

高 等 学 校 心 理 学 专 业 课 程 教 材

应用心理学导引

个体与团体的效能



主 编 秦启文 黄希庭

 高等教育出版社

应用心理学导引

李敏、周宗成、周宗成

北京 中国心理卫生协会

中国心理卫生协会

高等学校心理学专业课程教材

应用心理学导引

个体与团体的效能

主编 秦启文 黄希庭



高等教育出版社

内容提要

本书为应用心理学基础性、导论性的专业教材。全书分为14章,主要内容包括知觉、记忆、情绪、思维、价值观、团体社会心理、心理障碍、职业生涯管理等。本书概念准确、原理清楚、科学性强;同时能够面向实际,力求用心理学的基本知识去指导学习者提高个人、团体和组织的效能。书中还专设了“心理学与效能”、“面向新世纪的应用心理学”等专栏,选用了一些如何提高个体、团体与组织效能的经典案例,反映了当代应用心理学的发展趋向。

本书可用作应用心理学的专业教材,也可供广大的心理学爱好者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

应用心理学导引 个体与团体的效能/秦启文,黄希庭
主编. —北京:高等教育出版社,2006.12
ISBN 7-04-020597-1

I. 应... II. ①秦...②黄... III. 应用心理学-高等
学校-教材 IV. B849

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第146619号

策划编辑 林丹璐 责任编辑 林丹璐 封面设计 王 隼
责任绘图 朱 静 版式设计 张 岚 责任校对 王效珍 责任印制 宋克学

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100011
总 机 010-58581000

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司
印 刷 高等教育出版社印刷厂

开 本 787×960 1/16
印 张 29.25
字 数 550 000

购书热线 010-58581118
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
畅想教育 <http://www.widedu.com>

版 次 2006年12月第1版
印 次 2006年12月第1次印刷
定 价 30.50元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 20597-00

序

随着我国社会的进步与发展,心理学已逐渐受到人们的广泛关注和重视,社会需要大量务实的应用心理学人才。在这样的时代背景下,我国高校的心理学专业发展很快。据中国心理学会 2005 年的不完全统计,全国已有 125 所高校开设了心理学专业,每年招收 5 千多名心理学专业的学生;其中,大部分是学习应用心理学的。但是,迄今为止,我国还没有一本应用心理学专业的导论性教材。应高等教育出版社之邀请,我们编写了这本《应用心理学导引:个体与团体的效能》。

如何写好一本应用心理学的基础性、导论性专业教材,确实是一项颇费思索的课题。我们认为,心理学知识的基本应用大致可分为两个方面,一是学习者本人如何以心理学基本理论为指导更好地适应环境,提高创新效能;二是学习者如何利用心理学知识帮助他人(包括个体、团体、组织)更好地适应环境和提高创新效能。基于这样的认识,我们认为,应用心理学的导引性教材起码应达成两个主要目标。第一,让学习者较系统地掌握心理学的基本知识和基本理论,并让他们知道如何去进一步获取这样的知识和理论。第二,让学习者懂得用心理学的知识和方法去发现、分析和解决个体、团体和组织的实际心理问题。

在完成上述构想的同时,我们力求在本书中体现以下特点。

1. 科学性:本教材力求概念准确,原理清楚。本教材所采用的心理学的基本概念、基本原理都是经过实证检验的且较稳定的心理学基础知识。

2. 务实性:力求体现务实精神。本教材面向实际,力求用心理学的基本知识去指导学习者提高个人、团体和组织的效能。为了能更好地体现这一特点,我们还在书中开设了“心理学与效能”、“面向新世纪的应用心理学”等专栏。其中“心理学与效能”专栏,选用了一些如何提高个体效能、团体与组织效能的经典案例;“面向新世纪的应用心理学”专栏反映了当代应用心理学的发展趋向。

3. 启发性:无论对心理学基础知识的阐述还是对专栏内容的铺排,我们都力求启发学生去思考和解决实际问题。书中各章之后的“问题讨论和实践活动”也能启发学生根据该章主要内容去解决相关心理问题,并培养他们将所学知识应用于社会实际的能力和兴趣。

