



河南省“十四五”普通高等教育规划教材

心理学基础教程

主 编 孙天义 段海丹

参 编 (按姓氏音序排列)

蔡小霞 丁 洁 李丽华

李艳艳 汪媛媛 徐西良

主 审 许远理



安徽师范大学出版社

ANHUI NORMAL UNIVERSITY PRESS

• 芜湖 •

图书在版编目 (CIP) 数据

心理学基础教程 / 孙天义, 段海丹主编. —芜湖: 安徽师范大学出版社, 2020.8
(2024.6 重印)

ISBN 978-7-5676-4628-5

I . ①心… II . ①孙… ②段… III . ①心理学—高等师范院校—教材 IV . ①B84

中国版本图书馆CIP数据核字 (2020) 第 136731 号

心理学基础教程 孙天义 段海丹 主编

XINLIXUE JICHU JIAOCHENG

责任编辑: 何章艳

责任校对: 蒋璐

装帧设计: 嘉鸿永徽科技

出版发行: 安徽师范大学出版社

芜湖市北京中路 2 号安徽师范大学赭山校区 邮政编码: 241000

网 址: <http://www.ahnupress.com/>

发 行 部: 0553-3883578 5910327 5910310(传真)

印 刷: 廊坊市广阳区九洲印刷厂

版 次: 2020 年 8 月第 1 版

印 次: 2024 年 6 月第 2 次印刷

规 格: 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张: 20.5

字 数: 461 千字

书 号: 978-7-5676-4628-5

定 价: 49.80 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。



心理学是一门研究行为和心理活动规律的科学，具有描述、解释、预测和控制行为的功能。因此，学习心理学对个人发展有着重要的意义。在社会经济生活和科学技术飞速发展的今天，竞争激烈，压力倍增，如何知己知彼，更好地适应环境是每个人必须面对的问题。党的二十大报告明确指出，“把保障人民健康放在优先发展的战略位置”，还进一步强调要“重视心理健康和精神卫生”。这一方面凸显了心理健康的重要性，另一方面也折射出了目前心理健康服务体系相对薄弱的现象。因此，人们需要了解、传播、推广心理学。

心理学是师范类专业学生的公共必修课。现行教师资格证考试的理论基础含有心理学内容，包括心理学基本知识和教育心理学两部分。本书正是针对这两部分内容而编写的，因此取名为《心理学基础教程》。

本书按照师范类专业认证标准制订教学大纲，并根据一线教师多年教学经验组织编写，是顺应时代发展、迎合当代师范生实际需求的公共课教材。本书吸纳了公共心理学、教育心理学、普通心理学、发展心理学的最新成果，具有以下特点：一是在内容编写上，既有利于教师授课，也有利于学生学习；二是在内容构建上，充分体现知识的科学性、资料的新颖性、结构的合理性；三是在编写体例上，各章均采用“名人名言导入—本章导读—学习目标—正文—本章小结—课后巩固练习—感悟与提升”模式，使整本书的结构和内容浑然一体。本书中趣味拓展阅读材料以二维码形式展现，支持移动端扫描，拓展了学习维度。

本书由孙天义、段海丹任主编，参与编写的有蔡小霞、丁洁、李丽华、李艳艳、汪媛媛、徐西良。具体编写分工如下：第一、第六章由孙天义编写，第二章由李丽华编写，第三、第四章由段海丹编写，第五章由丁洁编写，第七章由蔡小霞编写，第八章由徐西良编写，第九、第十章由李艳艳编写。汪媛媛负责拓展阅读资料的筛选。本书由孙天义统稿、定稿，由许远理审订。

本书是为高等师范院校学生编写的公共课程心理学的教材，也可作为其他心理学爱好者和教育工作者的参考书。本书在编写过程中借鉴了许多同类教材的理论观点和研究成果，在此一并表示衷心的感谢。

尽管编者投入了大量的时间和精力，付出了艰辛的努力，但由于编写水平和研究视野有限，问题和遗憾在所难免。敬请各位专家、同行、读者批评指正，以便再版时予以修订，使之日臻完善。



CONTENTS

目录

第一章 心理学概论	1
第一节 心理学的研究对象和方法	3
第二节 心理的实质	9
第三节 心理学发展历程概述	13
第二章 认知过程	21
第一节 感觉和知觉	23
第二节 记忆	37
第三节 表象和想象	46
第四节 言语和思维	52
第五节 注意	61
第三章 情绪与情感	73
第一节 情绪与情感概述	75
第二节 情绪与情感的分类	79
第三节 情绪产生的理论	83
第四节 中学生情绪的特点及情绪调节	85
第四章 意志	93
第一节 意志概述	95
第二节 意志行动中的挫折	99
第三节 意志品质	105
第五章 个性心理	111
第一节 需要与动机	113
第二节 能力	122
第三节 人格	139

第六章 心理发展与个别差异	157
第一节 心理发展概述	159
第二节 心理发展的理论	164
第三节 中小学生人格、社会化发展与教育	168
第四节 学生的个别差异	176
第七章 学习理论	183
第一节 学习概述	185
第二节 行为主义学习理论	192
第三节 认知派学习理论	203
第四节 人本主义学习理论	214
第五节 建构主义学习理论	218
第八章 学习心理	227
第一节 学习动机	229
第二节 学习策略	234
第三节 学习迁移	240
第四节 知识与技能	245
第五节 问题解决与创造性思维	253
第六节 态度与品德	260
第九章 教学设计与课堂管理	269
第一节 教学设计	271
第二节 课堂管理	280
第十章 学生心理健康与教师职业心理	291
第一节 心理健康概述	293
第二节 学生心理辅导	300
第三节 教师职业心理	310
主要参考文献	321



第一章

心理学概论



行为养成习惯，
习惯形成性格，
性格决定命运。

——英国谚语



本章导读

心理学是研究心理现象、探究心理本质、揭示心理特点和规律的科学。本章首先介绍心理学的研究对象和方法，然后解释心理的实质，最后对心理学发展的历程进行概述。通过学习本章内容，可以对心理学有个总体的认识。



学习目标



知识目标

掌握心理学的概念；了解心理学的研究对象和方法，心理的实质，以及心理学的发展历程。



能力目标

能够理解心理现象包括心理过程和个性心理，并能区分这两者；能够理解心理学常用的研究方法的优缺点；能够理解心理的实质；能够根据心理学的发展历程对我国的心理学发展现状有所认识。



素质目标

学会正确认识心理学，破除迷信，尊重科学；认识到我国心理学发展中存在的问题。

从事心理学相关工作的人经常会遇上这样的问题：“你是学心理学的，你能知道我现在在想什么吗？”“学了心理学是不是就能知道别人心里在想什么？”这是由于发问的人不了解心理学的研究对象和学科性质才会如此提问。那么，心理学到底能否如上面所说，可以知道别人在想什么呢？要了解这个问题，首先就要弄清楚心理学的研究对象和学科性质。



第一节

心理学的研究对象和方法

一、心理学的研究对象

任何一门学科都有自己特定的研究对象。心理学是研究什么的呢？心理学是研究心理现象发生、发展与变化规律的科学，是探究心理本质、揭示心理特点和规律的科学。这个概念包含四层含义：其一，心理学是研究人类自身的科学之一。其二，心理学是研究心理现象如何发生的科学，这就意味着心理学要研究心理活动是在什么物质基础上产生，物质之间如何发生关系，产生的规律是什么。其三，心理活动一旦产生就不会停止不动，而是要发展。因此，心理学还要研究心理活动产生以后如何发展，受哪些因素的促进而发展，受哪些因素的制约而限制其发展，发展的规律是什么。其四，心理活动的发展并不都是线

