

中国心理学会心理学教学工作委员会组编

心理学与人生

Psychology and Life

高等学校通识课心理学教材



黄希庭 主编



暨南大学出版社
Jinan University Press

中国心理学会心理学教学工作委员会组编

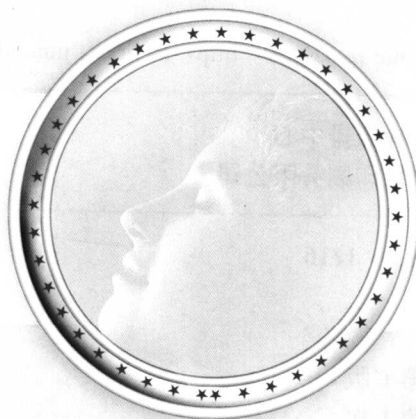
心理学与人生

Psychology and Life

高等学校通识课心理学教材



黄希庭 主编



暨南大学出版社
Jinan University Press

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

心理学与人生/黄希庭主编. —广州: 暨南大学出版社, 2005. 5
ISBN 7-81079-360-8

I. 心… II. 黄… III. 心理卫生—健康教育—高等学校—教材 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 016414 号

出版发行: 暨南大学出版社

地 址: 中国广州暨南大学

电 话: 编辑部 (8620) 85228960 85226561 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85220602 (邮购)

传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编: 510630

网 址: <http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版: 暨南大学出版社照排中心

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

开 本: 787mm × 960mm 1/16

印 张: 23.125

字 数: 522 千

版 次: 2005 年 5 月第 1 版

印 次: 2005 年 5 月第 1 次

印 数: 1—6000 册

定 价: 33.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社营销部联系调换)

序 言

本书是中国心理学会心理学教学工作委员会组织编写的高等学校通识课心理学教材。

2003年10月24日至26日在西安召开的中国心理学会心理学教学工作委员会第九次学术年会上,委员们提出,除师范院校的学生应当学习心理学之外,现在许多综合大学的学生也渴望学习心理学知识,希望教学工作委员会给予支持,组织专家为非师范院校的大学生编写一本通识课心理学教材。当时我因偶发疾病,提前离会返渝。此后便有六家出版社来电来函约稿,其中暨南大学出版社还派专人前来约稿。本书是在各方积极促进下而启动的。

怎样编好这本书?面对这批朝气蓬勃、高智商的年轻人,我们应当为他们提供一本什么样的心理学教材?从1982年起我一直在从事大学生心理学这类课题的研究,在教学和科研的实践中,我深深地感受到,大学生自入学之日起便有一种强烈的“求知、成才、实践成功人生”的愿望。对于“求知”,各家虽有不同的解说,我看大学生们似乎比较赞同求知“4个W”的解说。这4个W是:知道是什么(know-what),即要掌握事实方面的知识;知道为什么(know-why),即要掌握原理和规律方面的知识;知道怎么做(know-how),即要掌握技能、技巧方面的本领;知道谁(know-who),即要掌握管理知识、主动寻求知识的本领。也就是说,不仅要拥有广博的知识,而且还要有能有效地运用知识的本领。“成才”就是成为对社会有用的人才。从高标准的角度看,成才不仅表现为对知识的广泛占有和有效应用,而且更重要的是要有获取新知识的本领,使个人的潜能得到充分的发挥。至于人生,哲学家们有各种各样的见解,但从心理学的视角观之,人生就是个人与自然环境、社会环境交互作用的过程中所感所思、所作所为之延续,而这一连串的所感所思、所作所为之后便有了不同的目的与价值,因而也就有了人生的意义。本教材名为《心理学与人生》就是基于前述对大学生共同愿望的了解,目的是用心理学的知识对大学生求知、成才、实践成功人生给予帮助。2004年3月12日到15日,我邀请国内一些综合大学的心理学家到重庆西南师范大学参加本教材的大纲研讨会。经过充分的讨论,大家一致认定在本教材中将力求体现以下特色:

