



社会心理学

阿伦森眼中的社会性动物

S O C I A L
P S Y C H O L O G Y

原书第8版

埃略特·阿伦森 (Elliot Aronson)

[美] 提摩太 D. 威尔逊 (Timothy D. Wilson) 著 侯玉波 朱颖 等译

罗宾 M. 埃克特 (Robin M. Akert)

哈佛大学、耶鲁大学、哥伦比亚大学、加州大学伯克利分校等美国700多所著名大学使用
全球畅销千万册的《社会性动物》作者、社会心理学大师 埃略特·阿伦森作品



机械工业出版社
China Machine Press

☆美国名校学生最喜爱的心理学教材☆

社会心理学

阿伦森眼中的社会性动物

S O C I A L
P S Y C H O L O G Y

原书第8版

埃略特·阿伦森 (Eliot Aronson)
[美] 提摩太·威尔逊 (Timothy D. Wilson) 著 侯玉波 朱颖 等译
罗宾·M·埃克特 (Robin M. Akert)



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目 (CIP) 数据

社会心理学：阿伦森眼中的社会性动物（原书第 8 版）/（美）阿伦森（Aronson, E.），（美）威尔逊（Wilson, T. D.），（美）埃克特（Akert, R. M.）著；侯玉波，朱颖等译．—北京：机械工业出版社，2014.6

（美国名校学生最喜爱的心理学教材）

书名原文：Social Psychology

ISBN 978-7-111-47106-6

I. 社… II. ①阿… ②威… ③埃… ④侯… ⑤朱… III. 社会心理学—高等学校—教材 IV. C912.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2014）第 132853 号

本书版权登记号：图字：01-2013-5553

Elliot Aronson, Timothy D. Wilson, Robin M. Akert . Social Psychology, 8th Edition.

ISBN 978-0-205-79662-5

Copyright © 2013 by Pearson Education, Inc.

Simplified Chinese Edition Copyright © 2014 by China Machine Press.

Published by arrangement with the original publisher, Pearson Education, Inc. This edition is authorized for sale and distribution in the People's Republic of China exclusively (except Taiwan, Hong Kong SAR and Macau SAR).

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Pearson Education（培生教育出版集团）授权机械工业出版社在中华人民共和国境内（不包括中国台湾地区和香港、澳门特别行政区）独家出版发行。未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

本书封底贴有 Pearson Education（培生教育出版集团）激光防伪标签，无标签者不得销售。

本书是一部令人兴奋的、有强大吸引力的故事集，突显了社会心理学中你我他都关心的激动人心的话题，系统地分析了诸如攻击性、利他性、同情心、偏见、社会影响、移情与爱等人际交往中最重要的问题，这些问题到今天也是社会心理学的重要问题。学习完之后，我们可以逐步理解他人，在社会情境中认识我们自己，社会团体对我们的影响，我们如何做到人际吸引，人们为什么会助人，等等。本书适合普通高等院校心理学、教育学、社会学的本科生、研究生使用。

出版发行：机械工业出版社（北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码：100037）

责任编辑：赵艳君

责任校对：董纪丽

印 刷：蕺城市京瑞印刷有限公司

版 次：2014 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

开 本：214mm × 275mm 1/16

印 张：26.75（含彩插 1.5 印张）

书 号：ISBN 978-7-111-47106-6

定 价：80.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

客服热线：（010）88379210 88361066

投稿热线：（010）88379007

购书热线：（010）68326294 88379649 68995259

读者信箱：hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问：北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东



人格心理学家研究的是个人特质，这些特质可能使一个人害羞、传统、保守、叛逆，或是愿意在公共场合戴碧绿色的假发、穿蓝黄色的衬衫。社会心理学家研究的是社会影响在我们的表现中所扮演的重要角色。（见正文第5页）



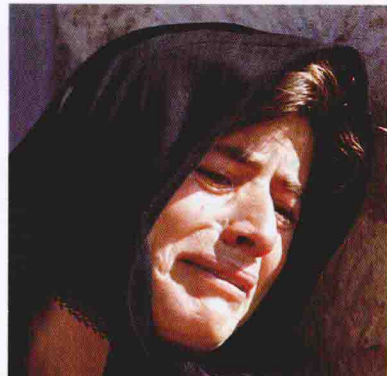
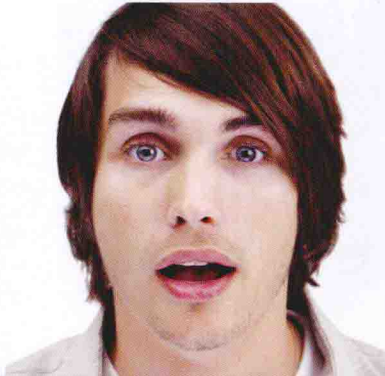
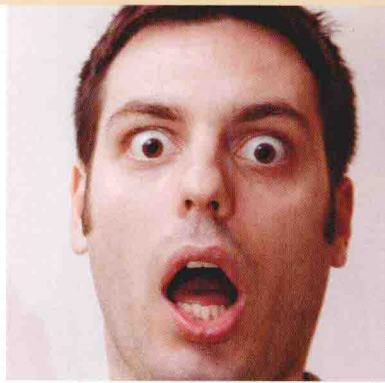
飞快地看一眼这两张图。你注意到它们有什么不同吗？你的答案可能与你所成长的文化性质有关。（见正文第56页）