4. 可读性:在行文上力求简洁明了,通俗易懂。

我们在经过反复思考和多次讨论之后,确定了本书的写作目标和详细大纲。初稿由我们的博士生和硕士生撰写,各章的撰稿者是:谭小宏(第一章),阮昆良、

张永红(第二章),陈铮、张永红(第三章),潘孝富、廖婷婷(第四章),陈莹、蒋灿(第五章),王晓刚、谭小宏(第六章),汪宏、柳春香(第七章),汪宏(第八章),赵崇莲、李丹(第九章),徐华春、陈莹(第十章),窦刚、董薇(第十一章),周永康、张永红(第十二章),窦刚、谢钰涵、谭小宏(第十三章),潘孝富(第十四章)。最后由我们统稿、定稿;张永红、谭小宏、潘孝富参加了部分统稿工作。高等教育出版社的林丹璐编辑为本书的出版付出了辛勤的劳动,在此致以深深的谢意。

编写好教材是推进教育创新、提高教育质量的一项基础性的重要工作,也是一项艰难的教育教学科研课题。导论性质的应用心理学专业基础课教材到底应确立怎样的教学目标,以怎样的框架来编写等问题的探索才刚刚开始。我们这本《应用心理学导引:个体与团体的效能》只是一种尝试,旨在抛砖引玉。我们期盼着同行专家的批评指正,以便今后进一步修订这本教材时,能使之更加完善,为培养应用心理学人才发挥更大的作用。

秦启文、黄希庭谨识

2006年9月于重庆西南大学

目 录

第一章 绪论	1
第一节 心理学的性质	1
第二节 心理学的应用	14
第三节 心理学的方法	25
问题讨论和实践活动	32
推荐参考读物	32
第二章 知觉、学习与记忆	33
第一节 知觉	33
第二节 学习	49
第三节 记忆	62
问题讨论和实践活动	77
推荐参考读物	77
第三章 思维与创造性	78
第一节 思维及其种类	78
第二节 问题解决	82
第三节 决策	91
第四节 创造性	99
问题讨论和实践活动	107
推荐参考读物	108
第四章 动机与价值观	109
第一节 动机及其种类	109
第二节 动机的理论	125
第三节 价值观	128
问题讨论和实践活动	140
推荐参考读物	141
第五章 自我	142
第一节 自我的性质	142
第二节 自我同一性	147
第三节 幸福进取者的自我特点	149
第四节 自我的研究方法	157

问题讨论和实践活动	164
推荐参考读物	165
第六章 个体差异	166
第一节 能力的个体差异	166
第二节 人格上的个体差异	177
第三节 个体差异的测量	187
问题讨论和实践活动	199
推荐参考读物	200
第七章 人际关系和人际沟通	201
第一节 人际关系	201
第二节 人际关系的测量	209
第三节 人际沟通	215
第四节 改善人际沟通的方法	223
问题讨论和实践活动	226
推荐参考读物	227
第八章 友谊与爱情	228
第一节 人际吸引	228
第二节 友谊	235
第三节 爱情	242
问题讨论和实践活动	257
推荐参考读物	257
第九章 情绪与生活	258
第一节 情绪的性质	258
第二节 情绪的表达	264
第三节 情绪理论	267
第四节 情绪与生活压力	272
问题讨论和实践活动	281
推荐参考读物	282
第十章 心理障碍与治疗	283
第一节 心理障碍的性质	283
第二节 心理障碍的主要类型	295
第三节 心理治疗	305
问题讨论和实践活动	318
推荐参考读物	318
第十一章 团体社会心理	319

第一节	团体概述	319
第二节	团体规范和内聚力	326
第三节	合作与竞争	332
第四节	团体中的心理效应	337
	问题讨论和实践活动	347
	推荐参考读物	347
第十二章	冲突与谈判	349
第一节	冲突	349
第二节	谈判	362
第三节	谈判心理	367
	问题讨论和实践活动	385
	推荐参考读物	385
第十三章	职业生涯管理	387
第一节	职业生涯概述	387
第二节	个人职业生涯管理	396
第三节	组织的职业生涯管理	405
	问题讨论和实践活动	413
	推荐参考读物	413
第十四章	工作绩效	414
第一节	工作绩效概述	414
第二节	工作绩效的评估	419
第三节	提升工作绩效的策略	439
	问题讨论和实践活动	449
	推荐参考读物	450
参考文献		451

