



Approaches to Psychology (4th edition)

[加拿大] 威廉·E·格拉斯曼、玛丽莲·哈达德◎主编 (第四版)

走近心理学

孙时进、蒋 强、张钊铭◎译

大学译丛





Education

Approaches to Psychology (4th edition)

(第四版)

〔加拿大〕威廉·E·格拉斯曼、玛丽莲·哈达德◎主編

走近心理学

孙时进、蒋 强、张钊铭◎译

大学译丛 

 复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

走近心理学(第四版)/〔加拿大〕威廉·E·格拉斯曼(Glassman, W. E.)、〔加拿大〕玛丽莲·哈达德(Hadad, M.)主编;孙时进、蒋强、张钊铭译. —上海:复旦大学出版社,2012. 9

(大学译丛)

书名原文:Approaches to Psychology: 4th edition

ISBN 978-7-309-08141-1

I. 走… II. ①威…②玛…③孙…④蒋…⑤张… III. 心理学 IV. B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第095945号

William E. Glassman, Marilyn Hadad

Approaches to Psychology (4th edition)

ISBN: 0-335-213-480

Copyright © 2004 by The McGraw-Hill Companies, Inc.

All Rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including without limitation photocopying, recording, taping, or any database, information or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

This authorized Chinese translation edition is jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) and Fudan University Press. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

Copyright © 2012 by McGraw-Hill Education (Asia), a division of the Singapore Branch of The McGraw-Hill Companies, Inc. and Fudan University Press.

版权所有。未经出版人事先书面许可,对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播,包括但不限于复印、录制、录音,或通过任何数据库、信息或可检索的系统。

本授权中文简体字翻译版由麦格劳-希尔(亚洲)教育出版公司和复旦大学出版社合作出版。此版本经授权仅限在中华人民共和国境内(不包括香港特别行政区、澳门特别行政区和台湾)销售。

版权 © 2012 由麦格劳-希尔(亚洲)教育出版公司与复旦大学出版社所有。

本书封面贴有 McGraw-Hill 公司防伪标签,无标签者不得销售。

著作权合同登记号:图字 09-2009-144

走近心理学(第四版)

〔加拿大〕威廉·E·格拉斯曼 玛丽莲·哈达德 主编

孙时进 蒋强 张钊铭 译

责任编辑/马晓俊

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路579号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

常熟市华顺印刷有限公司

开本 787×1092 1/16 印张 33.75 字数 800 千

2012年9月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-309-08141-1/B·395

定价:50.00元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

内容简介

就心理学通用教材而言，威廉·E·格拉斯曼和玛丽莲·哈达德主编的《走近心理学》是非常好的一本。

它通俗易懂、简洁、重点突出，不仅从心理学的起源到当代的发展为读者提供了易于理解的、连贯的信息，而且该书还向读者介绍了心理学的多个核心概念架构：从生物学的观点、行为的观点、认知的观点到心理动力学的观点、人本主义的观点等。

它兼具理论性和实用性。每种理论都简要地介绍了研究方法、理论和假设，并提供了大量的专栏、图片、关键术语以及进一步思考和阅读推荐等板块，从而使得读者能将相关的理论与他们生活的世界联系起来，并顺利地将心理学的知识应用于对于人类发展、社会行为等的认识。

本书不仅适用于学校的心理学教学，也是心理学爱好者的良师益友。

献 辞

本书献给我的妻子丽丝·威杰斯 (Lies Weijs) 和我的儿子德芙和丹尼，表达我对他们的热爱和感谢。

本书献给我的父亲，是他教会我懂得远见不仅仅是目之所及，智慧不仅仅是已有的知识。

——威廉·E·格拉斯曼 (William E. Glassman)

本书献给我的母亲，是她第一个启示我人类是最让人着迷、最让人惊奇的生物，教育是所有职业中最崇高的事业。

——玛丽莲·哈达德 (Marilyn Hadad)