对于很多美国人而言，第一位黑人总统的成功是令人振奋的里程碑，当然这也唤醒了其他人的内隐偏见。（见正文第329页）



你认为他们中的哪一个更快乐，是在奥运会上取得银牌的运动员（第二名）还是在奥运会上取得铜牌的运动员（第三名）？令人惊奇的是，研究表明银牌得主常常更不快乐，因为他们更可能会想象自己赢得比赛获得金牌。（见正文第60页）



这些照片描绘了 6 种主要情绪的面部表情。你能一一猜对吗？

答案(从左上角按顺时针方向): 生气、害怕、厌恶、悲伤、惊讶及快乐。(见正文第 70 页)



电影《暮光之城》的这张剧照展示了爱情发展的早期阶段。(见正文第 249 页)

服从在多大程度上被认可视觉文化差异而定。在 2008 年的北京奥运会开幕仪式上，全世界的电视观众都被 2 008 个击鼓者完美的同步化表演所迷倒。(见正文第 194 页)





为什么需要新版本

如果你在考虑为什么要购买这本书的新版本，给你4个好理由！

1. 第8版包括新的栏目“焦点议题”。这是为了帮助学生在阅读的同时也能预习和组织将要学习的材料。这些焦点议题会出现在每一章节的开始，并在每一章节结尾的总结中再次被重复提到。
2. 第8版增加了更多与中国人有关的研究内容。例如，第4章增加了康莹仪对中国香港大学生的归因研究。
3. 第8版的每章都进行了很大程度的更新，增加了几百个最新的研究参考资料和事例。我们旨在以一种吸引学生，并能引起学生兴趣的方式来讲述社会心理学的故事，尽力确保这一新版本能引起读者的强烈共鸣。例如：
 - “第3章 社会认知：我们如何思考社会性世界”，增加了关于意识和自由意志知觉的重要性，以及心智和身体暗喻的体现和启动。
 - “第6章 合理化行为的需要：减少失调的代价和收益”，增加了关于失调状态下功能性核磁共振（fMRI）技术大脑研究和桑托斯猴子研究的新回答和失调理论。
 - “第7章 态度与态度改变：影响思维和情绪”，更新了来自当代文化的一些事例，包括电视节目中产品植入的最近例子和奥巴马总统的大选得票数。
 - “第8章 从众：影响行为”，增加了最新案例——2012年纽约州北部大量精神性疾病的爆发。
 - “第9章 团体过程：社会团体的影响”，收入了对2007年金融危机中团体思考的角色讨论。
 - “第10章 人际吸引：从第一印象到亲密关系”，增加了网络约会和快速约会的最新研究。
 - “第11章 亲社会行为：为什么人们会助人”，加入了媒体对亲社会行为影响的研究。
 - “第13章 偏见：原因、结果与消除”，用当代更新的研究和事例替代了20世纪60年代和80年代很多关于偏见的研究。
4. 第8版的许多章节都进行了重新组织。这是为了响应读者对第7版的改进建议，让本书的结构更为合理。例如：
 - “第5章 自我：在社会情境中理解我们自己”，加入了一节重要的内容“自尊：我们如何看待自己”。
 - “第6章 合理化行为的需要：减少失调的代价和收益”，重新组织了很多内容。每节的标题分别改为“认知失调理论”、“日常生活中的自我合理化”和“关于失调的最后几点思考：从错误中学习”。
 - “第10章 人际吸引：从第一印象到亲密关系”，进行了新的开场简述和重组。
 - “第12章 侵犯：我们为什么伤害他人？能预防吗”有了很大的重组和更新。（更多更新和重组内容的介绍请见前言。）

我从事社会心理学研究已经有 50 多年了，所以我对社会心理学家研究丰富多样的主题非常了解，其中一些主题，比如爱、战争、偏见和信仰，是非常复杂的。但是，假如有一个人在午夜唤醒我，让我迅速而简洁地描述社会心理学家做的事情——最好是用一两个简明的句子。我将会说：我们研究影响人思想、感觉和行为的社会情境的力量。这个情境中的变化显著地影响着人们，而我们对人们如何回应环境中的变化尤其感兴趣。

