



高等院校教师教育公共课教材

心理学 ——原理与应用

主编 李宏翰



高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

高等院校教师教育公共课教材

心 理 学

——原理与应用

Xinlixue — Yuanli yu Yingyong

主 编 李宏翰

编 委 (按姓氏笔画排序)

兰兴妞 刘雪珍 何雪玲

余少华 张庭辉 蓝同磊



高等教育出版社·北京
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

内容提要

本书主要介绍心理学的性质、心理的生物基础、人的毕生发展和基本的心理现象,包括感觉与知觉、意识与注意、学习与记忆、思维与语言、动机与情绪、智力、人格、压力与应对、心理障碍与辅导,以及心理学原理在教育教学中的应用等内容。本书以现代心理学的框架设立大纲,涵盖心理学的重要内容,既介绍心理学的基本原理和规律,又介绍心理学的应用策略和方法,每章均专设一节述及相应心理现象与教育教学的问题。章后的“反思与探究”均是贴近实际生活的现实问题,供读者深化学习内容,探索心理现象。

本书适合作为高等院校心理学公共课教材,也适合作为中小学教师继续教育的教材。

图书在版编目(CIP)数据

心理学——原理与应用 / 李宏翰主编. — 北京: 高等教育出版社, 2012. 8

ISBN 978-7-04-033884-3

I. ①心… II. ①李… III. ①心理学-高等学校-教材 IV. ①B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第159676号

策划编辑 张忠月
插图绘制 尹文军

责任编辑 谷轶波
责任校对 胡美萍

封面设计 王 睢
责任印制 尤 静

版式设计 杜微言

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街 4 号
邮政编码 100120
印 刷 北京宏信印刷厂
开 本 787 mm × 960 mm 1/16
印 张 21.5
字 数 380 千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landraco.com>
<http://www.landraco.com.cn>
版 次 2012 年 8 月第 1 版
印 次 2012 年 8 月第 1 次印刷
定 价 33.60 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物 料 号 33884-00

前言

我国高等学校的心理学导论(特别是师范院校的公共课心理学)课程,往往难以达到应有的教学效果。背后的原因很多,例如,公共课的性质,已经让学生有意无意产生了轻视态度。但是,情况可能更为复杂,需要做深入考察和分析。从朴素的经验可知,绝大多数人都对心理学问题感兴趣,人们会寻找各种各样的心理学材料来阅读,也非常乐意采用书报杂志和网络上的各种心理测试来了解自己和别人的心理特点。但是,当专门学习心理学课程时,我国的学生为何反而没有兴趣了?这需从课程本身去探寻原因。

任何一门课程,从教的角度来讲,都关乎教师、教材和教法三大因素。从现实情况来看,教师容易提高素质,教法也容易改进。相对而言,教材却是难以提高和改进的。为什么会出现这种局面呢?这需从我国高校的心理学导论(公共课心理学)教材的编者情况来解读。

我国高等学校不乏心理学导论(尤其是师范院校的公共课心理学)教材。然而,教师教起来得心应手、学生学起来爱不释手的教材恐怕就稀少了。这类教材很难编写吗?不是。很多人都认为编写这类教材很容易,从而编写这类教材反而显得无法体现编者的水平,结果造成我国著名心理学家并不太愿意编写这类教材——即使著名心理学家主编或编写的心理学导论教材,也主要是面向心理学专业学生的教材,无法直接用于公共课心理学的教学。

考察我国出版的心理学导论(公共课心理学)教材,可以看出它们通常存在两个问题:其一,编写教材者通常不是任教心理学导论(公共课心理学)的一线教师,他们早已缺乏亲身感受,不再了解学生的具体需要,编写教材的起点出现了偏差;其二,由于各种原因,心理学导论(公共课心理学)教材的编写质量相当粗糙,典型表现是照抄照搬已有的教材,编写者对不少内容缺乏应有的思考和研究,囿于从旧书到新书的简单转录,甚至出现以讹传讹的现象。结果,我国高校心理学导论(公共课心理学)的教材建设很容易走入“常编常旧”的误区。很多编者可能觉得,教材就应当这样编写,否则就不是教材了。然而,如果原来教



