

☆美国名校学生喜爱的心理学教材☆

11Z BOOKS

CENGAGE Learning

心理学导论

PSYCHOLOGY
THEMES AND
VARIATIONS

原书第9版

[美] 韦恩·韦登 (Wayne Weiten) 著 高定国 等译

中山大学心理学系系主任高定国教授领衔翻译
中国著名心理学家、《普通心理学》主编彭聃龄教授推荐
美国心理学会颁发的卓越教学奖得主韦登教授撰写

心理学导论类最优秀教材之一

中山大学心理学系“心理学导论”课程使用教材
美国一流高校中使用量最大的心理学入门教材之一
加州大学、普度大学、密歇根大学等217所美国大学正在使用



机械工业出版社
China Machine Press

☆美国名校学生喜爱的心理学教材☆

心理学导论

PSYCHOLOGY
THEMES AND
VARIATIONS

原书第9版

[美] 韦恩·韦登 (Wayne Weiten) 著 高定国 等译

藏书



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目 (CIP) 数据

心理学导论 (原书第 9 版) / (美) 韦恩·韦登 (Wayne Weiten) 著; 高定国等译. — 北京: 机械工业出版社, 2016.12

(美国名校学生喜爱的心理学教材)

书名原文: Psychology: Themes and Variations

ISBN 978-7-111-55415-8

I. 心… II. ①韦… ②高… III. 心理学—教材 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 273436 号

本书版权登记号: 图字: 01-2014-0616

Wayne Weiten. Psychology: Themes and Variations, International Edition, 9th Edition.

Copyright © 2013 by Cengage Learning.

Original edition published by Cengage Learning. CMP Press is authorized by Cengage Learning to publish and distribute exclusively this simplified Chinese edition. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only (excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan). Unauthorized export of this edition is a violation of the Copyright Act. No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

All rights reserved.

本书原版由圣智学习出版公司出版。本书中文简体字翻译版由圣智学习出版公司授权机械工业出版社独家出版发行。此版本仅限在中华人民共和国境内 (不包括香港、澳门特别行政区及台湾地区) 销售。未经授权的本书出口将被视为违反版权法的行为。未经出版者预先书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

ISBN: 978-7-111-55415-8

Cengage Learning Asia Pte. Ltd.

151 Lorong Chuan, #02-08 New Tech Park, Singapore 556741

本书封底贴有 Cengage Learning 防伪标签, 无标签者不得销售。

本书是美国一流高校中使用量最大的心理学教材之一, 由美国心理学会颁发的卓越教学奖得主韦登教授撰写。本书从整体性和多样性方面展现了心理学的研究主题, 阐述了研究过程及其与应用之间的密切联系, 不仅强调了心理学家知道 (或不知道) 什么, 而且强调了他们如何试图解决问题。它鼓励读者去思考开放性的问题, 检验他们关于行为的假设, 把心理学的概念应用到生活中去。

本书适合普通高等院校心理学类相关专业本科生及研究生使用, 也可作为对心理学感兴趣的读者的入门书。

出版发行: 机械工业出版社 (北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码: 100037)

责任编辑: 赵艳君 方琳

责任校对: 董纪丽

印刷: 北京诚信伟业印刷有限公司

版次: 2017 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 214mm × 275mm 1/16

印张: 38.5 (含 0.25 印张彩插)

书号: ISBN 978-7-111-55415-8

定价: 125.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

客服热线: (010) 88379210 88361066

投稿热线: (010) 88379007

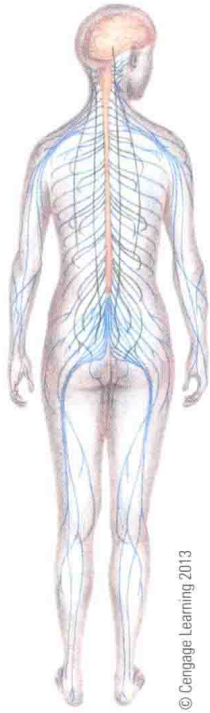
购书热线: (010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱: hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

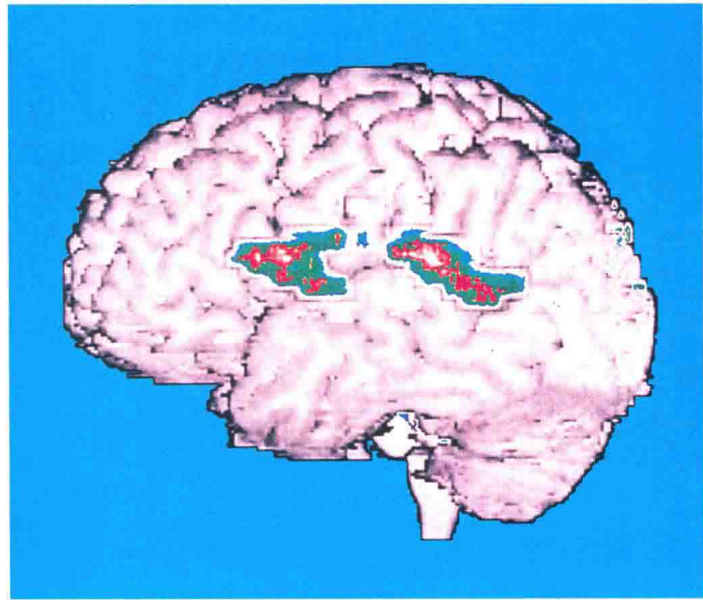
封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问: 北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东



