

第一章 绪论	/ 1
第一节 心理学的研究对象和内容	/ 1
第二节 心理学的产生与发展	/ 5
第三节 心理学的任务和意义	/ 13
第四节 心理学的研究方法	/ 16
第二章 心理的实质及其发展	/ 22
第一节 心理的实质	/ 22
第二节 个体心理发展	/ 33
第三章 注意	/ 42
第一节 注意的概述	/ 42
第二节 注意的分类	/ 45
第三节 注意的品质	/ 49
第四节 注意规律在教学中的应用	/ 54
第四章 感觉和知觉	/ 60
第一节 感觉和知觉的概述	/ 60
第二节 感觉和知觉的分类	/ 63
第三节 感觉和知觉的规律	/ 70
第四节 感知觉规律在教学中的应用	/ 78
第五章 记忆	/ 83
第一节 记忆的概述	/ 83
第二节 记忆过程及其规律	/ 88
第三节 记忆规律在教学中的应用	/ 97
第六章 思维与想象	/ 103
第一节 思维的概述	/ 103
第二节 解决问题的思维过程	/ 111
第三节 想象	/ 116
第四节 思维规律在教学中的应用	/ 119

第七章	情绪和情感	/ 125
第一节	情绪、情感的概述	/ 125
第二节	情绪、情感的规律	/ 130
第三节	情绪的理论	/ 136
第四节	情绪、情感规律在教育中的应用	/ 138
第八章	意志	/ 146
第一节	意志的概述	/ 146
第二节	意志的心理成分	/ 150
第三节	意志品质及其培养	/ 156
第九章	需要和动机	/ 163
第一节	需要	/ 163
第二节	动机	/ 167
第三节	学习动机	/ 169
第四节	学习动机理论	/ 173
第五节	学习动机的培养与激发	/ 178
第十章	能力	/ 184
第一节	能力的概述	/ 184
第二节	智力结构理论	/ 187
第三节	能力的个别差异与测量	/ 190
第四节	能力的形成与培养	/ 198
第十一章	气质和性格	/ 206
第一节	气质与性格的概述	/ 206
第二节	气质、性格的分类与测量	/ 215
第三节	性格的形成和培养	/ 224
第十二章	自我意识	/ 230
第一节	自我意识的概述	/ 230
第二节	中小學生自我意识的形成与发展	/ 235
第三节	中小學生自我意识的完善	/ 240
第十三章	学习心理	/ 245
第一节	学习的概述	/ 245
第二节	知识的学习	/ 248
第三节	动作技能的学习	/ 258

第四节	品德的学习	/ 263
第五节	学习迁移	/ 270
第十四章	教学心理	/ 279
第一节	教学设计	/ 279
第二节	课堂管理	/ 291
第三节	教师心理	/ 301
第十五章	中小学校心理健康教育	/ 317
第一节	心理健康的概述	/ 317
第二节	中小学生常见的心理问题	/ 325
第三节	学校心理辅导	/ 333
参考文献		/ 341

王老师从事公共心理学课程的教学很多年了，在生活中不时被问到所教的学科，听到了一些人对心理学的猜测。如十几年前刚参加工作被问到教什么课时，对方一听说是心理学，马上会说“你知道我现在心里想什么吗？”“你会算命看相吗？”……而最近几年被问到教什么课时，得知是心理学后，对方又会说“你是心理医生吗？”“会治疗精神病吗？”等。以上说法，反映了人们对心理学研究对象以及学科性质的认识。但以上的说法对吗？心理学到底是一门什么性质的学科？主要研究哪些内容？有何作用？可应用于哪些领域？如果你是王老师，你该如何回答或解释这些问题。其实，这些问题是心理学的基本问题，也是学习心理学首先应该明确的问题。

[本章提要]

1. 心理学的研究对象
2. 心理学的研究内容
3. 科学心理学产生的标志
4. 心理学发展中的主要派别
5. 心理学发展中的主要分支学科
6. 心理学常用的研究方法

第一节 心理学的研究对象和内容

任何一门学科都有其独特的研究对象，心理学也不例外。心理学是研究心理现象的学科，心理现象包括心理过程和个性心理两个方面。

一、心理学的研究对象

心理学是一门人类对自身认识的学科之一。

“心理学”(Psychology)一词，来源于希腊语中的“灵魂”(Psyche)和“学问”(Logos)，意思是关于灵魂的学问，这可以说是对心理学的最早定义。最早系统论述心理学思想的著作是古希腊哲学家亚里士多德所著的《论灵魂》。16世纪文艺复兴后，随着近代哲学心理学的兴起，心理学被定义为“对人的心理的研究”，但仍属于哲学思辨。19世纪以后，由于物理、化学和生物学的发展，一些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，心理学才从哲学中分离出来，成为一门独立的学科，但各国学者对心理学的界定也是各执一词。直至 20 世纪 80 年代，人们对心理学的界定才逐渐达成了共识，即心理学是研究心理现象和行为的学科。

到目前为止，经过各国心理学家的共同努力，心理学已发展成为一门内容丰富、研究范围广泛并有自己独特研究对象的学科。从刚出生的新生儿到老人，社会中各职业、各阶层的人，甚至行为异常的人，都可以成为心理学研究的对象。从简单的个体行为到复杂的群体活动，从外显的行为到内隐的行为，都是心理学关注的范围。除了人类之外，心理学家还研究动物，如狗、猫、鸡、白鼠、鸽子、黑猩猩等都是心理学的研究对象。

总之，心理学是研究心理现象（或心理活动）和行为的学科。心理现象不仅人有，动物也有。我们这里讲的是人的心理现象。心理现象是精神的东西，通常通过人的行为表现出来。心理学在研究心理现象时就需要研究受心理支配的行为。因此，心理学是一门研究心理现象及其与行为的关系的学科。它揭示心理现象及其变化发展的规律，并对它们进行科学的解释。

专栏 1-1

心理学知识知多少

下面列举了一些日常生活中常见的现象，请你尝试做做，看看你对心理学知识了解多少？

1. 学生喜欢某教师，也喜欢上他（她）的课。（是 否）
2. 教师不能无视学生在课堂上故意捣乱的行为。（是 否）
3. 学习成绩优秀、喜欢读书的孩子，其体能和社交能力都较差。（是 否）
4. 教师有责任主动帮助那些成绩较差的学生完成功课。（是 否）
5. 焦虑不能帮助学生在课堂上更好地完成学习任务。（是 否）
6. 人看到杨梅会分泌唾液。（是 否）
7. 拿人家的手短，吃人家的嘴软。（是 否）
8. 眼见一定为实吗？（是 否）

二、心理学的研究内容

心理现象丰富多彩，表现形式多种多样，恩格斯曾称之为“地球上最美的花朵”。心理学家通常将心理现象分为两个方面：一是心理过程，它探讨人的心理的共同性；二是个性心理，它探讨人的心理的差异性。（见图 1-1）

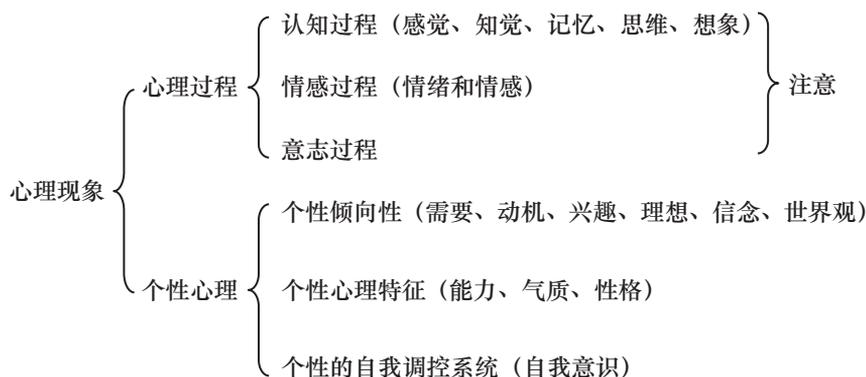


图 1-1 心理现象的结构

(一) 心理过程

心理过程是指人的心理活动发生、发展的过程，具体而言，是指在客观事物的作用下，在一定的时间内个体反映客观现实的过程。心理过程包括认知过程、情感过程和意志过程。

认知过程是人的最基本的心理过程，包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等过程。

感觉是个体对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映。比如我们看到的颜色、听到的声音、闻到的气味、尝到的味道、触摸到物体的软硬或冷热等，都属于最简单的认识过程——感觉。通过感觉我们并不能了解在我们眼前的事物是什么。知觉是个体对直接作用于感觉器官的客观事物的整体属性的反映。通过知觉我们就能够知道在我们眼前的事物是牡丹花还是菊花，听到的声音是汽车的声音还是刮风的声音。人们不仅能感知当前的事物，而且感知过的事物能够在头脑中留下痕迹，当该事物再次出现时能够认出来，没有出现时能够回忆起来，大脑的这种保持经验的功能就是记忆。人不仅能反映事物的外部属性，并将这种痕迹保持下来，而且能反映事物的本质属性和联系。例如，气象学家根据云图预测未来几天内的天气变化，教师根据学生的言行了解其内心世界，这类心理活动过程是思维。另外，人还能对感知、记忆过的事物进行加工改造，形成全新的事物形象。例如，鲁迅塑造的阿Q、祥林嫂的典型形象，没有去过草原的人根据书中的描述在头脑中出现“风吹草低见牛羊”的草原形象，这类心理活动的过程叫作想象。想象是人脑对已有表象加工改造形成新形象的过程。

人在认识客观事物的过程中，不可能是无动于衷的，总会产生一定的体验。例如，亲人离去产生的悲痛，工作被误解引起的愤怒，对道德模范的敬慕等，这些在认识基础上产生的体验就是情绪和情感。

在工作和生活中，人不可能是一帆风顺的，总会遇到这样或那样的困难，一些人能知难而进，克服困难，不达目的不罢休，这就是意志过程。

在人的各种心理活动中，还伴随着一种心理状态，这就是注意。注意是一切心理活动的开端，并伴随着心理活动的进行。只有注意了，才有人的感知、记忆、思维等心理过程的发生。

认知过程、情感过程和意志过程虽然是心理过程的不同方面，但它们之间是相互联系、相互制约的。其中，认知过程是情感过程和意志过程产生的基础；只有对客观事物有了一定的认知，才能引起一定的情绪和情感，才有可能在进行意志行动时正确地确定自己的目的，选择实现目的的途径。此外，情绪、情感和意志又对认知过程有重要的影响。积极的情绪、情感和意志，能推动认知过程的深入进行；消极的情绪、情感和意志对认知过程具有阻碍的作用。可以设想，一个缺乏热情和坚强意志的人，是不可能完成复杂的认知活动的。

同样，情绪、情感和意志之间也是相互影响的。积极的情绪和情感可以提高人的活动积极性，成为意志行动的动力；消极的情绪和情感会降低人的活动积极性，削弱人的斗志，妨碍意志行动的进行。意志坚强的人可以控制消极的情绪、情感，不畏困难，在逆境中干出一番事业来；如果一个人意志薄弱，他就会被消极的情绪、情感所左右，最终将一事无成。

（二）个性心理

心理过程是人们共同具有的心理活动，但由于每个人先天素质和后天环境的不同，心理过程在每个人身上体现时又会表现出差异性，从而形成了每个人的个性。个性是一个人在活动中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。个性心理包括三个方面：个性倾向性、个性心理特征和个性的自我调控系统。

个性倾向性是指一个人所具有的意识倾向，是人从事活动的基本动力，也是个性中最为活跃的因素。个性倾向性主要表现在对认识和活动对象的趋向性与选择性上，包括需要、动机、兴趣、理想、信念、世界观等方面。

个性心理特征是在个体身上表现出来的本质的、稳定的心理特点，包括能力、气质和性格。个性心理特征体现着人的心理鲜明的差异性。例如，有的人有音乐特长，有的人擅长写作，有的人记得快忘得慢，有的人则记得慢忘得快，这是能力上的差异。有的人活泼好动，有的人沉默寡言，有的人独立，有的人顺从，有的人大方真诚，有的人自私虚伪，这些是人在气质和性格方面的差异。

个性的自我调控系统是以自我意识为核心，自我意识是个体对自己的态度和认识，体现着个体的成熟度。自我意识包括自我认识、自我体验、自我评价、自我监控与调节等成分。

个性心理的三个方面是相互影响的，构成一个以个性倾向性为方向，以个性心理特征为表现，以自我意识为调控的有机的个性心理的整体。

心理过程和个性心理是密切联系与互相影响的。个性心理是通过心理过程形成的，个性心理形成后又制约着心理过程的进行和发展，并在心理活动中表现出来。正是由于心理过程和个性心理的相互依存、相互制约，才形成了一个人完整的心理面貌。

第二节 心理学的产生与发展

心理学作为一门独立的学科只有 100 多年的历史，但思想和实践却有 2000 多年的历史。早在 2000 多年前，在中国古代和古希腊的哲学家、思想家的论著中就有了丰富的心理学思想。但直到 1879 年，心理学才成为一门独立的学科，开始了蓬勃发展的历程。

