



環境

Environmental Psychology

心理學

Frank T. McAndrew 著

危芷芬 譯

環境心理學

危芷芬 譯

台灣大學心理系博士
中原大學心理系助理教授

五南圖書出版公司 印行

環境心理學 / Francis T. McAndrew 原著 ;
危芷芬譯 -- 初版 -- 臺北市 : 五南, 民 84
面 : 公分
參考書目:面
譯自 : Environmental Psychology
ISBN 978-957-11-0982-4(平裝)

1. 環境心理學

541.75

84004757

環境心理學

©2008 年, 新加坡商亞聖智學習國際出版有限公司著作權所有。本書所有內容, 未經本公司事前書面授權, 不得以任何方式 (包括儲存於資料庫或任何存取系統內) 作全部或局部之翻印、仿製或轉載。

Original: Environmental Psychology

By Francis T. McAndrew

ISBN:9780534193089

Copyright ©1993 by Francis T. McAndrew

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0 0 9 8

出版者 新加坡商聖智學習亞洲私人有限公司台灣分公司
臺北市鄭州路 87 號 9 樓之 1
<http://www.cengage.tw>
電話 : (02)2558-0569 傳真 : (02)2558-0360

原 著 Francis T. McAndrew

譯 者 危芷芬

編 輯 李敏華

總經銷 五南圖書出版股份有限公司
臺北市大安區 106 和平東路二段 339 號 4 樓
電話 : (02)2705-5066 傳真 : (02)2706-6100
臺中市駐區辦公室 臺中市區中山路 6 號
電話 : (04)2223-0891 傳真 : (04)2223-3549
高雄市駐區辦公室 高雄市新興區中山一路 290 號
電話 : (07)2358-702 傳真 : (07)2350-236
郵撥 : 01068953
網址 : <http://www.wunan.com.tw>
電子郵件 : wunan@wunan.com.tw

定 價 新臺幣 400 元

出版日期 西元 2008 年 6 月 一版二刷

ISBN : 978-957-11-0982-4

(8CPSW0)

原 書 序

從許多方面來看，講授環境心理學的課程都算是一種挑戰。課堂上的學生由大學二年級到研究生都有，而且他們來自四面八方——例如建築、商學和其他學科。這種多樣性反映出環境心理學的跨學科性質，也使它比其他心理學領域吸引了更廣泛的讀者。由於環境問題迫在眉睫，而且一般人對於環境的興趣也逐漸增長，參與的人不但更多，而且其背景也更豐富。基於這一點，我在寫作這一本書的時候盡可能使它具有適應性。文中的非正式交談風格和非傳統主題（例如盲人探路、季節性情感失常、南極洲和外太空環境以及動物園的環境心理學）使得本書更富有趣味，即使不具有心理學背景的學生也易於入手。同時，本文的內容都經過有關環境和行為的最新實徵研究所證實，其精確的程度足以提供高年級學生和研究生作為調查和取得更深入之原始資料的管道。

我嘗試使內容盡量接近現有的資料。在每一章中，我首先敘述環境心理學家目前已知的成果，然後才介紹抽象的理論問題和爭議。我相信，如果在瞭解手中的實徵資料之前就面對理論建構，許多大學部學生很快就覺得無聊和混淆不清。因此，理論被放在各章中相關的部份加以討論，而不是單獨成爲一章；此外，它們大多數放在實徵發現的討論之後。每章之中都有一些「專欄」，其中大部份都是幫助學生將文中的內容與日常生活連在一起的實驗練習。在每一章結尾處都有專有名詞的解

釋；據我自己的學生說，這種排列方式對於閱讀大有幫助。

除此之外，我也嘗試傳達我自己對環境心理學的興奮感受，並且幫助學生找到樂趣所在。如果本書能達到上述目的，我覺得它就是很成功的。

第一章都自成獨立的單元，研讀的順序不拘。但是各章的次序並不是任意決定的。第一章是對這個領域的介紹，包括簡略的歷史和本書中最常提到的研究方法。第二章和第三章所處理的是由環境到個體的感覺訊息轉換；第二章討論如何貯存和利用環境訊息，第三章則強調環境對個人情緒的衝擊。第四章描述當環境輸入的訊息過於極端、強烈或不尋常時，個人所感受到的壓力。

