

From Shamanism to Cutting-Edge Neuroscience

250 Milestones in the History of Psychology

心理学之书

The Psychology Book

[美] 韦德·E. 皮克伦 著

杨文登 殷融 苏得权 译

叶浩生 审订

美国心理协会主席 菲利普·津巴多 作序

从萨满教到神经科学前沿

心理学史上的 250 个里程碑



重庆大学出版社

心理学之书

〔美〕韦德·M·皮克伦 著

杨文登 殷融 苏得权 译 叶浩生 审订

Psychology

重庆大学出版社

Copyright © 2014 by Wade E. Pickren and Philip G. Zimbardo

This edition has been published by arrangement with Sterling Publishing Co., Inc., 387 Park Ave. South,
New York, NY 10016.

版贸核渝字(2014)第199号

图书在版编目(CIP)数据

心理学之书/(美)皮克伦(Pickren, W. E.)著;

杨文登、殷融、苏得权译;叶浩生审订. —重庆:

重庆大学出版社, 2016.2

(里程碑书系)

书名原文: The Psychology Book

ISBN 978-7-5624-9466-9

I. ①心… II. ①皮… ②杨… ③殷… ④苏… ⑤叶…

III. ①心理学—通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第226958号

心理学之书

xinxixue zhi shu

[美] 韦德·E. 皮克伦 著

杨文登 殷融 苏得权 译

叶浩生 审订

策划编辑 王思楠

责任编辑 杨莎莎

责任校对 邹忌

装帧设计 鲁明静

责任印制 赵晟

重庆大学出版社出版发行

出版人: 易树平

社址: (401331) 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

网址: <http://www.cqup.com.cn>

印刷: 北京利丰雅高长城印刷有限公司

开本: 787×1092 1/16 印张: 18.25 字数: 384千字

2016年2月第1版 2016年2月第1次印刷

ISBN 978-7-5624-9466-9 定价: 88.00元

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换

版权所有, 请勿擅自翻印和用本书制作各类出版物及配套用书, 违者必究

序言

心灵有它自己的地盘，在那里可以把地狱变成天堂，也可以把天堂变成地狱。

——约翰·弥尔顿（John Milton），《失乐园》，1667年

大约40年前，我做了一个令我至今仍困惑的实验。我在探索“什么样的环境催生了罪恶”这一问题时，我发现，在斯坦福大学地下室的模拟监狱中，那些原本仅仅是进行角色扮演的大学生志愿者，竟毫无顾忌地做出了残酷行为。事实上，这些行为与心理发生了巨变的学生，都是典型的中产阶级的年轻白人，他们被随机分配担任“罪犯”或“警察”的角色。该实验原计划进行2个星期，但仅仅在6天后，我就不得不终止了实验。正如斯坦利·米尔格拉姆（Stanley Milgram）早年证明的那样，大多数普通的成年人经过引导，都容易盲目地服从非正义的权威。我的这项研究，同样以一种戏剧化的方式，描绘了无处不在的情境因素，如何压制了个体的意向倾向性。

在几十年后的2004年，阿布格莱布监狱发生的虐囚事件，再次证明了斯坦福监狱实验的正确性。我在2007年出版的《路西法效应》（*The Lucifer Effect*）一书中，描绘了两种对比的情境，清晰地阐述了由显著的权力差异所激发的心理动力因素（psychological dynamics），这些动态性因素包括去个性化、服从权威、自我辩白、合理化与去人性化。尤其是去人性化，它使一个普通的个体变得冷漠，甚至成为荒唐而偏执的犯罪者。除了调查导致这些罪恶行为的因素，我还对了解隐藏在人们及其情境背后的因素感兴趣。正是这些因素，导致人们无视罪恶、形成公众冷漠（public apathy）、对其他人的苦难漠不关心，或在紧急情况或犯罪情境中出现旁观者效应（bystander effect）。

我职业生涯的大部分时间都在研究罪恶产生的心理机制。我之所以这样做，本身就证明了，在一个罪恶产生系统的影响下，那些广泛的情境因素会对人们的行为造成影响。我是在纽约市布朗克斯南区的犹太人贫民区长大的。在经济大萧条时期，我形成了自己的人生观以及对事件轻重缓急的看法。都市贫民区的生活，就是依靠发展有效的“街头智慧”（street smart）策略来生存的生活。这意味着，如果谁有力量攻击或者帮助你，你就要注

意避开谁或者迎合谁。这还意味着，为了创立互利互惠的责任，就要去破译那些微妙的情境线索，以确定什么时候可以赌一把、什么时候必须果断地放弃。对我这个骨瘦如柴、疾病缠身的小伙子而言，最重要的是，通过观察不同情境中这两种类型，来理解一个人是怎样从一个被动的追随者，转变为一个主动的领导者。我一旦把握了这些行为或语言差异的关键，我就容易变成一个领导者、队长，甚至通过选举成为美国心理学会的主席。

