



培文书系·心理学译丛



[美] 卡萝尔·韦德 (Carole Wade) 卡萝尔·塔佛瑞斯 (Carol Tavris) 著 白学军 等译



Invitation To Psychology

心理学的邀请

第③版



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

B84
154
2006



培文书系·心理学译丛



[美] 卡罗尔·韦德 (Carole Wade) 卡罗尔·塔佛瑞斯 (Carol Tavris) 著 白学军 等译

Invitation To Psychology

心理学的邀请

第③版



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

北京市版权局著作权合同登记 图字:01-2005-0290

图书在版编目(CIP)数据

心理学的邀请(第3版)/(美)韦德(Wade, Carole), 塔佛瑞斯(Tavris, Carol)著;白学军等译.
—北京:北京大学出版社,2006.9

(培文书系·心理学译丛)

ISBN 978-7-301-09542-3

I.心… II.①韦… ②塔… ③白… III.心理学—通俗读物 IV.B84-89

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第096432号

Simplified Chinese edition copyright © 2005 by **PEARSON EDUCATION ASIA LIMITED and PEKING UNIVERSITY PRESS.**

Original English language title from Proprietor's edition of the Work.

Original English language title: Invitation to Psychology, 3rd edition, by Carole Wade & Carol Tavris, Copyright © 2005

ISBN:0131146246

All Rights Reserved. Published by arrangement with the original publisher, Pearson Education Publishing as Prentice Hall Inc. This edition is authorized for sale and distribution only in the People's Republic of China exclusively (excluding Hong Kong SAR, Macao SAR and Taiwan).

本书中文简体翻译版由 Pearson Education 授权给北京大学出版社在中国境内(不包括中国香港、澳门特别行政区和中国台湾地区)出版发行。

书 名:心理学的邀请(第3版)

著作责任者:[美]卡萝尔·韦德 卡萝尔·塔佛瑞斯 著 白学军等 译

组稿编辑:苑海波

责任编辑:徐文宁

标准书号:ISBN 978-7-301-09542-3/C·0369

出版发行:北京大学出版社

地 址:北京市海淀区成府路205号 100871

网 址:<http://www.pup.cn> 电子信箱:pw@pup.pku.edu.cn

电 话:邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62750112 出版部 62754962

印刷者:三河市欣欣印刷有限公司

经 销 者:新华书店

850毫米×1168毫米 16开本 42.75印张 800千字

2006年9月第1版 2007年3月第2次印刷

定 价:68.00元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究。(举报电话:010-62752024 电子信箱:fd@pup.pku.edu.cn)

本书封面贴有 Pearson Education(培生教育出版集团)激光防伪标签,无标签者不得销售。



卡罗尔·韦德 (Carole Wade): 斯坦福大学认知心理学博士, 美国心理学会 (APA) 教务部主席, 美国心理协会 (APS) 荣誉会员, 美国国家心理学教学协会筹划指导委员会委员。与卡罗尔·塔佛瑞斯合著有《心理学的邀请》、《心理学透视》和《最持久的战役——性别差异观》。



卡罗尔·塔佛瑞斯 (Carol Tavris): 密歇根大学社会心理学博士, 作家, 演说家, 美国心理协会 (APS) 荣誉会员。除与卡罗尔·韦德合著上述三本书外, 另著有《误测女性》、《愤怒: 被误解的情绪》、《心理呓语与生物谎言: 运用心理学来批判思考新闻中的问题》。

培文书系·心理学译丛

- 《心理学的邀请》（第3版）（已出）
- 《人力资源管理中的应用心理学》（第6版）（已出）
- 《心理学导论》（第12版）（待出）
- 《教育心理学：课堂视窗》（第6版）（待出）
- 《心理学：国际视角》（第1版）（待出）
- 《111个常见的心理治疗学错误》（第2版）（待出）

培文书系·心理学影印系列（已出）

- 《认知心理学》（第7版）
- 《语言心理学》（第1版）
- 《社会心理学》（第11版）
- 《变态心理学》（第12版）
- 《教育心理学——理论与实践》（第7版）
- 《发展心理学——一生的发展》（第3版）
- 《发展心理学——婴儿·孩童·青春期》（第5版）
- 《心理学与生活》（第17版）
- 《心理学与人力资源管理》（第6版）
- 《性别——心理学视角》（第4版）
- 《心理学研究方法》（第9版）
- 《心理测量——历史、概述与应用》（第4版）
- 《心理学的历史与体系》（第6版）
- 《心理学史——观点与背景》（第3版）
- 《心理学——大脑·人·世界》（第2版）

组稿编辑 / 苑海波
责任编辑 / 徐文宁
封面设计 / 海云书装

译者序

在 20 世纪,我国心理学从无到有,迅速发展。尤其是在最近二十多年的时间里,心理学在研究与应用方面均取得了长足的进步:心理学的基础和应用研究的领域日益广泛,心理学科研、教育和临床应用工作以及组织机构建设等各方面成果甚丰,心理学从业人员队伍不断壮大;与此同时,我国心理学家与国际同行的交流、合作以及在国际心理学界的影响也在不断扩大。

通过几代中国心理学工作者的努力,1999 年国家科技部开始组织制定《全国基础研究“十五”计划和 2015 年远景规划》,并由国家自然科学基金委员会牵头具体实施。根据学科地位、国际发展趋势和前沿性、在我国现状、未来发展规划和相关政策措施等六个方面的综合状况,将心理学确定为 18 个优先发展的基础学科之一。2000 年,心理学被国务院学位委员会确定为国家一级学科。这表明心理学已被正式列入我国主要学科建设系列,从而在点和面上都有力地促进了我国各科研机构、大专院校中心心理学专业本科生和研究生的培养工作,进而则有助于提高心理科学在我国的教育和研究水平,并将推动心理学在社会各界的迅速普及。