性的，在很多情况下是非线性的，这是心理活动变化的结果。心理活动的变化使心理活动变得复杂起来，也使心理变得神秘起来。其实，心理活动的变化并不是杂乱无章的，而是有规律可循的。所以，心理学也要研究心理活动的变化规律，以便更好地掌握规律，运用规律促进自身的发展。为了研究方便，一般把心理现象分为两个方面：心理过程和个性心理。

（一）心理过程

1. 认知过程

认知过程是指人在认识客观事物的性质及其规律时所表现出来的各种心理活动过程。感觉、知觉、思维、想象、记忆等都是人对客观事物认知的不同形式，统称为认知过程。例如，人们看到颜色、听到声音、嗅到气味、尝到滋味、摸到物体的软硬或冷热等，这就是感觉。在感觉的基础上，能辨认出这是阳光，那是春风，这是树木，那是花朵，这些就是人们对事物的知觉。对感觉和知觉的材料进行分析、综合、判断、推理，从而认识事物的本质和规律，这就是思维。人们还可以在已有感知材料的基础上，在头脑中构思出未曾经历过的事物的形象，这就是想象。听过老师的教诲，仍“话犹在耳”，看到过的某种图形、物象，仍“历历在目”，这就是记忆。

2. 情感过程

人们不仅要认知周围的世界，还在认知过程的基础上对这个世界产生这样或那样的态度，体验着某种感情。例如，当我们看到港珠澳大桥正式通车时，不仅认识到这是我国改革开放的伟大成就，还会产生激动和兴奋的情绪。周围世界中有些现象和对象使我们愉快，而有些现象和对象会引起我们忧愁或恐惧。买到一本好书会感到愉快，他人的高尚品格和行为会引起我们的赞美，卑鄙的行为则会引起我们的愤恨。以上谈到的“激动”“兴奋”“愉快”“忧愁”“恐惧”“赞美”“愤恨”等心理活动，在心理学中称为情感过程。

3. 意志过程

人们不仅在不断认知世界，产生情感体验，还在实践中改造世界。在社会实践活动中，拟订实践计划，作出决定，执行决定，以及为达到目的而克服各种困难等心理活动，在心理学中称为意志过程。

认知、情感、意志三种心理过程，简称知、情、意，它们之间有着密切联系。人在认知事物时，必然产生一定的情感，例如，一个人对祖国事业的发展和未来的认知越深刻，对祖国的情感就越深厚，“知之深，则爱之切”就是这个道理。同时，有了积极的情感，就会产生强烈的愿望，从而也产生坚强的意志行动。由此可见，情感和意志都是在认知的基础上产生的，认知是最基本的心理过程；反过来，人的情感和意志对认知也起着调节作用。

（二）个性心理

认知过程、情感过程和意志过程，是每个人都有的心理活动。由于每个人的遗传素质、所处的生活环境、所受的教育及从事的活动等不同，这些心理过程在每个人身上就有不同的表现，从而形成了每个人不同的个性心理，简称个性。个性是指一个人的总的精神面貌，它是通过个人的生活道路而形成的，反映了人与人之间稳定的差异性特征。个性心理结构

包含极复杂的成分，可以把它划分为三个主要的子系统：个性心理特征、个性倾向性和自我。

1. 个性心理特征

个性心理特征是人的多种心理特征的一种独特的组合，集中反映了一个人的精神面貌的稳定的类型差异。例如：有的人聪明，有的人愚笨，有的人有高度发展的数学才能，有的人有高度发展的音乐才能，这是能力上的差异，能力体现了人在完成某项活动时的潜在可能性上的特征；有的人活泼好动、反应敏捷，有的人直率热情、情绪易冲动，有的人安静稳重、情绪不易外露，有的人敏感、孤僻、情绪体验深刻，这是气质上的差异，气质体现了人的心理活动的稳定的动力特征；有的人果断、坚忍不拔，有的人优柔寡断、朝三暮四，有的人急功近利，有的人疾恶如仇，这是性格上的不同，性格体现了人对现实的稳定的态度和行为方式上的特征。能力、气质、性格统称为个性心理特征。

2. 个性倾向性

个性倾向性是推动人进行活动的动力系统，是个性结构中最活跃的因素。它决定着人对周围世界认识和态度的选择和趋向，决定着人追求什么，什么对他来说是最有价值的。个性倾向性主要包括需要、动机和价值观。需要是个性倾向性的基础。人有各种需要，如生理需要、安全需要、交往需要、成就需要等。个性是人在活动中满足各种需要的基础上形成和发展起来的。人的一切活动，无论是简单的或复杂的，都是在某种内部动力推动下进行的。这种推动人进行活动，并使活动朝着一定目标前进的内部动力，称为动机。动机的基础是人的各种需要。对一个人来说，什么是最重要的，想要怎样生活，又必须怎样生活，由此而产生的愿望、态度、目标、理想、信念等，都是由这个人的价值观所支配的。价值观是一种浸透于人的所有行动和个性中的支配着人评价和衡量好与坏、对与错的心理倾向性。价值观的基础也是人的各种需要。如果说需要是个性倾向性的基础，那么价值观则处于个性倾向性的最高层次，它制约和调节着人的需要、动机等个性倾向性成分。

3. 自我

自我即自我意识，是个人对自己的自觉因素。自我意识是一种多维度、多层次的心理系统。从心理形式上来看，自我意识表现为认知、情绪和意志三种形式，分别称为自我认知、自我体验、自我控制。属于认知的有自我观察、自我概念、自我认定、自我评价等，统称为自我认知。自我认知使个人认知到自己的身心特点，自己和他人及自然界的关系，个人在不断变化的条件下和他一生的时间内始终是他自己。自我认知主要涉及“我是一个什么样的人”“我为什么是这样的人”等问题。属于情绪的有自我感受、自爱、自尊、自恃、自卑、责任感、义务感、优越感等，统称为自我体验。自我体验主要涉及“我是否满意自己”“我能否悦纳自己”等问题。属于意志的有自立、自主、自制、自强、自卫、自信、自律等，统称为自我控制。自我控制表现为个人对自己行为活动的调节、对自己对待他人和自己态度的调节等，如“我怎样节制自己”“我如何改变自己的现状，使我成为自己理想中那样的人”等。自我意识的上述三种表现形式综合为一个整体，便成为个性的基础——自我。自我使一个人的个性心理特征和个性倾向性等诸成分成为统一的整体。如果自我发生障碍，人就有可能失去自己肉体的实在感，或者感觉不到自己的情感体验，觉得自己陷入了麻木不仁的状态，又或者感到自己不能做主，总是受人摆布，等等，从而导致人格障

碍。个性结构中的诸种心理成分不是无组织的、杂乱无章的，它们是由自我进行协调和控制而成为一个有组织的、稳定的整体。

总之，从人的心理特征的整体性、稳定性和差异性上来看，一个人的总的精神面貌就是他的个性。个性是一个多维度的、具有层次结构的心理构成物。

（三）心理过程和个性心理的关系

心理过程和个性心理这两个方面同样是密切联系的。首先，个性心理是在人的长期心理活动过程中形成和发展起来的，同时也在当前心理过程中表现出来。例如，人的认知能力就是在长期认知过程中形成和发展的，而且也只有在当前认知某种事物的过程中才能表现出认知能力的强弱。其次，个人已经形成的个性心理对他当前的心理过程和结果又有深刻的影响。例如，能力、性格等都直接影响到当前个人对事物认知过程的效果。所以，要全面深入了解人的心理，就必须把心理过程和个性心理结合起来进行研究。

