

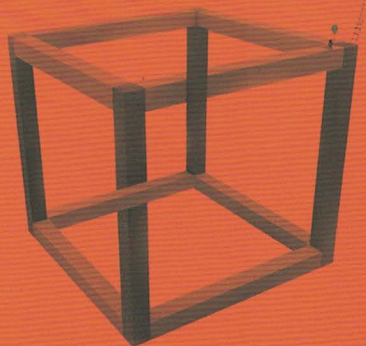
知名心理学家乔尔·利维  
——全新力作——

WHY  
WE DO THE THINGS  
WE DO

那些躲不开  
又想不通的 **行为**

三天读懂心理学简史


〔英〕乔尔·利维 (Joel Levy) 著 朱桂三 译



记忆是怎样的？机器能否思考？为什么会有种族主义？如果感知少一些会不会更好？

知名心理学家乔尔·利维就心理学史上令人抓狂的41个问题追根溯源

轻松梳理心灵“黑箱”的运行逻辑，重新认识他人与自己！

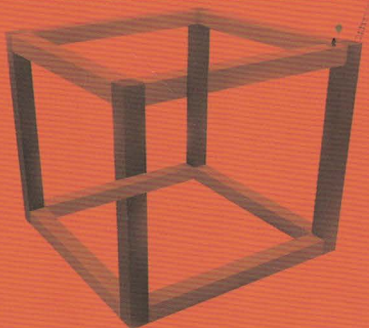
 机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS

---

心理学有着短暂的历史，却有着漫长的过去。自意识起源以来，难以捉摸的心灵始终是人类关注的焦点。心理学探究隐秘世界的逻辑。指导人们重新认识意识、梦境、感知、思维、语言、情绪和意志等心灵现象及其与生活情境的关系，领悟行为背后的心理根源。本书选取41个典型的心理学问题，以“简而言之”的表达方式，让读者轻松“游历我心”，一览精彩绝伦的心理学简史。

---

WHY  
WE DO THE THINGS  
WE DO




WHY  
WE DO THE THINGS  
WE DO

---

# 那些躲不开 又想不通的**行为**

三天读懂心理学简史

[英] 乔尔·利维 (Joel Levy) ©著 朱桂兰◎译

 机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS

此为试读, 需要完整PDF请访问: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

WHY  
WE DO THE THINGS  
WE DO

---



那些躲不开  
又想不通的**行为**  
三天读懂心理学简史

[英] 乔尔·利维 (Joel Levy) 著 朱桂兰 译

心理学有着短暂的历史，却有着漫长的过去。“认识自己”是人类最初，同时也是最终的目的，难以捉摸的心灵“黑箱”始终是人类关注的焦点。心理学的任务是指导人们科学认识意识、梦境、感知、思维、语言、情绪和意志等心灵现象，探究其与生活情境的关系。本书选取 41 个典型的心理学问题，以“简而言之”的表达方式，让读者轻松“游历我心”，一览精彩绝伦的心理学简史。

WHY WE DO THE THINGS WE DO

by Joel Levy

First published in Great Britain in 2015 by

Michael O'Mara Books Limited, 9 Lion Yard, Tremadoc Road, London SW4 7NQ

Copyright © Michael O'Mara Books Limited 2015

Simplified Chinese Character rights arranged with Michael O'Mara Books Limited

through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd

本书由机械工业出版社在中国境内（不包括香港、澳门特别行政区以及台湾地区）出版与发行。未经许可之出口，视为违反著作权法，将受法律之制裁。

北京市版权局著作权合同登记图字：01-2015-4804 号

### 图书在版编目（CIP）数据

那些躲不开又想不通的行为：三天读懂心理学简史/  
[英] 乔尔·利维（Joel Levy）著；朱桂兰译. —北京：  
机械工业出版社，2016.6

书名原文：why we do the things we do

ISBN 978-7-111-54442-5

I. ①那… II. ①乔…②朱… III. ①心理学史-世界-通俗读物 IV. ①B84-091

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2016）第 179514 号

机械工业出版社（北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037）

责任编辑：刘林澍

版式设计：张文贵

责任校对：赵蕊

责任印制：常天培

北京圣夫亚美印刷有限公司印刷

2016 年 10 月第 1 版·第 1 次印刷

145mm×210mm·5.375 印张·3 插页·83 千字

标准书号：ISBN 978-7-111-54442-5

定价：42.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线：010-88361066

机工官网：[www.cmpbook.com](http://www.cmpbook.com)

