

心理学基本原理

唐良树 著



BASIC PRINCIPLES OF PSYCHOLOGY



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

心理学基本原理

唐良树 著



BASIC PRINCIPLES OF PSYCHOLOGY



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

心理学基本原理 / 唐良树著. —上海: 上海教育出版社,
2017.8

ISBN 978-7-5444-7797-0

I. ①心... II. ①唐... III. ①心理学理论 IV. ①B84-0

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第214198号

责任编辑 金亚静 王佳悦

装帧设计 郑 艺

心理学基本原理

Xinlixue Jiben Yuanli

唐良树 著

出 版	上海世纪出版股份有限公司 上 海 教 育 出 版 社 官 网 www.seph.com.cn 易文网 www.ewen.co
地 址	上海市永福路 123 号
邮 编	200031
发 行	上海世纪出版股份有限公司发行中心
印 刷	上海中华印刷有限公司
开 本	787×1092 1/32 印张 7.25 插页 4
版 次	2017 年 8 月第 1 版
印 次	2017 年 8 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5444-7797-0/B·0126
定 价	39.50 元

如发现质量问题, 请向本社调换 电话 021-64377165

前言 Preface

目前,国内关于心理学原理方面的原创著作或教材还不多,在高校,这类教材一般都从国外引进,如北京大学出版社引进出版的《心理学原理》(威廉·詹姆斯,William James)、《人类与动物心理学讲义》(威廉·冯特,Wilhelm Wundt),中国轻工业出版社引进出版的《认知神经科学:关于心智的生物学》(迈克尔·S.加扎尼加,Michael S. Gazzaniga;理查德·B.伊夫里,Richard B. Ivry;乔治·R.曼根,George R. Mangun),以及科学出版社引进出版的《学习和记忆机制(原著第2版)》(戴维·J.斯维特,David J. Sweatt)等。社会上一些畅销心理学通俗读物也大多是从国外翻译引进的。除了翻译引进世界经典原著,国内学者根据高校开设课程的需要编写了《普通心理学》或《心理学导论》等教材,然而这些教材的内容大多停留在理论介绍层面,缺乏对心理学理论的系统梳理和对心理学基本原理的阐释。

本书在整合心理学各流派理论的基础上,吸收当今国际上认知神经科学、脑科学及分子神经科学的最新研究成果,系统阐述心理学的基本原理。本书具有科学性和可读性,可供高校师生及心理学爱好者阅读。

自序 author's preface

致对心理学感兴趣的每个人：

狗有想法吗？

一条看家狗一看到陌生人就狂吠，是不是表明它在想：“这个人可能是小偷？”

你还记得躺在母亲怀里吃奶的感觉吗？若你 3 岁以前就断了奶，你多半不会有这一美好的记忆。这是为什么？

小孩子为什么天生就会与同伴争抢东西？

有一天我会从这个世界上消失吗？人有灵魂吗？

为什么有的人一生痴迷于金钱，有的人痴迷于权力，有的人痴迷于探索，有的人痴迷于为别人做好事，而有人就愿意做个流浪汉？

以上这些问题，是我作为一个有主观意识能力的人偶尔会思考的问题，我把我的这些主观心理内容借助语言文字这个中介符号传达给了你。你如果回答“我也曾经思考过这些

问题”，表明你也是一个具有主观意识能力的人，同时表明我的心理发展水平可能处在同一个层次。世上所有人都会思考这些问题吗？还在牙牙学语的小孩子多半是不会的，那条看家狗更是绝对不可能如此做的。同时，在这里请允许我实事求是地告诉你，有些正常的成年人也不会去思考这些问题。为什么？

你也许会说：“这些问题对某些人来说不重要，所以他们没去思考。”可能是这个原因，但也可能不是，某些人成天就只会思考“我怎样才能赚到更多的钱，我怎样才能升到更高的职位”。

这其实就是人与人之间心理发展水平的区别。什么是心理发展水平？你目前的心理发展水平处在什么层次？心理发展水平能不能测量？有没有心理学理论能很好地解释以上这些问题？看了本书后，你或许会得到答案。