第四版序言

在我以及其他教授任教的大学里,心理学是最受学生欢迎的课程。这反映了多数人有兴趣去理解人类的行为,包括理解他们自己以及其他人的行为。当我们介绍这门课程的时候,应该承认这种现象,它也必须按照心理学的规律来介绍。在满足这些目的的过程中,文本的选择常常是关键的。

为了介绍心理学,课程材料的选择就存在许多种可能性。作为一名学生,我自己上过几门没有教科书的课程,我用几本简略的书和大量的文章作为替代。这让我有一种遇到“用他们自己话语的”心理学家的感觉,可以说这是一种非常沉重的阅读负担,并且还没有一点可以让我清楚明白的材料。老实说,这是我开始真正掌握心理学课程的规律和要点之前遇到的几门课程,它们有别于其他的研究领域的课程。因此,第一课的内容对于我们介绍该课程来说并不重要——它是否提供了一种对心理学特点的清楚易懂的解释才重要。

虽然用到的一种教材似乎呈现了一种简单的解决问题的方法,也确实有了大量印刷成册的介绍性的教科书,但是,大多数书似乎遵循一种并不让人满意的模式。在过去的30年中,我已经见过许多的教科书,在我的课堂上也用过十多种教科书。从一个老师的经验以及几千个学生反馈的意见来说,我认为有一些因素在教科书中似乎是重要的。

今天,多数的教科书往往有大量的章节,提供了大量的知识,让人印象深刻。但是,不幸的是,作为一种教学的工具,这些教材总是存在几个局限性。第一,它们内容太多、价格太昂贵。没有哪个学生能真正希望教材提供所有的信息,他们常常发现大量的超负荷的信息。因此,他们不再关注他们不需要的内容。第二,多数学生是带着对人类行为的兴趣来学习心理学的,然而,他们常常发现教材中的大部分内容是研究其他的材料的。虽然这些研究是心理学的一个部分,但是它们通常无助于学生理解与之相关的人类行为。第三,通过呈现诸如“感觉”、“发展”、“动机”等各种次领域的研究,教材不能提供一个整体的、清晰的框架。第四,它对学生来说,变成了犹如我所经历的没有教科书那样的支离破碎的东西。

出于对这些问题的关切,这本书得以问世,它被设计成一种对心理学来说相对简短、明确的介绍,这种介绍强调对人类行为的理解。对人类行为的强调是最容易达到目的的,因为许多的研究都是关注人类;动物研究只是包括那些与我们理解人类行为有明确关联的内容。为了界定这种选择的标准,有必要选择一些组织性的原则,这些原则与第三个目的,清楚且明确地存在事实上的联系。

这本书的组织结构是建立在历史事实基础之上的,研究者们已经将心理学建立在了具有



自己的假设、方法和理论的不同观念架构基础之上。因此,对这样五个架构的检验成了本书的中心。支撑这个架构的是我们怎样了解行为知识的过程——不只是不同的方式存在,而是它们是怎样存在的或为何会出现。本书的一个中心议题是感知过程对于理解人类行为和心理学规律本质来说是重要的。以前版本的组织结构很受学生欢迎,这已经得到了证明,该版本保留了基本的概念和目标。

本版本的变化涉及三个目标:首先是要澄清和更新前面版本的材料;其次是提供适当的新主题;再次是为读者提供更加结构化的帮助。关于第一个目标,本书逐行地重新撰写了以前的版本,同时保留了一个总体上相似的结构。按照第二个目标,本版本重新对解决社会行为问题进行了思考(第八章),包括了更多传统社会的内容。另外,我对本书进行了修改,包括提供了一个新的重点——文化的作用,这主要归功于我的合作者——玛丽莲·哈达德(Marilyn Hadad)。她是一位天才且富有经验的老师,她的影响不仅表现在本书许多的特点上,而且从总体上来说,在修订版本的过程中,她的影响也体现在她的介绍和批评上。除此以外,读者们将在每个章节中发现一些新的发展和新的材料的讨论,以及许多新的有关研究和进一步的阅读的参考资料。这些改变的目的不是由于当前的原因,而是去选择那些有利于教材初衷的材料。因此,这些改变意味着提升了原创性的概念,而不是彻底改变它。总的来说,这本书比以前的版本要稍微内容多一些,但是它对心理学也是一个简单的介绍,它为人们提供了理解心理学起源和本质规律的简单明了的文本。