在那些日子里，贫民区的生活就是没有财产的人们的生活。这些小孩中，一些变成了暴力犯罪的实施者或受害者。我认为，一些孩子之所以最终干了一些真正的坏事，部分是因为他们被更大的孩子带坏了。大孩子为了获得钱财，唆使小孩子干坏事，比如贩卖毒品、盗窃甚至卖掉他们的身体器官。我非常清晰地了解，这些坏孩子与我另一些朋友的差异。这些朋友没有越过那条罪恶之线，因为他们保持着积极向上的价值观，而这些价值观又来自于抚育他们的完整家庭，比如至少在成长的大部分时间里，他们的父亲都陪伴在身边。

但是，即使是我们这些好孩子，大多数也要接受来自东区 151 街的成人仪式。作为加入这个群体的步骤之一，我们都要去偷小卖部，或同其他后来加入的成员打架。我们胆大妄为，恫吓他人。在我们的心目中，我们所做的一切，没有一件是罪恶的，甚至是不好的；我们只是服从群体的领导，遵守群体的规范。成长于这样的环境中，人们就很容易明白，我为什么会对这种恐怖的权力来源特别感兴趣，并用我整个的生命在抵制它，包括反对那些政治势力，它们迫使我们的国家进行不必要的、非道德的越战或者伊拉克战争。

我在美国心理学会的一位曾经的同事、历史学家韦德·皮克伦（Wade Pickren），把研究心理与行为历史上有趣的里程碑事件集合起来，给予读者一个比四十多年前斯坦福地下室所展现出来更为广阔、更有意义的发展情境。当然，这本罕见的书籍还做得更多——它为我们欣赏构成人类生活条件的众多因素，提供了一个栩栩如生的历史情境。还在史前时代，人类就已经在寻求如何更好地理解自我与他人。以人类的残酷行为偏向（propensity for cruelty）为例，解释就多种多样，从犯罪幽灵、荷尔蒙失衡到反社会人格等，不一而足。到了 20 世纪，攻击性的原因又被追溯到复杂的性心理，或大脑中杏仁核过度的神经活动。当然，暴力来自于生理、心理与环境因素的交互作用。但已有众多的研究表明，当下的“情境性”压力，比我们所已知的、跨情境地塑造我们行为的因素影响更为强大。

斯坦福监狱实验中，最重要的结论之一就是，一系列无处不在的、微妙的情境因素，能够决定一个人对抗的意愿。是强有力的复杂因素系统，组成了整个情境。但是，大多数心理学家，对那些政治、经济、宗教、历史及文化等规定情境以及决定情境是否合法的系

统力量与深层根源并不感兴趣。与原本仅仅关注“坏苹果”相比，我们必须意识到揭示“坏桶子”的本质（有时“好苹果”放在坏桶子里面就变坏了），了解谁是“坏桶子的制造者”，才能对犯罪动机有一个完整的把握。因此，我建议，对人类行为动力的完整鉴别，需要我们了解个人力量、情境力量及系统力量作用的范围及作用的有限性。

心理学领域一个最重要的事情是，一切探究人类心灵的研究，最终的目标都是在个体与社会的基础上，改善人类的生活质量。无疑，了解心理障碍及变态行为背后的生理机制是很关键的。在过去的 100 多年里，我们关于大脑的知识已经显著增长。但是，据近年的估算，存在于大脑皮层及小脑的神经元约有 1 000 亿个。大脑比宇宙中任何其他的物质更为复杂，也更难理解。最近，奥巴马总统发起了一个名为“大脑”（“BRAIN”）的项目，这有助于阐明大脑的神经活动、心理状态及其产生的行为之间的重要关系。但是，面对大脑这一奇妙的器官，我们的认识也许永远都不会完结。

确实，神经科学为了解大脑如何工作提供了重要而详细的信息。但是，我们不能只见树木，不见森林。脑科学在告诉我们作为人类的生活及其经验等方面，还存在缺陷。相对而言，社会心理学采取了更为广泛的观点，退回来观察文化框架中个体之间的交互作用。如果要改变或预防个体或群体的不良行为，就需要了解特定情境中人们的力量、美德或弱点。然后，我们还需要更加完整地意识到在具体的行为情境中起作用的情境因素的复杂性。其中，有些因素在文化内至关重要，但对文化外的人而言却难以理解。想办法改变或避免这些因素，比仅仅在情境中直接实施治疗行为，更能减少个体的不良行为。

