

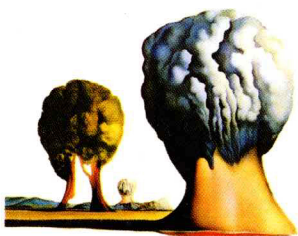
像心理学家一样思考

——心理学中的批判性思维

〔美〕唐纳德·麦克伯尼 著

王伟平 译

第 2 版



How to
Think Like a Psychologist
Critical Thinking In Psychology

DONALD H. McBURNEY



人民邮电出版社

POSTS & TELECOM PRESS

像心理学家一样思考

——心理学中的批判性思维

(第2版)

[美] 唐纳德·麦克伯尼 著

王伟平 译

人民邮电出版社

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

像心理学家一样思考 (第2版) / (美) 麦克伯尼 (McBurney, D. H.) 著; 王伟平 译.

- 北京: 人民邮电出版社, 2010.10

ISBN 978-7-115-23912-9

I. ①像… II. ①麦… ②王… III. ①心理学—问答 IV. ①B84-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 181150 号

How to Think Like a Psychologist, Second Edition, by Donald H. McBurney

Authorized translation from the English language edition, entitled HOW TO THINK LIKE A PSYCHOLOGIST, 2nd Edition, 0130150460 by DONALD H. McBURNEY, published by Pearson Education, Inc, publishing as Addison Wesley, Copyright © 2008 by Pearson Education, Inc.

All rights reserved.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from Pearson Education, Inc.

本书中文简体字版由人民邮电出版社和 Pearson Education, Inc. 合作出版。

未经出版者预先书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

本书封底贴有人民邮电出版社和 Pearson Education 公司防伪标签, 无标签者不得销售。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2010-3338

版权所有, 侵权必究。

像心理学家一样思考 (第2版)

- ◆ 著 [美] 唐纳德·麦克伯尼
- 译 者 王伟平
- 策 划 刘 力 陆 瑜
- 责任编辑 刘丽丽
- 装帧设计 O. E. T
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号 A 座
- 邮 编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
- 网 址 <http://www.ptpress.com.cn>
- 电 话 (编辑部) 010-84937150 (市场部) 010-84937152
- 三河市李旗庄少明装订厂印刷
- 新华书店经销
- ◆ 开本: 880 × 1230 1/32
- 印张: 6
- 字数: 155 千字 2010 年 10 月第 1 版 2010 年 10 月第 1 次印刷
- 著作权合同登记号 图字: 01-2010-3338

ISBN 978-7-115-23912-9/F

定价: 18.00 元

本书如有印装质量问题, 请与本社联系 电话: (010) 84937153

内容简介

本书以娓娓道来的对话方式，从问题出发，以生动鲜活的例子和富于逻辑思辨的语言分析了心理学中一些最常见的和最容易引起疑问的问题。

本书共有12个部分，49个常见问题。它在心理学与科学的关系、心理学的研究方法、心理学的生理基础、发展、感知觉、意识、学习和记忆、思维和语言、动机和情绪、心理测试和智力、人格和异常心理学以及社会心理学的层面上，就心理学是否是科学、心理学是什么、如何进行心理学研究、身心关系、天性与教养、心理学与常识、心理学的意义等心理学中的常见问题，以及如何从科学的角度来看“似曾相识、巧合、巫术、占星术、惩罚”等日常生活现象进行了深入浅出的探讨，从而澄清人们对心理学的一些误解，加深对心理学科学性的理解，同时也可以提高读者对日常生活中某些现象和事物的批判性思考能力。

本书可作为心理学专业各层次的学生学习普通心理学、心理学和实验心理学等课程的补充和课外读物；也可以作为社会大众了解心理学的普及读物。

序 言

刚学习心理学的人往往会发现，心理学入门课程的内容和方法与他们想象中的大相径庭。部分原因在于很少有人中学时就学过心理学，即使有人中学时学过，也对心理学敬而远之，甚至有很多误解。我在大学教授《心理学导论》已逾 30 年，发现很多同学对科学存在误解，尤其是心理科学，这妨碍了他们对心理学的正确理解。

有感于此，我在课堂上用了很多时间来澄清这些误解。方法之一是开始上课时，让学生把问题写在纸条上，我再一一作答。这能让我处理那些和心理学不太相关的细节，它们是理解心理学本质的绊脚石。

本书解答了学生们提出的一些很普遍的问题。从而通过直接解答他们真正关心的问题，激发他们学习心理学的动机。对这些问题的解答，彰显了心理学的原则和科学之哲学，展示了学生们理解心理学的障碍物。

写作本书的另一个原因是我热衷于教授批判性思维的技巧。许多教材和学生都把科学特别是科学的入门课程，当成了应熟练掌握以备考试的零散知识的大杂烩。无疑，心理学导论课程的重要任务之一就是向学生介绍广泛的专业术语、研究范例和实证资料。但心理学课程的主要目标应该是教会学生像心理学家一样思

