

理工科大学生文化素质教育教材

社会心理学原理 及应用

肖旭 编著

成都科技大学出版社

序

我开设以理工科大学生为主要对象的校级公共选修课《社会心理学》已近十年了。自由选修这门课的学生从最初的 60 人发展到 1998 年春季的 500 多人,累积听课的学生近 4000 人。回顾近十年来《社会心理学》的教学历程,这实在是学生们不断给予我极大教学动力的历程;是不断与学生反馈交流、研究和改进教学内容与方法的历程;是不断探索前进的历程。

理工科大学生们踊跃选修心理学课程首先在于他们需要丰富知识,开拓视野,提高文化素质。学生们不希望自己仅仅成为“工科脑袋”,不希望“只懂数、理、化,不懂‘你、我、他’”。他们希望把自己培养成复合型人才。这一点,也正是适应了我国教育改革中,加强素质教育的大思路。

而理工科大学生踊跃选修《社会心理学》的一个最重要的动机在于面对复杂的社会环境和激烈的社会竞争,他们渴望从现代心理学的知识库里汲取养料来改善人格,解除心理困惑,适应社会生活。在现代人面临的适应与发展的挑战面前,当代大学生作为“准社会人”已经敏锐地感受到了自己所面临的价值冲突压力、社会变动压力、生活事变压力、目标—努力不符压力、角色冲突压力,他们希望自己在这些社会适应压力面前能较好地应付各种问题,能够成为心理健康的人、自在的人,自由的人。总之,理工科大学生们希望《社会心理学》能够帮助自己更好地成长、成熟、成才、成功。

然而,在这门课的开设中,深感缺乏适合于理工科大学生的,既有理论知识、基本原理,又有实用方法的教材,于是只能在讲义

中融入,补充一些适合于学生的内容以及教师本人的研究成果。每届学生都问我:“老师,你自己为什么不写一本书给我们做教材?”五年前,我萌发了编著一本教材的想法,立即受到了学生们的鼓励,朋友们的支持。今年春天,选修该课的学生们一再催促教材的问世,这使我终于下决心,抓紧时间将书稿整理了出来,这就是这本《社会心理学原理及应用》出世的缘由。

本书的编著有以下特点:

1. 本书以提高理工科大学生文化素质、培养良好的社会心理素质、促进大学生社会适应心理水平的提高为目的。根据理工科大学生特点和需要以及多年来的教学实践组织教材体系,安排篇章节目和选择内容。从目前我国有关社会心理学的教材来看,在体系结构、内容安排、表述方式上差异较大,深浅不一,学术性和应用性侧重不同,各有其特点。而本书则是在不违背社会心理学学科规律和科学性前提下,针对理工科学生基础心理学知识欠缺,对心理学发展史不甚了解,课时有限,而又求真务实等特点来建立该书体系结构的。

2. 既有纯理论的介绍和讨论,以满足大学生理论思维的需求,体现社会心理学的思想性、科学性、理论性,又有社会心理学原理的应用乃至具体的技术和方法。然而,在原理、知识的应用中该书没有将“应用”统统单列成专章专节,而是把理论的应用和应用的理论相互融合、相互渗透、密切结合起来,尽量使理论本身具有方法论意义和实际应用价值。

3. 具有综合性特点。作者在撰写本书时,广泛地参阅了众多社会心理学方面的著述、教材的有关内容,力求将东西方和中外的有关社会心理学研究的成果,特别是把具有应用性的内容融为一体。作为一个中国学者,也注意了在适当的章节穿插介绍祖国文

化宝库中至今仍有价值的社会心理学思想及经典事例。

4. 在应用性方面,偏重于青年大学生的人格发展和与社会适应相关的内容的阐述和介绍。如挫折心理的调适;需要理论的应用;人格完善的途径和方法;人际交往技巧;群体凝聚力的提高;角色冲突的解决等。

5. 具有探索性。作者将多年来有关心理学教学实践、心理咨询和科研工作的有效的经验和研究成果、特别是将作者有关“青年社会适应心理研究”的成果写入本书之中。如“角色冲突协调及角色适应原则”;“社会态度改变的原则和步骤”;“认知他人性格的途径和方法”。也还包括列为附录的“大学生人际矛盾及其处理方法”等内容,希望能增强本书的可读性和为丰富社会心理学的学科体系做点贡献。