从为读者们提供导引的目的出发,我们感到在适当的地方保留,并在意图使之更加有帮助的基础上构建内容是重要的。一个新的特征是,在第一至第六章最后都有一系列的连贯的讨论。第一章提供了一个详细的案例,然后在第二至第六章讨论,阐明每种理论在帮助我们理解案例方面提供的一些帮助。这些讨论的目的叫做“归纳法”,它表明这些理论如何能够被补充。因此,它既提供了一种整体感,又抵消了学生们希望按照“正确的”或者“错误的”方式来看待诸多理论问题的疑虑。另外,在最后有一个收词广泛的词汇表,表中强调了重要的单词,定义了第一次出现的单词,正式的定义提供在页下的脚注处。在该版本中,对词汇的定义量也增加了接近10%。基于清晰和读者的诉求,插图的数量也增加了近50%;在以前的版本中,插图的选择是为了提供相关的信息,而不是简单的图式资料。本书在每章的开始继续用总体目录的方式帮助读者掌握后面的结构,用摘要和关键词以及概念来加以总结。我们希望这些特征将有助于学习和回顾,没有分散读者对文本本身的注意。

另外,那些在书中被标记为“进一步思考”的问题将被保留下来,问题将出现在每个小节中。这些问题必将鼓励读者在文本中应用这些观点,以此作为理解教材内容的一种途径。通常地说,这些问题将超越简单的死记硬背似的回顾,但是并不打算进行彻底开放似的讨论。一些人要求学生按照他们自己的经验做出反应,而另外一些人可以证明顺从于群体的讨论。在最近的几年,“关键性的思维”已经变成大量滥用的单词,这些问题激起了参与和沉思。

请留意两个问题:首先,保持语气的一致性,从始至终保持第一作者的语气;其次,涉及“I”应该被作为指称“WEG”,第二、第三人称单数形式正在逐步地发展,本书采用“他们的(their)”,而不是“他的/她的(his/her)”。

在写作本书过程中,我清楚地意识到我的局限性,以及我对读者的责任。本书的第一版是6个人共同努力的结果,包括我自己。从第二版开始,我成了唯一的作者,但是我依然认

可在第一版与我合作的我的同行们的工作。无论该书如何发展,他们都是该书的原创的部分,以及创造性合作的经验的一个部分。我的合作者包括戈登·R·埃姆斯利(Gordon R. Emslie)、鲍尔·H·赫斯乔恩(Paul H. Hirschorn)、朱迪丝·凯丽·瓦兰(Judith Kelly Waalen)、约翰·米德戈夫(John Medcof)和约翰·罗斯(John Roth),对于他们,在此表达我的谢意。

另外一项任务是必须与对以前版本给予评论的那些读者和评论家协商一致,他们促使这本书变得越来越好。让心理学更加易于接近、让读者更加喜爱自始至终是本书的重要的目的,来自学生的反馈和评论不仅是友善的,而且是有用的——这就是为什么这是一件值得做的事情的原因。许多评论家也为本书作出了贡献,他们的评论不仅是支持性的,也是非常有用的。另外,我想感谢我的大学同行们,他们提供了周到的评论和有价值的意见,他们的支持令人赞赏。

我也感谢我的合作者玛丽莲·哈达德。正如上文中所示,她在改进本书的文化性方面的内容做出了巨大的贡献。在整个再版过程中,她是一位积极的合作者,虽然不明显,但是意义重大,她的贡献是及时的、睿智的、周到的。她对心理学教育和宣传的热情,是没有先例的。她选择在序言中不做评论,这带有典型的玛丽莲甘做幕后英雄的特点,然而没有她,我难以确定是否能够完成该版教材。