(1) 科学性。本教材力求概念准确,原理清楚,用实证资料加以论证。所引用的研究成果都是已公开发表的。

(2) 实用性。力求密切联系大学生的生活实际,向大学生提供实践成功人生的最

重要的心理学知识。书中各章还设有“心理学与人生”专栏阐述这方面的知识。

(3) 启发性。力求有助于大学生健全人格的养成以及发现问题、分析问题、解决问题的能力 and 创新精神的形成。对于有争议的问题,力求以多种研究取向加以分析。

(4) 近时性。本教材反映的是稳定的知识,与此同时还反映了最新的心理学研究成果。

(5) 可读性。行文上力求通俗易懂,便于读者自学。

本书各章由下列专家撰写:西南师范大学黄希庭教授(第一章、第十二章),北京大学苏彦捷教授(第二章、第三章、第五章),浙江大学钱秀莹教授(第四章、第六章、第七章),南开大学乐国安教授(第十五章、第十七章),吉林大学李艳教授(第九章、第十章),南京大学桑志芹教授(第十三章、第十四章),武汉大学钟年教授(第十六章),河南大学许波副教授(第八章、第十一章)。全书由我统稿、定稿。彭杜宏同志协助我统稿,夏凌翔同志为本书大纲研讨会的召开、暨南大学出版社申作宏副社长和张仲玲编辑为本书的出版都付出过辛勤的劳动。在此一并表示衷心的感谢。

编写一本有助于大学生求知、成才、实践成功人生的通识课心理学教材,这是我们的初次尝试。由于成书时间较短,书中一定会有不少缺点甚至错误。衷心希望得到专家、学者们的批评指正,以便将来修订时加以改正。

黄希庭谨识

2004年12月20日于

重庆市西南师范大学窥渊斋

目 录

序言 /1

第一章 绪论 /1

- 第一节 心理学的性质 /1
- 第二节 心理学的观点 /8
- 第三节 心理学的方法 /15

第二章 心理的生物基础 /22

- 第一节 我们从哪里来 /22
- 第二节 调控行为的中枢 /26
- 第三节 调节行为的机制 /36

第三章 个体的毕生发展 /40

- 第一节 出生前与婴儿期 /40
- 第二节 儿童早期 /45
- 第三节 儿童晚期 /51
- 第四节 青春期与成年早期 /54
- 第五节 成年中期 /58
- 第六节 成年晚期 /60

第四章 感觉与知觉 /64

- 第一节 感觉与知觉的关系 /64
- 第二节 几种主要的感觉规律 /68
- 第三节 注意状态 /72
- 第四节 知觉的组织过程 /79
- 第五节 辨认与识别过程 /85