致当代科学家：

人类会在将来的某一天从宇宙中消失吗？

稍有点科学常识的人都知道，物质世界由原子构成，有些原子可以结合成分子，生命体不过是能够从环境中获取能量并利用能量进行自我复制的大分子聚合体。对地球表面的所有生命体来说，不管是植物还是动物，能量的初始来源都是太阳。也就是说，太阳决定着地球表面所有生命体的生死。作为地球上生命体之一的人类，其生命延续的形势正变得越来越严峻。太阳目前并不在人类的掌控之中，太阳也有“感冒”或“发脾气”的时候，如一定强度的太阳风暴若持续时间稍长，便可使人类陷入生存的困境。人类目前赖以栖息的地球，磁极永远不会翻转吗？永远不会遭到其他星球的撞击吗？同在地球作为原始生命体的超级病菌，其生存繁殖的能力和变异进化的速度远超过作为高级生命体的人类，而且近些年来人类屡遭超级病菌的侵噬，在超级病菌面前，人类的生命显得那么脆弱和不堪一击！人类遭受大瘟疫的场景只会是过去吗？只会在虚拟的电影中出现吗？

人类的未来还有太多的未知，因而有时人类的自作聪明就显得更加无知。人类在一味改造自然的同时，可能正在成为自己的“掘墓人”——不断破坏自己赖以生存的生态系统，

如人类社会制造的温室效应导致冰川融化,保护生命免遭紫外线辐射的臭氧层变得越来越稀薄,人类的恶性竞争导致的战争阴影、核泄漏与核弹失控的风险等,正在一步步将人类自身逼进绝境!人类不应忘记,在生命进化的历史进程中,能在天上飞、地上跑、水中游的恐龙不都灭绝了吗?人类比恐龙的生存能力更强?“世界末日”的预言为何成了当今时代人类挥之不去的心理阴影?人类应警醒,如果人类擅长团结协作拓展生存空间的“自然选择”优势得不到发挥,我们可能比恐龙在地球上存活的时间更短。遗憾的是,并不是所有人都会自觉地去思考“人类在将来的某一天会从宇宙中消失”这样的问题。失去意识的植物人当然不可能也没必要再思考类似的问题,但现实生活中有些自认为高人一等的“高人”也从来没思考过这个问题(有些人可能是顾不上思考,有些人的头脑里压根就不会出现类似的问题——他们连自己什么时候可能会离开这个世界都从来不会去想的)。其他动物会思考这个问题吗?它们当然不会替人类杞人忧天,也不会诅咒人类赶快灭绝,免得跟它们争夺生存资源。但小松鼠会在入冬前把冬季要吃的食物都准备好,以免自己在冬天找不到吃的被饿死。如果人类还不知道为自己将来的生存早做筹谋,那就太可悲了!

你思考过这个问题吗?如果你是自愿看这本书的,那我

可以猜到你以前多半思考过,并且心中或许还一直装着类似的问题——这表明你是一个对自己以及对人类都很负责的人,也是一个心理发展水平较高的人。为什么有些人会思考类似的问题,而另一些人不会思考呢?作为一名科学研究工作者,你如何看待这个问题?

鉴于你现在在读一本关于心理学的书,你可能会猜到我想说:人类心理活动奇妙无穷,需要用科学的方法去研究并揭示其中的奥秘,以便更好地指导人类的生存与发展。自从宇宙中有了人,就有了人的心理活动。探索人类自身心理活动的奥秘,是人类永恒的主题。从人类祖先的神话传说,到古希腊哲学家的思考,再到世界上第一个心理学实验室的建立,人类对自身的心理活动充满了好奇与困惑,想更清楚地了解自己,更好地自我调适。随着科学的进步和生活质量的不断提高,这一愿望变得越来越强烈。

心理学是一门既古老又年轻的学问。自人类有历史记载起,就能找到人类对自身心理活动的描述、思考和探究。文学艺术的表达、神学宗教的体悟、哲学的思辨、科学的实证,以及医学、教育等社会实践领域的应用分析,都在试图揭开人类心理活动之谜。令人遗憾的是,在人类科学技术高度发达的今日,心理学在历经了实验验证尝试、结构主义、机能主义、格式塔心理学、精神分析、行为主义、存在—人本主义、认知心理