一、早期的心理学思想

心理学在我国作为一门学科是由西方传入的，但是，我国古代思想家早就有过许多关于心理问题的论述。

专栏 1-2

孔子的发展与教育心理学思想

学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？人不知而不愠，不亦君子乎？

吾十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。

学而不思则罔，思而不学则殆。

吾非生而知之者，好古敏以求之者也。

知之者不如好之者，好之者不如乐之者。

中人以上，可以语上也；中人以下，不可以语上也。

其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。

资料来源：孔子《论语》

在我国古代先秦时期的著作中就蕴涵有知、情、意起源的心理学思想。例如，《尚书·洪范》篇提出的“五事”说，就论及认识过程的两个阶段，目明耳聪属感知，思睿即思虑。《左传·昭公二十五年》中明确地把情感划分为六种，即好、恶、喜、怒、哀、乐，并认为是由六气（阴、阳、风、雨、晦、明）的影响产生的。《易经》中则有对意志品质，如有恒、节制等的描述。

一些思想家还认识到了心理活动是身体的一种机能，物质与心理是不可分的，先有物质的身体，后有心理活动，情感、智慧等心理活动是身体的机能。战国时期的荀况提出“形具而神生，好恶喜怒哀乐臧焉”，认为先有身体而后有心理，心理依附于身体。东汉时的王充认为精神为血脉所生，“人死血脉竭，竭而精气灭”。魏晋南北朝时期的范缜在《神灭论》中进一步指出：“形者神之质也，神者形之用也。形存则神存，形谢则神灭。”就是说，物质的身体是主体，而精神只是物质的身体的作用，是从属于物质的身体的，身体死亡了，精神也就必然随之消亡。

我国医学界早就认识到心理与脑的关系。《黄帝内经·素问》中提出：“诸髓者，皆

属于脑。”著名医学家李时珍(1518—1593)提出了脑为“元神之府”“泥丸之宫”“神灵所集”的论断,认为脑是高级神经中枢活动的地方,是脑神经所在处,它聚集着人的精神。

西方心理学思想源远流长,可以追溯至古希腊时代。亚里士多德所著的《论灵魂》被认为是历史上第一部论述心理的专著。在《论灵魂》中,灵魂被看作生活的动力、生命的原理,是身体存在的形式。他把心理功能分为认知功能和动求功能:认知功能包括感觉、意象、记忆、概念等过程;动求功能包括感情、欲望、意志、动作等过程。亚里士多德的这些思想影响到后来心理学的发展,对当代的心理学思潮也有重要的影响。

在欧洲,以德谟克利特为代表的唯物主义者认为,人的心理像整个自然界一样,是物质的。灵魂是由原子组成的,只不过比组成肉体的原子更加精细而已。人的死亡不是指灵魂离开肉体,而是肉体原子和灵魂原子的自然分离。

笛卡尔从二元论的哲学观点出发,提出了身心交感论,首先用“反射”概念来解释人体的活动,这对发展唯物主义心理观产生了很大的影响。

二、科学心理学的产生

19世纪末心理学成为一门独立的学科,既有早期哲学思想的影响,又有生物学、生理学发展的科学背景。

(一) 哲学对心理学的影响

近代哲学为西方现代心理学的诞生提供了理论基础,对现代心理学的诞生产生重要影响的哲学家有法国的笛卡尔和英国的洛克。

笛卡尔的心身二元论观点认为,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,并提出了反射的概念;而心是自由的,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腺。

洛克倡导经验主义,认为人的心灵犹如白板,上面没有任何痕迹,一切观念都是从后天经验获得的。他把观念分为两种,由感觉得来的观念和由反省得来的观念,并认为这两种观念最初都是简单观念,许多简单观念通过心灵的结合而成为复杂观念。由此提出了联想的概念,为后来的联想心理学奠定了基础。这两个哲学思潮对后来科学心理学的发展,从内容到思想方法上都产生了极大的影响。

(二) 生物学对心理学的影响

1859年,英国生物学家达尔文发表了《物种起源》一书,提出了生物进化论。他认为世界上现存的一切生物的状态特征都是经历数百万年长期进化演变而来的,种类间的差异是由不同的遗传所致,同一种类内的个体差异则主要是由适应环境所致。达尔文生物进化论的很多观点,如遗传、环境、适应、个体差异等,都成了后来科学心理学研究的重要主题。

此外,达尔文著的《人类的起源及性的选择》和《人与动物的表情》两部著作着重

探讨了人与动物心理的相似性，对后来的比较心理学、儿童心理学及情绪心理学的发展产生了重要的影响。1877年，达尔文发表了《一个婴儿的生活简史》，是他对自己的一个孩子的观察记录，是一项系统自然观察的典范，对促进儿童心理学的发展有着重要作用。

（三）生理学对心理学的影响

生理学对现代心理学的影响主要体现在方法上。19世纪德国三位生理学家的研究极大地影响了心理学的产生。

柏林大学教授繆勒提出的神经特殊能量说认为，人类对外界刺激之所以产生感觉，之所以能够辨别，完全是依赖于各种不同神经传导所发生的特殊能量所致。他还提出了大脑功能分区和神经细胞之间由电化作用产生神经冲动的理论。

赫尔姆霍兹对人的颜色视觉进行了深入的研究，他认为，在人的视觉神经系统中，存在着感受红、绿、蓝三种不同光波的感受器。继视觉研究后，赫尔姆霍兹又研究了听觉现象，并于1863年提出了听觉共鸣说。他认为听觉是由声音的不同频率与耳蜗内基底膜上相应的神经纤维发生共鸣而产生的。赫尔姆霍兹所提出的色觉理论与听觉理论，迄今仍是心理学上解释色觉与听觉现象重要的基本原理。

费希纳也是一位对科学心理学的诞生有重大影响的生理学家，首创用实验的方法将物理刺激的变化转化为心理经验的过程，发现了物理量与心理量间的函数关系，为后来的心理物理学的发展奠定了基础。

哲学、生物学以及生理学的影响促使哲学的心理学独立而形成科学的心理学。1879年，德国的哲学家、心理学家冯特在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室，标志着科学心理学的诞生。冯特对感觉、知觉、联想和情感等进行了系统的实验研究，并创办了报道实验研究结果的《哲学研究》杂志，出版了第一部心理学专著《生理心理学纲要》，对心理学作出了开创性的贡献。

三、心理学发展中的主要派别

心理学成为一门独立学科后，人们围绕着心理学的研究对象、任务、方法展开了争论，并由此产生了不同的思想和学派。

（一）构造主义

构造主义产生于19世纪末，冯特开创的实验心理学既标志着心理学作为一门独立的学科从哲学中分离出来，也标志着构造主义的开始。冯特探讨意识结构的理论体系为他的弟子铁钦纳所继承和发展，并把这种心理学理论体系命名为构造心理学。

构造主义认为，心理学应该研究人的意识经验，意识经验由感觉、意象和感情三种元素结合而成。感觉是知觉的基本元素，意象是观念的元素，感情是情绪的元素。心理学的任务是



冯特(1832—1920)

用实验内省法分析出意识过程的基本元素，并发现这些元素如何合成复杂心理过程的规律。

构造心理学使心理学摆脱了思辨的羁绊，走上了实验研究的道路，成为一门独立的学科。但是这个学派从事的“纯内省”和“纯科学”的分析，严重脱离实际，又羁绊了心理学的发展。

（二）机能主义

机能主义是与构造主义相对立的一个学派，产生于19世纪末的美国，由美国心理学家詹姆斯和杜威等人创立。机能主义也主张研究意识，但是，他们不把意识看成个别心理元素的结合，而看成川流不息的过程。如果说构造主义强调意识的构成成分，机能主义则强调意识的作用与功能。他们反对把心理学只看作一门纯科学，重视心理学的实际应用；反对把心理学局限于对正常人一般心理规律的探索，主张把心理学的研究范围扩大到动物心理、儿童心理、教育心理、变态心理、差异心理等领域。

20世纪以来，美国心理学一直比较重视心理学在教育领域和其他领域的应用，这与机能主义的思潮是分不开的。

（三）行为主义

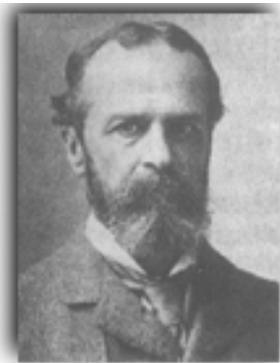
行为主义产生于1913年，创始人是美国心理学家华生。1913年，华生发表了论文《行为主义者心目中的心理学》，标志着行为主义的产生。华生指出，心理学是行为的科学，而不是意识的科学。反对冯特心理学的意识和内省这两个基本概念，认为只有直接观察到的东西才能成为科学研究的对象，只有客观的方法才是科学的方法。他主张只有从可观察到的刺激和反应方面去研究，心理学才能成为像生物学、物理学、化学那样的自然科学。行为主义把刺激—反应(S—R)作为解释行为的公式，认为心理学研究的目的是寻找预测和控制行为的途径。

新行为主义与旧行为主义相比，虽有一些不同的主张，但仍然遵循着对行为进行探讨的理念。如托尔曼将S—R变成了S—O—R，在刺激和反应之间引进了认识、期望、目的等作为中间变量。斯金纳坚持反对任何形式的内因论，拒绝中间变量，认为强化和改变行为的主要动力是有机体“操作”环境的结果。

行为主义坚持客观研究法，面向生活，对心理学走上客观研究的科学道路起到了积极作用，促进了心理学的广泛应用和程序教学的开展。

（四）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的发展。主要代表人物



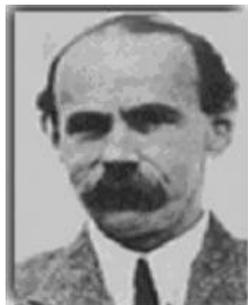
詹姆斯(1842—1910)



华生(1878—1958)

有韦特海默、苛勒和考夫卡等人。

格式塔心理学在知觉、学习、思维等方面开展了大量的实验研究。在格式塔心理学家看来，学习就是知觉的重新组织。这种知觉经验变化的过程不是渐进的尝试与错误的过程，而是顿悟。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，是因为他们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。格式塔心理学重视整体的观点和各部分之间的联系以及创造性思维，具有辩证法的因素，为以后知觉心理学和学习心理学的发展提供了重要的理论基础。



韦特海默 (1880—1943)

(五) 精神分析

精神分析产生于1900年，是由奥地利精神病医师弗洛伊德创立的一个学派。它的理论主要来源于治疗精神病的临床经验。该学派重视异常行为的分析，强调心理学应该研究潜意识(无意识)现象。

弗洛伊德认为，人的心理可以分为两部分：意识与潜意识。潜意识不能被本人所意识，它包括原始的盲目冲动、各种本能以及出生后被压抑的动机与欲望，它在人的精神生活中起着巨大的作用。他强调潜意识的重要性，认为性本能是人的心理的基本动力，是摆布个人命运和决定社会发展的永恒力量。弗洛伊德在坚持潜意识和本能论的前提下，又将人格分为本我、自我与超我三部分。其中，本我与生俱来，遵循快乐原则；自我处于本我与外部世界之间，对本我进行控制与调节，遵循现实原则；超我是“道德化了的自我”，包括良心与理想两部分，主要职能是指导自我去限制本我的冲动。三者通常处于平衡状态，平衡被破坏，则导致精神病。



弗洛伊德 (1856—1939)

精神分析重视潜意识与心理治疗，扩大了心理学的研究领域，并获得了某些重要的心理病理规律。20世纪30年代中期，以沙利文、霍妮、弗洛姆为代表的一批心理学家开始反对弗洛伊德的本能说、泛性论和人格结构论，强调文化背景和社会因素对精神病的产生与人格发展的影响，在美国形成了新精神分析学派。

(六) 认知心理学

认知心理学始于20世纪50年代中期，60年代后迅速发展。1967年，美国心理学家奈瑟《认知心理学》一书的出版，标志着认知心理学已成为一个独立的学派。

认知心理学有广义、狭义之分，广义的认知心理学是指凡是研究人的认知过程的都属于认知心理学。狭义的认知心理学，也



奈瑟 (1928—)

就是信息加工心理学，是指用信息加工的观点和术语，通过与计算机相类比，用模拟、验证等方法来研究人的认知过程。信息加工心理学认为人的认知过程就是信息的接受、编码、储存、交换、操作、检索、提取和使用的过程，并将这一过程归纳为四种系统模式：即感知系统、记忆系统、控制系统和反应系统。

认知心理学强调，大脑中已有的认知结构对人的行为和当前的认知活动起决定作用，并力求通过计算机模拟等方式发现人们获取和利用知识的机制，从而认识人类的认知活动规律。

现代认知心理学在研究方法上也有所突破，除了应用心理学的一般研究方法外，还发展了自己特有的一些研究方法，如反应时记录法、口语报告法、计算机模拟等。

目前，认知心理学的研究越来越深入，与计算机科学相结合产生了人工智能，与神经科学的结合产生了认知神经科学。这些研究有望成为 21 世纪心理学发展的主流。

（七）人本主义心理学

人本主义心理学产生于 20 世纪 50 年代末 60 年代初，主要代表人物是马斯洛和罗杰斯。人本主义心理学家认为，心理学应该探讨的是完整的人，而不是把人的各个从属的方面割裂开来加以分析。由于人本主义主要是在对行为主义和精神分析学派的批判中形成与发展的，因此被称为是第三势力心理学。