本书特别把作者为大学生作心理讲座中的一部分讲稿和研究资料编入附录,以期对大学生人际适应具有参考价值。

在该书编著中,引用了国内外学者的著述和研究材料,在此,特向他们致以最诚挚的谢意。

在这里要特别感谢历届选修我所开设的社会心理学课程的学生们,是他们促使了这本教材的问世。要感谢我的学生朋友们为该书的校对所作的贡献。

认真编写一部教材难,编写一部结构合理、内容科学、应用有效的社会心理学教材就更难了。由于作者水平有限,时间仓促,难免有考虑不周甚至错漏之处,恳切希望有关专家、同仁不吝赐教,也希望读到这本书的大学生朋友提出宝贵意见,以便不断修改完善。

肖 旭

1998年5月1日于蓉城

目 录

第一章 心理学与社会心理学概述	1
第一节 什么是心理学	1
一 古老而年轻的科学	1
二 什么是心理学	2
三 现代心理学的学科结构与门类	3
四 现代心理学的发展趋势	6
第二节 什么是社会心理学	9
一 社会心理学的研究对象	9
二 社会心理学的特点	13
三 社会心理学的研究方法	17
四 当代社会心理学发展趋势	19
第二章 社会心理学主要派别及理论简介	21
第一节 精神分析学派的社会心理观及其新理论	22
一 精神分析理论	22
二 新精神分析中的社会心理观及其新理论	27
第二节 行为主义学派的社会心理观及其新理论	32
一 刺激——反应理论	32
二 斯金纳的操作——强化观点	33
三 模仿论	34
四 社会交换理论	35
第三节 人本主义心理学派	35
第四节 认知心理学的社会心理观及其新理论	37

一	格式塔学派的理论	38
二	场论和群体动力学理论	39
三	本书作者对格式塔理论和勒温场论的粗浅认识	42
第三章	需要与动机	45
第一节	需要与动机概述	45
一	需要	45
二	动机	49
第二节	需要层次结构理论	51
一	需要结构的层次	52
二	需要层次结构的分析	56
第三节	需要理论的应用	60
一	注意认识需要	60
二	善于分析“热点”需要及其性质	62
三	利用需要规律,有效调控需要	64
第四节	动机激励	69
一	赫兹伯格的双因素理论	69
二	期望理论	75
三	公平理论	78
第四章	心理挫折与适应	81
第一节	挫折及其原因	81
一	挫折的含义	81
二	挫折产生的原因	84
三	影响挫折体验程度的因素	85
第二节	心理防御机制	89
一	心理防御机制及其意义	89
二	常见的心理防御机制	90

第三节 提高适应能力,有效战胜挫折·····	94
一 增强挫折承受力,提高适应能力·····	94
二 心理挫折的调节·····	96
第五章 人格与社会适应·····	103
第一节 人格概述·····	103
一 什么是人格·····	103
二 人格的形成·····	105
第二节 气质与社会适应·····	107
一 什么是气质·····	107
二 气质与社会适应·····	109
第三节 性格与社会适应·····	116
一 性格概述·····	116
二 性格的结构·····	117
三 性格类型与社会适应·····	122
四 性格与职业·····	124
第四节 自我意识·····	126
一 自我意识的概念·····	126
二 自我意识的发生和发展·····	128
三 自我统一与转化对人格发展的意义和类型·····	131
四 健全自我意识的标准·····	135
第五节 在社会生活中塑造健康的人格·····	135
一 健康人格的特征·····	136
二 健康人格的塑造·····	140
第六节 几种典型人格的社会适应问题·····	150
一 强迫固执型人格·····	150
二 戏剧化多情人格·····	152

三 敏感孤独型人格.....	153
四 多疑猜想型人格.....	154
五 被动依赖型人格.....	155
第六章 对人认知.....	157
第一节 对人认知与社会适应.....	157
一 什么是对人认知.....	157
二 对人认知在社会适应中的意义.....	158
第二节 对人认知的范围.....	160
一 对他人外部特征的认知.....	160
二 对他人内部特征的认知.....	168
第三节 归因过程和依据.....	173
一 什么是归因.....	173
二 归因中的因果关系和推论原则.....	174
三 归因的依据.....	175
第四节 影响对人认知的因素.....	177
一 影响对人认知的客观因素.....	177
二 影响对人认知的主观因素.....	178
第五节 认知他人个性的模式和方法.....	180
一 认知他人个性的模式.....	181
二 对他人认知过程中的座标的选择.....	182
三 认知他人个性的视角.....	185
四 认知他人个性的方法.....	186
第七章 社会角色.....	194
第一节 社会角色概述.....	194
一 角色的涵义.....	194
二 社会角色的类型.....	195