二、心理学的研究方法

心理学的研究方法很多，主要有观察法、调查法、实验法，此外还有个案研究法、相关研究法、产品分析法和质性研究等。

（一）观察法

观察法是指研究者根据一定的研究目的、研究提纲或观察表，用自己的感官和辅助工具直接观察被研究对象，从而获得资料的一种方法。科学的观察具有目的性和计划性、系统性和可重复性。常见的观察方法有核对清单法、级别量表法、记叙性描述。观察一般利用眼睛、耳朵等感觉器官去感知被观察者。由于人的感觉器官具有一定的局限性，观察者往往要借助各种现代化的仪器和手段（如照相机、录音机、显微摄像机等）来辅助观察。

从观察者和被观察者之间的关系来看，观察有两种主要形式：参与观察和非参与观察。前者是观察者成为被观察者活动中一个正式的成员，其双重身份一般不为其他参与者所知晓；后者是观察者不参与被观察者的活动，不以被观察者团体中的一个成员而出现。无论采用哪种形式，原则上都应在被观察者不知晓的情况下对其进行观察，这样被观察者的行为表现才自然真实。

根据观察要求不同，观察法又可以分为长期观察和定期观察。长期观察是指在相当长的时期内进行系统性观察，有计划地积累资料。例如，英国生物学家查尔斯·罗伯特·达尔文的《一个婴孩的生活概述》，中国著名儿童教育家、儿童心理学家陈鹤琴的《一个儿童发展的程序》就是这一类研究。定期观察是指在某一特定的时间里进行观察记录。例如，在每周中几个特定时间里观察小学生的课业责任心行为表现，待资料积累到一定数量时，进行分析整理得出结论。

为了避免观察的主观性和片面性，使观察时能够获得正确的资料，在使用观察法时应遵循以下原则：观察必须要有明确的研究目的，对拟观察的行为特征要加以明确界定，做好计划，按计划进行观察；观察必须是系统的，而不是零星偶然的；必须随时如实地作好记录，严格地把“传闻”与“事实”、“描述”与“解释”区分开来，如果能用录音、录像设

备做记录，效果更好；应在被观察者处于自然状态的情况下进行观察。

观察法是收集资料的初步方法。观察法使用方便，但积累的资料只能说明“是什么”，而不能解释“为什么”。因此，由观察法所发现的问题尚需用其他研究方法作进一步的研究。

（二）调查法

为了达到设想的目的，制订某一计划全面或比较全面地收集研究对象的某一方面情况的各种材料，并进行分析、综合，得到某一结论的研究方法，就是调查法。它的目的可以是全面把握当前的状况，也可以是为了揭示存在的问题，弄清前因后果，为进一步的研究或决策提供观点和论据。调查法的主要特点是，以问问题的方式，要求被调查者就某个或某些问题回答自己的想法。调查法可以用来探讨被调查者的机体变量（如性别、年龄、教育程度、职业、经济状况等）、反应变量（他对问题的理解、态度、期望、信念、行为等）及它们之间的相互关系。根据研究的需要，可以向被调查者本人做调查，也可以向熟悉被调查者的人做调查。调查法可分为书面调查和口头调查。书面调查即问卷法，是研究者根据研究课题的要求，设计出问题表格让被调查者自行填写来收集资料的一种方法。这种方法具有向许多人同时收集同类型资料的优点。其缺点是发出去的调查表难以全部收回，只能得到被调查者对问题的相对完整的答案。要得到一份良好的问卷，在设计时应注意：要针对调查的目的来设计问卷；提出的问题要适合调查的目的和被调查的对象；使用方便，处理结果省时、经济。

口头调查即晤谈法，是研究者将预先拟好的问题向被调查者提出，以一问一答的方式进行调查。要使晤谈法富有成效，首先应创造坦率和信任的良好气氛，使被调查者做到知无不言；同时，研究者应当有良好的准备和训练，预先拟好问题，尽量使谈话标准化，记录指标的含义保持一致，这样才有可能对结果进行客观的分析和概括。与问卷法相比，晤谈法有如下优点：可以直接向被调查者解释晤谈的目的，提高他们回答问题的准备程度；可以控制晤谈进程，使调查中的遗漏大为减少；可以以不同的方式考察被调查者回答问题的真实程度；可以根据被调查者的反应提出临时应变的问题，有可能获得额外有价值的资料。晤谈法的主要缺点是：由于在一定时间内只能晤谈数量有限的对象，要收集较多对象的资料太费时间；研究者必须训练有素才能掌握晤谈法；研究者的言语不当可能导致被调查者拒答或谎言问题；研究者的行为，有时甚至是无意的行为也可能对被调查者的回答有暗示作用。

（三）实验法

实验法是指在控制条件下，对某种心理现象进行观察的方法。在实验过程中，实验者可以控制某些因素，或创造某种条件，使某种心理现象得以产生并重复出现或不出现。实验可分为实验室实验和自然实验。实验室实验是借助于专门的实验设备，在对实验条件严格控制下进行的。自然实验也叫现场实验，实验过程中虽然也对实验条件进行适当的控制，但它是在人们正常学习和工作的情境中进行的，由于条件控制不是很严格，也就难以得到精密的实验结果。

在实验研究中，实验者通过控制某些条件，从而引发待研究的心理现象，让它在预定的时间内发生，使实验者能进行精确的记录和测量。心理现象在精确的条件下产生，便于

实验者找到事物之间的因果联系，使实验者和其他人能够随时加以重复。

与非实验法相比，实验法最大的优点在于，一个假设由实验法来验证比非实验法更可靠，实验法对结果解释的逻辑关系也更清楚。严格控制和可重复的实验是心理学原则建立的基础，实验研究是获得事物之间因果关系的最可靠途径。

（四）个案研究法

个案研究法是指对某一特定对象的某些心理活动进行深入细致的研究。通过对一个独立的个案进行全面系统的研究，研究者希望能发现隐藏在那些表面现象背后的一般规律。例如，奥地利精神病学家、心理学家西格蒙德·弗洛伊德通过对其病人的个案研究，建立了心理分析的理论体系。个案研究的缺点在于，它很容易把人引入以偏概全的误区。心理学家不把个案研究法作为一种获得可靠结论的研究手段，而只是把它当作为进一步研究提供线索的有效途径之一。但是，对于许多偶发事件或非正常状态下（如遭遇龙卷风、水灾、脑损伤时）人的心理活动的表现，个案研究法可能就是唯一可用的研究手段了。

（五）相关研究法

相关研究法是一种特殊的非实验研究方法。使用相关研究法研究心理现象时，研究者并不操纵有关的变量，而是把心理现象各方面的特征记录下来，然后寻找哪些特征之间存在某种联系。例如，人们发现身高和体重总是一起出现的，个子高的人通常体重也较重，身高与体重就有了一种共变关系，这种共变关系就是相关。通过相关分析，研究者能确定两个变量之间是否有关系。

相关研究法无法得到因果式的结论，但研究者可将所得到的相关模式与已有的因果模型相比较，从而获得有价值的参考信息。

（六）产品分析法

产品分析法也叫作品分析法，是指通过对活动的产品或作品进行分析来揭示人的心理与行为特点的研究方法。因为人的作品或产品是其心理品质或态度的反映，所以我们可以根据某个人的作品或产品来判断其技能水平或熟练程度及工作态度等。例如，根据绘画、日记、文学作品可以分析作者的内心活动和人格特点。有时不仅要研究活动的产品，还要研究产品制造的过程。因为在产品制造的过程中，个体的心理品质和行为特征表现得更加明显。例如，我们只有分析有经验的技术工人的生产活动过程，才能把他所掌握的技能分解成一些有组织的心智元素，再用实物模型将其物化，以便新的技术工人学习掌握。又如，在心理咨询中，我们可以根据来访者完成特定任务的过程（如画图、摆设物品等）来分析和判断其心理和行为问题。这种产品分析法在教育心理学、人格心理学、工业心理学、临床心理学、司法心理学等领域更具有应用价值。

