

第一章

绪 论

人的心理现象是宇宙间最复杂而又最神奇的现象之一,恩格斯把它誉为“地球上最美的花朵”。心理学就是对人的心理现象及其规律进行研究的科学。自从 1879 年科学的心理学诞生以来,心理学走过了 130 多年不平坦的历程。如今,随着社会的发展与进步,心理学正以令人难以置信的速度迅速渗透到社会生活与国家建设的各个方面。心理学在促进人类的自身发展、应对各种社会问题中正扮演着越来越重要的角色。那么,究竟什么是心理学?什么是心理现象?研究人的心理现象有哪些科学方法?科学的心理学经历了怎样的发展历程?有哪些有影响力的流派?本章将围绕心理学的学科内涵、研究方法和历史发展这 3 个方面,对这些问题一一做出回答。



学完本章,你将能够:

- (1) 认识心理学的研究对象。
- (2) 了解心理学的研究任务。
- (3) 理解心理学的内涵和本质。
- (4) 掌握观察法、访谈法、调查法、实验法等常用的研究方法。
- (5) 了解心理学发展历程中的重要流派及其基本观点。
- (6) 把握心理学的发展现状与学科体系。

 专题导读

很多人都觉得心理学有些神秘,甚至有些玄妙。提到心理学,有的人联想到变态行为,有的人联想到猜透人心,有的人甚至联想到透过水晶球预测未来……这说明,很多人对心理学的内涵尚不了解。学习心理学,首要的任务就是要把握心理学的学科内涵。什么是心理学?什么是心理?这是我们在本专题中要回答的两大问题。概括来说,心理学是研究人的心理现象及其规律的科学;而心理是人脑对客观现实的反映。

 专题一

心理学的学科内涵

一、什么是心理学

(一) 心理学的研究对象

“心理学”一词的英文是“psychology”,是由古希腊文的“psyche”和“logos”二词合成的。“psyche”原本的含义是“生命”、“灵魂”或“精神”,后来被解释为“心灵”;“logos”的含义是“讲述”、“研究”或“解说”。这两个词合起来的意思就是“对心灵或灵魂的解说或研究”。然而,何为“心灵或灵魂”几千年来却一直争论不休,未有定论。

现在,我们普遍认为,心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。心理学的研究对象就是人的心理现象及其规律。科学的心理学不仅要描述心理现象,更重要的是要探究心理现象,以揭示其发生、发展的规律。

要正确理解心理学的研究对象,有以下几个问题需要注意:①心理学既要研究正常人群,也要研究特殊人群,但应以研究正常人群的心理活动为主,阐述心理活动最基本的规律。②心理学既要研究个体心理,也要研究群体心理。群体不是个体的简单相加,有不同于个体的独特规律。③心理学既要研究人的意识,也要研究人的潜意识。④心理学既要研究心理,也要研究行为。心理是内隐的,行为是外显的,外显的行为受内隐的心理的支配和调节。因此,通过对行为的研究,我们就可以实现对内部心理活动的了解。

(二) 心理现象的构成

既然心理学是研究心理现象及其规律的科学,那么心理现象包括哪些内容呢?一般我们认为,心理现象包括心理过程和个性心理两大部分,如图1-1所示。

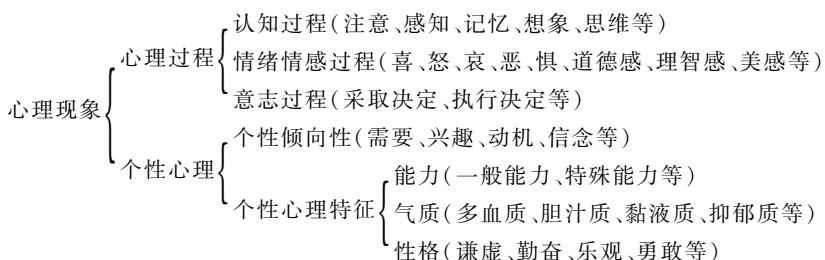


图 1-1 心理学研究对象示意图

1. 心理过程

心理过程是心理学研究对象中的一个重要方面,包括认知过程、情绪情感过程和意志过程。

一个处在清醒状态的人,每时每刻都在感知着他周围的环境,有选择地记忆着他所经历过的事情,必要时需要思考问题、推测想象,以做出恰当的判断和推论。这里的感知、记忆、思维、想象等心理现象,属于人对周围环境由浅入深、由现象到本质的认知过程。