第五章 意识 92/

- 第一节 意识的特征 /92
- 第二节 意识的其他状态 /95
- 第三节 生理节律 /98
- 第四节 药物影响下的意识 /106

第六章 学习的基本原理 /112

- 第一节 学习的性质 /112
- 第二节 经典条件作用 /116
- 第三节 操作条件作用 /120
- 第四节 认知学习 /128

第七章 记忆与遗忘 /134

- 第一节 记忆的特征 /134
- 第二节 感觉记忆与短时记忆 /139
- 第三节 长时记忆 /143
- 第四节 长时记忆的检索与遗忘 /149

第八章 思维和问题解决 /156

- 第一节 思维的概述 /156
- 第二节 问题解决 /162
- 第三节 创造性思维 /170

第九章 动机 /175

- 第一节 动机的性质 /175
- 第二节 生物性动机 /179
- 第三节 社会心理动机 /184
- 第四节 意志过程 /187

第十章 情绪、压力与健康 /194

- 第一节 情绪 /194
- 第二节 情绪理论 /198
- 第三节 压力 /202
- 第四节 健康心理学 /210

第十一章 智力和智力测验 /215

第一节 智力的概述 /215

第二节 智力理论 /220

第三节 智力测验 /226

第十二章 人格及其测验 /234

第一节 人格及其相关的概念 /234

第二节 精神分析取向的人格理论 /239

第三节 特质取向的人格理论 /246

第四节 人本主义取向的人格理论 /249

第五节 社会学习取向的人格理论 /252

第六节 人格测验 /255

第十三章 心理障碍 /259

第一节 心理障碍概述 /259

第二节 情绪障碍 /261

第三节 社会障碍 /273

第四节 精神障碍 /277

第十四章 心理治疗 /281

第一节 领悟治疗 /281

第二节 行为治疗 /288

第三节 团体治疗 /295

第四节 治疗的评价 /300

第十五章 社会化与社会角色 /304

第一节 社会化的含义 /304

第二节 影响社会化的因素 /309

第三节 社会化的理论 /312

第四节 社会角色 /316

第五节 角色学习、角色扮演和角色冲突 /320

第十六章 人际关系 /326

第一节 人际沟通 /326

第二节 人际知觉 /332

第三节 人际吸引 /337

第十七章 社会文化与社会心理学 /344

第一节 利他行为 /344

第二节 侵犯行为 /349

第三节 社会影响 /354

第四节 偏见 /359

第一章 绪 论

基本粒子理论、天体演化、生命起源、意识起源是现代科学的四大前沿问题。就问题的难度而言，探究大脑如何产生意识的问题绝不比研究其他三个问题更容易。人脑是世界上最复杂的组织机构。没有人脑的活动，就没有科学技术、文学哲学、艺术音乐，也不会有社会交往和人类情感。我们有时快乐，有时悲伤，有时专心致志，有时心猿意马，有时疑信参半，有时悲喜交集……人的心理是如此的不可思议！自有史以来，人的意识活动是最难解之谜。早在古希腊时代，亚里士多德（Aristotle，公元前384—前322）就写过《论灵魂》一书，对心灵活动作过探讨。这个谜仍是当代心理学家所要探讨的问题。现在，我们的报纸、广播、杂志、电视和互联网上经常有与心理学有关的信息，如果你不了解心理学的知识，你就无法理解和把握这些信息。在绪论中，我们先讨论以下问题：

- （1）什么是心理学？其定义、任务与领域是什么？
- （2）如何理解心理学的不同研究取向及当代心理学观？
- （3）可以用哪些方法来研究心理现象？

第一节 心理学的性质

一、心理学的定义

心理学（psychology）是研究心理现象的科学。心理现象多种多样，也非常复杂。我们可从不同的角度对它进行研究。

（一）心理过程、心理状态和心理特征

从动态与静态的角度加以研究，可以把人的心理现象划分为心理过程、心理状态和心理特征。

心理过程包含许多亚类别。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)。上述这些心理现象都有一定的心理操作的加工程序,因而被称为心理过程(mental process)。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。

除了心理过程之外,心理学还研究心理状态(mental state)。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。俗话说说的“人逢喜事精神爽”,就是指这个人在一段时间里,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,有的人观察迟缓、粗心;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。

(二) 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 we 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等。

除了意识,我们还有潜意识(unconsciousness)。潜意识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。许多自动化了的活动,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,诸如失言或说漏了嘴、笔误等,会把自己潜意识的愿望泄露出来。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。

(三) 常态心理与变态心理

下面举两个变态心理的例子。

例一:一位 20 岁的男性大学生最近经常幻想。他不睡觉,似乎有无穷的精力,坚信自己是学校里最优秀的学生。他说其他人都很笨,不了解他言语所蕴涵的智慧。他想出了不少生财之道,却没有人能够理解。他口若悬河,滔滔不绝,还旁征博引,别人无法插话,而他因说话过多而声音嘶哑。自夸“自己脑子非常灵活”(思维奔涌),才智过人,自我陶醉。

例二:一位 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,经几年来的卖力工作,她为自己取得了一个不错的职位。近一年来,她常听到脑子里有人对她说话,像有“小喇叭”样的机器在指挥她,并用命令式的口气对她说话。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。即使是周围人的一些极平常的动作,她都认为是在控制她、暗示她。有人看表,她认为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……患者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,与患者的行动、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。如想喝水,还没有说出来,就看见别的患者抢先在喝水。