© Cengage Learning 2013

图 3-7 中枢神经系统和外周神经系统



© Wellcome Dept. of Cognitive Neurology/Science Photo Library/Photo Researchers

图 3-14 PET 扫描

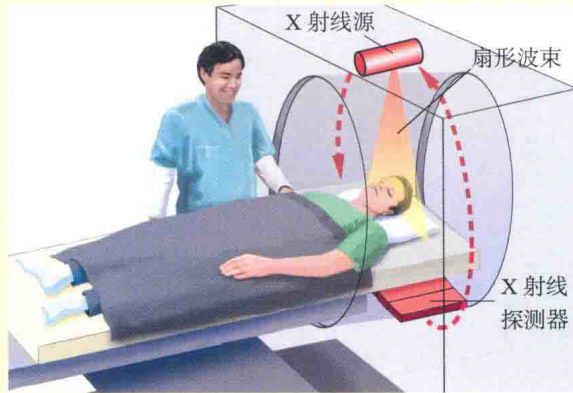
a) 病人的头部被定位在一个巨大的圆柱体内。

b) X 射线光束和探测器在病人的头部外旋转围绕，利用多重 X 射线扫描病人的脑水平切面。

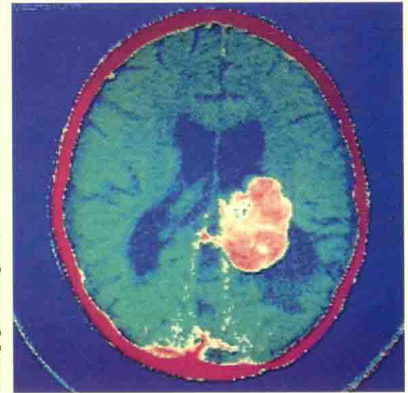
c) 电脑组合 X 射线生成大脑水平切面的图像。这种扫描显示出了一个在右侧的肿瘤（红色部分）。



© Henrik Sorenson/Photonica/Getty Images

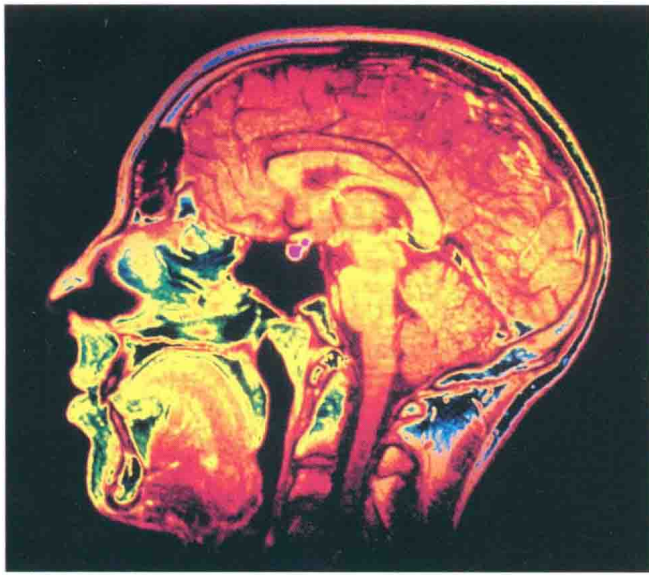


© Cengage Learning 2013

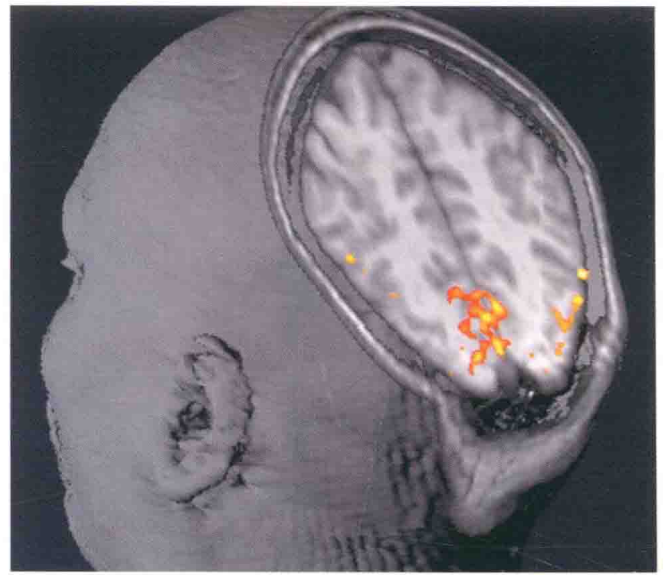


© Dan McCoy/Rainbow © Cengage Learning 2013

图 3-13 CT 技术



© ISM-Sovereign/PhotoTake

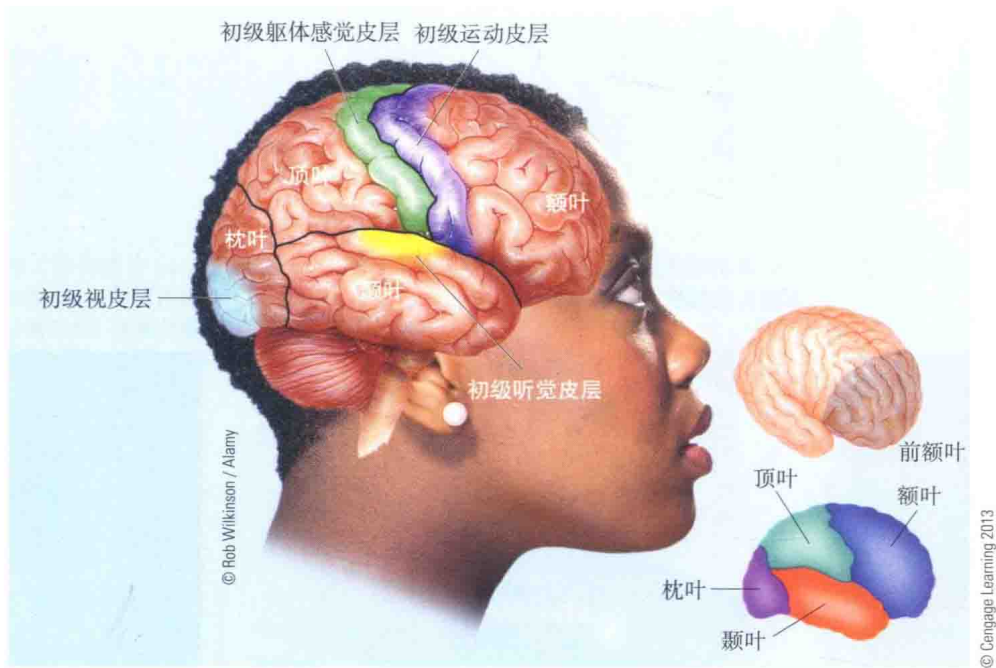


Courtesy and by permission of Dr. Jack Belliveau, Chief, MMR, MGH

a)

b)