人在认知客观事物时,会对事物是否符合自己的需要产生一定的内心体验,例如愉快、痛苦、气愤、悲伤、恐惧等。这些属于人的情绪、情感过程。

人在认识客观事物时,不仅仅是认识它、感受它,还要对它采取一定的行动。一个人有意识地提出目标、制订计划、选择方法、克服困难,以达到预期目的的内部心理活动过程即为意志过程。

知、情、意这 3 个不同的过程,既有区别,又相互联系。情绪情感过程和意志过程总是以一定的认知活动为前提的,而情绪情感和意志活动又会促进认知的发展;同时,认知过程和意志过程中往往伴随着一定的情绪和情感活动。

2. 个性心理

心理过程是人们共同具有的心理活动,但由于每个人的先天素质和后天环境不同,心理过程产生时又总是带有个人的特征,从而形成了不同的个性心理或称人格心理。个性心理包括个性倾向性和个性心理特征。

个性倾向性是指一个人所具有的意识倾向,也就是人对客观事物的稳定的态度。它是人从事活动的基本动力,决定着人的行为的方向。个性倾向性主要包括需要、动机、兴趣和自我意识等。

个性心理特征是在一个人身上经常表现出来的本质的、稳定的心理特点。例如,有的人擅长推理,有的人擅长绘画,这是能力上的差异;有的人活泼好动,有的人安静沉默,这是气质上的差异;有的人真诚友善,有的人虚伪自私,这是性格上的差异。能力、气质和性格统称为个性心理特征。

人的心理过程和个性心理是密切联系的。一方面,个性心理是通过心理过程形成的。如果没有对客观事物的认识,没有对客观事物产生的情绪和情感,没有对客观事物积极改造的意志过程,个性心理就无法形成。另一方面,已经形成的个性心理又会制约心理过程的进行,并在心理活动过程中得到表现,从而对心理过程产生重要的影响,使之带有个人的色彩。无论对心理过程的研究,还是对个性心理的研究,都需要从一个人心理活动的整体性上加以考虑。

(三) 心理学的研究任务

1. 描述和测量人的心理

描述研究对象的特点和状况是心理学研究最基本的目的,它要回答研究对象“是什么”的问题。无论是个体差异的研究,还是对变量之间关系的研究,都离不开测量和描述。例如,心理学通过各种各样的测量,揭示人类注意的品质、记忆的特点、性格的类型、智商的高低、心理健康的程度等,找出其规律性。心理学所使用的测量工具称为量表,科学的量表要有信度和效度。信度是指所测量的数据不应该在测验时有大的变化;效度是指这个测验必须能测量想要测量的东西。例如,用皮尺量头围来测量一个人的智商,尽管每次都得到相同的数据(信度高),但是这种测量不能真正测出一个人的智力(缺乏效度),因为它与智力并无关系。

2. 理解和说明人的心理

理解和说明人的心理活动,实际上就是找出心理现象的原因。如果说描述解决了“是什么”的问题,那么理解和说明就是解决“为什么”的问题。影响心理活动的因素很多,有外在因素,也有内在因素,心理学研究就是查明这些因素的变化与心理活动的确切关系。例如,一个人整天很焦虑,是个性的问题,还是环境的问题,或者源于童年的创伤?一个小孩子上课注意力很不集中,是有多动症,还是个性所致,或是老师教学缺乏吸引力?这都需要我们运用心理学的理论予以解释和说明。

