

在馮特創立他的實驗室之前，心理學像個流浪兒，
一會兒敲敲生理學的門，一會兒敲敲倫理學的門，
一會兒敲敲認識論的門。1879年，它才成為一門
實驗科學，有了一個安身之處和一個名字。

——墨菲

顧問 費孝通 季羨林 厲以寧 湯一介 樂黛雲

人文社會科學叢書

心理學

是甚麼

WHAT IS PSYCHOLOGY ?

崔麗娟 等◎著

顧問 費孝通 季羨林 厲以寧 湯一介 樂黛雲

人文社會科學叢書

心理學

是甚麼

WHAT IS PSYCHOLOGY ?

崔麗娟等◎著

天地

書名 心理學是甚麼
作者 崔麗娟等
出版 天地圖書有限公司
香港皇后大道東109—115號
智群商業中心十三字樓
電話：2528 3671 傳真：2865 2609

香港灣仔莊士敦道三十號
地庫／一樓（門市部）
電話：2865 0708 傳真：2861 1541

九龍彌敦道96號（加連威老道口）（門市部）
電話：2367 8699 傳真：2367 1812

印刷 亨泰印刷有限公司
柴灣利眾街德景工業大廈十字樓
電話：2896 3687 傳真：2558 1902

發行 利通圖書有限公司（港澳）
九龍紅磡民裕街41號凱旋工商中心8樓C
電話：2303 1010 傳真：2764 1310

出版日期 二〇〇三年・香港

（本書由北京大學出版社授權於香港地區印行繁體字版本）

© 北京大學出版社（原著作版權擁有者）2003

© COSMOS BOOKS LTD. 2003

ISBN 988 201 446 1

閱讀說明

親愛的讀者朋友：

非常感謝您能夠閱讀我們為您精心策劃的《人文社會科學叢書》。這套叢書是為大、中學生及所有人文社會科學愛好者編寫的入門讀物。

這套叢書對您的意義：

一、如果您是中學生，通過閱讀這套叢書可以擴大你的知識面，這有助於提高您的寫作能力，無論寫人、寫事，還是寫景都可以從多角度、多方面展開，從而加深文章的思想性，避免空洞無物或內容淺薄的華麗辭藻的堆砌；另一方面，與自然科學知識可提供給人們生存

本領相比，人文社會科學知識顯得更為重要，它幫助您確立正確的人生觀、價值觀，教給您做人的道理。

二、如果您是中學生，通過閱讀這套叢書，可以使您對人文社會科學有大致的了解，可憑藉自己的興趣去選擇志願。因為興趣是最好的老師，有興趣才能保證您在這個領域取得成功。

三、如果您是大學生，通過閱讀這套叢書，可以幫助您更好地進入自己的專業領域。因為毫無疑問這是一套深入淺出的教學參考書。

四、如果您是大學生，通過閱讀這套叢書，可以加深自己對人生、對社會的認識，對一些經濟、社會、政治、宗教等現象作出合理的解釋；可以提升自己的人格，開闊自己的視野，培養自己的人文素質。上了大學未必就能保證就業，就業未必就是成功。完善的人格，較高的人文素質是保證您就業以至成功的必要條件。

五、如果您是人文社會科學愛好者，通過閱讀《人文社會科學叢書》可以讓您輕鬆步入人文社會科學的殿堂，領略人文社會科學的無限風光。當有人問您甚麼書可以使閱讀成為享受？我們相信，您會回答：《人文社會科學叢書》。

您如何閱讀這套叢書：

一、翻開書您會看到每章有些語詞是黑體字，那是您必須弄清楚的重要概念。對這些關鍵詞或概念的把握是您完整領會一章內容的必要的前提。書中的黑體字所表示的概念一般都有定義。理解了這些定義的內涵和外延，您就理解了這個概念。