第一章 绪论

人的心理现象是宇宙中最复杂、最难以被认识和理解的现象。自古以来人类就在为此而“上下求索”。人们通过观察、推测和猜想积累了大量的相关知识，当中不乏精彩的论述和颇具启发性的见解。但总的来说，这些关于心理现象的知识和见解是笼统的、思辩的、不一定是科学的。科学心理学的诞生为人们探索心理活动的奥秘开启了一扇新的大门。现代心理学的研究领域非常广泛，其研究成果广泛应用于社会生活实践活动，并产生了众多应用心理学分支学科。有人甚至说，没有学过心理学就不算受过完好的大学教育。本章将探讨以下主要问题：

1. 哪些是心理学的研究范围？
2. 心理学有哪些研究取向？
3. 应用心理学的性质和主要领域？
4. 心理学研究的主要方法有哪些？

第一节 心理学的性质

一、心理学的研究范围

(一) 什么是心理学

初次接触心理学的人难免要问，心理学是什么？对这一问题的回答可谓见仁见智。

艾宾浩斯(Hermann Ebbinghaus, 1850—1909)说过，“心理学有着漫长的过去，但却只有短暂的历史”。“漫长的过去”是指心理学起源于古代西方哲学。从词源来看，心理学的英文 psychology 的希腊语词根是 psyche，其意思是灵魂或精神，后缀 logos 的意思是讲述或解说。二者合起来就是：心理学是阐释灵魂的学问。但这个界定只具有哲学意义，并没有对心理学的概念作出科学的解释。

科学心理学的诞生，一般公认始自 1879 年冯特(Wilhelm Wundt, 1832—1920)在德国莱比锡大学建



图 1-1 冯特

立世界上第一个心理学实验室。在此之后,心理学的界定随着其研究内容和重点几经演变。心理学曾一度被界定为:心理学是研究心理活动的科学。在20世纪20~60年代的一段时间里,心理学的界定又变成:心理学是研究行为的科学。而到了20世纪70年代以后,其界定又成为:心理学是“关于个体的行为及精神过程的科学的研究”。

总之,心理学(psychology)是研究心理现象的科学。很难对心理学进行一成不变的界定。那么,如何科学地理解心理学呢?对于这一问题,心理学家们都认为需要把握好四个关键要素:科学、行为、个体和心理。首先,心理学的科学性要求心理学结论要建立在用科学的方法、原则搜集到的证据的基础上。心理学能从哲学中脱离出来成为一门独立的科学,关键就在于运用了定量的研究方法并在一定程度上满足了科学的标准。其次,心理学研究的主题很大程度上是人类和其他动物物种的可观察行为。心理学顾名思义要研究人的心理,而心理活动发生在头脑内部,不能直接观察或度量。一方面,人的很多行为是可以观察的,并且外显的行为是受内隐的心理活动支配的。另一方面,人的心理活动又只有通过行为才能得到表现和发展。心理和行为相互依存,相互影响,二者之间的转换关系遵循一定的规律。因此,必须通过对行为的观察来探讨内部心理活动规律。再次,心理学分析的对象往往是一个个的个体。例如,一个刚出生的小婴儿,一个即将毕业的女大学生,或一位白发苍苍的老人。最后,心理过程(精神过程)代表了心理学探索的最重要的一方面。虽然心理学研究的是人或动物的行为,但其最终目的在于揭示出内在的心理活动规律。

(二) 心理学的对象

心理学是研究心理现象的科学。心理现象非常复杂,我们可从不同的角度对它进行分析。

1. 意识和潜意识

我们可以把心理现象划分为意识和潜意识。在清醒状态下,我们能够觉知到作用于感官的种种事物,如感知到各种颜色、声音、车辆、街道、人群,等等;能够觉知到自己的行为目标,对行为的控制,使环境适应于自己的需要;能够觉知到自己的某种心理活动和心理状态;能够觉知到自己的身心特点和行为特点,把“自我”与“非我”区别开来;还能觉知到“自我”与“非我”之间的关系;这种觉知称为意识(consciousness)。意识使我们能够认识事物、评价事物,认识自身、评价自身,改变环境、改变自身。意识就像一个复杂庞大的心理文件系统,包含着我们觉知到的一切信息、观念、情感、愿望、期待以及我们对自己的反思等。

