

桂冠心理學叢書  
心理學術系列  
楊國樞 主編

2

# INTRODUCTION TO PSYCHOLOGY

# 心理學

原著 ● 艾金森、西爾格德等

BY ● RITA L. ATKINSON, RICHARD C. ATKINSON,  
EDWARD E. SMITH, ERNEST R. HILGARD

編譯 ● 鄭伯璦、洪光遠、張東峰等 校閱 ● 楊國樞



桂冠心理學叢書② 楊國樞 主編

最新修訂版

# 心 理 學

原著◎艾金森、西爾格德等

編譯◎鄭伯燻、洪光遠、張東峰等

校閱◎楊國樞



## *Introduction To Psychology*

*Rita L. Atkinson*

*Richard C. Atkinson*

*Edward E. Smith*

*Ernest R. Hilgard*

國立中央圖書館出版品預行編目資料

心理學/艾金森(Rita L. Atkinson)等原著；鄭伯璦  
等編譯.--修訂版.--臺北市：桂冠，1990〔民79〕  
面： 公分.--(桂冠心理學叢書；2)  
譯自：Introduction to psychology.  
參考書目：面 989-1032  
含索引  
ISBN 957-551-146-8(精裝)

1. 心理學

170

79000275

桂冠心理學叢書② 楊國樞主編

# 心 理 學

原 著／艾金森、西爾格德等  
編 譯／鄭伯璦、洪光遠、張東峰等  
校 閱／楊國樞  
執行編輯／閻富萍

出 版／桂冠圖書股份有限公司  
登 記 證／局版台業字第 1166 號  
發 行 人／賴阿勝  
地 址／臺北市新生南路三段 96-4 號  
電 話／(02)3681118 · 3631407  
傳 真／(02)3681119  
郵撥帳號／01045792

印 刷 成陽印刷廠  
初版一刷／1985年1月  
修訂一刷／1990年9月  
修訂三刷／1991年7月

定 價／新臺幣 500 元

## 桂冠心理學叢書序

作為一門行為科學，心理學雖然也可研究其他動物的行為，但主要重點則在探討人在生活中的心理與活動。人類的生活牽涉廣闊，心理學乃不免觸及其他各科學術，而成為一門百川交匯的融合之學。往上，心理學難免涉及人類學、社會學、政治學、法律學、哲學及文學；往下，心理學則必須借重數學、統計學、化學、物理學、生物學及生理學。至於心理學的應用，更是經緯萬端、無所不至，可說只要是直接與人有關的生活範疇，如教育、工商、軍事、司法及醫療等方面，都可以用到心理學的知識。

在世界各國中，心理學的發展或成長各有其不同的速度。有些國家(如美國、英國、西德、法國、日本、加拿大)的心理學相當發達，有些國家的心理學勉強存在，更有些國家則根本缺乏心理學。縱觀各國的情形，心理學術的發展有其一定的社會條件。首先我們發現，只有當一個國家經濟發展到相當程度以後，心理學術才會誕生與成長。在貧苦落後的國家，國民衣食不周，住行困難，當然談不到學術的研究。處於經濟發展初期的國家，急於改善大眾的物質生活，在學術研究上只能著重工程科學、農業科學及醫學。唯有等到經濟高度發展以後，人民的衣食住行都已不成問題，才會轉而注意其他知識的追求與應用，以使生活品質的改善拓展到衣食住行以外的領域；同時，在此一階段中，為了促成進一步的發展與成長，各方面都須儘量提高效率，而想達到這一目的，往往需要在人的因素上尋求改進。只有在這些條件之下，心理學才會受到重視，而得以成長與發達。

其次我們發現，一個國家的心理學是否發達，與這個國家對人的看法大有關係。大致而言，心理學似乎只有在一個「把人當人」的人本社會中，才能獲得均衡而充分的成長。一個以人為本的社會，往往也會是一個開放的多元社會。在這樣的一個社