3. 预测和控制人的心理

科学的重要作用在于预测和控制。掌握了人的心理活动规律,就能根据客观现实的需要去预测和控制心理活动。所谓预测是根据研究建立的某一科学理论,通过一系列的逻辑推理,对研究对象以后在特定情境中的反应做出推断的过程。预测要回答的问题是“会怎样”。例如,根据一个学生的智力水平、动机水平和策略水平,可以预测他的学业成就。所谓控制是指根据科学理论操纵某一研究变量或创设一定的情境,使研究对象产生理论预期的行为改变效果。控制要解决“怎样

做”的问题。例如,我们运用强化原理,对学生的美好行为予以强化,不良行为予以惩罚,就可以促进良好行为的发生,减少不良行为的出现,实现控制功能。

(四) 心理学的学科性质

心理学是介于自然科学和社会科学之间的中间科学,兼有自然科学和社会科学的特点。这一中间科学的特点是与心理现象的特点相适应的。心理现象既是脑的机能,又受社会的制约,是自然和社会相结合的产物。只有从自然和社会两个方面进行研究才能揭示心理活动的实质和规律。所以,研究心理现象的心理学应该是一门自然科学和社会科学相结合的中间科学。研究心理现象的生理机制是自然科学的任务,研究社会对心理活动的制约是社会科学的任务,二者并不冲突。

首先,心理学具有自然科学的性质。心理作为人脑的功能,对心理活动本质和规律的研究离不开对大脑的研究。如现代认知神经科学,把神经科学和脑科学的先进技术手段,如功能性核磁共振技术(FMRI)、事件相关电位技术(ERP)纷纷引入心理学的研究,具有鲜明的自然科学取向。此外,研究脑损伤与各种心理疾病的关系、脑发育对心理发展的影响、遗传在人类行为中的作用等问题,都属于自然科学的研究。即使在传统的行为研究中,心理学也形成了一套与自然科学性质相适应的客观的研究方法,非常强调研究的可观察性、可重复性和可验证性。

其次,心理学具有社会科学的性质。人是社会的人,心理的发生和发展不能离开社会环境的影响。即使是人类最简单的感觉和知觉,也是在社会实践中发展起来的。离开了社会环境和客观现实,人的心理将成为无源之水、无本之木,因此,任何心理现象的研究都不能忽视它赖以生存的现实环境。心理学的很多重要研究领域,如社会心理、教育心理、管理心理、文化心理、消费心理,都是与社会生活直接相关的。在这个意义上,心理学的研究又具有明显的社会科学的性质。

二、什么是心理

(一) 心理是脑的机能

人类对心理与脑的关系的认识经历了一个漫长的历史过程。在远古时代,人们不了解自己身体的结构和机能,对心理现象不能正确地解释,认为心理现象是可以脱离身体而存在的一种实体——“灵魂”的作用。当人降生之后,它就进驻人体,控制着身体的活动,一旦“灵魂”永远离去,人就死亡。这种对灵魂的态度极大地影响了古代西方的心理学思想。

思考活动

1. 学了心理学就能知道他人想什么吗?
2. 心理学是只研究心理有障碍的人吗?
3. 如何理解心理学是一门中间科学?

随着社会的进步,人们逐渐认识到身体和心理现象的联系,认为心理须依附于身体,不能脱离身体而独立存在。但那个时代人们对心理现象由身体的哪一部分产生还不清楚,只能从一些表面现象去推测。当时人们认为心脏是心理的器官,因为人只要活着心脏就会跳动,而死亡时心脏就会停止跳动。孟子就说过“心之官则思”。由于存在这种误解,在《说文解字》中,与精神现象有关的字有 280 个,全部由心旁组成。

但随着人类认识经验的积累和医学科学的发展,人们逐渐纠正了这种错误认识,懂得了产生心理的器官不是心脏而是脑。在西方,大约从公元 2 世纪的希腊医生盖伦开始,就较明确地认识到心理与脑的关系。在我国,大概是南宋以后,特别是元、明时代的医书中明确肯定了脑是心理的器官,指出“神不在心而在脑”。这种观点,现在已经成为一种毋庸置疑的常识。

