

高級中學

心理學導論

上冊

國立編譯館主編

中華民國七十五年八月初版
中華民國七十七年八月三版

高級中學 心理學導論 (全二冊)

上冊 定價 (由教育部核定後公告)

主編者 國立編譯館

編審者 國立編譯館高級中學心理學導論教科用書編審委員會

主任委員 黃堅厚

委員 李玉美 汪其樣 沈麗櫻 林邦傑 林益三
林清山 邱維城 柯永河 張正夫 張春興
張逸羣 陳淑美 曹國雄 黃國彥 楊國樞
楊瑩 鄭昭明

編輯小組 邱維城 陳淑美

總訂正 黃堅厚

封面設計 林文欽

出版者 國立編譯館

地址：臺北市古亭區 10770 舟山路二四七號

印行者

正中書局	世界書局	復興書局	臺灣商務印書館
臺灣中華書局	臺灣書店	臺灣開明書店	勝利出版公司
華國出版社	遠東圖書公司	環球書局	大中書局
反攻出版社	臺灣啟明書局	大聖書局	正大書局
人文出版社	建中書局	維新書局	海國書局
廣文書局	博愛圖書公司	廣興書局	大業出版社
中國書局	正光書局	東華書局	海源書局
美新圖書公司	人和出版公司	東大圖書公司	大中國圖書公司
大同書局	正文書局	陶甄文化事業公司	

經銷者 臺灣書店

門市(一)：臺北市重慶南路一段一四號
電話：三一〇一七八
門市(二)：臺北市忠孝東路一段一七二號
電話：三九二八四三

印刷者 內文：台元印刷廠
封面：刷廠

編輯大意

- 一、本書依據教育部於民國七十二年七月公布之高級中學選修科目心理學導論課程標準編輯。
- 二、本書共有十一章，分爲兩冊，供高級中學第三學年教學之用。上冊內容包含心理學的性質、個體行爲的發展、知覺的歷程、學習記憶與思考、能力與人格、動機與情緒等六章，重點在介紹心理學的基本知識和原則，啟迪學生學習心理學的興趣；下冊內容包含青少年期的發展與適應、自我了解與悅納、社會行爲、良好的人際關係及心理衛生等五章，重點在探討心理學與生活的關係，增進青少年的健全適應。
- 三、本書斟酌需要，在課文中附有圖表，以提高學生學習興趣與理解能力。
- 四、本書每章之後附有注釋，注明引述資料之出處或簡要解釋，以供參考。
- 五、本書每章之後，均附有「問題與討論」，供學生復習課文，以加深印象，增進理解。教師亦可參照學生能力與

興趣，以及各校教學之需要，自行斟酌增減或更換。

六、本書另編有教師手冊，供教師教學之參考。

七、本書如有未盡妥善之處，請各校教師隨時提供意見，以作修訂時之參考。

高級中學 心理學導論 上冊

目 次

第一章 心理學的性質.....	1
第一節 科學的心理學	1
第二節 心理學的研究方法	8
第三節 心理學的領域	12
第二章 個體行爲的發展	18
第一節 行爲發展的意義	18
第二節 個體發展的原則	22
第三節 發展的階段與特徵	30
第三章 知覺的歷程.....	45
第一節 感覺與知覺	45
第二節 各種知覺現象	63
第三節 影響知覺的因素	73
第四章 學習、記憶與思考	83
第一節 學習的基本歷程	83
第二節 記憶與遺忘	96
第三節 思考與解決問題	107

第五章 能力與人格..... 114

第一節 智力、性向與成就 114

第二節 人格的發展 123

第三節 能力與人格的測量 129

第六章 動機與情緒..... 137

第一節 動機的性質與分類 137

第二節 動機的挫折與適應 148

第三節 情緒的經驗 153

第一章

心理學的性質

心理學是研究個體行為的科學，一個人日常生活中的各種活動都是心理學的研究對象。在心理學尚未成為一門獨立的科學以前，它是屬於哲學的範圍。十九世紀末期，由於物理學和生物學等科學研究的帶動，使心理學脫離了哲學，走進了科學研究的領域，成為一門獨立的科學。

