

国家精品课程普通心理学教材
“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材



心理学导论

XINLIXUE DAOLUN

(第三版)

黄希庭 郑涌◎著



人民教育出版社
PEOPLE'S EDUCATION PRESS

国家精品课程普通心理学教材
“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材

心理学导论

(第三版)

黄希庭 郑 涌 著

人民教育出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

心理学导论/黄希庭,郑涌著. —3版. —北京:人民教育出版社, 2015. 8

国家精品课程普通心理学教材 “十二五”普通高等教育本科国家级规划教材

ISBN 978-7-107-30530-6

I. ①心… II. ①黄… ②郑… III. ①心理学—高等学校—教材 IV. ①B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第191503号

人民教育出版社出版发行

网址: <http://www.pep.com.cn>

人民教育出版社印刷厂印装 全国新华书店经销

2015年8月第3版 2015年10月第1次印刷

开本: 787毫米×1092毫米 1/16 印张: 45

字数: 704千字 印数: 0 001~3 000册

定价: 68.00元

著作权所有·请勿擅用本书制作各类出版物·违者必究

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与本社出版科联系调换。

(联系地址:北京市海淀区中关村南大街17号院1号楼 邮编:100081)

“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材

- | | |
|---------------|----------------|
| 现代教育论（第四版） | 黄 济 王策三 主编 |
| 比较教育（第五版） | 王承绪 顾明远 主编 |
| 当代比较教育学（第二版） | 冯增俊 陈时见 项贤明 主编 |
| 现代教学论基础（第二版） | 裴娣娜 主编 |
| 课程论（第二版） | 靳玉乐 主编 |
| 现代课程与教学论（第三版） | 黄甫全 主编 |
| 小学数学教学论（第四版） | 马云鹏 主编 |
| 教育法学（第二版） | 尹 力 主编 |
| 教育经济学新编（第二版） | 范先佐 著 |
| 心理学导论（第三版） | 黄希庭 郑 涌 著 |
| 社会心理学（第三版） | 章志光 主编 |
| 教育心理学（第三版） | 冯忠良 等 著 |
| 教育心理学（第三版） | 张大均 主编 |
| 心理与教育测量（第三版） | 郑日昌 主编 |
| 国际贸易（第二版） | 苏科五 主编 |

本书第一版荣获
第三届全国普通高等学校优秀教材二等奖

本书第二版荣获
首届中国大学出版社图书奖优秀畅销书一等奖

第三版序

本书第一版于1991年5月出版,1995年获第三届全国普通高等学校优秀教材二等奖。2003年,以该教材为基础的普通心理学课程被评为国家精品课程。2006年,本书入选为教育部组织评定的普通高等教育“十一五”国家级规划教材。本书第二版于2007年5月出版,2009年荣获首届中国大学出版社图书奖优秀畅销书一等奖。2012年入选为第一批“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材。至今本书各版本已累计发行21万册。我们早就想再次修订这本书,迟迟没有动笔,一方面是由于教学和科研一直非常繁忙,另一方面则是如何修订好,颇费思量。

心理学是一门既古老又年轻、发展迅猛的学科。普通心理学是心理学专业的基础课程和核心课程,它所涉及的领域广,发展快,特别是近些年来,随着脑科学和基因技术的发展,其内容更加拓宽和深化,新的研究成果和前沿领域不断涌现。《心理学导论》就是专为初学心理学的大学生编写的,其任务是为他们打好今后有用的专业基础,给予入门之引导。该怎样修订好这本教材呢?我们做了以下四个方面的努力。

第一,力求为入门者建立科学心理学的学习框架。心理现象是极其复杂的,心理学也并非有统一观点或思想体系的所谓“范型”科学,初学者很容易感到茫然。基于对心理学的认识以及多年来心理学的教学经验,我们确定了本书十八章的框架