学、进化心理学、文化心理学,以及认知神经科学和脑科学等若干研究取向后,仍没有形成像物理、化学、数学或生物学那样递进发展的研究趋势,出现更多的反而是各流派之间的相互排斥和矛盾。似乎关注的人越多,研究的方法就越五花八门;研究得越深入,各流派得出的结论就相去更远,分歧更大。是什么原因造成了这种现象?最根本的原因有二:

一是人类心理奇妙无穷,现代科学研究范式面临难以突破的困境。现代科学研究的范式始终把研究对象作为客体,如果把人的心理也完全作为客体去研究,就会发现得出的结论与人的感受完全不相关(如行为主义);如果把人的心理作为研究主体的一部分(主体的心理)来研究(如精神分析、人本主义心理学等),虽然可以让人体验到研究所描述的人的心理,但这种“自说自话,自己研究自己”的范式又违背了现代科学研究的客观性原则,陷入了现代科学研究的方法论困境。

二是目前各学科、各流派对人类心理条块分割式的研究如同盲人摸象。请允许我在这里作个不恰当的比喻,就拿行为主义来说吧,行为主义心理学家摸到的不是大象的鼻子,也不是大象的尾巴,而是大象的全身皮毛。行为主义心理学家解释说:“你们都不对,大象什么也不像,大象全身都是由皮毛构成的,不信你们到处去摸摸。”大家到处摸了摸,果真如此。然而后来也有人提出了一些疑问。例如,有人问:“刚才我摸

了两次,第二次摸到的皮毛比第一次摸到的感觉明显发烫,这是怎么回事?”还有人问:“我刚才还摸了另外一头大象,第二头的皮毛比第一头的摸起来明显感觉扎手,这是怎么回事?”行为主义心理学家是这样回答第一个问题的:“你可以用实验去验证,用标准的棍子反复敲打大象,让它接受恐惧刺激,改变棍子的重量和敲打的频率,你将测到大象皮毛各不相同的温度,通过对实验数据统计分析,你将发现用于敲打大象的棍子的重量和敲打频率与大象的皮毛温度之间具有正相关。”他们这样回答第二个问题:“给我一打大象和你想摸到的皮毛感觉,我会通过不同的饲料配方,让不同大象的皮毛长成你想要的那种触摸感觉。”所有的盲人都回去做实验了,但不管实验结果如何,做完实验的人心中更纳闷了:“这就是大象的本来面目?不是说大象能够发出友好的叫声呼唤同伴吗?我怎么听到了大象的惨叫?”在此,我丝毫没有嘲讽行为主义心理学的意思,其他心理学流派有的可能摸到了大象的眼睛或大象的脉搏,我只是在为当前心理学界的这种研究现状感到惋惜。到目前为止,还没有一项研究能够从人类心理整体层次的高度去解释人类所有的心理现象,能揭示让各门学科及各行各业的人们都可以理解、接受,并经得起时间和空间检验的人类心理活动规律。

人类心理活动的研究要取得突破性进展,有两道必须跨

过的坎：一是现代科学研究范式的创新革命。爱因斯坦(Albert Einstein)的相对论让科学家不得不承认，所有看似客观的公理其实仅适用于特定的时间和空间，都是相对的；量子力学的测不准原理更是让人充分认识到了科学研究中的人为因素。诺贝尔物理学奖获得者、分子生物学的先驱薛定谔(Erwin Schrödinger)在《生命是什么》(*What Is Life?*)一书中指出：“物理学的新发现已经推进到了主观与客观的神秘分界线，并且告诉我们这根本不是一个明显的界限。它使我们明白，对一个物体的观察永远无法不被自己本身的观察行为所修改……”^①未来科学研究需要探索客观性与主观性契合的新范式。二是现代科学研究的大融合。人类早期的研究都是融合式的，如亚里士多德(Aristotle)既研究天象，也研究社会现象；既研究物理，也研究动物及人的心理；既是一位自然科学家，也是一位社会科学家，更是一位哲学家。由于不断专业化，现代科学研究事实上经历了一个分化期，各门学科在自己的道路上独步前行，形成了一个个研究孤岛，社会科学与自然科学更是分道扬镳，井水不犯河水。各自的研究看似一派繁荣，但在这一景象的背后，人类几乎迷失了自我，人们在支离破碎的世界里感到迷惘，大家都迫切希望看到一个“真实”的

① 埃尔温·薛定谔.生命是什么[M].罗来鸥,等,译.长沙:湖南科学技术出版社,2003: 124.

