

环境心理学

俞国良
王青兰 著
杨治良

人民教育出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

环境心理学/俞国良等著.-北京:人民教育出版社,1999

(应用心理学书系/林崇德主编)

ISBN 7-107-13439-6

I. 环…

II. 俞…

III. 环境心理学

IV. B845.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 69581 号

人民教育出版社 出版发行

(北京沙滩后街 55 号 邮编: 100009)

网址: <http://www.pep.com.cn>

北京市房山印刷厂印装 全国新华书店经销

2000 年 7 月第 1 版 2000 年 7 月第 1 次印刷

开本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32 印张: 9.375

字数: 235 000 千字 印数: 0 001 ~ 3 000 册

定价: 18.50 元

总 序

◇ 林崇德

学以致用是现代科学孜孜以求的基本目标。

目前人类处于世纪的转折点上，置身在这光怪陆离、瞬息万变而又注重实效的信息化社会，学以致用这一论题更是受到全社会的瞩目。心理学近百年历史的经验教训，使心理学界同仁深切地意识到：中国心理学发展的生长点在于应用，而应用心理学繁荣的立足点则在于面向社会，面向生活，面向大众！

历史证明，联系实际，应用于现实社会生活实践是心理学发展的直接途径。这不仅是由心理学历史任务发展阶段所规定的，也是由其学科性质、研究对象及其特征所规定的。从1879年冯特在德国莱比锡大学建立世界上第一个心理学实验室至今，世人逐渐从“玄学”神秘的怪圈中走了出来，认识和接纳了心理学这门学科，这个过程实际上也是心理学应用于实际生活、服务于社会的过程。目前，心理学正以令人难以置信的速度渗透到社会生活的各个角落，实践对此的需求和应用方兴未艾，心理学这一昔日的“丑小鸭”现在已出落得亭亭玉立，成为光彩照人的“白天鹅”了，人人欲一睹“芳容”为快！无论在政治、经济、思想、文化、教育等各个领域，还是在学校、企业、医院、行政等各个部门，无论是物质文明建设还是精神文明建设，都有其用武之地。这从心理学分支学科迭出、名目繁多中可略见一斑。无疑，在心理学应用于社会生活实践的过程中，我们必须把握其科学性、知识性和客观性，同时亦须规范和建立相应的学科，使之植根于中国社会的土壤中，走心理学中国化的道路。正是基于上述理念，我邀请了应用心理学有关分

应用心理学书系

支学科中的学术带头人，共同承担《应用心理学书系》的创作大任。我衷心地感谢这些有关分支学科的学术带头人给予我的支持，尤其是像朱祖祥、冯忠良等教授那样我的师辈专家亲自出山相助，更使我感激涕零。我们相互信任，精诚合作，经过几年时间的酝酿、讨论、撰著，这套《应用心理学书系》终于脱胎降生了。

本套书系是针对目前国内外应用心理学领域发展较快、较成熟的几个学科，特邀国内学者合力完成的。书系共分12册，分别是：《教育心理学》《咨询心理学》《临床心理学》《工程心理学》《管理心理学》《环境心理学》《人际关系心理学》《学校心理学》《司法心理学》《广告与消费心理学》《人事组织心理学》《心理测量学》。作为一套开放性书系，今后我们仍将择优编撰成书，增补我们书系的内容，以满足社会各界需要。在本书系编撰过程中，我们力图体现如下特点。

一是学术性。各部专著都是对国内相应领域的总结、回顾和展望，是一套具有权威性的专著型教材。因为各册著者都是国内该领域的学术带头人，具有深厚的理论功底和修养，大多具有丰富的授课经验，执教该课程多年，教材内容丰富、资料翔实，运用国内外最新资料，反映新成果，阐述新见解，力求准确反映当代应用心理学的现状及发展趋势，汇集国内外研究新成果，充分体现应用心理学的新概念、新理论、新思想、新经验、新方法，把握当代应用心理学领域的理论和实践前景、研究水平和发展方向。同时也有作者富有创造性的独特见解，而不是简单的介绍、陈述、研究资料罗列。此外，还力求反映国内该领域的研究状况，使专著型教材不仅观点新颖，富有新意，而且也突出中国特点。这对于应用心理学的理论建设和学科建设，对培养各行各业“通用型”和“专家型”相结合的T型人才，对我国心理学事业的发展，具有重要的作用。