（七）质性研究

质性研究也称质化研究，是以研究者本人作为研究工具，在自然情境下采用多种资料收集方法对社会现象进行整体性探究，使用归纳法分析资料和形成理论，通过与研究对象互动对其行为和意义建构获得解释性理解的一种活动。质性研究的特点是在自然情境下，

研究者与被研究者直接接触，通过面对面的交往，实地考察被研究者的日常生活状态和过程，了解被研究者所处的环境及环境对他们产生的影响，其目的是从被研究者的角度来了解他们的行为及其意义的解释。质性研究要求研究者对自己的“前设”和“偏见”进行反省，并随着实际情况的变化，不断调整自己的研究设计。因此，质性研究的结果只适用于特定的情境和条件，不能推广到样本之外。应该指出的是，研究者必须事先征求被研究者的同意，对他们所提供的信息严格保密，与他们保持良好的关系，并合理回报他们所给予的帮助。简单来说，质性研究就是一种“情境中”的研究。

质性研究与量化研究也有所不同。量化研究是一种对事物可以量化的部分进行测量和分析，以检验研究者自己有关理论假设的研究方法。量化研究有一套完备的操作技术，包括抽样方法（如随机抽样、分层抽样、系统抽样、整群抽样）、资料收集方法（如问卷法、实验法）、数字统计方法（如描述性统计、推断性统计）等，量化研究正是通过这种测量、计算和分析，以求达到对事物“本质”的把握。而质性研究则是通过研究者和被研究者之间的互动，对事物（研究对象）进行长期深入细致的体验，然后对事物的“质”有一个整体性的、解释性的理解。质性研究与量化研究各有优势和弱点，两者不是相互排斥的，而是互补的。

第二节

心理的实质

自古以来，人们对人的心理的实质问题进行着不断的探索和追求。“灵魂说”“心脏说”“颅相说”等都体现了人类的先祖们对心理实质的探索和收获。在历史的长河中，对心理实质的探索最有代表性的是唯心主义心理观和朴素唯物主义心理观：前者认为人的心理是不依赖于物质而存在的虚无缥缈的永恒不变的灵魂；而后者则认为心理是人身体的一种机能，如是心脏的机能或是头颅的机能。虽然这两种观点都不能够科学地说明人的心理的实质是什么，但它们为人类科学地解释心理的实质提供了探索的思路和宝贵的经验。

认识心理现象，是心理学要解决的一个根本问题。心理是什么，它是怎样产生的，它与物质现象的关系怎样，对此人们历来就有不同的看法。唯心主义者认为，心理现象是灵魂、宇宙精神，或是与身体无关的“心”的活动，并把人的心理和动物的心理完全等同起来，忽视人的社会性本质。凡此种种，都不能科学地认识心理。辩证唯物主义者以现代脑科学的研究为基础，认为心理活动是脑器官及其机能活动的产物，同时从心理的内容和源泉来说，人的心理是对客观现实的反映，是人脑与客观现实相互作用的结果。也就是说，心理既是人脑的机能，又是对客观现实的反映，即人的心理是客观现实人脑中的主观印象。

一、心理是人脑的机能

人脑是心理活动的器官，心理活动是脑的机能。从动物的演化历史看，心理是物质发展到一定阶段的产物。从低等动物到高等动物再到人类，神经系统越复杂，大脑越发达，

心理活动也就随之越复杂越高级。科学实验和实际观察都证实，脑是心理活动的器官。古代人们认为心理是从心脏产生的，后来经过长期的观察，发现人在睡眠、觉醒或生病时，其心理活动的表现是不同的，但其心脏活动却同以往没有什么差异。可见，心理并不是由心脏产生的，而是与大脑的生理活动有关。临幊上也有人因脑外伤，甚至仅仅是颅内血肿，而导致记忆、情绪及其他方面的心理障碍。

17世纪法国哲学家勒内·笛卡尔认为，动物和人的一切不随意活动，都是自动实现的对外界刺激的反应。例如，手脚碰到灼烫或针刺时，会立即无意识地缩回来。笛卡尔把这种活动叫作反射，并认为反射是机械的，反射的发生受外界的影响。同时笛卡尔认为，人的感觉、思维是灵魂的活动，与反射无关。

科学地解释反射的概念，并使反射成为说明心理现象的基本原则的是近代俄罗斯生理学家伊万·米哈洛维奇·谢切诺夫和伊万·彼德罗维奇·巴甫洛夫。谢切诺夫在《脑的反射》一书中，把反射原则推广到脑的活动即全部的心理活动上。他认为，有意识和无意识的一切活动，就其发生方式而言，都是反射。谢切诺夫将脑的反射活动分为三个主要环节：一是开始环节，即外界刺激和它在感觉器官中引起的、由传入神经（内导神经）向脑传导的神经兴奋过程；二是中间环节，即脑中枢发生与传入的神经冲动相对应的神经过程和这一过程的主观表现——心理活动；三是终末环节，即神经过程由脑中枢沿传出神经（外导神经）传至效应器官，引起效应器官的活动，如动作、语言等。谢切诺夫认为各个环节是密切相连不可分割的。现代科学的研究又发展了反射学说，认为终末环节并不意味着终止。通常情况下，反应活动的情况又成为新的刺激，引起新的神经过程，返回传导至脑中枢，这就是反馈。有了反馈，人的活动才是完整连续的过程，这样更符合客观情况。巴甫洛夫对动物和人的反射活动进行了长期的科学的研究，并建立了高级神经活动学说，为科学地阐明心理现象和研究心理活动的生理机制奠定了基础。而信息加工理论则认为，反射的过程首先是传入神经向脑中枢输入信息，然后是脑中枢对传入的信息进行加工储存（表现为主观的心理现象），最后从脑中枢沿传出神经将信息传至效应器，即输出信息，引起效应器活动。一般情况下，效应器的反应活动又成为新的刺激，引起神经过程，新信息又返回传入脑中枢，于是就有了连续完整的心理活动。

由此可见，反射学说肯定了人的一切心理活动都是由外界刺激所引起，受客观现实的制约，如此便将心理现象纳入世界统一的、具有内在联系的各种现象之中，使心理活动与客观现实紧密地联系在一起。

19世纪以后，人们对脑的科学的研究逐渐发展，对脑的认识也越来越清楚。大量事实证明，脑是心理活动的器官。例如，完全被切除大脑皮层的狗，不能亲自摄食，不能躲避有害刺激。又如，当猴的大脑皮层枕叶被切除后，就会出现对光的反应失调；若是切除颞叶，则对声音的反应失调。再如，人的言语运动中枢（布洛卡区）受损，会出现“运动性失语症”（能听懂他人的讲话，自己却不能讲话），而言语听觉中枢（威尔尼克区）受损，则出现“听觉失语症”（听不懂他人的语言，自己讲话流利却无意义）。

现代科学的研究表明，人的各种心理活动与行为不仅直接依赖于大脑的特定部位，同时也是神经系统中各部分协同活动的结果。

二、心理是对客观现实的反映

脑是心理活动的器官，心理是脑的机能，这并不是说人脑本身就能产生心理现象。心理是人脑与客观现实相互作用的结果，是人脑对客观现实的反映。所谓客观现实是指不依赖于人的意志而独立存在的客观物质世界，包括自然和社会环境。

