



社会 心理学

Shehui Xinlixue

石林 / 主编

华文出版社

责任编辑 关淑芳

封面设计 周国强

版式设计 尹 植

图书在版编目(CIP)数据

社会心理学/石林主编. —北京: 华文出版社,
2005.4

ISBN 7 - 5075 - 1825 - 6

I. 社… II. 石… III. 社会心理学 IV. C912.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 039949 号

华文出版社出版

(邮编: 100055 北京市宣武区广安门外大街 305 号 8 区 5 号楼)

网络实名名称: 华文出版社

电子信箱: hwbs@263.net

电话: (010) 63370164 63370169

新华书店经销

河北下花园光华印刷有限责任公司印刷

850 × 1168 毫米 32 开本 10.125 印张 262 千字

2005 年 4 月第 1 版 2005 年 4 月第 1 次印刷

*

定价: 13.40 元

属印装质量问题印厂负责调换



石林 心理学博士，北京师范大学心理学院副教授。近年来主要著作（包括译著）有：《健康心理学》、《压力与健康》、《三种心理学》等，发表论文20余篇。专业方向为：社会心理学，健康心理学，环境心理学，压力与应对技术。

说 明

社会心理学是普通心理学的一个分支。它的研究侧重于个体的社会本质，它研究个体的思想、情感和行为如何受他人的影响。社会心理学是一门注重实证研究的学科。党的十六大提出全面建设小康社会的奋斗目标，为实现人的全面发展和社会的全面发展，构筑和谐社会，重视人、重视对人的研究，要求我们加强对社会心理学的研究和学习。

本书由北京师范大学心理学院副教授石林博士撰写，作者总结自己从事社会心理学教学和研究的成果，对社会心理学的基本理论、基础知识、主要内容以及研究状况进行了详细介绍。全书内容丰富，结构完整，语言通俗易懂，方便自学。此外，书中精选了大量生动有趣的研究实例，既帮助读者加深理解，又增强可读性。本书适合于党校、行政学院、高等院校和其他高等教育有关专业使用。

书中若有不妥之处，敬请广大读者批评指正，以便我们进一步修订、完善。

华 文 出 版 社

中共中央党校函授学院

2005 年 3 月

目 录

第一章 社会心理学的对象	1
第一节 社会心理学的历史背景	1
第二节 社会心理学的研究方法	6
第三节 社会心理学的基本理论	9
第二章 社会认知	17
第一节 对人的知觉	17
第二节 思维捷径：认知法则	27
第三节 社会推论中常发生的错误	31
第四节 通过不同途径对他人的知觉	35
第三章 归因理论	46
第一节 归因的定义和重要性	46
第二节 归因的维度	47
第三节 凯利的共变归因理论	48
第四节 对他人行为的归因	50
第五节 对个人行为的归因	53
第六节 非真实反馈	59
第七节 归因过程中的偏见	61
第四章 自 我	71
第一节 自我的概念	71
第二节 自我认识的来源	72

第三节	自我认识的维度	74
第四节	自我管理	76
第五节	动机与自我	81
第五章	态度和态度理论	90
第一节	态度的定义	90
第二节	态度与行为的关系	92
第三节	增强态度和行为一致性的条件	93
第四节	理智行为模式	94
第五节	态度理论	98
第六章	态度改变	108
第一节	说服模式	109
第二节	态度改变过程	110
第三节	说服者的特点	116
第四节	信息传递	124
第五节	目标	131
第六节	情景因素	134
第七章	社会影响	138
第一节	从众	138
第二节	听从	146
第三节	对权威的服从	150
第八章	人际吸引	153
第一节	合群	153
第二节	友好关系的益处	158
第三节	人际吸引的基本原则	160
第四节	影响人际吸引的四个有利因素	161

第五节	爱情和孤独	168
第九章	社会交往	173
第一节	不同类型的社会交往	173
第二节	自我呈现	174
第三节	自我评价维持模式	175
第四节	社会比较	177
第五节	自我暴露与密切关系	178
第六节	社会交换理论	180
第十章	群体行为	188
第一节	群体对个体行为的影响	188
第二节	群体中的个体	192
第三节	群体的基本特征	194
第四节	群体中的工作表现	199
第五节	竞争与合作	206
第六节	领导和领导者	210
第十一章	性别研究	216
第一节	对于性别的认知	216
第二节	性别和自我概念	223
第三节	行为的性别差异	228
第十二章	利他行为和亲社会行为	233
第一节	亲社会行为的定义	233
第二节	有关亲社会行为的理论	234
第三节	情景特点	241
第四节	可能提供帮助的人的特点	244
第五节	被帮助者的特点	245