考；像科学家一样把这种批判性思考技能应用于对人类行为的研究。

批判性思维是一种包括多种技能和态度的集合体，许多教育家都想把这种思维方式灌输给学生（如 Brookfield, 1987），古代的大教育家们也有着这一教育目标。然而最近对学习过程的认知心理研究表明（Rosnick, 1987），在心理学的批判性思维教学中有两条重要法则：（1）通过形而上的方式并不能学会批判性思维，只有在不同学科的具体学习材料中才能学会；（2）不同学科间批判性思维所需的技能并不相同：

一个人无法进行抽象的推理，推理的对象必须是具体的事物。……每门学科都有其独特的思考和推理方式。……例如物理学上的推理和问题解决就受到归纳和演绎推理的特定组合方式、数学验证以及大家公认的事实的影响，并要提出新理论来解释这些公认的事实。而在社会科学领域，严密的推理和问题解决更多受到修辞论辩、权衡替代方案案例构造传统的影响。……更高水平的批判性思维技能只能在具体的学科中才能学会。（p. 36）

我相信本书对这些问题的回答，对同学们形成像心理学家一样的思维技能大有裨益。

本书批判性思维的教学方法与众不同。书中各个主题，并不像通常的说教那样把批判性思维的各种特征简单罗列成技能表格，这样显得太泛泛而谈了。恰恰相反，在书中我们要模拟批判性思维的动态过程，并鼓励学生参与其中。麦克匹克（John McPeck, 1990）说过：

我认为“批判性思维”这个词是指主动性或倾向性（你也可称它为“态度”）和特定的知识、技能的某种**结合体**，以一种**反思性的怀疑主义态度**从事实践活动或解决问题。（p. 42）

但这种反思性怀疑主义的态度，它并不为我们的教育系统所鼓励，其中的原因我会在导言部分讨论。

本书在某些有争议的议题如超自然现象上立场鲜明。我相信本书阐述的原则及采纳的观点与学术心理学的主流——研究性心理学——是统一的。所以，本书当然会与经典心理学入门教材以及心理学教师的观点一致。然而心理学包罗万象，本书不可能反映心理学上的所有观点，并且有些观点还相互矛盾。

我试着在批判性思维和兼容并蓄上取得平衡。保罗和诺西奇（Paul & Nosich, 1997）列出了批判性思维的部分特点：“公平心，不耻下问，……乐于听到反对意见，设身处地地从他人角度考虑问题，并认识到自己的自我中心主义和民族中心主义”（p. 5）。即使我做不到这些，但过去的经验告诉我，学生们很欣赏我在具体问题上的立场。他们都很成熟，并且不会不加思索地接受我的所有观点。

书中还要描述心理学家赖以进行研究的普通哲学传统，但我并不想反映哲学的最新发展。这本书是为心理学的初学者而写，更高深的知识留待今后学习。

各节主题的安排遵循心理学导论教材通常的章节顺序。教学材料随课堂发放，并及时在课堂上或复习环节中解答。每节最后的练习题，可让读者应用刚学习过的内容。本书也适合学习心理学研究方法、心理学历史以及其他高级心理学课程的学生。

在写作过程中，我得到了许多人的帮助……我尽可能列明某些观点和思想的出处。我吸纳了许多观点，甚至他人几年前用到的一些例子和词语，确切的出处我已忘记了。对未注明出处的引用，我在此对其作者深表歉意。

目 录

序 言 ix

导 言 1

第一编 心理学与科学 5

思考 1 为什么这门课这么难？只不过是心理学！ 6

思考 2 为什么心理学家使用大量的行话 10

思考 3 为什么不跳过理论，多讲点事实 14

思考 4 这只是你的理论 18

思考 5 你太有逻辑了 21

思考 6 你竟然不留下一点神秘感 25

思考 7 但科学和我以前的信念有矛盾 28

思考 8 如果存在自由意志，心理学还是科学吗 31

第二编 方法 35

思考 9 为什么我要学习所有这些研究方法？我只是想帮助
他人 36

思考 10 为什么我还要学统计学 40

思考 11 但是书上是这样说的…… 43

思考 12 我可是在书中看到的 46

思考 13 这可是心理学图书 50

思考 14 可是人人都知道…… 54

思考 15 我想心理学是人的科学，而不是数字的科学 57

第三编 生理基础 61

思考 16 为什么我们必须学习关于大脑的知识 62

思考 17 如果我们不了解行为的生物学基础，还能真正理解行为吗 65

思考 18 心灵怎样控制身体 68

思考 19 我们为什么不探讨心灵到底是什么呢 71

思考 20 人不是机器 75

思考 21 我们真的只使用了大脑的 10% 吗 78

第四编 发展 81

思考 22 为什么心理学家不相信惩罚 82

思考 23 心理学的大部分内容不是常识吗 86

思考 24 我自始至终一直知道 89

思考 25 人类行为以天性还是以教养为基础 91

第五编 感觉 / 知觉 95

思考 26 你能证明 ESP 不存在吗 96

思考 27 怎样才能使你相信 ESP 98

思考 28 设想一下 ESP 为真的后果 101

思考 29 为什么心理学家如此多疑 104

第六编 意识 107

思考 30 怎样解释似曾相识现象 108

思考 31 催眠不是曾被认为是伪科学吗 112

第七编 学习与记忆 115

- 思考 32 为什么心理学家研究这些人为情境 116
- 思考 33 老鼠是怎样理解按压杠杆以获得食物的 118
- 思考 34 这怎么可能是巧合（一） 122
- 思考 35 这怎么可能是巧合（二） 125
- 思考 36 这怎么可能是巧合（三） 128