除了意识,我们还有潜意识。潜意识(unconsciousness)是指潜隐在意识层面之下的、没有觉知到的所有经验。我们每天夜晚睡觉时都在做梦,但许多梦的内容却意识不到,梦的产生和进程也是意识不到的。其他许多自动化了的的活动,

在通常的情况下我们也意识不到它的活动结构。无法回忆起的记忆或无法理解的情绪常常是属于潜意识的。当然,意识与潜意识的界限并非牢不可破。偶尔,潜意识中的一些东西也会闯入意识之中,诸如失言或说溜了嘴、笔误等,会把自己潜意识的愿望泄露出来。一些心理咨询师采用催眠技术来探究来访者的潜意识,以帮助治疗。有意识的动作或经验可能在梦境、联想和神经症中表现为潜意识的东西。意识和潜意识都属于心理学研究的基本内容。

2. 常态心理与变态心理

心理现象可以划分为常态心理与变态心理。在现代心理学领域中,大多数心理学原理都是源自对正常人行为的研究。但是,“在每 100 人中有 1 人在其生命的某一时期出现严重心理障碍。”我们在生活中难免会见到或听说一些变态心理现象。下面是两个变态心理的例子。

例 1,有一位 19 岁的男性大学生向某心理学家诉说:“我的头脑里反复出现‘真该死’,‘没出息’……‘真该死’,‘没出息’……这不是我要想的,但却反反复复出现,我努力设法摆脱,都无济于事。我上楼就数楼梯,总觉得没有数对,三番五次来回检查,快上课了,还是不放心,来回检查。我知道这样做毫无意义,想摆脱,但就是无法摆脱……”这名大学生非常渴望心理学家帮助他摆脱这种强迫状态。

例 2,一位 38 岁的广告公司女主管,自从大学毕业后,进入一家竞争激烈的广告公司,经过几年的努力工作,她为自己争取到一个不错的职位。近一年来她听到脑子里有人对她说话,像有“小喇叭”一样的机器在指挥她,并用命令式口气对她说话。最后她因病情加重而入院治疗。她坚信有一种仪器在跟踪她、控制她。即使周围人的一些很平常的动作,她都认为在控制她、暗示她。例如,有人看表,她认为那是在暗示她要努力工作不能落后;别人摸头,她说正在受其控制……她说听到脑子里有两个人在对话,回答的声音像是自己的,内容很多,与自己的行动、思维密切相关。有时想什么就听见什么,还没有来得及说出来,从别人的行动中就看出来了。比如想喝水,还没有说出来,就看见别人抢先在喝水。

从以上的例子可以看出,正常(normal)心理与变态(abnormal)心理是不同的。从正常人行为的研究中得出的心理学原理,自然不适合用来解释心理障碍者的行为。心理学既研究正常心理,也研究变态心理。变态心理的研究主要包括两个主要方面:一是研究心理异常的现象、类别以及形成原因等,二是研究对心理疾病的诊断、治疗与预防等问题。

3. 个体心理与群体心理

心理学以个体心理的研究为主,探讨个体的感觉、知觉、记忆、思维、想象等的规律,以及个体的需要、动机、价值观、人格等特点。但是,人是社会的人。一个人不可能独来独往,他总是与其他社会成员发生种种联系,形成某种关系,如

朋友关系、上下级关系、亲属关系、师生关系、阶级关系、民族关系等,从而产生各种群体心理和行为,如友谊、爱情、吸引、嫉妒、从众、领导、责任等,以及人们都熟悉的大众心理,如时尚、风俗、社会习惯和偏见、舆论和流言等。当然,这些社会心理现象也表现在个体的心理现象之中。

心理学与效能 1-1

教师期望对学生的影响

罗森塔尔等(Rosenthal & Jacobson, 1968)经过实验发现,教师期望将对学生的发展产生巨大的影响。在研究中,研究者对一所小学的学生进行某种心理测验,然后交给教师一份名单,并告诉老师们这份名单中的学生是经过一项特别的测验鉴定出来的,他们是“即将绽放的花朵”,具有在不久的将来会产生“学业冲刺”的潜力。而实际上研究者交给老师的名单中的学生是随机挑选出来的,但不让教师和学生知道。

老师们在完全相信测验结果的情况下进行教学,在学年结束时所进行的考试结果显示,名单上的那些学生成绩提高了很多,都显著地高于对照组;而在实验前,他们与对照组学生的成绩是不相上下的。那些所谓具有巨大潜力的学生完全是随机选择的,为什么却有如此巨大的变化呢?