从上面例子可以看出,正常(normal)心理与变态(abnormal)心理是不同的。心理学研究正常心理,也研究变态心理和对心理疾病的治疗(见本书第十三章和第十四章)。

(四) 个体心理与群体心理

人是社会的人。他不可能一个人独来独往,而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,从而就产生了各种群体心理和行为,例如,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,例如,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的问题。

总之,心理学所研究的心理现象,包括心理过程、心理状态和心理特征、意识活动和潜意识活动、常态心理和变态心理、个体心理和群体心理等。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。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。

二、心理学的任务

作为一门科学，心理学肩负着哪些任务呢？总的来说，心理学家想要达到的目标就是对心理和行为进行描述、解释、预测和调控，其最终目标是为人类积累知识，并造福于人类。

（一）描述

心理学研究的第一项任务是对心理事件加以精确的描述。根据研究的需要，我们既可以从定性的角度，也可以从定量的角度对心理事件加以精确的描述。例如，如果要从定性的角度来研究一位大学生的时间管理倾向的特点，我们可以向被试提出下列问题——请你详细谈谈你是如何看待时间的重要性的？平时你是如何设置目标、计划时间的？你是否有信心管理好自己的时间并举例加以说明。根据对被试回答的分析，我们就可以对这位大学生的时间管理倾向的特点进行定性的描述。如果要从定量的角度来加以研究，我们可以让这位大学生根据自己的情况回答“青少年时间管理倾向量表”（黄希庭、张志杰，2001）上的每一个题项，经统计处理就可以对这位大学生的时间管理倾向作定量上的描述——量表上的总分和三个分量表的分值。无论是定性描述还是定量描述都必须是客观真实的，研究者不能以自己的偏爱、偏见和期望来代替客观的观察。

（二）解释

心理学研究的第二项任务是对心理事件作出解释。科学研究不能只停留在对心理事件的描述上，还应对心理事件的发生、发展的影响因素作出解释。影响心理事件发生、发展的因素大致可分为两大类：一类如脑结构、遗传基因、智力、动机、价值观等机体的内部因素；另一类如家庭、学校、工作环境、人际关系等外部的环境因素。例如，我们人生的头三年经历过许许多多的事情，但这些经验在我们的记忆中却没有留下任何痕迹。这种现象是弗洛伊德（Freud，1905）发现的，他称之为儿童期遗忘症（childhood amnesia）。如何解释这种心理现象呢？弗洛伊德认为，这是因为在出生头几年里某些情绪经验受到严重的创伤，如果在以后的时间里让它们进入意识（即回忆起它们），就会使个人产生极度的焦虑，因而被遗忘了。后来，有关记忆生理基础的研究表明，不同的脑结构在记忆中起着不同的作用，海马（hippocampus）起巩固记忆的作用。儿童期遗忘症可能部分是由于海马尚未成熟所致，因为海马是在出生后的一两年才充分发展起来的。

（三）预测

心理学的第三项任务是预测，即对某一特定的心理事件将要发生的可能性或某种特定的心理事件与某种（或某些）因素可能有特定的关系作出陈述。预测往往用以探讨某种特定的心理和行为的可能的潜在原因。例如，为了探寻观看暴力电视是否是攻击性行为增多的一个潜在原因，在一个实验中，让一组儿童观看暴力动画片，在同样长的时间里，另一组儿童则观看非暴力动画片。结果发现，观看暴力动画片的儿童与同伴们交往时变得更具有攻击性，而观看非暴力动画片的儿童的攻击性表现则没有变化。后来还发现，电视暴力的这些影响还会持续下去，男孩在9岁时观看的暴力节目越多，他可能在19岁时有更多的攻击性。

（四）调控

心理学研究的第四项任务也是最重要的任务，是对人的心理和行为进行调控。调控就是调节与控制，使某种心理和行为得以产生、维持或停止，以及改变行为的方式、强度或次数。了解到心理和行为发生的原因，我们就可以对自己的心理和行为加以调控，也可以对他人的心理和行为加以调控。例如，不少大学生因害羞而感到孤独和苦闷，当这些大学生了解了害羞产生的原因后，他们就可以从中学习如何摆脱害羞，使自己的生活会与欢乐相伴（见心理学与人生1-1）。

