

经典读本 理想藏书

精编精解 全彩读本

图解·心理学

一本好玩、好看、好懂的心理学读物

文哲◎编

将两个人物叠加在一起，而使两人的共同特征更加凸显，反倒使彼此不同的特点互相中和而变得模糊。

集合影像



梦

梦会伴随人的一生，这幅画描绘了一个沉睡中的女子，它将女子的脸部切成两半，一半浅绿色，一半粉红色，两种颜色给人的视觉冲击力都非常强烈，如同她做的梦一样。

彩图典藏版

经典读本 理想藏书

精编精解 全彩读本

图解·心理学

一本好玩、好看、好懂的心理学读物

文哲◎编

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解心理学 / 文哲编. —北京: 中国华侨出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5113-6957-4

I . ①图… II . ①文… III . ①心理学—图解 IV . ① B84-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 170847 号

图解心理学

编 者: 文 哲

出 版 人: 刘凤珍

责任编辑: 子 慕

封面设计: 中英智业

文字编辑: 清 泞

美术编辑: 刘 佳

经 销: 新华书店

开 本: 720 毫米 × 1040 毫米 1/16 印张: 29 字数: 680 千字

印 刷: 北京德富泰印务有限公司

版 次: 2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-6957-4

定 价: 68.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 88866079 传 真: (010) 88877396

网 址: www.oveaschin.com

E-mail : oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



前言

P R E F A C E

说起心理学，它源远流长，早在原始社会，初民便对梦境和死后的生活有所猜测。他们以为，有一种像空气一样的“灵气”通过呼吸出入人体。做梦就是这种“灵气”出壳外游，死亡时它不再返回人体。进入文明社会后，欧洲的古代人把这种“灵气”称之为灵魂。从公元前6世纪开始，古希腊哲学家把心理看作是灵魂的功能。近代欧洲的哲学家继承发展前人的思想，把灵魂称为心灵，并和知识的起源问题一起讨论。到了19世纪中期，形成了一种比较系统的心灵或意识的经验心理学思想。

在漫长的20多个世纪的时间里，西方的心理学思想主要是在哲学内部发展起来的，历史上称之为哲学心理学，或前科学的心理学时期。1879年心理学脱离哲学成为独立的科学后，百余年来的现代西方心理学发展迅速。

这门年轻的学科如今已枝繁叶茂，在许多领域形成了分支学科，如基础研究领域包括认知心理学、发展心理学、变态心理学等；应用研究领域包括社会心理学、教育心理学等。不仅如此，心理学的理论基础还渗透到政治、经济、文化、宗教、艺术等各个领域，影响广泛。面对体系如此庞大复杂的学科，想要系统地对其进行了解将是一项耗时耗力的浩大工程。

为了帮助读者高效地掌握必需的心理学知识，我们采取了更为直观的图文呈现手法，通过科学的体例、生动的文字和精美的图片有机结合，带领读者轻松步入心理学殿堂。这是一本学习心理学知识的必备工具书，分为心理学的历史、认知心理学、发展心理学、神经心理学、社会心理学和变态心理学6章，从生物学视角、最前沿的认知神经科学，到人的发展、心理障碍及治疗，全面解析心理学学科概貌；从心理学发展历史、研究领域、研究方法和代表人物等

多角度，全面介绍心理学知识。通过阅读本书，可以全面系统地了解心理学的发展进程及各个流派的主要研究内容和方向，对更深入的学习心理学知识具有指导意义。

本书不仅注重实用性，而且也没有忽视自身的审美要求，配入的数百余幅与文字相契合的图片，包括经久流传的心理学名著书影、记录心理学家音容笑貌的画像与旧照、体现心理学思想的照片和理论解析图等，精美的图片与文字相辅相成，组成一幅精彩的心理学画卷，清晰地呈现出心理学发展的脉络，使阅读变得更加轻松明快，让读者充分享受阅读的乐趣。无论是对心理学一无所知的人，还是浸染在浩繁巨著中的学者，都可以从中获得启发。