第一節 科學的心理學

一、科學心理學的發端

德國心理學家馮德 (W. Wundt, 圖 1-1) 被認為是現代實驗心理學的創始人 (注一)，他於西元一八七九年在德國來比錫大學 (University of Leipzig) 成立了第一所心理實驗室。當時他大部分的研究工作是側重在感覺方面，並以視

覺為主；在此同時，也進行「反應時間」和「注意」等問題的研究。

雖然生理學和社會學也都是研究人類活動的科學，不過生理學側重討論個體各種器官的構造及功能，包括人體各部分如眼睛、大腦、肌肉、腺體等在個體活動時彼此間的關係；而心理學卻是把個人看作整個的有機體，以整體的活動為研究對象。至於社會學，則在探討由個人所構成的團體及其活動，包括社會制度、儀式、風俗的形成，和群體的活動等；而心理學卻較重視參與社會活動中個人的表現。但心理學、生理學和社會學三者間之關係仍然頗為密切，相互影響；這三種學科的研究，對個人行為的了解都有極大的幫助。

心理學也被視為「行為科學」的一種。行為科學通常包括心理學、社會學和文化人類學三種學科；近年來也有學者將經濟學、政治學、法律學、歷史學、地理學、教育學，以及精神醫學等都列入，稱之為社會與行為科學。這顯示各學科的研究領域，互有重疊，若干問題都需要以科際整合的方

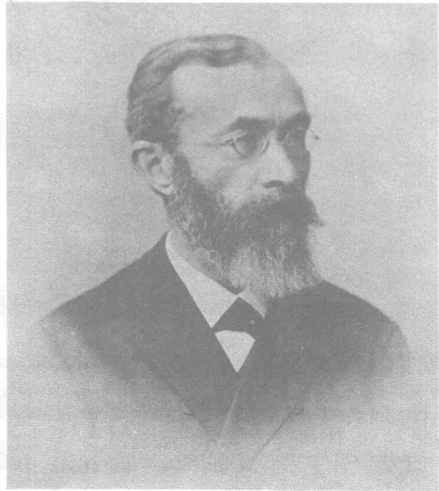


圖 1-1 馮德 (W. Wundt, 1832-1920)

式，共同探討，方能有更深切而廣泛的了解。

二、心理學的定義

心理學可以界定為「研究個體行為的科學」。這裏所謂的「個體」是指單一的有機體，可以包括人和動物；不過心理學主要研究對象是人的行為。有些學者也以動物為研究對象，其部分原因是由於動物比較容易控制，可以任意作實驗性的處理和觀察，且可利用研究動物的結果，作為了解人類行為的參考。

心理學所研究的個體行為，一部分是可以直接觀察或使用儀器測量的外顯行為；但也有一部分是他人無法直接觀察或測量的。外顯行為中，有些是局部的，如肌肉或腺體的活動；有些則是整體的活動，如寫字、說話、打球等。這些行為可以採用客觀的方法進行直接觀察和測量。

至於無法由他人直接觀察或測量的行為，則常是只有當事者自己才能夠感受到的心理現象，如個人對喜、怒、哀、樂等情緒的感受，以及在冷、暖、飢、渴等狀態下個人的感覺等。這些內在的心理歷程，除了由當事者自己報告外，別人是無法直接察覺。

此外，還有些心理歷程是別人既無從觀察，當事者本人也不自覺的，但是它卻可能影響個人的行為，如個人不自知的恐懼、欲望、態度等。這一部分心理歷程是無意識的，部分學者稱之為潛意識，並很重視它對個體行為的影響。