心理学与人生 1-1 克服害羞，快乐与你相伴

害羞（shyness）是一种因胆怯、怕生或怕做错了事被人嗤笑而感到不安和压抑的心理状态。有些大学生腼腆内向，一直都很害羞；而有些大学生只是在某些情境下害羞，例如，在陌生人面前或在没有准备的情况下被推上舞台给大家表演而感到害羞。极端害羞的人沉默寡言，有可能会发展成为对人的害怕和恐惧。性格内向害羞的人采取独居的方式生活，不参加社会活动。性格外向害羞的人，在公共场合表现活跃但内心却害羞，他们喜欢参加社会活动，也有社交技能来有效地完成这些活动。但是他们总是担心别人是否会真正地喜欢和尊重他们。

为什么有些人害羞有些人不害羞呢？第一种情况可能是天性问题。研究表明，大概有10%的幼儿“生来害羞”（Kagan, 1994），这些孩子向来害羞，在与不熟悉的人或环境接触时就更加害羞了。第二种情况是在儿童期被嘲讽，因一时失误而被大家取笑；或这些人小时候在家里是“掌上明珠”，父母宠爱有加，很少有与其他人接触的机会所带来的结果。第三种情况是文化上的原因。在我国传统文化中女性害羞受到鼓励，因而害羞者较多。目前年轻人都被电子产品所包围着，他们长时间独自一人看电视、打电子游戏、网上冲浪和发电子邮件，由此产生了社会隔离，减少了与人面对面接触的机会，过量使用网络使不少青年人孤独、隔离和更加害羞。

当害羞变得极端化时，就会迫使人们的生活发生进一步的变化，使得一个人将其社会快乐最小化，使其社会不适和隔离感最大化。这里有几个给害羞学生的简单原则和策略，希望你们深入地思考，并尝试去做（Zimbardo, 1991）：

（1）要知道并不只有你一个人会害羞，其实，每一个你见到的人可能都会比你更害羞。

（2）即使从小就很害羞，也是可以改变的。就像改掉不良习惯一样，需要的是勇气和毅力。

（3）以微笑对待你所接触到的人，并与他们目光接触。

（4）与别人交谈时要用最清晰的语音大声地说话，特别是当说到自己的名字或询问信息时。

（5）在一个新的社会环境中努力使自己第一个提出问题或是发表观点。准备一些有趣的东西去说，第一个去说。每一个人都会欣赏“破冰者”，以后也就不会再有人认为你害羞了。

（6）绝不要小瞧你自己。要想到你想要获得的成就，下一步应采取怎样的行动。

（7）把你的注意力投向别人，看看其他人是否害羞，这样做会转移你对自己的注意。

（8）在你去通常会感到害羞的地方之前，可以练习沉思、放松，使思想集中到理想的状态。

如果你是个害羞的人，采用上述方法一定会使你从害羞的桎梏中摆脱出来，快乐将伴随着你的生活。

三、心理学的领域

今天的心理学是一个充满活力、学科繁多的体系。在心理学的学科体系中，包含有多种多样的心理学分支学科。这些心理学分支学科有些主要担负学术研究的任务，有些则主要担负职业应用的任务。根据它们担负任务的不同，可以大致把它们划分为两个大的领域：学术研究领域和职业应用领域。

（一）学术研究领域

这一领域中的心理学分支学科着重探究某种心理和行为的特点、规律、机制和本性等问题。主要包括下列分支学科。

（1）实验心理学（experimental psychology）。指在研究心理和行为时使用实验方法的一个心理学分支学科。它包含了19世纪后期心理学成为科学时主要研究的一些传统主题——感觉、知觉、学习、条件反射、动机、情绪等，以及20世纪50年代兴

起的认知心理学领域中进行实验研究的原理、设计、方法、仪器、技术和资料处理等问题。实验心理学在现代心理学中很受重视,差不多所有的心理学分支学科都要采用实验方法。

(2) 生理心理学 (physiological psychology)。是研究心理的生理机制的一个心理学分支学科。它主要研究脑结构、基因因素对心理和行为的影响,研究大脑、神经系统和内分泌系统的功能,研究支配行为的生物物质等。