在过去 30 年间，没有任何国家比中国经历的社会变化更剧烈的了。现在进入中国大学的年轻人成长在一个与你的父母那时候极为不同的社会环境中。正是因为这个原因，我和我的合著者都非常兴奋：我们的社会心理学教材现在翻译成了你们的语言，让成千上万名置身于这些影响深远的社会变化中的学生更容易阅读。我们希望，社会心理学家所获得的深刻认识将会帮助你更好地理解一个复杂世界中人类境况的复杂性。

我们写教材的方法不是干巴巴地描述一个又一个的研究，而是讲述一个准确且连贯的故事。这是一个关于人们之间彼此互动的故事：彼此相爱，彼此憎恨，彼此攻击，劝服或被劝服，顺从或反叛。当然，社会心理学不只是一个故事，它是由一系列可靠研究发现所支撑的故事，我们选择这些研究发现，不只是因为其中使用的研究方法质量高，也是因为他们呈现了迄今为止我们认知的最准确的画面。

能够在这本书中向你呈现这个令人兴奋、重要且普遍适用的社会心理学故事，我们感到很荣幸。我们真心希望，这本书能够给你知识的启迪以及生活上的帮助。

埃略特·阿伦森

2014 年 7 月

译者序 | Foreword

社会心理学是心理学体系中把人与社会密切联系在一起的学科，它探讨社会情境下人的行为与心理特征。从1908年麦独孤提出本能理论到目前社会认知的新进展，社会心理学经历了一个又一个里程碑式的事件，其中阿伦森等人撰写的本书第8版的出现就是这样的事件。新版本不仅总结了以往社会心理学的研究成果，而且把数百项最新研究成果融入到这本书中。这本书前7个版本对美国乃至整个世界的社会心理学发展都有很大的影响，相信读者会从新的第8版中得到更多的知识。

阿伦森教授是我最喜欢的社会心理学家之一，他因为自己在社会心理学方面的杰出贡献获得了美国心理学会的终身成就奖。他撰写的《社会性动物》是我学习社会心理学的入门书。阿伦森教授系统地分析了诸如攻击性、利他性、同情心、偏见、社会影响、移情与爱等人际交往中最重要的问题，这些问题到今天也是社会心理学的重要问题。而大家将要看到的本书则是对这些问题的最新阐释。在本书中，阿伦森教授和另外两位同样著名的社会心理学家威尔逊和埃克特一起，系统地总结和分析了到目前为止西方主流社会心理学的研究成果，以及这些研究带给我们的启示。相信在读完这本书之后，你一定会对人类心理与行为的社会性有更深刻的认识。本书的主要特色体现在以下两个方面。

内容丰富，结构严密。第1章讲述了社会心理学的基本问题，其中谈到了对社会问题的关注，这种取向一直是社会心理学受到人们关注的主要推动力。第2章是方法问题，特别强调了社会心理学研究的实证性问题，以使读者认识到社会心理学的科学性。第3~13章，作者围绕个体、团体以及社会影响问题，阐述了人的社会心理与社会行为特征。第3章和第4章讲述的是在日常生活中我们的认知过程特性，其中归因问题是一个重点。第5章和第6章讲述了自我概念以及自我归因的问题，这些内容对我们认识自己很有帮助。第7章和第8章涉及态度与从众问题，这些内容中包含着许多伟大的理论和经典的实证研究。第9章讲述了团体过程，其中的冲突与合作研究作为博弈论的基础，在现实生活中有着广泛的参考价值。第10~13章分别讲述了人际关系、亲社会与暴力行为以及偏见问题，这些内容对我们理解个人以及人与人之间的相互作用很有帮助。附录A、附录B和附录C则是社会心理学的实践应用，分别涉及社会心理学与人类的可持续未来、社会心理学与健康以及社会心理学与法律。全书内容浑然一体，反映了社会心理学在解决个体与社会问题中的全面完整性。

强调理论与实际结合。本书的三位作者始终是从解决问题的角度出发来研究社会心理学问题的，他们的工作本身就书的内容有机地结合在一起。比如作为一名在童年期曾经深受偏见

之苦的犹太心理学家，阿伦森教授非常关心偏见及其影响问题，他希望通过自己的研究，能够有助于建构一个和谐的社会。威尔逊和埃克特对社会影响和助人行为的研究，都反映了他们的社会理想——社会心理学能促进人与人的和谐发展。