材的编写存在问题,那么,这种问题就很难消除了。此外,现有教材基本偏重心理学原理的介绍,难以看到心理学的实际应用,无法有效体现任课教师与学生的密切关系,教师讲的内容学生未必想听,学生想解决的问题未必去问教师,教和学不能有机地结合与互动。

近些年来,我国翻译、影印出版了一批美国教材,为教师教学提供了极大的帮助,但是,许多学生却不太喜欢直接学习这样的教材。由于美国教材的篇幅宏大、内容庞杂,往往也是供心理学专业的师生学习的,用做公共课心理学的教材也不合适。

中国心理学会心理学教学工作委员会曾于1994年、1995年、1999年分别在上海、北京和昆明举行高校公共课心理学教学改革专题研讨会并达成共识:对高校公共课心理学的教学改革,在教师、教材、教法这三大因素之中,教材居于核心、纲目的地位,首要的和根本性的是改革教材。现在看来,这种共识依然具有指导意义,我国高等学校心理学导论(公共课心理学)教材的建设仍然任重道远,仍然需要不断进行尝试。

本书的主编先后在两所高校主讲过多个学期的心理学导论(公共课心理学)课程,参编过三部这样的教材,主编过两部这样的教材,参译过一部这样的教材,并且参编与主编的教材还获得过省级奖励,对有关问题的认识和理解是深切的。

在学习一本英文心理统计学的教材时,本书主编看到一个观点:没有学不会的科目,但有影响学生学习的教材——有些教材促进学生的学习,有些教材却阻碍学生的学习!由此大受启发:学生在心理学导论(公共课心理学)课程中表现出来的情形,主要的原因可能就是教材造成的。因此,我们尝试变化心理学导论(公共课心理学)的教材,尽力使之便于学生学习,而不是阻碍学生学习;尽力使之体现心理学的应用价值,而不是只强调心理学的基本理论。为了达到这个目标,我们将教材名称定为《心理学——理论与应用》,力图创建内容贴近生活、形式新颖活泼的教材体例,编写兼具科学性和实用性的高校心理学导论(公共课心理学)教材。

本书共分十二章,内容涵盖现代心理学的基本内容。其中,前面三章是心理学的一般问题和人的毕生发展,接下来的七章分别介绍重要的心理现象,包括感觉与知觉、意识与注意、学习与记忆、思维与语言、动机与情绪、智力、人格,最后两章是与当前学校教育加强心理健康教育关系密切的内容,包括压力与应对、心理障碍与辅导。希望这样的框架和安排,能够为学生提供易学易用的心理学事实和理论,能够解决学生学习、工作、人生中的现实问题,特别是将来从事教育教学工作时可能遇到的问题。

鉴于不少教材的编者与任课教师及使用教材的学生是分离的,难以进行联系和互动的情况,本书努力改进这种局面。在章后的“反思与探究”部分设置学生分析任课教师的活动,同时,学生的探索活动需要教师的指导和帮助,从而使

教师和学生自然地联系起来。这些“反思与探究”的内容为开放式问题,意图在于激发学生的探索动机,唤起教师的反思需要,使教师与学生共同研究一些身边的心理学问题,也使开展研究的师生能够了解教材编者对相关问题的看法,积极与编者交流。因此,编者特别希望得到使用本书的师生及其他读者的反馈意见,以便不断提高认识并改进教材。

为了更好地发挥本书的作用,这里对任课教师和学生给出我们的建议,供大家参考。

对教师教学的建议:首先,教师需要改变观念,更加重视心理学导论(公共课心理学)的教学工作,改变对公共课教学的看法,应当相信主讲心理学导论(公共课心理学)课程更能显示教师的专业素养;能够讲好公共课,更能显示教师的教学技巧。其次,在教学过程中,应当充分展示心理学的魅力,组织学生开展心理调查和心理实验,加强对学学生探索活动的指导,真正做到理论联系实际。最后,注重学生的平时学习,转变考核方式,避免期末背书考试的方式,使心理学导论(公共课心理学)课程的教学真正转变为学生获取心理学思想、方法与技术,能够解决现实问题的过程。

