

人文社会科学通识文丛

总主编◎王同来

# 关于心理学

的100个故事

# 100 Stories of Psychology

汪向东◎编著

**100个故事,带您进入心理学的殿堂,让您更深层地了解人性!**

“心理学”一词来源于希腊文,意思是关于灵魂的科学。  
主要研究人类的思考、学习、知觉、感觉,以及如何与他人互动和了解自己与别人的科学。

 南京大学出版社

人文社会科学通识文丛

总主编◎王同来

关于**心理学**  
的100个故事

100 Stories of  
**Psychology**

汪向东◎编著

 南京大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

关于心理学的 100 个故事 / 汪向东著. — 南京 : 南京大学出版社, 2011. 3

(人文社会科学通识文丛 / 王同来总主编)

ISBN 978 - 7 - 305 - 08041 - 8

I. ①关… II. ①汪… III. ①心理学—青少年读物  
IV. ①B84 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 011582 号

本书经上海青山文化传播有限公司授权独家出版中文简体字版

出版发行 南京大学出版社  
社 址 南京市汉口路 22 号 邮 编 210093  
网 址 <http://www.NjupCo.com>  
出 版 人 左 健  
丛 书 名 人文社会科学通识文丛  
总 主 编 王同来  
书 名 关于心理学的 100 个故事  
编 著 汪向东  
责任编辑 裴维维 编辑热线 025 - 83592123  
照 排 南京南琳图文制作有限公司  
印 刷 南京大众新科技印刷有限公司  
开 本 787×960 1/16 印张 14.5 字数 268 千  
版 次 2011 年 3 月第 1 版 2011 年 3 月第 1 次印刷  
ISBN 978 - 7 - 305 - 08041 - 8  
定 价 33.00 元  
发行热线 025 - 83594756 83686452  
电子邮箱 [Press@NjupCo.com](mailto:Press@NjupCo.com)  
[Sales@NjupCo.com](mailto:Sales@NjupCo.com)(市场部)

---

\* 版权所有,侵权必究

\* 凡购买南大版图书,如有印装质量问题,请与所购  
图书销售部门联系调换

江苏省哲学社会科学界联合会  
《人文社会科学通识文丛》编审委员会

主 任 王同来

成 员(按姓氏笔画为序)

王月清 左 健 叶南客 汤继荣

刘宗尧 陈冬梅 杨金荣 杨崇祥

李祖坤 吴颖文 张建民 陈玉林

陈 刚 金鑫荣 高志罡 董 雷

潘文瑜 潘时常

文丛总主编 王同来

文丛总策划 吴颖文

选题策划组 王月清 杨金荣 陈仲丹

倪同林 王 军 刘 洁

## 前言

“心理学”一词来源于希腊文,意思是关于灵魂的科学。他是研究人和动物心理活动和行为表现的一门科学。

心理学是一门既古老又年轻的科学。说它古老是人类探索自己的心理现象已有两千年的历史:从公元前四世纪古希腊亚里士多德的《论灵魂》开始,心理学一直是包括在哲学之中;说它年轻是因为它是十九世纪中叶才开始从哲学中分出来,成为一门独立的科学,它只有百年来的历史。

因此,德国著名的心理学家艾宾浩斯曾说:“心理学的诞生是以德国心理学家、科学心理学的创始人冯特 1879 年在德国莱比锡创立的第一个心理实验室为标志的。”

心理学是研究人的心理现象发生、发展规律的科学。研究心理过程,包括认识过程(感觉、知觉、记忆、思维、想象),情感过程(喜、怒、哀、乐等)和意志过程(目的确定、困难的克服等)。

那么,什么是人的心理现象?其实,心理现象时时刻刻都在我们的劳动、工作、学习中产生。只是有时候我们不了解它,才会使有些人觉得它非常神秘罢了。

例如:我们看电视时,能听到电视中优美的音乐和看到电视中壮丽的山水;吃饭时,能闻到饭香,尝到甜之味等,这些是人的感觉和知觉;另外,我们对看过的影片还能“记忆犹新”,这就是记忆等等,这些都是心理现象。

随着生活和工作节奏的加快、应激状态的持续、竞争压力的增大、社会阅历的扩展和思维方式的变革,在工作、学习、生活、人际关系和自我意识等方面,几乎每个人都会遇到心理失衡的现象。