第二节 角色社会化	199
一 角色扮演	199
二 角色社会化	199
三 角色扮演中的偏差	202
第三节 角色冲突与角色适应	204
一 角色丛与角色冲突	204
二 角色冲突的类型	205
三 角色适应的涵义和类型	208
四 角色冲突的协调及角色适应的基本原则	213
第八章 社会态度	220
第一节 社会态度概述	220
一 社会态度的定义	222
二 社会态度的三要素	222
三 社会态度的特点	223
四 价值观、人生观和世界观与态度的关系	224
第二节 态度与社会适应	225
一 态度的社会适应机能	225
二 偏见	227
第三节 态度的改变	228
一 态度改变的形式与类型	229
二 影响态度改变的因素	229
三 态度改变的理论	233
四 态度改变的原则、步骤	236
五 态度改变的途径、技术和劝说方法	239
第九章 人际关系	249
第一节 人际关系建立的条件	249

一	人际关系建立的基础	249
二	人际吸引	252
第二节	处理好人际关系的基本原则	263
一	真诚原则	263
二	尊重原则	266
三	互助原则	268
四	宽容原则	269
五	心理互换原则	270
第三节	人际关系的测量	271
一	人际关系测量的必要性与可能性	272
二	社会测量法	273
第四节	附:大学生人际矛盾及其处理方法	280
一	大学生人际矛盾的主要类型	280
二	正确认识人际矛盾	283
三	不同类型的人际矛盾的处理原则	285
四	人际矛盾发展各阶段的处理要领	289
第十章	人际交往	291
第一节	人际交往的功能	291
一	信息沟通功能	291
二	心理保健功能	293
三	自我认识功能	296
第二节	人际交往的心理模式与心理效应	299
一	人际交往的心理模式	299
二	人际交往的心理效应	300
第三节	人际交往的若干方法与技巧	308
一	听的艺术	309

二 交谈的方法.....	311
三 维持友情的方法与技巧.....	316
四 赞扬和批评的方法.....	319
第四节 附:大学生人际交往的特点	322
一 人际交往需求强烈,而交往动机呈多元化趋势.....	3222
二 人际交往范围以同学为核心呈扩大趋势, 交往的内容日益广泛.....	324
三 人际交往方式和手段的多样化.....	325
四 人际交往的选择性强,层次性明显	326
五 人际交往追求期望值高,满意度低	327
第五节 附:大学生中异性朋友交往的常见误区及不良后果.....	328
第六节 友情与爱情的区分方法.....	337
第十一章 群体心理.....	342
第一节 群体心理概述.....	343
一 群体涵义.....	343
二 群体心理的涵义.....	343
第二节 典型群体心理现象分析.....	345
一 从众现象.....	345
二 社会助长.....	350
三 社会惰化.....	354
第三节 群体凝聚力.....	355
一 什么是群体凝聚力.....	355
二 群体凝聚力与工作效率的关系.....	356
三 影响群体凝聚力的因素.....	357
四 群体凝聚力的测量.....	365

第一章 心理学与社会心理学概述

第一节 什么是心理学

一、古老而年轻的科学

现代心理学是受了自然科学的影响,从哲学中分化出来的有关人类研究自身问题的一门学科。曾有人比喻,科学心理学的发展,哲学是父亲,生理学是母亲,而生物学是媒人。以生物学为媒介,哲学与生理学结合,生育的新生儿,就是独立门户的心理学。

心理学是一门古老而年轻的学科。正如德国心理学家艾宾浩斯所说:“心理学有着长期的过去,但仅有短期的历史。”