客观现实是心理的源泉。从内容看，心理是作用于人的客观现实的反映。这是因为人的心理活动是客观事物作用于人的感官所引起的人的高级神经活动。无论是简单的还是复杂的心理现象，其内容都可以在客观现实中找到其源泉。德国思想家、哲学家费里德里希·恩格斯认为，一切宗教都不过是支配着人们日常生活的外部力量在人们头脑中的幻想的反映，在这种反映中，人间的力量采取了超人间的力量形式。哪怕是人头脑中的鬼神等迷信观念，初看起来和客观现实没有任何联系，其实它是对自然界和社会力量的幻变与歪曲的反映。即使我们常说的创造，也往往是受原型的启发，而原型则是来源于客观现实的。例如，相传鲁班是从茅草割破手这一现象中得到启发而发明了锯子，瓦特发明蒸汽机是因为看见水蒸气冲开锅盖而受到启发的结果。可见人的心理活动离不开客观现实，客观现实是心理活动的源泉。人的实际生活不同，其心理活动也就有所不同。但心理活动与客观现实又有区别，心理作为对客观现实的反映具有观念性、主观性和能动性等特征。

（一）心理具有观念性

事物和事物映象是两个不同的东西。诚然，事物映象和它所反映的事物，就其内容来说非常相似，但事物的映象不等于事物本身，正如我们在镜子里看到自己的形象一样。物质是实在的，心理是事物的映象，所以心理具有观念性。

（二）心理具有主观性

对客观现实的反映，总是在一定时间、一定环境、一定的主体上进行的。同样的外部条件可以引起人们不同的主观映象，任何外界条件（客观现实）的作用，总是通过人们早先形成的心理特点及当时所具有的心理状态折射出来。不同的人甚至是同一个人，在不同的时期和不同的条件下，对同一事物的反映都可能不尽相同。正如谢切诺夫所指出的那样：各种心理活动，不管怎样简单，它总是人的全部过去和发展结果。例如在教育教学中，同一个班上所有学生都听同样的教师讲授同样的内容，但学生对教材的理解和掌握却各不相同，其知识的巩固和运用差异甚大；教师对所有学生提出相同的要求，但学生对这些要求的领会和执行情况也各不相同。可见，人对客观现实的反映往往不是简单地取决于眼前的事物，而是表现出一个个体独特的特点。由此可见，心理是客观现实的主观反映。

（三）心理具有能动性

人对客观现实的反映不是像镜子反映事物那样消极被动的。人对客观现实的反映是在人的实践活动中发生的，是在人作用于外界事物，完成各种活动、操作各种事物的过程中实现的。心理不仅受客观事物的影响，同时，还受个体主观形成的心理特征和所积累的知识经验的影响，会根据自身的需要反作用于客观现实，即积极地作用于周围的客观事物。心理的这种特征表明，心理是人脑对客观现实的主观映象，在这种反映中，外界事物的影

响是通过反映者主体的内部特点而折射出来的。

三、心理在实践活动中发生发展

心理对客观现实的反映，是通过人的实践活动而实现的。实践活动检验、校正心理对客观现实反映的正确性；同时，心理又可对主体的行为进行调节。

（一）实践活动是心理发生发展的重要条件

1. 心理的器官——人脑是在人的各种活动过程中发展成熟起来的

人并不是生来就具有一个成熟的大脑，缺乏人的正常实践活动，人脑就不能正常发育。例如，19世纪初，德国巴登大公国王子卡斯巴·豪瑟，由于宫廷内部斗争，从小被关在黑暗的地牢里，独自一人，每天仅凭供应的面包和凉水生活。到17岁被放出来时，他只会说几句话，目光呆滞，表情贫乏，明视觉差，暗视觉敏锐，智力低下如同幼儿。22岁他遇刺身亡时，解剖其大脑发现，其大脑很小，皮层的沟回萎缩，只有视觉区发展较为充分。

2. 人的一切心理现象都是在实践活动和人际交往中发生的

儿童是在自身的探究活动及与他人的交往中，逐步了解并掌握客观事物对自身的生存意义的。与此同时，人要顺利地完成各种活动，必须认识有关事物的特性，了解他人对自身的期望和要求，并以此来规范自身的行为，人的个性也就是在这样的过程中逐步形成和发展起来的。正是人从事的实践活动多种多样，才形成了人的各种不同的个性特征。许多事实证明，人的心理活动及心理能力的发展有赖于人的实践活动。例如，长期进行某一方面的特殊训练，就可以使脑的某一方面相应的反应能力充分提高（如炼钢工人能借助火焰颜色判断高炉的温度）。人的社会实践机会丧失，会导致人的心理发育受阻甚至心理发育异常。例如，1920年在印度加尔各答附近发现的两个在狼群中长大的孩子，由于没有人类的社会环境，她们身心的各个方面都受到抑制和阻碍。当她们被人们发现时，她们几乎不具有人的心理，既不会人的语言和思维，也没有人的情感和兴趣，其生活习性与狼一样。

3. 人的心理只能在实践活动中得以表现

如果一个人处在相对静止的状态，那我们就无法判断此人是否具有某一心理特点和能力。可见，实践活动是人的心理发生发展不可缺少的重要条件，个体的发展永远同个人所从事的实践活动相联系。

（二）人的心理对实践活动起着支配、调节的作用

一个人的外部行为往往受其认识、态度、动机、目的的支配。一个人的心理不仅在实践活动中形成，还在实践活动中表现，这种表现体现在对活动的支配和调节上。在现实生活中，各种活动的完成，都需要不断地把动作的结果同活动的最终目的相比较，并以此来调节动作，直至最后达到目的。其间有需要、动机的支配，也有各种感官的协调活动。

综上所述，就心理产生的生理基础而言，心理是人脑的机能，脑是心理的器官；就心理的内容而言，心理是对客观现实的反映，客观现实是心理的源泉；就心理的功能而言，心理支配、调节人的实践活动，实践活动又是心理发生发展的重要条件。



第三节

心理学发展历程概述

心理学有一个漫长的历史。人类很早就开始了对心理现象的探索。在我国的春秋战国时代和西方的古希腊时期，先哲们站在各自的哲学、社会政治立场上谈论着心理的本质及身心关系等问题，并为后世留下了宝贵的财富。但是心理学成为一门真正的科学，是19世纪末的事情，所以现代心理学的历史还很短暂。一百多年来，心理学的发展如鱼得水，朝气勃发，特别是在20世纪初以来形成了一个学派林立、百家争鸣的态势。

一、科学心理学的诞生

心理学作为一门独立的科学，从德国心理学家威廉·冯特于1879年在莱比锡大学建立世界上第一个专门研究心理学的实验室算起，至今已有一百多年的历史了。曾有人比喻，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。经生物学为媒介，哲学与生理学结合而诞生的新生儿，就是以后脱离传统哲学范畴、独立门户的心理学。因为独立门户的心理学是采用科学方法去研究问题的，所以有时称它为科学心理学。

二、哲学对心理学发展的影响

欧洲文艺复兴时期以后，对后来科学心理学的诞生产生重要影响的两位近代哲学家分别是法国的勒内·笛卡尔和英国的约翰·洛克。笛卡尔是二元论者，认为身和心是两种截然不同的本原。人的身体像一部机器，其结构和行动均可用机械原理来说明，因此他提出了反射的概念。而心则是自由的，是感知、思维和意志的主体。他认为，身和心可以互相影响，即所谓身心交感作用，身心交感地点在脑内的松果体。这就是笛卡尔的身心交感论。洛克是唯物的经验论者，他认为人的心灵是一块白板，一切观念都是从后天经验获得的。他把观念分为由感觉得来的观念和由反省得来的观念，并认为由感觉和反省得来的观念最初都是简单观念，许多简单观念经由心灵的结合而成为复杂观念，对此他提出联想的概念，从而为日后的联想心理学奠定了基础。