结构。第一部分即第一章“绪论”，开宗明义阐述心理学的对象、任务和方法、过去和现状，以此揭示心理学作为一门科学的性质。第二章至第六章为第二部分，阐述心理的起源、心理的生物基础与环境基础、毕生心理发展及各种意识状态，以此揭示心理现象的实质。我们所要表达的哲学立场及基本观点是：心理是脑的机能，是客观现实的反映，人的心理是人脑对客观现实的主观能动的反映。第七章至第十八章为第三部分，阐述了个体最基本的各种心理现象，又分为三个方面：第七章和第八章，阐述心理倾向，包括动机与注意；第九章至第十六章，阐述心理过程，包括认知过程（感觉与知觉、学习与记忆、思维与言语）和情意过程（情绪与意志）；第十七章和第十八章，阐述个体差异的主要方面，包括智力与人格。在我们看来，这一体系较之前两版更为完整和合理，更能体现中国心理学家的观点，有助于初涉心理学者建立起对心理学及心理现象较为清晰而灵活的认知架构。

第二，力求夯实基础。基础课加强基础是当然的主题，而心理学的特殊性更在于观点的重要。在我们看来，加强基础，不一定要增多篇幅，加强也有限度，不宜过分，还要避免与一些后继课程的简单重复。本次修订过程中，我们着力加强了对心理学的基本概念、基本原理和基本理论的阐述，特别加强了当代心理学多种研究取向的观点。为此，需要从多种研究取向的角度来审视、提炼和精选内容，进而才能用整合的观点来加以阐述。

第三，力求教材的先进性。在注重经典传承的同时，我们也着眼于反映心理学的新面貌，并特别重视我国心理学家的研究成果。全书各章都增加了不少新内容，同时去掉了一些陈旧的或使用效果不好的内容。此外，还更换了半数的专栏，推荐了新的扩展阅读书目，列出了更为完整的参考文献。

第四，力求激发学生的专业兴趣。信息化、网络化时代促进了学科交融与发展。现在大学一年级的本科生，几年之后就可能成为心理学的主力军。为了更好地激发学生的专业兴趣，第三版在强调内容严谨性的同时也加强了趣味性，并精选了更好的专栏。这些专栏或者是就热点问题的追踪，或者是就争议问题的交锋，或者是就生活实际的讨论。这有助于读者了解到心理学家们是如何从不同的角度思考问题，以及怎样用不同的方法来解决问题的，从而受到启发。



回想起来，早在 1983 年我们就在普通心理学的课堂上结下师生缘。如今我们讲授普通心理学的年头都不短了，但我们对心理学的热爱依然执着，对于如何引导年轻学子们从对心理现象的朴素兴趣走上心理学的专业道路，也自信积累了不少经验。心理学是一门为人类谋幸福的学问，本书还力图传达一种期许，希望学子们在求知的过程中，以心理学的知识点燃心灵中的真善美，成为幸福的进取者！

第三版能够顺利出版，还与人民教育出版社曾红梅女士长期鼎力相助分不开，特致谢忱。教材建设是一项系统工程，我们还拟编写与本书配套的教学参考书，包括《心理学导论：创新性思维训练》《心理学导论：实验与研究》《心理学导论：学习指导》。时代在发展，心理学的研究成果在不断涌现，教材内容和形式也在变化。敬请专家和读者不吝赐教，指出本书的缺点和错误，促使我们今后做得更好。