当前，大多数治疗项目在处理社会问题时，往往聚焦于个人的改变，即通过教育、宣传、治疗、惩罚、拷问、监禁或流放，来改变单个的个体。但如果犯罪因素是情境性的、系统的，或者不同个体本身就具有不同的反应模式（如：现在导向-未来导向），这些做法就很难获得预期的结果。相反地，我认为，在普通大众中，提倡预防措施的公共卫生模式，要比直接治疗个体已有的病痛与伤害的标准医疗模式更为有效。当然，除非我们对这一系统（真实因素它往往是隐藏于神秘的面纱背后）有着更为清晰的了解，能更为完整地把握这一系统运行的规律与法则，否则，行为的改变将是暂时的，情境的改变则更加虚幻。

最后还强调一点，对我而言，最为奇妙的是现当代的心理学研究，在拓展宽度的同时正在增加深度。我的一些同事正致力于发展新的方法与技术，来破解个体、群体与社会（跨文化、跨年代）的心灵、大脑及行为的秘密。（叶浩生 译）

菲利普·津巴多博士 (Philip G. Zimbardo)

斯坦福大学名誉退休教授

绪论

伟大的记忆心理学家赫尔曼·艾宾浩斯（Hermann Ebbinghaus, 1850—1909）说过一句被广泛引用的名言：“心理学有长期的过去，但只有短暂的历史。”确实，在很早之前，人类社会就已经存在许多我们今天称之为心理学的理念与实践。约 150 年前，我们开始努力对这些理念进行科学的研究。心理学既是一门科学，还是一项职业。它的许多实践是为了帮助人们更好地生活、更好地应对当代社会的需求。心理学的这种二元属性，使它成为涉及我们生活方方面面的一门丰富的、值得研究的学科。

心理学的范围

心理学家在研究日常生活中最有趣、最有用的主题，比如儿童发展、决策、工作、睡眠、老龄化、健康或其他众多主题。从西格蒙德·弗洛伊德（Sigmund Freud）的能量模型，到诺贝尔奖得主赫伯特·西蒙（Herbert Simon）的计算机模型，心理学家们发展了大量关于心理机能的理论模型。同样，设计众多治疗方式来帮助人们应对心理问题，也已经成为心理学家工作的一个重要组成部分。

现代心理科学与实践在欧洲与北美洲发展最快，但无论是心理学的科学还是实践，其根源都可追溯到人类有记录以来的整个历史。正像本书将要明确描述的，来自不同时代、不同地域的思想家们已经为我们自身做出了大量贡献。数千年来，心理学原理与宗教、哲学、医学及包括星相术、天文学等在内的其他思想体系紧密的关联在一起。每一种文明中，都有人撰写了关于人类精神、心理与行为的著作，并试图对心理障碍有所了解。无论是受过教育的，还是未受过教育的人都曾不遗余力地推广手相学、面相学、颅相学等与人的身体相关的思想体系，将其作为理解自我与他人的一种方法。

本书的主题，主要是横跨数十个世纪的心理学思想，以及提出这些思想的伟人们。关于人类与动物的心理学领域，深深地吸引了一些世界级的伟大思想家。我们将探索他们说过什么，并介绍他们的生平事迹。比如，美国心理学家、哲学家威廉·詹姆斯（William

James) 曾写信给他的朋友,“心理学是一门该死的学科,人们所可能希望了解的一切,在它那里都完全找不到答案”。詹姆斯是在他花费了 12 年写成《心理学原理》(1890 年,被认为是心理学领域最为伟大的著作之一)之后愤怒地写下这些话的。显然,詹姆斯并不反对心理学。事实上,直至 1910 年逝世,他一直都在为心理学领域做着重大的贡献。可以这样理解,他的观点反映了心理学的复杂性。我们要如何才能够理解像人类的思想与行为这么复杂的事物呢?

事实上,心理学是最为复杂的科学与职业之一。乍看起来,心理学只是一种常识,它的知识依靠直觉而获得,或者它本身就是一种常识性的知识。但走近一看,它表面上是一门常识,但实际上是一门科学,它富有知识、体察入微且注重细节。以认知心理学为例来进行说明。20 世纪 70 年代,以色列心理学家丹尼尔·卡尼曼(Daniel Kahneman)与阿摩斯·特韦尔斯基(Amos Tversky)猜想人类的决策是非理性的,并不是真正地基于利益最大化。后来,他们的研究发现,人们在不确定的环境中做出决策时(如:问是否会有更多的人死于飞机或汽车等交通事故),他们主要依赖认知捷径或启发式方法,来协助做出最终决策。这些认知捷径可能是基于瞬间进入头脑的一个事例(即有效的启发条件),或者基于事实上并不存在的相似性假设,一般叫作代表性启发。肯尼曼与特韦尔斯基认为,人类在进行决策时,并不总是理性的,甚至理性可能还没有占到主导地位。当然,尽管弗洛伊德将自己的观点建立在完全不同类型的证据基础之上,他早在约一个世纪以前,就已经宣称人不是理性的动物。在本书中,我们还将读到关于理性、情绪及它们重要的结果等问题。