世界和自己。可能是现代科学知识浩瀚无垠,很难出现像亚里士多德那样百科全书式的大科学家;也可能是现代科学研究条块分割严重,彼此水火不容;还可能是现代科学研究的原始出发点出了问题——一些占据着科学研究资源的“大科学家”忘记了科学研究的初衷,为获得丰厚的名利而研究,为某一小部分群体服务而研究。这样的研究得出的结论自然会是“公说公有理,婆说婆有理”,但它能推动人类科学的大发展,破解“人类心理”这个一直困扰着人类自身的最大科学难题吗?不懂得科学研究本身的快乐并忘记了为全人类更好地生存和发展而努力的初衷,科学研究也就失去了它本来的意义,有时,研究甚至会变得比不研究更让人迷惑,更加危险。世上的万事万物都是彼此联系、融会贯通的,人类依靠科学研究理解人与万事万物之间的联系,很显然,没有人,也就没有科学研究本身。自然科学是由人来研究的,研究人对自然现象的认识以及对自然规律的理解、把握与应用;社会科学是关于人类活动的科学,现代科学研究需要围绕“人”进行重新整合,实现大融合。为了越过这两道坎,对心理学来讲,可以等待,等待现代科学研究范式的创新革命和现代科学研究的大融合,然后顺理成章地获得大发展。然而,心理学作为研究人类自身,与主观性相伴的一门科学,更应该发挥人类自身的主观能动性,带领现代各学科开启科学研究范式的革命和科学研究

大融合的“破冰”之旅。

本著作便是在这种背景之下力图突破各门学科的壁垒，揭示心理学基本原理的一种尝试，通过全面梳理人类历史上关于心理学基本原理的研究，与亚里士多德、笛卡尔(René Descartes)、达尔文(Charles Robert Darwin)、巴甫洛夫(Ivan Petrovich Pavlov)、冯特、弗洛伊德、詹姆斯等大师进行深度对话，整合机能主义、精神分析、行为主义、认知心理学等各心理学流派的理论，吸收认知神经科学、脑科学及分子神经科学的最新研究成果，从现象到本质，从理论到规律，找出心理学的基本定律，系统阐述心理学的基本原理。

唐良树

2017年5月

目 录 contents

第一章 心理学基本定律及原理模型 1

- 一、基本概念 1
- 二、心理的本质 7
- 三、心理学的公理及基本定律 13
- 四、心理结构与工作模型 14
- 五、心理工作原理 14
- 六、值得进一步研究的问题 16

第二章 注意 17

- 一、注意在心理活动中的重要作用 17
- 二、注意的空间聚焦与定位功能和时间定位与保持功能 19
- 三、注意的选择性与过滤器模型 24
- 四、注意的主动性与衰减器模型 27
- 五、有意注意、反射性注意和特征注意 29

- 六、自动加工与内隐注意 31
- 七、鸡尾酒会效应 32
- 八、注意的生理机制 35
- 九、值得进一步研究的问题 37

第三章 记忆 38

- 一、记忆的心理本质与分类 38
- 二、记忆的形成、相互作用及关联 40
- 三、记忆模型 41
- 四、工作记忆 56
- 五、内隐记忆 60
- 六、记忆容量有限性 63
- 七、记忆的生理机制 65
- 八、值得进一步研究的问题 73

第四章 意识 75

- 一、意识的本质 75
- 二、意识的层次 78
- 三、意识的相互作用及关联 80
- 四、意识的并存与内容转化 82
- 五、意识的生物基础 83
- 六、值得进一步研究的问题 84