对学生学习的建议:首先,保持对心理学的兴趣,坚信心理学就是解答自己关心的心理学问题的科学。其次,认真完成“反思与探究”部分的活动,积极取得教师的帮助,在实践中增长自己的心理学素养和与人交往的能力,有效提高自己的身心素质。最后,充分利用“资源链接”部分的材料,阅读、借鉴其他材料对相关问题的论述,培养对比、归纳相同主题不同表述的能力,开阔视野和观念,促进自身整体素质的发展。

本书由广西师范大学心理学教授李宏翰博士担任主编,并负责拟定编写大纲和统稿工作,参加编写者是从事高校心理学导论(公共课心理学)教学的教师,各章分工为:李宏翰(第一章、第二章、第九章),蓝同磊(第三章、第五章),余少华(第四章),何雪玲(第六章、第十二章),张庭辉(第七章),兰兴妞(第八章),刘雪珍(第十章、第十一章)。李宏翰编写了各章的“本章小结”、“反思与探究”及“资源链接”。

真诚感谢高等教育出版社教师教育出版事业部张忠月编辑、谷轶波编辑和广西教苑图书有限公司副总经理梁瑜女士对本书编写工作的指导和帮助。

最后,本书的体例设置与内容选择都是尝试性的,肯定存在不当或错误之处,衷心期望得到各位专家、广大师生及其他读者的批评指正和意见建议(联系方式:psy1hh@163.com)。

编者

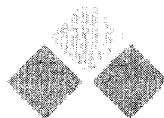
2012年6月

目 录

第一章 心理学的性质	1
第一节 心理学的发展简史	2
第二节 心理学的研究领域	8
第三节 心理学的研究方法	13
第二章 心理的生物基础	23
第一节 脑的组织	24
第二节 神经系统工作原理	27
第三节 大脑的结构与功能	33
第三章 人的毕生发展	43
第一节 童年期的发展	44
第二节 青少年期的发展	55
第三节 成年期的发展	63
第四章 感觉与知觉	69
第一节 感觉	70
第二节 知觉	80
第三节 感觉、知觉与教育教学	91
第五章 意识与注意	97
第一节 意识	98
第二节 注意	101
第三节 意识、注意与教育教学	111
第六章 学习与记忆	118
第一节 学习	119



第二节 记忆	129
第三节 学习、记忆与教育教学	137
第七章 思维与语言	152
第一节 思维	153
第二节 语言	166
第三节 思维、语言与教育教学	171
第八章 动机与情绪	183
第一节 动机	184
第二节 情绪	191
第三节 动机、情绪与教育教学	199
第九章 智力	209
第一节 智力理论	210
第二节 智力测验	217
第三节 智力与教育教学	227
第十章 人格	240
第一节 人格理论	241
第二节 人格测验	256
第三节 人格与教育教学	261
第十一章 压力与应对	270
第一节 压力	271
第二节 应对	281
第三节 压力、应对与教育教学	286
第十二章 心理障碍与辅导	302
第一节 心理障碍	303
第二节 心理辅导	309
第三节 心理障碍、心理辅导与教育教学	318
参考文献	331



第一章

心理学的性质

绪论 第一章 心理学的性质 第二章 心理学的研究方法 第三章 感觉 第四章 知觉 第五章 注意 第六章 记忆 第七章 思维 第八章 想象 第九章 意志 第十章 情绪 第十一章 人格 第十二章 心理评估 第十三章 心理咨询 第十四章 心理治疗 第十五章 变态心理学 第十六章 发展心理学 第十七章 教育心理学 第十八章 应用心理学 第十九章 心理测量学 第二十章 心理统计学

■ 【学习目标】

- 了解心理学的发展简史和研究领域
- 理解心理学存在多种流派的原因
- 掌握心理学各种流派的基本观点、心理学的研究方法
- 应用观察法、调查法、档案法、个案法、实验法开展研究

“你是学心理学的,你知道我正在想什么吗?”几乎每个心理学专业的教师和学生都被问过这个问题。近些年来,经常被问的则是:“你是学心理学的,你看我有什么心理问题吗?”显然,人们对心理学充满了好奇,同时也有一些自己的朴素理解。如果找来心理学的书籍、杂志阅读,往往又会觉得上面介绍的内容与自己的想象存在差距:自己感兴趣的问题,上面通常没有讲述;上面讲述的问题,自己又不太能够看懂。