1. 动物演化的研究表明,动物心理的发展与其神经系统的发展相适应

无机物、植物、单细胞动物都没有神经系统,因而不可能有心理现象。经过漫长的发展过程,到了腔肠动物阶段(如水螅),出现了最原始的网状神经系统,但只能对外界具有直接生物学意义的刺激(如食物)进行反应,其反应方式处于低级的感应性水平。环节动物(如蚯蚓)和节肢动物(如蚂蚁)出现了链状神经系统,由于有了神经节和神经索,每一段神经节有相对独立的作用,并由神经索联系起来,构成中枢神经系统,因此,动物开始有了特定的、专门化的感觉。

低等脊椎动物(如鱼类)有了脑泡,正式出现了脑;到了两栖类,有了脑皮层的萌芽;爬行类出现了脑皮层;鸟类和低等哺乳类动物脑皮层较发达了。同脑的这些发展水平相适应,动物心理也发展到相应的知觉水平,能把一个完整刺激物的各种属性综合起来作为一个整体来反应。

灵长类(如猩猩)的大脑皮层有了高度的发展,脑重也明显增加,与此相适应,动物有了思维萌芽,达到动物心理发展的最高阶段。例如,美国学者卡特纳夫妇用手语教会了一只名叫沃休的黑猩猩许多手势,它能应用这些手势与人进行简单的交流,并且能把学会的词迁移到类似的情境中。如学会开门的“开”的手势,它就能把“开”迁移到“开橱柜”、“开水龙头”中去。

可见,动物的神经系统是物质长期发展的产物,经历了一个由低级到高级、由简单到复杂的发展过程。由于神经系统的发展,动物的心理也由低级向高级不断发展。

2. 个体发展史说明,心理的发生发展与脑的发育完善紧密联系

从个体发展史来看,脑发育得越完善,心理发展所达到的水平就越高。孩子刚出生时,大脑的形态结构已接近成人,但皮层神经细胞比较

简单,分枝少,神经纤维未髓鞘化,皮层上的沟回比成人浅,皮层比成人薄,因此脑重只有 390g 左右,约为成人的 $1/3$ 。儿童出生后脑发育特别迅速,神经细胞在增大,神经纤维分枝在加长增多,神经纤维髓鞘化过程急速进行,脑的重量也随之增加。儿童的脑重在 9 个月时达 660g,相当于成人的 $1/2$;3 岁时达到 990 ~ 1 000g,已相当于成人的 $2/3$;7 岁时达到 1 280g,达到成人的 $9/10$;12 岁时脑重接近成人。随着大脑的发育和完善,儿童的心理发展水平随之迅速提高。可见,心理的发生发展是与脑的发育完善紧密相连的。

3. 医学实践表明,心理现象与脑的活动有密切关系

来自医学的实践告诉我们,心理现象与脑的活动密切相关,脑处在不同的机能状态中就有不同的心理表现,脑不健全时心理活动就会发生障碍。临床上发现,当脑由于外伤或疾病遭受破坏时,人的心理活动就会全部或部分失调,如枕叶受损,就可能变盲;颞叶受损,就可能变聋;左半球额下回受损,病人便不能说话;大脑两半球患肿瘤会使人迅速进入痴呆状态。脑如果受到剧烈的震荡,也会导致人的心理活动异常,如产生幻觉、遗忘症等。人处在不同的心理活动状态下,表现出不同的脑电图。