第8版还增加了数百项新的研究，从而使这本书成为目前内容涵盖面最新的一本教科书，美国许多大学的社会心理学课程以此为教学参考书。为了让国内的读者能够读到这本书的中译本，机械工业出版社委托我组织这本书的翻译工作。由于我本人的时间有限，为了尽快完成翻译工作，北京大学心理学系文化与社会心理学研究方向的研究生参加了本书的初译工作，参加翻译的同学有朱颖、姜佟琳、李昕琳、孙远、吴鉴、熊丹、李强强、蔡雯欣、陈书怡、郭晓明、孙晓琪、冉亚威、栾尚君、许萌、李昊、林望迎和邵晓琳。全书由侯玉波统稿审校。由于时间紧迫，更重要的是因为水平有限，译稿中肯定会有不少的瑕疵，希望读者在阅读的时候能够给我们指出来，以便我们进一步改进。

侯玉波

2014年6月2日于北京大学静园三院

开始写这本书的时候，我们的首要目标是突显社会心理学中激动人心的东西。从教授和学生们的许多善意的来信和电子邮件中，我们非常高兴地得知，我们成功地做到了这一点。我们最喜欢的来信之一出自一位学生，她说这本书非常有趣，值得她永远珍藏，并作为完成其他工作的自我奖励。无论如何，有了这样一位学生，我们可以说成功地使这本书成为一本令人兴奋的、有强大吸引力的故事集，而不是枯燥乏味的关于事实和数据的报告。

当然，总是还有改进空间的。我们第8版的目标是，让人们更好地理解社会心理学领域。我们教这门课程的时候，最可喜的事莫过于看见原本昏昏欲睡的、坐在后排的学生饶有兴趣地站起来，说道：“哇，这是我所不知道的！听上去很有意思！”我们希望读这本书的学生也会有同样的反应。

第8版的新颖之处

我们很高兴在第8版中增加了一个我们认为对学生会有相当吸引力的新特色专栏——焦点议题，它旨在帮助学生组织材料。这些焦点议题位于每一章开始，在每一章的结尾总结中会被再次提到。另外，我们保留并完善了之前版本中颇受欢迎的特色专栏。例如，每一章节依然有“试一试”的练习，它邀请学生把一些特定概念应用于日常行为，每章同时有一个或多个“链接”，这些“链接”强调了社会心理学的概念并把它与在当代生活中的使用联系起来。每一章以“如何学以致用”结尾，旨在将每一章所学的课程推广到生活中去。每一个“如何学以致用”都提出了有趣且吸引人的需要批判性思维的问题，要求学生使用一个或多个来自本章节的概念来回答。所有这些特色专栏都旨在鼓励学生批判性地思维，将所学的知识运用到实际生活中去。

我们用了很多新的研究参考资料对第8版进行了大幅度的更新。下面是所涵盖新研究的例子：

- 我们的书第2章的标题依然是“方法论：社会心理学家如何进行研究”，这一章是关于社会心理学的研究方法，易读，适合学生学习。在更新的第8版中我们使用了新的参考资料和事例。响应评论者的建议，本章的组织上也有改善。
- 第3章，“社会认知：我们如何思考社会性世界”，除了有一个新的开放性事例外，我们使用了40多个最近的研究参考资料对此章节进行了更新。我们也增加了一些新的部

分，关于意识和自由意志知觉的重要性，以及心智和身体暗喻的体现和启动。这一章也有新的“试一试”练习，要求学生来预测自己的未来和朋友的未来。这也说明了普罗宁（Pronin）和库格勒（Kugler）（2011）的发现：人们倾向于认为自己比其他人拥有更多的自由意志。