目录

CONTENTS

第一章 心理学的历史

第一节	什么是心理学·····	2
第二节	早期的心理学·····	5
	中世纪的心理学 ·····	5
	心理学的诞生 ·····	6
	科学和心理学 ·····	8
第三节	关于“先天与后天”之争·····	10
	早期的历史 ·····	10
	钟摆学说 ·····	10
	行为主义的兴起 ·····	11
	行为主义的衰落 ·····	12
	错误行为 ·····	13
	认知革命 ·····	14
	社会生物学 ·····	14
	解决争论 ·····	16
第四节	科学心理学的开端·····	17
	科学的内涵 ·····	17
	费希纳和赫尔姆霍茨 ·····	18
	动物和人类心理学 ·····	19
	心理生理学 ·····	21
	莱比锡实验室 ·····	21
	冯特究竟研究什么? ·····	22
	构造主义 ·····	26



第五节 机能主义	27
机能主义的起源	27
机能主义的贡献	32
第六节 格式塔心理学	33
格式塔理论的创建	33
美国的格式塔心理学	36
格式塔治疗	37
格式塔的贡献	38
第七节 精神分析	39
弗洛伊德论的起源	39
弗洛伊德理论的信条	40
追随弗洛伊德的理论家	44
对自我心理学的批评	46
苛哈特的自恋理论	48
关系精神分析	49
今天的精神分析	50

第二章 认知心理学

第一节 注意与信息加工	54
听觉注意	55

核查姓名	55
衰减理论	57
搜索	57
特征整合理论	58
相似性理论	59
分散注意和集中注意	60
人类自动驾驶仪	63
事件关联电位	63
疾病感缺失	64
注意缺陷障碍	65
第二节 表征信息.....	67
大脑中的图片	68
心理地图	70
大脑中的词典	72
心理词典	75
编写心理词典	76
脚本和主题	77
信息和大脑	80
第三节 储存信息.....	81
记忆的逻辑	82
记忆的程序	85
工作记忆	86
处理层级	87
记忆提取	88
生理和心理影响	89
遗忘	89
组织和误差	92
记忆与犯罪	93
影响记忆的因素	94
第四节 语言加工.....	100
非人生物的语言	100
句法	101
语言的结构	102

语言和大脑	103
神经影像学研究	105
语言的理解	105
阅读	108
语言的获得	111
语言和思维	114
第五节 问题解决.....	116
两种发展理论	117
计划	119
推理的类型	122
准许规则	125

第三章 发展心理学

第一节 胎儿的发展.....	132
中枢神经系统	132
从胚胎到胎儿	135
环境因素	136
胎儿的行为和认识	138
前庭系统	140
全身胎动	144
出生的影响	146
第二节 婴儿的认知.....	148
反射	148
模仿	149
概念的发展	151
组合智力	153
第三节 发展的阶段.....	155
维果茨基的发展理论	156
对维果茨基著作的评价	159
皮亚杰的发展理论	160
变化的机制	168
对皮亚杰理论的评价	169

第四节 情感发展	171
情感发展	173
个人气质	176
依恋的理论	177
依恋的扩展	183
第五节 社会发展	184
他者的观念	184
自我意识	185
社会性索引	187
心智理论	189
自我评价	190
社会性别概念	193
族群身份	195
理解道德	196
友谊的角色	198

第四章 神经心理学

第一节 大脑生理学	204
周围神经系统	204
中枢神经系统	206
大脑各部	207





神经体系中的细胞	210
神经脉冲	212
神经传递素	214
第二节 心智	218
笛卡尔模式	218
后笛卡尔时代的观点	219
康德的哥白尼式的革命	220
精神的科学	221
疑惑的种子	222
新哲学	223
生物本能主义	225
精神功能	226
注意力和大脑	227
记忆和意识	228
第三节 感知	231
我们的感觉	231
数据消减系统	232
信号入口	232
恰可察觉差	232
现代的研究方法	233
视觉	233
听觉	241

触觉、味觉和嗅觉	245
第四节 意识.....	249
二元论和唯物主义	251
大脑中的意识	253
意识和机器	254
无意识的心智	254
自我意识	255
意识的变化状态	256
由药物引发的变化状态	261
睡眠和做梦	263
历史上的做梦者	266
生物节律	268
第五节 情感与动机.....	270
情感的本质	270
情感的功能	271
基本的情感是天生的吗?	272
环形情绪模式	274
情感产生的原因	275
认知与情感	276
情感和社会	277
情感和无意识	278
情感 and 大脑	281
理性和情感	287

第五章 社会心理学

第一节 人：社会性动物.....	290
什么是社会心理学?	292
社会心理学的历史	294
社会性自我	297
自我表象和自尊	299
社会群体	301
社会群体组成原因	302