研究者对这一现象的解释是,教师受到专家的影响,深信这些学生具有很大的潜力,从而对“即将绽放的花朵”抱有较高的期望,并在教学过程中通过师生的交互作用把教师的期望传递给这些学生(例如,教师对高期望的学生表扬和鼓励更多,给予的反馈更详细,对学生学习的努力程度要求更高),学生感受到教师的期望并将它内化为自己的期望,因而在学习行为上产生改变,最终相应地“绽放了”(学习成绩显著提高)。

教师的这种期望效应被称为皮格马利翁效应(Pygmalio effect)。皮格马利翁是希腊神话中的一个人物,由于他的热诚渴求,竟使一座美丽的少女雕像变成了活人。后来不少教师采用皮格马利翁效应来做学生工作,以加强课堂学习的管理,结果发现,影响皮格马利翁效应的因素很多,其中一个重要因素是学生对教师的期望做出的反应。如果学生把教师的期望内化为自己的期望,那么,他们就会真正地“绽放”。

个体处在社会或群体当中时,其心理活动可能会受到很大的影响。例如,特里普利特(Triplett, 1988)注意到,自行车比赛中车手们在一起比赛时,他们的成绩要比各自单独赛跑时的成绩好。再如,一位追踪足球流氓8年之久的记者评论说,足球流氓们在一个人单独出现时通常非常可爱,但是一旦群集起来就如同

恶魔一般。这就是社会助长作用(social facilitation),即仅仅他人在场而没有提供直接的帮助,也有可能提高个体的工作效率。但是,另外一些情况下,他人在场可能反而会降低个体的工作效率。总之,心理学不仅研究个体心理,也研究群体心理以及个体心理与群体心理相互影响问题。



图 1-2 足球流氓暴乱

以上是对心理现象的三种划分方法,实际上,还可以从其他角度对心理现象进行划分。并且,也可以对其中的某一个子成分进行再划分。以个体心理为例,从心理的动态—静态这个维度,可以将个体心理现象分为心理过程、心理状态和心理特征。

心理过程(mental process)泛指心理操作的加工程序,包括心理事件的相互作用和相互转化的加工进程。心理过程又包含许多亚类别。例如,感觉、知觉、记忆、思维、想象等称为认知过程(cognitive process);喜、怒、哀、惧、憎恨、忧郁、孤独感、美感、理智感、自豪感、自卑感等称为情绪过程(emotional process);欲求、需要、贪欲、追求、羡慕、奋斗、诱惑等称为动机过程(motivational process)。再如,人在自己的活动中设置一定的目的,按计划不断地排除各种障碍,力图达到该目的的心理过程称为意志过程(will process)。上述这些心理现象都有一定的心理操作的加工程序。例如,思维总要经过遇到问题、分析问题、试行解答、加以论证等加工程序。又如,憎恨的情绪,总要经过认识对象的丑恶品质,从而产生否定它、摒弃它的态度体验。动机过程也一样,例如贪欲有种种表现形式,或追逐名誉、或追逐财产,以扩大自己的所有,利用各种时机和手段追求自己的利益,这当中都有一系列的心理操作的加工程序。因此,心理过程也称为心理活动。在现实生活中,人的认知、情绪和意志活动并不是彼此孤立地进行的,而是紧密联系、相互作用的。一方面,人的情绪和意志受认知活动的影响。所谓“知之深,爱之切”就说明认知对情绪的影响;而“知识就是力量”则说明认知对意志行动的重要影响。另一方面,人的情绪和意志也影响认知活动。积极的情感、锐意进取的精神能推动人的认知活动。再者,情绪和意志也是密切联系、相互作用