會中，違背人本主義的極權壓制無法存在，個人的尊嚴與福祉受到相當大的保障，人們乃能產生瞭解與改進自己的心理適應與行為表現的需求。在這種情形下，以科學方法探究心理與行為法則的心理學，自然會應運而興。

綜合以上兩項條件，我們可以說：只有在一個富裕的人本社會中，心理學才能獲得順利的發展。對於貧窮的國家而言，心理學只是一種沒有必要的「奢侈品」；對於極權的國家而言，心理學則是一種會惹麻煩的「誘惑物」。只有在既不貧窮也不極權的國家，心理學才能成爲一種大有用處的必需品。從這個觀點來看，心理學可以視爲社會進步與發展程度的一種指標。在這個指標的一端是既富裕又開放的民主國家，另一端是既貧窮又極權的共產國家與法西斯國家。在前一類國家中，心理學成爲大學中最熱門的學科之一，也是社會上應用極廣的一門學問；在後一類國家中，心理學不是淪落到毫無所有，便是寄生在其他科系，聊備一格，無法在社會中發生作用。

從這個觀點來看心理學在臺灣的發展與進步，便不難瞭解這是勢所必然。在日據時代，全臺灣只有一個心理學講座，而且是附設在臺大的哲學系。光復以後，臺大的心理學課程仍是在哲學系開設。到了民國卅八年，在蘇薌雨教授的努力下，心理學才獨立成系；從此即積極發展，先後增設了碩士班與博士班。此外，師範大學、政治大學、中原大學、輔仁大學等校，也陸續成立了心理學系。其他大專院校雖無心理系的設立，但卻大都開有心理學的課程，以供有關科系學生必修或一般學生選修。同時，公私機構與社會大眾對心理學的需求也日益殷切，有關知識在教育、工商、軍事、司法及醫療上的應用也逐漸開展。三十多年來，臺灣的心理學之所以能獲得相當的發展，主要是因爲我們的社會一直在不斷朝著富裕而人本的開放方向邁進。臺灣的這種發展模式，前途是未可限量的，相伴而來的心理學的發展也是可以預卜的。

心理學在臺發展至今，除了研究領域的拓展與研究水準的提高，心理學的推廣工作也獲得相當的成效。明顯的現象之一，是社會大眾對心理學知識的需求已大爲增強，有更多的人希望從閱讀心理學的書籍中得到有關的知識。這些人可能是在大專學校中修習心理學科目的學生，可能是在公私機構中從事教育、訓練、管理、領導、輔導、醫療及研究工作的人員，也可能是在日常生活中想要增進對自己與人類的瞭解或改善人際關

係的男男女女。由於個別需要的差異，不同角落的社會人士往往希望閱讀不同方面的心理學書籍。近年來，中文的心理學著作雖已日有增加，但所涉及的範圍卻仍嫌不足，難以充分滿足讀者的需要。我們研究與推廣心理學的人，平日接到社會人士來信(或當面)詢問某方面的心理學讀物，也常因尚無有關的中文書籍而難以作覆。

基於此一體認，近年來我們常有編輯一套心理學叢書的念頭。桂冠圖書公司知道了這個想法以後，便積極支持我們的計畫，最後乃決定長期編輯一系列的心理學書籍，並定名為「桂冠心理學叢書」。依照我們的構想，這套叢書將有以下幾項特點：

(1)叢書所涉及的内容範圍盡量廣闊，從生理心理學到社會心理學，凡是討論內在心理歷程與外顯行為現象的優良著作，都在選輯之列。

(2)各書所採取的理論觀點盡量多元化，不管立論的觀點是行為論、機體論、人本論、現象論、心理分析論、認知發展論或社會學習論，只要是屬於科學心理學的範疇，都將兼容並蓄。