为什么会出现这种情形呢?这就需要了解心理学的性质。实际上,究竟什么是心理学,不同的研究者有不同的说法,不同的时期有不同的定义。从心理学的发展简史来考察心理学的内涵,可以清楚心理学存在多种界定的原因,从而准确理解心理学的概念。在心理学发展的过程中,逐渐形成了一些门类或者研究领域,它们主要研究心理学某些方面的问题。从心理学的研究领域来考察心理学的体系,可以明确心理学到底研究哪些问题,从而对心理学形成真切的印象。心理学有相应的研究方法,了解这些方法才能理解心理学的各种研究,才能对自己感兴趣的心理学问题开展研究。

第一节 心理学的发展简史

德国心理学家艾宾浩斯(Hermann Ebbinghaus, 1850—1909)指出,心理学有一个漫长的过去,却只有一个短暂的历史。人们很早就对心理学问题感兴趣,古代的哲学中就有丰富的心理学思想。然而,科学心理学的创立则只是130多年的事情。现在人们说到的“心理学”,基本上就是指“科学心理学”。这里,从心理学研究内容和研究技术的角度,主要介绍科学心理学的发展概要。

心理学源于哲学和生理学。作为一门相对年轻的科学,心理学在研究主题与研究方法上充满了争论,甚至连心理学的基本性质都莫衷一是。例如:它是研究意识经验的科学?它是研究无意识过程的科学?它是研究个体差异的科学?它是研究可观察行为的科学?审视这些观点会发现,它们对心理学的迅猛发展都有自己的贡献。

一、研究意识经验的心理学

冯特(Wilhelm Maximilian Wundt, 1832—1920)于1879年在德国莱比锡大学建立了世界上第一个名副其实的心理实验室,来从事心理现象的研究,从而使心理学正式脱离哲学。这标志着科学心理学的诞生。他把心理学的研究主题严格地限定于意识经验。冯特认为,人们的一切意识经验都是基本感觉的复杂组合,感觉构成心理,就像砖块建成房子一样。他认为,既然化学家能够通过某

些过程发现构成一切复杂物质的基本元素,那么心理学家也可以通过某种过程发现构成一切意识经验的基本元素。冯特由此提出了研究心理学的内省技术。他系统地训练被试,教他们观察和报告在某种特定情境中觉知的“内容”或“元素”。内省并不是个体内视自己的头脑并从中做出推论;相反,内省指的是精确记录和描述个体头脑中的内容,并考察这一内容如何受实验条件准确控制的变化影响。冯特试图发现心理元素构成意识经验的组合原理。

信息栏 1-1

内省实验

冯特认为,一项实验涉及一种操纵,即对一个系统做某种事情,并观察这个系统如何反应。例如,通过呈现某种看的東西或听的東西,可以研究头脑对输入的反应。请看下述实验。

将节拍器设置为中等速度,如每秒1次。闭上眼睛听这种啪嗒声,你会听到啪嗒声呈现出一种节奏模式,可能是交替出现:啪、嗒、啪、嗒。这时,啪、嗒显得在品性上不同:它们听起来有差异,一个是啪,一个是嗒。当这种节奏形成之后,请试着在头脑中反转一下,使啪成为嗒,嗒成为啪。也就是说,你把啪嗒听成嗒啪。你很容易做到这一点。啪嗒或嗒啪的性质是头脑添加到输入信息上去的。因此,头脑不只是登记传来的啪嗒声,头脑还要给啪嗒声添加某种东西,将声音组织成一种啪嗒声本身并不存在的模式。头脑不仅接收输入信息,还转换和组织输入信息。这可能是个不起眼的发现,但它是一个心理学的实验发现,像许多实验发现一样,它引导研究者进行进一步的探索。例如:人们的头脑能够将多少个啪嗒声组织成这类模式?个体能将啪嗒声组织成啪、啪、嗒、啪、啪、嗒吗?(实验表明,大部分人都能。)这种组织成群的极限是多少?(实验表明,对大多数人来说,极限是 6 ± 2 个啪嗒声。)这里所说的极限取决于啪嗒声的数目,还是取决于啪嗒声的呈现时间?研究者能够轻易地找到答案,即进行实验。只要改变啪嗒声的频率就行了。如果极限取决于时间,那么在呈现速率更快时,人们应当能够将更多的啪嗒声知觉成一组。是这样的吗?(实验表明,不是这样的,除非速率非常低。)

