

大學用書

心理學

劉安彥著

心 理 學

劉 安 彥 著

學歷：國立台灣師範大學教育學士

美國東北密蘇里州立大學文學碩士

美國愛荷華州立大學哲學博士

經歷：大學講師、助教

現職：美國傑克遜州立大學心理學教授

三 民 書 局 印 行

序 言

人類對其本身的心理現象及事件一向抱持着濃厚的興趣，因此有關人類心理的觀察與探討，由來已久，而非現代科學的產物；不過，以科學的方法來對人類的行為和心理現象做系統化的分析研究，却是十九世紀以後的事，自從德人馮德氏於公元1879年首創心理實驗室於萊比錫大學迄今，雖只是短短百年，然而經由心理學家們所做的許多努力，現代心理學已被接受為科學的一環。本書所要介紹的就是學者們從事科學研究所累積的心理學基本知識與理論，以及心理學家們目前所關心研究的一些主要問題。

本書共分十七章，除對心理學的傳統領域如行為發展、學習、遺忘、感覺、知覺、情緒、動機、人格、變態行為和社會行為等做系統化和全盤性的介紹外，對於目前為心理學家們所特別注意的一些其他問題如行為的生理基礎和遺傳、語意記憶、變更的意識狀態和都市環境問題等，又儘量收集新近的研究發現，扼要地為讀者提供及時的知識與資料。由於心理學的領域相當廣泛，而從事心理學研究的人又為數甚衆，加上各家所採理論基礎與步驟又頗有不同，因此各家

所持見解與立論之紛歧不一，自在意料之中。本書既為一入門書籍，內容取材，自當力求中允，兼採各家精華，為初學者提供最基本的心理學知識。

為顧及初學者的瞭解與領悟，本書所用文字，力求簡明通順，對於生澀難懂的專門術語儘量加以避免；而基本概念的解說則力求詳盡；必要時又採用各種圖表來幫助讀者的理解和增進讀者的興趣。本書在每章正文之前，特以整頁篇幅表列該章之大綱，以便讀者在閱讀正文之先，對該章之內容有一概括性的認識，期能有助於內容的閱讀與理解。

作者本人從事心理學的教學工作多年，根據過去的經驗，發現合適有趣的教本，對於學生的學習，往往可收事半功倍之效，而且又可啟發學生進一步深入研討的興趣。本書的編寫，旨在為心理學一科的初學者以及對心理學感興趣的一般讀者們，提供一本簡明易懂而又切合實際的入門書籍，希望他們在閱讀過本書之後，對科學心理學的基本知識有正確的認識與瞭解，同時還希望本書能進一步引起他們研習心理學的興趣。

本書初稿完成後，承留美學人溫世頌教授和國立臺灣師範大學簡茂發教授詳為校閱，並惠示高見，特

此致謝。三民書局總經理劉振強先生和編輯部諸位先生等對本書之排印、校對和出版等，多方協助支持，併此謹申謝意。

本書付印倉促，遺漏欠妥之處在所難免，尚祈先進時賢不吝賜正。

劉 安 彥

民國六十七年八月

心理學目次

序 言

第一章 心理學的本質

一、什麼是心理學	3
二、心理學家及其工作	4
三、研究心理學的方法	10
四、心理學簡史	15

第二章 行爲的生理基礎

一、神經細胞	28
二、神經系統	30
三、大腦的構造及其功能	38
四、內分泌腺系統	44
五、行爲遺傳學	47

第三章 個體的生長與發展

一、影響個體生長與發展的因素	55
二、產前的生長	62
三、肢體的生長	65
四、認知的發展	72

五、人格與社會行爲的發展.....	80
六、老年的改變與適應.....	92

第四章 制約與學習

一、古典式制約.....	101
二、操作式制約.....	107
三、其他的學習方式.....	121
四、技能學習.....	125
五、語文學習.....	128
六、學習遷移.....	136

第五章 記 憶

一、記憶的測量.....	141
二、記憶的過程和種類.....	144
三、記憶的生理基礎.....	149
四、遺忘的本質.....	151
五、增進記憶的方法.....	156

第六章 語言和思考

一、語言的結構.....	163
二、語意記憶.....	165
三、語言與思考.....	167
四、動物的語言學習.....	169
五、思考.....	172

第七章 智能及其測量

一、智能的本質.....	185
二、普通智能的測量.....	188
三、測量智力所引起的一些問題.....	198
四、智商的分佈.....	205
五、創造力.....	208

第八章 感覺歷程

一、感覺的測量.....	216
二、視覺.....	221
三、聽覺.....	229
四、其他感覺.....	233

第九章 知 覺

一、空間知覺.....	239
二、運動知覺.....	243
三、知覺的恒常性.....	246
四、知覺的組織.....	248
五、注意.....	253
六、圖案識別.....	255
七、超感覺知覺.....	257