三、实验心理学对心理学发展的影响

实验心理学是应用实验方法即自然科学方法研究心理及行为规律的科学，有广义和狭义之分。广义的实验心理学是相对于人文取向的心理学体系，也叫科学心理学。19世纪中叶以前，人们是用思辨方法凭着经验研究心理现象的。那时，心理学不隶属于科学而隶属于哲学。19世纪中叶以后，冯特于1879年在莱比锡大学建立心理实验室，是应用实验方法研究心理学问题的开始。人们把这一年作为实验心理学诞生之年，同时它也标志着心理学脱离了哲学而成为一门独立的科学。狭义上来说，实验心理学是研究心理实验的基本理论、基本技术并介绍心理学各分支领域中实验研究成果的科学。

四、西方心理学发展过程中的主要流派

(一) 构造主义

冯特建立的实验心理学既标志着心理学作为一门独立的科学从哲学中分离出来，也标志着心理学上第一个思想学派——构造主义的开始。

冯特是德国的一位哲学家、生理学家和心理学家。他的学术活动开始是研究神经组织学，然后研究生理学、实验心理学，晚年研究社会心理学和哲学。1879年，他创建了心理学实验室，从世界各地招来学生，对感觉、知觉、注意、反应时间、联想等过程进行研究。后来这些学生大多分散在西方各国，从事实验心理学的工作。冯特的心理学体系，可见于他的主要心理学著作《生理心理学原理》。他认为，心理学是研究直接经验（意识）的科学。心理学的研究方法是实验内省法。所谓实验内省法，就是让被试报告自己在变化的实验条件下的心理活动，然后由心理学家考察被试经验中所引起的变化。冯特认为，经验可以分析为各种元素。心理学的任务是用实验内省法分析出意识过程的基本元素，发现这些元素如何合成复杂心理过程的规律。他认为，最简单的心理元素只有两类：一类是感觉和意象（意象是感觉之后大脑内相应的局部兴奋引起的），另一类是感情。所有复杂的心理都是由这两类心理元素综合而成的（像化学元素的化合那样）。因此，他的理论体系也被称为心理化学。

冯特的理论体系为他的忠实弟子英国心理学家爱德华·布雷福德·铁钦纳所继承和发展，铁钦纳把这种心理学理论体系命名为“构造心理学”。

构造心理学在心理学史上的积极意义在于使心理学摆脱了思辨的羁绊而走上了实验研究的道路，从而使心理学成为一门独立的科学。但是，这个学派所从事的“纯内省”的“纯科学”分析，严重脱离实际，并且清规戒律甚多，故遭到许多心理学家的反对而逐渐消失。

(二) 行为主义

行为主义是现代心理学中影响很大的一个学派，其创始人是美国心理学家约翰·华生。1913年，华生在《心理学论坛》上发表了名为《行为主义者所见的心理学》的论文，正式举起了行为主义的旗帜。在这篇宣言性的论文中，他提出，心理学是行为的科学，而不是意识的科学。心理学的研究对象是人类行为和动物行为，而较简单的动物行为比复杂的人类行为更具有根本性。他坚决反对冯特心理学的“意识”和“内省”这两个基本概念，认为只有直接观察到的东西才能成为科学的研究对象，只有客观的方法才是科学的方法，而“意识”不能直接观察，因而就不能成为科学心理学的研究对象；冯特的内省法不能提供客观的事实材料，因而不能作为科学心理学的研究方法。他主张只有从可观察到的刺激和反应方面去研究，心理学才能成为像生物学、物理学、化学那样的自然科学。“刺激-反应（S-R）”就是华生行为主义的模式，也是华生的行为主义观点的公式。他主张把人的心理彻底生物学化和动物学化，提出“人的行为和动物的行为必须在同一层面来



人物简介
“威廉·冯特”

考虑”。他特别重视行为的分子概念，即将行为看作许多生理细节的组合。华生认为，传统心理学中的意识、感觉、知觉、意志、表象等是一大堆无用的概念，应彻底摒弃，而代之以刺激、反应、习惯形成、习惯联合等概念。他认为，心理学研究的目的，是寻找预测和控制行为的途径。

华生的极端主张虽然没有被人们全盘接受，但是他所提倡的方向却在美国得到广泛的传播，从此行为主义就成为心理学中的一个重要派别而固定下来。虽然新行为主义与旧行为主义相比，不论在外表上和意向上都有很大的差别，但是仍然遵循着一个信条：对行为进行探讨，而无须涉及意识。

华生彻底否认人的主观世界，以生理反应代替心理现象，把动物和人等同起来，都看成是“有机的机器”，这显然与人们的常识相违背，是错误的。但是行为主义对心理学的发展也有一定的积极意义。华生竭力主张客观的研究方向，有助于心理学摆脱思辨的性质。他所强调的“刺激—反应”模式，容易对心理现象作数量上的描述。他收集的有关婴儿活动的材料，大部分也是可以肯定的。



人物简介
“约翰·华生”

(三) 格式塔心理学

格式塔心理学于 1912 年在德国诞生，后来在美国得到进一步发展。其创始人是德国心理学家马克斯·韦特海默、美籍德裔心理学家库尔特·考夫卡和美籍德裔心理学家沃尔夫冈·柯勒。

“格式塔”是德文“Gestalt”的音译，意为“完形”“样式”“结构”“组织”。格式塔心理学派是以似动现象的实验起家的。主持这个实验的是韦特海默，观察者是考夫卡和柯勒。实验用速示器将 A、B 两条发亮的直线先后投射在黑色背景上。两条线放映时间间隔过长，如间隔 2 000 ms 或 200 ms，观察者看到的是先后两条线出现；时间间隔过短，如间隔 30 ms，观察者看到的是两条线同时出现；如果时间间隔在 60 ms 左右，观察者便可以看到 A 线向 B 线移动，或只看见运动，没看见线。这叫似动现象，又称动景现象，与我们看电影时所见相同。他们认为，这种知觉显然是无法用感觉元素的联合来解释的。于是他们认为，每一种心理现象都是一个“格式塔”，都是一个“被分离的整体”。整体不等于部分的总和，整体不是由若干元素组合而成的，相反，整体先于部分而存在并且制约着部分的性质和意义。他们坚决反对对任何心理现象进行元素的分析，并把冯特的构造心理学称为“砖块和灰泥的心理学”。

那么，为什么每一种知觉都是一个“被分离的整体”呢？格式塔心理学家认为，这并不完全取决于外界事物，而是由于人脑中有一些力量把它们组织起来。当时，物理学中“场”的理论盛行，于是他们认为头脑中也有一个磁场，这个“场”中的力量分布就决定了人把外界的东西看成是什么样的。他们提出了知觉中的许多组织原则，试图解决“格式塔”的生理基础问题。

格式塔心理学家认为，学习和问题解决也像知觉一样，是通过整体进行的。韦特海默在其《创造性思维》一书中把格式塔原理应用于人类的创造性思维。他认为，学生在解决

问题时之所以产生迷惑不解，是由于没有把问题的细节方面与问题的整个情境结构联系起来考虑，一旦把问题看成一个有意义的整体，就会产生顿悟，问题也就解决了。

尽管格式塔心理学的理论基础是错误的主观唯心论，但该学派反复强调整体并不等于部分的总和，整体先于部分而存在并制约着部分的性质和意义的理论观点，则是正确的。此外，格式塔心理学家关于知觉的组织原则及学习和思维中的研究成果至今仍有积极的意义。