二是实用性。这是本套书系的灵魂和精髓。实用性包括几层含义。本套教材选题切合实际，这些学科都是目前应用心理学的热点

和焦点，这对于促进教学与实际相联，无疑起到了推进作用，同时也很好地解决了缺乏统一教材的问题，这对完善培养机制、开拓思路是大有裨益的。同时这些实用性的心理学领域也是实际工作者所需掌握的信息。这套教材可以帮助实际工作者学习新思路、新方法，探索高效率、高效益的培养途径。而且本套书系涉及的面非常广，适应多种职业的人员，影响甚广，对于普及心理学知识，科学地正确地看待心理学，运用心理学知识和理论，都具有重要意义。这无疑也会促进心理学的自身发展。同时，本套书系在编写过程中始终坚持“洋为中用”的态度，坚持心理学的中国化，针对中国的现实开展研究和应用，在各册著作中都可清晰地看到这一特点。只有走中国化的道路，应用心理学才会发展，中国的应用心理学才能建立起来，才能真正为社会各界服务。

三是综合性。本套书系试图站在当代应用心理学的前沿，对各学科进行阐释，因而各专著都是对该领域的全面介绍，力求点面结合，有重点又兼顾整体，这对把握各领域的总体发展脉络，对反映各领域的具体发展态势都有积极的影响。这12本专著型教材基本体现了我国应用心理学的最新成果，也是向我国心理学界的一次综合“汇报”，更是心理学工作者向社会交纳的一份“答卷”。

在书系编撰过程中，我和各书著者殚精竭虑，共同商定选题，确定提纲体例，相互交换意见，汇集了集体的智慧，可以说是集体劳动的结果。虽然我们尽了最大的努力，力求反映我国应用心理学的概貌，但是难免挂一漏万。对此，我们绝不会用“在所难免”四个字将其草草放过。这些缺点和问题既有客观的原因，如时间仓促等，更重要的是我们主观的原因，特别是我的原因。请广大学者、专家和读者宽容，并于此恳切地希望大家不吝评判和指正。同时，在书系各册成书过程中，书系的责任编辑魏运华博士付出了辛勤的劳动，他以其认真负责的态度，为各册书稿锦上添花。值此书系付梓之时，我谨于此向各书著者和出版社编审排校人员致以深深的谢

应用心理学书系

意，感谢人民教育出版社领导的首肯和大力支持，感谢心理学界恩师挚友们的鼎力相助，特别感谢著者和读者的垂青扶携，才使我勉为其难，忝为主编，气喘吁吁然而幸运地走完了这段旅程。对此，我无以为报，只有向诸位道一声谢谢！

搁笔在即，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，是我现在心态的真实写照！

自序

环境心理学是20世纪70年代后迅速发展起来的应用心理学的分支学科。

环境心理学主要研究环境和心理的相互关系，即用心理学的方法联系并分析人类经验、活动与其社会——环境各方面的相互作用和相互影响，揭示各种环境条件下人的心理活动特点与发展规律。早期环境心理学研究的一个明显特点是将注意力集中在物理环境上，随着社会的不断发展，人类面临的环境问题表现得越来越突出，要求研究者把注意力转向更加广泛的宏观环境，其中包括环境污染、城市噪声、人口拥挤和环境质量的监测等等。由于经济与技术发展所导致的一系列社会问题，其中的环境成分已成为环境心理学家热衷的研究课题。目前研究者对环境知觉、人格与环境、环境与认知、环境压力、环境应激等进行了大量研究，从而有目的地调整有关建筑设施、校址安排、荒野利用、城市拥挤以及视、听觉环境的设计方案，为优化人类生存环境作出了贡献。从最近几年的发展趋势看，环境心理学越来越重视从心理学的角度进行广泛而富于创造性的理论建构，以便更好地进行应用研究，为环境建设的社会实践提供咨询和服务。作为一门应用性的心理学分支学科，环境心理学已被列入《心理学年鉴》，在《沃尔曼(Wolman)百科全书》中也占据了一定的篇幅。学习环境心理学的基本理论和知识，对于充分发挥人类的主观能动性和创造性，避免单调、紧张、焦虑等环境不适反应，使人类和环境和谐共存，共同发展，具有十分重要的现实意义。社会的迫切需要正

环境心理学

是环境心理学近年内蓬勃发展的直接动因。

全书共分九章，大体可以划分为三大部分。第一部分（第一、二章）简要介绍环境心理学的概念、特点、理论、历史和研究方法，以及环境知觉和环境认知的含义、理论、影响因素。这是全书的基础。第二部分（第三至七章）阐述环境和人类心理、行为的关系，包括环境应激、环境压力、个人空间、领域性、噪声和拥挤等内容，旨在说明环境对人类心理和行为的影响。第三部分（第八、九章）论述了环境型式、空间行为、环境问题和行为解决，以及不同环境下人类心理和行为的特点，目的是帮助人类增强环境意识，更好地适应、改造、保护和利用环境，为人类自身造福。在撰写过程中，作者重视基本概念、基本理论的阐述，重视基本知识、基本实验和研究成果的介绍，并尽量能结合现实生活中的实例加以阐释。同时，各章后附有思考题，便于读者学习、参考。因此，本书主要可供大专院校的心理学专业、管理专业、建筑学专业、社会学专业和环境科学专业学生使用，也可作为其他对此感兴趣的广大科研工作者、教育工作者学习参考。