(3)各書所討論的内容，有偏重於理論者，有偏重於實用者，而以後者居多。

(4)各書之寫作性質不一，有屬於創作者，有屬於編輯者，也有屬於翻譯者。

(5)各書之難度與深度不同，有的可用作大專院校心理學科目的教科書，有的可用作有關專業人員的參考書，也有的可供一般社會大眾閱讀。

(6)這套叢書的編輯是長期性的，將隨社會上的實際需要，繼續加入新的書籍。

身為這套叢書的編者，我們要感謝各書的著者；若非他們的貢獻與合作，叢書的成長定難如此快速，內容也必非如此充實。同時，我們也要感謝桂冠圖書公司執事諸君的支持與工作人員的辛勞。

楊國樞 謹識

中華民國六十九年八月於臺灣臺北

# 原 序

英國古諺有云：「貓有九命。」可能因為大多數動物從高處摔下都會死亡，唯獨貓能夠四腳著地，毫髮無傷。本教科書是第九版，我們慶幸它也有「九命」，更希望往後會有更多的生命。本書於一九五三年初版，這些年來，它已成為大專院校出版史中使用最廣的教科書之一，它曾被轉譯成許多文字，其中包括俄文、法文、西班牙文及中文。今天許多研習本教材的青年學子，其父母即曾採用過本書早期的版本。事實上，自一九五〇年代以降，即有許多的初學心理學者使用本教材。

選修普通心理學的理由儘管五花八門，然而可能只有極少數的學生是爲了想充分認識心理學，大多數人只關心與他們生活及現今社會難題相關的課題。在過去的版本中，我們試圖爲這些學生撰寫他們需要的教科書，同時也以嚴謹的態度滿足吹毛求疵的心理學者的要求。我們的目標是「在不犧牲科學的精確性或學術性的前提下，顧及學生的權益」。

爲達到此目標，我們仰賴三方面回饋所得的資料：學生、教師及專家。爲了確定選用的材料對學生而言能夠理解以及與他們切身的課題有關，我們詢問許多學生，請他們就本書初稿的各章節評定其感興趣及明白的程度。他們的反應對我們幫助相當大。

幾位在大學專門教授普通心理學的教師，在讀了初稿後表示，本書很適合其學生閱讀，並指出在使用本教材時可能遇到的問題。我們也從採用過去版本教學的教師處得到不少評論與建議，使我們獲益良多。

爲了跟得上研究發展，我們請求學者專家們審閱本教材。對每一章，我們均請數位專家就早先修訂的部分與最後形式提出評論。經由此徵詢過程，我們可以確信本書所涵蓋的內容能配合當前研究趨勢。

本版作了相當大的修訂。由文獻部分來看，粗略估評，有

三分之一以上的參考文獻在前一版印行後才刊出。熟悉本教材的學者會發現第三篇「意識與知覺」的三個章節已重排次序：「意識狀態」調到最前面，接著是「感覺」，然後才是「知覺」。由此安排，反映出研究「意識」的心理學者再度受到重視，且此課題在認知心理學上扮演著重要角色。本章還介紹了一些相當有趣的素材，以激發讀者的興趣，俾便對隨後幾章一些較艱澀的課題能保有學習動機。

本版中有一全新附錄「如何閱讀一本教科書：PQRST法」，描述閱讀本教材的方法，以增進讀者的理解及對關鍵性理念與訊息的記憶。有相當多的研究與實徵經驗證實這套閱讀法的效用。因此，我們認為值得向讀者們推薦。有兩則附錄由前一版本中保留下來：「心理學簡史」及「統計方法與測量」，以提供想對這些課題有全盤瞭解的讀者更詳盡的資料。

我們試著在一本教科書合理的篇幅內，涵蓋當前心理學的主要課題，然而每位教師必須根據其課程目的和時數設計自己的課程，即使未能教授所有章節，學生們也可以自行參閱。如果是短期課程，我們深信只詳細介紹少數幾章要比籠統教完整個教材來得好。兩套只教授十四章的可行課程設計提供如下，其一為強調實驗-生理方面，另一套則為強調人格-社會課程。至於授課時數相當有限者，我們也提供了一套為數十章的課程。然而這些課程設計，均僅提出章節可能的組合方式，以供