大量的科学事实表明:脑是心理的器官,心理是脑的机能,没有脑作为物质基础,就不可能有心理现象的产生。

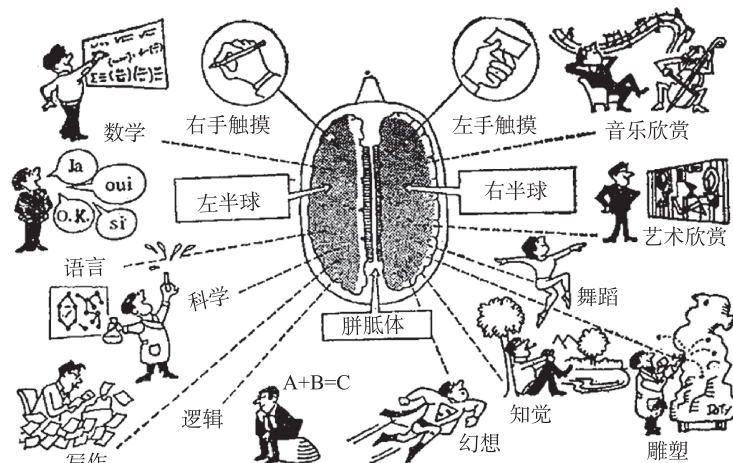
扩展阅读

大脑两半球的一侧优势

从功能上说,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,做出统一的反应。近 30 年来,由于割裂脑的研究,提供了在切断胼胝体的情况下,分别对大脑两半球的功能进行研究的重要资料。切断胼胝体是为了防止癫痫病的恶化,使病变不致由脑的一侧蔓延到另一侧。由于胼胝体被切断,两半球的功能也被人为地分开了。每个半球只对来自身体对侧的刺激做出反应,并调节对侧身体的运动。这样,人们就可以单独研究两个半球的不同功能。

经研究发现,手术后大脑两半球分割的病人,视力、听力和运动能力都正常,而命名、知觉物体的空间关系、理解语言的能力等都出现选择性的障碍。如果将“铅笔”两个字分别投射在病人左、右眼视野内,“铅”在左,“笔”在右,那么病人能说出“笔”,不能说出“铅”,这是因为“笔”投射在左半球,所以能命名,而“铅”投射在右半球,因而不能用言语描述它。如果把铅笔换到右手上,病人马上就能用语言做出报告。如果让病人根据积木的颜色来排列某种

图形,那么 he 可以用左手而不能用手完成任务。这说明,两半球可能具有不同的功能。语言功能主要定位在左半球,该半球主要负责语言、阅读、书写、数学运算和逻辑推理等。而知觉物体的空间关系、情绪、欣赏音乐和艺术则定位于右半球。



资料来源:彭聃龄. 普通心理学(修订版)[M]. 北京:北京师范大学出版社,2001,61-62.

(二) 心理是客观现实的能动的反映

1. 心理是客观现实的反映

脑是心理的器官,心理是脑的机能,但脑本身并不能独立产生心理。脑只是产生心理的物质器官,只是提供了人的心理产生的可能性,而要使之变为现实性,必须有客观现实的作用。

客观现实是指独立于人的心理之外、不依赖于人的心理而存在的一切事物,包括自然条件、社会环境和人体自身及其内部的生理状态。人的心理是对客观现实的反映,如果没有客观现实的作用,心理也就成为无本之木、无源之水。从最简单的感觉和知觉,到复杂的思维和创造;从情绪情感,到个性特征,都是在客观现实的作用下发展起来的,都离不开客观现实的作用。有些心理现象看上去似乎脱离了客观现实,但究其根源都是客观现实的反映。例如,有些梦境荒诞不经,但无论多荒诞,都是经历过的事物和体验拼凑的结果。有些想象离奇古怪,可以构想出一些现实中不存在的事物,但无论多玄妙,总可以在现实中找到原型。孙悟空、灰太狼、美人鱼的形象虽然在客观现实中不存在,但它们的原型猴子、狼、鱼却都存在于客观现实之中。

2. 心理是客观现实的主观映像

心理虽然来自客观现实,但心理的表现形式是主观的。例如,我们

看到一朵花,头脑中产生了花的映像,那朵花和我们头脑中关于花的映像是有区别的,前者是客观存在的事物,后者是一种主观的心理现象,二者不能混为一谈。当然,在头脑中形成的花的映像虽然不是花本身,但同那朵花却是相似的。

人对客观现实的反映总是在主体身上进行的,而每个主体的加工方式不同,因此不同的主体会形成自己特有的主观映像。知识经验、认知方式、情绪状态、需要兴趣、气质性格等因素都会影响主观映像的形成。例如,一个植物学家看花和我们普通人看花,花还是那朵花,但头脑中花的映像可能是不同的,植物学家的映像会细致准确很多。这就是知识经验的作用。同样,由于情绪个性的不同,《红楼梦》中黛玉葬花时看到的花和我们在欣喜时看到的花肯定也有不同的映像。总之,外界事物要转变为个人的心理映像,一定会经过内部主观世界的加工作用,从而使心理映像总是带有鲜明的个人特点。