与此同时,随着我国社会的不断开放,经济实力的增强,人们对精神需要,特别是自身心理健康更加关注。这为我国心理学的发展提供了最佳时机。社会各界都对心理及其相关问题给予高度关注。例如,在举世瞩目的中国“神州五号”和“神州六号”载人航天飞行实验过程中,三位中国航天员超一流的心理素质也成为人们街谈巷议的中心话题。另外在像奥运会这样的重大国际体育比赛过程中,人们也深深感到心理因素对运动员能否取得佳绩起着关键性的作用。如此种种现象,都表明社会需要心理学,同时心理学也需要为中国社会发展和经济的腾飞作出更大贡献。

当然,心理学能否在社会发展过程中占有一席之地,主要取决于从事心理学事业的人才队伍的整体素质和从业人员的数量。就当前而言,后者可能是我国心理学现阶段发展过程中更为迫切的问题之一。如何吸引更多的人来学习心理学和从事心理学工作,是每位从事心理学教育、教学工作者的义务。一个人能否最终从事心理学工作,影响因素有很多,而最关键的因素就是心理学给他(她)留下的最初印象如何。从这个意义上讲,心理学入门教材质量的高低或好坏发挥着很重要的作用。

纵观目前国内出版的众多心理学入门教材,大致可分为三类:第一类,重科学性和严谨性,忽视趣味性。第二类,重趣味性,忽视科学性和严谨性。第三类,既重科学性和严谨性,又重趣味性。从目前已出版的心理学入门教材来看,第一类的数量最多,第二类的数量居中,第三类的数量最少。在具体实践过程中,许多没有接触过心理学的人,往往都对心理学怀有很大的兴趣,但是由于入门教材的趣味性不足,以至于真正接触到心理学后,又被其枯燥的名词概念和原理所吓倒。这对于心理学整个事业来说,不能不说是一种损失。

需要指出的是,由于最近两三年以来,国内多家出版社都在组织心理学专业工作者翻译出版国外优秀的心理学教材,这种局面正在改变。由北京大学出版社出版的《心理学的邀请》这部教材,既重科学性和严

2 心理学的邀请

谨性，又重趣味性。正是这一特点，也是优点，使得本书脱颖而出，成为美国众多大学心理学入门教科书的首选。

本书作者卡萝尔·韦德和卡萝尔·塔佛瑞斯都是从事心理学教学和科研工作十多年的心理学教授。在多年教学和研究的基础上，在与学生朝夕相处的教学教程中，作者认识到学生真正喜欢的心理学教材应该是与他们实际生活有着密切联系的教材。为此，两位作者在本书的撰写过程中充分体现了将心理学理论知识与人们的实际生活密切结合这一理念。具体来说就是从自我、身体、心理、环境、心理健康和生活这六个与人们实际生活有着重要联系的方面出发，既有科学性和严谨性，又充满趣味性地讲述了当代心理学研究的成果。阅读本书，将会使你真正地体会到“心理学离我们的生活很近”。

学习任何一门学科，不仅要了解其基本概念、原理，更重要的是要培养学生的批判性思维能力和创造性思维能力。本书作者十分重视这方面的工作，在本书前言部分，作者专门论述了这一问题，然后在每一章中都有相关阐述。因此，在学习本书的过程中，建议大家首先阅读一下本书前言部分的内容，明白批判性思维和创造性思维的内容与特点，然后在具体学习过程中，不断地有意识地培养自己这方面的能力。这样才能算是真正地做到了不仅掌握了知识，而且也增长了才干。

接到本书翻译任务后，因时间紧，所以我邀请王勇慧教授负责本书第一部分的翻译工作，吕勇教授负责本书第二部分的翻译工作，马慧霞教授负责本书第五部分的翻译工作，其余部分由我负责主持翻译。各章具体翻译的人员是前言(白学军译)、第一章(胡笑羽、臧传丽、白学军译)；第二章(王勇慧、赵丽译)；第三章(王勇慧、朱昭红译)；第四章(吕勇、席洁译)；第五章(吕勇、杜英春译)；第六章(吕勇、杜英春译)；第七章(张兴利、白学军译)；第八章(张兴利、白学军译)；第九章(齐冰、白学军译)；第十章(齐冰、白学军译)；第十一章(马惠霞译)；第十二章(马惠霞译)；第十三章(姜媛、臧传丽、白学军译)；第十四章(姜媛、臧传丽、白学军译)；附录(臧传丽、白学军译)。最后由我对全书的译稿进行校对和文字上的统一工作。需要指出的是，我们在翻译的过程中，力求忠实于作者的原始观点。但是由于在个别内容上作者的观点也存在一定的偏见，还需要读者对其批判性地加以吸收。

本书最终得以翻译出版，首先要感谢北京大学出版社苑海波女士对我的信任，是她主动与我联系，让我主持翻译此书，并在翻译本书的过程中，不断地给予我亲切的鼓励和耐心的指点。

其次，在本书最后成稿阶段，我的博士研究生杨海波负责并完成了全书照片、插图与表格的扫描和文字加工工作。臧传丽、刘海健和姚海娟等硕士研究生与我一道，在暑期对全书的译稿进行了细致、耐心的文字校对工作。

再次，我还要感谢全体参加本书翻译的人员，是他们的埋头苦干才使本书得以最后完成。

最后，还要感谢本学科带头人、我的导师、著名心理学家沈德立教授多年来的亲切教诲，从他的身上，使我们明白了“人以德立”的深刻内涵。同时还要感谢他用自己多年的心血为我们所创立的一流的研究条件和温馨的学术氛围，使我们在这样的环境中不断成长。