第十三章 侵犯行为	248
第一节 侵犯行为的定义	248
第二节 愤怒的来源	249
第三节 影响侵犯行为的因素	250
第四节 如何减少侵犯行为	254
第五节 大众媒介与暴力行为	258
第十四章 健康心理	263
第一节 健康行为	263
第二节 心理紧张和疾病	267
第三节 应对心理紧张事件	271
第四节 病症、疾病和治疗	276
第五节 慢性病对人的心理和社会生活的影响	280
第十五章 环境心理学	284
第一节 人类的空間行为	284
第二节 拥挤问题	287
第三节 噪音问题	291
第四节 建筑高度	293
第五节 城市生活	295
第十六章 应激与健康	299
第一节 应激的定义	299
第二节 应激与认知的关系	303
第三节 应激生活事件的研究	308
第四节 应激的生理学	314

第一章 社会心理学的对象

第一节 社会心理学的历史背景

社会心理学是一门古老的科学，同时又是一门很新的现代科学。从人类文明开始发展时，我们的文化祖先就开始关心我们现在关心的各种同样的问题，如他们想知道，一代人如何将他的文化和思想方式传给下一代人？当一个人同别人接触时，这个人的主观世界会受到哪些影响？早在社会心理学成为一门科学之前，政治哲学家已开始询问这样一个问题“什么是人的社会性？”他们那时已经知道：“政府管理必须符合被管理的人的本质”。

古希腊哲学家柏拉图在考虑什么样的国家是理想的国家时，是根据他对人的本质的考虑而得出的。柏拉图认为人体由三部分构成，分别是头、胸、腹。人的灵魂也相对地具有三种能力。“理性”属于头部的能力，“意志”属于胸部，“欲望”则属于腹部。这些能力各自有其理想，也就是“美德”。理性追求智慧，意志追求勇气，欲望则必须加以遏阻，以做到“自制”。惟有人体的这三部分协调运作时，个人才会达到“和谐”或“美德”的境界。在学校时，儿童首先必须学习如何克制自己的欲望，而后再培养自己的勇气，最后运用理性来达到智慧。国家也应该像人体由头部来掌管一样，必须以理性来统制，必须由哲学家来治理。

在 19 世纪后半叶的法国，许多社会学家出现了研究群众心理的热潮。社会学的创始人孔德在 1838 年首先使用“社会学”一词。他认为，要达到改造社会与组织社会的目的，就必须去认

识社会规律，需要通过实证（科学观察和经验）的方法去建立社会学。

由此可见，对社会心理学核心问题的兴趣，即对人的社会本质是什么这一问题的兴趣，自古就有，且一直持续至今。

一、社会心理学的起源

如果我们问“谁建立了社会心理学？”这一问题，就碰上了科学中众多困难问题中的一个问题。这是一个有关社会发明的问题。我们能否认为一个人可以改变历史。

假如我们同意有“伟人”的理论解释，可以根据标准和时间提出几个人作为社会心理学的创始人：柏拉图、亚里士多德、霍布斯（Hobbes，17世纪英国哲学家）、孔德（Comte，19世纪法国哲学家和社会学家）、斯汤达尔（Steinthal，19世纪德国心理学家）。他们中的每一位都为社会心理学作出了贡献，其中有几位还曾被称为“社会心理学之父”。对“谁建立了社会心理学？”这一问题的正确回答是，现代社会心理学起源于西方思想和文明的特殊土壤之中。

社会心理学的起源可以追溯到早期西方的文化历史。社会心理学在当代的发展则被认为是美国的贡献。社会心理学在美国得到迅速发展的一个原因是来自于这个国家的实用主义传统。社会中出现的动乱，国家面临的危机都要求用新的技术来解决这些问题。