三、心理學的理論

心理學成爲一門獨立科學的發展歷史尙短，因此在理論與研究方法等各方面，學者們常有一些不同的主張。下面就其中幾種主要的理論作簡單介紹。

（一）行爲論

行爲學派的理論開始於二十世紀初期，華森（J. B. Watson，圖 1-2）是此項理論的倡導者（注二）。他對動物行爲研究具有濃厚興趣，極力反對內在意識的研究。他在西元一九一三年發表了一篇論文「行爲論者觀點的心理學」

（*Psychology as a Behaviorist Views It*），認爲心理學研究應以刺激與反應兩者之間的關係爲主要內容；心理學的研究方法應是直接的觀察、測量和實驗研究。行爲學派風行



圖 1-2 華森（J. B. Watson，
1875-1958）



圖 1-3 史金納（B. F. Skinner，
1904-）

於美國，著名學者史金納 (B. F. Skinner, 圖 1-3) 對學習行為的主張有更多的研究，奠定了行為論在心理學研究的主要地位。

(二) 認知論

認知論的研究與完形心理學(Gestalt Psychology)(注三)有密切的關係。完形心理學由德國學者魏德曼 (M. Wertheimer, 圖1-4)、柯夫卡 (K. Koffka, 圖1-5) 和苛勒 (W. Köhler, 圖 1-6) 等人(注四)於西元一九一二年左右創立。他們反對行為學派把行為分解為簡單的刺激與反應單位；認為個體的經驗或行為都是一個有組織且不可分解的整體。

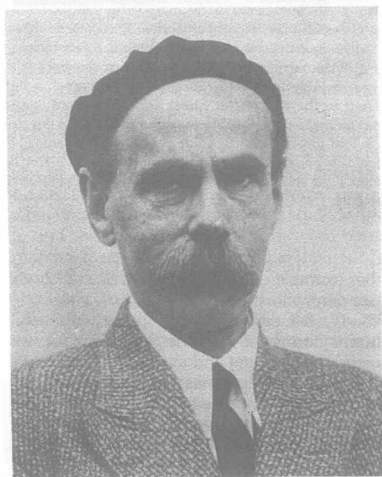


圖 1-4 魏德曼 (M. Wertheimer, 1880-1943)



圖 1-5 柯夫卡 (K. Koffka, 1886-1941)



圖 1-6 苛勒 (W. Köhler,
1887-1967)

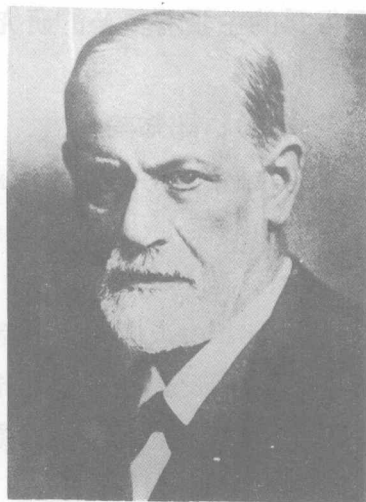


圖 1-7 佛洛伊德 (S. Freud,
1856-1939)

體，有其特殊的型態和特徵，如果將它分解成若干部分或單位，就將失去其原有的型態或屬性；同時，整個經驗或行為並不等於分解後各部分或單位相加之和。基本上，完形學派學者的研究以知覺為主。

認知論的學者們最初也以研究知覺為主，後來擴及學習、思想等較複雜行為的研究。這些學者認為個體對外界刺激有選擇作用，在接受刺激之後，他會根據已有的經驗，予以處理或解釋，然後才有行為反應。也就是說，個體對刺激的認知，才是決定反應的重要因素。

(三) 心理分析論

心理分析學理論倡導者是奧國精神醫學醫生佛洛伊德 (S. Freud, 圖 1-7) (注五)。他的理論是以精神醫學的臨床經驗為基礎，對於心理學的研究和發展影響很大，尤其是在人格心理學、變態心理學、心理衛生、心理治療等方面有很大的貢獻。