二、書後還附有作者推薦的書目。如您想繼續深入學習，可閱讀書目中所列的圖書。人格健康、心態開放、溫文爾雅、博學多識。我們相信，這些都屬於成功的您！

總序

人類已經進入了二十一世紀。

在新的世紀裏，我們中華民族的現代化事業既面臨着極大的機遇，也同樣面臨着極大的挑戰。如何抓住機遇、迎接挑戰，把中國的事情辦好，是我們當前的首要任務。要順利完成這一任務的關鍵就是如何設法使我們每一個人都獲得全面的發展。這就是說，我們不但要學習先進的自然科學知識，而且也得學習、掌握人文科學知識。

江澤民主席說，創新是一個民族的靈魂。而創新人才的培養需要良好的人文氛圍，正如有些學者提出的那樣，因為人文和藝術的教育能夠培養人的感悟能力和形象思維，這對創新人才的培養至關重要。從這個意義上說，人文科學的知識對於我們來說要顯得更為重要。我們迄今所能掌握的知識都是人的知識。正因為有了人，所以才使知識的形成有了可能。那些看似與人或人文學科毫無關係的學科，其實都與人休戚相關。比如我們一談到數學，往往首先

想到的是點、線、面及其相互間的數量關係和表達這些關係的公理、定理等。這樣的看法不能說是錯誤的，但卻是不準確的。因為它恰恰忘記了數學知識是人類的知識，沒有人類的富於創造性的理性活動，我們是不可能形成包括數學知識在內的知識系統的，所以愛因斯坦才說：「比如整數系，顯然是人類頭腦的一種發明，一種自己創造自己的工具，它使某些感覺經驗的整理簡單化了。」數學如此，邏輯學知識也這樣。談到邏輯，我們首先想到的是那些枯燥乏味的推導原理或公式。其實邏輯知識的唯一目的在於說明人類的推理能力的原理和作用，以及人類所具有的觀念的性質。總之，一切知識都是人的產物，離開了人，知識的形成和發展都將得不到說明。

因此我們要真正地掌握、了解並且能夠準確地運用科學知識，就必須首先要知道人或關於人的科學。人文科學就是關於人的科學，她告訴我們，人是甚麼、人具有甚麼樣的本質。

現在越來越得到重視的管理科學在本質上也是「以人為本」的學科。被管理者是由人組成的羣體，管理者也是由人組成的羣體。管理者如果不具備人文科學的知識，就絕對不可能成為優秀的管理者。

但恰恰如此重要的人文科學的教育在過去沒有得到重視。我們單方面地強調技術教育或職業教育，而在很大的程度上忽視了人文素質的教育。這樣的教育使學生能夠掌握某一門學

科的知識，充其量能夠腳踏實地完成某一項工作，但他們卻不可能知道人究竟為何物，社會具有甚麼樣的性質。他們既缺乏高遠的理想，也沒有寬闊的胸懷，既無智者的機智，也乏仁人的儒雅。當然人生的意義或價值也必然在他們的視域之外。這樣的人就是我們常說的「問題青年」。

當然我們不是說科學技術教育或職業教育不重要。而是說，在學習和掌握具有實用性的自然科學知識的時候，我們更不應忘記對於人類來說重要得多的學科，即使我們掌握生活的智慧和藝術的科學。自然科學強調的是「是甚麼」的客觀陳述，而人文學科則注重「應當是甚麼」的價值內涵。這些學科包括哲學、歷史學、文學、美學、倫理學、邏輯學、宗教學、人類學、社會學、政治學、心理學、教育學、法律學、經濟學等。只有這樣的學科才能使我們真正地懂得甚麼是真正的自由、甚麼是生活的智慧。也只有這樣的學科才能引導我們思考人生的目的、意義、價值，從而設立一種理想的人格、目標，並願意為之奮鬥終身。人文學科的教育目標是發展人性、完善人格，提供正確的價值觀或意義理論，為社會確立正確的人文價值觀的導向。

國外很多著名的理工科大學早已重視對學生進行人文科學的教育。他們的理念是，不學習人文學科就不懂得甚麼是真正意義的人，就不會成為一個有價值、有理想的人。國內不少大學也正在開始這麼做，比如北京大學的理科的學生就必須選修一定量的文科課程，並