的。情绪既可以成为意志行动的动力,也可以成为意志行动的阻力,而人的意志也可以控制、调节自己的情绪。

除了心理过程之外,心理学还研究心理状态(mental state),即心理活动在一段时间里出现的相对稳定的持续状态。例如,问题解决的思维过程是按一定的程序进行的,但在思维进行过程中有时会出现灵感状态、迟疑状态或刻板状态。情绪过程中会出现心境状态和激情状态。动机过程中则有犹豫状态和确信状态等。通常,心理状态是人在一定时间内各种心理活动的综合表现。俗话说,“人逢喜事精神爽”,就是这个人在这段时间里,感知敏锐、记忆清晰、思维活跃、情绪开朗、做事果断……表现为心理上的振奋状态。心理状态是心理过程的相对稳定状态,其持续时间可以是几个小时、几天或几个星期。它既不像心理过程那样动态、变化,也不同于心理特征那样持久、稳定。

心理特征(mental characteristics)是个人的心理过程进行时经常表现出来的稳定特点。例如,有的人观察敏锐、精确,有的人观察粗枝大叶;有的人记得快、记得牢,有的人记得慢、忘得快;有的人思维灵活,有的人思维迟钝;有的人情绪稳定、内向,有的人情绪易波动、外向;有的人纯朴,有的人虚荣、伪善,等等。在个人的心理活动中经常表现出来的稳定特征,即为这个人的心理特征或人格特质(personality trait)。心理过程、心理状态和心理特征是心理学研究的基本内容。

总之,心理学所研究的心理现象,包括个体心理和群体心理,意识活动和潜意识活动,常态心理和变态心理,等等。心理学通过行为来研究人的心理。行为(behavior)是个体对所处情境的一种反应,例如吃饭、穿衣、写文章、驾驶汽车、看电视、听音乐,等等。有的心理学家把这类可观察到的行为称为外显行为,而把像记忆、思维等内部心理活动称为内隐行为。此外,心理学还研究动物心理,研究动物心理也就是研究动物的行为。正是从这些意义上也可以说,心理学是研究心理和行为的科学。

(三) 心理学的领域及其拓展

科学心理学诞生之后,经过一百多年的发展,由于心理学自身知识的迅速扩增以及学校教育、组织管理、心理卫生等社会生活实际需要以及人们对加深自身了解的迫切需要,心理学不断发展,已经产生了上百种心理学分支学科,形成一个庞大的学科体系。其中,一些分支学科主要担负着理论研究的任务,一些则主要担负职业应用的任务。根据它们担负任务的不同,通常可以把这些分支学科大致分为两大类:基础心理学和应用心理学。

基础心理学和应用心理学并不是截然分开的,因为基础心理学的知识、原理与方法可以为应用心理学所用,是应用心理学发挥其作用的基础;应用心理学的研究也能发现一些心理现象的普遍规律,发展一些新的方法与技术,从而拓展基

基础心理学的范围。此外,从心理学的目标来看,基础心理学也有应用的成分;而应用心理学也有着理论研究的任务。因此,基础心理学和应用心理学可以说是相辅相成、相互促进的。

基础心理学主要研究心理学的基本理论与基本的方法学问题,研究心理现象发生和发展的基本规律问题,主要包括实验心理学、生理心理学、认知心理学、人格心理学、发展心理学、比较心理学、心理测量学、变态心理学、差异心理学、社会心理学等分支学科。一些分支学科随着研究的深入和扩展,又形成新的分支学科。例如,发展心理学分化出了儿童心理学、青年心理学、老年心理学等多个分支学科。

应用心理学则主要以实践应用为目标,包括很多分支学科,主要有临床心理学、咨询心理学、健康心理学、教育心理学、学校心理学、工业心理学、管理心理学、人事心理学、消费心理学、广告心理学、法律心理学、犯罪心理学、军事心理学、运动心理学、环境心理学、经济心理学、谈判心理学、公共关系心理学、旅游心理学,等等。

从总的发展趋势来看,心理学在朝着高度综合和高度分化的方向发展。无论是在理论研究领域,还是在实践应用领域,心理学都在不断向更广、更深发展并受到邻近的相关学科持续发展的影响。心理学未来的范围会更加广泛,分支学科还将不断增加。现代心理学正在成长为一棵枝繁叶茂的科学巨树,并且将随着应用心理学对社会生活的积极贡献而获得新的发展动力,也将因其他学科的促进和介入而萌发新的生长点。