我也感谢我的家庭,在我撰写该书的期间,他们做出了许多的牺牲。我的儿子德夫和丹尼,分别是14岁和9岁,这些日子里,该项写作计划占据了 my 许多白天、晚上和周末的时间,他们给予理解。当写作任务加重的时候,他们打断我的写作过程通常已是对我一种的宽慰,他们的好奇和热情是一种持续不断的提示,即我们的存在是如此卓越。我的妻子丽丝·威杰斯(Lies Weijs)对我来说是非常珍贵的,她富有激情、充满智慧和富有逻辑性。当我需要她时,她给予了我鼓励,当我不能承担家庭负担的时候,她承担了这些重任。再者,作为一名读者,她虽然不是心理学专家,但是她在本书的清晰性和可读性方面提供了深刻的见解和给予了富有智慧的反馈。在我们社会里,家庭生活和职业常常似乎相互冲突。在这个方面,对我的家庭对该项写作计划的支持以及对我生活的关心,我向他们表示感谢,也向他们表达我对他们的热爱。

最后,我希望感谢开放大学出版社和麦格劳·希尔(McGraw-Hill)出版集团的同仁。开放大学出版社支持本书历经几版,他们的引导和鼓励是重要的。出乎意料的是,在本书的成书过程中,麦格劳·希尔出版集团收购了开放出版社,结果带来出版社员工的变化。但是,我希望感谢杰斯丁·瓦格汉(Justin Vaughan)先生,作为该书的出版人,在计划的开始时,给予的鼓励和支持,我也希望感谢迈克·巴拉迪(Mark Barratt)先生,他是本书的编辑,他承担了管理这项计划的繁重的任务。尽管如此,他不仅勤奋地工作,坚持最初设定的目标,而且带着信心和热情去拥护这个目标,以使这本书编撰得更好。迈克先生和开放大学/麦格劳·希尔出版集团的先生们,是你们使这本书得以印刷出版,谢谢你们。

威廉·E·格拉斯曼(William E. Glassman)

于加拿大多伦多

2003年7月

译者序言

来自加拿大多伦多市瑞尔森大学(Ryerson University)的威廉·E·格拉斯曼(William E. Glassman)和玛丽莲·哈达德(Marilyn Hadad)两位教授给我们奉献上了他们的力作《走近心理学》(*Approaches To Psychology*)。

原书由英国开放大学出版社出版,中译本是在原书第4版的基础上翻译而成的。

对于该书,汤森路透(Thomson Reuters)集团旗下著名的《泰晤士高等教育》(*Times Higher Education*)有这样一个评价:“格拉斯曼并没有倾向于异常简化和‘亲密式’阅读的当代方向,来激发并维持短时间内便能集中注意于电视和网络的青少年的趣味……但是阅读是必须的……再没有别的什么地方能够在其历史情境中的重要方面拥有如此全面的内容。格拉斯曼借助奇闻轶事、寓言故事、日常经历和具体的心理学研究事例,以清晰、连贯和完全一致的风格让本书妙趣横生。”

关于该书,在亚马逊公司网站上,我们选取了其中的两段读者的评论:

“我曾经用过5种心理学通用教材,我想该书是最好的,它通俗易懂,简洁,重点突出……我愿意向所有希望了解心理学的人推荐这本书……”

“威廉·E·格拉斯曼的《走近心理学》对于那些希望了解和学习心理学的人来说,是一本极具价值的书籍。我现在是一名接受国际中学文凭课程(International Baccalaureate Curriculum,简称IB课程)的学生,我当前正在学习心理学……该书最显著的特点就在于架构,IB学生希望通过国际课程的学习,能够对每一种观点的历史和文化、方法和理论方面进行阐释,该书使得我更加容易达到这样的学习目的……”