研究方法	304
第二节 人格.....	306
大五人格	308
弗洛伊德和精神分析	308
依恋理论	311
行为主义和社会化	314
人本主义取向	317
人格的社会文化取向理论	320
未来走向	324
第三节 人际关系.....	325
形成印象	325
归因理论	329
印象管理	331
人际关系	332
社会规范和能力	332
其他社会技术	334
自然选择	335
亲密关系	335
发展关系	339
第四节 社会影响.....	343
与他人保持一致	343
顺从	344



态度与说服	349
偏见与歧视	351
助人与利他	353
反社会行为	355
第五节 沟通	359
沟通理论	359
语言沟通	361
非语言沟通	364
人际沟通	368
大众传播	371
神秘的艺术	372
 第六章 变态心理学	
第一节 什么是变态	374
为什么要对变态进行定义?	375
对标准进行规定	375
《精神疾病诊断和统计手册》的定义	380
科学的还是社会的?	381
变态的模型	382
第二节 精神障碍	384
历史的观点	385
中世纪的疯狂	385
道德治疗	386
身体的原因还是心理的原因?	387
医学模型	387
焦虑症	388
精神分裂症	391
抑郁症	396
饮食障碍	399
药物滥用和上瘾	401
痴呆	403
精神错乱	405



第三节 发育过程中的变态..... 408

什么是学习困难? 408

孤独症 410

弱智天才综合征 415

阅读障碍 416

注意力缺陷多动障碍 418

第四节 心理疗法..... 421

心理疗法的类型 421

心理分析 422

行为疗法 426

以认知为基础的疗法 431

认知疗法的局限性 435

第五节 物理疗法..... 438

物理的方法 438

精神病疗法的诞生 439

药物与精神健康 439

医学模型 439

可靠性问题 440

电休克疗法 441

精神外科学 442

功用与效力 443

多因素模型 445

对治疗方法的选择 446



/第一章/

心理学的历史



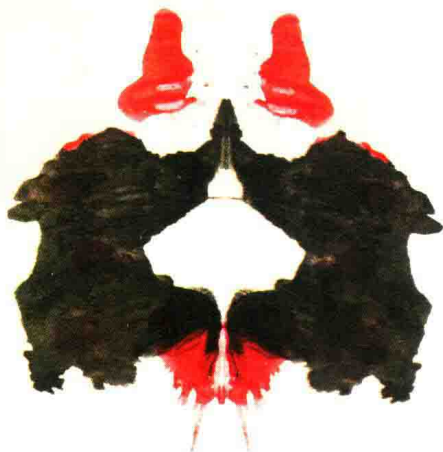
第一节

什么是心理学

在有文字记载以前，早期的人类就一直关心自己及其周围的世界。他们想知道人的思维方式，什么使人产生了爱与恨，人是怎样掌握语言的等。对这些问题的探讨最终促使了科学心理学的诞生。

19 世纪以前，哲学家还错误地认为心理就是“灵魂”。首先开始真正科学地研究心理过程的是生理学家，他感兴趣的是脑和神经系统的活动方式。心理学真正作为一门独立的学科，始于 1879 年，威廉·冯特在德国莱比锡大学创建了世界上第一所心理学实验室。仅隔 4 年，斯坦利·霍尔在美国约翰·霍普金斯大学又建立了一所心理学实验室。

早期的心理学更多地受到人们信念的影响，这些信念是关于“心理是怎样活动的”或者“应该形成怎样一个学派”来研究它。这些心理学的思想常常渗透到流行文化中，在社会上产生越来越大的影响。



↑ 这幅图画是墨渍测验的一张样例。把这幅图画呈现给被试者，要求他们描绘自己看到了什么，他们的回答常常反映了其人格特点。对大多数人来说，这个测试揭示了心理学的本质——它告诉我们关于自己的一些东西，以前我们无从知晓的东西。

构造主义建立在威廉·冯特的试验工作基础之上。构造主义采用机械观，将心理过程解析成各个组成部分——被称为“心灵主义”，并以此来理解心理过程。

机能主义是威廉·詹姆斯在其著作中首先提出来的，他认为研究心理的机能比研究心理的结构更为重要。

诞生于 1910 年的格式塔心理学派认为，心理学应该研究“整体经验”，而不是构造主义所说的“部分”。格式塔心理学家主要研究视知觉，不过他们的思想也渗透到心理治疗领域。他们认为在治疗心理疾病患者时，应考虑到患者生活的各个方面。后来，这一观点成了现代“家庭疗法”的基础。