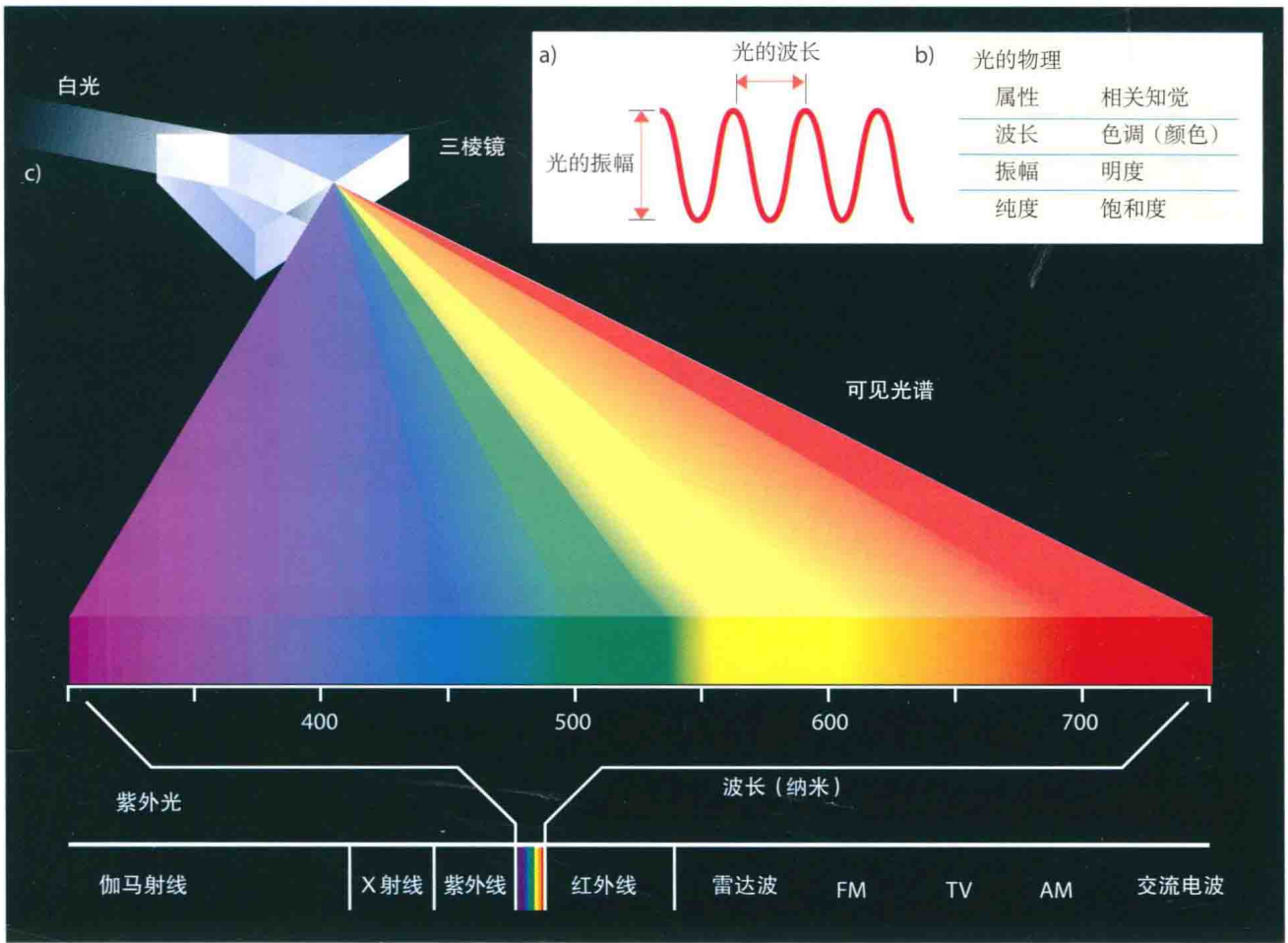
图 3-15 MRI 和 fMRI 扫描



© Rob Wilkinson / Alamy

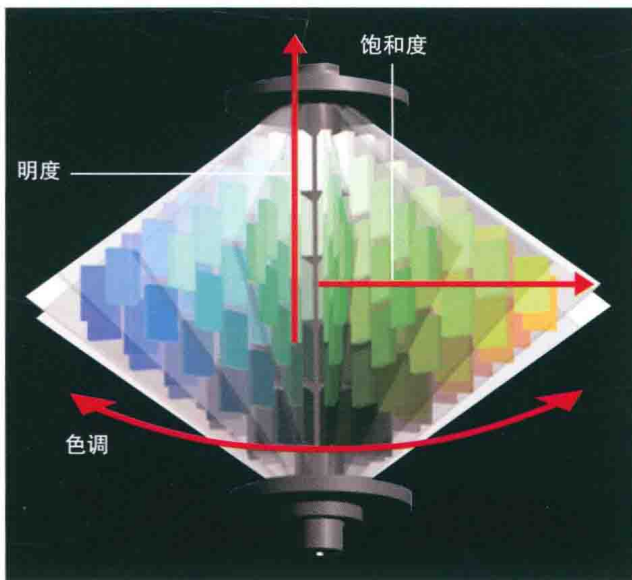
© Cengage Learning 2013

图 3-19 人的大脑皮层

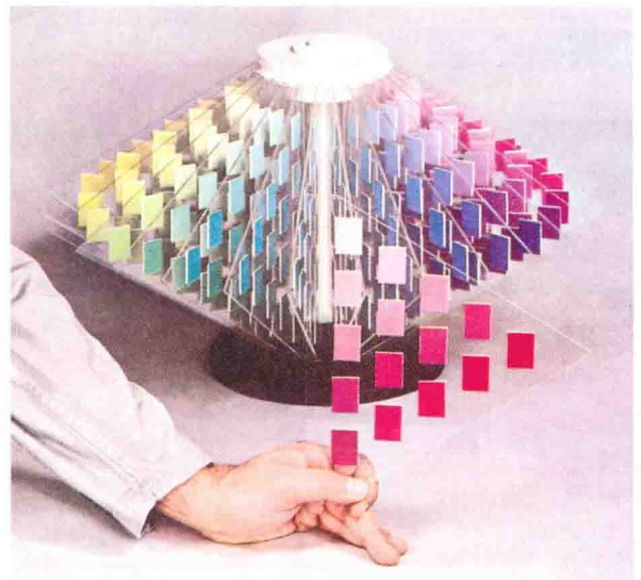


© Cengage Learning 2013

图 4-5 光、视觉的物理刺激



© Cengage Learning 2013



Courtesy of BASF

图 4-16 色立体图

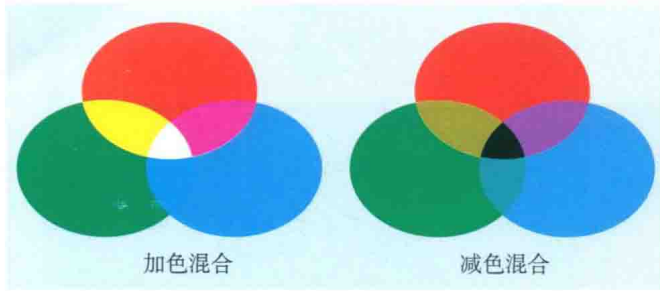


图 4-17 加色混合与减色混合

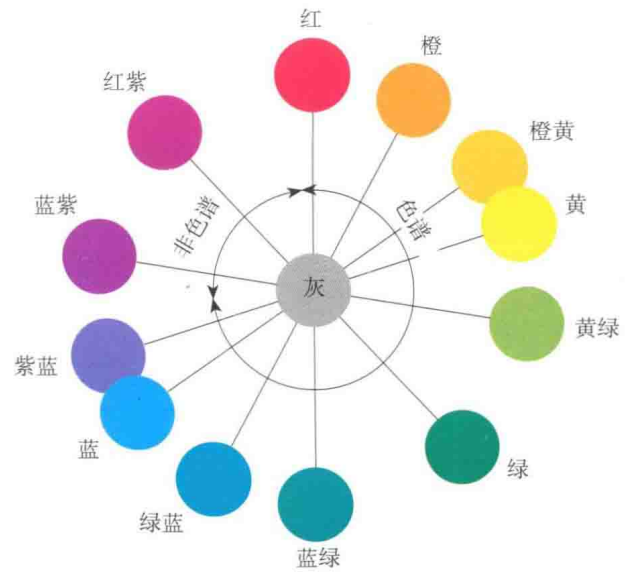


图 4-18 色环和补色

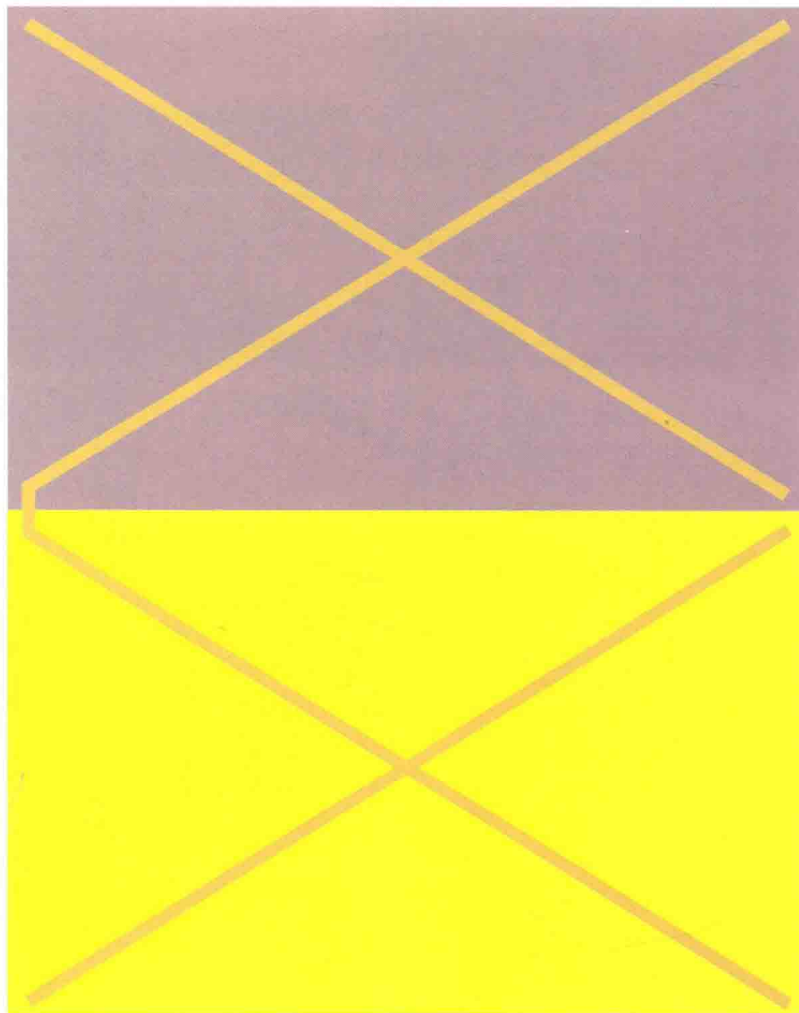


图 4-61 颜色知觉中的对比效应