人本主义心理学主张，心理学应当以正常人为研究对象，应该研究人的本性、潜能、尊严和价值，研究对人类进步富有意义的现实问题。人本主义心理学注重人的独特性和社会性，认为人的本质是自主的、能动的，人具有高于一般动物的心理潜能，这些潜能是人所特有的极其宝贵的内在价值。充分发挥潜能是人的高级的心理需要，是人生追求的最高目的，实现这一目的就是自我实现。

人本主义心理学强调研究人，研究过去一直排除在心理学研究范围之外的人类信念和价值问题等，这一研究无疑是有积极意义的。但人本主义心理学理论主要来自思辨和推测，不能用实验加以证明，而如何证明这些理论，有可能催生心理学发展的一个新方向。



马斯洛 (1908—1970)

四、心理学发展中的主要分支学科

心理学自 1879 年成为一门独立学科以来，由于实际生活的需求与邻近学科发展的影响，研究领域越来越广，逐渐演变出了众多的分支学科。根据它们担负任务的不同，大致可分为两大领域：基础领域和应用领域。

（一）基础领域

基础领域的心理学分支主要研究心理科学中与各分支心理学有关的基础理论和基本的方法学问题，研究心理发生和发展的基本规律问题。

1. 普通心理学

普通心理学是研究心理现象一般规律的科学。普通心理学概括了各分支学科的研究成果,同时又为各分支学科提供理论基础。普通心理学包括感知觉心理学、记忆心理学、思维心理学、言语心理学、动机心理学、情绪心理学、个性心理学等。普通心理学是学习心理学的入门学科。

2. 发展心理学

发展心理学是研究人类个体心理发展规律的科学。发展心理学按照人生发展的各个阶段,可分为婴幼儿心理学、学龄儿童心理学、少年心理学、青年心理学、成年心理学和老年心理学,分别研究各年龄阶段的心理特点及其形成规律。

3. 生理心理学

生理心理学是研究心理的生理机制的科学。它主要研究各种感觉系统的机制、学习和记忆、动机和情绪等各种心理现象的神经机制以及内分泌腺对行为的调节机制等。这些研究对揭示心理现象和它的物质本体——神经过程的关系,科学地解释各种心理现象,进而指导临床实践都有重要的意义。

4. 实验心理学

实验心理学是以实验方法来研究心理和行为规律的科学。它主要研究心理学领域中进行实验研究的原理、设计、方法、仪器和资料处理等问题。它更多的是研究心理学的一种方法学。

5. 社会心理学

社会心理学是研究个体和群体在社会相互作用中的心理与行为发生及变化的规律的科学。具体地说,它研究社会认知、社会动机、社会态度、社会感情、团体心理以及时尚、风俗、舆论、流言等社会心理现象的特点及其变化发展的条件和规律。

6. 人格心理学

人格心理学是研究一个人所特有的行为模式的心理学。人格心理学描述和解释个人独特的稳定的心理特征和行为,同时也探讨人格形成的影响因素,并对人格特征进行测量和评估。

7. 变态心理学

变态心理学是以心理与行为异常表现为研究对象的心理学分支。变态心理学主要研究和说明异常心理与行为的基本性质及特点,研究个体心理差异以及生存环境对异常心理发生、发展的影响,从而建立系统理论,作为心理诊断和治疗的依据。

属于理论心理学范畴的还有认知心理学、心理测量学、动物心理学等分支学科。

(二) 应用领域

心理学的应用领域甚广,可以说,凡属人类的各种社会实践均涉及人的问题,都是心理学应用的领域。

1. 教育心理学

教育心理学是研究学校情境中学与教的心理学规律的科学,主要研究学生知识和技

能的掌握、良好品德的形成、个别差异与因材施教以及教学设计、教师心理等内容。教育心理学的研究直接影响着教与学的有效性、人才的培养和选拔，具有极大的应用价值。

2. 劳动心理学

劳动心理学是研究人在劳动过程中发生的心理活动及其规律的科学。它以普通心理学、社会心理学、管理心理学等研究成果为理论基础，结合劳动过程和劳动组织的实际，围绕劳动者的需要、动机、行为，劳动者的个体心理素质，劳动者群体心理现象，劳动者心理保健及安全生产等内容，讨论劳动管理中如何运用心理学知识，激发劳动者的积极性问题。劳动心理学包括工程心理学、工业心理学等分支学科。

3. 管理心理学

管理心理学是研究管理活动中的心理活动规律的科学。它以组织中的人作为研究对象，揭示组织中人的心理和行为规律，提高管理者预测、引导、控制人的心理和行为的能力，调动人们的积极性，有效地实现组织目标。管理心理学按照不同的管理领域可分为行政管理心理学、企业管理心理学、学校管理心理学等分支学科。

4. 医学心理学

医学心理学是研究疾病的诊断、治疗、护理、预防中的心理学问题，是为人的保健事业服务的。它强调建立良好的医患关系、护理心理，维护个体的心理健康。医学心理学包括病理心理学、临床心理学、药理心理学、护理心理学、心理卫生学、心理治疗学等分支学科。

5. 商业心理学

商业心理学是研究在商业活动中经营者和消费者的心理活动及其规律的科学。它着重研究三个方面：消费者心理、营销心理和组织心理。商业心理学包括消费者心理学、市场心理学和广告心理学等分支学科。

6. 军事心理学

军事心理学研究人在军事活动条件下的心理学问题。它主要研究军事人员的选拔和分类，掌握军事技术和武器的学习过程，军事活动所要求的个性心理特征、心理战术、宣传与反宣传、指挥员与下属的相互关系、军队的士气等方面的心理学问题，是为提高部队战斗力服务的。

7. 体育运动心理学

体育运动心理学是研究人在体育运动、训练、竞赛活动中的心理特点和规律的心理学科。它主要研究各种体育运动所涉及的骨骼肌肉系统的解剖特点和器官活动的灵敏度与感受性以及受意识支配的能力，运动技能和技巧形成的一般规律，竞赛条件下具备的情绪特征、意志品质和人格特点，竞赛中的动机水平、情绪状态对运动技能发生的影响。

8. 司法心理学

司法心理学也叫法制心理学，研究人们在法制活动中的心理现象，主要研究在立法、刑事犯罪与诉讼活动、民事法律、社会治安管理、法制宣传及实现其他法律活动过程中的心理学问题。它包括犯罪心理学、审判心理学、侦察心理学、矫正心理学等分支学科。

心理学的应用分支领域还有文艺心理学、健康心理学、康复心理学、环境心理学、社区心理学、公共关系心理学、临床心理学、咨询心理学、学校心理学、工业与组织心理学等。其中，临床心理学、咨询心理学、学校心理学、工业与组织心理学在美国已成为具有职业定向和职业资格的心理学科领域。

第三节 心理学的任务和意义

心理学的基本任务是研究心理活动发生、发展的规律。对心理活动规律进行研究不仅有重大的理论意义，而且有广泛的实践意义。

一、心理学的任务

心理学的主要任务是认识心理的本质，揭示心理活动发生、发展的规律。具体来说，心理学的任务包括描述和测量、解释和说明、预测和控制人的心理三个方面。

（一）描述和测量人的心理

人的心理活动若不能被描述和测量，就不能被理解和控制，有时甚至会被看成是完全任意的，不受因果规律支配的，绝对自由的。为此，心理学家大量的工作是描述和测量心理现象与行为，寻找心理活动的规律性。例如，心理学家通过大量测验揭示了人类遗忘的规律、注意的范围和稳定性、性格的类型和特征等规律。心理学所使用的测量工具要考虑信度和效度，测量的数据既不能在测量时有大的变化，又要能测量出所要测量的东西。

（二）解释和说明人的心理

解释和说明人的心理活动，实际上就是找出产生所观察到的心理现象的原因。这个过程既包括了把已知事实组织起来以形成与事实相符的说明，也包括就事件之间的关系提出需要证明的假定。例如，有的小学生在教师检查前一天布置的作业时，会说不知道什么作业。其实不是学生说谎，可以用心理学规律来解释。教师一般是快下课时布置作业，这时小学生由于长时间的有意注意已经疲劳，因而也就有可能没有注意到教师布置的作业。因此，作为教师在布置课后作业时一定要特别强调以引起学生的有意注意。

（三）预测和控制人的心理

科学的重要作用在于预测和控制。人们掌握了心理活动的规律，就能根据客观现实的需要去预测和控制心理活动。例如，一位心理学家知道了一个学生的学习动机，就能够较准确地预测这个学生的学习行为；根据一个工人的机械能力测验的分数，就能够预测他在机械装配上的成就。另外，了解了影响心理活动的因素，就能够尽量消除不利因素，创造有利因素，改变和控制个体的行为，提高活动效率。

二、心理学研究的意义

(一) 理论意义

1. 心理学的研究成果能丰富和发展辩证唯物主义的哲学原理

心理学的理论基础是辩证唯物主义，而心理学的研究成果又论证和丰富了辩证唯物主义的基本原理。心理学研究心理和意识的起源、发生与发展以及人反映客观世界的过程，揭示了心理与脑的关系、心理发展与社会历史条件的关系，说明了人的感觉、知觉、记忆、思维、情绪的产生以及对行为的调节等。心理学这些方面的研究为马克思主义哲学关于物质与意识的关系、认识与实践的关系的基本原理提供了有利的科学证据，有力地支持了辩证唯物论。它使人们能更具体、更深入地领会马克思主义认识论和辩证法原理，有助于人们自觉地树立辩证唯物主义和历史唯物主义世界观。

2. 心理学的研究成果帮助人们正确认识自己的精神世界，树立科学的世界观

几千年来，由于科学发展水平的局限，在精神领域中，宗教迷信泛滥。心理学对人的心理、意识及各种精神现象作出了科学的解释，如巴甫洛夫实验证明，梦与睡眠时的内外刺激及大脑遗留的兴奋痕迹有关；现代神经心理学家认为，做梦不是坏事，梦可以重新组合已有的知识使之成为智慧和才能。这些研究有助于人们破除迷信、纠正偏见、清除精神污染、澄清糊涂观念，树立科学的世界观。

3. 心理学的研究有助于邻近学科的发展

心理学是一门研究人的科学，从人的心理这个侧面探讨和研究人，这些研究成果可以为所有与人有关的学科，如教育学、政治学、文学、法学、美学、社会学等提供参考的依据。例如，心理学中感知觉的规律已成为教育学中直观教学原则的主要理论依据；现代医学的发展吸收了心理学成果，已经从生物医学模式转向了生物—心理—社会医学模式。因为这些学科和心理学一样都要研究人，只是研究的方面有所不同，心理学对人的心理的大量研究成果必然有助于推动这些邻近学科的研究和发展。

(二) 实践意义

凡是有人地方，就有人的心理问题，要提高活动的效率，就需要遵循心理活动的规律。心理学理论和研究成果已经被广泛地应用于人类的各种活动领域，具有多方面的实践意义。

1. 有助于提高教育和教学质量

心理学从它诞生的那天起，就与教育紧密联系起来，表现出了它特殊的教育意义，成为教育的理论依据之一，而教育也成为促进心理学发展的一种动力源泉。

教育是在教师的引导下使学生掌握知识技能、发展智力、形成良好品德的过程。而学生掌握知识技能、发展智力、形成良好品德的过程也是心理活动的过程，心理活动过程存在一定的规律，心理学对心理活动规律的研究，有助于教师组织教学内容、选择教育教学方法。例如，情绪影响着个体的认知，积极的情绪能够促进学习，消极的情绪干扰学习，作为教师应尽可能地创设良好的环境，让学生在心情愉快的气氛中进行学习；

在进行直观教学时,根据感知的强度律、差异律、活动律、组合律制作和使用直观教具,这样能够提高感知的效果;让学生明确活动的目的既能够维持学生的有意注意,又能够提高识记的效果等。

心理学知识是教师进行教育教学的依据之一,教师掌握了心理活动的规律,就可以参照它们分析学生的实际情况,去制定比较合理的教学或教育的方案,预见后果,总结成败的经验教训,以剖析存在于学生身上的各种问题的客观原因与心理原因,并采取对策,从而提高教育教学的质量。

专栏 1-3

斯霞老师的教育格言

1. 有的教师上课过于严肃,搞得学生精神紧张。事实上,在严肃紧张的环境里学习,效果远不如在活泼愉快的环境里好。变师生关系为“猫鼠关系”,应当看作教育的最大失败。

2. 作为一名教师,不仅要掌握知识,更要有童心、有母爱。与孩子打成一片,这叫有童心;要把学生当作自己的孩子一样来看待,这就叫对学生的母爱。

3. 我们的工作对象是活泼的人,是有思想有情感的人。工人能掌握机器,农民能掌握土地,可是机器和土地都是死的;而人是活的,有他自己的思想感情。要很好地掌握儿童的思想感情,不是一件简单的工作。

资料来源:百度百科

2. 有助于提高生产劳动效率

现代心理学所揭示的人的心理活动的许多规律,已经在生产劳动中发挥了巨大的作用。心理学研究表明,工作环境中的颜色、照明、噪声、通风等会对人的生理和心理产生微妙的作用,从而影响工作效率。如某企业曾经发生过这样一件事,许多搬运黑色箱子的工人总是抱怨箱子太重了,当有关部门把黑色箱子改为浅颜色后,工人的抱怨就减少了。颜色不仅使人产生冷暖的感觉,还会让人产生轻重的感觉,同样大小的物体,浅颜色的比深颜色的感觉要轻一些。因此,根据这种心理效应,大物品包装的颜色以浅色为宜。