关于人类行为的知识非常重要。它们对个体生存与种系繁衍都有重要的意义。弗洛伊德撰写了大量关于性的著作,他宣称生活中最基本的动机是性,我们的人格形成于生命早期,决定着我们如何解决享乐与社会规则之间的紧张关系。其实,在弗洛伊德前后,人们就已经提出了关于性在人类生活中地位的理论,谈到了应该如何理解人类所感受到的最强有力的性冲动所蕴含的意义。在一些社会中,性是开放的、值得庆祝的;在另一些社会中,性是一种禁忌。近来,进化心理学已经形成一种理论模式,认为男女之间的性吸引主要是基于人类的进化历史。另外,还有一些心理学家认为,性吸引是一种社会建构,被人们视为性欲望的东西,是由我们的生活环境所塑造的。

当今世界,最常被问到的问题之一,就是关于我们自己的人格。我是什么类型的人?我能够更好地理解自我,更成功地处理人际关系、工作及生活的其他方面吗?数千年来,人类一直在寻找这类问题的答案。在古代美索不达米亚、埃及及中世纪的伊斯兰国家,人们创造出“黄道十二宫”,试图以此来了解自己或他人。手相学与命理学也是古代用来理

解、预测与控制人类行为的策略。事实上，人类的身体经常被人们视为理解自身的途径。面相学试图通过人的面相来了解人的性格；颅相学按照人类头骨的形状或凸凹来了解人的性格与能力。同样的，类似的基于身体的理论一直延续到今天，杰罗姆·凯根（Jerome Kagan）与纳森·福克斯（Nathan Fox）等备受尊敬的发展心理学家就宣称，在害羞与不害羞的儿童之间，存在着明显的身体差异。20 世纪，心理学家发展了一些调查、问卷等其他方法，根据由这些方法采集到的数据，进行统计分析。这是形成人格理论更为科学的方法。但是，像弗洛伊德、荣格等更老的理论，至今仍然在全世界范围内有为数众多的拥护者。我们将在本书中探讨这些里程碑式的人格理论。

在这本书中，我们将描述人类经验的丰富性，这将是一段令人激动、极其刺激的旅程。我们将描述众多心理学领域的重要理论。由于心理科学与我们在这个行星上生活的几乎所有方面都有关联，我们很难在一本书中面面俱到地涉及每个方面。但你很快就会发现，这本书列举了许多有趣的、重要的，有时甚至是幽默的一些里程碑人物与事件。人们关于爱、性、友谊、恨等人际关系的理论，在这本书中都有一定的体现；同样，它还有利于我们了解人类从出生到死亡的整个生命历程；工作生活也是每个人的一个重要领域，心理学家在理解这些方面做出了突出的贡献；人格、心理健康与疾病经常联系在一起，我们会看到心理学在这些领域也取得了重大的成果；过去 20 年间，幸福成为了研究的主题（尤其体现在积极心理学运动中），我们将看到这一当代的主题是如何与过去的理念联系起来的；心理学还拥抱着脑科学，从 19 世纪中期开始，科学家已经在了解大脑如何塑造行为，以及经验如何反过来影响大脑等方面取得了巨大进展；神经科学家使用技术与发明来解释记忆形成等基本心理过程，还据之解释精神药物减轻抑郁与焦虑的活动机制。换句话说，这本书的主题非常广泛，讨论了许多方面的问题，以及许多重要的里程碑事件。

年表

本书是根据条目的年代来进行组织的。在最早期的条目中，我们并不能完全确定那些日期。但是，在大多数条目中，我们指出了理论提出、书籍出版或事件发生的具体日期。而且，如果日期存在争议，我们会选用当前最为广泛认可的时间。

致谢

我想感谢许多学者，在我写作本书的过程中，他们深刻的洞见激发了我的大量思考。众多研究科学、医学、职业实践、技术的历史学家，塑造了我对心理学历史的理解。喀戎：国际行为与社会科学史协会（Cheiron: The International Society for the History of Behavioral and Social Sciences）、人文科学史论坛（Forum for History of Human Science）、心理学史协会（Society for the History of Psychology）等组织的成员，为我提供了许多必要的资料。这些资料将众多理论与实践的分支汇聚在一起，共同创造了当代的心理学。最后，我要特别感谢亚历山德拉·卢瑟福（Alexandra Rutherford），她无私地支持并帮助我，使我最终得以完成本书。（叶浩生 译）