摆在我面前的是一部国际知名的普通心理学教材《心理学导论》(*Psychology: Themes and Variations*)。由于它将科学性和实用性完美地结合在一起,因而在已经出版的众多心理学入门教材中脱颖而出,成为美国一流高校中使用量最大的心理学入门教材之一,并在全球得到广泛采用。国内一些心理学院系也开始使用它作为心理学专业的教材或重要教学参考书。

心理学作为一门独立的学科,至今已有 100 多年的历史。在其发展进程中,心理学的研究和应用领域日益扩大。从探索生物有机体的脑功能,到研究群体的社会行为;从前沿的基础研究到日益广泛的社会应用;从研究宏观的社会心理现象和行为,到研究微观的基因对心理和行为的调控,心理学家们在现代科学大家庭中和当今社会的大舞台上显示出越来越重要的作用。心理学作为一门实证科学,有一些永恒的主题,如探索影响人类心理与行为的多种因素,揭示遗传和环境在人类行为发展中的作用,坚信人的心理是社会文化塑造的结果等。而随着社会和学科自身的发展,各种新兴的研究领域、方向和研究范式不断涌现,研究兴趣、职业方向和应用多样化,又构成了心理学研究的多样性。心理学的永恒主题和多样性的结合,成为心理学发展的重要特色,并将为我们演奏出探索人类心智、造福人类健康、促进社会发展的华丽乐章。