二、社会心理学的定义

社会心理学与其他的社会科学没有严格的界限。它与政治学、经济学、文化人类学都有相同的部分，在许多方面与普通心理学没有区别。同时，它与社会学的关系也很紧密。第一本“社会心理学”（1908）就是由一位社会学家罗斯写的。以后的社会心理学教科书则都是心理学家的作品。

然而社会心理学有着它自己的理论、数据和着眼点。社会心理学的研究侧重于个体的社会本质。而其他的社会科学则着重研究个体生活在其中的政治、社会和文化制度。

社会心理学研究个体的思想、情感和行为如何受他人的影响。

社会心理学是普通心理学的一个分支，它的研究中心与普通心理学是一样的，即人的本质。有些学者认为由于人的生活总是受他人影响的，因此所有心理学的分支都是社会的。然而许多有关人的本质的问题都不必从社会的角度来考虑：如，心理物理学、感觉过程、情感机制、记忆过程。社会心理学在某些方面与普通心理学相同，但不等于普通心理学。

社会心理学的定义很多。Aronson 在他的著作《社会动物》中讲过，有多少个社会心理学家就有多少个社会心理学的定义。

我们先看看社会心理学不是什么：

首先，社会心理学不是社会问题学。社会心理学的研究和教学在我国只有短短的十几年的历史。然而，由于这十几年我国的改革开放、体制变化、经济和现代化进程都很迅速，许多社会问题纷纷出现。由于社会心理学的“社会”二字，使许多人认为这一学科是一门研究和解决社会问题的学科。香港大学的杨中芳教授在一篇文章中正确地指出了社会心理学的研究对象和任务。指出社会心理学不是社会问题学。社会问题学的任务是为了寻求解决某一个具体社会问题的特殊方法而作的研究。其研究结果是具体的而且以能否“解决问题”为其评价的惟一标准。

然而这并不是说社会心理学研究与解决社会问题，或者研究社会问题无关，相反，社会心理学研究与社会问题的研究是很密切的（如，课题来源，应用才使学科有生命力）。这里只是说社会心理学的目标不是解决社会问题。

其次，社会心理学不是社会改革学。在现代化进程中，越来越多的人认识到改造中国人的国民性，提高人的素质是一个迫切

的任务，许多社会观察家、评论家、企业家都清楚地看到了传统的、消极落后的民族性格必须要彻底改造。然而如何改造落后的民族性格，全面提高人的素质则是一个很困难的问题，于是又有一些人对社会心理学家寄以殷切的希望，把社会心理学与社会改革学划上了等号。社会心理学可以而且应该研究人的素质改造这一问题。他们通过研究性格及价值观形成的客观规律，可以找到真正能改变这些性格和价值观的途径和方法。他们可以是改革学家的幕后工作者，根据研究成果提供切合实际的改革建议，以供决策者选择，然而，他们并不是同一类的工作者。

第三，社会心理学不是社会调查学。目前中国社会心理学的底子非常薄弱，而各行各业的人对它的需求却非常殷切，在这种情况下，为了能够让社会各界看到社会心理学的作用，许多人采取了最快捷的办法，那就是：(1) 参考西方现成的社会心理学的著作，利用他们现有的调查工具或量表，在中国翻版一下；(2) 作土法（完全没有科学方法训练的）社会调查。近几年来，国内试图用土法或外国工具作社会调查，来帮助解决具体问题的研究很多，以至使许多人以为社会心理研究就是社会调查。然而，社会心理学不是社会调查学，社会调查只是作社会心理学研究的一种方法，不是社会心理学研究的惟一方法。

那么社会心理学是一门什么科学呢？

社会心理学是研究社会行为的科学。它研究我们怎样认识别人，怎样认识社会环境，我们怎样影响别人。对别人的行为作出什么样的反应，以及别人怎样影响我们，对我们的行为作出反应。总的来说，社会心理学研究人的行为、意识、感情等等是怎样被社会环境所影响的。

社会心理学研究的问题很多，让我们看几个社会心理学研究的问题：

1. 初次印象。大家可能都有过这样的经验，有时我们第一次遇见一个人，只是匆匆的一面，或只通过这个人的衣着，或说

的一句话，我们就可以判断这个人的性格。“这个人挺好，挺善良”或“这个人是属于官场上的人”等等。初次印象对一个好的人际关系的作用是如何呢？人们为什么会仅凭初次印象就会判断出一个人的性格；怎样给人留下较好的印象，都是社会心理学家关心的问题。