章	強調實驗-生理	強調人格-社會	短期一般課程
心理學的特性	1	1	1
心理學的生物基礎	2	-	-
發展心理學	3	3	3
意識狀態	4	4	4
感覺過程	5	-	-
知覺	6	6	-
條件化歷程與學習	7	7	7
記憶與遺忘	8	8	8
思考與語言	9	-	-
基本動機	10	-	-
情緒	-	11	11
心智能力及其測量	12	12	-
人格及其衡鑑	13	13	13
壓力與應對方式	14	14	14
偏差心理學	-	15	-
心理治療	-	16	-
社會訊息的處理	17	17	17
社會影響力	-	18	18



教師參考。此外，本書的章節次序是可以更動的，例如，有些教師覺得在課程一開始時即教授人格、偏差行為及社會心理學等課程，而將諸如記憶、知覺與生理心理等屬於實驗心理方面的課程留到以後再教，較容易引起學生的興趣。筆者們曾進行此嘗試，卻發現無法得到令人滿意的結果。因為學生一開始就學習與個人有關及一些有趣的課題，固然可能因此進展神速，但是卻經常會讓他們對何謂心理學形成歪曲偏頗的想法。此外，這些學生中，有許多人會對稍後學習的實驗心理方面的課題，感到不耐與不滿，而未作好學習的準備。因此，我們採取較理想的編排方式，將這些有趣的內容於本書前面章節——發展心理學及意識狀態——先提，讓學生對心理學範疇中有趣的課題先行瀏覽。接著，我們再回過頭來介紹諸如知覺、記憶與動機等較學術性的部分，最後才談論人格、偏差心理學及社會心理學。雖然如此，每位教師仍須根據他(她)認為最合適的次序選用各課題；因為本書編寫的方式即是方便各種可能的組合與安排。

史密斯(Edward Smith)在過去版本修訂工作上貢獻良多，現在已經是具有充分資格的共同作者。康乃爾大學的邊姆(Dary J. Bem)則重新組織並改寫社會心理學的兩個章節，其結果仍舊是相當的引人入勝。聖他巴巴拉加州大學的弗萊(John M. Foley)在五、六章中提供了知覺方面最新及最完整的資料。來自這兩位傑出的科學家與教師的這些稿件，使本書的品質提昇了不少。

Rita L. Atkinson  
Richard C. Atkinson  
Edward E. Smith  
Ernest K. Hilgard

## 修訂版序

時間過得真快，西爾格德桂冠版的《心理學》自從民國七十年出版以來，已經邁入第十個年頭了。在這期間，國人對心理學知識的看法，逐漸由漠視演變為重視，由嚴重誤解轉變為有點瞭解。想當初，在民國六十年剛進入台大唸心理系的時候，有些親友都認為畢業之後，大概可以列入占星卜卦之流，夠格到台北新公園擺起算命攤，來個鐵嘴直斷；絕的是，有的人更是苦口婆心地勸阻不要學心理學，以免到時一頭栽進杜鵑窩，人也會變得阿達阿達起來。現在雖然還是有人對心理學充滿了臆測的色彩，但至少誤解的情形已經改善了很多。

事實上，經過多年來的高度經濟成長，我國已經邁入了新興國家之林，物產豐饒，生活不虞匱乏，甚至到了奢侈浪費的地步。相形之下，國人的心靈生活卻顯得十分落後，除了追逐聲色犬馬之外，只是擁有一顆落寞而空虛的心。爲了提高生活的品質及追求幸福的真諦，具備豐富的心理學知識，似乎是一條可行的終南捷徑。也因此，心理學知識與心理學專家的存活空間擴大了許多。不但坊間的心理書籍增加了，心理從業人員的行情也呈開高走高的局面。在這種狀況下，桂冠版的《心理學》適時提供了一些幫助，爲需要的人開啓了心理學術殿堂的大門。