韦恩·韦登教授曾荣获美国心理学会(APA)的最佳教学奖,担任美国心理学教学委员会主席,并主持全美心理学本科教学质量工作会议。他立足于学科发展的前沿,注意不断接受和吸取最新的研究成果和教学反馈意见。在这本教材的新版(第9版)中,他对全书各章都做了精心修订,给我们介绍了许多新的研究成果与观念。韦登教授深厚的学术根底、广博的专业知识和丰富的教学经验是铸就这部优秀教材的基础,而他独具匠心的撰写方式也给教材锦上添花,值得我们在教材建设中学习和借鉴。

全书共 16 章,包括:心理学发展简史、心理学的研究方法、行为的生物学基础、感觉和知觉、意识、学习、记忆、语言和思维、智力与测量、动机与情绪、发展心理学:终生发展的视角、人格、社会心理学、健康心理学、常见的心理障碍、心理障碍的治疗。其内容涵盖了普通心理学或基础心理学课程的所有主题,每章的内容都以“理论—研究—应用—思考”的模式进行编排。

翻开教材,我们可以见到许多著名心理学家的肖像,他们独到的见解常常被“原声回放”

出来。在每章的原理阐述中，作者总是引经据典，从经典的实证研究中引发、推导出被普遍接受的定义和结果，这让学生能直接领略科学发展历程的来龙去脉，在不知不觉中接受高层次的学术熏陶和训练。在介绍心理学发展历程和心理学研究方法等问题时，作者别出心裁，精心设计了一些教学图解，将概念、图片、案例、分类等所有相关信息整合在一起。这些图表直观生动、化繁为简、一目了然。在各章的理论原理阐述后，作者安排了专题研究，其内容有的是历史上的经典实验，有的是当前热点问题的研究，其表述则采用了国际期刊所通用的“目—方法—结果—讨论”的形式，让学生在最初接触心理学时，就“先入为主”地熟悉心理学的一些基本的、比较规范的研究思路和步骤。专题研究后，让学生能举一反三、触类旁通、学以致用。随后，作者还带领大家进入应用领域，让心理学的研究能够解决实际问题，真切地感受到心理学和日常生活的联系。要特别提及的是，教材在传授心理学科学原理的同时，还注重塑造学生科学理性的思维方式，在每章结束时都对学生进行批判性思维训练，鼓励学生直面复杂且有些模棱两可的心理学知识，促进学生学识的增长。

总之，韦登教授编著的新版教材是一本展现了心理学的整体性和多样性相结合的优秀教材，是一本能激发学生思考、增强逻辑辨别力和实证研究兴趣的优秀教材。相信通过本书的学习，一定能引导学生更顺利地走进心理学殿堂，对心理学有更多、更深、更新的了解。

彭聃龄

北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室教授

彭聃龄 北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室教授，博士生导师。曾任北京师范大学心理系系主任和中国心理学会常务理事。长期从事汉语认知研究，包括汉字识别的计算机模拟和汉语的认知神经机制研究。发表论文200多篇，培养了近100名博士和硕士研究生。主编过《普通心理学》《认知心理学》《语言心理学》等国内有影响的教材。曾获教育部颁发的全国优秀教师奖、北京市优秀教师奖、教育部自然科学一等奖、国家级教学成果二等奖、北京市优秀教学成果（高等教育）一、二等奖、北京市哲学社会科学优秀成果一等奖，享受国务院特殊津贴。

这可能是一次改变人生的机会

在我家一直贴着一张海报，海报大意是说：“如果你想改变世界，但你发现世界不好改变，那就先尝试改变自己。”

我人生第一个“改变自己”的时刻，发生在18岁那一年，入读中山大学心理学系。“在一座面朝大海的大学，学心理学”，这实现了我小时候的一个梦想。因此，当拿到那本厚得像砖头一样的英文原版课本时，我摩挲着厚重的封面，暗暗发誓要好好学。这本带我进入心理学大门的书就是这本《心理学导论》，如今已经出到第9版了。当年一拿到就爱不释手，我带着它去图书馆，去上其他课，有时候困了，就枕着它睡觉。

12年后，我为业余心理爱好者创办了一个心理学科普教育平台——友心人，并开设了一门叫作“自我探索”的课程，课程的必读书就是这本书。在翻译和撰写过心理科普文章、策划过大大小小不下百场心理学科普活动，组织了超过500个心理学人的心理社区，并尝试把心理学应用到生活中的方方面面后，我有了这样的觉悟：老老实实读完这本我们简称为“心导”的大部头，也许会是探索自我的一个有趣的开始呢。

一般来说教材都会非常的枯燥无聊，但是《心理学导论》却意外地有趣。相比国内的心理学课本，它有许多让人怦然心动的不同之处。

一、重视培养批判性思维

在心理学的学习中，最重要的事情之一就是要培养批判性思维，学会用怀疑和科学实证的眼光去观察和研究日常生活中的人类行为与思维。在这个资讯极度爆炸、信息良莠不齐的时代，“批判性思维”尤其重要。

类似“为什么广告能在短短十几秒就能说服你‘买买买’？”“在一张黑白图片中看到耶稣显灵真的是因为最近‘压力太大’？”全书中充满这种有趣的提问，带领读者仿佛置身悬疑侦探小说中，一步步跟随作者去深入探索人类的智力、动机、情绪等问题。

每一章后面的“批判性思维应用”更是一场很好的思维训练，帮助你去换个角度思考生活。这种严谨的、基于科学的、思维能力在学习时可能只是感觉“读起来挺有趣、引发思考”，但当回到真实的生活、工作和科研中，就会发现它会不时蹦出来，“润物细无声”地改