据最新统计显示,目前全球约有 3 亿人患有不同程度的心理障碍症,

其中男性占发病人数的 82.5%，女性占 17.5%。中国患有不同程度的抑郁症者将接近 2 700 万人，直接经济负担为 141 亿人民币，间接经济负担 481 亿人民币。

美国心理疾病的发病率是 20% 到 30%，德国已达 300 万人，而整个亚洲则是 5 000 万人，其中有 90% 的人，并没有意识到自己患有心理疾病。

其中儿童因各种心理问题的发病率为 17.66%。大中学生中 5% 到 6% 有轻生的念头，其中的 13% 有了自杀的准备，而且，这些情况呈直线上升趋势。

其实，我们生活中的很多心理困惑和苦恼，都是可以在心理学面前迎刃而解的，然而，由于很多人对心理学知识的了解还很肤浅并存在误解，使得一些问题逐渐恶化，最终造成了不可挽回的损失。如恋爱、婚姻、自卑、人际关系以及失眠、焦虑、忧郁等等问题。

由此，我们进行了长达两年的调查研究，决定用故事的形式来编辑本书。书中将以生动贴切的故事、精彩的图片以及视觉艺术专家的专门设计等形式，来为读者铺就一条通往心理之门的康庄大道，使读者在享受读书乐趣的同时，在潜移默化中深入了解心理学上的各种知识。

期望读者在读完这本书后能够进一步了解心理学，并将之应用到现实生活当中，使自己的身体健康和事业发展做一次质的飞跃。

## 目 录

## 第一章 普通心理学

|                 |    |
|-----------------|----|
| 1. 失去感觉怎么办?     | 2  |
| 2. 长不大的孩子       | 4  |
| 3. 猩猩的惊人智慧      | 6  |
| 4. 和珅的同感心理学     | 9  |
| 5. 狐狸与酸葡萄       | 11 |
| 6. 信任和期望的力量     | 13 |
| 7. 过于快乐也是病      | 15 |
| 8. 带走 100 个亡灵   | 17 |
| 9. 哈哈镜下的“苗条病”   | 20 |
| 10. 约翰·法伯的跟屁虫实验 | 22 |
| 11. 农场主拉选票      | 24 |
| 12. 让人胆战的桥      | 26 |
| 13. 世界颠倒过来了     | 28 |
| 14. 后羿射箭        | 30 |
| 15. 害怕英俊女孩的女生   | 32 |
| 16. 小牛仔的洗手之谜    | 34 |
| 17. 跳蚤实验和自我放弃的狗 | 36 |
| 18. 一个非常简单的实验   | 38 |
| 19. 无法逾越的“玻璃之墙” | 40 |
| 20. 李比希与功能固着心理  | 42 |
| 21. 爱迪生的合伙人     | 44 |
| 22. 别人的心思我知道    | 47 |
| 23. 改变爱因斯坦一生的故事 | 49 |
| 24. 竞选结果出来之前    | 51 |
| 25. 乔·吉拉德找工作    | 53 |
| 26. 这样教育孩子      | 55 |

|                 |    |
|-----------------|----|
| 27. “希望”马拉松     | 57 |
| 28. 布里丹毛驴效应     | 59 |
| 29. 口吃的雄辩家      | 61 |
| 30. 如何与对方拉近心理距离 | 63 |
| 31. 苏格拉底的教育法    | 65 |
| 32. 菲利普撞鬼       | 67 |
| 33. 艾宾浩斯的记忆曲线   | 69 |
| 34. 高层主管的烦恼     | 72 |
| 35. 纠缠不清的忧郁症    | 74 |
| 36. 玛吉老师的苦恼     | 76 |
| 37. 黛安娜王妃的暴食症   | 78 |

## 第二章 社会心理学

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 38. 他为什么跳楼      | 82  |
| 39. 黑猩猩的政治      | 84  |
| 40. 勒温的“拓扑理论”   | 87  |
| 41. 漂亮的优势       | 89  |
| 42. 让他变得更富有     | 91  |
| 43. 孩子们受到的不公正待遇 | 94  |
| 44. 假病人真医生      | 96  |
| 45. 被遗弃的孩子们     | 98  |
| 46. 飞机将推迟一小时着陆  | 100 |
| 47. 家庭主妇的预言     | 102 |
| 48. 让人震惊的凶杀案    | 104 |
| 49. 总统的无奈       | 106 |
| 50. 偷车贼的心理      | 108 |
| 51. 曾参真的杀了人     | 110 |
| 52. 惊人的谈话效果     | 112 |
| 53. “监狱”里的人们    | 114 |
| 54. 竞争优势效应      | 116 |
| 55. 由游戏引发的战争    | 118 |
| 56. 狼人的启示       | 121 |
| 57. 公关小姐的秘诀     | 123 |