这里提出的问题还可以不断问下去。例如,当你形成多种节奏时,你肯定会发现有些节奏比其他的节奏更令人愉快。这说明就是愉快和不愉快也能由实验诱发,并且诱发方式很简单。频率较快时,感受到的是兴奋;频率极慢时,感受到的是平静。当频率低时,人们甚至能观察到自己有一种紧张,一

种等待下一个啪嗒声出现的预期。研究者可能想更精细地描述这些情感,看它们与哪些事情(例如,生理反应)有关。

由此,大家可能开始明白了:为什么那些获知冯特研究工作的人是如此兴奋并跟随其深入学习!

[资料来源] Mook D G. Classic experiments in psychology. Westport: Greenwood Press, 2004: 24-25.

事实上,冯特建构心理学的方式局限在分析人们如何感知世界事物的细节性描述上,心理学因此被定义成研究意识经验的科学。

当时,欧洲及北美有不少青年学者慕名去跟冯特学习心理学,并将他的研究方法和建立一门真正的科学心理学的目标传向了欧美的其他实验室。我国的蔡元培也专门去冯特那里学过心理学。当然,也有很多学者公开反对冯特的心理学取向。20世纪前期,冯特的研究取向逐渐衰落。到了20世纪中后期,心理学中发生了“认知革命”,冯特的研究取向又以新的形式复兴了。特别是近些年来,关于知觉、记忆、情绪和认知等涉及觉知(awareness)的研究日益增多,意识和心理功能再度引起了人们的兴趣。目前,许多心理学理论和研究都集中在心智功能方面。

二、研究潜意识过程的心理学

奥地利精神病医生弗洛伊德(Sigmund Freud, 1856—1939)根据自己多年精神病治疗的经验,认为意识经验只是人们心理的冰山一角,在其下面还隐藏着原始的生物欲望。这些欲望寻求表现机会,但是它们与社会标准和伦理道德的要求之间却往往存在冲突,因此被称为潜意识动机和冲突。按照弗洛伊德的观点,这样的潜意识动机和冲突强烈地影响人们的意识经验和活动,从而对应着人们的诸多行为,包括精神病人的那些生理症状。由于潜意识过程不能通过内省技术直接研究,弗洛伊德运用自由联想的间接方法来考察它们。自由联想就是要求病人把出现在头脑里的任何东西都说出来,对于那些显得荒诞或无关的思想并不做合乎逻辑、富有意义的评论。弗洛伊德坐着倾听病人讲述,而后解释这些联想。他认为自由联想的内容揭示了潜意识过程的情形。他认为梦境也表达着原始的无意识欲望。他指出梦境是了解个体潜意识动机与冲突的捷径,提出了梦的分析方法,即释梦技术。梦的分析是自由联想的一种扩充形式,病人把自己的梦境自由地联系在一起。

弗洛伊德在形成自己观点的过程中,详细记录了病人症状及其治疗情况。

运用这些个案研究的记录资料,他创立了一个全面的人格理论,即精神分析理论。在心理学的许多领域,特别是心理咨询与治疗领域,弗洛伊德的潜意识动机观点都有着重要的影响。实际上,精神分析的思想不仅影响心理学的发展,而且广泛地影响到了人类社会生活的诸多领域,例如,文学、历史、哲学、艺术、宗教、法学、医学、社会学、人类学等。弗洛伊德几乎是家喻户晓的人物,无意识、本我、自我、超我、恋母情结、防御机制等术语早已成了常识。现代心理学家大都对弗洛伊德的理论有自己的看法,他们可能赞同、修正或者试图驳倒这种理论。今天,精神分析学家依然运用自由联想的技术,而精细的个案研究方法也仍是考察人类行为的一种途径。

