

生活文化

冯绍群◎编著

psychology
for
living **Behavior**
Psychology

行为 心理学



我、你、他在做什么？为什么要这样做？……

洞察人的行为，最终发掘一个人行为背后所隐藏的意义！

广东旅游出版社

行为心理学

洞察人的行为，最终发掘一个人行为背后所隐藏的意义！

冯绍群◎编著

广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

行为心理学/冯绍群编著. —广州: 广东旅游出版社,
2008.7

ISBN 978-7-80653-999-6

I.行… II.冯… III.行为—社会心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 068320 号

责任编辑:方 敏

装帧设计:后浪文化

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮编:510600)

广东昊盛彩印有限公司印刷 邮编:510650

地址:广州市广汕路长湴村工业区 14 幢首层

电话:020-37088882

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

邮购地址:广州市中山一路 30 号之一

联系电话 020-87347994 邮编:510600

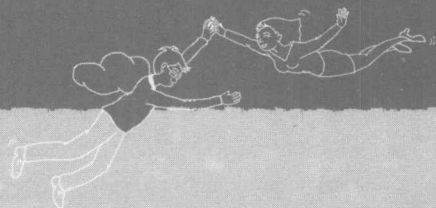
开本:850mm×1160mm 1/32 印张:12 字数:150 千字

2008 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

定价:25.80 元

[版权所有 侵权必究]

本书如有错页倒装等质量问题,请与印刷厂联系



序

每一本书都是未完成的作品，作者只写了一半，另一半需要读者的用心参与……让我们从一个游戏开始吧！

猜心术

记得小时候，表哥给我表演猜心术。他从一副扑克牌中任意取出五张展开后给我看并指出排列次序 1、2、3、4、5，又让我记好某一张牌和花色，然后他把五张牌放进自己的衣袋中看着我，叫我使劲地想那张牌，最后他说已经猜中我心中想的是第几张牌，从衣袋中拿出四张牌插回到那叠牌中……这时，他要我说出默记的是第几张牌、什



么花色，我说是第四张牌草花 4，他立刻由衣袋中拿出留下的那张牌，果然是草花 4！

我不服气，自己抽了五张牌，排好次序默记了一张，让表哥再来一次，结果又猜对了！真神了！又试了几次，仍然是一猜就中！

我是不相信表哥真能看透我的心思的，这里面肯定有一个窍门！然而，我考虑了好长时间还是琢磨不出猜心术的奥妙所在，于是我便再三央求表哥要他说出猜心术的秘密！表哥哪里经得起我死缠活磨，终于把奥妙告诉了我。

读者现在不妨想一想，猜心术的奥妙是什么呢？

在本书中，我提供了答案，但是请不要过早地去找答案——自己先想出来！

前 言

一、现代心理学的潮流

无论在我国还是在外国，人们很早就开始研究心理现象，力图揭示心理活动的奥秘。

古代有许多人，包括不少有名的学者，都把人的言行归结为一种特殊的实体——亦即灵魂的主宰。

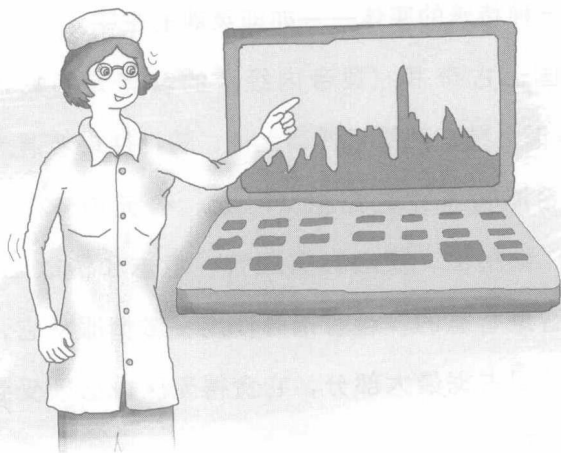
我国上古奇书《黄帝内经》的著者元阳真人即提出“生之来谓之精，两精相搏谓之神，随神往来者谓之魂”。

古希腊哲学家柏拉图（Plato，公元前 427 ~ 公元前 347 年）则指出，灵魂具有理智、意志和情欲三个部分，其中理智是智慧的，起着指导作用；激情服从它，是它的助手；欲望占据最大部分，它贪得无厌，必须受到理智和激情的控制。