由于本书内容涉及面广，资料丰富，加之时间有限，还有个别名词一时找不到恰当的词语进行表达，内容翻译不妥之处，尚请各位专家学者批评指正。

白学军

教育部人文社会科学重点研究基地
天津师范大学心理与行为研究中心

批判性思维概述

学习心理学的最大益处就是，人们不仅能了解该领域的研究成果，还能学会如何进行批判性思考。贯穿本书中的8条原则将有助于读者把伪科学、“心理呓语”与科学心理学区分开来（详细内容见第1章第14—19页）。

批判性和创造性思维的八条基本原则如下：

- (1) **提问与求知的欲望。**批判性思维的第一步是有求知欲，即想知道事情为什么会是这样、善于怀疑“公认的真理”和询问事情之间是否存在区别。例如：
 - 为什么肥胖会在世界范围内广泛流行？（第14章）
 - 绝大多数青少年都经历了“青春期的骚动”吗？（第3章）
- (2) **定义你的术语。**批判性思维的第二步是用具体、清晰的术语来定义所遇到的问题。例如：
 - 我们如何定义偏见？对另一民族或宗教团体的陌生成员所产生的不愉快感与对他们的偏见是同样的意思吗？（第10章）
 - 一般而言，感觉能“控制”自己的生活是件好事，但是这里“控制”的准确含义是什么？是对事件的控制还是你对他人反应的控制？（第13章）
- (3) **检验证据。**具有批判性思维的人，会问“什么证据能支持或驳斥这个观点以及它的对立面？这一证据可信吗？”例如：
 - 什么证据能支持关于儿童期所受的严重虐待使很多人患有“多重人格障碍”的观点？（第11章）
 - “阈下知觉”是真的在起作用，还是只是人们希望它起作用？有什么很好的证据支持这一论点？（第6章）
- (4) **分析假设和偏见。**具有批判性思维的人会对经常是隐藏在信仰和观点背后的假设和偏见作出评估。例如：
 - 心理学家和心理治疗师在关于治疗效果和临床实践的相关研究上存在不同的假设吗？（第12章）
 - 许多人都认为女性更“情绪化”，这种观点对吗？（第13章）
- (5) **避免感性推理。**虽然执着于一种观点很重要，但是具有批判性思维的人，会努力把感性信念、痴心妄想与事实证据区分开来。例如：
 - 关于性取向的生物学研究激发了人们对异性恋者和同性恋者的强烈兴趣。情绪如何影响个体客观地评估这种研究的能力？（第14章）
 - 许多人忠于自己在精神力量和超感觉知觉(ESP)上的信仰，他们是在自我欺骗吗？（第6章）
- (6) **切忌过分简单化。**具有批判性思维的人，会超越显而易见的东西，拒绝非此即彼的思维，依据可靠的事实而不是个人经验或趣闻轶事来进行判断。例如：
 - 有些人认为，抗抑郁药是一种治疗心理障碍的特效药，而另一些人则反对用任何药物来治疗心理障碍。关于药物治疗的一种更好的思维方式是什么？（第12章）
 - “儿童对性虐待总是说谎(或总是讲真话)吗？”

12 心理学的邀请

这种询问方式有什么问题?(第8章)

(7)考虑其他可能的解释。具有批判性思维的人,在确定最合理的解释之前会考虑提出其他多种可能的解释。例如:

- 很多人认为大脑异常会导致酗酒,那么,过量饮酒可能会导致大脑异常吗?(第11章)
- 是看电视使儿童更具有攻击性?还是具有攻击性特质的儿童更爱看电视?是否还有其他因素起作用?(第9章)。

(8)容忍不确定性。有时,当证据不足甚至缺乏相关证据时,我们必需容忍不确定性。具有批判性思维的人敢于说“我不知道”或“我不确定”。例如:

- 人格主要取决于基因、父母的教养方式还是个体的经验?对这一方面的认识我们有多大的把握?(第12章)
- 如果你认为对自己四岁时的生日晚会记忆犹新,那么你能确保自己的记忆是正确的吗?(第8章)

致教师

心理学教材总会存在一些篇幅上的问题。威廉·詹姆斯曾历时12年写出了长达1393页的两卷本《心理学原理》这部经典教材(今天的学生认为这真是不可思议!)。在该教材出版两年后,詹姆斯又对它进行了压缩,出版了只有500页的《心理学简明教程》。但是詹姆斯对出版《心理学原理》压缩本这件事一直耿耿于怀,在写给出版商的信中,他抱怨道:“自己不得不删除所有的参考书目、实验细节、哲学上的精妙之处和发挥的内容、引用语、幽默和比喻,所有有趣之处统统被删除了……”(引自 Weiten & Wight, 1992)

伟大的詹姆斯或许对自己要求太苛刻了:不能写任何一点空洞的、没有意思的东西。然而,在完成这部“简明”的心理学导论性的著作时,我们要牢记他的“不能写任何一点空洞的、没有意思的东西”这一思想。此外,还有一种哲学观点指导我们,使我们避免一些类似的缺陷:

1. 与巨著相比,简明教材不单是章节上的减少,而且应该有自己内在的组织结构。

2. 各种水平的学生需要以批判性思维为工具,理智地评价心理学的问题。

3. 不管篇幅是长还是短,教材一定需要一些例子、类比、生动的文笔和强烈的叙事性,将学生吸引在相关材料之中,并与其生活建立起联系。

4. 如果学生能积极主动地学习,他们会记住更多的心理学知识。

5. 应将文化、性别、种族方面的研究与大脑、遗传和激素方面的研究一起整合到心理学之中。

在这个前言中,我们将介绍在本教材写作过程中是如何将上述哲学观点具体化的,同时还将说明第3版的新颖之处在哪里。

一、简洁性和组织性

我们深知,作为教师,要在半学期或一个季度的教学中,将十七八章涵盖了所有心理学导论话题的内容讲完并不是件轻松的事。虽然本书共十四章也涵盖了心理学导论中的所有话题,但是在组织结构上与前一版十七章有明显的不同。我们想做两件事情:快速吸引学生和提供心理学各种话题的逻辑“支架”。在第1章中,给学生介绍了什么是心理学以及批判性思维和创造性思维的基础,在随后的六个部分中,每一部分包括两章(只有一个例外包括三章)。每一部分的标题是让读者思考心理学的原理如何能解释自己生活的某些方面,为了便于吸收这些信息还为读者提供了个人的参照框架。

第一部分:自我

本部分考查了人格的主要理论(第2章)和个体

的发展(第3章)。这些内容是令学生很感兴趣的话题,会将他们直接引入本课程。而且,这样的开头使我们避免了过多地分析心理学的主要学派——生物学观、学习观、认知观、社会文化观和心理动力观。我们在这一部分把它们合到了一块,这样就不用在第1章介绍完后又在第2章人格中再次对这些观点加以解释。

第二部分:身体

本部分从多方面揭示了大脑、神经元、激素对心理机能(第4章)、机体节律和意识状态(第5章)的影响,以及感觉、知觉(第6章)的神经基础和心理基础。

第三部分:心理

本部分讨论了人类的思维和推理,以及为什么人们常常在思维和推理时出现失误(第7章),并揭示了记忆的奇妙之处和悖论(第8章)。

第四部分:环境

本部分包括学习的基本原理(第9章)和社会与文化情境对行为的影响(第10章)。将学习心理学与社会心理学放在一个部分的确与传统相左,但是我们确信,这两个方面都共同强调了外部因素对行为的影响。

第五部分:心理健康

本部分总结了主要的心理与情绪障碍(第11章),评价了治疗这些障碍的方法(第12章)。

第六部分:生活

本部分介绍了心理、身体、环境如何影响情绪、压力和健康(第13章)以及驱使人们行动的基础:食与欲、爱与性、工作与成就(第14章)。

自然,与篇幅较长的教材相比,本教材不可能包罗万象,但是本教材的确涉及了心理学导论方面的基本内容。在大多数情况下,你都能在每一章中找到自己所需要的东西,但也有一些例外。例如,饮食障碍没有在心理障碍一章中进行讨论。相反,我们在饮食、超重和节食的心理、遗传、文化因素中对此进行

了探讨(第14章)。如果一开始你不能找到自己感兴趣的话题,我们恳请你查一下目录。

二、批判性思维和创造性思维

还在1980年我们出版篇幅较长的本书第一版时,我们就介绍了批判性思维。随着心理学研究成果的增长,我们对此非常满意。没有批判性思维能力,对本课程的学习将会始终停留在入门之处。

在这本书里,我们的目标是让学生思考自己所学的内容,避免仅凭个人经验(心理学的内容如此吸引人)就迅速地作出结论,采用严格的事实标准,听取不同的观点。在那本篇幅较长的书中,我们首先介绍了关于批判性思维和创造性思维的8条基本原则,然后在整本书中讲授和示范这8条原则。

我们使用一个灯泡作为批判性思维的图标,这样做的目的是让读者注意课文中关于批判性思维讨论的一些(不是全部)内容。这个灯泡标志符提示学生:“注意!当你阅读下面的话题时,你需要特别注意其假设、证据和所得的结论。”批判性思维的灯泡有时也会出现在小测验中,提示学生测验项目是让他们实际练习运用批判性思维。



我们认为,真正的批判性思维不能简化为修辞学上的问题或者分析问题的公式。批判性思维是一个评估主张和观点的过程,因而它必须贯穿本书的叙述之中。为了给学生提供一个批判性思维的样式,我们不仅对大众文化中已获得支持的观点进行评估,还对未获得证明的观点进行评估,例如,有关ESP和PMS的内容;我们也对不被学术研究所支持的观点进行评估,例如道德推理表现上存在性别差异的观点(不存在)、像罗夏墨迹测验这类投射测验在评价人格和情绪障碍时的信度和效度(它们不具有。就像解剖洋娃娃不能了解人体结构那样),或者如治疗师认为通常治疗EMDR的有效成分是摇动手指(不是)。同样,为了说明批判性思维和经验事实的重要性,在本书中还涉及到能引发人们情绪波动的、有争议的心理问题,如儿童目击认证的证词,多重

人格障碍,记忆“恢复”,父母与同伴对儿童的影响,成瘾行为中生物学因素的作用,种族歧视和性别歧视的含义,以及其他很多问题。

三、生动性和关联性

维吉尼亚·伍尔夫(Virginia Woolf)曾经说过:小说不应该像石子坠地,而应该像蜘蛛网一样,深入到生活的方方面面。好教材的编写也应遵循同样的原则。不管什么样的教材的作者都有机会从不同的角度,以学术的严谨性和权威性并伴随着热情和怜悯,将心理学家对生活困境和迷惑的认识(并且仍需认识)传递给学习者。

以此为出发点,我们想让学生明白心理学可以加深我们对困境和迷惑的理解。这些内容可以应用于世界各地的每一个人身上。在每一章开始,都有一个特色专栏“新闻中的心理学”,其内容是真实的新闻,例如一位63岁妇女生孩子、一位被强奸的受害者错误的目标证词使一名无辜男子入狱11年、一位大学校长因吸大麻被捕、在科罗拉多州一位儿童死于“再生疗法”、一位帮匪头假装自己有心理疾病而逍遥法外数年之久。