### 第三章 人格心理学

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 58. 艾森克的性格理论       | 126 |
| 59. 马斯洛需求层次理论      | 128 |
| 60. 奥尔波特的人格特质论     | 131 |
| 61. 甘为人梯的贝尔效应      | 133 |
| 62. 著名作家为什么偷钱      | 135 |
| 63. 罗密欧与朱丽叶效应      | 137 |
| 64. 你是否越过了门坎       | 139 |
| 65. 偷内衣的小男孩        | 141 |
| 66. 喜欢扮做女人的牛仔      | 143 |
| 67. 15岁女孩竟然当了10年小偷 | 145 |
| 68. 查帐的会计师         | 147 |
| 69. 顽童当州长          | 149 |
| 70. 扼住命运的咽喉        | 151 |
| 71. 被自信惯坏的孩子       | 153 |
| 72. 腕表丢失之后         | 155 |
| 73. 直觉,让女人神机妙算     | 157 |

### 第四章 医学心理学

|               |     |
|---------------|-----|
| 74. 江湖骗子梅斯梅尔  | 160 |
| 75. 弗洛伊德听来的案例 | 163 |
| 76. 弗洛伊德与埃米夫人 | 166 |
| 77. 希特勒的变态心理  | 168 |
| 78. 约翰的可怕念头   | 170 |
| 79. 疯狂的赌徒们    | 173 |
| 80. 绵羊的心理阴影   | 176 |
| 81. 小女孩的恋父情结  | 178 |
| 82. 甘受皮肉之苦的女子 | 180 |
| 83. 希贝拉女士的苦恼  | 182 |
| 84. 沉默中的男孩    | 184 |
| 85. 同性恋男孩的苦恼  | 186 |
| 86. 玛利亚遇邪     | 188 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 87. 卡那的怪病    | 190 |
| 88. 天才儿童的自闭症 | 192 |
| 89. 恐吓父母的男孩  | 194 |
| 90. 要求截肢的女孩  | 196 |
| 91. 她是在装病吗?  | 198 |
| 92. 母亲的担心    | 200 |
| 93. 三面夏娃     | 202 |

## 第五章 生理及其他心理学

|              |     |
|--------------|-----|
| 94. 神奇的梦境    | 206 |
| 95. 爱因斯坦大脑之谜 | 209 |
| 96. 蒙上眼睛的试验  | 211 |
| 97. 灵感到底是什么  | 213 |
| 98. 俄狄浦斯情结   | 215 |
| 99. 谁是坏孩子?   | 217 |
| 100. 精神崩溃的海伦 | 219 |

# 第一章

# 普通心理学

普通心理学是研究心理学基本原理和心理现象的一般规律的心理学分支。

心理学有许多分支,每一分支分别从不同的角度来研究心理现象。但是,任何一个分支都不可避免地要涉及对心理和心理现象的总的看法,如心理学的对象和方法,心理的实质和心理现象的规律性等。对这些心理学一般理论问题的阐述,构成了普通心理学的一个重要的研究领域,即心理学基本原理的研究。其研究成果对其他心理学分支有重大的意义。

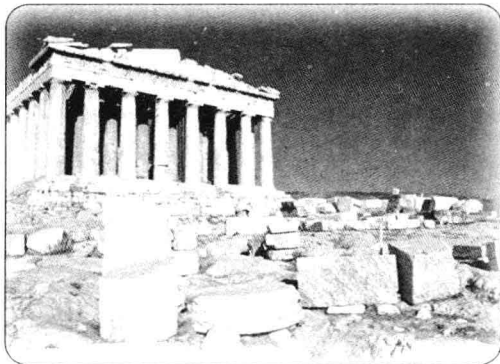
普通心理学以正常成人的心理活动为对象,阐述心理活动的最基本规律。它所涉及的内容是心理学最基本的概念和心理活动最基本的规律,是学习其他心理学知识的基础。普通心理学可以分为四个方面:认知;情绪、情感和意志;需要和动机;能力、气质和性格。