第五、六、七章集中於人類的空間行為、隱私、領域性和擁擠的問題。這幾章描述個人如何憑藉環境以建立和調整與他人之關係。

第八、九、十章探討人為環境，以及建築物在人類生活中的重要性。這幾章所強調的是人們居住、工作和學習的環境。

第十一章和第十二章是要在自然環境的脈絡中瞭解人類，第十一章強調自然環境對人類的影響，第十二章則是人類對自然環境的影響。

為了使本書盡可能保有彈性，我避免任何僵化的主題，以免教師陷入特定的觀點或問題序列。不過，任何一本教科書都是由作者綜合了數種理論觀點，而將個別的章節組合成為單一的知識本體。本書也不例外，所以你將會發現：在內文中所討論的各主題之間最常出現的就是演化觀點。我並不想讓這種取向充塞在整本書中。在某些章節中它佔有顯著的地位；但有時候卻只潛伏在表面文字之下。無論如何，讓讀者熟悉作者的偏好總是有好處的。

我所提出的環境心理學研究是基於下列假設，亦即：人類和他動物一樣，都是在物理和社會環境的壓力之下歷經長時間的演化。環境偏

好、行爲傾向以及處理訊息的方式都由天擇的力量所塑造，以確保物種生存和成功地繁殖。假定如此，則我們想要瞭解複雜的人類現象背後的基因基礎還有一段很長的路要走，而且我並不認爲人類的感受和行爲是以不可避免、預先設定的方式展現。我認爲我們帶著既有的演化包袱趨近物理環境。這些演化遺產使我們傾向於選擇某種反應或某一類環境，即使目前我們所面對的情境不同於早先塑造這些傾向的條件。在這種情況下，我相信由動物研究中可以得到許多收穫，因爲我們的動物近親也經過同樣的歷程爲環境所塑造。因此，在本書中動物研究所佔的份量可能多於其他環境心理學書籍；我也非常重視人類和引導我們發展的自然環境之間的關係。

致 謝

像這種規模浩大的工作必然是靠許多人的共同努力才得以完成的。我會試著不要一再重複說謝謝，但是我感覺有必要公開地答謝他們的協助。首先，我要謝謝我的妻子和兩個孩子的耐心和所有協助；他們是推動我不斷前進的力量。我還要感謝父母親和岳父母的堅定支持。我要謝謝保羅·卻魯尼克帶領我進入環境心理學的領域中，還有諾克斯學院的同事（尤其是蓋瑞·法蘭可斯、希瑟·賀夫曼和約翰·史陶斯伯格）幫助我維持這一股興趣。保羅·哈里斯和賈基·史諾葛拉斯在我寫作時負責教學，彼得·貝里協助拍攝書中大部份的照片。說來說去，許多好心人帶來的麻煩也大大地加速這本書的完成。我特別肯定保羅·剛普（堪薩斯大學名譽教授）、詹姆斯·羅素（英屬哥倫比亞大學）和金伯利·艾瓦德（芝加哥林肯公園附設動物園）的努力。我要謝謝布魯克斯／柯里出版公司的每一位同仁：菲爾·柯森幫助我踏出第一步（這很簡

• 4 • 原書序

單)，瑪麗安·塔夫林格督促我完工（這可是很困難的！）。凱伊·麥克爾和柯克·波蒙特鉅細靡遺的慧眼使最後的手稿符合出版的標準，而賴瑞·摩穆德、卡林·哈加和凱倫·伍頓對於取得圖片版權提供了諸多寶貴的建議。最後，我要感謝花費許多時間評論本書最初手稿的學者。他們是：盧傑斯大學的傑克·艾羅、亞歷桑那大學的羅伯特·貝區特爾、波以斯大學的凱西·賀伊特、緬因大學的理察·萊克曼和亞歷桑那州立大學的艾德華·薩達拉。本書的內容大多應歸功於他們。