我们认为,该书不仅适用于学校的心理学教学,也是心理学爱好者的良师益友。《走近心理学》为读者提供了易于理解的、连贯的心理学的信息,从心理学的起源到当代的发展,展示了心理学对于人类行为的理解。该书向读者介绍了心理学的八个核心的概念架构:生物的观点、行为的观点、认知的观点、心理动力学的观点、人本主义的观点、发展的观点、社会行为、变态行为,还向读者介绍了每种理论的研究方法、理论和假设,从而使得读者更好地理解心理学,并将心理学的知识应用于对于人类发展、社会行为、变态行为等的认识。读者可以将相关的理论与他们生活的世界联系起来,包括电子游戏的强化功能,将归因理论应用于运动心理,将认知不协调理论应用于检验人类的暴力行为,等等。为了方便读者学习和了解心理学,作者还专门建立了在线学习平台(<http://www.ryerson.ca/~glassman/approach.html>),该书不但向那些对心理学感兴趣,以及有志于心理学事业发展的才俊提供在线学习帮助,还有助于把心理学从



心理学家的课堂上、书斋里、实验室中解放出来,使之成为民众手中提高工作效率、改善自己生活质量、提高生活的幸福感的有力工具。

该书主要有以下一些特点:每个部分杰出的心理学家和他们的杰出贡献都以专栏的形式呈现给读者,使读者能够更加直接地了解心理学发展的历程;在每个章节的最后,对该章节关键性的思想进行了汇总,对广泛存在的一些错误的观点进行了进一步的澄清;对一些重要的研究方法进行了探讨,以帮助读者应用这些方法展开研究;提供了关键词汇和进一步阅读的书目。内容编排上充分考虑学习者的需要,包括了观点讨论和查询、对关键术语和概念的定义。书在保证科学的严谨和规范性的同时,也注意到可读性,语言生动活泼,深入浅出。

该书作者威廉·E·格拉斯曼是瑞尔森大学的荣誉教授,他具有30多年的心理学教学经验,他的研究涉及诸多领域,特别在问题解决和短时记忆研究方面颇多建树。玛丽莲·哈达德教授主要在瑞尔森大学从事教学心理学,她擅长个人判断、个人成长和压力管理等方面研究。我们感谢他们同意把他们这么好的精神产品提供给我们,我们也希望在我们引进过程中,我国的心理学工作者和爱好者也能够在我们的学习、研究和实践中结合东方的传统文化不断地推出自主创新的、有中国特色的成果以充实、丰富世界的心理学。

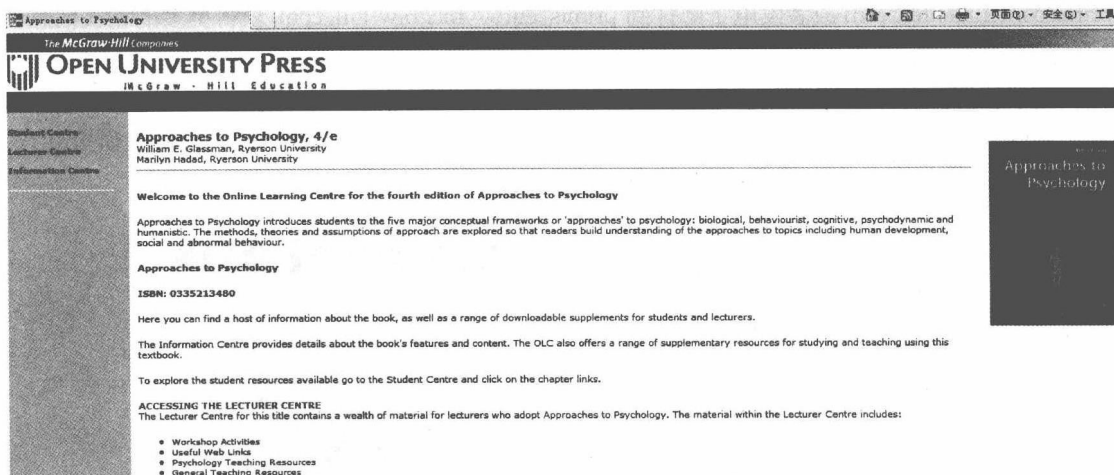
本书的译者是孙时进教授、蒋强博士和张钊铭博士,孙时进教授、蒋强博士负责了统稿,孙时进教授还审阅了全书。该书翻译历时三年,从初稿到完稿经过了十余次修改,为此,我们付出了巨大的努力。但是,由于我们学术水平和翻译水平还有待进一步提高,所以,书中难免有翻译不当的地方,希望读者提出宝贵意见,以便该书再版时予以更正。