我们在每一章以这样的新闻故事开头来提出问题,让学生进行讨论。在每章结束前,我们会用所学过的概念和研究成果来回顾开头的新闻故事,来阐述先前提出的问题。我们认为,这样的教材安排有利于提高学生的批判性思维能力,并可使学生真

正体会到心理学知识的确是“深入到人们生活的方方面面”。

回顾新闻中的心理学

现在让我们再回过头来看文章开头那个令人遗憾的案例:大学校长大卫·英格兰因涉嫌从事毒品交易而被逮捕。这一事件在其所在的社区引起了不同的反应。许多人指责英格兰并说学校根本就不应该雇用他。也有一些人为他辩护,认为由于法律系统的刑法政策过度反对大麻,致使学校从此失去了一位优秀的领导者。英格兰在被捕两星期后辞去了他的工作。最后,控辩双方在法庭上达成协议,英格兰和他的家人对某些行为承认有罪。根据协议,如果没有进一步的越轨行为,罪名将在两年后清除。

在每章的最后,是我们称之为学以致用部分。这是本书的另一特色,目的是把研究报告与实际生活相结合,例如忍受慢性痛苦(第6章)、消除不良习惯(第9章)、与另一种文化中的人们融洽相处(第10章)、对自助方法和自助书籍进行评估(第12章)。

学以致用:抚养孩子

大约每年都会有一本书出版,告诉父母们他们所做的完全错了。几年前公众被告说,最关键的事情是接触:妈妈必须和孩子一出生就立即接触。控制着孩子的成长过程中就会发生可怕的事。然后,结果又证明,尽管立即接触的确很好,但领养的孩子即使在出生后就被领养了几天、几个月或几年,他们也会和父母相处得很好(Eyer, 1992)。贯穿整个20世纪以及至今,有无数书都建议父母要用特定的方式对待孩子,其中很多都是矛盾的:把孩子抱起来,别抱起来;对孩子的哭要作相反反应,不要理睬孩子的哭;让孩子和你一起睡,千万不要让孩子和你一起睡;对孩子的需求一定要高度敏感以便他们安全地依恋你,不要对他们的每一个烦恼或愤怒都过度反应否则就会惯坏他们(Hullert, 2003)。

正如我们在本章所看到的,婴儿和小孩子在各种各样的教养方式中都能茁壮成长。他们会在不同的情境下形成自己的性情;多数人都随时准备应对事态的发展,也有一些人则需要更严格的约束。随着孩子的成长,他们会受到同伴和同代人的影响,尤其会塑造了他们的兴趣和志向的特殊经历的影响。

那么,你应该如何对待你的孩子呢?是该严厉还是仁慈,该强调还是宽容?你应该要求你的孩子停止发脾气、打扫自己的房间,或有礼貌吗?你应该说“总之我做的什么事都不要紧”吗?还是说“孩子需要以任何他们喜欢的方式表达自己

四、主动学习

关于学习方面最主要的发现之一是在学习的过程中,不能像和尚坐着念经那样,而是应该主动地实践新技能和编码新材料。在本书中,通过下列有特色的教学方法来鼓励学生主动参与学习活动。

写在前面的问题是通过一系列简短的问题为读者介绍本章中每一节的主要内容。这些问题不仅是在提问,更是想要有目的地激发或引起学生强烈的好奇心,并将他们引入这些资料中。为什么有些人胜人一筹却仍然感觉自己很抑郁?为什么有些人长期生气并且不相信自己是自己最大的敌人?什么是“弥天大谎”?为什么它会对很多人产生影响?

复习题是在每一章结尾，列出写在前面的问题及其所在的页码，以此标明每一问题所涉及的材料的位置。通过使用这一方式，学生能够检查其对内容的保持情况，如果不能回答某个问题，学生也可以很容易地找到答案。一些教师可能想将这些问题改为论文题或简答题或课外作业。

小测验是从第一版中保留和改编过来的，因为它在促进学生主动学习时起到了检查和记录的作用。这些定期的自我测验鼓励学生检查自己学习内容后的进步情况，以及在必要时及时进行复习和总结。这些题目不仅仅是考察学生对所学定义的记忆情况，还考察了学生是否理解了所学内容。注意要避免以下两种情况：一是跳过小测验；二是直接看答案。为了激发学生自我测验的热情，我们采用了不同的形式，并引用了一些有趣的例子。

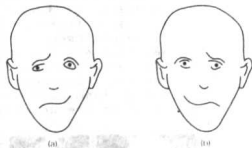
正如先前所提到的，许多测验题还包括了批判性思维的问题，即以灯泡符号作为标志的问题。它们使学生反省研究成果的意义，并且思考心理学的原理如何解决在实际生活中所遇到的问题。例如，对治疗抑郁的新药来说，批判性思维者会问什么样的问题？如果一名妇女的职业成就开始下降，对于较低的职业成就，她可能的解释是什么？为什么作为消费者在接受依据某些个体热情推荐的所谓成功的治疗方法、自助程序或药物时要小心谨慎？

参与其中的练习为主动学习提供了一种有趣的形式。其中一些内容是由生动的实例组成的（如在黑屋子里闪动一个光点可以理解短暂的表象如何保持在感觉记忆之中），一些内容是由简单的小实验组成的（如故意破坏社会规范，看看会发生什么事情），还有一些内容可以帮助学生认识课本中的内容与实际生活的关系（如果你喝酒，请列出你这样做的动机是什么）。教师可能想在课堂上安排一些练习，并让学生对结果和意义加以讨论。