## 1. 失去感觉怎么办？

感觉指人脑对直接作用于感觉器官的事物的个别属性的反映。就是说，客观事物具有许多个别属性，这些个别属性在人脑中的反映就是感觉。

传说，古希腊有一位名叫莱恩多的贵族，他因为勾引国王的妃子被打入了死牢，国王要用最残酷的刑罚来严惩这位胆大妄为的偷情者，要让他生活在没有声光色味的世界中——他把莱恩多关在了一间没有光线的地下室，这里黑漆漆的，什么也看不见，他的手脚和脖颈用固定在墙上的铁环套住，动弹不得，狱卒每天喂给他没有任何味道的面粉。

莱恩多决心复仇，他每天在单纯的复仇意念中用想象力来锻炼自己的体格和武艺，由于没有各种感觉刺激，使得他的理智和想象力得到了极大的发展，由于只吃干面粉，使他的体格格外强壮，并且能够免除一切疾病的侵害……十年后，当他重见天日的时候，他已经是一个无坚不摧的强者了，凭着十年牢狱生涯练就的一身功夫，他轻易打败了国王，并和他心爱的王妃幸福地生活在了一起。



这样的牢狱生活真的可以把人锻炼成一个伟大的强者吗？丧失了感觉能发展一个人的理智吗？感觉对于人到底有什么作用？为了解答这个问题，1954年，加拿大麦克吉尔大学的几个心理学教授进行了一个名为“感觉剥夺”的实验。

在这个实验中，实验对象戴半透明的护目镜，它仅能透过漫射的光线而看不见图像。棉手套和卡片纸做的护腕剥夺了受试者手指的触觉。听觉刺激被一只围在头上的U形枕头和一只始

终嗡嗡作响的空调机控制了。实验对象在小房间里尽可能长久地躺在床上，吃喝都由实验者安排好了，用不着实验对象移动手脚。总之，实验物件的各种感觉都被“剥夺”了。他招募了 20 名大学生做实验对象，这些实验对象每忍受一天的感觉剥夺，就可以得到 20 美元的酬劳，在 1950 年代的加拿大，这可是相当可观的一比收入。

这些实验对象本来以为自己得到了一个美差事，闭着眼睛睡大觉也可以赚钱。实验刚开始的时候，实验对象还能安静地睡着，但没过多长时间，实验对象就开始失眠，不耐烦，他们急切地想寻找一点刺激，他们想说话、唱歌等等。

总之，他们变得焦躁不安，很不舒服，甚至思维都要混乱了。被隔离 12、24、48 小时后，实验对象要分别进行包括简单算术、字谜游戏及组词等内容的测试。结果表明随着被隔离时间的延长，测试的成绩越来越差，隔离一段时间后，受试者很难集中注意力并变得易激动。此外，还会产生幻觉。隔离状态下的脑电波比隔离前显著减慢。刚解除隔离状态时，实验对象者常产生感觉失真，脑电波要过几小时后才能恢复正常。



我们依靠听觉感受声音和旋律，靠视觉感受色彩和光线，靠皮肤觉感受冷暖、粗糙和细腻……感觉是我们一些外界刺激的来源，它对人的心理健康发挥着重要的作用。首先，没有感觉，我们就无法获得外界的任何信息，我们的心灵将是一片苍白；其次，人体是一个内外平衡的系统，只有信息的输入和输出保持平衡的时候，人的心理才能保持健康。

最后，感觉对于人际关系而言也非常重要，没有感觉既不能和他人建立同感，对于他人的情绪变化也是麻木的。在一个感觉剥夺的环境中，不要说十年，就是呆上十天，人也会出现思维混乱、注意力涣散、语言能力受损等现象，严重地损伤了人们的心理健康。

丰富的感觉刺激对于婴幼儿的智力发育来说也是非常重要的。所以，婴幼儿的童车上才往往装饰着色彩绚丽的各种玩具。家长应当为婴幼儿提供尽可能丰富的感觉刺激以帮助婴幼儿大脑的发育。而刺激贫乏、单调的环境将严重影响婴幼儿大脑的发育。