本书在翻译和出版过程中,得到了复旦大学出版社编辑马晓俊博士的帮助,我们与马博士就该书的翻译和出版问题进行了十余次讨论,他为该书的翻译和出版做了大量工作,如果没有马博士勤勉细致的工作,本书今天能够与读者见面几乎是不可能的,在此,我们对他表示诚挚的谢意!在此,我们还要向万明钢、周爱保两位教授致谢,感谢他们在本书翻译过程中提出了许多有价值的意见!

孙时进 蒋强 张钊铭

强化教学的工具

请访问 www.openup.co.uk/glassman today
在线学习中心 (OLC)



在完成了每一个章节之后,读者可以登录在线学习中心,利用提供的强化材料进行学习,以愉快的和有效的方式丰富你的心理学知识。

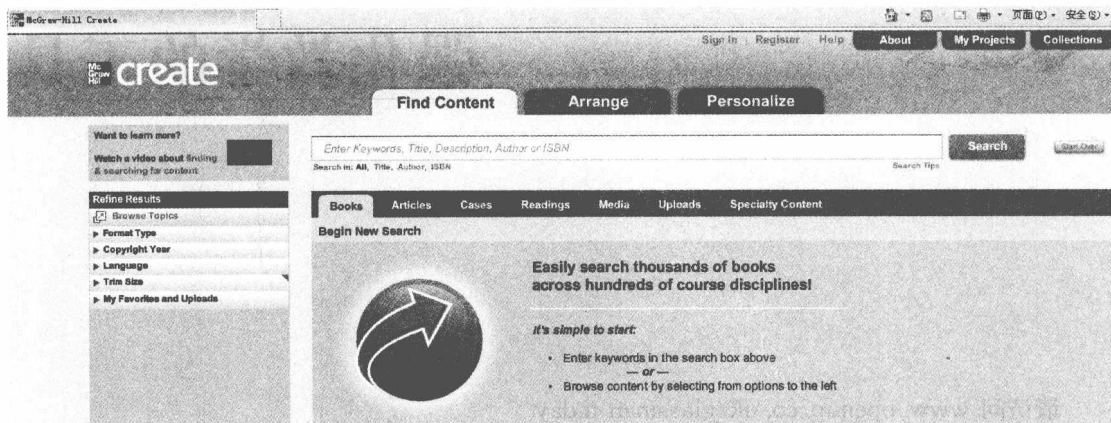
学习的资源包括:

- (1) 进一步的心理学阅读材料;
- (2) 多种选择的答案;
- (3) 影像。

在线学习中心还有为教师教学准备的材料:

- (1) 教学手册;
- (2) 影像;
- (3) 试题库。

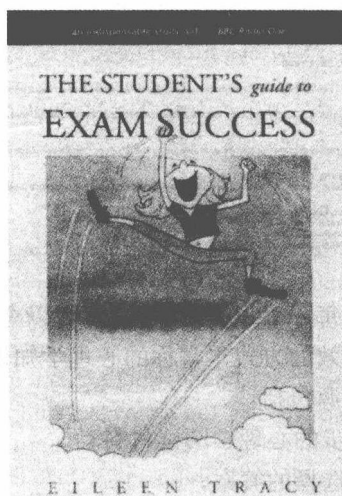
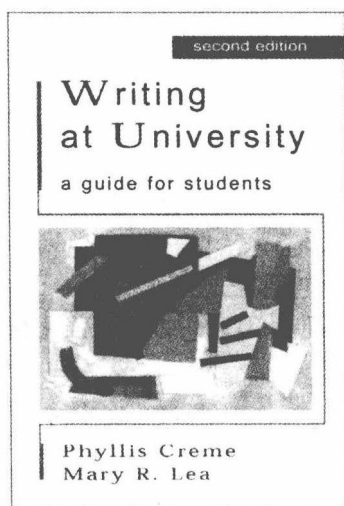
为教师们服务：普里米斯内容中心