第十章 變更的意識狀態

一、變更意識狀態的特性.....	261
二、睡眠和夢.....	263
三、藥物作用.....	269

四、打坐冥思.....	274
五、催眠狀態.....	275

第十一章 情 緒

一、情緒的界說與理論.....	282
二、情緒的發展與表現.....	289
三、情緒的作用.....	295

第十二章 動 機

一、生理性動機.....	302
二、尋求刺激的動機.....	310
三、人類的其他動機.....	313
四、人類需求的層次.....	318

第十三章 人 格

一、人格類型與特質論.....	324
二、心理分析論.....	328
三、社會學習理論與人格.....	337
四、現象論的人格說.....	340
五、人格的衡量.....	343

第十四章 不良適應與心理失常

一、心理失常的不同觀點.....	351
二、心理失常的分類.....	354
三、神經病.....	357

四、心身性疾病·····	362
五、人格失常·····	364
六、精神病·····	370

第十五章 心理治療法

一、心理分析法·····	379
二、患者中心治療法·····	381
三、行為治療·····	383
四、團體治療法·····	388
五、生理治療法·····	390
六、社區心理學與社區心理衛生·····	392

第十六章 社會心理學

一、人際關係·····	397
二、團體中的個人行為·····	409
三、團體歷程與團體行為·····	415
四、態度的形成與改變·····	419

第十七章 心理學與現代問題

一、都市問題·····	430
二、工業心理學·····	438
三、商業應用·····	446

第一章 大綱

一、什麼是心理學 3

二、心理學家及其工作 4

甲、心理學家的素描

乙、心理學的門類

三、研究心理學的方法 10

甲、個案研究法

乙、系統觀察法

丙、相關法

丁、實驗法

四、心理學簡史 15

甲、近代哲學與生理學的影響

乙、心理學的主要學派

丙、當代心理學的新研究途徑

第一章 心理學的本質

在交際場合裡，當我們知道有心理學家在場時，我們往往覺得跟這樣一個人交談，或在他面前的舉止動作都要特別小心留意，否則，因為心理學家「善於察言觀色」，很可能會看穿我們的心事，洞悉我們的動機。一般人總認為研究心理學主要是在認識自己，認識別人，不過，心理學是一門很廣泛、很分歧的科學，其範圍並不只限於人際關係或人格特質的探討，舉凡我們日常生活中的大小行為經驗，都是心理學家關心的對象。而心理學家用來研究行為的方法也各有不同，其對探討行為所採的觀點與步驟又大有差別，這更增加了對心理學正確認識的不易。本章的主要目的，乃是在概括地介紹心理學家的所作所為、心理學的方法以及科學心理學的發展簡史，希望讀者於閱讀這些資料後，對於心理學的本質有較深入的認識與瞭解。

一、什麼是心理學？

簡單地說，心理學乃是以科學的方法來研究行為的科學。這兒所指的行為不但包括外在的而易被觀察的動作行為，而且也包括內在的心理事件。過去，心理學家們雖然懷疑研究內在心理事件如思想、意像、情感等之是否得當，不過，時至今日，大部份的心理學家都同意這些內在心理事件的研究有其必要。由此可見，心理學所研究的是廣泛的行為而不是狹義的行為。

科學的研究與普通的日常觀察又有那些不同呢？最主要的，科學的研究是系統化的研究，它是客觀的，由科學研究所得的結果不但易於與

他人溝通，而且在類似的情況下，別人可以獲得相同的後果而加以驗證。科學研究之所以客觀，一方面是因為研究者對於研究對象的定義予以明確地界說，如此一來，受過適當訓練的人對於有關的研究事項，不至於有誤解或不同的看法；在另一方面，科學的研究往往運用各種控制設計以使觀察所得的結果正確地反應實際現象的發生，而避免因個人偏見或好惡所可能引起的主觀解釋。

科學的研究須要保持客觀，而科學研究的結果也須要能經得起別人的驗證，所謂科學是公開的，就是這個道理。在某一實驗室或由某一心理學家所做的研究，如果所得的研究結果，不能被其他的實驗室或心理學家用類似的研究方式來獲得類似的結果，那末這項結果並不一定是科學的研究結果，對於這種結果的溝通性也將相對地減低，而其可靠性也就要被打折扣。

科學的研究所重視的是全盤化和系統化的研究，孤立性或片面的觀察與研究並不是科學化的研究。除非我們能就與某一現象有關的其他許多現象同時予以解釋說明，我們的知識是不完整的。任何科學的終極目的乃是在對其所研究的對象內容予以全盤化的分析解說，科學的心理學當然也不能有所例外。

二、心理學家及其工作

當你碰到一個心理學家時，你會認得出他是一個心理學家嗎？心理學家平常所從事的又是一些什麼樣的工作呢？他們的工作單位又是如何呢？類似這一類的問題看來似乎簡單，但是有許多人對於這些問題的解答却不見得有明確的認識與瞭解。在本節中，我們將為讀者提供一些有關的資料。

甲、心理學家的素描

與其他的專家們一樣，心理學家是受過專業訓練的人才，當然由於專精的不同，他們所從事的工作也頗有差異。到底心理學家是怎麼樣的一個人呢？這可由多方面來加以探討：例如他們所受的教育、他們的工作情形、他們所關心的問題等等。