说它古老,因为自人类社会产生以来,与人类同时产生的人的心理就引起了我们祖先的关注和研究。在西方可以追溯到亚里士多德、柏拉图。在我国可以追溯到孔子、荀子、老子、孟子。心理学就其探讨精神的本质及其活动的意义来说,是一门历史非常悠久,在古希腊时代就已经达到高水平,并随着世界文明的发展一直延续到今天的科学。只是长期以来,它没有作为一门独立的科学而是合并哲学中,为哲学家们所探究。1879年德国莱比锡大学教授冯特创立了世界上第一个心理实验室,被公认为是科学心理学诞生的标志,而心理学也被界定是研究心理现象及其规律的科学。对一门以最复杂的、变化莫测的人的心理现象为研究对象的科学

来说,距今仅一百多年的历史,这意味着它是年轻的,也是前途无量的。

二、什么是心理学

心理学是研究心理现象及其规律的科学。

心理现象是人们非常熟悉的现象。当我们用耳朵听,用眼睛看,用鼻子闻,用舌头尝,用手摸的时候,就会产生感觉和知觉,这就是最简单的心理现象。这些感知过的经验,事过境迁,人却还能记住它,这就是记忆。人们在与环境交互作用的过程中,常常不仅需要去感知它、记住它,还需要对感知的材料,进行分析、综合、推理、判断,这种思索活动便是高级的心理现象思维。思维时,我们还要在过去感知和记忆的基础上,对材料进行加工改造,形成新的形象,这就是想象。感知、记忆、思维、想象等,都是为了弄清客观事物的性质和规律的,在心理学中统称为认识过程。

人在认识客观事物时,总会对它采取一定的态度,并产生某种主观体验,如喜欢或厌恶、爱或憎。喜、怒、哀、乐等各种体验,都叫情感。情感也是一种心理现象。

人在认识世界和改造世界的活动中,总是有一定的目的,为了达到目的,人们提出目标、制订计划、采取措施、克服困难、调整行为,这种心理现象,称为意志。

认识过程、情感、意志,简称为知、情、意。它们相互联系、相互制约,统称为心理活动或心理过程。是心理学研究的一个重要内容。

心理过程总是体现在具体的人身上。不同的人,由于先天素质的不同,生活条件、社会环境的不同,以及所受教育的不同,形成了人与人之间的心理上的差异,称为个性差异。个性差异主要表

现在个性倾向性和个性心理特征两个方面。

人在需要、动机；爱好、兴趣；理想、信念以及世界观方面存在的差异，决定着人对现实的态度及全部心理活动的方向，反映了人与人之间整个精神世界上的差异，是属于个性倾向性。人与人之间的差异还表现在气质、能力、性格上，有人活泼好动，有人行动迟缓；有人聪明、有人愚蠢；有人忠厚老实，有人奸诈狡猾，这属于个性心理特征。个性倾向和个性心理特征是心理学研究的又一重要内容。

由心理过程和个性心理组成的总体，构成了人的心理。人的心理世界是心理学研究的对象。心理学就是要探究这些心理现象的产生、发展的过程，揭示存在着的最一般规律和基本原理。

三、现代心理学的学科结构与门类

现代心理学的学科结构，从总体来看，可以分为基本理论和应用学科两大部份，相应的就分为理论心理学门类和应用心理学门类。各门类又生出了许多分支学科。目前世界各国分支学科发展都很快，已达 100 多门分支学科。

(一) 理论心理学类

1. 普通心理学。它研究正常人心理活动的一般规律，阐述心理学的基本原理。它是心理学的主干部份，也是心理学的基础和入门学科。它是各分支学科的理论基础，并概括各方面的研究成果来不断丰富和补充自己。普通心理学中又有感知心理学、记忆心理学、思维心理学、情绪心理学、意志心理学、个性心理学等。它们分别对各种心理现象进行了深入研究。

2. 生理心理学。它是研究心理现象的物质基础，即神经和生理机制的学科，又称神经心理学或心理生物学。近二三十年来，

科学技术的发展,新技术的出现,为探索心理过程复杂细致的生理机制提供了可能。这是当今心理学中发展最快、最引人注目的一个领域。

3. 社会心理学。它是从社会与个体相互作用的观点出发,研究特定社会环境中个体或群体的心理活动发生、发展及其变化规律的一门学科。社会心理学的研究对象:一是研究社会对个人心理的影响;二是个人心理对社会的影响。社会心理学的研究范围很广,几乎涉及人们社会行为的各个方面。研究的主要内容有:社会需要与动机;社会化问题;社会态度问题;自我意识问题;人际交往与人际关系问题;群体心理问题等等。

