

桂冠心理學叢書  
心理學術系列  
楊國樞 主編

29

INTRODUCTION  
TO PSYCHOLOGY  
心理學概論

原著◎艾金森、西爾格德等

◎RITA L. ATKINSON, RICHARD C. ATKINSON  
EDWARD E. SMITH, ERVEST R. HILGARD

編譯◎鄭伯璜、洪光遠 校閱◎楊國樞

桂冠心理學叢書(29) 楊國樞主編

# 心理學概論

原著◎艾金森、西爾格德等

編譯◎鄭伯璦、洪光遠

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

心理學概論／艾金森(Rita L. Atkinson)等原  
著；鄭伯壘，洪光遠編譯.--初版.--臺北市：  
桂冠，1991〔民80〕

面： 公分.--(桂冠心理學叢書：29)

譯自：Introduction to psychology

含索引

ISBN 957-551-222-7 (精裝)

1. 心理學

170



80000334

桂冠心理學叢書② 楊國樞主編

## 心理學概論

原 著／艾金森、西爾格德等

翻 譯／鄭伯壘、洪光遠

校 閱／楊國樞

發行人／賴阿勝

出 版／桂冠圖書股份有限公司

登 記 證／局版臺業字第1166號

地 址／臺北市新生南路三段96-4號

電 話／(02) 368-1118・363-1407

郵 撥／0104579-2

電 傳／368-1119

印 刷／海王印刷廠

初版二刷／1991年5月

定 價／新臺幣350元

ISBN / 957-551-222-7



## 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，而成爲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，爲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。一個以人爲本的社會，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儘量廣闊，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儘量多元化，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，唯獨貓能夠四脚著地，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。

本版有一全新附錄「如何閱讀——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

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



程。然而這些課程設計，均僅提出章節可能的組合方式，以供教師參考。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

## 簡明版序

由於心理學知識的快速擴展，同時兼顧舊有的資料及新增的發現，桂冠版新修訂的《心理學》竟達千頁以上。雖然我們想用較多的篇幅，來涵蓋當前心理學家所探討的課題，但是對許多讀者而言，他們並非是心理系的學生，並不想成爲一位專業的心理學家，而只是想透過心理學知識，幫助個人更進一步瞭解自己週遭的人及其他有關的人類行爲。就這些讀者而言，原版的桂冠《心理學》，可能是很大的負擔。另一方面，許多普通心理學課程的開設，都是以一個學期爲準的，短短四個月，要求一位學生融會貫通所有心理學的領域，不但可能性不大，甚至可能因此而談「心理學」色變，這更違背了「啓發閱讀興趣」的旨意。

有鑑於此，重新編排桂冠版《心理學》，給予精簡化、扼要化，而又不失整體化，毋寧是相當自然之理。換言之，爲了使《心理學》的篇幅減少，我們必須做若干的取捨。首先，根據許多大專教師教授心理學的經驗，將擇要講授時未邁入的章節予以刪除，這包括了生理心理學、意識狀態、感覺歷程、思考與語言，及心理治療等部份。第二、有關閱讀技巧、心理學簡史、統計學，及心理學期刊等附錄部份，亦在刪除之列。接著，再將保留的部份，依照內容相近的程度，做重新的編排與取捨。因此，基本動機與情緒併爲一章，壓力與偏差心理學併爲一章，而社會訊息的處理與社會影響力亦併爲一章。經過精簡之後的心理學雖然只剩下十章，但仍儘量保持其完整性與重要性，讀者可以用較短的時間，一窺心理學的堂奧。另外，爲了使讀者瞭解各研究的來源，在本書中，我們還是保留研究者的人名與年代，讀者如果有興趣，亦可從原版《心理學》中查到該文獻的出處，以做進一步充實之用。