三、研究个体差异的心理学

英国心理学家高尔顿(Francis Galton, 1822—1911)关注生物因素影响个体的能力、性格及行为的差异问题。为了探寻这些个体差异的决定因素,他考察了许多名人的家史,发现名人存在家族现象,即名人家族更可能出现名人。高尔顿据此得出结论,天才或优异是一种遗传特质。显然,这是一个不成熟的结论,因为他没有认识到天才更可能出现在名人家庭也可能是因为这样的家庭具有良好的环境和优越的社会经济地位。高尔顿所用的研究资料是以传记分析为基础的,但他不满意这种间接方法的考察,就又开创了测试人们能力与性格特征的方法。这些测验是现代人格与智力测验的雏形。高尔顿 1884 年在伦敦国际健康博览会上用自己设计并制作的 17 种测量不同能力的工具,对 9 337 名 5—80 岁的男女进行了诸如握力、肺活量、视敏度、反应时等特征的测量。根据这些数据,高尔顿指出,许多人类特征都随年龄而变化,例如,随着年龄的增长,人们对高音的听力会下降。为了分析研究数据,高尔顿发明了一种计算相关的统计技术,至今沿用。

尽管高尔顿在心理学成为一门独立的科学之前就开始了他的工作,但是,他的理论和技术很快就成为心理学的核心部分,他的著作《人的官能及其发展研究》(1883)标志着个体差异心理学的开端。高尔顿提出了心理学中的一个基本争议,即个体的心理特征主要是由遗传还是环境决定的问题。现在,研究者广泛使用心理测验,对心理测验及其统计方法也一直存在不同的意见。这些都表现出高尔顿对心理学的深刻影响。在实际生活中,人们对心理学的一个持久兴趣,也是关于个体差异方面的。人们非常乐意通过各种方式测验自己的心理特点,比较自己与他人的异同。在教育教学实践中,教育工作者也需要了解学生心理的个体差异,以便因材施教。

四、研究可观察行为的心理学

俄国生理学家巴甫洛夫(Ivan Petrovich Pavlov, 1849—1936)为心理学研究指引了一种不同的道路,他关于狗的系列研究对心理学的发展产生了重大影响。心理学家从巴甫洛夫的条件反射概念得到了探究行为发展的新的工具,开始从个体的先前经验寻找行为的原因,从而能够把特定行为和个体差异解释成学习的结果。美国心理学家华生(John Broadus Watson, 1878—1958)创立了行为主义,认为心理学是研究可观察行为的科学,即研究可测量的具体的刺激-反应。他认为一切行为,包括那些貌似本能的行为,都是条件作用的结果,都是对适宜刺激的反应。华生指出,研究者不能观察动物头脑中的东西,也不能观察另一个人头脑中的东西。但是,研究者能观察动物和人所做的,即行为。行为由刺激-反应构成,心理学的任务应当是研究这些关系。在一个完全研究清楚的心理学体系中,给定反应就能预测刺激,给定刺激就能预测反应。

华生认为,心理学完全不是研究头脑的,它是研究人和动物在情境中如何活动的,或者说,是研究可观察的刺激和可观察的反应之间的关系的。以情绪为例,即使在一个孩子报告他生气之前,研究者就能识别他何时生气了。例如,他的脸红了,嘴角下拉,眼睛闭上,可能弄出很多噪声。当研究者说一个人生气时,实际是在描述该人的行为。华生指出,冯特所用的内省方法不适于研究心理学,心理学的目的就是预测和控制行为,因此,心理学应当研究行为。华生对心理学的重要贡献在于他强调学习机制和环境对形成与保持行为的意义,促进了学习、记忆、问题解决等领域的心理学研究。

美国心理学家斯金纳(Burrhus Frederic Skinner, 1904—1990)对行为主义进行了修正,认为行为的结果是预测和塑造未来行为的基本机制,使它具有了更广的社会意义。实际上,斯金纳是激进的环境决定论者,深信行为完全是由其后果(奖励或惩罚)决定的,即曾经强化过什么,他的行为就是什么;所有的行为都是由环境事件决定的,都是按照一定的法则发生的;行为模式上的个别差异,是由于人们所处的学习情境的不同造成的;两个人彼此不同,不是由于他们素质上的不同,而是由于他们所处的环境不同。斯金纳认为,由于反应的结果影响进一步的活动,由于这些结果发生在外部环境,所以,是环境造成了行为改变。一个人所做的一切,或者一个人将来能做的一切,皆是这个人独一无二的强化与惩罚经历的直接结果。