3. 有助于做好管理工作和思想政治工作

把心理学理论运用于管理过程已成为当今世界的一种趋势。霍桑效应表明,工作效率的高低,不仅与工作环境的改善有关,还取决于对员工的激励和群体意识。事实上,人是组织的主体,在现代化的管理中,最重要的管理是对人的管理。而人有七情六欲,有不同的能力和兴趣,有独特的气质和性格,所以要调动人的积极性,就必须考虑人的心理因素。例如,马斯洛把人的需要由低到高分生理需要、安全需要、归属和爱的需要、尊重的需要、自我实现的需要五个层次,组织要调动员工的积极性,先要满足员工低层次的需要,让员工工作时无后顾之忧,员工才可能全身心地投入到工作当中,发挥最大的潜能。

思想政治工作与心理学是紧密联系的。思想政治工作的对象是人，因而思想政治工作首先应该在了解人的心理特点的基础上进行。心理学中关于人的心理活动的规律既有助于把握教育对象的心理活动和思想脉络，又有助于思想政治工作者因人、因事地选择工作方法，增强思想政治工作的预见性、针对性和科学性。

4. 有助于提高司法的公正性和效率

当代心理学在司法领域也发挥着重要的作用。运用心理学的知识在司法活动中，有助于提高司法的公正性和效率。例如，在刑事审判时，司法人员把握罪犯的侥幸心理，可以更好地查清案件事实；对作证的心理规律的把握，可以更好地鉴别和利用证人证言，查清事实真相；在罪犯服刑、改造期间，应用心理学原理可以更好地矫治和改造犯罪人的行为。

5. 有助于个体的身心健康和提高医疗效果

健康包括身体健康和心理健康两个方面，而且身和心是相互影响的。研究表明，心理因素尤其是情绪因素对身体各器官生理、生化功能具有一定的影响，如高血压、心脏病在很大程度上与心理因素，尤其是与情绪状态有关。在现代社会中，由于生活方式的改变、竞争的加剧，人们经常处于应激状态中，因而对心理的维护与调控就显得尤为重要。心理学知识可以有效地帮助人们提高心理调适能力，预防和缓解心理压力，促进身心的健康。

医学模式由生物模式转化为生物—心理—社会模式，反映了心理、社会因素对疾病的影响。作为医务工作者，在对病人进行治疗时，了解病人的心理，将有助于提高医疗的效果。

心理学知识的应用远远超出了教育、生产劳动、医疗、司法等领域，同时在军事、体育、环境、经济、消费等领域也发挥着重要的作用。心理学在服务于社会各实践领域的同时，自身也得到了丰富和发展。

第四节 心理学的研究方法

人的心理现象是世界上最复杂和最难被认识的现象之一。而正确的指导思想和方法论，有助于人们对心理现象的科学认识，从而揭示人的心理现象发生和发展的规律。

一、心理学研究的基本原则

(一) 客观性原则

客观性原则实际上就是实事求是的原则，即以实事求是的态度对任何心理现象按照它们的本来面目加以研究。客观性原则是各门科学研究必须遵循的，是心理学研究的根本指导原则，是研究科学性的基本保证。由于心理学研究的对象是人的心理现象，是人的主观世界，所以必须根据心理现象产生和发展的客观条件与外部表现进行研究，反对主观臆测。如研究时要排除先入为主和偏见的影响，搜集资料时要如实地记录，不可用

研究者自己的主观体验代替客观的事实；运用客观的尺度科学地分析资料和结果，忌主观偏见的影响；根据客观的事实做判断，不要做过分的推论。

（二）发展性原则

发展性原则要求把人的心理现象看作是一个不断变化、发展的过程，用发展、变化的观点去认识人的心理活动。根据辩证唯物主义的观点，客观事物是不断地运动、变化、发展的，作为对客观事物反映的心理也是变化、发展的。个体在不同的年龄阶段表现出不同的发展水平和特点，即使是已经形成的心理品质，也会随着环境和实践活动的改变而改变。只有把人的心理现象放在动态过程中去研究，才能揭示出心理现象的变化、发展规律。因此，在发展中研究心理现象时，不仅要求阐明个人已经形成的心理品质，而且还要求阐明那些刚刚产生、处于形成状态的新的心理品质以及影响的因素。

（三）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、外因素之间的相互联系和制约作用，要把心理现象放在多层次、多因素的系统之中进行分析。因为人的心理现象是一个极其复杂的系统，受多种因素的影响，而各种心理现象之间也有着一定的联系。其中任何一种因素或一种心理现象的变化，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、系统地分析和考察，而不能把它看作孤立的对象进行研究。

（四）教育性原则

教育性原则要求心理学的研究不能对被试的身心健康产生不良的影响，要有利于教育目的的实现，有利于被试的身心健康。课题的选择、使用的方法和程序等都应该遵循教育性原则，不能损害被试的身心健康和发展。特别是当被试是儿童时，由于他们的身心正处在发展阶段，认识能力差，而且善于模仿，研究者更要考虑课题的教育意义、研究过程的良好影响以及结果的教育价值。

二、心理学的具体研究方法

（一）观察法

观察法是在自然条件下有目的、有计划地观察被试的行为活动，做出详尽的记录，然后进行分析处理，从而判断其心理活动的方法。

观察法有不同的类型。根据观察的情境，可分为自然观察法和控制观察法。前者是在自然情境中对被观察者的行为直接进行的观察；后者则是在预先设置的情境中进行观察。根据观察者的身份，可分为参与观察和非参与观察。前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出现；后者则成为被观察者活动中一个正式的成员。根据观察要求不同，又可分为长期观察和定期观察。

观察法的主要优点是所观察的行为发生在自然环境中，所以被观察者的行为比较自然。尤其是在需要了解行为的自然状态或对一些隐秘行为进行研究时，是其他方法难以

取代的。不足之处是观察者处于被动状态，所以他只能消极等待被观察者的某些行为出现。而且，观察积累的资料只能说明“是什么”，不能解释“为什么”。因此，在使用观察法时，要和其他方法相结合，由观察发现的问题还需要其他研究方法作进一步的探讨。

要使观察时能够获得正确的资料，人们应用观察法时要注意：观察必须有明确的目的，周密的计划，对要观察的行为特征有明确的界定；观察必须系统，避免零星、偶然。可采用时间取样的方式，也可采用事件取样方式。观察时必须随时做记录，不能用推测与描述来代替事实；应该在被观察者处于自然状况下进行观察。

（二）实验法

实验法是按照研究目的，有计划地严格控制或创设条件去主动引起或改变被试的心理活动，从而进行分析研究的方法。

应用实验法进行研究时，需要考虑三个变量：自变量、因变量和无关变量。自变量是实验者安排的刺激情景和实验情景，是实验者主动操纵借以引起被试反应发生变化的因素或条件。因变量是随自变量的变化而产生的现象或变化结果，是实验者预定要观察、测量和记录的被试的各种反应的变化。无关变量是指自变量以外的一切可能影响实验结果的因素。实验中对无关变量必须加以控制。

实验法可分为实验室实验法和自然实验法。

实验室实验法是在特定的实验室中，借助各种仪器设备，严格控制各种因素进行实验，以研究人的心理的方法。实验室实验法的优点是因为实验中各种因素控制严格，所以实验结果客观可靠，能够精确地测定自变量与因变量之间的关系。不足之处在于目前还不能对一些复杂的心理现象如性格进行有效的研究。此外，研究情境的人为因素较大，往往离实际情况较远，所以影响了研究结果在实践中的应用。

自然实验法是在日常生活条件下，对某些因素加以控制或改变去研究人的心理的方法。自然实验法的优点是实验者利用实际的生活情景来研究心理活动的变化规律，被试处于自然状态，所得结果比较切合实际，可以有效地应用于实践中。不足之处是实验情景不易控制，容易受无关变量的影响。为了确保研究的质量，使用自然实验法时要有明确的研究课题、研究途径和步骤，比较不同条件的不同结果，反复验证所得出的结论。

（三）测验法

测验法也叫心理测验，它是研究者运用心理测量的工具对人的心理和行为进行定量评价的方法。测验的种类很多，按一次测量的人数，可把测验分为个别测验和团体测验。按照测验的目的，测验又可分为智力测验、特殊能力测验、创造能力测验、人格测验等。

测验法的主要优点是标准化测验编制十分严谨、效果可靠；结果的量化程度高，用数字对人的心理或行为进行描述，施测容易控制，减少了被试在回答问题过程中的主观因素的影响，数据比较客观，测验法的结果处理十分方便；有常模进行比较；简便省力。

测验法也有不足之处。测验是一种间接测量，如果行为样本未选准，项目所引起的反应就难以推断所要测量的心理；测验不可避免地受到经验和文化条件的影响；测验法

对施测者要求较高，施测者应具有一定的专业知识和较熟练的测验技能，熟悉测验手册的各种要求；测验成绩只表明“结果”，不能反映过程。

(四) 调查法

调查法是指同时向一个总体的有代表性的样本问一些同样的问题。调查法经常用来研究那些不能从外部观察的心理活动或心理特征。

调查法有多种形式，主要有访谈调查、问卷调查和活动产品分析等。

访谈调查也称晤谈法，是研究者根据事先拟好的问题向被调查者提出，以面对面的方式进行调查的方法。要使访谈取得较好的效果，首先要创设一种宽松、坦诚、信任的良好气氛。其次，调查者事先有充分的准备，尽量使谈话标准化，记录保持一致，这样才有可能对结果进行客观的分析和概括。访谈调查的优点是可以直接向被调查者说明访谈的目的，提高回答问题的准确程度；研究者还可以控制谈话过程，通过补充提问、临时提问来多方面了解被调查者的情况。访谈调查的缺点是在一定时间内谈话对象只能限于少数人，如果要收集较多对象的情况会比较费时间，而且费用高；研究者的言行不当或被调查者的某种心态都会影响回答的真实性。

问卷调查也称问卷法，是研究者根据研究目的，设计出问题表格，由被调查者在问卷上回答问题，对回答结果进行分析研究。问卷法的优点是不受时间、地点的限制，能在较大范围内进行调查研究；问卷的内容是根据需要进行设计的，因此，可以收集到其他方法难以获得的资料。但是，问卷法也存在不足，发出去的问卷回收率比较低时，就会影响结果的准确性；由于各种原因，有些被试在某些问题上不一定能如实回答，这也会影响问卷的可信度。

活动产品分析是通过分析活动产品来研究被试心理特点的方法。活动的产品如日记、作文、试卷、图画、自制教具、手工作品及其他劳动产品都在一定程度上表现着学生的心理特点。在使用这种方法时，不仅研究活动产品，而且还要分析产品创作的过程，因为在创作过程中心理特点会表现得更充分。但活动产品与心理特点之间的关系并不简单，需要长期地、多方面地进行分析了解。

(五) 个案研究法

对单一研究对象的某个或某些方面进行广泛深入研究的方法，称为个案研究法。它可以对一个人的心理发展过程进行比较系统、全面的研究；也可以对一个人某一心理活动的发展进行研究；或对某几个人同一心理活动的发展进行研究。如收集一个人的家庭情况、社会地位、教育影响、职业经历、智力表现等有关的现实与历史资料，通过综合分析，探讨他的心理活动状况和发展变化过程及其原因，或验证影响其发展变化的原因，找出其发展变化的规律。

个案研究法具有以下一些优点：便于对研究对象进行全面、系统、深入的了解；在个案追踪过程中，根据需要适当结合其他方法（如实验、问卷等），可以考察人的行为发展的过程，探讨发展阶段的过渡及其发展与环境教育因素的关系。个案研究法的不足之处是所获结果缺乏代表性，由于个案研究的是个别对象，即使是多个个案材料，要用以

说明总体时也需要特别慎重；有些个案研究，由于对象有特殊性，往往缺乏可供比较的个体或小组，在一定程度上影响其科学性；个案研究法一般是对个别对象进行非控制性的观察，所提供的材料往往是粗略的，描述性的。因此，在个案研究中，应根据需要采用多种方法收集数据，使研究结果更精确、客观，保证研究的科学性。

上述研究方法各有其优点和不足之处，在研究复杂的现象时，需要多种方法结合起来使用，使之相互补充和验证，才能获得全面可靠的资料，揭示其心理活动的规律。

专栏 1-4

留意身边的心理学问题

凡是有人活动的地方，就有心理学的问题值得我们去研究。在日常生活中有很多令人不解的问题，有些经过前人的研究，有了明确的结论；还有些是前人尚未研究过的，没有现成的理论可以解释当前的问题。这些问题可能成为心理学进行科学探索的起点。

艾伦(Allen,1972)助人行为的实验研究就是在日常观察中得到启发的。他写道：“一天晚上，我坐在地铁车厢中等待出站，一位年轻人跨进车厢的后部，走向一位老人询问本次列车是否到达某站。那位老人告诉年轻人他得去乘坐另一趟列车，然后换乘第二趟列车才能到达他想去的目的地。即使是我这个很少出门的人也知道本次列车能便捷又迅速地到达他的目的地。当时车上很安静，显然许多乘客都听到了两人之间的交谈，但是无一人道出正确的路线或指出老人错误的回答。”基于这一经验，艾伦设计了一个室内模拟实验：在列车上两位助手分别坐在被试两旁，一位助手向另一位助手询问到达某地的方向，得到错误的回答，然后观察被试对于这一错误回答的反应。结果发现，同时询问两人比单独询问一人更可能给出正确的方向。

资料来源：[美]罗伯特·费尔德曼·[中]黄希庭著，黄希庭等译·心理学与我们[M].北京：人民邮电出版社，2008，20

思考与练习

一、解释下列术语

心理学 心理过程 认识过程 个性 客观性原则 教育性原则 观察法 实验法

二、选择题

1. 心理学的研究对象是()。

- A. 心理过程
- C. 个性心理

- B. 心理现象
- D. 认知过程

2. 心理现象主要包括既有区别又有紧密联系的两个方面是()。
- A. 心理过程和情绪情感过程 B. 心理过程和意志过程
C. 认识过程和情绪情感过程 D. 心理过程和个性心理
3. 世界上第一个心理学实验室创建于()。
- A. 1856年 B. 1879年 C. 1903年 D. 1913年
4. 以“内省法”作为主要研究手法的心理学派是()。
- A. 构造主义 B. 行为主义 C. 格式塔 D. 机能主义
5. 在严格控制或创设的条件下,对某些心理现象进行研究的方法是()。
- A. 观察法 B. 实验法 C. 调查法 D. 测验法
6. 研究心理现象必须按照它的本来面目实事求是地进行,这是()。
- A. 教育性原则 B. 发展性原则 C. 系统性原则 D. 客观性原则
7. 科学家为了攻克科技难关而废寝忘食,这是()的具体表现。
- A. 认知 B. 情感 C. 意志 D. 个性
8. 在教学改革实验中,学生的成绩属于()。
- A. 自变量 B. 因变量 C. 无关变量 D. 常量

三、简答题

1. 心理学的研究对象是什么? 主要研究哪些内容?
2. 简述科学心理学诞生的主要标志及其哲学与科学背景。
3. 简述心理学的主要流派及其主要观点、研究方法。
4. 心理学研究应遵循哪些原则?
5. 心理学主要的研究方法有哪些? 各有何优缺点?