Frank McAndrew

目 錄

第一章 環境心理學簡介 ■ 1

環境心理學是什麼？ / 3

環境心理學簡史…………… 4

環境心理學的研究方法 / 13

實驗法…………… 14

準實驗設計…………… 16

相關性研究…………… 19

研究場所…………… 21

環境心理學中其他資料來源…………… 23

專有名詞解釋 • 28

第二章 環境認知 ■ 31

環境知覺 / 34

環境知覺的理論…………… 35

環境中的認知圖和探路 / 37

認知圖的性質…………… 40

城市的認知圖…………… 41

認知圖中的扭曲和錯誤…………… 47

認知繪圖能力的發展…………… 50

在環境中探路…………… 54

認知繪圖能力和探路的個別差異…………… 55

盲人的認知繪圖能力和探路…………… 56

專有名詞解釋 • 58

第三章 潛在環境 ■ 61

潛在環境對情緒的影響 / 63

情緒的三因理論…………… 66

環境負荷的概念…………… 69

潛在環境的特殊性質 / 70

氣候與高度…………… 71

溫度…………… 73

光…………… 75

顏色…………… 78

噪音…………… 81

個體對潛在環境的反應：刺激過濾和感覺追求 / 84

專有名詞解釋 • 92

第四章 環境壓力 ■ 95

壓力的性質 / 97

環境危害與自然災害 / 104

自然災害的知覺…………… 105

壓力和環境危害…………… 108

極端和不尋常的環境 / 112

南極洲…………… 114
外太空…………… 118
限制性環境的模擬技術…………… 121
極端環境中的存在感應 / 122
專有名詞解釋 • 125

第五章 個人空間 ■ 127

個人空間的概念 / 132
個人空間的功能…………… 135
個人空間的測量…………… 141
個人空間的形狀…………… 144
影響個人空間的因素 / 144
情境因素…………… 145
年齡…………… 146
性別…………… 146
種族、文化和倫理背景…………… 148
專有名詞解釋 • 150

第六章 領域性 ■ 153

領域性和隱私…………… 155
動物的領域行爲 / 159
動物領域性的來源…………… 159
動物領域性的功能…………… 160

人類的領域行爲 / 164

人類領域性的功能…………… 166

人類領域的種類…………… 170

領域標示和防衛…………… 174

住宅遭竊：當主要領域被侵入的時候…………… 177

專有名詞解釋 • 179

第七章 擁 擠 ■ 181

高密度對動物的作用 / 185

高密度的生理後果…………… 185

高密度的行爲效果…………… 186

高密度對人類的影響 / 189

短期擁擠的研究…………… 189

長期擁擠的研究…………… 195

密度效果的調節變項…………… 198

擁擠理論 / 199

生態模型…………… 200

超負荷模型…………… 201

密度—強化模型…………… 201

激發狀態模型…………… 202

控制模型…………… 203

專有名詞解釋 • 205

第八章 工作環境 ■ 207

- 房間和家具 / 210
 - 房間…………… 210
 - 家具…………… 212
 - 小團體的生態學…………… 214
- 物理環境與工作表現 / 217
 - 激發狀態和工作…………… 219
 - 物理環境與工作滿意度…………… 223
- 物理環境和工作組織中的溝通 / 226
- 特定工作環境 / 228
 - 工廠…………… 228
 - 辦公室……… 229
- 專有名詞解釋 • 235

第九章 學習環境 ■ 237

- 學校和教室 / 239
 - 學校建築的物理特性…………… 239
 - 班級和學校的大小…………… 240
 - 教室座位的生態學…………… 242
- 傳統式和開放式教室 / 244
- 校園和運動場 / 250
- 博物館和動物園 / 254
 - 博物館…………… 255