桂冠舊版的《心理學》主要是鄭伯壘、張東峰、謝光進根據西爾格德第六版的《心理學導論》編譯而成，完稿之後，美國又出了第七版，因此又酌情增加了第七版的資料。同時爲肯定國內學者的努力，加入國內的相關資料。沒想到心理學發展的速度是相當驚人的，美國教科書的修訂更是劍及履及。西爾格德的《心理學導論》在一九八三年出了第八版，一九八七年又有了第九版。比較之下，桂冠版的《心理學》，內容就顯得陳舊，處理的問題亦未能隨著心理學研究的趨勢，而有同步的發展。例如，心理壓力與壓力的處理、職業婦女的角色與單親家庭、玻

璃圈內外(同性戀)、心理疾病的重新分類、智力的再定義等，都豐富了心理學的視野；除此之外，閱讀歷程、圖形辨識、腦側化、神經藥物的效用，以及人類意識等方面的研究，都擴大了心理學的知識領域。有鑒於此，我們乃以西爾格德第九版的《心理學導論》為藍本，進行桂冠版《心理學》的修訂工作。

首先，針對內容與題材，進行兩本教科書章節的比對工作，以挑出第九版《心理學導論》的新增章節及段落。由於這兩本書都是我們講授普通心理學時所需具備的教科書，對書中的內容都頗為熟悉，因此，此項工作得以順利展開，但還是花了不少時間。

接著，進行新增章節的翻譯工作。承蒙桂冠圖書公司的支持，我們找了幾位學有專精的人士鼎力襄助。這些人士包括陳浩明先生(第一、十四、十五、十六章)、劉清隆先生(第二章)、黃慧真小姐(第三、四、七、八、九章)、陳瑞雲小姐(第五章)、吳芝儀小姐(第六章)、李奉儒先生(第十、十一章)、傅瓊慧小姐(第十二、十三章)、胡崇慈小姐(第十七章)、蔡淑瑄小姐(第十八章)，我們非常謝謝他們。

最後，則進行組織與穿插的工作，將舊有的資料與新增的資料進行整合，期使本書不但具有舊版的傳統，亦具有新版的精神。在這方面我們花了相當大的功夫。同時，並對每章的筆調與文字加以潤飾，對重複出現的心理學用語加以統一，俾全書能夠符合「吾道一以貫之」的特色，讓讀者讀來能有行雲流水般的順暢感覺。也許上述目標不見得能夠完全達成，但我們已經盡了最大的努力。

屈指算來，本書的修訂總共耗費了三年的時光。要不是桂冠圖書公司賴先生的鍥而不捨，以國內學術界不時興把時間放在編教科書的風氣，本書是不可能那麼早完成的。我們也得謝謝桂冠的編輯群，由於他(她)們高超的編輯品質及追求卓越的精神，使本書更是生色不少。

鄭伯燠、洪光遠謹識

中華民國七十九年七月一日

# 目 錄

桂冠心理學叢書序 1

原 序 5

修訂版序 9

---

## 第一篇 心理學是一種科學的 及人本的探討

---

### 第一章 心理學的特性 3

心理學對人的觀點 5

當代心理學的領域 13

心理學的方法 19

心理學的測量 23

本書的組織 28

---

## 第二篇 生物及發展過程

---

### 第二章 心理學的生物基礎 35

神經系統的基本單位 37

神經系統的組織 44

腦部的層狀組織 48

腦皮質 55

腦的不對稱性 60

自主神經系統 69

內分泌系統 71

遺傳對行爲的影響 73



### 第三章 發展心理學 83

- 有關發展的幾個基本問題 84
- 人生的早期 89
- 認知發展的階段 97
- 人格與社會發展 103
- 兒童期前期的人格社會發展 105
- 認同的過程 121
- 青年期的角色 131
- 發展是畢生的過程 142