## 2. 长不大的孩子

“假装长不大”同样具有精致的心理结构,其实,他为了的是避免这个“家庭的死亡”。

有一天,一名行为恭谦的父亲带着孩子来到鲁特的诊室,父亲坐在儿子旁边,对着鲁特教授,然后站起来走到治疗师面前的沙发上坐下,看着治疗师很急切地说:“他是我儿子,今年 18 岁了,可至今还和他妈妈睡,弄得我们夫妻分居多年,我担心他是不是有什么问题。”

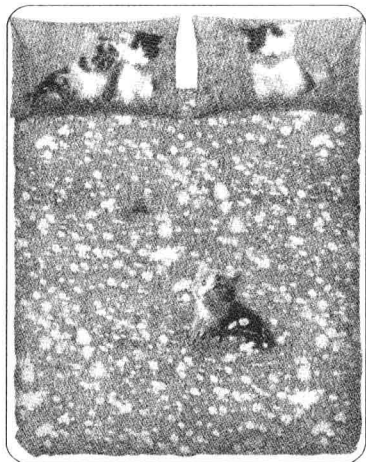
接下来,孩子的父亲就对着鲁特教授侃侃而谈,说自己家里的房子小,三口之家一直住在一起,后来房子大了,因老人的原因使得三人仍不能分开睡,好在他经常出差,所以孩子能够和母亲睡。过了几年之后,他的工作慢慢稳定下来了,这样一来,他就可以每天回家了,但这时候,已经 13 岁的儿子却不愿和母亲分开了,以

后他只好自己一个人睡。不过,如果母亲有事不在的话,孩子也要父亲陪着他睡。

于是鲁特教授就转向孩子,问他的同学关系,考察他的言语表达能力。

意外的是,小男孩很沉着地讲述自己喜欢听音乐、跳舞和同学聚会等。而且,有时候如果高兴的话,还会向别的同学成功推销一些小东西,得到一点盈利。

他和同学关系开始时很顺利,也能谈得来,但深交下去,他自己也不知为什么,就逐渐疏远。学习成绩以前还可以,近来明显有退步,总觉得自己脑子不好使;注意力、记忆力下降,自己也觉得苦恼。



而且,他说自己和父亲的关系是“矛盾性亲近”,即既愿意接触,又比较逆反。而和母亲接触则为“亲近性疏远”,即关系很亲,但心里又觉得很疏远。

鲁特觉得现在跟自己对话的小孩,是以 18 岁甚至更成熟的年龄在同自己交流。这样的孩子不该有严重的分离焦虑。

“那你父母的关系如何?”鲁特问。

“他们以前总是吵架,最近几年稍微好了些。”男孩回答说。

“是否自从父母不吵架了,你的成绩反而开始下降了是吗?”鲁特又问道。

男孩想了想,说:“这好像没什么联系吧。”

这时,父亲插话到:“我在公司工作,交际能力还行,平时经常有应酬,为此,他妈妈经常与我吵架。这孩子其实很佩服我,但要和我交谈时可能我会比较粗暴、武断,他虽然和他妈妈亲些,但他妈妈工作一般、文化程度不高,他其实瞧不起他妈妈。”

现在,问题的根源慢慢浮现了。父亲事业有成、家里绝对权威、与母亲各方面的悬殊差异导致不经意对母亲的不屑。当孩子长大之后,他无疑是欣赏和愿意成为父亲那样的男子汉的,但这样家里就有两个强大的男人对一个弱小、无助的女性,母亲失去了母亲的照顾功能、又没有知识上的跟进,在孩子的内心,母亲既可能被父亲淘汰,也可能被自己淘汰,最后被社会所淘汰。而这是他不能接受的“幻想现实”,作为妥协,他必须使自己变得不进步、变得需要回到被照顾的状态中去。

这时,孩子在父母面前仍是年幼、需要照顾的,这样,自己能够不那么强大,母亲也就显得有“照顾”的价值了。

孩子身体的不适是为了不与父亲直接对抗,将自己变得弱小一点,他的“退步”还导致了来自母亲的照顾,旨在继续发挥她的作用,这种“假装长不大”的心理结构,使家庭维持在“维持”的水平。