目 录

序言 VI

绪论 IX

-
- | | | | |
|-----|--------------------------|-----|--------------------|
| 001 | 约公元前 10000 年/萨满教 | 023 | 1690 年/白板说 |
| 002 | 约公元前 6500 年/环锯术 | 024 | 1719 年/家信与小说 |
| 003 | 约公元前 5000 年/手相术 | 025 | 1747 年/人是机器 |
| 004 | 约公元前 700 年/星座心理学 | 026 | 1759 年/道德情操论 |
| 005 | 约公元前 528 年/佛陀的四圣谛 | 027 | 1762 年/卢梭的自然儿童 |
| 006 | 约公元前 500 年/儒家心理学 | 028 | 1766 年/催眠术 |
| 007 | 约公元前 350 年/亚里士多德的《论灵魂》 | 029 | 1775 年/面相学 |
| 008 | 约公元前 350 年/阿斯克勒庇俄斯与治疗的艺术 | 030 | 1781 年/康德：心理学是科学吗？ |
| 009 | 约公元前 200 年/薄伽梵歌 | 031 | 1788 年/道德疗法 |
| 010 | 约 160 年/体液说 | 032 | 1801 年/阿韦龙野人维克多 |
| 011 | 约 900 年/身体与灵魂的家园 | 033 | 1811 年/贝尔-马戎弟定律 |
| 012 | 1025 年/医典 | 034 | 1832 年/美国的颅相学 |
| 013 | 1357 年/疯人院 | 035 | 1834 年/最小可觉差 |
| 014 | 1489 年/达·芬奇的神经科学 | 036 | 1835 年/悖德狂（精神变态） |
| 015 | 1506 年/术语“心理学” | 037 | 1838 年/孟乔森综合征 |
| 016 | 1517 年/新教徒的自我 | 038 | 1840 年/幼儿园 |
| 017 | 1538 年/论灵魂与死 | 039 | 1843 年/机器能思考吗？ |
| 018 | 1580 年/蒙田随笔 | 040 | 1848 年/奇特的盖奇案例 |
| 019 | 1621 年/忧郁的解剖 | 041 | 1851 年/循环性精神病 |
| 020 | 1637 年/身心二元论 | 042 | 1859 年/心灵治疗 |
| 021 | 1651 年/利维坦 | 043 | 1859 年/物种起源 |
| 022 | 1664 年/脑解剖学 | 044 | 1861 年/脑机能定位说 |
| | | 045 | 1866 年/唐氏综合征 |

- | | | | |
|-----|-----------------|-----|-------------------------|
| 046 | 1867 年/人面失认症 | 075 | 1905 年/性心理发展 |
| 047 | 1867 年/感觉生理学 | 076 | 1905 年/比奈-西蒙智力量表 |
| 048 | 1871 年/联觉 | 077 | 1906 年/伊曼纽尔运动 |
| 049 | 1872 年/幻肢痛 | 078 | 1907 年/出生次序 |
| 050 | 1874 年/天性 VS 教养 | 079 | 1907 年/自卑情结 |
| 051 | 1874 年/实验心理学 | 080 | 1907 年/儿童之家 |
| 052 | 1877 年/婴儿传记 | 081 | 1908 年/耶克斯-多德森定律 |
| 053 | 1879 年/心理时间测量 | 082 | 1908 年/精神分裂症 |
| 054 | 1880 年/欧安娜 | 083 | 1909 年/猿类与语言 |
| 055 | 1885 年/抽动秽语综合征 | 084 | 1911 年/音乐心理学 |
| 056 | 1885 年/多重人格障碍 | 085 | 1912 年/格式塔心理学 |
| 057 | 1886 年/歇斯底里症 | 086 | 1912 年/实验性神经症 |
| 058 | 1886 年/催眠实验 | 087 | 1912 年/优生学与智力 |
| 059 | 1886 年/性心理障碍 | 088 | 1913 年/荣格心理学 |
| 060 | 1890 年/心理学原理 | 089 | 1913 年/测谎仪 |
| 061 | 1890 年/心理测验 | 090 | 1913 年/行为主义 |
| 062 | 1892 年/美国心理学会 | 091 | 1914 年/变异假设 |
| 063 | 1896 年/机能主义心理学 | 092 | 1915 年/弹震症 |
| 064 | 1897 年/俄狄浦斯情结 | 093 | 1915 年/印度的当代心理学 |
| 065 | 1898 年/托雷斯海峡考察队 | 094 | 1918 年/美国精神障碍分类标准 (DSM) |
| 066 | 1898 年/迷箱 | 095 | 1921 年/军人智力测验与种族主义 |
| 067 | 1899 年/佩尔曼记忆训练法 | 096 | 1921 年/投射测验 (罗夏墨迹测验) |
| 068 | 1899 年/精神分析 | 097 | 1921 年/神经递质 |
| 069 | 1900 年/梦的解析 | 098 | 1921 年/女性心理学 |
| 070 | 1902 年/证言心理学 | 099 | 1923 年/替身综合症 |
| 071 | 1903 年/心理技术学 | 100 | 1924 年/儿女一箩筐 |
| 072 | 1903 年/经典条件反射 | | |
| 073 | 1904 年/青春期 | | |
| 074 | 1904 年/文化依存症候群 | | |