还有一些教法上的特色包括复杂概念的**图解**（graphic illustrations）；在每一页上用粗体字将**刚学的术语**（running glossary）标出以方便学生的学习和参考；在每章最后列出**关键术语**（key terms）并给出该术语出

参与其中 开启你的大脑右半球

这两张脸一张表达快乐，一张表达悲伤。看着每张脸的鼻子：哪张看上去比较快乐？哪张看上去比较悲伤？你可能会认为脸b较快乐，脸a较悲伤。可能的理由是，对于大多数人来说，图画的左侧被大脑右半球——识别情绪表达最初发生的位置所加工（见第4章；Oatley & Jenkins, 1996）。



现的页码。每章的**书边概述**（outlines）和**总结**（summaries）是帮助学生回顾主要概念的辅助形式。

五、主流文化、性别和生物学

当然，每一部心理学导论课本都会按特定的话题或不同的子领域来划分章节，如大脑、情绪、发展心理学和社会心理学。然而，随着研究的深入，一些内容不可能压缩到一章中加以介绍，因为它们与每一章的主题都有关系。纵观全书，你会发现这一点突出体现在人的行为、文化、生物学、性别研究等内容中，而这些都是令人很感兴趣的小话题！

性别

例如，关于如何对待性别问题，在本书中我们讨论了：

- 男女在道德推理上的表现相同
- 大脑中的性别差异
- 性别和情绪
- 性行为的进化理论
- 女性与男性的体重与饮食紊乱

在本书中我们介绍了许多性别差异方面的内容：疼痛、对性的态度和动机、性强迫、身体满意度、抑郁、反社会人格障碍、儿童游戏偏爱。关于爱情的表达方式、亲密感和情绪中的性别差异提到的要少一些。我们并没有将性别与女性画等号！相反，例如，通过考虑到对男性抑郁未能作出全面性诊断，引起年轻男性的饮食障碍和对自己身体形象的歪曲，我们还对男性心理学研究加以特别关注。在许多例子中，我们不只是描述了两性之间的差异，而且还

绪、应激、儿童发展、老年化、心理疾病、人格和许多其他话题中,介绍来自生物学前沿领域的最新研究成果。我们不仅在论述文化和性别时应用了批判性思维的原则,而且在对生物学问题的讨论中也应用了这一原则。因此,我们要求学生注意以下几

种误区:将人类复杂的行为简单地还原为生物学意义上的活动,仅从有限的数据进行过于概括化的推论,不考虑对一种现象的其他解释,以及提出过于简单化的问题解决办法(如人们经常对特效药的疗效作出的承诺)。

本版的新颖之处

在《心理学的邀请》第3版中,我们保留了课本的基本问题、组织框架和教授方法。我们这样做是为了以不变应万变。本书的许多特色经过时间的检验和学生的反应,结果表明:学生和教师都很喜欢这种形式。然而,为了满足许多教师的需要,我们做了一个较大的变化:我们增加了意识状态这一章(身体节律和心理状态,第5章)。这一话题很受学生欢迎。在上一版中,我们曾将本章关于身体节律、

睡眠和梦、神经药物、催眠等材料分散于本书的各个章节之中,但是许多教师认为最好还是将它们放在一起。

当然,在第3版中也包含了许多每章开始的新故事。在整本书中我们还增加了有关热点问题和争论的最新研究成果,包括从干细胞和毕生中神经生长的研究成果到在创伤之后为什么善意的干预总是以失败告终或事与愿违。

教与学

本书配套的辅助材料

这一版的辅助材料包在印刷和媒体形式上为教师和学生提供了最好的教学和学习材料。

■为教师准备的印刷和媒体形式的辅助材料

New Onekey 这是 Prentice Hall 公司为本版准备的新的在线资源。《心理学的邀请》第3版的 Onekey,为教师和学生提供了该公司所有的资源——全部资源在一个地方——它们全都被组织到本书的辅助材料之中。运用 Onekey,教师会获得超出自己想象的、非常多的直观性材料,可使自己的教学更加生动活泼。同时为了帮助学生更好地准备考试并且考出较好的成绩,本网站也为学生设计了个性化学习计划。对教师来说可以通过访问 www.prenhall.com/onekey,按照本页操作指令进入 Onekey。学生可以通过访问密码来免费进入

Onekey,密码可以从教材中找到。从 Prentice Hall 公司代理人处还可获得进一步的信息。

New Instructors Resource Binder 这个资源包为新老教师的教学提供了所需要的丰富资源。它按章组织。包中包括教学资源手册、测验题目的文件、Prentice Hall 公司的心理学幻灯片、教师资源的 CD-ROM 盘、试题生成的计算机测验软件。下面将进一步地介绍这些资源。

Instructor's Resource Manual 由马里兰州罗耀拉学院的 Kerri Goodwin 编制。该手册包括每一章中的下面内容:本章介绍、学习目标、教学建议和讨论性话题、课堂活动、课堂讲解和课堂练习、课外活动安排与课外活动项目、多媒体资源、视频资源、精美的幻灯片和新闻稿。这些资源将使你的教学更有效,并能节省更多的备课时间。这些丰富的资源对你讲授心理学导论课程提供了最有效的活动和策略。

Test Term File 由 John Wood 社区学院的 Scott

18 心理学的邀请

Johnson、马里兰州罗耀拉学院的 Kerri Goodwin 和内布拉斯加东南社区学院的 Stephanie Johnson 共同研制而成。这个测验题库包括 4500 道多重选择题、是非题和简答题。每个问题都给出了所在教材中参考章节的页码，提供了每个试题的难度水平，并指出了试题的类型是属于事实型的、概括型的还是应用型的。