2. 友好关系的保持。友好关系指的是与朋友的关系，与配偶的关系，人人都希望自己同朋友与爱人的关系能够和睦、持久。然而，在现代社会里，很多关系，尤其是婚姻关系不如以前持久。离婚的人数越来越多，造成离婚的一个很重要的原因是双方性格、爱好上的不和。那么造成一个成功的婚姻的重要因素是什么呢？人的外貌对友好关系的产生是否重要呢？友好关系是怎样发展、变化的呢？

3. 助人行为。在社会生活中，我们经常可以看到当有人遇到困难的时候，会有很多人热情地伸出援助之手，但也有在遇难的人急需帮助时，只有人在旁边围观，而对有困难的人不提供帮助。社会心理学家对这些社会现象从社会心理学的角度进行研究，对以下问题进行了考察。

(1) 为什么在一些情景下旁观者对遇到困难的人给以帮助而在另一些情景下却没有？

(2) 在旁观者不给帮助的情景下，这些人对自己的社会责任和道德是怎么想的？

(3) 在什么条件下人会对他人的困难提供帮助或不提供帮助？

社会心理学的研究范围是很宽的。除了以上的这些例子外，属于社会心理学研究的内容还有：

1. 社会认知和态度。社会认知研究对人的个性的了解，对人的行为的判断和解释。

2. 态度的形成和改变。

3. 人际交往、友谊、爱情、侵犯行为、利他行为、服从、

权威。

4. 人怎样在团体中行动，团体如何影响它的成员。

5. 社会心理学的应用——偏见、性别差异，环境对人的行为的影响，影响身体健康的社会和心理因素。

第二节 社会心理学的研究方法

一、社会心理学的研究特点

社会心理学是一门研究社会行为的科学。它的研究目的是要搞清人是怎样互相影响的，以及人在社会环境下的行为有什么规律。

许多其他学科也研究人的社会行为。那么社会心理学的研究与其他学科有什么区别呢？社会心理学与其他研究社会行为的学科的不同在于它的研究方法，这里的研究方法指的不是具体的研究方法，而是有指导意义的总的研究方法。

对社会行为可以从3个水平上进行研究：

1. 社会水平上的研究。这种方法被较多地用于社会学、人类学、经济学、政治学等学科。这些学科里的学者们用较广义的历史、经济、社会或文化因素来解释社会行为。根据这个水平的研究，人们的行为可以用阶级的矛盾，种族关系、自然灾害、社会政策以及经济或技术改变等来解释。

2. 个人水平上的研究。这种研究方法主要被临床和个性心理学家采用。这些学者认为人的行为是可以由人的个性特点来解释的。他们认为，一个人的个性和动机可以解释他的行为，用这种方法可以解释为什么在同一个社会环境里两个人的行为会不同，个人水平研究的重点是个体童年生活经验的不同，以及个人的能力，动机和个性的不同。

3. 人际水平上的研究。社会心理学家对人的社会行为的研

究是介于前两种水平之间的研究，即在人际水平上的研究。

社会心理学的研究重点是一个人当时所处的社会环境。这个社会环境包括在这个环境中的其他人，他们的态度和他们的行为、人际交往的背景等等。总的来说，社会心理学家关心的是一个人所处的周围环境对他的行为的影响。

以城市犯罪问题的研究为例，来分析上述3种水平研究：

(1) 社会水平。在这个水平上作研究就要从大的社会环境中去寻找原因。认为这种罪行的出现是与快速的城市化和社会的工业化相联系的。我国目前迅猛的经济发展把大量的人从农村吸引到了城市，城市里的拥挤、工作机会的不足、人对物欲的增高，以及法律和秩序的混乱都会造成类似的罪行。在社会水平上作的研究把某种社会行为与较大的社会力量联系起来，这种研究并不考虑某一个人，也不考虑这个人周围的社会环境。

(2) 个人水平。以罪犯的个人历史和他的个性特点来解释他的犯罪行为，个性心理学家倾向于研究罪犯个人生长的历史。比如他的幼年是否幸福？他的父母是否虐待过他？他的大脑是否受过伤害等等问题。