四、实践题

1. 你原来想象中的心理学与你学习后对心理学研究对象的理解有何不同?
2. 结合已有的经验,你认为师范生学习心理学有何意义?
3. 你期望公共心理学的课堂教学应如何进行?

第二章 | 心理的实质及其发展

1848年9月13日，在美国佛蒙特州的一个小镇附近，铁路监工盖奇发生了人身伤害事故。在一次意外爆破中，一根3.7英尺长的铁钎穿过了他的颅骨，他倒在地上，手脚痉挛，但几分钟内，他恢复了意识，且能够说话。工人们把他抬到一辆牛车上，到达镇上的一个旅店里，他不用人帮忙，自己从车上下来登上一段长长的楼梯，走进一个房间，这时才把头上流着血的伤口包扎起来等医生。随后的2—3周内，他濒于危亡，到10月中旬他却逐渐恢复。奇怪的是他的性格和脾气发生了变化，受伤前，他是一个和蔼可亲之人，受伤后，变得粗暴无礼、固执、不能容忍别人的不同观点且反复无常、优柔寡断。他的朋友和熟人都说他“不再是以前的盖奇了”。这个事件说明个体的行为不完全由自我的意愿决定，那么，我们的行为受哪些因素影响？行为和心理之间有什么关系？心理又是如何产生的？个体心理如何发展？影响心理发展的因素是什么？学习本章的内容可以使我们理解心理的生物学本质，从而更深入全面地理解脑、心理、行为之间的复杂关系。

[本章提要]

1. 心理是脑的机能
2. 心理是人脑对客观现实主观、能动的反映
3. 个体心理的发展
4. 影响个体心理发展的因素

第一节 心理的实质

心理是如何产生的，不同观点的人有着不同的回答。主观唯心主义者认为心理是一种主观存在，客观唯心主义者认为心理是一种“绝对精神”，机械唯物主义者认为心理是由物质派生的。只有辩证唯物主义者才科学地揭示了人的心理的实质，即心理是脑的机能，是人脑对客观现实的主观、能动的反映。

一、心理是脑的机能

(一) 脑是心理的器官

在相当长的一个时期内，人们认为心脏是产生心理活动的器官。

古希腊的亚里士多德认为，心脏是思维的器官，大脑的作用只是使血液冷却。我国古代也认为心脏是心理的器官。孟子曾经说过“心之官则思”。汉语中也保留着这种认识的痕迹。例如，与精神活动有关的字大都带有“心”字部首，至今我们思考问题时还常说“用心想一想”，这些都反映了这种认识的痕迹。

专栏 2-1

汉字中的心理学

在汉语中，心既是一个独立的字，有它特定的字义，同时又是一个构字的部首，有它的配合可以构成许多含有“心”意的其他的字。在汉语词汇中，大凡与人的心理有关的，都会有“心(忄)”。比如：思、虑、想、念、恨、怨、忿、愁、悟、悔、惧、怕、惊、恐、忘、恋、恩、恕、悲，性情、意志、惆怅、惋惜……无心便不会有“情”，无心便也不会生“恨”，思、虑、恩、怨、惊、恐、悟、悔都源于心，心又可以表达意志、情感、态度、性情。事实上，这本身就已经包含了一种心理学，一种传统文化的杰作，一种得天独厚的智慧。

在汉初的《尔雅》中，有百余条关于包含心意的汉字的注解；在许慎的《说文解字》中，收入心部的汉字有 270 多个；而在《康熙字典》中，归于心部的汉字已有 1170 个之多。在心部汉字中，按字之本意，可归类为：描述与表征心境的、心态的和心情的等，如忐忑、怏怏、怠、忒、怡、悴、忧、愁、恣等；描述与表征心意的、心计的和心性的等，如忍、忌、忖、悉、悟、慧、意、志、恩、惠、慈、悲、忠、恕等。大凡西方心理学中的基本范畴，如感知、思维、情感、态度、性格、意志等，汉语心部中的汉字与心意类词无不涉及，尤为可贵的是，心部汉字在反映现代心理学的意义的同时，还包含着一种文化的心理学，包含着我们的古人、我们的民族对人之心理的认识和理解。

资料来源：申荷永. 汉字中的心理学 [J]. 心理科学, 1993 (6): 369-370

随着近代科学的发展，人们逐渐认识到产生心理活动的器官是脑，而心脏与心理活动并无特别直接的关系。

首先，清代王清任早在 1830 年就指出脑与心理的关系。30 年后，俄国生理学家谢切诺夫在其著作《脑的反射》一书中，把脑的全部活动解释为对事物的反射。之后，著名生理学家巴甫洛夫提出的高级神经活动学说，进一步科学地揭示了心理活动的脑机制。

其次，在日常生活中，人们在睡眠或酒醉时，心脏活动与清醒时并无多大差别，但其精神状态却与清醒时大不一样，这说明脑与心理活动有关。

再次，临床发现，精神病人的心理活动与正常人相比，差别很大，但是他们的心脏机能却与正常人相同。一个心脏机能正常的人，如果大脑受到损伤，心理活动就会部分或全部丧失。

最后，物种进化的历史和个体发育的进程，也表明心理活动与神经系统尤其是大脑

有着直接的关系。动物的心理发展水平是与其神经系统的发展水平相适应的。

从单细胞动物到人类，神经系统从无到有，从简单到复杂，心理发展的水平也从低级到高级。单细胞动物没有神经系统，只能对生存具有直接意义的事物产生有限的反映。无脊椎动物出现了神经系统，但由于没有脑，只能对刺激物的属性进行分析，其心理也只能停留在极其原始的、简单的感觉阶段。脊椎动物的神经系统进一步发展，原始的脑开始形成。爬行动物有了大脑皮层，具备了心理活动的最高调节机构，因而就有了稳定的知觉。而灵长类动物的大脑接近人脑的水平，具备了原始的概括能力，能进行简单的思维。人类大脑结构更加复杂，其机能高度完善，所以人类成了地球的主宰者。可见，心理现象是随着神经系统或脑的发生而发生，随着神经系统或脑的完善而发展的，神经系统或脑是心理发生和发展的物质基础，心理现象是神经系统或脑的产物。

无数事实和越来越多的研究证明，脑是心理活动的器官，人类一切心理活动的产生和发展都依赖于大脑。

(二) 神经系统的结构和功能

人的神经系统是由无数神经元构成的，神经系统的最高部位是大脑皮层。

1. 神经元

神经元即神经细胞，是神经系统最基本的结构和功能单位。神经元的大小、形状和类型复杂多样，但每个神经元的结构相同。

一个典型的神经元是由三部分组成的：细胞体、轴突、树突（见图 2-1）。

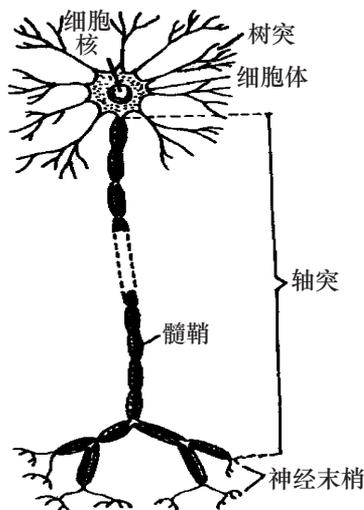


图 2-1 神经元结构图

树突一般较短，分支较多，能接受刺激，并把冲动传向细胞体。

每个神经元只有一个轴突，且比较长，其外围包有一层髓鞘，保护轴突并防止冲动的扩散。其末端的分支叫神经末梢。轴突就是神经纤维，它将神经冲动从细胞体传到远处，传给另一个神经元或肌肉与腺体。

细胞体大小不一，中间有细胞核，它通过化学反应整合信息，为神经活动提供能量。由此可见，神经元的机能主要是接受刺激（信息）、传递信息和整合信息。

根据神经元的功能特性，可以把神经元分为感觉神经元（传入神经元）、运动神经元（传出神经元）和中间神经元。

感觉神经元主要接收刺激信息并将其向中枢输送；运动神经元主要将脑和脊髓的信息传递给效应器；中间神经元主要把信息从中枢神经系统的一部分传向另一部分。

神经元在结构上是独立的。神经元和神经元之间相联系的地方称为突触。突触具有兴奋和抑制两个生理作用。借助于突触，人脑的神经元构成了复杂的神经网络。

2. 神经系统

神经系统可分为周围神经系统和中枢神经系统。

(1) 周围神经系统通常由三部分组成：脑神经、脊神经和植物性神经。

脑神经由脑发出，主要分布于头、面部，与头、面部的感觉和运动有关。脊神经由脊髓发出，分布于躯体和四肢，与躯体感觉和运动有关。植物性神经系统广泛地分布于内脏、心血管和腺体，可调节内脏、心血管和腺体的活动。

周围神经系统是中枢神经系统联系感受器和效应器的纽带，它使脑和脊髓与全身其他器官联系在一起，起着传入和传出神经冲动的作用。

(2) 中枢神经系统

中枢神经系统是人体的最高“司令部”，有低级中枢和高级中枢之分。

低级中枢包括脊髓、脑干、间脑和小脑四部分。

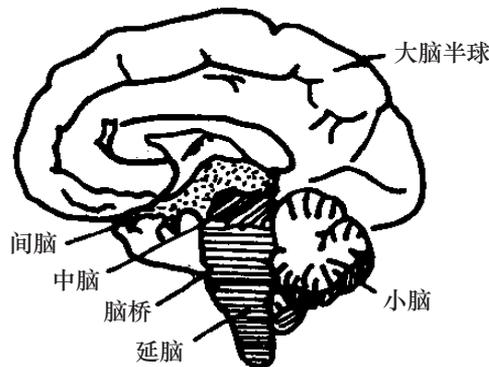


图 2-2 脑中枢的位置

脊髓是中枢神经系统的最低部位，呈索状，位于椎管内。

脊髓上接脑部，外连周围神经，31对脊神经分布于它的两侧。脊髓的活动受脑的控制，它的基本功能是进行简单的反射活动（如牵张反射、膀胱反射、肛门反射等）和传导神经冲动。

脑干由延脑、脑桥和中脑构成。它既是大脑、小脑联系脊髓的通道，又是许多内脏器官活动和视、听定向活动的中枢部位。

延脑下接脊髓上接脑桥，来自头部皮肤与肌肉的感觉信息，来自味觉、听觉、平衡

觉和躯干的感觉信息要传送到脑必须先经过延脑。延脑还有许多对有机体生命十分重要的中枢，如控制肠胃蠕动、呼吸、心跳以及血管舒缩等的神经中枢。所以，延脑有“生命中枢”之称。

脑桥介于中脑和延脑之间，是中枢神经系统和周围神经之间传递信息的必经之地。对人的睡眠具有调节和控制作用。

中脑连接脑桥与小脑并连于间脑，它也是上行和下行神经信息的主要通路。这里有视、听的反射中枢，凡是瞳孔、眼球肌肉、虹膜、睫状肌的调节都受中脑的控制。

间脑位于大脑两半球之间，连接大脑半球和中脑，主要包括丘脑和下丘脑。

丘脑是转换站，除嗅觉外的各种感觉传入神经纤维在此转换神经元，然后再传到大脑，它对信息进行粗糙的加工选择，所以又叫作低级感觉中枢。下丘脑调节内脏和内分泌活动，具有分泌激素的功能。