变你的看问题的角度和思维方式。

二、七个心理学的核心主题贯穿全书

心理学经常被诟病的原因，是没有一个统一的范式，理论和方法论很多元，而且心理学本身有点“四不像”，既是文科，又是理科，应用性很强，同时也有大量基础研究。真正的心理学作为一门行为科学，要让初入门者理解这些复杂的构想绝非易事。

还好本书作者有他的独门内功：高度提炼成七大心理学主题。强烈建议大家看书前熟读“致教师”中的这七大主题，深入搞懂主题背后的含义，后面阅读时可以反复回到这个主题，这有助于更加深入地巩固教材内容。

三、清晰的定义和有趣的例子

教科书总是让人打瞌睡的原因，就是里面有太多艰涩难懂的学术概念。但本书有趣的地方在于，先对概念进行了清晰的界定，然后配合图表、漫画加以解释，这对于要复习考试的学生来说真是贴心的设计。同时，引用大量源于生活的例子和经典实验案例，深入浅出，更方便理解和记忆。案例时常别出心裁，令人感叹心理学家怎么如此有想法、有创意！我一直以来都是抱着发现新大陆的心态把整本书读完的。

四、不妨当成一本人生百科全书来读

人的一生，在不同的阶段都是一段自我探索的旅程，探索的主题可以不断变换，但绝对不变的事情就是一直“在路上”。越是长大，越是深刻感受到我们对自身的认知非常有限。时常遇到许多人“卡”在各种各样的人生问题上，有些人“卡”在了家庭或情感关系上，有些人“卡”在职业发展上，也有些人“卡”在了自己的情绪或性格的纠结中。

每当“卡”住的时候，我会跟自己说，你学心理学应该尝试回到心理学的方法去解决问题。于是在遇到情绪问题的时候，试着去重读关于情绪的章节；感觉自己动机不够的时候，重读关于自我实现和动机的各部分理论；团队管理出问题的时候回到人际互动和文化心理学的部分去重新审视。渐渐才发现，原来自己经历的许多人事变故，心理学家早已总结出一系列的规律，教会我们如何去分析，如何去改变。

当我们意识到人生出现问题时，总是希望去寻求改变。改变，应从自己开始。而改变自己，就要从认识自己开始。

当初创办友心人这个心理学科普教育社区，就是希望能帮助那些心理和情感存在困扰的非专业人士找到问题的出口。经过两年探索，经历过很多次迷失和气馁，我们仍然深信，心理学教会我们的批判性思维、对行为和心理的认知以及100多年来积累的关于“自我认知和自我成长”的数据库，可以让更多的人寻找到更适合自己的答案。于是我们大胆地第一次在微信课上，使用了这本非常专业的教材（而且用的是英文原版），开设了这门叫作“自我探索”的课程。

但是也有同学觉得英文非常难懂，我想试试看能否翻译这本书，却惊喜地发现已经由机械工业出版社华章公司筹备出版了，由中山大学心理系主任高定国老师组织翻译。感谢他们，让更多的人可以通过使用这本书，获得一次可能改变人生的机会！

梁嘉歆

友心人心理社区创办人

2001年中山大学心理学系复办时，摆在我面前的一个问题是，用什么样的教材呢？我与杨中芳老师商量后，我们决定全部专业课使用与欧美大学心理学系同步的英文教材。当时，我们还提出一个口号，“虽然没有提供哈佛大学的教育，但我们至少提供了哈佛大学的教材”。心理学本科生入校的第一门专业课就是“心理学导论”。我之前读过欧内斯特·西尔格德（Ernest Hilgard）和理查德·阿特金森（Richard Atkinson）的那本《心理学导论》，在香港大学做助教时也用过那本书。不过，我在咨询时，港大的一位老师反映，那本书对于外国学生可能有点难了。港大心理系当时也还在用另一本教材，就是韦恩·韦登的这本《心理学导论》。我手头也有一本，于是我仔细看了一些内容，觉得很不错。我在2001年上半年与Thomson公司联系，购买了这本书的原版（第5版）作为2001级本科生的“心理学导论”教材。出版社方面相当支持这项工作。在当时还没有国际版的情况下，精装版（hard cover）也只售230元一本。直到2012年（第9版），我们一直都保持同步更新，用其做“心理学导论”教材。我的整体评价是，这本书非常好。2013年起，非常遗憾，由于Thomson公司价格政策变化的原因，所以我们不得不更换了别的原版教材。

那么，韦登的这本书究竟好在哪里呢？美国教材市场上，“心理学导论”特别多，大多是大同小异。这里面一个重要的原因就是“心理学导论”尽管也介绍最新进展，但还是以经典的东西为主。这就造成了差异不可能太大。各教材间的差别主要是教材内容的侧重点和组织结构、实例以及一些辅助内容。首先，韦登在书的第1章就给出了与心理学相关的7个主题，并且贯穿全书，使得导论课本来就有些松散的主题有了主线。其次，在每一章的后面，他都给出了一个“批判性思维”和一个“个人应用”栏目。这两个栏目都非常有用。我个人认为，批判性思维正是我们的学生最欠缺的。一开始就有这种训练，可以让大学生很快适应大学生活。学生刚入学时一般会把批判性思维简单地看成批评一个人的研究。学习之后，他们就会逐渐明白，目的不是批评，而是探讨事物的规律，不但要批评，更重要的是要让人能（最好是乐意）接受你的批评。在这里，沟通（communication）和表达（presentation）就很重要。在中山大学心理学系，从一年级到四年级，都非常注重表达能力的培养。学生需要在每一门课中书面和口头报告他们的作业、研究等。口头报告时，我们会要求报告者穿戴正规，掌握节奏和时间，就像在那些国际学术会议上做报告一样。在“个人应用”部分，韦登给的一些例子也都是非常好的。例如，在第1章，他给的是学生在犹豫时怎样答多项选择

题。调查发现,老师和学生都认为,在对选项犹豫时,应该凭第一感觉答题,也就是选择最先想到的那个选项。但是,经过研究发现,学生在答题时推翻第一感觉更有可能获得正确答案。学生在看到这样的例子后,会认为心理学很实用,从而提升对心理学的兴趣和忠诚感。