读者购书热线：010-68326294

机工官博：[weibo.com/cmp1952](http://weibo.com/cmp1952)

010-88379203

金书网：[www.golden-book.com](http://www.golden-book.com)

封面无防伪标均为盗版


教育服务网：[www.cmpedu.com](http://www.cmpedu.com)

作者另一著作

弗洛伊德口误

关于心理学你需要知道的一切

献给迈克和克里斯蒂娜  
他们让这本书成为现实



目  
录

Contents

引言：心理学源于哪里？ //001

古希腊的疯子们怎么了？ //007

敲击一个人的头部凸块就能知道他是个罪犯吗？ //011

催眠真实吗？ //016

自由意识是错觉吗？ //021

什么时候雪茄不是雪茄？ //025

这样让你感觉如何？ //030

什么让我们幸福？ //034

为什么我们睡觉？ //038

为什么我们做梦？ //041

为什么我们喜欢恐怖电影？ //044

你可以说出冷水和热水的差别吗? //048

你是左脑思维还是右脑思维? //051

你的脑中住着两个不同的人吗? //056

这是一只鸭子还是兔子? //060

你看到那只大猩猩了吗? //064

语言从何而来? //068

你能想到不需要语言的事物吗? //071

为什么我们会遗忘? //075

机器会思考吗? //079

为什么“人善被人欺”? //083

为什么会有种族主义? //087

你会从这个人手上买二手车吗? //091

为什么秃头的人不能被选为总统? //095

普通人是如何犯下战争罪行的? //098

为什么我们相爱? //103

你能记住自己出生时的状况吗? //107

为什么婴儿哭的那么凶? //110

为什么孩子模仿他们的父母? //114

什么时候孩子们意识到他们闭上眼睛时自己并不会  
消失? //118

孩子如何学会阅读? //121

为什么青春期的孩子很叛逆? //125

为什么有些人会害羞? //129

IQ 测试真正测量的是什么? //132

IQ 重要吗? //135

男人真的来自火星, 而女人来自金星? //138

先天还是后天? //142

悲伤是一种心理疾病吗? //147

如何发现病态人格? //150

什么是正常? //154

为什么军人会经历“闪回”? //158

是否感受不那么多会好一些? //161



## 引言：心理学源于哪里？

心理学是研究心智的学科。心理学（Psychology）一词来源于希腊词根“psyche”，意为“心灵”或“灵魂”；后缀“ology”意为“研究”。直到16世纪左右，“心理学”这一术语才得以产生，到了18世纪开始变得普遍。实际上，直到19世纪末期，心理学才成为一门明确的被认可的学科。然而，心理学的根源可以追溯到更早时期。

### 民间心理学

所有人都可以被称为“民间的”或“天真的”心理学家，因为每个人都在阐释和推测自己和他人的思想和行为。推测他人的想法进而调整自己的思想和行为的能力被称为“社会智能”。有观点认为人的一般智力源于社会智能的发展。术语“心智理论”含有与人际交往相关的特定含义，即“思考他人想法的能力”，这被

看作正常人际交往关系中的一个重要工具，缺乏心智理论能力常常被认为与自闭症相关。因此，可以说，我们日常生活的“心理学化”依赖于什么构成了我们自己——并且让我们成为了人类。

## 身体和大脑

作为一种学术或专业意义上的实践，心理学的先驱者们自古以来就在关注心灵与世界的关系。例如，古希腊的“释梦疗法”（dream therapy）在荣格之前 2500 年就被实践。在疗愈的神庙里，患病的人祈祷和供奉祭品后“培育”梦境，并在入睡后获取神的指示与仲裁。

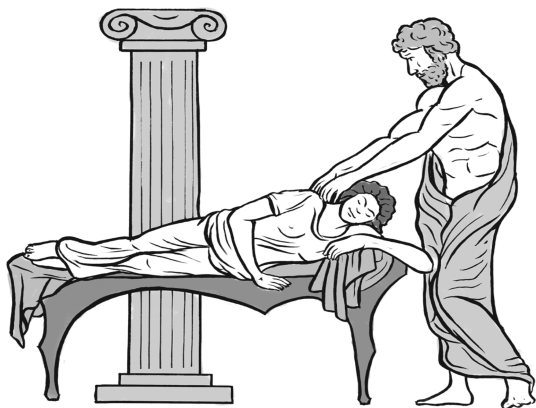


图1 疗愈的神庙

古希腊医学反映了今天众所周知的“整体疗法”的很多方面，它认识到心灵在维系身体健康上的作用。中世纪和近代早期的医学发展源于古希腊医学，在理论上也体现了心理元素，例如，四种“体液”（humours）——血液、黏液、黑胆汁和黄胆汁——它们被认为管理着人的情绪和性格。同样，精神疾病主要被认为是生理失衡的一种表现。