小脑在大脑的后下方，分左右两半球，主要机能是调节和校正肌肉的紧张度，以维持姿势和平衡，顺利完成随意运动。

此外，在脑干中央和丘脑底部这一广大区域，神经纤维纵横交织，并有许多神经细胞分散在其中，称为“网状结构”。它的功能十分特殊，既可以下行调节躯体感觉和运动以及内脏活动，又可以上行激活皮层神经元，以使大脑皮层处于觉醒状态，并使之保持警戒水平，这一区域受到损伤的人或动物，就会陷入昏睡状态。

中枢神经系统的高级部位是大脑，其中最高级的部位是大脑皮层。

人的大脑由对称的左右两半球构成，左右半球由胼胝体连接，其深部为大量的神经纤维和脑浆。成人脑重平均约为 1400 克，占整个神经系统重量的 98%，是身体重量的 2%。

大脑半球表面有三条重要的沟裂：中央沟、外侧裂和顶枕裂。它们把大脑半球皮质分成四个部分：额叶、顶叶、颞叶和枕叶。

从功能上来讲，大脑的主要机能是接受、分析、综合、贮藏和发布各种信息。机体的所有感觉器官都把刺激信息由神经传入大脑，经过皮层的加工、整理，做出决策，然后发出信息，控制各器官和各系统的活动。各器官和各系统的活动状况又会通过信息环路报告给大脑，以便进一步调节。

大脑两半球看起来非常相似，但在结构上和功能上都有明显的差异。从结构上说，人的大脑右半球略大和重于左半球，但左半球的灰质多于右半球；左右半球的颞叶具有明显的不对称性。从功能上讲，两半球各自管理着身体的对侧，即左半球主管身体的右半侧，右半球主管身体的左半侧。正常人的大脑左半球主管言语和抽象思维，叫言语优势半球。大脑右半球主管形象知觉、形象思维，是非言语优势的半球。音乐、美术和创造活动主要是在右半球进行的。在正常情况下，大脑两半球是协同活动的。进入大脑任何一侧的信息会迅速地经过胼胝体传达到另一侧，做出统一的反映。如图 2-3 所示。

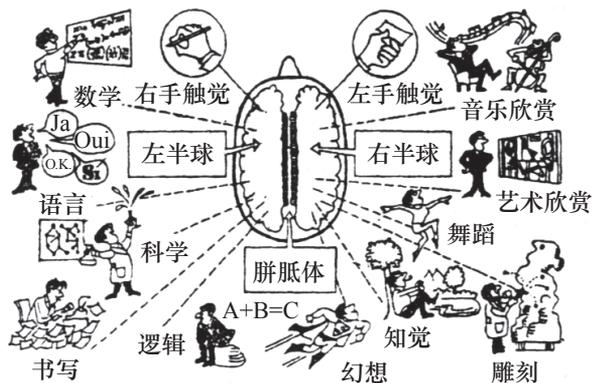


图 2-3 大脑两半球的优势功能

专栏 2-2

神奇的裂脑人

历史上，把因隔断大脑联合部而使其成为具有两个独立半球的病人称为“裂脑人”，美国著名脑科学家斯佩里长期潜心于“裂脑人”的实验研究，并于 1981 年获得了诺贝尔医学生理学奖。

斯佩里博士的实验是这样进行的：在“裂脑人”面前放置一块能映出文字和图像的屏幕，要求“裂脑人”正视屏幕中心。他的左手从眼前的屏幕下伸出去，由于屏幕的阻挡，他的两眼看不到这只手，而他的右手放在桌子下，他的正前方备有幻灯放映机，以 1/10 秒的速度将文字和图像闪现在屏幕上，他左手的动作由电视摄影机拍录下来。斯佩里通过一系列的特殊实验，发现了“裂脑人”许多新奇的现象。

例如，斯佩里将一张年轻女子照片和一张男孩照片以鼻子为中线各取一半，拼成嵌合像，并正好使女子照片的一半置于“裂脑人”的左半视野，男孩照片的一半置于他的右半视野，当叫他用手指指出他看到什么时，他会指向女子的照片，要他说出看见什么时，他会说看见了男孩的照片。

……

斯佩里的研究表明人脑两半球在功能上存在高度分化。

资料来源：全国 12 所重点师范大学联合编写. 心理学基础 [M]. 北京：教育科学出版社，2002，44

总之，作为心理活动器官的大脑，结构高度完善，功能十分精细，它的重量虽然仅占体重的 2%，但却需要占有全身供氧量的 20%，供血量的 16%。假如大脑供血中断半分钟，脑细胞的活力就会受到明显的影响，持续到 5 分钟，脑细胞就会死亡。所以要使心理活动正常进行，首先就必须保持大脑的健康。

(三) 条件反射学说

1. 反射和反射弧

反射是神经系统的基本活动方式。

反射是有机体借助中枢神经系统对外界刺激所作的规律性的应答。例如：蚊虫叮咬，举手拍打，见红灯停、绿灯行，眨眼、膝跳和呕吐、食物进入口中分泌唾液等都是反射。

执行反射的全部神经结构叫作反射弧。它包括五部分：感受器、传入神经纤维、神经中枢、传出神经纤维和效应器。其中任何一个环节中断，反射活动都不能发生。

2. 反射的种类

反射按照起源可以分为两类：无条件反射和条件反射。

无条件反射是先天固有的、不变的反射，由低级神经中枢控制。例如：针刺手，手就缩回；食物进入口中会分泌唾液；眨眼、吸吮、膝跳、呕吐等都属于无条件反射。

无条件反射的刺激是具有生物意义的非条件刺激，不必经过后天训练与学习，在中枢神经系统的低级部位就可以实现。这类反射是人和动物所共有的，对人和动物具有维持生命、延续种族的重要意义。

条件反射是在无条件反射的基础上，经过后天训练学习建立起来的反射活动。“望梅止渴”“谈虎色变”“一朝被蛇咬，十年怕井绳”等都是条件反射。条件反射的神经通路是暂时接通的，它通常需要经过大脑皮层才能形成。按照俄国生理学家巴甫洛夫的观点，条件反射是心理活动的生理基础。条件反射分为经典性条件反射和工具性条件反射。

经典性条件反射是指一个原先并不能引起某种本能反射的中性刺激物，由于它总是伴随某个能引起该本能反射的刺激物出现，如此多次重复之后，这种中性刺激物也能引起其本能反射发生。

经典性条件反射最著名的例子是巴甫洛夫的狗的唾液条件反射，如图 2-4 所示。食物进入狗嘴里，狗分泌唾液，是一种无条件反射。铃声是一个中性刺激。铃声并不能使狗分泌唾液。但是每次给狗食物的同时或这之前都给以铃声刺激，多次结合后，中性刺激——铃声单独作用，动物也分泌唾液。这时，狗对铃声刺激的条件反射就形成了。本来与唾液无关的中性刺激——铃声，此时成了喂食的“信号”，即成为心理刺激或条件刺激物。

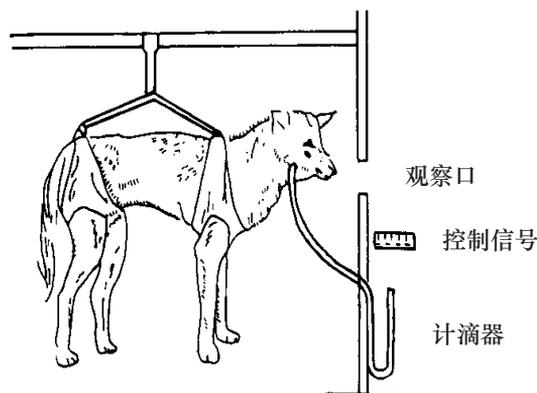


图 2-4 狗的唾液条件反射实验

巴甫洛夫认为条件反射的建立是在大脑皮质里中性刺激的兴奋灶和无条件刺激的兴奋灶之间暂时联系的接通。由此可见，条件反射的形成需要无条件刺激与条件刺激在时间上的多次反复结合，这个过程称为强化。强化的次数越多，条件反射就越巩固。由于条件反射的神经通路是暂时的，条件反射形成之后，如果不予以强化，就会逐步消退，这种现象叫作条件反射的消退。

工具性条件反射又称为操作性条件反射，是指在一定刺激情境中，如果动物的某种反应的后果能满足其某种需要，则它的这种反应出现的概率就会提高。

工具性条件反射是有机体在后天生活过程中经学习而形成的一种反应形式，是美国心理学家斯金纳用白鼠和鸽子进行一系列的实验而提出的，见图 2-5。

实验程序如下：把白鼠或鸽子放在一个装有机器的箱子里，它们只要碰到这个机关，就有一个食丸掉出来。开始，白鼠或鸽子在箱子里乱动，碰巧碰到机关，食丸就掉下来。以后，它们会越来越多地去抓或去啄这个机关。最后，为获得食丸它们就学会了抓或啄这个机关。由此可见，经过多次尝试错误与偶然成功，情境与反应动作之间建立了联系，形成了条件反射。在这种反应过程中，有机体的行为作为获得奖赏的手段或工具，这种反射被称为工具性条件反射。

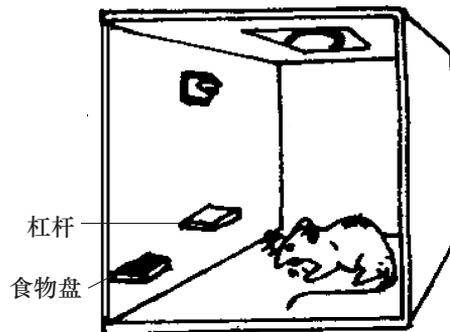


图 2-5 斯金纳操作条件反射实验

工具性条件反射与经典性条件反射有共同的规律。它们都是在一定条件下建立起来的反射，而最根本的共同点是都需要强化。二者的不同点在于：(1) 经典性条件反射的无条件刺激物十分明确，而工具性条件反射的无条件刺激物不明确，一般认为是机体自身的一些因素促使机体操作动作的。(2) 经典性条件反射中动物往往是被动接受刺激，而在形成工具性条件反射过程中，动物通过自身的主动操作来达到目的。(3) 在经典性条件反射中，强化刺激引起非条件反应，而在工具性条件反射中，非条件反应不是由强化刺激引起的，相反是由非条件反应引发了强化刺激。

在工具性条件反射中，动物可以自由活动，它通过主动操作来达到一定的目的，反应是在学习过程中形成的。所以，操作性条件反射在人类的活动中存在更广泛、意义也更大。

3. 两种信号系统

条件反射系统又称为信号系统。所谓信号，就是能使人或动物产生条件反射的刺激

物及其属性。巴甫洛夫把信号分为两类：第一信号和第二信号。

第一信号是直接作用于感觉器官的具体的条件刺激物。例如，具体事物的形、色、声、味等。经典性条件反射中的铃声就是第一信号。用具体事物作为条件刺激物所形成的条件反射系统叫作第一信号系统，这种信号系统是人和动物共有的。例如，吃过梅子的人，看到梅子后会流口水，这是条件反射，属于第一信号系统。第一信号系统是以无条件刺激物为基础的。

第二信号是指人类所特有的言语和文字。用词语作为条件刺激物所形成的条件反射系统称为第二信号系统。第二信号是人特有的，以条件刺激物为基础。例如，掌握了语言的人，不仅在看到梅子，而且在听到“梅子”这个词时，也会流口水，“谈梅生津”就属于第二信号系统的活动。

第一信号系统是动物行为的最高调节系统，第二信号系统是人类行为的最高调节系统。第一信号系统是第二信号系统形成的基础，第二信号系统既揭示第一信号系统的意义，又支配调节着第一信号系统，从而保证了人类对第一信号进行反射的选择性、目的性。人类的一切正常活动都是在第二信号系统调节下，两种信号系统协同进行的。

4. 大脑皮层神经活动的基本过程

大脑皮层神经活动的基本过程是兴奋过程和抑制过程。

兴奋过程与有机体的某些活动的发动或加强相联系。比如，在食物作用下有关控制唾液反射的中枢发生兴奋，就会引起或加强唾液的分泌。

抑制过程是与有机体的某些活动的停止和减弱相联系。比如，如果有关控制唾液反射的中枢发生抑制，则唾液分泌就会减少或停止。

兴奋过程和抑制过程相反但又相互依存、相互转化。某一部位有时兴奋占优势，有时抑制占优势。就整个大脑来说，清醒时兴奋占优势，睡眠时抑制占优势。

抑制包括两种：非条件性抑制和条件性抑制。

非条件性抑制，是有机体生来就有的先天性抑制。它包括外抑制和超限抑制。外抑制是指额外刺激物的出现，对正在进行的条件反射发生的抑制。例如，突然出现的强声，会立即使原来的活动受到抑制。超限抑制是指当刺激作用过强、过多或作用时间过久时，神经细胞不但不能引起兴奋，反而会发生抑制。这种抑制使神经细胞免于因兴奋过度而耗尽，所以也叫作保护性抑制。人在过度疲劳时的睡眠就是超限抑制的表现。

条件性抑制，是在后天一定条件下逐渐形成的，主要有消退抑制和分化抑制。消退抑制是指条件反射由于没有受到强化而发生的抑制。比如，灯光和食物多次结合后建立起来的条件反射，可以在灯光出现时引起唾液的分泌，但如果不再用食物来强化灯光这个条件刺激物，那么就会使灯光引起的条件反射逐渐消失，它是兴奋向抑制的转化。分化抑制是只对条件刺激物加以强化，而对与其近似的刺激物不强化，经过若干次后，只有条件刺激物才能引起条件反射性反应，近似刺激物引起的反射受到抑制。例如，在学习中，对英语发音的细微区别就是通过分化抑制实现的。音乐教学中的练耳从单音开始，给定一个标准音，经过反复地强化，然后去辨别其他音，这就是一个分化抑制的过程。