### 3. 猩猩的惊人智慧

顿悟指的是透过观察,从情境的全局对达到目标途径的提示有所了解,从而在主体内部确立起相应的目标和手段之间的关系的過程。

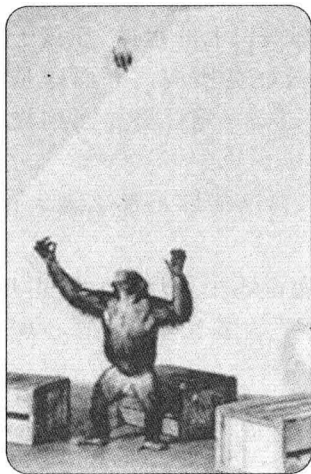
美籍德裔心理学家沃尔夫冈·苛勒长期致力于猩猩的“智力”问题研究,在他担任猩猩研究站站长期间,发表了大量的研究报告,揭示了猩猩这种动物的生活习性和学习本领。

猩猩研究中心有一只名叫沙尔的雄性猩猩,为了在它身上做一项特殊的试验,饲养员专门一个上午不给它吃任何东西,让它处于极度饥饿状态。午间过后,等到时机差不多成熟了,饲养员这才把它领到一个房间,房间的天花板上吊着一串香蕉,沙尔即便是站立起来也够不到。

沙尔一见香蕉便又蹿又跳,可怎么也够不着。它急得在屋子里来回打转,嘴里发出不满的吼声。这时候,饲养员在房间里放了一口大木箱、一根短木棒。沙尔犹豫了一下,它拿起棍子,试探着去够香蕉,可依然够不着。沙尔失望了,它沮丧地蹲在地上。就在它万般无奈的时候,突然,它直奔箱子,把它拖到香蕉的下面,然后又拿着那根短木棒,很敏捷地爬到箱子上,轻轻一勾,香蕉就到手了。

几天之后,他们再次测试沙尔的学习本领。这次,房间还是那个房间,不同的只是香蕉挂得更高,短棍换成了一口小木箱。

沙尔一开始仍然沿袭上次得到的经验,它把大箱子搬到香蕉下面,然后爬上去,蹲下来,准备跳起来够香蕉。但它并没有跳起来去抓香蕉,因为香蕉太高了,无论如何也是够不着的。



它茫然地坐在箱子上,有些不知所措。突然,它又跳了下来,抓住小箱子,拖着它满屋子乱转,同时发出愤怒的怪叫声,并用力地踢打墙壁。等到它气撒得差不多的时候,它忽然像明白了什么似的,拖着小箱子来到大箱子跟前,稍微一用力,便将小箱子扔在了大箱子上面,然后迅速爬了上去,解决了难题。

另外,苛勒还设计了许多不同的难题让猩猩解决。猩猩似乎能时不时地突然在某个关键时刻想到解决问题的办法,苛勒解释说,这是猩猩在脑海里对形势的重塑。他将这种突然的发现叫做“顿悟”,定义为“某种相对于整个问题的布局而出现的完美解决方法”。

另外一个显著的顿悟例子则是由别的问题诱发的。苛勒把一只叫沃特的雌猩猩放在笼子里,再当着它的面,把香蕉放在笼子外面它够不到的地方,并在笼子里面放一些棍子。沃特看到香蕉,只是一个劲地用前臂去够,嘴里呼哧呼哧地喘着粗气,够不到香蕉,却又想不起拿棍子。结果,折腾了一个多小时,它失去了耐心,干脆躺在地上了,不动了。



这时候,它发现另外几只猩猩正朝笼子外面的香蕉走来,它一下子就跳了起来,抓住一根棍子,猛地把香蕉拨到了自己跟前。显然,其他猩猩接近食物对它起到了激发作用,从而诱发出了它的顿悟力。

也正是这样的一系列研究,苛勒在1925年出版了《猩猩的智力》这本专著,报告了自己的试验结果和惊人发现。他的专著令心理学界大受震动。

他最重要的发现之一就是,顿悟式学习不一定依靠奖励。另外一项重要发现就是当动物得到某种顿悟时,它不仅知道用顿悟到的知识来解决当下的问题,而且可以有一定程度的融会贯通,甚至举一反三,把稍加改变的方法应用到其他不同的情形之中。按照心理学的术语来说,顿悟式学习能进行“积极传递”。

以奖品为基础,透过试误法来解决问题的模式,对一些简单动物解决问题的解释是令人满意的,可是,在对一些有较高智力的动物和人类进行解决问题的研究时,还是按照由苛勒、登卡尔和韦特海默指示的方向进行。