(3) 认知心理学 (cognitive psychology)。是以信息加工的原理来研究人如何获取知识及使用知识的历程的一个心理学分支学科。它主要探究如知觉、记忆、推理、信息加工、语言、问题解决、决策以及创造性等认知过程。

(4) 人格心理学 (personality psychology)。是研究人与人之间个体差异,并整合各种影响因素对一个真实的人进行综合描述的一个心理学分支学科。它主要研究人格结构、人格发展、人格动力、人格适应以及人格评鉴技术等内容。

(5) 发展心理学 (developmental psychology)。是研究人类个体毕生心理发展的特点和规律的一个心理学分支学科。过去曾主要集中在儿童心理发展上,现在已对青少年、成年人和老年人的心理越来越关注。

(6) 比较心理学 (comparative psychology)。是研究动物心理并与人类心理相比较以探求人类心理如何演化而来的一个心理学分支学科。它研究各种动物行为,如迁徙、季节适应、觅食、食物储备、交配、哺幼、营巢、自卫、搏斗、合群、通意、鸣叫、游戏等行为的方式和规律。

(7) 社会心理学 (social psychology)。是研究社会心理和行为的一个心理学分支学科。主要的研究内容包括人际行为、社会压力在支配行为时的作用、态度形成、态度改变、偏见、服从、吸引、侵犯、亲密关系以及团体行为等。

(二) 职业应用领域

可以毫不夸大地说,凡属人类的各种社会实践均涉及到人的问题,都是心理学应用的领域。下面的心理学分支学科是当前西方心理学家所从事的主要职业。

(1) 临床心理学 (clinical psychology)。是研究个人的、异常的、不良适应的或变态的心理和行为的一个心理学分支学科。临床心理学家的实践包括诊断、分类、治疗、预防和研究。

(2) 咨询心理学 (counseling psychology)。包括用谈话、测验、指导、建议等过程试图帮助个人解决问题、计划未来的一个心理学分支学科。咨询心理学家所从事的工作是指导婚姻问题、戒毒、职业选择和提供社会服务等。

(3) 教育和学校心理学 (education and school psychology)。是研究学校教育教学中心理学问题,并把相关的心理学知识应用于教育教学工作,包括改进课程设计、成就测验、教师培训以及教育过程中其他方面的问题。学校心理学家通常在小学或中学里,对学校中的问题儿童进行测验和咨询,并帮助教师和家长处理与学校有关的问题。

(4) 工业和组织心理学 (industrial and organizational psychology)。这个领域的心理学家在世界范围内的商业和工业中从事各种不同的工作。包括建立人力资源系统, 提高员工的士气和工作满意度, 研究组织建构和工作程序, 为改善人际关系和提高生产力服务。

当代心理学的发展, 分支学科越来越多, 应用范围越来越广。目前我国的心理学家绝大多数集中在高等学校从事教学和学术研究。在美国, 从 20 世纪 50 年代起, 心理学已开始成为一种职业。据 1997 年美国心理学会会员从业统计数据显示, 美国心理学会会员中有 1/3 都是私人开业 (1970 年仅为 12%), 只有 27% 留在大学或学院中工作 (1976 年为 47%) (Weiten, 2002)。随着社会的发展和人们生活水平的提高, 我国社会对职业心理学的需求会更多, 也更为迫切, 职业应用领域的心理学分支将会有很大的发展。

第二节 心理学的观点

1879 年, 冯特 (Wilhelm Wundt, 1832—1920) 在德国莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室来研究人的意识, 标志着心理学从哲学中分离出来, 成为一门独立的学科。这之后, 许多学者纷纷投入到这门崭新学科的研究工作之中。由于研究对象的复杂性, 也由于学者们研究观点的不同, 于是便产生了不同的理论观点 (或研究取向), 形成了当代心理学的科学观。

一、心理学的研究取向

(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