以教育程度而言，一般心理學家至少需要受過研究所教育而擁有碩士學位者，通常四年的大學教育是不夠的。這尤其是以美國的情形更是如此。美國心理學會 (American Psychological Association, 簡稱 APA) 是由美國心理學家們所組成的一個專業團體，成為這個學會正式會員所需要的學歷是博士程度，當然並不是所有的會員都具有博士學位，有許多人是以較低的學歷先成為副會員，而於幾年後升為正式會員，有些人則因為對於心理學有特殊貢獻或從事有關心理學的工作有年而被接受成為正式會員。該一學會目前擁有會員四萬多人，而這些會員們又因個人所關心問題及有關心理學興趣上的不同，分別屬於三十多個不同的組別 (Divisions)。大的組，會員超過五千人，而小的組，則只有四、五百人。也有一些人同時屬於兩、三個不同的組別。美國心理學會每年於八月底九月初開年會一次，各組分別宣讀論文，平時各組也都有自己的期刊或通訊出版。

由於心理學家們的興趣相當廣泛而分歧，同時他們所從事的工作又是差異甚大，有些人從事基本理論的研究，有些人則從事比較實際的工作，因此他們的工作單位也頗有不同，這可由最近的一項統計資料看出來 (Boneau and Cuca, 1974)。根據該項資料，美國心理學家所屬的工作單位及其所佔的人數百分比如下：

大專院校	57%
醫院、診所和社區中心	15%
私人開業	7%
工商諮詢	5%

政府機構	5%
中、小學校	6%
其他(軍事、司法或研究機構等)	5%

從這項資料我們可以看出，絕大多數的心理學家是在大專院校任職工作，這一方面是因為一般大專院校都開有許多有關心理學方面的課程，而選修心理學的學生又多，因此許多心理學家都從事教學與研究的工作。另一方面，心理學專業人才（如輔導員、臨床心理學家、工業心理學家等等）的培養與訓練也都在大學中進行，因此這方面的師資也需要很多。除了在大專院校從事教學與研究的工作外，也有許多心理學家是在醫院裡、診所裡或社區心理健康中心從事有關心理治療、諮詢或測驗等工作。

乙、心理學的門類

由於心理學家們研究興趣的廣泛，以及知識累積的結果，現代心理學正如醫學和其他專業學科，其分工專精的程度相當細密。上面提過，美國心理學會內分組多達三十多個，而所出版的專門期刊為數十餘種，這正是此一現象的極佳寫照。現在讓我們簡單地把心理學的門類介紹一下，首先我們所要介紹的主要是與教學和研究有關，然後我們再介紹一些比較實際的應用心理學。

教育心理學 (Educational Psychology) 教育心理學所關心的是有關教育方面的心理問題，尤其是有關學習、測驗以及教學技術等方面的問題。除此之外，教育心理學家也講授教育心理學，參與教育工作人員的培養與訓練。**學校心理學 (School Psychology)** 則偏重學生智力與學力的鑑定與測量，診斷中、小學校學生在動機、人格、社會或學業上的困難，而為學校老師提供有關這方面的諮詢服務。從另一個觀點來看，學校心理學家有些類似諮商心理學家，他們為學校裡的學生提供個

別的輔導，不過對於較嚴重的心理問題之處理，學校心理學家往往要借重其他專家們的協助，而很少單獨提供治療。

發展心理學 (Developmental Psychology) 傳統上，發展心理學家偏重於兒童發展的研究，不過，近年來有關青少年、成人和老年人的心理問題也逐漸受到發展心理學家們的重視，差不多整個生命歷程的發展問題都是他們所關心的。發展心理學的研究項目包括有發展常模的建立、個別差異、動作行為的發展、認知過程、社會行為和人格的發展，以及各發展時期的適應問題等。兒童心理學、青年心理學和老年心理學 (Psychology of Aging) 等就是針對某一發展時期的發展心理學。

實驗心理學 (Experimental Psychology) 偏重於行為基本法則與因素的研究而很少關心實際應用的問題。感覺、知覺 (Perception)、學習、記憶、動機、情緒，以及行為的生理基礎為實驗心理學的主要課題。由於研究對象的不同，實驗心理學又有人類實驗心理學和動物實驗心理學之分。動物實驗心理學家所用來做實驗的動物主要是白鼠、狗、鴿子、猿猴和貓等，而以研究與學習歷程有關的實驗為最多。其實有許多的學習理論都是先以動物實驗所得的結果做基礎而逐漸形成的。由於實驗心理學家所研究的行為歷程是最基本和最主要的，這方面所獲得的知識乃是瞭解其他心理學所必需。

生理心理學 (Physiological Psychology) 它以行為的生理基礎為主要內容。生理心理學家的研究，主要是針對行為與生理變化間的關係，他們特別重視腦、神經系統、內分泌等對行為所產生的影響，尤其是對動機與情緒所產生的影響。近年來，生理心理學對於學習與記憶的生化反應 (Biochemical Reactions) 和睡眠、夢等的生理歷程也做了許多研究。生理心理學與生物科學關係十分密切。因此，有時又被稱為生物心理學 (Biopsychology) 或心理生物學 (Psychobiology)。生理心理學內由於