- 第4章，“社会知觉：我们如何理解他人”，同时讨论了基本归因错误和一致性偏见，并把其作为一种现象。除了更新了很多新的参考资料外，我们也精简了这一章的一些内容。
- 第5章，“自我：在社会情境中理解我们自己”，我们加入了一个重要的一节“自尊：我们如何看待自己”，这一部分我们讨论了关于自尊、恐惧管理和自恋的研究。我们也更新了自我意识理论，来反映最近的有关人们通常如何思考自己的研究，这些研究包括了在最近30年来歌词中和第一人称代词有关的新比喻。我们还更新了一些事例，包括了对电视节目《我为喜剧狂》最近一些片段的讨论。
- 第6章，“合理化行为的需要：减少失调的代价和收益”，我们重新组织了很多内容。它的节标题改为“认知失调理论”，“日常生活中的自我合理化”和“关于失调的最后几点思考：从错误中学习”。“跨文化失调”现在成为6.1节的一个话题，位于“认知失调，文化和大脑”下面。我们还增加了最近的参考资料，关于失调状态下功能性核磁共振（fMRI）技术大脑研究和桑托斯猴子研究的新回答和失调理论。通过整合这些主题，我们可以明白作为生存策略的认知失调哪些是天生的，跨文化中认知失调的表达有什么不同。在众多新研究中，我们增加到这一章的是一个10年期的项目，关于使用反态度辩护来减少妇女当中出现的身体形象不满和饮食失调现象。
- 第7章，“态度和态度改变：影响思维和情绪”，收入了将近50个最新研究的参考资料。我们更新了来自当代文化的一些事例，包括电视节目中商品植入的最近例子和奥巴马总统的大选得票数。
- 第8章，“从众：影响行为”，收入了很多最新研究及参考资料和最近事例的讨论，比如2012年纽约州北部大量精神性疾病的爆发。
- 第9章，“团体过程：社会团体的影响”，收入了40多个最新的研究和参考资料。我们用2007年金融危机中团体思考的角色讨论替换了先前的“链接”。那些内容当中关于性别与领导力、文化和领导力部分也得到了更新。
- 第10章，“人际吸引：从第一印象到亲密关系”，响应评论者的建议，进行了新的开场简述和重组。我们参考很多新研究进行了更新，收入了网络约会和快速约会的最新研究。
- 第11章，“亲社会行为：为什么人们会助人”，收入了30多个最新的研究和参考资料。我们加入了媒体对亲社会行为的影响，包括亲社会视频游戏和歌词对助他行为的影响研究。我们大量地修订了这部分中关于亲社会行为的文化性差异。
- 第12章，“侵犯：我们为什么会伤害他人？能预防吗”，有了很大的重组和更新。我们考查了关于全球的男性比女性更易于身体攻击的证据，比较了这种现象的进化和文化方面的原因。我们讨论了关系攻击，妇女更倾向于此种特征的攻击行为，这表明男性和女性具有同等程度的侵犯性。我们大量地修订和更新了关于“媒体暴力”的材料，加入了《公众兴趣中的心理科学》的文献综述和弗格森（Ferguson）与谢利（Sherry）的元分析的结论。我们加入了因果问题，关于先天因素是如何决定儿童和成人对媒体暴力的反应的数据，和在青少年周围环境中对其暴力行为有更强影响力的其他因素的讨论。在总结中，我们加入了一项研究，它表明社会拒绝是青少年自杀、绝望和暴力的最重要威胁因素。
- 第13章，“偏见：原因、结果与消除”，我们用当代更新的研究和事例替代了20世纪60年代和80年代很多

关于偏见的研究。这些新事例包括反伊斯兰教的偏见、由经济竞争引起的反墨西哥的偏见、对胖人（美国肥胖症防治协会所用的术语）的偏见、对残疾人的偏见、同性恋的地位，等等。本章以 4 条有关偏见的新闻开头，来表明偏见的普遍性和多样性。关于歧视，这部分有两个主要的事例：①对于毒品犯罪，警察和法律系统更易于把拘留和监禁的焦点放在黑人身上，而不是白人，虽然白人在毒品犯罪方面的规模和严重性远高于黑人；②日常生活中的微暴力、侮辱和细小歧视的例子。

- 关于实践中的社会心理学的三个附录，“社会心理学实践应用之一：社会心理学与人类的可持续未来”，“社会心理学的实践应用之二：社会心理学与健康”和“社会心理学的实践应用之三：社会心理学与法律”。在这些附录中，我们引入了最新的参考资料和研究，也精简了一些内容。在授课时，我们发现学生很乐意学习这些应用领域的知识。同时，我们了解到一些教师很难把这些章节整合到他们的课堂中。在第 8 版中，我们的方法是减少应用章节的长度，使这些章节能够容易地整合到课程的不同部分中。然而，一些教师喜欢在课程的末尾讲述这些章节，一些教师喜欢把这些章节与前面的章节结合起来综合学习。我们相信，修订后的第 8 版，对于这两种教授方法都是可行的。

教学材料

一本真正优秀的教科书应该成为课堂教学的一部分，能为学生提供支持或置疑教授观点的资料。社会心理学这本书提供了许多补充资料，既能充实教授对社会心理学的讲解，又能丰富学生对社会心理学的理解。

埃略特·阿伦森

当我还是个孩子的时候，我们生活在反犹太情绪严重的街区，而我们是那里唯一一家犹太人。我不得不在每天傍晚的时候去希伯来学校。我是这个街区中唯一一个去希伯来学校念书的少年，这使我很容易地成为街区中一些年纪较大的恶棍的攻击目标。在天黑以后从希伯来学校回家的路上，我经常被游荡的歹徒抢劫，他们还高喊着反犹太的侮辱性字句。