最後，還是要謝謝參與本書原文翻譯的各位譯者及桂冠卓越的編輯群。他(她)們的努力，為團隊作業立下了典範！

鄭伯燠謹識

中華民國八十年二月一日

# 目 錄

桂冠心理學叢書序	1
原 序	5
簡明版序	9

---

## 第一章 心理學的特性 1

---

心理學對人的觀點	3
當代心理學的領域	11
心理學的方法	17
本書的組織	21
摘 要	22

---

## 第二章 發展心理學 25

---

有關發展的幾個基本問題	26
人生的早期	31
認知發展	39
人格與社會發展	45
青年期的角色	57
發展是畢生的過程	63
摘 要	68

---

### 第三章 知 覺 71

---

組織和整合	73
知覺恆常性	80
辨 認	84
知覺的發展	93
摘 要	98

---

### 第四章 條件化歷程與學習 101

---

行爲論取向	102
正統條件化學習	103
操作性條件化學習	110
增強作用的本質	121
行爲論面臨的兩大挑戰	125
摘 要	134

---

### 第五章 記憶與遺忘 138

---

短期記憶	140
長期記憶	151
記憶的增進	164
建構式記憶	174
摘 要	179

---

### 第六章 動機與情緒 181

---

生存動機與恆定作用	182
社會動機	198
好奇動機	210



動機的成分與自主性喚起 215

認知性評估 219

情緒的表現 224

摘要 228

---

## 第七章 心智能力及其測量 233

---

能力測驗的類型 234

好測驗所需具備的條件 238

智力測驗 241

測驗的預測效度 249

智力的本質 253

智力的遺傳基礎與環境的影響 261

能力測驗的展望 267

摘要 271

---

## 第八章 人格及其衡鑑 273

---

人格的塑造 275

特質論 280

社會學習論 283

心理分析論 278

人本論 293

人格的衡鑑 299

人格的一致性 307

人格學說的統整 313

摘要 314

---

## 第九章 壓力與應對方式 317

---

壓力概念 318

對壓力的生理反應 320

對壓力的心理反應	323
壓力的來源	328
壓力的因應	334
壓力與疾病	342
偏差行爲的意義	349
焦慮症	355
情感症	363
精神神分裂症	371
人格違常	380
摘要	384

---

## 第十章 社會行爲 387

---

社會判斷	387
社會態度	404
人際吸引	412
順從	419
內化作用	429
認同	434
摘要	438

---

人名索引	443
名詞索引	447

# 第一章 心理學的特性

---

---

心理學對人的觀點 3	行爲與社會科學
神經生物論	認知科學
行爲論	心理學的方法 17
認知論	實驗法
心理分析論	觀察法
現象論	調查法
各種觀點的應用	測驗法
當代心理學的領域 11	個案歷史法
心理學的定义	本書的組織 21
心理學的領域	摘要 22

---

---

我們日常生活的每件事都和心理學有關。社會愈來愈複雜，所以在解決各種人生的問題上，心理學亦愈形重要。心理學家所研究的題材非常廣泛。有些題材既具體又實用，例如，處理毒癮或肥胖症的最好方法是什麼呢？如何計劃及控制一項調查，以便正確的評估公眾意見呢？如何勸人戒煙？教孩子閱讀的最佳途徑是什麼呢？噴射機儀表板的儀表如何排列，才能把駕駛員的誤失減到最低限度？是否可以把一小段電線植入腦中，藉著電子刺激給予盲人人工視力呢？

其他題材牽涉的範圍較廣。那一種訓練方法可以使兒童在成年之後，快樂而有效率？心理疾病能否預防？如何消除種族歧視？家庭及社會對攻擊行為、犯罪及人際疏離有何影響？心理學家及其他專家一直在為解決這些問題而努力。

心理學可由其對法律及公共政策的影響力，來左右我們的生活方式。不論歧視、死刑、色情或其他個人須為自己行為負責的法律，都受到心理學理論的影響。例如，已往法律上認為性異常的，二十年來已因各種研究的發現而改變了；而許多早先被視為性異常的性行為，實際上卻是很多人都有經驗的「正常」行為。

電視中的暴力行為對兒童的影響，也是父母和心理學者所關心的問題，只有在研究過這種電視節目的不良影響之後，才可能改變電視節目政策。在美國很多暴力節目都已被「芝麻街」(Sesame Street)及「電力公司」(The Electric Company)等有意義的節目所取代，這顯示出心理學家及教育學家正致力於使學習的過程變得更有趣、更有效。

由於心理學廣泛地影響到我們的生活，即使是一個不想成為心理專家的人，亦應該瞭解一些心理學的內容與研究方法。心理學的導論課程，能讓你更明瞭人類行為的動機和更瞭解你自己，而且能幫助你去評估心理學界的各種主張。以下幾乎都是每天出現在報紙上的新聞標題：

若要有效控制焦慮，只需自我調節腦波

暴力犯罪和基因缺陷有關

同性戀與荷爾蒙有關

嬰兒早期的經驗，影響成年後智力

情緒穩定和家庭大小有密切關係

你如何判斷這些新聞的正確性呢？若能知道心理學家已建