作为《应用心理学书系》中的专著型教材之一，本书在编撰过程中得到了丛书主编、著名心理学家林崇德教授多方面的关心、支持和帮助；著名心理学家杨治良教授不但对参与撰稿的各位晚辈学人自始至终给予具体指导，而且亲自参加编撰和统稿工作，为全书的质量提供了保证；丛书责任编辑魏运华博士和曾红梅同志为本书的出版付出了辛勤的劳动。因此，可以说本书是集体劳动的结晶，在此，谨向各位老师和朋友致以深深的谢意。

参加本书编写的有俞国良（自序，第一、二、三、四、五章和主要参考书目），杨治良、赵长城（第六章），王青兰（第七、八章），杨治良、杜建正、刘耀中（第九章），最后由杨治良、俞国良统稿。

由于环境心理学属于一门边缘新兴学科，在我国尚处于初创

阶段，本书在编撰中参考了大量相关研究文献，特别是国外环境心理学的研究文献和资料，在此向各位研究者表示衷心的感谢。由于作者水平有限，书中难免出现错误纰漏，恳切希望专家、学者和同行批评指正。

作者谨识

1997年12月16日



目 录

自序

第一章 绪论	1
第一节 环境心理学概述	1
一、环境心理学的概念.....	2
二、环境心理学的基本特点和研究内容	6
三、环境心理学的理论.....	10
第二节 环境心理学的产生和发展	13
一、环境心理学的起源和早期研究	13
二、环境心理学的诞生	16
三、环境心理学的发展	17
四、环境心理学的发展趋势	19
第三节 环境心理学的研究方法	22
一、实验方法	22
二、准实验设计	24
三、相关研究.....	26
四、其他研究方法	27
五、研究场所.....	30
第二章 环境知觉和环境认知	33
第一节 环境知觉	33
一、环境知觉的概念	33

2 环境心理学

二、环境知觉的理论	35
三、环境信息的获取	39
四、影响环境知觉的因素	40
第二节 环境认知	42
一、环境认知的概念	43
二、城市和建筑物的表象	44
三、环境中的认知地图	49
四、影响环境认知的因素	54
第三节 潜在环境的认知	55
一、潜在环境和环境负荷	55
二、潜在环境的类型与性质	59
三、个体对潜在环境的反应	63
第三章 环境应激和环境压力	67
第一节 环境应激	67
一、环境应激的意义	68
二、环境应激的类型	76
第二节 环境压力	81
一、环境压力的概念和性质	81
二、压力源：自然灾害、环境污染和空气污染	86
第三节 对待环境应激和环境压力的策略	92
一、环境应激的防御机制	92
二、减少环境压力的方法	98
第四章 个人空间	103
第一节 个人空间的概念	103
一、什么是个人空间	103
二、个人空间的功能	106

第二节 个人空间的理论和测量	109
一、个人空间的理论	109
二、个人空间的测量	112
第三节 个人空间的使用和侵犯	114
一、人类对空间的需求	114
二、空间使用的文化差异	118
三、对个人空间的侵犯	121
第四节 影响个人空间的因素	125
一、年龄和性别因素	125
二、情境因素	127
三、文化、民族和伦理背景的影响	129
第五章 领域性	131
第一节 领域性的概念	131
一、什么是动物领域性	131
二、什么是人类领域性	133
三、对领域性的科学理解	134
第二节 动物的领域性行为	136
一、动物领域性的研究	136
二、动物领域性的功能	137
三、动物保护领域性的方式	139
第三节 人类领域性的层次和功能	140
一、人类领域性的层次	140
二、人类领域性的效应及功能	144
第四节 人类的领域性行为	146
一、人类领域性行为的生物学基础	147
二、领域标记和领域防卫	148

环境心理学

第六章 噪声	150
第一节 噪声与噪声源	150
一、噪声的概念	150
二、城市环境噪声源	152
第二节 噪声对人的影响	153
一、噪声对人的听觉的影响	154
二、噪声的生理效应	155
三、噪声对人的心理的影响	157
四、噪声对人正常生活和工作的影响	162
第三节 噪声控制	164
一、噪声的评价方法	164
二、噪声标准	164
三、噪声污染的控制	168
四、理想声学环境的设计	170
第七章 拥挤	175
第一节 密度和拥挤感	175
一、密度	175
二、拥挤感	178
第二节 高密度对动物和人类的影响	180
一、高密度对动物的影响	180
二、高密度对人类的影响	183
第三节 拥挤理论	189
一、生态理论模型	190
二、超负荷理论模型	190
三、密度—强化理论模型	190
四、唤起理论模型	191
五、控制理论模型	191