中山大学的“心理学导论”课还有一个特点,就是我们把国内许多心理学系在“实验心理学”中重复的一些经典实验放在导论课中完成,以加深学生对相关知识的理解,而在“实验心理学”中重点教怎样完成一个研究,包括学习“实验心理学”编程软件等。心理学既然是一门科学,而科学又是以实验为主的,因此,在心理学的教学实践中,我们坚持一个理念,“心理学不是念出来的,而是练出来的”。而且,这种练从“心理学导论”就开始了。

最后,我还想说一点美国大学教材的特点。首先,一般来说,一本版本高的教材,其影响也大一些,但这还不是最令人惊讶的。一个令我们内地学生可能有些惊讶的事实是,美国的很多心理学主流教材都不是由这个领域的著名学者完成的(当然在导论教材中,也有理查德·阿特金森和菲利普·津巴多(Philip Zimbardo)这样的著名学者)。至少从学术角度来讲,韦恩·韦登就不是一位著名学者。戴维·迈尔斯(David Myers)的《社会心理学》在业界很有名,销量很大,但他也不能算一位著名的社会心理学家。这其中的原因是,这些作者大多活跃在教学一线,同时又接受过系统心理学科研训练,他们虽然不怎么从事科学研究,但他们随时都能掌握有关进展,并且,更为重要的是,他们有时间来写好教材(一般2~4年就会更新一版教材),也知道学生需要什么。其次,美国大学的教材一般都比较贵(与专著相比)。这样也能保证这些没有什么科研经费的学者的权益。像这本导论教材,新的一般都在150美元以上。

本书由中山大学心理学系“心理学导论”课主讲教师及部分相关专业教师翻译完成,名单如下:高定国(第1章和第8章)、黄敏儿(第10章和第14章)、周国梅(第2章和第4章)、易莉(第7章、第9章、附录A)、何子静(第11和第12章、附录B)、穆岩(第3章、第5章和第6章)、王雨吟(第13章、第15章、第16章和附录C)。高定国和博士生何伟最后统稿。

高定国

2014年10月20日于中山大学心理学系

如果可以用一句话来概括本书的特点，我想应该是在教与学的矛盾中开辟了一条新路。这里我要解释一下。“心理学导论”教材必须满足两个独立的读者群：教师与学生。鉴于这两类读者的需求与喜好有着天壤之别，教材作者通常都试图在理论与实践、综合性与理解性、研究方向与实际应用、严肃谨慎与通俗易懂等方面尽量折中。但是，我认为这种二分法的策略通常是错的。正如库尔特·勒温（Kurt Lewin）曾经说过：“还有什么比一个好的理论更实用？”类似地，严肃谨慎与通俗易懂真的是反义词吗？在我的字典里并不是这样的。我认为，我们追求的诸多迥然不同的目标在这本教材中只是貌似矛盾，并不像我们通常所认为的那样需要去折中。

在我看来，一本好的“心理学导论”教材就像把字词串在一起的字典索引。我将这一点谨记于心，并在编写本书时努力调和三对矛盾：第一，心理学的研究内容浩如烟海，因此我用多样化与整体性来凸显其有趣的一面；第二，我对研究与应用一视同仁并将两者尽量融合在一起；第三，我希望写出来的书既能发人深省又易于学习。请看以下详解。

目标

1. 从整体性和多样性方面展现心理学的研究主题。刚进入“心理学导论”课堂的学生通常对心理学家五花八门的研究主题缺乏了解，而我认为这种五花八门恰好是心理学的魅力所在，因此我在全书中常常强调心理学所涵盖内容之广泛。当然，心理学的这种广泛性可能会让一些对生理学、动机、认知、异常行为之间的关系了解不多的学生颇感困惑，事实上，在这个十分讲究专业细化的年代，即使是一些心理学家也觉得这些领域是支离破碎的。

但是，我相信心理学的各个分支多数还是互相交叉重叠的，我们有理由借助它们之间的关联与相似来凸显其共性，因此，我认为心理学并不是七零八碎的，而是有机联系的整体。这本教材的原则就是：强调心理学知识遗产的整体性（主题）和研究兴趣与应用的多样性（变式）。

2. 阐明了研究过程与应用之间的密切联系。于我而言，一本研究取向的书，不应该是充斥着许多研究综述的书，而是可以增强学生的逻辑鉴别力和实证研究兴趣的书。我想让学生领悟实证研究方法的长处，并将科学心理学视为创造性的工作，可以解决有趣的行为难题。出于这个目的，本书不仅把重点放在心理学家知道（或不知道）什么上，而且致力于介绍他

们如何尝试解决问题。教材中对一些方法的细节做了检验，并鼓励学生继承科学家在对行为做出论断时应该持有的怀疑态度和批判性思维。

专注掌握科学研究的长处，并不代表忽略学生对与日常生活有关的具体的、个别的需求。多数研究者都相信心理学有责任为本领域之外的人提供信息，并推广研究工作的实际应用价值。这本书将技巧与方法小心地加以量化，并与数据紧密相连，所以学生可以看到研究和应用是如何相互依赖的。我相信，当看到严谨的研究与完善的理论在实际应用中所产生的价值时，学生会更加清楚心理学是一门科学。

3. 可以激发思考并易于学习。可能最重要的是，我所追求的是一本能激发思考的书，而非一本学习提纲。我一贯主张概念和理论是以事实为基础的，并对横跨心理学诸多分支的主要争议和棘手问题（例如，行为在多大程度上受先天和后天以及它们交互作用的影响）保持专注，对狭隘的争论（例如，用平均值与总和中的哪个值来代表印象形成更有优势）持否定态度。激发学生去思考还意味着鼓励学生直面复杂且有些模棱两可的心理学知识，因此，本书不会绕过灰色地带、尚未解决的问题或者仍存在争议的理论，相反，本书鼓励读者去思考开放性的问题，去检验他们对行为的假设，把心理学的概念应用到他们的生活中。我的目的不是简单地对心理学加以描述，而是能够促进学生学识的增长。

但是，学生在刚刚掌握心理学的一些基本概念和原理的时候，理论上可以只掌握“大问题和难问题”，这样能尽量减轻学习负担。教材是教学的工具这一点我是时刻铭记于心的，因此我花费了大量精力力求书的内容、结构、写作风格、插图和教法能够和谐一致，使教与学能够互相促进。