搁笔之际，已在期待下一次的修订了。

黄希庭 郑 涌 谨识

2015 年 5 月于西南大学心理学部



目 录

C o n t e n t s

第一章 绪论 /1

第一节 心理学的性质 /1

- 一、个体心理现象概览 /2
- 二、心理与行为的关系 /4
- 三、心理学的科学性 /5

第二节 心理学的方法 /9

- 一、心理学研究的基本原则 /9
- 二、心理学研究的基本变量 /12
- 三、心理学研究的基本方法 /14

第三节 心理学的历史 /20

- 一、古代心理学思想 /21
- 二、科学心理学的诞生 /22
- 三、现代心理学的学派纷争 /25

第四节 当代心理学的特点 /30

- 一、多种研究取向的综合 /30
- 二、分支学科的繁茂发展 /33

[专栏1-1] 学好心理学的窍门是学思行并重 /36

复习与思考 /38

扩展阅读书目 /38

第二章 心理的起源和本性 /40

第一节 心理的起源 /40



一、反映是任何物质形态固有的特性 / 40

二、感应性是一切生物的基本特性 / 41

三、感受性——心理反映形式的源起 / 42

第二节 动物心理的演进 / 42

一、感觉阶段——无脊椎动物的心理发展 / 43

[专栏2-1] 昆虫复杂的本能行为 / 44

二、知觉阶段——灵长目以下脊椎动物的心理发展 / 46

三、思维萌芽阶段——灵长目动物的心理发展 / 50

[专栏2-2] 类人猿的语言学习潜力 / 51

第三节 人类心理的产生 / 53

一、人类的起源 / 53

二、人类心理的起源 / 56

第四节 人的心理的本性 / 60

一、言语觉知性 / 61

二、主观能动性 / 61

三、社会历史制约性 / 62

[专栏2-3] 关于心理本性的进化心理学观 / 62

复习与思考 / 64

扩展阅读书目 / 64

第三章 心理的生物基础 / 65

第一节 神经系统与神经元 / 65

一、中枢神经系统的结构和机能 / 65

二、周围神经系统的结构和机能 / 68

三、神经元的结构和机能 / 69

第二节 脑的三大机能系统 / 71

一、感觉机能系统 / 71

二、运动机能系统 / 74

三、联络机能系统 / 75

[专栏3-1] 利手 / 77

第三节 脑机制的研究方法 / 79

一、损毁法和切除法 / 80

二、刺激法 / 80

三、脑电图及事件相关电位 / 80

四、微电极记录法 / 82

五、脑成像技术 / 83

[专栏3-2] 裂脑 / 86

第四节 内分泌系统 / 89

[专栏3-3] 2D : 4D / 91

第五节 遗传对行为的影响 / 93

一、遗传的物质载体 / 93

二、行为遗传学的研究 / 95

[专栏3-4] 遗传作用可以量化吗? / 97

复习与思考 / 99

扩展阅读书目 / 100

第四章 心理的环境基础 / 101

第一节 环境的内容 / 101

一、什么是环境 / 101

二、环境对心理的普遍制约作用 / 102

三、心理学家关于环境的理论 / 103

第二节 自然环境 / 106

一、空气质量 / 106

二、噪声 / 108

三、社会密度与拥挤 / 108

四、自然灾害 / 109

第三节 社会环境 / 110

一、文化传统 / 110

[专栏4-1] 个人与集体 / 113

二、拷贝世界 / 116

三、网络 / 117

[专栏4-2] 电子游戏 / 119

第四节 社会影响 / 121

一、从众与服从 / 121

[专栏4-3] 角色要求与人类良知 / 126

二、团体影响 / 127

第五节 大众氛围 / 130

一、舆论 / 130

二、风俗 / 131

三、时尚 / 132

[专栏4-4] 社会排斥 / 133

复习与思考 / 135

扩展阅读书目 / 135

第五章 毕生心理发展 / 136

第一节 心理发展的基本观点 / 136

一、遗传与环境的交互作用 / 137

二、发展的连续性与变化性 / 138

三、发展中的个别差异 / 139

四、心理发展的研究设计 / 140

[专栏5-1] 中西方的发展观 / 142

第二节 孕期与婴儿期 / 144

一、出生前的发展 / 144

二、婴儿期的发展 / 145

[专栏5-2] 视崖 / 148

第三节 幼儿期与儿童期 / 151

一、认知发展 / 151

二、道德发展 / 154

第四节 青少年期 / 157

一、青春期体验 / 157

二、自我意识增强 / 158

三、与父母的冲突 / 159

四、对性行为的态度 / 160

五、自我同一性 / 160

[专栏5-3] 自我同一性状态 / 161

第五节 成年期 / 163

一、成年早期 / 163

二、成年中期 / 163

三、成年晚期 / 164

四、面对死亡 / 164

[专栏5-4] 人生八阶段 / 165

复习与思考 / 168

扩展阅读书目 / 168

第六章 意识状态 / 170