在校內開展多種講座，使文科的學生增加現代科學技術的知識，也使理科的學生有較好的人文底蘊。

我們中國歷來就是人文大國，有着悠久的人文教育傳統。古人云：「文明以止，人文也。觀乎天文，以察時變，觀乎人文，以化成天下。」這一傳統綿延了幾千年，從未中斷。現在我們更應該重視人文學科的教育，高揚人文價值。北京大學出版社為了普及、推廣人文科學知識，提升人文價值，塑造文明、開放、民主、科學、進步的民族精神，推出了《人文社會科學叢書》，為大中學生提供了一套高質量的人文素質教育教材，是一件大好事。

許智宏

北京大學校長

二〇〇一年八月



智識淵海

天地圖書公司
戊寅選堂



門市部

總店

分店

香港灣仔莊士敦道三十號地庫及一樓

營業時間：上午十時至下午八時

尖沙咀彌敦道九十六號（加連威老道口）

營業時間：上午十時半至下午九時

查詢電話：二八六一一〇三二 圖文傳真：二八六一一五四一

目錄

閱讀說明	I
總序 許智宏	IV
一、甚麼是心理學	一
1、心理學是甚麼？	
——可能的回答	四
2、關於心理學的「這些那些」	一一
二、精神分析	二七
1、心靈的白晝與黑夜	
——弗洛伊德與精神分析	三〇

2、無意識：魔鬼寓於神中

——榮格與分析心理學……………四〇

3、站在弗洛伊德的肩上

——阿德勒和埃里克森的理论……………五一

三、行為主義……………五九

1、心理學的神話：孩子是橡皮泥

——華生與行為主義……………六二

2、快樂是操作性條件反射的副產品

——斯金納與激進的行為主義……………六九

3、心理學家的形象：實驗服、鉛筆、迷宮中奔跑的老鼠？

——洛特和班杜拉的理论……………七九

四、人本主義……………八九

1、甚麼是人本主義心理學？……………九二

2、是「來訪者」而不是病人

——羅傑斯的人本主義心理學……………九七

3、關注心理健康的人

——馬斯洛與人本主義心理學……………一〇七

五、人是如何觸摸世界的……………一九

1、假如沒有了感覺……………一一

2、視覺、聽覺和痛覺……………二七

六、知覺及其研究……………三九

1、知覺及特徵……………四一

2、知覺立體世界——空間知覺……………四三

3、知覺的基本特性	一四五
4、「兩小兒辯日」	

——錯覺及產生原因	一五二
-----------	-----

七、記憶與遺忘	一五七
---------	-----

1、記憶有無規律？	一五九
2、多重記憶系統模型	一六五
3、不同的觀點：認識越深記得越牢	一八〇
4、遺忘是怎麼回事？	一八三
5、一些有趣的記憶現象	一九〇

八、思維	一九七
------	-----

1、概念與分類	二〇〇
2、推理	二〇一

3、判斷與決策·····	二〇六
4、問題解決·····	二一一

九、人類的社會性·····	二三一
---------------	-----

1、我們害怕孤獨·····	二二三
2、不可超越的個人空間·····	二四三

十、社會教化·····	二五一
-------------	-----

1、人生物性的潛能在社會環境中被激發	
--------------------	--

——人的社會化·····	二五三
--------------	-----

2、「胡蘿蔔加大棒」	
------------	--

——社會教化下的服從·····	二六四
-----------------	-----

3、社會期望下的自我實現的預言·····	二七二
----------------------	-----

十一、人真能做到我行我素嗎？	二八一
1、不知覺中的社會促進行為	二八三
2、跟着大多數人走	
——社會遵從	二九二
3、暴徒式的羣眾	
——社會感染及團體暴力的產生	三〇三
十二、人際交往	三一七
1、印象形成中的信息利用	三一九
2、社會交往中的喜歡與吸引	三三三
推薦閱讀書目	三四三
參考書目	三四五
後記	三四八