3. 人的心理在社会生活实践中产生发展

心理活动依赖于人的大脑和客观现实。心理正是在这二者的相互作用过程中产生的,而这种相互作用的过程是在社会生活实践中进行的。

从个体发展层面来看,一个有健全大脑的人,如果脱离了人类社会环境是不可能发展出人类特有的心理机能的。到目前为止,世界范围内所发现的 30 多起野兽哺育的孩子,大多数是在两岁时被野兽哺育,在动物世界中长大。他们回到人类社会时都不会直立行走,不会讲话,具有野兽的习性。他们经过长期的训练,可以获得直立行走的能力,但与同龄儿童相比有很大差距,要获得语言能力就更困难。印度狼孩卡玛拉回到人类社会 7 年后,也只学会 45 个词,17 岁时其智力只相当于 4 岁小孩的水平。对野孩子的研究认为,人区别于动物的心理、意识、语言、智慧和能力等重要特征都不是天生的,是在人类的社会生活和社会实践中逐步发生、发展和完善起来的。

从社会发展层面来看,在不同的历史时期,由于社会生产力和科学技术发展水平不同、社会实践活动不同,人们的心理表现出不同的水平和特点。

人的心理不仅在实践活动中发生、发展,同时也在实践活动中表现出来。一个人的感知、记忆、思维水平是通过工作、学习、处理问题的活动表现出来的;一个人的兴趣、情绪、性格也是通过他的各种实践活动表现出来的。人的心理不仅在实践中发展和表现,而且还指导着实践,能不断地改造客观现实,表现出能动性。

综上所述,心理是人脑对客观现实的主观的、能动的反映。



专题小结

本专题回答了两大问题:第一,什么是心理学?心理学是研究人的心理现象及其规律的科学,心理现象包括心理过程和人格心理两大部分。心理学的基本任务是测量和描述人的心理,解释和说明人的心理,预测和控制人的心理。心理学是介于自然科学和社会科学之间的中间科学,兼有自然科学和社会科学的特点。第二,什么是心理?心理是人脑对客观现实的能动反映。首先,心理是脑的技能。其次,心理是客观现实的能动的反映。

专题导读

心理学研究的基本方法有观察法、实验法、访谈法、问卷法和测验法等。这些方法都属于科学方法,具有一致的基本过程,即:根据所要解决的问题提出假设,进行研究设计;采用恰当的方法搜集资料;按照一定程序进行结果的统计处理;最后进行理论分析,得出结论。本专题我们对这些方法的含义、特点、形式等分别加以介绍。



专题二

心理学的研究方法

一、观察法

观察法是指在自然情境中对人的行为进行有目的、有计划的系统观察并记录,然后对所作记录进行分析,以期发现心理活动规律的方法。研究者不仅可以直接通过人的感官进行观察,而且可以借助各种仪器、设备进行观察。观察仪器和装置的使用,不仅可以扩大观察的范围,还能大大提高观察结果的精确性和科学性。

观察法多被应用在学校的教育和教学情境、儿童行为、社会团体活动以及动物行为的研究。在实际应用观察法进行心理研究时,通常有两种方式:一种是参与观察,即观察者参与被观察者的活动进行观察;另一种是非参与观察,即观察者不参与被观察者的活动进行观察。无论采取哪种方式,原则上应不使被观察者发现自己的活动被他人观察。

作为科学研究手段的观察法不同于日常观察,它具有目的性和计划性。在观察之前,研究者对观察对象的选择以及观察什么、怎样观察和记录等,都要做详尽的考虑和明确的规定,以便尽可能地收集到对课题有意义的事实材料。观察法通常在现实情境中进行,具有很强的真实性。在实施观察法的过程中,研究对象不知自己正在被观察,其行为完全是自然的,不会存在实验或调查过程中可能存在的虚假反应。观