与流行的看法相反，“恶魔附身”不是当时最常见的导致人精神错乱的原因。中世纪“宗教裁判”（即借由审问确定一个人是否神志正常）记录的证据表明，基本上人们认为精神错乱是生理和身体问题导致的，与超自然力量无关。中世纪历史学家大卫·罗尔夫（David Roffe）指出：“人们普遍认为精神错乱是身体和大脑紊乱造成的。”（《中世纪英国对精神错乱的认识》，1998年）在一些例子中，已经有了具体的原因，例如，据说1309年巴塞洛缪·德·萨克维尔（Bartholemew de Sakeville）在一次急性热病后精神错乱；同样，1349年罗伯特·德·厄斯灵伯勒（Robert de Irthingborough）在参加一次比武时，被一支长矛击中头部，随后就失去了记忆而变成了疯子。

虽然心理学的生理基础模式到18世纪依然指导着

人们有关精神疾病的思考和实践，但是体液学说从文艺复兴时期起开始失宠。自从16世纪的安德里亚斯·维萨里（Andreas Vesalius）起，医学开始对人体解剖有了日益增长的热情，他们发现疾病位于身体某些特定部位，因此，身体特定组织的损坏导致了“病变”，而不是由于体液的失调。同时，研究人员越来越强调情绪状态是精神疾病本身的原因，例如悲伤引起忧郁，恐怖导致歇斯底里。然而，即使在今天，诸如“冷静”或“乐观”仍被用于描述个人气质和个性，这充分体现了体液说的深远影响。

因此，心理和生理相关联。自16、17世纪以来，一些著作，例如《蒙田随笔》（1580年），罗伯特·伯顿（Robert Burton）的《忧郁的解剖》（1621年）和莎士比亚的戏剧（1590—1613年）等都越来越注重描述心智内部活动，但却没有区分心理学和哲学。

## 科学研究方法

现代心理学的概念产生于一些治疗方法，例如催眠术和颅相学。虽然这些方法现在已被视为伪科学，但它们曾大力推动并合理化了对心智的医学和科学研究。心理科学的起源可以追溯到威廉·冯特（Wilhelm

Wundt)，1879年他在德国莱比锡大学开设了实验心理学研究所。冯特的背景是医学，师从赫尔曼·冯·赫尔姆霍茨（Hermann von Helmholtz）学习了现在众所周知的心理物理学后，冯特决心将心理学建立在科学基础之上。心理物理学是一门研究神经系统的物理刺激反应的学科。赫尔姆霍茨研究了一系列相关主题，例如在什么程度上光的亮度或声音的响度可察觉，以及电脉冲在神经纤维中传输的速度等。

冯特尝试应用一些类似的技术量化并精确地测量心智的内部领域，他所采用的方法即内省法：参与实验者报告自己的感知和想法。冯特的目的是分析感觉、知觉和思想的组成成分或结构，因此也促进了心理学结构主义学派的建立。冯特努力培训他的学生要尽可能精确地绕过内省不可避免的主观性，但是这种方法固有的缺陷招致了日后行为主义学派的猛烈批评。

## 詹姆斯与机能主义

大约于冯特在德国工作的同一时期，医生、哲学家和心理学家威廉·詹姆斯（William James）在美国也发展了心理学。他强调行为和思想的机能（也就是目的和效用），所以他的学派后来被称为机能主义。也许詹姆

斯对心理学最大的贡献是他里程碑式的教科书《心理学原理》(1890年)，书中界定的心理学主题到目前仍然适用，例如脑功能、意识和自我、知觉、直觉、记忆和情感等。后来，詹姆斯有一点否定心理学和这部著作，而更倾向于哲学，但是书中对心理学的定义仍然是这门科学最广为人知的定义之一：

“心理学是关于心理生活的现象及其条件的科学……这些现象包含我们称之为情感、欲望、认知、推理、决策等。”

乔尔·利维