- | | | | |
|-----|-----------------------------|-----|-------------------------------|
| 101 | 1924 年/脑成像技术 | 130 | 1942 年/行为遗传学 |
| 102 | 1925 年/气质的体型说 | 131 | 1943 年/控制论 |
| 103 | 1926 年/发生认识论 | 132 | 1943 年/玩具娃娃实验 |
| 104 | 1927 年/成长研究 | 133 | 1943 年/需要层次理论 |
| 105 | 1927 年/霍商效应 | 134 | 1943 年/迈尔斯-布里格斯类型指标
(MBTI) |
| 106 | 1927 年/蔡加尼克效应 | 135 | 1943 年/孤独症 |
| 107 | 1928 年/文化相对主义 | 136 | 1943 年/人格与行为障碍 |
| 108 | 1929 年/小白鼠的心理学(新行为主义) | 137 | 1943 年/性别角色 |
| 109 | 1930 年/操作条件反射(斯金纳箱) | 138 | 1943 年/发育迟缓 |
| 110 | 1931 年/味敏者 | 139 | 1943 年/存在分析治疗 |
| 111 | 1932 年/记忆与遗忘 | 140 | 1947 年/来访者中心疗法 |
| 112 | 1933 年/玛瑞萨镇研究 | 141 | 1948 年/自我实现预言 |
| 113 | 1934 年/原型 | 142 | 1948 年/神经可塑性 |
| 114 | 1934 年/最近发展区 | 143 | 1948—1953 年/金赛报告 |
| 115 | 1935 年/主题统觉测验(TAT) | 144 | 1949 年/大五人格因素 |
| 116 | 1935 年/精神外科学 | 145 | 1949 年/千面英雄 |
| 117 | 1935 年/心理生活空间 | 146 | 1950 年/压力 |
| 118 | 1936 年/防御机制 | 147 | 1950 年/抗焦虑药物 |
| 119 | 1936 年/[$B=f(P, E)$]=生活空间 | 148 | 1950 年/同一性危机 |
| 120 | 1937 年/感觉剥夺 | 149 | 1950 年/权威人格 |
| 121 | 1937 年/图灵机 | 150 | 1950 年/家庭治疗 |
| 122 | 1938 年/埃姆斯屋 | 151 | 1950 年/洗脑术 |
| 123 | 1938 年/电休克疗法 | 152 | 1951 年/格式塔疗法 |
| 124 | 1939 年/心身医学 | 153 | 1951 年/从众行为和非从众行为 |
| 125 | 1939 年/《有机论》(精神和肉体) | 154 | 1952 年/所罗门王的指环 |
| 126 | 1939 年/韦氏智力量表 | 155 | 1952 年/抗精神病药 |
| 127 | 1939 年/挫折和攻击 | 156 | 1952 年/前进中的生命 |
| 128 | 1940 年/明尼苏达多项人格测验 | 157 | 1953 年/H.M. 案例 |
| 129 | 1941 年/心理排放(皮层刺激) | | |