如果你需要补充额外的内容,为学生创建一个个性化的电子书,请访问 www.primiscontentcenter.com 或者发电子邮件到 primis_euro@mcgraw-hill.com,获得更多的相关信息。

学习技能

开放大学出版社出版了学习、研究和考试技能方面的书籍,以帮助大学本科生、研究生学习,请访问 www.openup.co.uk/ss/。



计算机技能

如果你想温习你的计算机技能,我们有一系列覆盖范围的 MS Office 工具,比如 Word, Excel, PowerPoint, Access 等的应用程序。

当你在线登录 www.mcgraw-hill.co.uk/app 订购这些题目时,通过进入促销代码程序,你能获得 2 英镑的折扣。

致谢

我们要感谢下面一些专家在本书形成过程中给予的批评,他们是 Martin Wall(多伦多大学)、Tim Auburn(普利茅斯大学)、Hugh Coolican(考文垂大学)、Lorraine Sheridan(莱斯特大学)、Juan Carlos Gomez(圣安德鲁斯大学)、Jim Baxter(斯特拉斯克莱德大学)、Mary Flaherty(都柏林大学学院)、Paul Stager(约克大学,加拿大)、David Day(瑞尔森大学,加拿大)、Fiona Newell(三一学院,都柏林)、Joan Harvey(纽卡斯尔大学)、Sanjay Jobanputra(威斯敏斯特大学)、Tom Postmes(埃克塞特大学)、Tony Stone(南岸大学),另外琳达·金凯德(Linda Kincaid)提供了第一章的颅相学图。

我们读者和出版社还应该衷心感谢以下机构和个人,他们允许我们复制了书中相关人物的影像和照片。

玛戈·阿德勒(Margot Adler)提供了阿尔弗雷德·阿德勒(Alfred Adler)的照片。

阿尔伯特·班杜拉(Albert Bandura)提供了阿尔伯特·班杜拉(Albert Bandura)的照片。

丹尼尔(Daniel)和艾米·斯塔奇(Amy Starch)提供了杰罗姆·卡根(Jerome Kagan)在哈佛大学的照片。

俄亥俄的阿克伦大学美国心理学历史档案馆提供了亚伯拉罕·马斯洛(Abraham Maslow)和J·B·华生(John B. Watson)的照片。

诺贝尔研究所提供了伊万·巴甫洛夫(Ivan Pavlov)、康拉德·洛伦兹(Konrad Lorenz)、赫尔伯特·西蒙(Herbert Simon)、罗杰斯·斯佩里(Roger Sperry)的照片。

让·皮亚杰(Jean Piaget)的照片取自其档案。

马丁·塞利格曼(Martin Seligman)照片取自马丁·塞利格曼(Martin Seligman)。

汉斯·塞利(Hans Selye)照片取自曼尼托巴大学的伊什特万·拜尔齐(Istvan Berczi)。

卡尔·罗杰斯(Carl Rogers)照片取自纳塔利·罗杰斯(Natalie Rogers)。

B·F·斯金纳的照片取自 BF Skinner 基金会。

威廉·冯特(Wilhelm Wundt)照片取自免费的百科全书“维基百科”。

我们还要感谢麦格劳·希尔出版集团允许我们取用来自 Santrock 的《心理学》(第7版)的照片,本书中图片有 1.8, 1.15, 2.6, 2.14, 3.5, 3.7, 4.11, 4.13, 6.5, 7.4, 9.5 和 9.8 取自该书。