二、心理学的研究取向

人的心理现象极为复杂。心理现象的产生有生物基础,人的神经系统、内分泌系统和遗传基因等自然物质都会影响人的心理。心理现象的产生也有环境基础,人们所处的社会文化环境、人际关系、社会地位、社会舆论、风俗习惯以及时尚潮流等都影响着人们的心理与行为。因此,心理学兼有自然科学和社会科学的性质。科学心理学诞生之后的一百多年时间里,心理学家从不同的侧面或层次对心理现象进行探讨,形成了各种研究取向。现代心理学的研究取向主要有以下五种:生物学研究取向、精神分析研究取向、行为研究取向、认知研究取向和现象学研究取向。

(一) 生物学研究取向

生物学研究取向(biological research approach)是指以生物学的知识为基础对个体的心理和行为所作的解释。生物学研究取向主要探讨三个主题:一是探讨神经系统和脑的结构与功能,从而了解行为及心理过程与生理活动的关系;二是探讨内分泌系统的结构与功能,从而了解不同腺体与行为和心理过程的关系;

三是探讨遗传学的基本原理,了解个体行为和心理特征与其遗传因素的关系。生物学研究取向具有悠久的历史。被称为西方医学之父的希波克拉底(Hippocrates,约公元前460~前370)认为,脑是心理的器官。19世纪以来神经生理学的进展,如脑的特化区的发现,视觉、听觉及神经冲动速度的研究,促进了实验心理学的诞生。现代神经生理学研究的发现,已经使脑的活动与心理活动之间的关系变得清楚起来。例如,用微电极刺激动物下丘脑的不同部位会引起愤怒或愉快的情绪反应(Olds,1958)。为了减轻癫痫患者的痛苦,用切除连接大脑两半球的纤维束(胼胝体)以阻止一侧坏半球产生的电活动影响到另一侧,这种患者被称为“裂脑人”。结果发现,每一侧半球都能独立完成一系列操作活动,但不能完成需要两半球沟通才能完成的任务。这似乎表明,在一个大脑内能够产生两个独立的“自我”意识(Sperry,1967)。

人脑约有120亿个神经细胞,细胞与细胞之间有着几乎无限多的相互联络和通路。人脑是宇宙间最为复杂的结构之一,目前我们所了解到的脑活动与心理活动之间关系的知识,大多来自对动物和脑疾患者的研究结果。随着研究手段的进步,越来越多的新技术被用来研究心理活动的脑机制,如正电子体层扫描(position emission tomography, PET)、事件相关电位(event-related potentials, ERP)、功能性核磁共振(functional magnetic resonance imaging, fMRI)等。然而,我们至今对大脑如何产生心理活动仍知之甚少。因此,单凭生物学研究取向来建构心理学观念,会有很大的片面性,显然是不妥当的。

(二) 精神分析研究取向

对人类心理和行为研究的精神分析的观点是由奥地利精神病学家弗洛伊德(Sigmund Freud,1856—1939)提出来的。弗洛伊德是一位受过严格训练的医生,他于1881年获维也纳大学医学博士学位,他熟知当时的生理学和意识心理学。1900年,弗洛伊德出版了《梦的解析》一书,标志着精神分析学正式形成。1910年在召开第二次国际精神分析大会上成立了国际精神分析协会,标志着精神分析学派最终形成。

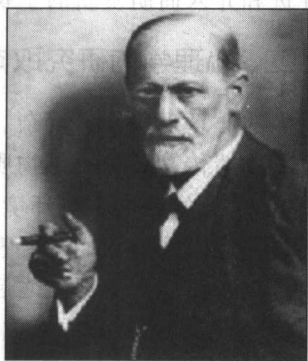


图1-3 弗洛伊德

精神分析研究取向(psychanalytic research approach)有两个基本命题:潜意识和性本能。弗洛伊德认为潜意识过程比意识过程更复杂和更重要。潜意识包括个人的原始冲动和各种本能,以及出生后和本能有关的欲望,特别是性欲。潜意识冲动是为道德和法律所不容的,因而被压抑到意识之下,但它们并非不存在,而是不为人觉知但却积极地活动着,以便寻求满足。潜意识是一种未被