動物園…………… 256

專有名詞解釋 • 262

第十章 居住環境 ■ 263

對地方的依附與家的概念 / 265

單一家庭的住宅…………… 272

公寓和國宅…………… 276

宿舍…………… 282

老人住宅…………… 284

鄰近地區 / 285

城市 / 289

專有名詞解釋 • 295

第十一章 自然環境 ■ 297

對自然環境的態度 / 299

目前環境態度的歷史根源…………… 300

環境偏好：追求「綠色經驗」 / 308

風景的物理特徵…………… 310

風景的心理特徵…………… 312

人類之環境偏好的起源…………… 316

戶外娛樂和野外經驗 / 321

野外地區遊客的特徵…………… 323

野外地區使用者的動機…………… 326

環境品質和野外經驗..... 330
管理野外地區的涵意..... 333
專有名詞解釋 • 336

第十二章 環境問題及行為對策 ■ 339

行為技術和環境問題 / 345
 環境教育..... 345
 提醒物：提示或線索的效果..... 347
 應用行為分析：酬賞和懲罰的效果..... 348
環境美觀的問題 / 351
 垃圾..... 352
 惡意破壞..... 358
與健康有關的環境問題 / 359
資源問題：回收和節約 / 364
 公有地的悲劇..... 364
 回收..... 365
 節約能源..... 367
 環境關懷和行動的個別差異..... 370
專有名詞解釋 • 373

第 一 章

環境心理學簡介



環境心理學所關心的是人類行為和物理環境之間的關係。它在 60 年代開始成爲一門獨立的領域，但深受早期心理學發展的影響。社會心理學在環境心理學的成長中尤其扮演主要的角色，其中又以勒溫和他的學生所帶來的影響特別深遠。今天的環境心理學家研究各種不同的主題，但仍以實徵研究爲基礎。環境心理學家比其他心理學家更關心如何解決人們在真實環境中遭遇的問題。

環境心理學家依賴許多其他心理學家所使用的相同技術。實驗法必須操弄一個或多個變項，看看它們是否會影響依變項。類實驗設計的許多特徵與實驗法相同，但是用在不可能完全操弄獨變項或進行隨機分派時。相關法是非實驗的研究取向，可用在不能以實驗探討的問題上。雖然相關法有許多優點，但它無法使研究者決定變項間的因果關係。以上的技術都可以用在實驗室和田野環境中。除了標準的研究方法之外，環境心理學家也使用符合其特殊需要的其他技術。其中最普遍的是無妨礙觀察、自我陳述、物理痕跡觀察和檔案資料。

環境心理學是什麼？

你是否曾想過，為何晴天的時候心情比較好？你是否曾察覺自己在某些城市裡總是會迷路，但在其他更大的城市中卻能很快地找到路？或者你曾經苦苦思索家具和裝潢的配置，以營造出恰當的「宴會」氣氛？如果你曾絞盡腦汁想要解決這些問題，那麼你所思考的也正是令環境心理學家感興趣的疑惑。

環境心理學是一門難以用幾個字來界定的學科。事實上，有些心理學家認為要界定它是不可能的，所以只好說：環境心理學就是環境心理學家所作的事（*Proshansky, Ittelson, & Rivlin, 1970*）。然而，就我們的目的而言，普羅夏斯基（*Proshansky, 1990*）的描述可能是最好的：環境心理學是一門關心人與環境之間的互動與關係的學科。本書的重點雖然在於物理環境，但普羅夏斯基卻指出任何物理環境也都是社會環境，所以有時無法區分這兩者。因此，環境這個概念的複雜性將會不斷出現在本書各章節中。此外，環境心理學的獨特性在於其內容（包括建築、自然和社會環境）以及對於個人（相對於較大的團體或社會而言）對環境之反應的重視。

在傳統上，環境心理學的重點在於人類的行為、感受和身為人類的感覺如何受到物理環境的影響。最早的研究集中於建築物和城市等人為環境如何影響行為，尤其是當這些建築環境導致擁擠或密爾格（*Milgram, 1970*）所謂的「感覺超負荷」（*Sensory Overload*，意指個人獲得的感覺訊息超過所能有效處理的限度）時。近年來，環境心理學的研究主