我们做出最大的努力以确定本书中所用材料的版权所有,但是,如果有一些非故意的忽略,出版社将乐意在第一时间给予回应。

简明目录

插图等目录	1
第四版序言	1
译者序言	1
强化教学的工具	1
致谢	1
第一章 行为和心理学	1
第二章 心理学的生物学理论	41
第三章 行为主义理论	91
第四章 认知理论	139
第五章 心理动力理论	191
第六章 人本主义理论	239
第七章 发展的理论	281
第八章 社会行为理论	309
第九章 异常行为理论	349
第十章 心理学的再思考	389
附录 研究方法和统计	409
词汇表	433
参考文献	450
索引	494

详细目录

插图等目录	1
第四版序言	1
译者序言	1
强化教学的工具	1
致谢	1

第一章 行为和心理学

第一节 魔术	3
第二节 引言	3
第三节 为什么流派不同	5
一、感知觉和经验	6
二、感知觉和创立理论	10
第四节 科学心理学的诞生	13
第五节 研究行为的方法	16
一、科学方法在心理学中的作用	16
二、内省主义与公开观察	18
三、行为测量、研究背景和研究方法	19
四、非实验方法：访谈和调查	21
1. 调查和取样的过程	22
2. 自我报告及其局限性	23
五、自然观察和非干扰性测量	23
六、个案研究	24
七、相关与非实验研究	26
八、实验	28
九、准实验	31
十、心理学研究中的伦理问题	33
第六节 结论	36

第二章 心理学的生物学理论

第一节 探索心灵	43
第二节 引言	44
第三节 生物系统的性质	46
一、心理、大脑和中枢神经系统	46
1. 神经细胞和神经系统	47
2. 大脑	49
二、研究大脑	53
1. 电子记录和刺激	53
2. 计算机成像技术	55
三、行为的生化过程	57
1. 神经传输	57
2. 激素	58
第四节 行为的身心交互作用	59
一、身体对心理的影响	59
1. 精神类药物效应研究	60
2. 精神类药物类型	62
3. 裂脑和全脑	65
4. 裂脑和正常的大脑	68
二、心理对身体的作用	69
1. 压力的本质	70
2. 应对压力	73
3. 心理状态和健康	75
第五节 行为的遗传基础	77
一、遗传的基本机制	78
二、行为方面的天成和养成	82
三、进化和行为	84
第六节 结论	86

第三章 行为主义理论

第一节 内在的心理活动并不重要	93
第二节 引言	93
一、行为主义的基本假设	94
二、行为主义的先驱	95
三、刺激和反应	97
第三节 经典条件作用	98

一、经典条件作用现象	101
1. 刺激概化和辨别	101
2. 消退与自然恢复	103
3. 高级条件作用	105
二、经典条件作用的应用	106
1. 条件性情绪反应	106
2. 条件作用药物和免疫反应	108
第四节 操作条件作用	109
一、斯金纳和操作条件作用	111
二、强化物和强化	112
三、操作性条件作用现象	117
1. 行为塑造和习得的过程	117
2. 消退	118
3. 强化程序	118
4. 辨别刺激	122
5. 非后效强化	123
第五节 条件化作用的含义和应用	124
一、消极强化物和操作行为的厌恶性控制	124
二、经典条件作用和操作条件作用的关系	126
三、自主条件作用和生物性反馈	127
四、习得的生物制约性	129
第六节 结论	134

第四章 认知理论

第一节 思想和行为	141
第二节 引言	142
第三节 感知与认知	145
第四节 学习和记忆	146
一、学习是信息搜集	146
二、记忆是学习的保留	147
三、一种基本的记忆模型	148
四、记忆的编码和贮存	150
1. 短时记忆	150
2. 长时记忆	151
五、遗忘	154
1. 短时记忆中的遗忘	154
2. 长时记忆中的遗忘	155
六、记忆是重构过程	159