New Prentice Hall's TestGen 可用一个双面 CD-ROM 驱动器来获取，这个测验生成程序可以提供给教师易操作的最优课堂特征的程序。使用测验生成器你就能编制测验，因其具有拖放或点击功能，所以很容易选择问题。通过使用问题编辑器可以增加或修改测验。由于测验生成器也能提供算法功能，因而它也允许使用者生成无限多的测验。测验大师 (the Quiz Master) 允许在线进行测验。测验生成器包括一个教师的年级花名册和完整的技术支持。

New Instructor's Resource Center on CD-ROM

它被包含在教师资料包里，作为一个独特的项目，非常有价值。它为教师提供了教学所需要的各种电子版的资料，这样可以使教师的教学更具有针对性。这个 CD-ROM 包括针对本书第 3 版的幻灯片、本书插图的电子版、字幕片、教师资料手册和测验题目文件。

PowerPoint Slides 由奥马哈大都会社区学院的 H. Lynn Bradman 研制，内容涵盖本书每一章的要点。幻灯片的版本：一个是有图的版本；另一个则是没有图的版本。这样做的目的是供你在教学过程中灵活地使用。使用时可用教师资料中心的 CD-ROM 盘或在线访问 www.prenhall.com 网站。

Prentice Hall's Introductory Psychology Transparencies 设计该幻灯片的目的是应付更大范围的教学。它包括超过 130 张用来解释教材内容的、真彩色幻灯片和大量各式各样的图片。可从教师资料中心的 CD-ROM 上获得或在线访问 www.prenhall.com 网。

Online Course Management with WebCT, BlackBoard or CourseCompass 对用在线课程管理感兴趣的教师可以有几种选择，且对采纳教材者是完全免

费的。每一课都预设了针对教材的测验，并且完全适合于你个性化的课程。联系你的 Prentice Hall 公司的代理人或访问 www.prenhall.com/demo 网，可以获得更多的信息。

■为教师提供的视频资料

Prentice Hall 公司有一个令人激动的、内容丰富的视频和媒体库，它是为使用《心理学的邀请》第 3 版的人准备的。对于使用本版教材的人，我们为其提供了我们所拥有的整套电影礼物及非常珍贵的、详细的图像信息。请与当地的 Prentice Hall 公司的销售代理人联系，或给 psych_service@prenhall.com 信箱发信。

New Lecture Launcher Video for Introductory Psychology 这个新的录像包括覆盖心理学导论主要话题的简短录像。这些短片都是从《人与科学》电影上挑选出来的。编辑提供了简短而引人注目的图像和故事，目的是让你增强教学效果。

Films For Humanities and Sciences and PBS Video Library 这个录像馆收集了在人与科学主题中内容广泛的电影和文件。

The Brain Video Series 该系统有 8 个一小时节目，节目中有对世界上著名脑科学家的采访和医学史上著名医疗个案的重演。节目包括：The Enlightened Machine、The Two Brains、Vision and Movement、Madness、Rhythms and Drives、States of Mind、Stress and Emotion、Learning and Memory。

The Discovering Psychology Video Series 这是由美国心理学会联合开发的一个系列片，包括 13 盘录像带，每盘两个半小时。

ABC New Videos for Introductory Psychology, Series III 该系列包括 ABC 电视网的 Peter Jennings 主持的 ABC 晚间新闻、《夜线》、《20/20》、《黄金时间现场》和《健康秀》。

New Special Packages Prentice Hall 根据《心理学邀请》一书的使用量，给使用者提供了各种录像和电影。每一个包与 Lecture Launcher Video 和 Steven

V. Rouse 编制的《解释心理学导论》的电影一起供给。这个指南包括如何在课堂上解释心理学的话题和问题的许多很好的建议。

Silver Video Package(使用 25—99 本书) 你可以选择一个 ABC 新闻录像、一部通俗电影、一部《人与科学》的电影录像或 PBS。

Gold Video Package(使用 100—499 本书) 你可以选择一个 ABC 新闻录像、二部通俗电影、三部《人与科学》的电影录像或 PBS。

Platinum Video Package(使用 50 本以上) 你可以选择一个 ABC 新闻录像、二部通俗电影、五部《人与科学》的电影录像或 PBS。

■为学生准备的印刷和媒体形式的辅助材料

学习指南 由 Albuquerque Technical Vocational Institute 的 Kathy Dematrakis 编制。这个学习指南可以帮助学生掌握重点概念。每一章都包括学习目标、简要总结、预习大纲和三种不同的练习测验。

Companion Web Site at www.prenhall.com/wade 由 Community College of Philadelphia 的 Sonya Lott-Harrison 创建。这个在线学习指导允许学生回顾每章的内容、参加实际的测验、研究课程计划的话题以及其他学习项目。《心理学的邀请》第 3 版中的 Companion Web Site 包括每一章的以下资料：每章目标、交互式讲座、提供五种不同类型的测验、特定的文本反馈信息、教师批语、网络论文、WebDestination、网络搜索、新的抽认卡，它们对访问该网址的所有学生都是免费的和没有限制的。

Video Classics in Psychology CD-ROM 可以使用这个有说服力的录像带来阐明教材中的关键概念。这个 CD-ROM 提供了心理学中一些著名经典实验的原文。它包括米尔格莱姆对服从的研究、华生对小阿尔伯特的研究、班杜拉用波波娃娃进行的研究、巴甫洛夫对狗所做的研究、哈洛对猴子所做的研究等等。此外，学生还可以阅读对斯金纳、罗杰斯、埃里克森、荣格等一些著名心理学家的访谈。每个录像中都会先提供一些有关著名实验或研究者的重