（四）精神分析学派

精神分析学派的创始人弗洛伊德是一位精神病学家。弗洛伊德把一个人的人格看成是由本我、自我和超我三个部分构成的系统。本我是人先天具有的，其唯一目的是消除或减轻机体的紧张以获得满足和快乐；超我是内化了的道德标准，竭力压抑本我的盲目冲动；自我介于两者之间，负责理智地调节本我、超我和外界三者的关系。一个人的精神状态就是人格的三个部分相互矛盾、冲突的结果。当自我能很好地平衡三者关系时，人格便处于正常状态；当自我失去对本我和超我的控制时，人就会产生各种焦虑。为了减轻焦虑，自我便发展出了各种无意识的防卫机制。在弗洛伊德看来，意识仅仅是人的整个精神活动中位于表层的一个很小的部分，无意识才是人的精神活动的主体，处于心理的深层。无意识是正在被压抑的或从未变成意识的本能冲动，它对人的精神和行为有着重大的影响，通过对失言、梦等现象的分析可以窥见其一斑。

弗洛伊德关于性本能有许多惊人的叙述。他认为，性欲是人的所有本能中持续时间最长，冲动力最强，对人的精神活动影响最大的本能。根据他的说法，人的性欲不是始于青春期，而是始于婴儿期，在性本能的整个发展过程中，人由爱自己（自恋情结）到爱父母（男孩的恋母情结和女孩的恋父情结），最后在青春期发展为异性相爱。弗洛伊德认为，婴儿或儿童对性感区（如口腔、肛门、性器官）的各种活动会因受到父母的管教而引起冲突，这样就会导致某种人格特征的产生。例如，根据他的说法，婴儿期由于过多或不足的口部满足，就会产生口恋型的性格，如强迫性大吃大喝者、抽烟者、健谈者、自私贪婪者等。他甚至认为，人类的一切创造都是追求性满足的无意识表现，精神病则是由于性欲过分受到压抑的结果。

弗洛伊德的这些观点，在其学派内部意见也不一致。例如，奥地利精神病学家、心理学家阿尔弗雷德·阿德勒宁愿强调自我，也不愿强调性欲作用。瑞士心理学家卡尔·古斯塔夫·荣格虽然仍使用“力比多（libido）”这个概念，但已排除其特定的性欲性质，指的是所有动机。而新弗洛伊德主义已不再特别强调性本能，而是从社会学的观点出发，强调人与人之间的文化关系。精神分析在西方心理学（如变态心理学、人格心理学、发展心理学）、精神医学和文艺创作中相当流行。

弗洛伊德把心理区分为意识和无意识，对心理的动力因素如需要、动机等方面的注意都是值得肯定的。但是，他把人的一切活动都归之于被压抑的性欲的表现，认为无意识决定着意识，甚至决定社会的发展，这显然是毫无科学依据的虚构。



人物简介
“西格蒙德·弗洛伊德”

(五) 人本主义心理学

20世纪50—60年代的美国，在社会物质文明快速发展的同时，也出现了各种社会问题，加之冷战的影响，给人们心理上造成了很大的压力。以美国心理学家卡尔·兰塞姆·罗杰斯和亚伯拉罕·马斯洛为代表的人本主义心理学家认为，这一切不安的根源在于缺乏对人的内在价值的认识。因此，他们提出，心理学家应该关心人的价值与尊严，研究对人类进步富有意义的问题，反对贬低人性的生物还原论和机械决定论。也就是说，他们既反对把人的行为归结为本能和原始冲动的弗洛伊德主义；也反对不管意识，只研究刺激和反应之间联系的行为主义。由于行为主义和精神分析是近代心理学两大传统流派，人本主义心理学又与它们有明显的分歧。所以，在西方，人本主义心理学被称为心理学的第三势力。人本主义认为，人有自我的纯主观意识，有自我实现的需要；只要有适当的环境，人就会努力去实现自我，完善自我，最终达到自我实现。所以人本主义重视人自身的价值，提倡充分发挥人的潜能。



人物简介
“亚伯拉罕·马斯洛”

(六) 认知心理学

自20世纪50年代以来，由于信息论、控制论、计算机科学和语言学等学科的发展，西方心理学家冲破了行为主义心理学的简单公式，转而研究认知心理学。一般认为，1967年，美国心理学家乌尔里克·奈瑟尔的《认知心理学》一书的出版标志着认知心理学的正式产生。这本书第一次采用了认知心理学这个术语，提出了认知心理学的基本理论。认知心理学主要研究人类认知的信息加工过程。

认知心理学家采用信息加工观点，把人看作信息加工系统，通常用模型来表示人类心理过程和结构的某些主要方面。认知心理学中一种十分流行的模型是由四个主要成分，即感觉系统、记忆系统、控制系统和反应系统构成的，每个系统与其他系统相联系执行着某些操作。感觉系统接收环境提供的输入信息，并对刺激的基本特征加以抽取和组合。已编码的物理刺激进入记忆系统，与记忆中的信息相比较、相匹配。记忆一般分为两种：工作记忆（也称短时记忆）和长时记忆。工作记忆只对有限数量的信息进行集中注意的加工。长时记忆是一个巨大的信息储存库，存储着我们一生中习得的各种经验。控制系统决定着一个系统怎么发挥作用，主要处理目标和达到目标的计划，决定目标的先后次序，监督当前目标的执行。反应系统控制着人这个信息加工系统的全部输出，从运动动作到言语和表情。上述四个系统都以不同的方式相互作用着。来自环境的信息通过相应的感觉系统的加工达到长时记忆，但它是否能存入长时记忆则依赖于它是否受到工作记忆的加工，这种加工又依赖于控制系统的当前目标。同时，记忆系统也为控制系统所安排的优先目标提供输入，控制系统的状态会导致采取什么行为反应的决策。这种信息激活反应系统的输出又成为环境刺激的一部分，向感觉系统提供输入。

认知心理学家通过把人比作计算机，建立起信息加工的认知理论。这种类比有一定的合理性，但也有局限性。因为人不仅是信息的传感器，还是信息的发生器。人能辨认出以

前从未提出过的问题，创造出新的概念和理论，制订出新的行动计划。即使是最高级的计算机也无法具有人脑意识活动的主观能动性、社会性及以自我意识为核心的主观世界。在将电脑和人脑的信息加工进行类比时，这个问题应当加以注意。

（七）后现代心理学

后现代心理学是由持相近观点的心理学家及其他社会科学家汇集而成的一种新的心理学研究趋势。它产生于 20 世纪 80 年代中后期，是后现代文化思潮的产物，是在对科学心理学批判和解构的过程中逐渐形成和发展起来的。

在研究方法上，后现代心理学反对实证方法的霸权，主张心理学研究应该采用多元的思维方式、多视角地看问题，研究方法应该多元化，对现象学、释义学、文学评论等诸家学说兼收并蓄。后现代心理学关注社会发展和时代潮流，反对科学心理学把人视为机器的物化研究模式，重视对人的高级心理现象的研究；主张心理学应偏重人的思维、创造性、人际关系、共存意识等高级心理活动。他们呼吁心理学应该与伦理学、社会学、教育学、艺术学、文学相接触，以成为能够解决复杂的社会问题、指导人的发展、促进人际和谐的充满生机与活力的科学。后现代心理学为心理学的研究和发展打开了新的视界，增添了新的研究方法和思路。但是，由于起步较晚，它的存在前提、理论构想和发展前景等都没有达成共识，也没有形成完善的体系。尤其是它对科学心理学不加甄别地全盘否定，是从一个极端走向了另一个极端。