(3) 人际水平。社会心理学的研究方法注重人对周围环境的反应，在一个特定的社会环境里人会产生什么样的感情和思想，这些感情和思想怎样影响一个人的行为。

对于侵犯行为的研究，社会心理学曾提出过一个挫折—侵犯假设，即当人受到挫折时，就容易产生侵犯行为，或者说侵犯行为是由挫折引起的。

对于犯罪行为，社会心理学家可能要从当时个体所处的环境进行研究。或以个体当时的环境因素来解释他的犯罪行为。比如，一个抢劫杀人犯是否当时负债很多，是否在生意场上受到了很大挫折，或者在犯罪时是否刚刚酩酊过酒，等等。

社会心理学的研究方法可能并不适用于解答这一类社会问题。我们要注意的是：①一个社会问题是由很多因素引起的，社

会心理或人的社会环境只是其中一个因素。②一个学科应该有它自己的研究重点和特点，如果社会心理学也同社会学一样去研究大的社会因素对人的行为的影响。社会心理学也就没有存在的必要了。③解决一个问题或解释一个问题，有时需要多学科的配合、协作。

二、社会心理学研究的目的

在社会心理学工作者面临的许多困难中，其中一个困难是社会心理学家所研究的问题往往是一般人都持有自己的见解的问题。社会心理现象如人际关系问题、态度改变问题、侵犯行为都是公众关心并经常思考的问题。从这个意义上讲，每一个人都是社会心理学家，在很多情况下，社会心理学家经过长期研究所得出的结论会同社会常识相同，因此受到公众的讥笑，他们会说：“你说的这个道理，我奶奶都知道，真不明白你们社会心理学家起什么作用”。

这种说法听起来让人难以接受，却有一定的道理。一些社会现象经过多数人长期的思考和观察，对它的规律的发现是可能的，然而这并不说明社会心理学的存在是不必要的。当一般人或外行人对社会行为和社会现象进行研究时，他们的研究往往受个人观点和经验的局限，他们收集的材料是偶然的、不系统的。解释材料也是以个人经验为依据的，因此会产生很大的误差，让我们看看下面两个问题：（1）在我国自杀者的群体中，以男性多还是以女性为多？（常识认为女性多）（2）看暴力电视、电影会不会增加看电视者的暴力行为？（常识认为会，而研究则发现不一致的结果）社会心理学工作者在研究社会现象时尽量使研究方法科学化，将误差控制在最小的范围内，经过科学研究方法得出的结论更客观、准确，也就更具有指导意义和说服力。

一个社会心理学家他的主要工作就是对社会行为以及引起社会行为的思想、意识进行科学研究。社会心理学研究的几个主要

目的是：

1. 描述。对社会行为进行仔细的、系统的描述。通过这样的描述就可以了解到人们在各种社会环境中会作出什么行为。比如通过这样的描述我们可以了解到男性是否比女性更具有侵犯性；儿童成年后的思想倾向是否与他们的父母相同；一个婚姻结束后双方会有哪些典型的反应，等等。对于社会行为的描述是建立理论以了解行为原因的重要工作。

2. 原因分析。许多研究的目的是希望建立一种因果关系。寻找事物的原因是各种科学工作的一项根本任务。如在社会心理学研究中我们希望知道。声势浩大的广告是否能引起顾客高消费？挫折是否会引起愤怒和侵犯行为？等等问题。

3. 理论的建立。研究的另一个目的是建立起有关社会行为的理论以便更好地理解人们行为的原因。理论可以帮助我们对已得到的知识进行系统的组织，并且可以对行为进行预测，经过在实验中的检验和修正，一个理论将变得更加准确。

4. 应用。社会心理学的知识可以帮助解决一些实际的社会问题。这一点我们在讲课中会不断看到。但是要使社会心理学的知识成功地解决问题，这些知识一定要来自于认真的扎实的科学研究。

第三节 社会心理学的基本理论

一、社会心理学的历史根源

在研究人的行为时，社会心理学家需要依据各种理论。20世纪初初期，诞生了三大派心理学理论，这三派理论在当代社会心理学研究上都留下了他们的痕迹。

1. 精神分析理论。精神分析理论的创始人是奥地利的精神分析医生弗洛伊德。弗洛伊德对人的丰富思维活动非常感叹，并