我非常清晰地记得，在一次暴打之后我坐在围栏上，为流血的鼻子或撕破的嘴巴止血，我为自己感到难过，并且很想知道这些小孩为什么会如此讨厌我，即使他们根本就不认识我。我思考着，那些小孩到底是被教育要憎恨犹太人，还是由于某种原因导致他们天生就是那样。我想知道他们的憎恶是否能被改变——如果他们了解我多一点，他们会不会就不那么恨我了呢？我反思了自己的性格。如果情况正好相反——也就是说，如果我比他们块头更大、身体更强壮的话，我会毫无缘由地把他们痛打一顿吗？

当然，那时候我并没有意识到，但最终我发现这些都是很深刻的问题。大约 30 年后，作为一个社会心理学家，我很幸运地坐在了一个能使我回答其中一些问题，并创造一些方法来减少这种使我成为一名受害者的偏见的位置。

埃略特·阿伦森是世界上最负盛名的社会心理学家之一。2002 年他当选 20 世纪百名最杰出心理学家之一。他现在是加利福尼亚大学圣克鲁兹分校的名誉教授和斯坦福大学的特邀访问教授。

阿伦森博士是美国心理学会（APA）120 年历史上唯一一个包揽其三个主要奖项的人，即杰出写作奖、杰出教学奖和杰出研究奖。许多其他的专业团体也对他的研究和教学作出嘉奖，包括：美国科学促进协会（the American Association for the Advancement of Science）给予他“杰出科学研究奖”的最高荣誉；美国促进和支持教育委员会（the American Council for the Advancement and Support of Education）提名他为 1989 年年度教授；鉴于他为减少种族和民族歧视所作的贡献，社会问题的心理学研究学会（the Society for the Psychological Study of Social Issue）给他颁发了戈登·阿尔波特奖。1992 年，他被提名为美国艺术与科学院院士（the American Academy of Arts and Sciences）。科学家和人文学者也颂扬了他对于社会心理学理论及其在现实世界问题中的应用所做的贡献。阿伦森博士最近适合于大众阅读的书包括了他和卡萝尔·塔佛瑞斯

(Carol Tavris) 合著的《错不在我：我们为什么会为自己愚蠢的看法、糟糕的决策和伤害性行为辩护》和他的回忆录《绝非偶然：社会心理学家阿伦森自传》。

提摩太 D. 威尔逊

我 8 岁那年的一天，两个年纪较大的小孩骑自行车并一起谈论着一个重大消息：他们发现了一幢废弃的房子，沿着一条乡村小路一直往南走就能看见。他们说：“它太完美了。我们打破了一扇窗户都没人管！”我和我的伙伴跳上自行车想去看看究竟。我们不费吹灰之力就找到了这幢房子——它就在那儿，孤独地矗立着，在一楼的窗户上有个齿状的大窟窿。我们跳下自行车并四处看了看。我的伙伴在地上找到一块垒球大小的石头，十分精准地击中了另一扇一楼的窗户。玻璃支离破碎的声音中有一种令人快活的东西，尤其是当我们知道自己的所作所为并没有什么不对的时候。毕竟，这是一幢废弃的房子，不是吗？我们把这所房子几乎所有的窗户玻璃都打了个粉碎，并从一楼的一扇窗户中爬了进去，四下张望着。

那个时候我们才认识到我们大错特错了。墙上挂着画，家具都很漂亮，架子上放着书。看上去这幢房子肯定没有废弃。我们怀着恐惧和疑惑回家了。不久我们得知这幢房子是一对老夫妇的住所，他们外出度假了。后来我的父母发现了我们干的坏事并赔偿了相当多一笔钱来修缮窗户。许多年来，我都在反思这件事情：我为什么会作出这样一件可怕的事情？我是一个坏小孩吗？我认为不是这样的，我的父母也认为不是这样的。那么一个好孩子怎么会作出这样的坏事呢？即使邻家小孩说这所房子是废弃的，为什么我和伙伴都没有看见有人居住的明显迹象呢？我的伙伴在场并扔出了第一块石头，这有多重要呢？虽然那时我还不明白，但这些反思却都触及到了许多经典的社会心理学问题，比如是否只有坏人才做坏事，社会形势是否能强大到迫使好人做坏事，以及我们对事件的期望方式会阻碍我们看到事情的真相。幸运的是，我的破坏者生涯到这件事为止了。但这件事的确标志着我开始对人们如何理解自己和这个社会性的世界这些基本问题着迷了。直到今天，我还在继续探索这些问题。