罗马帝国的基督教思想家、教父哲学的主要代表圣奥古斯丁（Saint Augustinus，354 ~ 430 年）又进一步认为，通过对意识的内省（introspection，指被试者的内部反省或自我观察、自我报告）可以接近和了解灵魂。

按最早出现于 1590 年的心理学原名 Psychology 一词系是由希腊文中 Psyche 与 logos 两字演变而成，前者意指“灵魂”，后者意指“讲述”，合之则谓“心理学”亦即“阐释灵魂之学”。从其语源来看，顾名思义，心理学是研究人的心理或精神的一门学问。

过去尽管人们研究心理学有着相当漫长的时间，但严格说来正如同德国著名心理学家艾宾浩斯（Hermann



Ebbinghaus, 1850 ~ 1909 年)所说的那样, 心理学其实“只有一简短的历史”。原因是, 在 19 世纪中叶以前, 心理学一直都只是被包括在哲学的母体之内仅用思辨的方法来描述人的心理现象, 所以它的发展是极其有限的。然而到了 19 世纪末叶, 随着自然科学蓬勃发展, 科学实验方法被广泛采用。在前人工作的基础上, 德国生理学家、哲学家冯特 (Wilhelm Max Wundt, 1832 ~ 1920 年) 于 1879 年在联邦德国的莱比锡大学建立了世界上第一所真正的心理学实验室, 从此心理学开始从哲学中分离出来, 逐渐发展成为一门独立的科学。

冯特的心理学是以德国的感官生理学和心理物理学为基础, 吸取德国古典唯心主义哲学中的某些见解, 采用心理化学的观点建立起来的。冯特提出把心理或精神作为“物”, 同时把那种被认为实际存在的东西看作是“现象”, 以意识的现象为研究对象, 认为通过内省法和实验法的结合分析人的意识能够解释人的心理。这就是构造派心理学。构造派心理学是科学心理学诞生后第一个应用实验法系统研究心理问题的第一个独立的心理学派别。作为心理学史上第一位正式研究心理学的教授, 冯特因其卓越贡献大大提高了心理学的学术权威, 被誉为“实验心理学之父”或

“心理学之父”。冯特在 1874 年出版的《生理心理学原理》被认为是生理学和心理学上的不朽之作，它的重要性好比心理学的“独立宣言”。

构造派心理学成立后不久即受到心理学界的群起反对。反对的结果一方面使构造派心理学不幸短命，后继无人，成为心理学史上的绝响，另一方面因为反对者的主张不同，逐渐演变成百家争鸣、学派林立的局面。不同学派出现之初，原本一致反对结构主义，但以后愈争论愈复杂，终于又演变成各学派之间彼此互相排斥、众说纷纭的情势。

在美国，与冯特同时代的詹姆斯（William James，1842～1910 年）虽然同样以意识为对象，但他却把实用主义运用于心理学，把着眼点放在个体适应环境时的心理或意识的功能上。詹姆斯认为心理学应该是一门自然科学，其任务就是描述和解释意识状态。所谓意识状态包括感觉、愿望、情绪、认识、推理、决心、意志等等。詹姆斯把意识描述为一种川流不息的状态，亦即所谓意识流、思想流或主观生活流。所谓对意识状态的解释就是研究它发生的原因、条件及其直接后果。詹姆斯主张心理活动是有目的的，它时刻都在顺应环境，心理学就是研究心理现象在顺应环境上的功能效应，而不是研究心理现象的构造，从而

创立了机能心理学。机能主义对以后心理学的发展影响不大，到 20 世纪 30 年代以后即由新兴的其他学派所取代。

在詹姆斯的影响下，华生（John Broadus Watson，1878～1958 年）刻意把研究的重点放在作为意识活动结果的行为上。华生宣称应该像研究其他任何动物一样去研究人类，应该像考察化学、物理学、生理学等其他所有自然科学中的现象一样去考察人类行为。华生还断言根本就不存在任何可以称之为意识、感觉、知觉、表象或意志的东西，所有这类词汇必须从描述人类行动的语言中彻底清除出去。华生强烈主张心理学只能研究可由别人客观观察测量的外显行为，而实验则应该仅限于客观地观察刺激——反应的结果。华生于 20 世纪初叶创立了曾经风靡一时并一度独霸心理学领域的行为主义心理学。