心理分析學派特別重視潛意識的研究。他們認為當個人有了不為社會所接受的欲望或經驗時，常會受到個人的壓抑，使自己不復察覺其存在；但它卻仍能影響個人的行為，常經由夢境、滑舌、筆誤、怪癖，以及心理疾病等途徑表露出來。心理分析學者便追溯這些表露出來的片斷資料，去探討在潛意識中所壓抑的欲望或動機。

(四) 人本論

人本論的心理學者中比較著名的有羅吉斯 (C. Rogers, 圖 1-8) 與馬斯洛 (A. H. Maslow, 圖 1-9)

(注六) 等人，他們認為人是具有自由意志的，可以決定自己的行動，而不是被動的受環境的支配，所以每個人都要對自己的行為負責。他們並認為人有追求自我實現

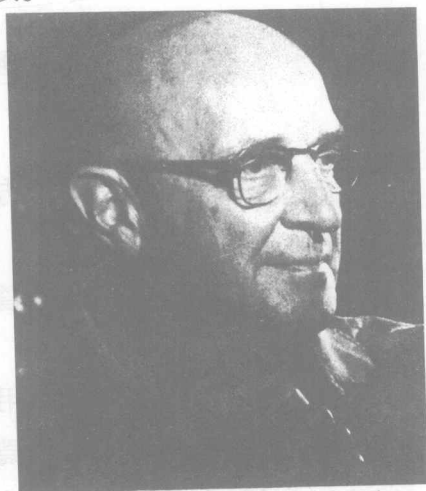


圖 1-8 羅吉斯(C. Rogers, 1902-)

的動機，期使自己的身心潛能獲得最大的發展。

人本論學者重視個人主觀的感受及其所處環境的認知和體認，同時也著重人生實際問題的解決，以謀促進人類的福祉。

上述四種主要的理論，雖然在觀點和方法上各有所偏重，但對整個心理學的發展都有很大的貢獻。



圖 1-9 馬斯洛 (A. H. Maslow, 1908-1970)

第二節 心理學的研究方法

近代心理學使用的研究方法，主要的有下列幾種。其中有些是其他學科也常採用的，有些則是比較為心理學所專用的；研究時，應視問題的性質來選擇較適當的方法。

一、實驗法

實驗法是科學研究中應用最廣的一種方法。心理學者也常應用實驗法來研究人類行為。實驗法的基本原則是：實驗者要在妥善控制的情境下，有系統的改變某種因素，進而研究這種因素的改變會引起那些反應或後果。實驗法的要點，就

是在實驗時要對其他可能影響實驗反應或後果的因素加以控制，以確定實驗中的變化是由某種因素的改變所引起。

現舉一例來說明實驗設計的基本原則與方式。假設實驗者想了解室內的照明亮度是否會影響個人閱讀的速度，實驗安排時，首先須對室內的照明亮度作有系統的改變，使受試者在不同的亮度下閱讀，並計算其在單位時間內（如一分鐘內）閱讀的字數，然後根據這兩組數值，探討它們的關係。一般來說，在實驗過程中，實驗的因素只有一個，其所觀察產生的改變或受影響的變項也只有一個。如果實驗時要涉及兩個或兩個以上的因素時，除了可以逐一分別研究每一因素的影響外，並可探討兩個因素所產生的交互影響，以了解兩者所引起的變化有何不同。

實驗進行時，如何控制那些足以影響實驗的因素，是實驗法一項很重要的工作。例如在上述實驗中，影響閱讀速度的因素除了照明亮度外，還有其他的因素也可能影響閱讀的速度。實驗時，就必須對那些因素加以控制。

心理學的實驗，也常採用等組法；通常將受試者分成兩組，一為實驗組，一為對照組。在實驗過程中，除了要實驗的因素外，其他凡是會影響實驗結果的因素，盡量使兩組相等，這樣兩組實驗結果的差別，才可以作較明確的判斷。