提摩太 D. 威尔逊在密歇根大学的威廉斯学院和汉普学院完成了他的本科学业，并在密歇根大学取得博士学位。作为弗吉尼亚大学现任心理学谢雷尔 J. 阿斯顿教授，他发表了为数众多的文章，这些文章涉及自我反省、态度改变、自我认识、情感预报，并且最近出版了一本书《再定位：心理转变的惊人新科学》。他最近的研究得到了美国国家科学基金会 (National Science Found) 和美国国家心理健康研究所 (National Institute for Mental Health) 的支持。他一直担任《人格和社会心理学》杂志的副主编，也是美国国家心理健康学会社会和团体过程评审委员会 (Social and Groups Processes Review Committee) 的成员。他两次入选实验社会心理学学会 (Society for Experimental Social Psychology) 执行委员会，也是美国心理协会 (APS) 以及人格与社会心理学学会 (Society for Personality and Social Psychology) 的成员。2009 年，他被提名为美国艺术与科学院成员。威尔逊在弗吉尼亚大学教授社会心理学导论课程已经有 30 多年了。2001 年他获得了弗吉尼亚大学杰出教学奖。2010 年，他获得了弗吉尼亚大学杰出科学家奖。

罗宾 M. 埃克特

16 岁那年秋季的一天，我和一个朋友在旧金山海湾的海滨散步。在我们谈兴正浓的时候，我回头瞥了一眼，看见一艘帆船翻船了。我指给朋友看，她敷衍了几句就继续谈话了。然而，在我们散步的同时，我一直注视着，发现

两个船员已经在海水里了，还在坚守倾覆的帆船。我又对朋友说了些话，她却回答说：“哦，他们会把帆船立起来的，别担心。”

但是我很担心。这是一个紧急事件吗？我的朋友认为不是这样。我不是船员，对航海一无所知。但我还是在想：“海水很冷，他们不能在水中待太长时间。”我记得当时感到非常迷惑和不确定。我应该怎样做？我应该做些什么吗？他们真的需要帮助吗？

在我们不远处有一家餐馆，它有一扇可以俯视海湾的大窗户。我决定进去看看有没有人做过与航海有关的事情。很多人在旁观却没有人采取行动。这也让我感到疑惑。我非常谦恭地请酒吧侍者去请求援助，但他只是耸了耸肩膀。我回到窗前看着海里的两个小人。为什么大家都如此漠不关心？难道是我疯了吗？

多年之后，我回想起当时我是多么艰难地作出了后来我所做的事情——我要求借用侍者的电话。很幸运，在“9·11”事件之前的日子里，我就知道海湾上有一个海岸救生站，我向电话接线员索要了电话号码。当我听见救生员严肃地对待我的消息时，我松了一口气。

这的确是一个紧急事件。我注视着海岸救生快艇迅速驶过海湾并从海水里救出了两个船员。那天我也许救了他们的命。这么多年真正震撼我的是其他人的行为和它带给我的感受。其他旁观者看上去漠不关心并且没有提供任何帮助。他们的反应让我怀疑自己并使我感到更难以下定决心采取行动。后来我在大学里学习社会心理学时，我意识到那天在旧金山湾的海滨，我充分体验到了“旁观者效应”：其他表面上漠不关心的旁观者在场，让我很难判断情况是否紧急，以及我是否有责任采取行动。

罗宾 M. 埃克特以优异的成绩毕业于加利福尼亚大学圣克鲁兹分校，专业是心理学和社会学。她在普林斯顿大学取得了实验社会心理学的博士学位。她现任韦尔兹利学院的心理学教授，在从业初期就在那里获得了杰出教学的皮南斯基奖。她主要在非语言沟通领域发表论文，最近获得了美国大学女性联合会（American Association of University Women, AAUW）美国研究员基金对她的研究的支持。她已在韦尔兹利学院教授社会心理学课程近 30 年。

1837 年拉尔夫·沃尔多·爱默生 (Ralph Waldo Emerson) 曾说过,“写作是创造性的,阅读同样也是创造性的。”这句话概括出了要成为一个精通此道的学生所需要知道的全部事情:做一个积极的、具有创造性的信息消费者。你如何才能完成这项技艺?实际上,这一点也不难!像生活中的其他事情一样,这只是要做一些工作——一些巧妙的、有目的性的并且计划得很好的工作。以下是关于怎样做的建议。

了解这本教科书

信不信由你,在写这本书时,我们非常仔细地考虑过了每一章的组织 and 结构。事情这样安排是有理由的,这个理由就是能帮助你尽可能用最好的方法来学习这些资料。以下是一些对每一章中要学到什么的特别提示。

关键术语在课本中是用黑体字印刷的,这样你就会注意到它们。

确定你注意到了标题和副标题。标题是支持整个一章的骨架。它们连起来就像脊椎一样。如果你感到摸不着头脑,回过头去看看标题以及上一个标题,这将给你一个关于行文的整体图。它也会帮助你发现各章节之间的联系。