第一节 概述 / 170

一、意识及其流动性 / 170

二、意识水平 / 171

[专栏6-1] 探索潜意识 / 173

三、意识的认知加工 / 174

第二节 觉醒与睡眠 / 176

一、觉醒状态 / 176

[专栏6-2] 白日梦 / 176

二、睡眠及其功能 / 178

三、睡眠周期 / 179

[专栏6-3] 失眠 / 181

第三节 梦 / 182

一、梦的现象 / 182

[专栏6-4] 梦游、梦话、梦魇与夜惊 / 185

二、梦的理论 / 185



[专栏6-5] 离奇的梦 /188

第四节 催眠 /190

一、催眠及其诱导 /190

二、催眠感受性 /191

三、催眠理论 /192

第五节 精神药物与异常意识状态 /194

一、精神药物的一般效应 /194

二、精神药物导致的异常意识状态 /196

[专栏6-6] 吸毒成因 /199

复习与思考 /200

扩展阅读书目 /201

第七章 动机 /202

第一节 概述 /202

一、什么是动机 /202

二、与动机有关的几个概念 /203

三、动机的种类 /205

四、动机强度与工作效率 /206

第二节 生物性动机 /207

一、进食动机 /207

[专栏7-1] 肥胖 /208

二、饮水动机 /210

三、睡眠与觉醒 /211

四、性动机 /211

[专栏7-2] 人类性反应 /213

第三节 社会性动机 /216

一、成就动机 /216

二、交往动机 /217

三、权力动机 /218

[专栏7-3] 马斯洛的需要层次理论 /220

第四节 动机理论 / 223

一、精神分析的动机理论 / 223

二、内驱力降低理论 / 223

三、期望理论 / 224

[专栏7-4] 努力是把“双刃剑” / 226

第五节 价值观 / 227

一、价值观及其特征 / 227

[专栏7-5] 价值观与行为的一致性 / 229

二、价值观的结构 / 231

三、价值观的表现形式 / 232

[专栏7-6] 当代中国青年价值观 / 235

复习与思考 / 236

扩展阅读书目 / 236

第八章 注意 / 238

第一节 概述 / 238

一、什么是注意 / 238

二、注意的功能 / 239

三、注意的表现与指标 / 240

四、注意的神经机制 / 241

第二节 注意的种类 / 243

一、选择性注意、集中性注意和分配性注意 / 243

二、不随意注意、随意注意和随意后注意 / 244

三、内源性注意和外源性注意 / 245

[专栏8-1] 注意的人格特点 / 246

第三节 注意的特征 / 248

一、注意范围 / 248

二、注意稳定性 / 249

三、注意分配 / 251

四、注意转移 / 252



第四节 注意理论 / 253

- 一、注意选择的过滤器模型 / 254
- 二、注意集中的可变焦距模型 / 257
- 三、资源限制模型 / 259
- 四、双加工调节模型 / 260

复习与思考 / 261

扩展阅读书目 / 262

第九章 感觉 / 263

第一节 概述 / 263

- 一、什么是感觉 / 263
- 二、感觉的种类 / 264
 - [专栏9-1] 虚拟现实 / 264
- 三、感觉信息的神经加工机制 / 265

第二节 感觉的基本规律 / 269

- 一、感觉阈限 / 269
 - [专栏9-2] 阈下说服 / 272
- 二、感觉适应 / 274
- 三、感觉后效 / 275
- 四、感觉对比 / 276

第三节 视觉 / 277

- 一、视觉的物理刺激 / 277
- 二、视觉的生理机制 / 278
- 三、视觉感受性 / 280
- 四、色觉理论 / 283

第四节 听觉 / 285

- 一、听觉的物理刺激 / 285
- 二、听觉的生理机制 / 287
- 三、听觉感受性 / 288
- 四、听觉理论 / 288

[专栏9-3] 失聪 /290

第五节 其他感觉 /291

一、嗅觉和味觉 /291

二、皮肤感觉 /292

三、动觉和平衡觉 /293

四、内脏感觉 /294

复习与思考 /294

扩展阅读书目 /294

第十章 知觉 /295

第一节 概述 /295

一、什么是知觉 /295

二、知觉的种类 /296

[专栏10-1] 超感知觉 /297

三、知觉的信息加工机制 /299

[专栏10-2] 人脸识别 /302

第二节 知觉的特性 /304

一、知觉的对象性 /304

二、知觉的整体性 /305

[专栏10-3] 大范围首先? /308

三、知觉的理解性 /309

四、知觉的恒常性 /311

[专栏10-4] 眼见为实? /313

第三节 空间知觉 /315

一、空间知觉的参考系 /315

二、视空间知觉 /316

三、听空间知觉 /320

第四节 时间知觉 /321

一、时间知觉的参考系 /321

二、时点、时序与时距 /322