- 158 1953 年/鸡尾酒会效应
- 159 1953 年/快速眼动睡眠
- 160 1954 年/快乐中枢和痛苦中枢
- 161 1954 年/接触假设
- 162 1954 年/罗伯斯山洞实验 (团体冲突)
- 163 1954 年/教学机器
- 164 1955 年/认知疗法
- 165 1955 年/安慰剂效应
- 166 1956 年/短期记忆
- 167 1956 年/双重约束理论
- 168 1956 年/逻辑专家
- 169 1957 年/抗抑郁药物
- 170 1957 年/认知失调
- 171 1957 年/心理学时代
- 172 1957 年/阈下知觉
- 173 1957 年/同性恋不是一种疾病
- 174 1958 年/基本归因错误
- 175 1958 年/(代理) 妈妈的爱
- 176 1958 年/道德发展
- 177 1958 年/航天员心理选拔
- 178 1958 年/系统脱敏疗法
- 179 1959 年/A 型人格
- 180 1959 年/日常生活中的自我表现
- 181 1960 年/职业倦怠
- 182 1960 年/视觉悬崖
- 183 1960 年/认知研究中心
- 184 1961 年/丰富环境
- 185 1961 年/代币经济
- 186 1961 年/生物反馈
- 187 1961 年/波波玩偶 (观察学习)
- 188 1961 年/人本主义心理学
- 189 1962 年/裂脑研究
- 190 1963 年/女性的奥秘
- 191 1963 年/性别认同
- 192 1963 年/顺从
- 193 1964 年/旁观者效应
- 194 1965 年/开端计划
- 195 1965 年/语言习得机制
- 196 1966 年/人类的性反应
- 197 1967 年/心理学与社会公平
- 198 1968 年/超个人心理学
- 199 1969 年/依附理论
- 200 1969 年/陌生情境
- 201 1969 年/悲伤的五个阶段
- 202 1969 年/成功恐惧
- 203 1970 年/黑人心理学
- 204 1970 年/黑人文化同性智力测验
- 205 1970 年/发现无意识
- 206 1971 年/斯坦福监狱实验
- 207 1971 年/情绪表达
- 208 1971 年/超越自由与尊严
- 209 1972 年/记忆加工层次模型
- 210 1972 年/女性与疯狂
- 211 1972 年/当正常人在不正常的地方
- 212 1973 年/恢复力
- 213 1974 年/不确定状况下的判断
- 214 1974 年/双性化的测量
- 215 1975 年/心理神经免疫学

-
- | | | | |
|-----|-------------------------------|-----|-----------------|
| 216 | 1975 年/习得性无助 | 243 | 1995 年/成见威胁 |
| 217 | 1975 年/菲律宾心理学 | 244 | 1996 年/自主-关系型自我 |
| 218 | 1977 年/健康的生理-心理-社会交互
模式 | 245 | 1996 年/脑中有情 |
| 219 | 1977 年/成人认知阶段 | 246 | 2000 年/结盟与友好 |
| 220 | 1978 年/生命的季节 | 247 | 2000 年/积极心理学 |
| 221 | 1978 年/金色牢笼 | 248 | 2004 年/成人初显期 |
| 222 | 1978 年/心理理论 | 249 | 2008 年/性向流动性 |
| 223 | 1979 年/生态系统理论 | 250 | 2013 年/脑计划 |
| 224 | 1979 年/社会认同理论 | | |
| 225 | 1979 年/意志力 | | 注释与延伸阅读 |
| 226 | 1980 年/领导力的培养-任务模型 | | 译后记 |
| 227 | 1980 年/《精神疾病诊断与统计手册（第
三版）》 | | |
| 228 | 1980 年/创伤后应激障碍 | | |
| 229 | 1981 年/《信仰的阶段》 | | |
| 230 | 1982 年/一个不一样的声音 | | |
| 231 | 1983 年/多元智力 | | |
| 232 | 1984 年/弗林效应 | | |
| 233 | 1986 年/触摸治疗 | | |
| 234 | 1986 年/爱情三元论 | | |
| 235 | 1989 年/解放心理学 | | |
| 236 | 1990 年/动物辅助治疗 | | |
| 237 | 1990 年/福流 | | |
| 238 | 1992 年/镜像神经元 | | |
| 239 | 1992 年/社会个体发育 | | |
| 240 | 1993 年/身心医学 | | |
| 241 | 1994 年/误导信息效应 | | |
| 242 | 1995 年/人类种类的循环影响 | | |
-

萨满教

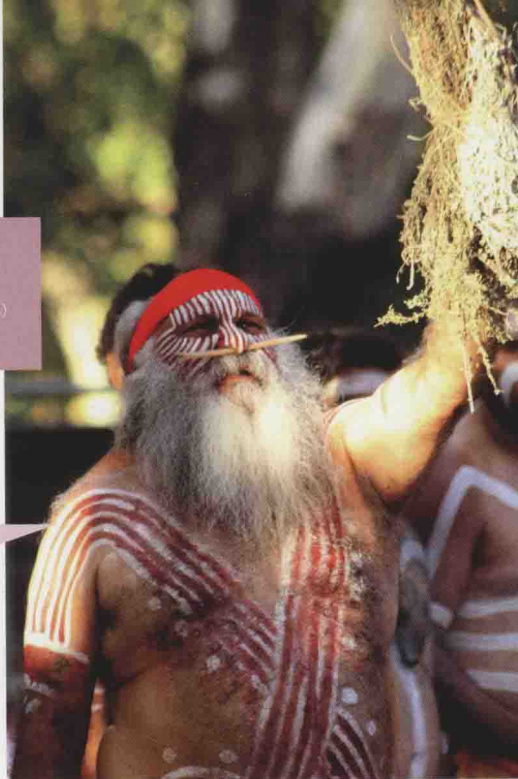
亨利·艾伦伯格 (Henri Ellenberger, 1905—1993)