第四节 对待拥挤的策略	193
一、分隔——减少与其他人的接触	193
二、唤起和注意中心	197
三、日常生活的经验	197
第八章 环境型式	199
第一节 自然环境	199
一、什么是自然环境	200
二、环境的选择：寻找绿色的体验	201
三、野外消遣与体验	204
四、对野外环境管理的启示	207
第二节 工作环境	208
一、建筑与人的行为	209
二、房间和室内陈设	209
三、小群体生态学	210
四、工作与物理环境	212
第三节 学习环境	220
一、学校和教室	220
二、校园和操场	224
三、博物馆和动物园	226
第四节 居住环境	228
一、居住地和居住	229
二、独立住宅	230
三、公寓和公共住宅	231
四、老年人住宅	233
五、居住环境质量评价	234
第九章 空间行为、环境问题与行为对策	238

6 环境心理学

第一节 空间行为	238
一、空间行为与环境的易识别性	238
二、空间的生气感和舒适感	245
三、空间使用方式的特点	250
第二节 环境问题	257
一、行为技术与环境问题	258
二、环境美化与环境问题	263
三、人类健康与环境问题	268
第三节 保护环境资源	272
一、修旧利废	272
二、能源保护	274
三、环境意识和环境保护的个体差异	276
主要参考书目	278

第一章 绪 论



环境心理学 (environmental psychology) 是心理学的一个重要分支, 是最近二十多年来迅速发展起来的一门新兴边缘学科, 也是应用心理学“大家庭”中的重要成员之一。随着人类社会不断发展, 科学技术日新月异, 人间奇迹竞相涌现, 人工环境日益增多, 世界面貌焕然一新, 信息化社会即将来临, 与此同时, 也产生了一系列环境问题——人口爆炸、资源危机、环境污染……因而, 如何处理由此造成的消极影响, 已成为摆在人类面前的严峻挑战, 而环境心理学对什么样的环境才是人类适宜的环境, 人们对环境是如何知觉的, 环境对人类的心理与行为将产生哪些影响等诸如此类问题进行探讨, 不但是人类自身生存、发展的需要, 更是人类为创造更加美好、更加舒适的环境所进行的不懈努力。在这一章中, 我们将讨论环境心理学的概念、研究内容、研究方法, 以及环境心理学的产生与发展, 让人们对环境心理学的总体轮廓有一个基本认识。

第一节 环境心理学概述

当人们头顶蓝天白云, 阳光灿烂, 脚踏大地山川, 风光宜人, 面对树木花草, 清新舒适……无论何时何地, 人们都处在环境的包围之中。然而, 不知是否有人意识到, 为什么人们在阳光灿烂的日子里比在阴雨绵绵时心情愉快? 为什么处于车水马龙的繁华街道和高楼大厦的挤压中时会感到莫名的烦躁不安? 为什么对不同的交往

2 环境心理学

对象人们会保持不同的交际距离？回答诸如此类的问题，就是环境心理学家责无旁贷的责任！环境心理学主要研究人的心理、行为和物质环境之间的相互关系。

一、环境心理学的概念

(一) 什么是环境

日常生活中人们常常提到环境，这时是把它同周围事物联系起来，即环境是相对某项中心事物而言的，它可以说是围绕着某种物体，并对该物体的“行为”产生某些影响的外界事物。在这里，某种物体作为主体，而与之发生关系的周围其他事物则是环境。因此，有人认为环境是影响有机体生长和发展的外界实际条件的总和 (T. F. Saarinen, 1976)；也有人认为人是环境的中心，又是环境的一部分 (J. Lang, 1974)。环境科学考察人作为中心事物 (主体) 的外部世界——人类环境，它是围绕着人群的充满着各种有生命体和无生命体的空间，是人类赖以生存、发展、从事生产和生活的外部客观世界。

一般地，人们把人类环境划分为自然环境和社会环境两种。所谓自然环境，指我们周围自然界中各种自然因素的总和，是由岩石圈、土壤圈、大气圈、水圈和生物圈相互作用、相互制约、相互渗透的庞大而复杂的物质体系，包括生物和非生物两大部分。自然环境是人类和其他一切生命体存在和发展的物质基础，因而大多数自然环境都打上了人类活动的烙印。反过来，自然环境对人的心理也会产生直接或间接的影响。直接的影响是自然环境作用于人的感觉器官，引起特定的认知、情感、态度，决定人对环境的适应方式；间接的影响是自然环境通过社会环境对人的心理和行为产生影响。社会环境则是指人们所在的社会经济基础和上层建筑的总体，它包括社会的经济发展水平、生产关系及相应的政治、宗教、文化、教育、法律、艺术、哲学等。人们在特定的社会环境中生产和生活，