每章末尾的本章小结是对全章内容简明扼要的速写。你应该读一读它,并确定阅读过程中对这些内容都比较熟悉了。如果在本章小结中有任何不懂的地方,回到那一章中并重读那一小节。最重要的是,请注意小结都会特意地写得非常简练,但是你对内容的理解必须做到全面而透彻。把这些小结作为考前的复习帮助来使用。当你读它的时候,你应该熟悉每项内容并愉快地感到你知道的比里面所写的更多(在这种情况下,你就做好考试的准备了)。

确保完成“试一试”练习。它们能使来自社会心理学的概念具体化,并帮助你看到它们是如何运用到你自己的生活中去的。其中一些“试一试”练习再现了社会心理学实验,还有一些“试一试”练习重新制作了自陈量表,这样你就能看到在与他人的比较中你所在的位置,另外有一些“试一试”练习是用来说明社会心理学概念的简短小测验。

对消极懒惰坚决说“不”

由于社会心理学与日常生活有关,你可能会麻痹大意,认为这些内容就是常识。别被欺骗

了。这些内容比它们看上去要复杂得多。因此，我们要强调的是学习的最好途径就是用积极的而非消极的方式来使用它。你不可能只读一遍就指望能牢记这一章。你必须仔细阅读这些资料，和它们较较劲儿，建立你自己与它们的关联，提出疑问，斟酌思考，并与这些资料产生互动。积极主动的学习能让这些内容被记得更牢，并成为你自己的知识。既然肯定会有别人问起这些内容、而你又必须从记忆中提取它的时候，那么现在就尽你所能地记住它吧。以下是一些技巧供你使用。

- 大胆地使用荧光笔，并把它们写在页边空白上。如果你划了下划线，打上着重号，圈圈点点，或者在重点旁边潦草地写上几个字，你就会更好地记住它们。我们回想起在大学考试中，我们不仅记得那些材料，而且还能在脑子里实际看见材料在教科书的哪一页上，以及我们在空白处画的小波浪线和小星星。
- 在上课之前就看一看材料，而不要在课后看。这种让你接触新知识的方法能让你在课堂上学到更多。提前阅读能够带给你总体性的略图和大量的细节。课堂教学能扩展那些信息并帮助你对它们进行整合。如果你没有事先阅读章节内容，上课的时候你可能就弄不明白其中一些知识点或者意识不到它们的重要性。
- 介绍一个好的学习方法：用自己的话写出一项难懂的概念或研究（或者对自己大声说出这些），不要看书本或你的笔记。你能做到吗？你写得有多好？你有没有漏掉重要的东西？你是不是在某一点上卡壳，记不起来下面是什么内容？如果是这样的话，你现在知道你更加需要详细地阅读那些资料了。你也可以和其他人一起学习，相互描述理论和研究，看看你讲的是否有道理。
- 如果你很难记住一些重要的研究结果，尝试从解释研究结果的图表中得出自己的解释（你可以根据我们数据图表得出如何继续进行的方案）。如果一个理论的所有要点都让你感到迷惑，尝试画出你自己的关于它是如何起作用的流程图。你很可能发现以图表形式识记研究结果比用语言识记的效果要好得多，并且如果你列出了一个理论的提纲，它就不是那么难以理解，也不会漏掉重要部分了。画过几次图表之后，知识就不会遗忘了。
- 记住，你在这些资料上花的时间越多，学习和识记的效果就越好。用自己的话写下来，和其他人讨论并向他们解释它，或者给出形象直观的描述。
- 最后一个，也是很重要的一点，记住材料是很有趣的。你还没有开始读这本书，但我们想你们会喜欢它的。尤其是，你会看到社会心理学向你讲述了关于你真实日常生活的许多知识。随着这门课程的进行，你可能会提醒自己用新的（以一个社会心理学家的眼光）去看待日常生活中发生的事情，尝试把学到的东西应用到你的朋友、熟人、陌生人甚至是你自己的行为上去。确保你使用了“试一试”练习并访问了我们的网站。你会发现社会心理学在帮助我们理解我们的生活上提供了多么巨大的帮助。当你在看报纸、杂志或是晚间新闻的时候，想一想社会心理学是如何看待这些事件的——我们相信你会发现你对日常生活的理解更丰富了。如果你注意到某篇新闻是“实践中的心理学”特别好的例证，请把它发给我们，并详尽注明你在哪里和哪一页上找到它的。如果我们决定在本书的下一个版本中采用它，我们会在“致谢”中列出你的名字。

我们不太相信 10 年之后你还能记住你学过的所有事实、理论和名字。尽管我们希望你能记住其中一些，但我们的主要目标是把这里讲到的大量、广泛的社会心理学概念带入你未来的生活，或许更重要的是学会批判的和科学的思维方式。如果你让自己领略了社会心理学的奇妙之处，我们相信它会丰富你看待世界的方式和你在这个世界中的生存方式。