要背景信息，之后提供与教材中的概念相关的问题。心理学经典录像的 CD-ROM 与《心理学的邀请》是配套的，可与当地销售代理人进行联系来购买。

New The Prentice Hall Guide to Evaluating Online Resources with Research Navigator: Psychology, 2004 该指南可以帮助学生将导论传递到互联网上，教学生如何批判性地评价网上资料，并可指导学生通过使用研究导航系统对三种不同类型的研究项目进行研究。访问研究导航，一个为心理学专业的学生准备的从事个人研究的数据库，将会与指南一起赠送。

Research Navigator™: Reliable, Relevant and Resourceful Prentice Hall 新的研究导航可以帮助学生进行最前沿的研究。在广泛的帮助下完成研究过程有三个相关可靠的资源：EBSCO 学术期刊数据库的选择性内容、《纽约时代周刊》的主题搜索档案和网上图书馆。研究导航可以为你的学生提供一步搜索的研究结果。要体验研究导航，请访问 www.researchnavigator.com。

■辅助教材

可以联系你的 Prentice Hall 代理人来获得《心理学的邀请》的相关辅助教材。

New Time Special Edition: Psychology. Prentice Hall 和《时代》杂志社乐于给你和你的学生以生动的方式提供考查当前最流行和最有争议性的问题的机会。《时代特约版：心理学》提供了从《时代》中择出的在心理学领域中当今最流行的问题和争论。该材料随书赠送。

New Current Directions in Psychology: Readings from the American Psychological Society 该论文集收录了心理科学当代进展上的短篇文章。该杂志是美国心理协会的代表性刊物，主要刊登心理学的重要课题、最新科学发展水平现状的简要研究报告。该材料也随书赠送。

Psychobabble and Biobunk(第 2 版) 由 Carol Tavris 编辑 该论文集主要收录了发表在《洛杉矶时报》、

《纽约时报》和《科学美国人》杂志上的论文、书评以及其他有助于学生在课堂上讨论的出版物。这种讨论可使学生应用心理学的研究成果和科学与批判性思维的原则以新的方式探讨相关问题。

Forty Studies that Changed Psychology(第5版)

由 Mendocino College 的 Roger Hock 编著。内容反映了构成当代心理学的原创性研究。该书对每项研究的目的、实验设计、主要结果和对本学科目前的影响等方面进行了简要介绍。

The Psychology Major: Career options and Strategies for success(第2版)

由 Idaho State University 的 R. Eric Landru 和 Emporial State University 的 Stephen Davis 编著。这本 160 页的平装书为心理学专业提供了有关职业选择的有价值的信息、为提高学业成绩提供了帮助、对 APA 格式的研究报告写作提供了指导。

Experiencing Psychology

由 Plattsburgh 的 State University of New York 的 Gary Brannigan 编著。这本属于参与活动性的书包括了与心理学主题相关的 39 个积极学习体验的活动, 可以给学生提供一个亲自在“做”心理学中学习心理学的机会。

How to Think Like a Psychologist: Critical thinking in psychology(第2版)

由 University of Pittsburgh 的 Donald McBurney 编著。该书是目前唯一一本使用问答方式来探索心理学最常见问题的补充教材。

致谢

像其他一些协同努力取得的成果一样, 本书的写作也得到了团队的支持。我们对《心理学的邀请》这一版和先前各版在发展过程中提出重要建议和许多智慧性评述的人们表示衷心的感谢。

- Paul Ackerman, Wichita State University
- Lloyd Anderson, Bismarck State College
- Eva Glahn Atkinson, Brescia University
- Ronald Baenninger, Temple University
- Judith Barker, Cuyahoga Community College
- Linda M. Bastone, SUNY—Purchase College

- Jim Beers, John Jay College of Criminal Justice
- Dan Bellack, Trident Technical College
- Kathleen Bey, Palm Beach Community College
- John Bouseman, Hillsborough Community College
- Michael A. Britt, Marist College
- Robert Bruel, Kean College
- Dan Brunsworth, Kishwaukee College
- Sharon K. Calhoun, Indiana University—Kokomo
- David N. Carpenters, Southwest Texas State University
- Sally Carr, Lakeland Community College
- Loren Cheney, Community College of Rhode Island
- Norman Culbertson, Yakima Valley College
- Mark Cummins, Dason College
- William Curtis, Camden County College
- Gregory Cutler, Bay de Noc Community College
- Betty Davenport, Campbell University
- Nat DeAnda, Los Medanos College
- Virginia Diehl, Western Illinois University
- Lynn Dodson, Seattle Central Community College
- Evelyn Doody, Community College of Southern Nevada
- Laurel End, Mt. Mary College
- William Fabricius, Arizona State University
- Vivian Ferry, Community College of Rhode Island
- Andrew Geoghegan, Longview Community College
- Richard Girard, New Hampshire Community Technical College
- Randy Gold, Cuesta College
- Peter Graham, Pensacola Junior College
- David Grilly, Cleveland State University
- Bea Gattuso Grosh, Millersville University
- Roger Harnish, Rochester Institute of Technology
- James E. Hart, Edison Community College
- Jack Harnett, Virginia Commonwealth University
- Peter C. Hill, Grove City College
- Gene Indenbaum, SUNY—Farmingdale
- Sherri Jackson, Jacksonville University
- Craig Johnson, Towson State University
- Jim Jokerst, Aims Community College
- Steve Kilianski, Rutgers University
- David Klein, Stark State College of Technology
- Katherine Kocel, Jackson State University
- James H. Korn, Saint Louis University
- Anne Kollath, Allan Hancock College
- Patsy Lawson, Volunteer State Community College
- Gary Levy, University of Wyoming