斯金纳对心理学和社会均有重大影响,他大力支持妇女解放运动,赞同妇女出来工作,并制造了“育婴箱”,希望妇女能够从教养孩子的家庭事务中解脱出来。他制造了教学机器,希望学生能够得到最及时的学习反馈。他出版了小

说《沃登第二》，希望整个社会能够按照他的理论建设和运行。在美国，许多人都运用他提出的方法来训练儿童、减肥、戒烟及学习新的技能。现代心理学中充满了斯金纳提出的理论与方法，他的行为技术和传统的心理疗法都是治疗心理障碍的主要途径。斯金纳的强化技术，即控制行为之后的结果，在教育领域也很流行，他的教学机器是现代程序教学的前驱。

五、研究知觉重组的心理学

德国心理学家韦特海默(Max Wertheimer, 1880—1943)发现了似动现象。他的研究显示，如果两道光交替闪烁，并且二者之间的空间距离和时间间隔都合适，那么，观察者所看见的就是单一的光在前后跳动。这表明经验与刺激是不匹配的：有两道光，不是一道光；在没有运动的情形中看到了运动；“光”被看成通过了中间的空间，而光并未通过。某种东西被观察者添加上去了，而这种添加并不是对基本经验的添加，相反，经验依存于事件的整体序列。正是事件的整体序列，才产生了这样的经验。据此，韦特海默创立了完形主义，认为研究心理概念的微小部分是无用的，研究孤立的部分是不合理的，因为改变任何单一部分都将改变整体。同理，即使所有部分都改变了，整体还可能保留着。例如，如果在两个不同的乐器上演奏同一曲音乐，虽然每次演奏的单个音都是不同的，但是，音乐还是保持着它的完整性。

德国心理学家柯勒(Wolfgang Kohler, 1887—1967)是另一位著名的完形主义心理学家。他发现：为了够到香蕉，黑猩猩会把一个箱子放到另一个箱子上，然后爬到顶端。在实验情境中，黑猩猩开始显得是在估量情形，接着，几乎是一刹那，它理解了问题，“看到”了解决的方法。柯勒认为这才是学习的典型表现，特别是人类的学习。在另一项实验中，柯勒将食物放在笼子外面，距离超过了黑猩猩能够到的范围。在笼子里，有一些棍子。起先，黑猩猩用棍子投掷香蕉；接着，黑猩猩“认识到”可将棍子用作一种工具：将它们尽可能多地伸出去，并将香蕉掠进来。有一个特别聪明的黑猩猩能将两根短棍接起来，把食物掠进笼里。柯勒的解释是，黑猩猩能够把问题看成一个统一的整体。在堆箱子问题中，黑猩猩不把箱子和香蕉看成分离的元素，而是认识到它们属于同一个整体的部分。类似地，棍子和香蕉也被知觉为属于一起的，也只有对知觉进行这种重组之后，对问题解决办法的顿悟才会产生。

完形主义心理学所阐明的基本原理是无人能够质疑的，它们被心理学书籍不断引用。完形主义心理学的词语，例如封闭、对比、知觉边界等，出现在许多研究者及外行的文章中，尽管它们不再具体地与完形心理学相联系了。此外，许多实验社会心理学的创始人(例如，阿希、谢里夫、勒温)也都深受完形主义心理学

的影响。

六、研究人性潜能的心理学

美国心理学家马斯洛(Abraham Harold Maslow, 1908—1970)是人本主义心理学的创始人之一。他提出了需要层次理论,认为人类个体生来就具有趋向健康成长从而发挥自身潜能的内在动力,而自我实现是成长的最高动机和目的。他强调个体的主观感情和自由意志,主张以正常人生活中的需要、欲望、感情、意志、价值等为心理学研究的主题。

美国心理学家罗杰斯(Carl Ransom Rogers, 1902—1987)也是人本主义心理学的创始人之一,他同样主张自我实现是人性的本质。罗杰斯强调个体自我概念的意义,认为个体的自我概念就是个人对自己相貌、能力、生活目标、人际关系、成败经验等各方面的看法与评价,是主观的。因此,罗杰斯认为,要想了解一个人的心理,唯一的途径就是了解当事人对自己的看法。