综上所述，心理学的发展史上曾经出现过许多有分歧的观点，且都曾一度兴盛，但学派之争是心理学发展的必经之路。值得注意的是，由于前人所处的社会环境和自然环境各不相同，个人的知识局限及时代背景决定了他们的观点必然存在着片面性。即使在一个完全开放的环境，人都不可能完全认识这个世界、发现全部真理，更不用说这些还受历史及个人等很多因素制约以及心理现象本身复杂性限制的情况了。

五、中国心理学的发展

严格意义上的心理学在中国起步较晚。在很长的一段历史时期里，中国没有心理学专著，大量的心理学思想只能散见于诸多哲学家、思想家和教育家的著作之中。直到 19 世纪末 20 世纪初，西方心理学才开始被介绍到中国来。在心理学的传播上，一批留美和留日学者起了重要的桥梁作用。

1917 年，北京大学首次建立了心理学实验室，这标志着中国现代心理学的开始。1918 年，陈大齐出版《心理学纲要》；1920 年，南京高等师范学校（今东南大学前身）建立了中国第一个心理学系；1921 年，中华心理学会在南京正式成立；1922 年，中国心理学家张耀翔编辑出版了《心理》杂志，这是中国第一本心理学专业杂志。这一切都标志着中国有了自己的心理学组织，并开始培养心理学的人才。

此后，现代心理学的许多流派开始被介绍到中国，一些在海外学习的中国留学生开始进行一些重要的实验研究，如哺乳动物行为发生和发展研究、汉字心理研究、智力及其测验研究、阅读中文时的眼动研究、比奈-西蒙量表的修订等。

1949 年，中华人民共和国成立以后，心理学的发展进入了一个新的时期，但其发展的

道路是很曲折的。中华人民共和国成立初期，随着国家社会政治和经济的根本变革，心理学也面临着改造的任务。此时，心理学主要以介绍和引进苏联的心理学为主，是在辩证唯物主义和巴甫洛夫学说的基础上改造心理学。其间心理学发展表现在：成立中国心理学会筹备委员会，北京大学哲学系设立心理学专业，出版大量心理学译著。

20世纪70年代以来，中国心理学工作者到国外学习和进修，国外优秀心理学家被请到中国访问、讲学，这为中国迅速了解世界各国心理学的发展趋势，赶上世界学科发展水平，起了十分重要的作用。近几十年来，中国心理学家在许多重要领域开展了系统的研究。例如，视觉领域中视觉早期加工的拓扑理论研究；结合汉字的特点，探讨汉语词汇表征和加工特点；结合中国儿童特点进行思维和智力发展的研究；教育、教学中的一系列心理学问题研究；在心理测量学、工程心理学、医学心理学、社会心理学、生理心理学、咨询心理学等领域进行了大量有价值的研究。中国心理学家与世界各国心理学家建立了广泛的合作与联系。1980年，国际心理科学联合会正式接纳中国为会员国。近些年来，中国心理学界已经拥有了一大批年轻有为的心理学家，心理学作为重要的基础学科之一，已被列为国家重点发展学科之一。

经过多年的努力，中国心理学发展呈现好的态势：一是国际化水平逐渐提高。2004年，在北京召开第28届国际心理学大会之际，我国心理学界集中展示了一批在国际心理学术前沿领域中的研究成果，吸引了国际学者的目光。二是本土化特色日益突出。中国心理学的本土化也称为心理学的中国化，是指起源于西方文化的现代心理学通过吸取中国文化思想精华，走向健康发展的科学之路。我国各领域的心理学在研究思路、研究对象和研究手段等方面摆脱了西方文化思维方式的消极影响，积累了反映中国人心理特征的素材，形成了代表中国文化的心理学理论。三是应用研究明显增多。应用研究的一个突出特点就是对现实社会生活的关注。能否紧跟时代潮流，服务社会发展趋势，是衡量一个学科应用研究水平高低的重要标志。四是重视前沿研究。2018年5月，上海脑科学与类脑研究中心在张江实验室成立，标志着“中国脑计划（China Brain Project）”正式拉开序幕，它是世界科学前沿的研究领域。根据当前的发展状况和可能的影响因素，有专家预测2035—2050年中国心理学的发展可能呈现以下趋势。

（1）心理健康关注的普及。随着心理健康问题的增加，人们对心理健康问题的重视程度进一步提高。心理学将逐渐被大众接受，心理健康咨询和心理治疗的需求也将大幅增加。

（2）跨学科研究的增加。心理学将更多地与其他学科进行合作，如神经科学、计算机科学、人工智能等。跨学科研究将为心理学的发展带来新的理论和方法。

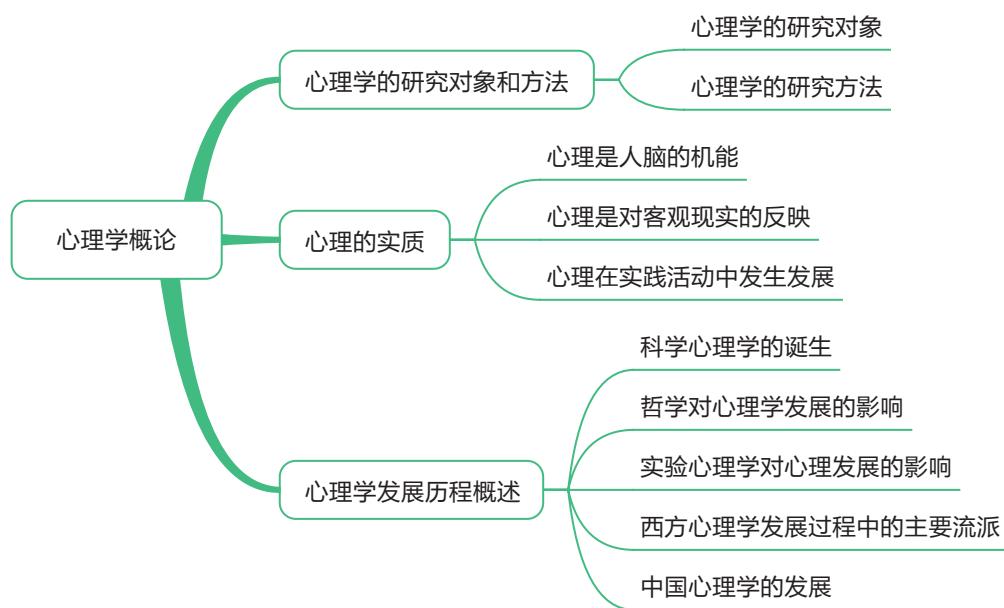
（3）科技在心理学研究中的应用。随着科技的进步，虚拟现实、人工智能和大数据等技术将被应用于心理学研究和治疗实践中。这些技术将为心理学研究提供更多的数据和实验条件，促进理论的深入和实践的创新。

（4）网络心理学的发展。随着互联网的普及，网络心理学将成为一个重要的研究领域。人们在网络上的言论和行为将成为心理学研究的重要对象，网络心理治疗也将逐渐被广泛接受。

（5）心理学教育的推广。心理学教育将在中小学阶段得到更多的关注，心理健康教育

将成为学校教育的重要组成部分。同时，心理学专业的培养和发展将得到加强，心理学人才的数量和质量也将得到提高。

本章小结



课后巩固练习

1. 心理学的研究对象是什么？
2. 心理过程指的是什么？
3. 个性心理包括哪些内容？
4. 观察法、调查法和实验法各自的优缺点是什么？
5. 如何理解心理是人脑的机能？
6. 西方心理学的主要流派有哪些？

感悟与提升

1. 如何结合心理过程和个性心理更准确地认识自我？
2. 心理是人脑的机能，心理出现问题就是大脑发生器质性改变吗？



拓展阅读



扫一扫 学一学