二、觀察法

觀察法是科學研究中使用最廣和最早採用的方法。它是指在自然而不加控制的情境下觀察個體的行為，故亦稱為自然

觀察法。觀察法的優點在於使用方便，被觀察者的行為表現比較自然和真實，同時可以不限制在實驗室內進行。

應用觀察法時，觀察者可以做一位「參與觀察者」，或者一位「非參與觀察者」。前者是指觀察者直接參與被觀察者的活動，如社會心理學者、文化人類學者的研究多採用這種方式。後者是指觀察者並不直接參與被觀察者的活動，只是從旁觀察，如發展心理學與比較心理學等研究多採用這種方式；兒童心理學研究常使用的單向透光觀察室(圖 1-10)，

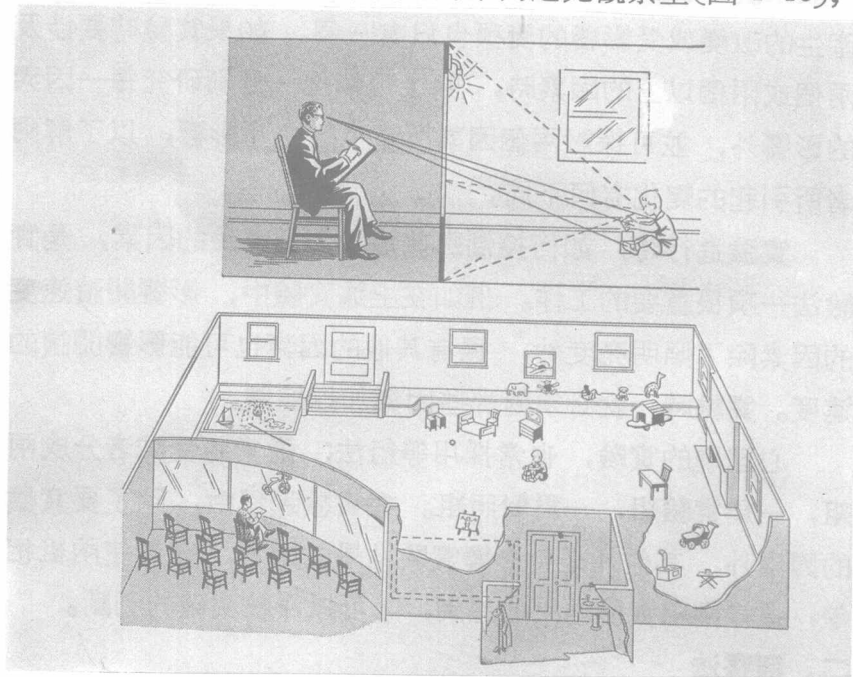


圖 1-10 單向透視窗設計略圖：上圖為觀察記錄情形；下圖為觀察室之縱切面。

(採自 Thompson, 1962)

(注七)就是非參與的觀察方法，這種方式可以避免干擾兒童的行為。

這種研究法雖然方便易行，但若希望所得的資料客觀準確，觀察者必須接受適當的訓練，才能把握觀察的要點，有效達到觀察的目的。觀察進行時，要預先對所觀察的行為作明確的界定，觀察的時間也要作有計畫的安排，並須採用各種電動器材輔助（如錄影機、錄音機等）蒐集資料，妥為保存，以期可隨時提供研究之用。

三、調查法

使用調查法時，研究者針對所探討的問題採用寄發問卷或晤談方式向被調查者蒐集有關的資料，進行分析。

問卷調查時，常可能受到兩種限制：一是問卷的回收率偏低時，所蒐集的資料就缺少代表性；二是被調查者作答時，可能會以「應該如此」替代了事實，而使蒐集的資料缺乏正確性。

使用晤談調查時，所需的人力較多，且較費時，研究的人數常受限制，但所得資料的真實性可能較高。

四、測驗法

測驗法是心理學研究主要方法之一，具有評估、診斷與預測的功能，並可對個體行為從事量化的研究。測驗法研究心理問題，有時是要研究某一方面的個別差異，有時是要研究兩種或多種行為之間的關係，有時則是要研究分析個人因