到了 20 世纪 30 年代，因行为主义严守自然科学的取向受到批评，同时也因其他学派理论的影响，一些原属行为学派的学者如赫尔（Clark Leonard Hull，1884～1952 年）、斯金纳（Burrhus Frederic Skinner，1904～1990 年）、托尔曼（Edward Chace Tolman，1886～1959 年）等人已不再坚持“客观的客观”的原则，最终接受意识成为心理学研究的主题之一的理念，又倡导了新行为主义。他们认为在考

察行为的同时也兼顾心理活动。目前这种观点业已成为现代心理学的一个主导思想。

人的行为有时是受意识不到的心理倾向所支配的，所以人也有受无意识支配的情况。首先提出这种无意识问题并将心理学研究的对象由意识的世界进一步扩大到无意识的世界的是奥地利精神医学家弗洛伊德（Sigmund Freud，1856~1939年）。他在长期的医疗实践活动中把人的心理分为无意识和意识两个对立部分，认为人类的大部分行为是由处于意识不到的无意识世界中的性本能（性冲动）所决定，要想了解某一个人的心理如果不去了解他的无意识的世界则是无法理解的。弗洛伊德重视无意识的分析正与冯特心理学的以意识分析为主恰好相反，并从对精神病的治疗中产生了精神分析学。精神分析学的内容极为复杂。事实上，精神分析学不但是现代心理学中影响最大的理论之一，而且也是20世纪内影响人类文化最大的理论之一。而弗洛伊德的名字和精神分析这个术语亦是为大多数从事心理研究的人所熟悉，许多初学心理学的人往往认为弗洛伊德就是心理学，并且认为这种心理学只涉及对精神错乱者的治疗。由此也可看出弗洛伊德的影响之大。

弗洛伊德的理论只是以精神病患者心理现象为基础，

将之运用到一般人身上难免有以偏概全的缺点，加之该理论缺乏人性变异的社会文化解释亦常遭人非议，故此精神分析学后继者的理论取向均将层面放大，包括了在现实社会文化中对一般人行为的解释。此等心理学者被称为新弗洛伊德派，以霍妮 (Karen Horney, 1885~1952 年)、沙利文 (Harry Stack Sullivan, 1892~1949 年)、弗罗姆 (Erick Fromm, 1900~1980 年)、艾瑞克逊 (Erik Homburger Erikson, 1902~1994 年) 等人为代表。新弗洛伊德派在神经症状的发生和人格的发展方面均排斥弗洛伊德的生物主义观点，但重视社会和文化所发挥的作用。

在德国，较行为主义稍早一年，心理学家韦特墨 (Max Wertheimer, 1880~1943 年)、苛勒 (Wolfgang Kohler, 1887~1967 年)、考夫卡 (Kurt Koffka, 1886~1941 年) 等人提出了格式塔心理学，也就是完形心理学。他们认为整体不能用零碎的部分之合去理解，并不是由元素组成的部分决定整体而是整体规定部分，整体的特性是基本的而部分的特性则依赖于它们在整体组织结构中的地位，把整体还原为部分时就会见不到整体，部分之合不等于整体而是整体大于部分之合，原因是在集知觉而成意识时加多了一层心理组织，所以知觉的心理组织才是最重要的。以四条直

线构成的正方形为例，人们由此所得的知觉并不是等长的两条横线加两条纵线而是一个完整的正方形，即四条直线之外另加了一层“完形”的意义。他们还认为心理现象未必反应物理刺激的事实，物理刺激是客观存在的，而心理现象则是由个人对之加以选择与组织后的反应，整体被感知为何种形状将决定人和外部现象的相互对应。可以说，行为主义是把重点放在接受外部事物现象（刺激）上；相反，格式塔心理学则是把重点放在捕捉外部事物现象的方法上。