人本主义心理学重视个体的尊严与自由意志,强调全人发展;认为心理学应当帮助个体按其自由意志去做正确选择,从而发展自我潜力,达到自我实现。也就是说,人本主义主张心理学研究的对象是正常人的本性,认为人的行为决定于他的自由意志;主张心理学研究的目的除了探讨人性之外,更应促进人性的健康发展从而获得人生幸福。马斯洛主要解释了个体经由各种需要的获取与满足以达到自我实现境界的过程,罗杰斯主要说明了个体自我实现境界之不易达到的原因。在现代心理学研究的主题中,诸如动机、人格、心理异常及心理治疗等,人本主义均占有十分重要的地位,而罗杰斯本人就是著名的心理治疗权威。

由此可见,心理学已经从原来集中研究意识经验的初生科学扩展成为一门涵盖研究一切行为的现代科学,它既研究人类的意识经验与潜意识动机和冲突,又研究人类的外显行为及个体差异,以及知觉重组、人性潜能等。对心理学研究的内容进行归类 and 概括,大致可以分为人类行为和人类心理过程两个方面。因而,现在通常将心理学定义为研究人类行为与心理过程的科学。

第二节 心理学的研究领域

不同的心理学家往往有不同的研究兴趣和研究主题,从而形成了众多的研究领域。从心理学研究领域的角度来看心理学,能够对这门科学形成更为切实的印象,有助于对心理学的全面理解和把握。下面简要介绍一些现代心理学研究的重要领域。

一、实验心理学

实验心理学考察多种动物共有的基本行为过程。它一般在实验室里进行,主要研究感觉、知觉、学习、记忆、问题解决、信息交流、情绪、动机等心理过程的基本性质。实验心理学力图回答这样的问题:母婴之间的爱的基础是什么?动物能够推理吗?大脑在记忆中有何作用?婴儿期的视觉经验如何影响以后的视力发展?实验心理学的研究对象可以是人,也可以是动物,例如老鼠、小猫、猴子、章鱼等。心理学家研究动物的行为有多种原因:有的人只是对某些动物的行为感兴趣,认为关于这些动物的知识能够帮助人们维护动物的健康,保护濒危动物;有的人对物种如何相互作用、特定行为有何进化意义感兴趣,认为任何动物行为都决定着它在某种环境中能否生存,动物的行为与其环境的关系在物种进化方面非常重要;有的人研究动物的行为是为了更好地了解人类的行为,例如,通过用不同方式喂养的猴子,试图揭开婴儿恋母的秘密。

当要求小学生用“一边……一边……”造句时,他们往往写出“我一边读书一边写字”这样的句子。那么,一个人真的能够做到一边读书一边写字吗?实验心理学可以回答这个问题。心理学家训练学生在听写句子的同时阅读课文,研究结果显示他们也能理解课文,表明人们同时可以做两件事情。这种注意分配的技能很难掌握,学生需要进行长期的训练才能跟上两种思路。诸如联合国的同声翻译员,在他们能够胜任自己的工作之前,都必须训练这种高超的注意分配能力。

二、生理心理学

生理心理学或神经心理学领域的研究者力图探明神经系统及内分泌系统与行为、心理过程之间的联系。人类的各种行为,包括相对简单的和高度复杂的行为,都应当有其相应的神经生理机制。生理心理学将心理学与生理学的实验方法结合起来,用于研究所有的心理学问题,例如,知觉过程、运动控制、睡眠觉醒、繁殖行为、摄食饮水行为、情绪行为、学习和语言,以及各种人类病理状态(如成瘾和心理障碍)。

在研究生理心理学时,人们往往运用动物模型。例如,像许多其他哺乳动物那样,小鼠经常建造巢穴。行为观察表明,小鼠会在两种条件下建巢:空气温度低和妊娠时。没有怀孕的小鼠只在气温低的时候建巢,而怀孕的小鼠不管温度高低都会建巢。不同的原因导致了同样的行为。事实上,建巢行为受到两种不同生理机制的控制。生理心理学的研究显示,小鼠的建巢行为可能是与体温调节过程有关的现象,也可能是与父母行为有关的现象。