萨德赫尔·卡卡尔 (Sudhir Kakar, 1938—)

举行治疗仪式的祭司，澳大利亚，2012年。



荣格心理学 (1913 年)，精神分析 (1899 年)，文化依存症候群 (1904 年)，发现无意识 (1970 年)



在以色列境内一个山洞里发掘了一座有着 12 000 年历史的著名墓穴，里面埋葬着一位女祭司，身旁堆有七十多块龟甲。这表明，至少在公元前 10 000 年，萨满教就已经存在了。忽视没有文字记载的或不发达的社会“医学”实践，这在现代历史中非常常见。但是，精神动力学史家亨利·艾伦伯格和印度精神分析家、历史学家萨德赫尔·卡卡尔已经向我们揭示，这些实践是如何治愈或减轻人们的痛苦（包含身体与心灵的痛苦）的。

萨满教的实践是最早的心理治疗。它们因为植根于自己群体的世界观而获得了成功。有两个例子可以帮助我们来理解。许多史前社会都认为，一个人生病的原因是灵魂离开了身体，抑或是灵魂被盗走。萨满祭司的工作就是寻找灵魂并将其归还给身体。在西伯利亚，祭司必须走进幽灵大陆去寻找灵魂。在那里，祭司与幽灵讨价还价，献上礼物，甚至与幽灵进行决斗，再将灵魂放回身体。在拉丁美洲，一个人之所以遭受“惊恐着魔” (susto, 西班牙语为“fright”) 的疾病，是因为他受到惊吓或遭遇恶魔的诅咒，丢失了自己的灵魂。医治者要举行一个公开的治疗仪式，其中就包括在病人的衣服里撒一些特殊的花粉与谷粒的混合物。然后，医治者再用同样的混合物标记一条路径，以便灵魂能够找到回归病人身体的道路。

萨满教的实践与现代心理治疗的联系是，两者都试图去修复病人失去的东西。当代，如果一个病人被人疏离或丧失了心智，治疗者的工作就是想方设法去修复病人所失去的东西。
(杨文登 译) ■

约公元前 10000 年

环锯术



上图：1494 年，环锯术为人们所熟知。图为荷兰画家耶罗尼米斯·博斯（Hieronymus Bosch）绘制的《切割疯人之石》（*Cutting the Stone*），他还绘有同样著名的《取出疯人之石》（*The Extraction of the Stone of Madness*）。

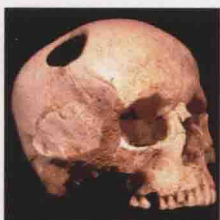
下图：约公元前 3500 年，实施过环锯术的女孩头骨。



精神外科（1935 年）

有证据表明，至少从新石器时代起，人们就已经可以实施环锯术，即在人类的头顶上开洞。第一个证据来自于 1860 年在秘鲁挖掘出来的一个开洞的头骨。但当时的欧洲人怀疑是当地土著人自己制造的。接下来的二十多年中，越来越多的证据表明，在古代，环锯术确实非常流行。在法国东北部的一处墓地里，一共出土了 120 个公元前 6500 年的头颅，其中有 40 个头颅是开洞的。至今，人们还不清楚古人们为什么要实施环锯术。

来自古希腊的医书中，有过使用环锯术来治疗头伤的案例。据公元 2 世纪著名的罗马内科医生、手术师和哲学家盖伦（Galen）报告，在罗马帝国时代，环锯术已经成为了减轻头部压力或切除受伤头部碎片的标准化治疗方式。秘鲁发现环锯术头骨不久后，中南美洲也陆续发现了越来越多这类头骨。



已有充分的证据表明，在近代欧洲的早期，环锯术是治疗头部受伤的常见外科手术。环锯术手术的工具也越来越精致，一直持续到 19 世纪。那时，在家里进行环锯术手术很流行。这种手术还经常用来处理颅内出血，尽管这样做时并不一定是以环锯术的名义进行的。

我们不能确定，在史前时代，人们为什么会使用环锯术。但如果检阅最早期的一些有效证据就会发现，环锯术可能是早期用来治疗某些类型精神病的方法。事实上，从 12 世纪开始，就有史料记载推荐使用环锯术来治疗抑郁症与狂躁症。

对精神病进行躯体干预的合理使用，是近代早期使用放血疗法治疗精神病的先声，同时也是 20 世纪使用脑叶切除术来治疗严重精神病的先声。（杨文登 译）

约公元前 6500 年