20 世纪 30 年代，在德国纳粹势力开始抬头，与此同时德国的许多心理学家纷纷逃往美国，这样格式塔心理学和行为主义心理学得以在美国各地广泛交流，推动了现代美国心理学的发展。其中，在人际关系的心理学方面，从德国跑到美国的格式塔心理学家勒温（Kurt Lewin, 1890~1947 年）表现得最为活跃。勒温通过实验研究了团体和人际关系的理论，提出了团体力学，为后来兴起的实验社会心理学打下了基础。

20 世纪 50 年代，针对当时盛行的精神分析论（又称“第一势力”）与行为主义（又称“第二势力”）在理念上均非“以人为本”，心理学又兴起了第三势力，出现了一种新

的潮流，即心理学必须以正常人的需要出发去研究人类异于动物的一些复杂经验，诸如动机、欲望、价值、快乐、幽默、情感、生活责任、生命意义以及爱情、嫉妒、仇恨等等真正属于人性各种层面的问题，进一步探求人的价值、本质，发扬人性潜能，从而实现自我。于是，美国心理学家马斯洛（Abraham Harold Maslow, 1908~1970 年）、罗嘉思（Carl Ransom Rogers, 1902~1987 年）等人又倡导了人本主义心理学。

20 世纪 60 年代，受完形心理学对知觉的研究以及电脑科学发展等多种因素的影响，一个心理学的新流派在西方逐渐演变而成，这就是侧重研究人的认知历程的认知心理学。从广义上说，心理学中凡侧重研究人的认识过程的学派皆可称之为认知心理学派。例如，瑞士心理学家皮亚杰（Jean Piaget, 1896~1980 年）所创立的皮亚杰学派，即被认为属于认知心理学派。但目前在西方则大多数指狭义的认知心理学，即用信息加工的观点研究人的认知过程的科学，因而也叫信息加工心理学。确切地说，信息加工心理学侧重研究人接收、编码、操作、提取和利用信息的过程，即知觉、记忆、表象、思维、言语等。它强调人已有的认知结构对当前认知活动的决定作用，并且通过计算

机和人脑之间进行类化，像研究计算机程序那样，在较为抽象的水平上研究人的信息加工的各个阶段的特点，以揭示人脑高级心理活动的规律。因此，把关于人的认知过程的一些设想编制成计算机程序在计算机上进行实验验证的计算机模拟，也就成为认知心理学的一个重要研究方法。

不言而喻，现代心理学是博采冯特的构造心理学在内的机能心理学、行为主义心理学、格式塔心理学、精神分析学、实验社会心理学以及人本主义心理学、认知心理学等众家之长而形成的，以自然科学为目标的一门科学。

二、动力心理学观点

心理学如果以实用为目标，就应该把研究的重点放在支配、调节人的行为的内部心理过程上。心理学应以活动中的人的内部心理过程为研究对象，从客观上能够观察到人的行为和探索到人的内部心理过程，解答人的行为是怎样发生的和为什么发生的问题。

哭和笑都是人的行为，但是无缘无故的哭或者笑绝对是没的。人的任何行为都是有原因而非偶然自发的。只



有处在当时的那个环境状态之中，也就是人的心理受到当时环境气氛的感染时眼泪才能流出来，笑声才会发出来。然而，心理学所说的“环境”常常与周围的实际状态有所不同，即客观的地理状态或物理状态总是一成不变的，这在心理学中往往不称其为“环境”。

关于上述问题，考夫卡曾举出下面的一个例子。

严冬的一个黄昏，在猛烈的暴风雪中一个骑马的旅行者好不容易才摸到一家客店的门前。由于一望无垠的大雪覆盖，他已分辨不出哪儿是路，哪儿是田野。在狂风暴雪之中为了今晚能找到一个安身之处，他已策马盘旋了好几个时辰，终于来到这里。店主人走出门口，看见这位旅行者顿感惊愕万分，于是询问旅行者到底是从何处而来。旅行者并未答话，只是默默无言地指了指客店的正前方，这样一来店主人更加惊讶了，他说：“您是从昆斯坦斯湖上渡过来的啊！难道您不知道吗？”旅行者听到这话后不由过度惊恐，遂从马背上坠落而亡。

在这个故事中，旅行者所走过的道路从客观上看是被大雪覆盖的湖面，而在当时却是他所不知道的，因此他把湖面当作原野，一往直前骑马奔驰过来了。这说明旅行者如果事先就知道那儿即是湖面，他的行为自然也会完完全