---

## 第三篇 意識與知覺

---

### 第四章 意識狀態 151

- 各種意識狀態 153
- 睡眠與夢 162
- 催眠是一種改變的覺知狀態 177
- 冥想及自導性的意識改變 186
- 精神活動藥物及其影響 190
- 心靈的未解之謎 209

### 第五章 感覺過程 217

- 心理物理方法 220
- 視 覺 227
- 聽 覺 246
- 其他感覺 259
- 感覺的編碼 266

### 第六章 知 覺 273

- 組織和整合 275
- 辨 認 288
- 知覺的發展 300
- 超感覺的知覺 305

---

## 第四篇 學習、記憶與思考

---

### 第七章 條件化歷程與學習 313

- 行為論取向 314
- 正統條件化學習 315
- 操作性條件化學習 324
- 增強作用的原則 338
- 增強作用的本質 341
- 多重反應練習 346
- 行為論面臨的兩大挑戰 350

### 第八章 記憶與遺忘 363

- 記憶的種類 365
- 記憶的特質 370
- 遺忘的本質 374
- 記憶是永恆的嗎？ 379
- 短期記憶 382
- 長期記憶 394
- 記憶的增進 410
- 建構式記憶 419

### 第九章 思考與語言 429

- 符號和概念 431
- 推 理 439
- 語言與溝通 443
- 語言的發展 453
- 語言與思考方式 468
- 心像式思考 473
- 活動中的思考：問題解決 476
- 思考的訊息處理模式 480

---

## 第五篇 動機與情緒

---

### 第十章 基本動機 491

生存動機與恆定作用 492

饑 餓 497

肥胖症 503

成熟的性慾 510

早期的性發展 521

母性的行爲 524

好奇動機 528

不同動機間的共通原則 532

### 第十一章 情緒 537

情緒的成分 538

自主性喚起 539

認知性評估 545

情緒的表現 550

情緒的適應性 557

攻擊是一種情緒反應 558

---

## 第六篇 人格與個性

---

### 第十二章 心智能力及其測量 573

能力測驗的型式 574

好測驗所需具備的條件 578

智力測驗 581

測驗的預測效度 589

智力的本質 593

智力的年齡變化 607

智力的遺傳基礎與環境的影響 609

智能的兩極 617

能力測驗的展望 622

---

### 第十三章 人格及其衡鑑 629

- 人格的塑造 631
- 特質論 637
- 社會學習論 641
- 心理分析論 645
- 人本論 650
- 人格的衡鑑 656
- 人格的一致性 666
- 人格學說的統整 672

---

## 第七篇 壓力、精神疾病與治療

---

### 第十四章 壓力與應對方式 679

- 壓力概念 680
- 對壓力的生理反應 682
- 對壓力的心理反應 685
- 壓力的來源 692
- 壓力的因應 698
- 壓力的疾病 707

### 第十五章 偏差心理學 719

- 偏差行爲 720
- 焦慮症 726
- 情感症 736
- 精神分裂症 747
- 人格違常 757

### 第十六章 心理治療 767

- 歷史背景 768
- 心理治療方法 772
- 心理治療的效果 798
- 身體治療 806
- 心理健康的增進 812



---

## 第八篇 社會態度

---

### 第十七章 社會訊息的處理 821

社會判斷是一種直覺的科學 822

社會態度是直覺的邏輯 840

人際吸引的社會心理學 848

### 第十八章 社會影響力 859

他人在場 861

順從 874

內化作用 885

認同 890

---

## 附 錄

---

I 如何閱讀一本教科書：PQRST法 899

II 心理學簡史 901

III 統計法與測量 911

IV 心理學期刊 931

---

名詞解釋 935

原著參考文獻 989

人名索引 1033

名詞索引 1037