4. 发展心理学。它主要是研究个体生命全过程中身心变化与其年龄的关系。发展心理学又分化出了儿童心理学、青年心理学、老年心理学等。

5. 学习心理学。它旨在探究个体经由观察或练习,使其行为产生较为持久性改变的历程或结果。

6. 认知心理学。这是从学习心理学中分化出来的新学科,其兴起虽只有20年,但后来居上,已成为理论心理学的重要学科。认知心理学的研究,旨在探究人们如何从周围世界获得知识及如何使用知识的历程。

7. 人格心理学。它主要是探究个体的人格发展与人格结构以及影响其发展和结构的因素。

8. 变态心理学。它主要是探讨行为异常的类别与成因,从而建立系统理论并以此作为心理诊断与治疗的依据。

9. 动物心理学。它主要是研究两方面的问题。一是了解、研究动物行为变化的原理,以建立解释动物行为的系统理论;二是从动物行为研究所得结果,推论、解释人的行为。动物心理学又称

为比较心理学。

10. 实验心理学。这是运用科学的实验方法,研究人类及动物各种行为及心理变化的一门心理学科。实验心理学的研究,主要限于感觉、知觉、学习、动机、情绪等方面的问题。

(二)应用心理学类

1. 教育心理学。它是研究人在教育过程中心理活动规律的学科。教育心理学又分化出德育心理学;教师心理学;作业心理学等。

2. 医学心理学。它是研究心理因素在人体健康与疾病相互转化过程中的作用和规律。又称临床心理学。医学心理学又分化出心理诊断学、心理治疗学、药理心理学、心理卫生学等。医学心理学是医学和心理科学发展过程中形成的边缘学科,是一门应用心理学的重要分支学科。

3. 咨询心理学。它是运用心理学的知识和原理,帮助生活适应困难或心理异常者,由了解自己到认识环境,挖掘自身潜力,澄清问题,改变不合理认知结构和行为模式,解除困惑,以提高对生活的适应力和调节周围环境的能力的一门学科。随着社会的日益变革和社会竞争的加剧,咨询心理学将日益成为一门应用心理学的重要分支学科。

4. 管理心理学。它是研究现代企业管理活动中领导和群众、群体和个体、个体和个体等各种人际交往中的心理现象和心理规律的学科,是现代管理学和心理学相结合的一门边缘学科。

5. 法律心理学。它是研究人类社会法律活动中心理现象发生发展规律的一门心理学科,它包括刑事心理学、犯罪心理学、诉讼心理学、侦缉心理学、审判心理学等。

6. 运动心理学。它是研究体育运动过程中心理活动规律

的学科。是以体育训练和运动比赛中心理活动的特点为研究对象的。

7. 消费心理学。 它是以社会大众的消费行为对象, 旨在探究消费动机、购买行为以及影响消费决策的因素等。

8. 心理测量学。 它是研究心理测验的理论与编制方法, 并运用统计分析, 以精密的数据, 表达测验结果的学科。心理测量学又叫心理统计学。

9. 文艺心理学。 它是研究文学艺术的创作和欣赏活动过程中心理现象和心理规律的学科。按文学艺术的不同类别, 又可分为文学心理学、戏剧心理学、美术心理学、雕塑心理学、音乐心理学等。

10. 创造心理学。 它是研究人们在创造过程中心理活动的特点和规律, 探讨科学工作者的智力结构及其集团心理对创造过程影响的一门学科。

以上列举了心理学的主要理论学科和应用学科。可以看出, 心理学的学科结构是一个庞大的系统。

四、现代心理学的发展趋势

(一) 心理学的发展与现状

从西方心理学的发展来看, 现代心理学的发源地在德国。第一次世界大战爆发以后, 德国的许多心理学家到了美国。这对美国心理学的发展是一个促进。同时, 美国在两次世界大战期间的相对安定局面, 也是科学技术发展的有利条件。因而近几十年来, 美国成为了西方心理学的中心。此外, 德、英、法、澳大利亚等国的心理学也比较发达。当前西方心理学发展的一个重要趋势是应用学科发展迅速, 有 60% 以上的心理学家深入到社会生活各方面,