二、心理是人脑对客观现实的主观、能动的反映

(一) 心理的源泉是客观现实

心理是人脑的机能，但人脑并不会自发地产生心理，只有当客观现实作用于人脑时，才会产生心理。人的心理、意识来源于客观现实，具有社会性。从心理反应的内容而言，客观现实是心理产生的源泉。

客观现实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，客观现实分为自然现实（环境）和社会现实（环境）。

自然现实（环境）既包括各种自然现象，如天体宇宙、山脉河流、四季变更、飞禽走兽，也包括人文环境，如城市、乡村、住宅、交通等。

社会现实（环境）十分复杂，主要包括社会的生活方式、经济体制、政治制度、社会团体、风俗习惯、生活方式等。

自然环境和社会环境都是人类心理的源泉，其中社会环境对于人的心理发展方向和个性差异的形成有重要的作用。俗话说：近朱者赤，近墨者黑，它形象地说明了社会环境对人的身心发展的巨大影响。如果没有社会环境，就不会有人的心理。而社会存在决定了人的心理，离开了社会生活，人的心理和行为就会发生变态。所以，人的心理有明显的社会性。

社会环境对人的影响是自发产生的，因而社会环境对人的影响可能是积极的，也可能是消极的；可能是好的，也可能是坏的。

专栏 2-3

印度的狼孩

1920年，在印度加尔各答西南的一个小城附近，发现了两个由狼抚养的女孩，放在孤儿院里，由辛格牧师夫妇抚养，大的七八岁，取名叫卡玛拉，活到17岁，小的不到2岁，取名叫阿玛拉，在孤儿院里活了不到一年。

刚进孤儿院的头一年，卡玛拉只有狼的习性而没有人的心理。她不会说话，不会思考，没有感情，用四肢行走，昼伏夜行，睡觉也是一副狼相。经常半夜起来在室内外游荡，寻找食物。想要逃跑时，像狼一样嚎叫，吃饭喝水都是在地上舔食。她愿意与猫、狗、羊等动物一起玩，不让别人给她穿衣服，不愿与小孩接近。

第二年，卡玛拉能用双膝行走，能靠椅子站立，能用双手拿东西吃，对抚养她的辛格夫人能叫“妈”。经过三年多才逐步适应人的生活，能够自己站起，能接受让别人给她穿衣服，可以摇头表示不。辛格夫人外出回来，她会表示高兴。

入院第四年她才能摇摇晃晃地直立行走，吃饭时能说“饭”这个词，这时的智力水平相当于一岁半的孩子。

入院6年，能说出30个单词，与别人交往时有了一定的感情，智力达到两岁

半孩子的水平。

第七年，卡玛拉已基本改变了狼的生活习性，能与一般孩子生活在一起，能说出 45 个单词，能用三言两语表达简单的意思，能够唱简单的歌。她开始注意穿着，不穿好衣服不出屋，有了羞耻心。她能自觉地到鸡窝去捡鸡蛋，受到表扬就非常高兴。

第九年（17 岁），卡玛拉因尿毒症死去时，智力只有三岁半孩子的水平。

资料来源：韩永昌. 心理学 [M]. 上海：华东师范大学出版社，1990，33-34

（二）心理的主观能动性

人的心理，就其反映的内容来说是客观的，但就其反映的形式，如感觉、知觉、思维、情感等来说，却是主观的。

1. 人的心理具有观念性

人的心理虽然离不开物质基础（人脑和客观现实），但心理本身不是物质现象，而是一种精神现象，具有观念性。

2. 人的心理具有主观性

首先，人的心理只是主体对客体近似的反映，而不是与客观现实的原型分毫不差。

其次，不同主体的知识经验、人格特征、意识倾向具有明显的个别差异。即人的知识经验不同、人格特征不同、意识倾向不同，对同一客观现实的反映就带有明显的个人主观特点。

例如，两个人同时观察一棵树，植物学家首先获得的是关于树种、树龄以及树的生长环境等方面的知识，画家则获得的是有关树干、树枝、树叶（形状、疏密、大小等）等方面的印象。

再次，同一个人，在不同的时期，对同一事物也可能有不同的看法。比如，问一个人“什么是灯”，在小学低年级阶段，他会认为“灯——是玻璃做的”，到了小学中年级阶段，他会认为“灯——能照明，能挂起来”。

3. 人的心理具有能动性

人对客观现实的反映，并不是消极被动的，而是积极主动的，具有明显的能动性。人的心理的能动性主要表现在以下几个方面。

（1）人的行为具有目的性

目的性是人的心理能动性的重要表现之一。人在行动之前会通过思维活动预先确定行动的目的，计划行动的步骤、方法，估计产生什么样的结果。而动物的行为是没有目的性的，结果是不能预见的，只能消极地适应自然环境。

（2）人能创造性地认识世界、改造世界

人不仅能通过感知、记忆、想象去了解客观现实的表面现象，认识事物的外部联系，而且可以透过事物的表面现象去认识事物内部的本质和规律。认识世界的目的在于改造

世界。人类只有认识世界的规律性，才能避免盲目性，顺利地、有效地去改造世界。

(3) 人能认识自己、控制自己、完善自己

人的心理的能动性不仅表现在创造性地改造客观世界上，而且还表现在通过自我意识去认识自己、控制自己、教育自己、完善自己上。人的自我意识，在认识上表现为自我知觉、自我概念、自我评价；在情感上表现为自尊、自信、自爱、自豪；在意志上表现为监控自己；在人格上表现为能够维持人格与当前活动的统一，即人格诸因素的统一。

第二节 个体心理发展

一、心理发展的概念

发展指个体身心整体的连续变化过程，这种变化，不仅是量的变化，更重要的是质的变化。发展是由一种新结构的获得或从一种旧结构向一种新结构的转化组成的过程。

个体的心理发展是指个体从出生到成人再到老年的心理发生、发展和变化的过程。

个体心理的发展和变化从开始到成熟可以归纳为以下四个方面。

一是心理活动从混沌未分化向分化、专门化发展。例如，个体最早的情绪反应只是一般性激动，以后才逐渐分化出快乐和痛苦两种情绪，并在此基础上进一步分化。

二是心理活动从不随意性、被动性向随意性、主动性发展。例如，在个体婴幼儿时期的心理活动中，无意注意、无意记忆和无意想象占主导地位，到一定年龄阶段后，有意注意、有意记忆和有意想象便占据了主导地位，这一变化表明意识对心理活动的控制加强了。

三是从反映事物的外部现象到反映事物的本质属性。例如，年幼儿童对事物和人际关系的认识停留在偶然的、直观的、非本质的外部特征上，而后来则逐步能认识到对象的本质特征以及各事物之间的客观联系。

四是对周围事物的态度从不稳定向稳定发展。最初，儿童的心理活动容易受情境的影响而经常变换，心理活动之间缺乏有机联系。而以后他们的心理活动逐渐地组织起来，形成了一定的系统，表现出相对的稳定性。这种心理的稳定性对形成个体的个性是完全必要的。

以上的发展不是一次完成的，而是不断完善、螺旋式上升的，通过以上的发展，个体的心理会变得日益完善、逐步复杂，逐渐达到成熟水平。

二、心理发展的主要特点

(一) 心理发展的连续性与阶段性

人的心理发展从出生到老年，一直不断地进行着，是一个连续的过程。这种连续性

表现在两个方面。第一，心理的前后发展有着内在的必然联系，先前的发展是后来发展的基础，后来的发展是先前发展的结果。第二，心理的发展进入高级水平后，原先的发展水平并不是简单地消亡，而是被高级的水平所整合和包容。

个体的心理发展是一个从量变到质变的逐步积累、逐步过渡的过程。量变期间，心理发展表现出相对的稳定，量变积累到一定程度时，便引起了心理的质变。不同的质变构成了不同的发展阶段，表现为心理发展的阶段性。例如，婴幼儿时期各种心理机能的萌发，从无到有；儿童少年时期的迅速发展；青壮年时期的成熟稳定；老年时期的逐渐衰退等，这反映了人心理发展的阶段性。

（二）心理发展的方向性

心理发展的方向性有两层含义。第一，指心理的发展总是从低级向高级，从简单向复杂，从不完善向完善发展，发展的总趋势是向上的。第二，指个体心理发展的具体过程具有不可逆性。以思维的发展为例，发展的方向性决定了个体思维发生、发展的顺序是先有直观行动思维，然后才有具体形象思维和抽象逻辑思维。

（三）心理发展的不平衡性

人的心理发展不可能匀速前进，等量增长，而是表现出两个方面的不平衡性：各种心理活动的发展有早有晚；各个年龄段上的发展速度有快有慢。

1. 各种心理活动的发展有早有晚

一般来说，人的认识活动是最早开始发展的，而自我概念等个性品质及交往能力的发展较晚。在认识活动中，最早出现的是感知觉，而反映人类高级心理活动的思维则出现较晚。

2. 不同年龄阶段的发展速度不同

在人的一生中，有两个显著的发展加速期：幼儿期和青春期。图 2-6 表示了人在不同年龄段心理发展速度的不同。

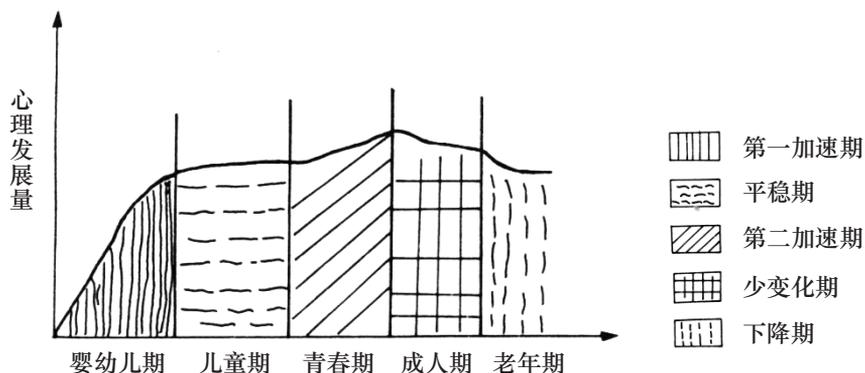


图 2-6 不同年龄段心理发展速度的变化

(四) 心理发展的个别差异

尽管人的心理发展都普遍遵循从无到有、从少到多、从初级到高级、从不成熟到成熟的发展趋势，而且有明显的年龄特征，但是即使同龄的人，心理发展的水平、特点和进程也有很大的差异，表现出个人的独特性。这也是人类心理发展复杂性的一个表现。

个人的发展速度可能有快有慢，最终的发展水平也不尽相同，更主要的是人们在心理发展的过程中形成了各自的风格、特征。有的人更机敏，有的人更沉稳；有的人善于思考，有的人长于行动；有的人喜欢独处，有的人热衷于群体活动；有的人全面发展，有的人有明显的长处和短处……

三、年龄特征与发展阶段

(一) 年龄特征

年龄特征是指在某一个年龄阶段所形成的典型的、本质的特征。年龄特征有生理年龄特征和心理年龄特征之分。心理发展的年龄特征是指在一定的社会和教育条件下，个体在每个不同的年龄阶段表现出来的一般的、本质的、典型的心理特征。例如，思维具有鲜明的形象性和具体性，是小学儿童思维的年龄特征。

个体心理发展的年龄特征具有稳定性和可变性的特点。在一定社会教育条件下，一定年龄阶段的大多数个体总是处于一定的发展水平上，表现出基本相似的心理特点。个体心理发展的年龄特征具有稳定性的同时，也具有一定的可变性。这种可变性不是指心理发展阶段的省略、逆转或任意捏造，而主要表现在心理发展的速度可因社会、教育、生活条件的改变而有所变化。

(二) 发展阶段的划分

人的自然成熟过程用年龄来标志，而人的心理发展并不与自然年龄完全同步。真正按照个体心理发展本身的规律，客观、准确地划分发展阶段，是一个迄今为止尚未完全解决的课题。目前所见到的划分人生阶段依据的典型资料，可以归纳为以下几类。

1. 从生理变化或种系演化规律进行的划分

(1) 柏曼(L.Berman)以内分泌腺的发育优势为划分标准，将儿童的心理发展分为三个阶段：①胸腺时期(幼年)；②松果腺时期(童年)；③性腺时期(青年)。

(2) 弗洛伊德以心理性欲发展为依据把儿童心理的发展分为五个阶段：①口欲期(口唇期)(0—1岁前)；②肛欲期(肛门期)(1—3岁)；③性器期(前生殖器期)(3—6岁)；④潜伏期(6—11岁)；⑤生殖期(青春期)(11—20岁)。

(3) 施太伦(W.Stern)根据复演论的思想，把人类个体的发展等同于种系的发展，分为三个阶段：①幼儿期(6岁以前)是从哺乳动物到原始人类阶段；②意识的学习期(从入学到13岁)是人类古老文化阶段；③青年成熟期(14—18岁)是近代文化阶段。

