为灵敏。高度发

展的人的心理正是以高度发展的人脑为物质基础的。因此，我们可以肯定地说脑是心理的器官，而心理是脑的机能。

2. 人脑的结构

人脑是一种在结构上极为复杂、机能上极为灵敏的物质，是自然界物质发展到高级阶段的产物。人脑是接受、综合和重现信息的器官，它和计算机一样，是以电信号的形式进行工作的。脑包括延脑、脑桥、中脑、间脑、小脑和大脑，通常把延脑、脑桥、中脑和间脑总称为脑干。脑干既是大脑、小脑与脊髓相联系的重要通路，又是许多重要脏器的神经中枢。比如，呼吸、心跳、吞咽、唾液分泌、呕吐、喷嚏与视、听，以及调节运动、维持姿势等均受脑干的影响和控制。人的小脑有两个发达的半球，浅表为皮层，具有维持身体平衡，调节肌肉紧张和协调人的随意运动的机能。人的大脑重约 1 400 g，呈两半球形，表面有一层起伏不平的灰色层，称为大脑皮层。大脑皮层是脑的最重要部分，是心理活动的最重要的器官。大脑皮层展开来面积约为 2 200 cm^2，平均厚度 2.5 mm。其折叠凹陷部分称为沟，断裂的部分称作裂，两沟之间凸起的部分称作回。大脑皮层有 3 条显著的沟裂：中央沟、外侧裂、顶枕裂。以此为界，把大脑分为几个区域，叫作叶，它们是运动中枢的额叶、感觉中枢的顶叶、视觉中枢的枕叶和听觉中枢的颞叶。如图 1.2 所示。

图 1.2 人脑的结构

3. 神经系统的活动方式

高级神经系统基本活动的产生方式是反射。反射是动物通过中枢神经系统对刺激所发生的有规律的反应活动。反射活动可以分为条件反射和无条件反射两大类。无条件反射是人和动物生来就有的、不需要任何训练就能实现的反射。如婴儿初生下来遇到冷空气就哭；母亲的乳头放在初生的婴儿嘴里，婴儿就会吸吮、吞咽以及消化，等等。无条件反射表现了一种天然的固定的神经联系。条件反射是个体在适应环境变化的过程中，在无条件反射的基础上形成的，它是后天经过学习和训练才形成的，表现了一种暂时的神经联系。如果每天都给婴儿用奶瓶喂奶，以后婴儿只要看见奶瓶形状的物体，虽然食物尚未进入口中，也会产生吸吮动作并分泌唾液；再如有过吃酸杏经验的人，当他第二次看到杏子或听到别人谈起杏子时，就会流口水。以上这些都属于条件反射。

条件反射主要是大脑皮层的功能，因而是一种高级神经活动，也是产生心理现象的生理基础。条件反射是一种信号活动，因此条件反射系统又称为信号系统。信号系统分为两类：凡是由具体事物作为信号刺激在皮层上形成的暂时神经联系系统称为第一信号系统；凡是由语言、文字作为信号刺激在皮层上形成的暂时神经联系系统称为第二信号系统。如吃过葡萄的人，以后看到葡萄就会分泌唾液，这属于第一信号系统活动，是以具体的葡萄作为信号刺激的；而很多人虽未亲眼看见葡萄，只是听到别人说起“葡萄”这个词时也会引起唾液分泌，这就属于第二信号系统活动。第一信号系统是人和动物共有的，第二信号系统则是人类高级

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com