必须承认，这些目标颇具抱负，作为读者你完全有权表示怀疑，因此有必要说明一下我为实现这些目标所做的尝试。

特点

大量与众不同的元素造就了本书的独特气质，这些元素包括：统一的主题、专题研究、个人应用、批判性思维应用、直相核查、图解纵览、术语表、概念检查、主要学习目标及回顾等。

统一的主题

第1章介绍了贯穿全书的7个统一的主题。这些主题有以下几个作用：第一，它们将整章内容串在了一起，有助于学生厘清心理学各个研究领域之间的联系。第二，随着这些主题在书中一一展开，心理学中一些久盛不衰的问题得到了充分的讨论，从而有助于实现本书的“理念”。第三，它们将焦点汇聚于心理学的基础观点和研究主题之上，应该可以给学生留下深刻的印象。

在选择主题时，我不断叩问自己（以及他人）：“从现在开始5年里，我真正想让学生学到的是什么？”这些主题因此分成了两类。

与心理学学科有关的主题

主题1：心理学是实证科学。这个主题主要用来增强学生对心理学科学性的理解，使其认识到实证研究方法与不加鉴别的常识和猜测相比所具有的优点。同时我还利用这个主题鼓励读者培养科学的怀疑精神，并对各种现象进行批判性思考。

主题2：心理学理论的多样化。学生们经常会被心理学中多元的理论体系所困扰，并把理论的多样化当成心理学

的缺点。我不会回避这个问题或者为此心怀愧疚，恰恰相反，我打心底里觉得理论的多样化是心理学的一项巨大优势。在这本书中，我将用具体的例子来说明激烈冲突的理论是如何激发新的研究的，怎样把多个视角汇聚到同一问题上以使理解加深以及相互冲突的理论最后是怎样融合的。

主题3：心理学在社会历史中演进。这个主题强调心理学与我们的日常生活是紧密联系在一起。教材中会展示时代精神如何影响心理学的发展，以及心理学的进步是如何在我们的社会中留下印记的。

与心理学研究对象有关的主题

主题4：行为是由多种因素决定的。在书中，我反复强调和说明：行为的过程是很复杂的，是多种因素导致的。这个主题主要是为了防止简单化、单一原因思考，鼓励批判性思维。

主题5：行为是文化塑造的结果。这个主题试图让学生理解文化因素是如何影响心理过程的，以及一个持有自己文化观点的人是如何扭曲解释其他文化中人的行为的。这个主题的讨论不止简单赞颂了文化的多样性，还避免走极端，准确反映了该领域的研究——文化的差异性和相似性对行为而言同等重要。

主题6：遗传与环境对行为的共同影响。对这个问题的反复讨论让我厘清了先天与后天之争的复杂性。通过不断学习，学生会逐渐掌握先天的生物因素和后天的经验是如何塑造行为的，以及科学家通过什么方法对两者的重要性进行评估。随着时间的推移，学生将逐步深入地理解我们所说的遗传与环境的交互作用。

主题7：人类经验的主观性。我们通常会忘记人们在一定程度上是通过自己的角度看问题的。这个主题主要用来解释人类经验背后的主观性原则，阐明其意义，并不断提醒读者，不是只有他们对世界的看法是合理的。

在第1章介绍了全部7个主题之后，后面的章节只对与本章内容相关的主题进行了讨论。本章内容与主题之间的联系作为最重要的部分，放在了每章的最后一节，其中还总结了“本章必学内容”。对统一主题的讨论也仅限于这一节，叫作“本章主题反思”。我并没有故意限制每章主题的数量，每个主题都是自然而然产生的，每章有2~5个主题。下图展示了每章重点讨论的主题，每个“本章主题反思”前的图标代表出现在本章中的具体主题是哪个。

每章主题的标记							
章	主题						
	1 实证	2 理论的多元化	3 社会历史背景	4 原因的多元化	5 文化遗产	6 遗传与环境	7 主观经验
1. 心理学发展简史							
2. 心理学的研究方法							
3. 行为的生物学基础							
4. 感觉和知觉							
5. 意识							
6. 学习							
7. 记忆							

每章主题的标记							
章	主题						
	1 实证	2 理论的多元化	3 社会历史背景	4 原因的多元化	5 文化遗产	6 遗传与环境	7 主观经验
8. 语言和思维							
9. 智力与测量							
10. 动机与情绪							
11. 发展心理学：终生发展的视角							
12. 人格							
13. 社会心理学							
14. 健康心理学							
15. 常见的心理障碍							
16. 心理障碍的治疗							

专题研究

除了第1章之外，其他章都有一个比较详细、简明的专题研究。每一个精选出来的研究都是按照传统的目的一方法—结果—讨论的正式格式在学术期刊上发表过的，后面我还对这个研究做了评论，用以说明这个研究的特别之处（为了阐述一种特别的研究方法或关于伦理的问题等）。通过演示研究方法，我希望学生可以领会进行科学研究的基本过程，同时也给他们介绍一下有关期刊论文的基本格式。除此之外，专题研究还可以表明科学研究是多么复杂，学生也可以借此理解科学家们为什么会就同一问题有不同观点。专题研究是教材的正式组成部分，并非选学内容。

在确定专题研究时，我将经典和最近的研究都收录进来了，用以说明研究方法的广泛性。而且为了引人入胜，我一般先考虑这个研究能否引起学生的兴趣，因此，读者在本书中会邂逅的研究有：睡眠剥夺的影响、性兴奋的神经机制，以及米尔格拉姆有关服从的传奇研究等。

个人应用

加强理论和研究的应用是本书强调的重点，每章结尾会有一个个人应用的部分来推广心理学实用的一面。每个人应用的部分大概用2~5页的篇幅针对一个问题进行详细讨论，相信它会引起学生们的兴趣。虽然大多数个人应用都突出强调了“如何做”，但仍会跟本书的主体部分一样，继续对研究和数据进行总结，在这个部分，研究和应用不是相反的两极，而是一个硬币的两面。许多个人应用涵盖了一些“心理学导论”教材不太常写的主题，如查找和阅读学术期刊、理解艺术与错觉的关系、提高压力管理能力等。