以上这些划分由于都是单纯以生物的变化或种系的演化规律来划分的，所以不可能科学地反映心理发展的阶段性，只能作为参考的资料。

2. 以智慧和认知结构的变化为依据进行的划分

皮亚杰以智慧和认知结构的变化为依据划分发展阶段,把儿童的心理发展划分为四个阶段:①感知运动阶段(0—1.5、2岁);②前运算阶段(1.5、2—6、7岁);③具体运算阶段(6、7—11、12岁);④形式运算阶段(11、12—14、15岁)。

3. 以儿童活动形式的转变为依据进行的划分

苏联心理学家达维多夫以儿童活动形式的转变作为划分的标准,把个体心理的发展划分为6个阶段:①直接情绪性交往活动(0—1岁);②摆弄实物活动(1—3岁);③游戏活动(3—7岁);④基础学习活动(7—11岁);⑤社会组织活动(11—15岁);⑥专业学习活动(15—17岁)。

4. 精神分析学派的划分

埃里克森将生物、文化和社会这三种因素结合起来将个体心理发展划分为8个阶段:①基本的信任感对基本的不信任感(0—1.5岁);②基本的自主感对基本的羞耻感和怀疑感(1.5—3岁);③基本的主动感对基本的内疚感(3—5、6岁);④基本的勤奋感对基本的自卑感(6—11、12岁);⑤基本的同一性对基本的同一感混乱(11、12—17岁);⑥基本的亲密感对基本的孤独感(成年早期);⑦基本的繁殖感对基本的停滞感(成年中期);⑧基本的自我整合感对基本的绝望感(成年晚期)。

5. 我国学者的划分

我国学者根据人在一段时间内具有较多共同的心理年龄特点和主导活动把个体心理的发展划分为以下几个主要时期:①新生儿期(出生—满月);②乳儿期(满月—1岁);③婴儿期(1—3岁);④幼儿期(3—6、7岁);⑤儿童期(6、7—11、12岁);⑥少年期(11、12—14、15岁);⑦青年期(14、15—25岁);⑧成年期(25—65岁);⑨老年期(65岁以后)。

四、影响个体心理发展的因素

影响或制约个体心理发展的因素分为客观因素和主观因素两大类。客观因素是指个体心理发展不可缺少的外在条件,主观因素是指个体心理本身内部的因素。

(一) 客观因素

客观因素包括生物因素和社会因素。

1. 生物因素

生物因素是指影响个体心理发展的遗传因素和生理成熟。

(1) 遗传因素

遗传是一种生理现象。通过遗传,祖先的一些生物特征可以传递给后代。遗传的生物特征主要指那些与生俱来的解剖生理特点。其中对心理发展具有重要意义的是神经系统的结构和机能的特征,这些遗传的生物特征也叫作遗传素质。

遗传素质在儿童心理发展中的作用表现在两个方面。首先,遗传素质是儿童心理发展的最初的自然物质前提,为人类心理的发展提供了可能性。其次,遗传奠定了儿童心

理发展个别差异的最初基础。

英国心理学家西里尔·伯特研究了不同血缘关系儿童的智商关系(见表2-1)。

表2-1 不同血缘关系儿童的智商关系

遗传变量	同卵双生子		异卵双生子	非孪生兄弟姐妹	无血缘关系儿童
环境变量	一起长大	分开长大	一起长大		
智商相关	0.87	0.75	0.53	0.49	0.23

研究发现,在一起长大的无血缘关系的儿童智力相关很小,而有血缘关系的儿童之间的智力相关依据家族谱系的亲近程度而逐渐提高,同卵双生子的智商相关是最高的。

世界上除双生子外,每个个体都具有独特的遗传模式。遗传模式的差异性决定着心理活动所依据的物质本体的差异性,从而影响着心理机能。

遗传因素对个体心理发展不同方面的影响是不完全相同的。一般认为,特殊能力的发展受遗传的影响较大。如音乐家、运动员、画家等除了个人的主观努力外,他们还有着良好的遗传素质。可以说,遗传素质决定了个体可能的最优发展方向,具有不同的遗传素质的儿童,其最优发展方向是不同的。

由此可见,遗传在个体心理发展中的作用是客观存在的。它为心理发展提供了最初的物质前提和可能性。

(2) 生理成熟

生理成熟也称为生理发展,是指机体生长发育的程度或水平。生理成熟主要依赖于机体遗传的成长程序,有一定的规律性。比如,儿童身体生长发育的规律明显地表现在发展的方向顺序和发展的速度上。儿童生长发育的顺序是遵循着首尾方向和近远方向的。儿童生长发育最早的是头部,然后是躯干,接着是上肢,最后是下肢。儿童动作的发展,也是遵循着首尾和近远规律进行的。先会抬头—翻身—坐—爬—用腿走路,先发展臂部动作,后发展手指的动作。

生理成熟对儿童心理发展的具体作用是使心理活动的出现或发展处于准备状态。若在某种生理结构和机能达到一定成熟时,适时地给予适当的刺激,就会使相应的心理活动有效地出现或发展。如果机体还没有成熟,即使给予某种刺激,也难以取得预期的结果。

2. 社会因素

社会因素是指影响个体心理发展的社会环境以及教育。

社会环境主要是指个体直接所处的社会地位、家庭情况、全部的人际关系和周围的社会风气等社会生活条件。社会环境对个体心理发展的作用表现在以下方面。

首先,社会环境使遗传提供的心理发展的可能性变为现实。个体心理发展的可能性是由遗传因素提供的,但是如果缺少社会环境的作用,可能性是不会变成现实的。例如,遗传素质提供了个体直立行走的可能性,但是在教养不良条件下的婴儿,直立行走的时

间会大大推迟。和野生动物生活在一起的兽孩，即便长到很大，也不会直立行走。只有在正常的人类生活环境中，婴儿直立行走的可能性才能得以正常实现。

其次，社会环境是决定个体心理发展水平和方向的最重要因素。马克思指出，物质生活的生产方式制约着整个社会生活、政治生活和精神生活的过程。也就是说，社会生产力的发展水平，影响着政治制度、经济生活、道德风貌、科学水平和教育水平，最终影响着个体心理发展的方向、速度和水平。

专栏 2-4

生活环境对脑有何影响？

罗森茨韦格及其同事进行过一项实验，结果表明，养在恶劣和优越环境下的大白鼠脑发育不同。恶劣环境是指把大白鼠单笼饲养，除了食物和水没有别的玩具，优越环境是指几只大白鼠生活在宽大笼内，多种玩具每天轮流放在笼中，让大白鼠共享。经过数月之后，研究者分别检查两种环境下鼠脑的不同，结果发现：生活在优越环境中的大白鼠，平均大脑皮层重量和厚度均大于生活在恶劣环境中的大白鼠。虽然这一研究是用大白鼠进行的，但研究者们相信，这一结果可以很好地用于人类被试。优越的生活环境对脑的发育和脑功能一定会有好的影响……

资料来源：[美]理查德·格里格，菲利普·津巴多·王磊，王甦，等，译. 心理学与生活 [M]. 北京：人民邮电出版社，2003，69

教育是一种特殊的社会环境，它对个体心理的发展起主导作用。因为教育具有明确的目的性、系统性和方向性，具有一定的组织性，具有树立典型、传授知识、创造条件和矫正不良模式的功能。教育的目的和功能，最充分地体现着社会的需要。所以教育对个体心理发展本质上是社会环境功能对心理发展的作用。

总之，遗传与环境、生物因素与社会因素对心理发展的相互作用可以理解为发展的可能性与发展的现实性之间的辩证关系。个体的生物遗传因素规定了发展的潜在可能范围，而个体的环境教育条件则确定他在此可能范围内的现实水平，可能性并不等于现实性，潜在可能性转化为现实性离不开环境条件。当环境条件有利时（当然是指与遗传相适应的环境），潜在可能性则得到充分实现，达到可能范围的上限；反之，潜在可能性只能在最低限度上实现。在一般情况下，一个正常健康的儿童发展的潜在可能性是相当广阔的。因此，从这个意义上说，环境条件的有利与否对个体发展的现实水平起了决定性的作用，即环境在遗传提供的可能范围内决定个体发展的现实水平。

（二）主观因素

个体心理发展的过程，并不是被动地接受客观因素影响的过程。个体心理本身也积极地参与并影响这个发展过程。个体年龄越大，主观因素对其心理发展的作用就越大。

影响个体心理发展的主观因素，笼统地说包含个体的全部心理活动。具体地说，包括个体的需要、兴趣爱好、能力、性格、自我意识以及心理状态等。其中，最活跃的因

素是需要。

个体从出生时起，就有对食物的需要、对温暖的需要。稍大的孩子，有和人交往的需要、认知的需要、游戏的需要等。需要归根到底是客观事物的反映，但是它本身起一种刺激作用。成人对儿童进行教育，如果不引起儿童接受教育的需要，那么教育也不可能奏效。

兴趣和爱好是影响心理发展的重要因素，兴趣能调动个体的积极性。比如，在有趣的实践活动中，个体的坚持性可以有明显的提高。性格同样影响个体心理活动的积极性。反应快、易冲动的个体较喜欢去完成多变的任务。安静、迟缓的个体有耐心，能够坚持较长时间做细致的工作。自我意识在人的心理活动中起控制作用。比如，自尊心强的个体，心理活动的积极能动性比较突出。

心理状态，包括注意、激情、心境等，是心理活动的背景，即心理活动进行时所处的相对稳定的水平，起着提高或降低心理活动积极性的作用。例如，注意不集中时，观察、记忆、回答问题等各种心理活动的水平都会降低。而注意集中时，则水平会提高。

个体心理活动的各种心理成分或因素之间不可分割，但又对立统一，比如有完成任务的动机，却缺乏坚持到底的意志力。个体心理的内部因素之间的矛盾，是推动个体心理发展的根本原因。

个体心理的内部矛盾即新的需要和旧的心理水平或状态之间的矛盾。需要是矛盾中比较积极活跃的一面。需要是由外界环境和教育引起的。随着个体的成长和生活条件的变化，外界对个体的要求也在不断变化。客观要求如果被个体接受，它就变成个体的主观需要。需要是新的心理反映。旧的心理水平或状态是过去的心理反映。这两种心理反映之间总是不一致的。两者构成心理内部不断发生的矛盾。有了新的需要就不能满足于已有水平。新需要与旧水平发生矛盾，新需要否定旧水平。当水平提高后满足了需要，这种需要又被否定。个体心理正是在这样不断的内部矛盾运动中发展的。

（三）影响个体心理发展的主客观因素的关系

影响个体心理发展的客观因素和主观因素是相互联系、相互影响的。正确认识二者的相互作用，才能弄清个体心理发展的原因。

1. 充分肯定客观因素对个体心理发展的作用

个体心理的内部矛盾是推动心理发展的根本动力，不论个体心理的内部矛盾如何变化发展，矛盾的双方都是在生理成熟的基础上所形成的对环境和教育的反映。但是，环境和教育只有在充分调动个体心理内部积极性、因势利导时，才能起作用。

2. 不可忽视个体心理的主观因素对客观因素的反作用

个体心理本身不但不是消极接受外界的影响，而且还可能反过来对它们产生影响。

个体心理对生理成熟具有反作用。个体心理在一定范围内对其生理活动及成熟产生影响。比如，情绪紧张和长期不愉快的个体，健康水平下降，甚至生理发展延滞。心理原因造成的偏食，导致个体营养不良。此外，个体的心理活动也在自觉不自觉地影响着周围的事物。

思考与练习

一、解释下列术语

神经元 神经系统 反射 条件反射 无条件反射
 第一信号系统 第二信号系统 强化心理发展 年龄特征消退 抑制
 外抑制 超限抑制 分化抑制

二、选择题

- 有“生命中枢”之称的是()。
 - 脑桥
 - 丘脑
 - 延脑
 - 小脑
- “膝跳反射”受()控制。
 - 脊髓
 - 交感神经系统
 - 副交感神经系统
 - 躯体神经系统
- “月薪”属于()。
 - 定比间隔强化
 - 定时间隔强化
 - 不定比间隔强化
 - 不定时间隔强化
- “谈虎色变”属于()。
 - 第一信号系统
 - 第二信号系统
 - 操作性条件反射
 - 无条件反射
- 以认知结构的变化为依据把儿童的心理发展划分为四个发展阶段的是()。
 - 柏曼
 - 施太伦
 - 达维多夫
 - 皮亚杰
- 根据埃里克森的人格发展理论,处于幼儿期的孩子要解决的主要矛盾是()。
 - 主动对内疚
 - 自主对羞怯
 - 勤奋对自卑
 - 信任对不信任
- 根据皮亚杰的认知发展阶段理论,前运算阶段的儿童年龄为()。
 - 0—1.5、2岁
 - 1.5、2—6、7岁
 - 6、7—11、12岁
 - 11、12—14、15岁
- 儿童心理发展最直接的自然物质基础是()。
 - 遗传素质
 - 脑的成熟
 - 言语
 - 身体成熟
- 智商相关最高的是()。
 - 不同环境生长的异卵双生子
 - 同环境生长的异卵双生子
 - 异卵双生子
 - 同卵双生子

三、简答题

- 试论述人的心理的实质。
- 举例分析影响个体心理发展的因素及其作用。

3. 试分析遗传决定论与环境决定论。
4. 简述个体心理发展的主要特点。
5. 如何理解人的心理的主观能动性？

四、实践题

1. 年龄特征的稳定性和可变性对教育教学工作有何启示？
2. 我们如何利用生活经历来影响脑的发育和功能？