第八编 思维与语言 131

- 思考 37 从倒放的音乐中能听出邪恶信息吗 132

第九编 动机与情绪 135

- 思考 38 我找到的这本自助书太棒啦 136

第十编 心理测验与智力 139

- 思考 39 如果每个人都是特殊的个体，心理学还是科学吗 140
- 思考 40 生理节律是如何运作的 143

第十一编 人格与异常人格 147

- 思考 41 如何看待占星术 148
- 思考 42 为什么心理学家不能准确预测谁会出现暴力行为 151
- 思考 43 我妈妈向心理学家求助，却没有一点用 154
- 思考 44 为什么心理学家回避重大问题 157
- 思考 45 为什么有这么多的罪犯因精神病而免罪 160

第十二编 社会心理学 165

- 思考 46 为什么心理学家如此开明 166
- 思考 47 心理学解释往往与常识相矛盾 170

思考 48 我可不买演化心理学的账，它竟然为一夫多妻制辩护
173

思考 49 我不买演化心理学的账，因为大多数时候我们并不是在
尽力传递我们的基因 176

导 言

埃默里克是我小学五年级时的社会学老师。他非常有意思，名字很奇特，一头卷发，有点秃头，而且常把卷发梳直以遮掩秃头。但当天气潮湿时，情况会很糟糕，他的头发会卷成密密的一团，暴露出光秃的头皮。一天，我在课堂上问他，为什么他的头发有时会卷起露出秃顶，他对此不置一词，毫不理会。后来，我把这个奇怪的现象告诉了父亲，他说是因为潮湿让老师的头发卷了起来。第二天，我在课堂上说我知道老师的头发为什么会卷起来，埃默里克老师听后满脸不高兴。

可能就是因为这件事；也可能因为我在课堂上公然纠正他的授课内容——尼加拉瓜瀑布面朝美国；也可能因为我经常在课堂上提问。终于有一天当我再次提问时，他勃然大怒。

相反，父亲则会尽可能详细地回答我的任何问题。（是的，几乎每个问题。当我问公鸡没有谷场周围空地上其他大牲畜的阳具，它怎样和母鸡交尾时，父亲叽里咕噜嘟嘟囔囔，我根本不明白说的什么。）后来当我自己的孩子进入“十万个为什么”阶段，我问父亲这会持续多久时，他说：“如果幸运，能持续到永远。”然而，大多数人长大后就走出了“十万个为什么”的阶段，那些没有走出这个阶段的人就成为了心理学家。

所以当我听到越来越多的人说起批判性思维这一新事物时，

感觉就像莫里哀作品里的人物惊奇地发现自己一生都在出口成章而不自知一样。孩提时代的我就一直在进行批判性思维，现在又一直把教授批判性思维作为我的课程必不可少的特色。

什么是批判性思维？这个概念广为流行，但对于它的定义几乎没有一致意见。我认为批判性思维（critical thinking）主要是一种爱问“为什么”的态度——为什么事情是这样的？为什么它会发生？为什么我要相信这种观点？非常不幸，大多数孩童都至少会遇到一个埃默里克这样的老师。他们学会了不提问，少扰为安。

在我成为教授后，我修习了其他学院的一些研究生课程。有位老师非常直白地道出了他的期望，希望我们理解他的课程，当我们不理解时，他希望我们提问。每隔几分钟他都会中断讲课说：“苏珊，明白了吗？”课堂上每个学生都会回答“明白了”，包括我。问题是，我常常不理解讲课内容。有一天他问道：“唐，你明白了吗？”我下定决心说：“不明白。”全班的人都望着我，好像我制造出了刺耳的噪音一样。后来在课间休息时，几位同学对我表示感谢，说他们从来不理解这位老师在说什么。所以，经验、习惯、社会期望、教师的肢体语言和趋同行为，阻碍了我们进行批判性思维。从而我们学会了规则，现实的规则。在进入大学之前，我们已接受了数年的顺从训练。运用批判性思维会让你陷入困境，就像小孩因过多的好奇心而忽视社会礼教所陷入的困境一样。

怎样进行批判性思维的教学？数年前，教育家们强调的是能运用到任何研究领域的思维的普遍原则，这也是我们在中学开设拉丁文课程的部分原因。然而今天已形成共识，批判性思维在特定学科背景下比抽象条件下更好掌握。认知心理学家发现要想在某个学科上像专家一样思考，就必须掌握该学科的大量基础知识。并且，在某个学科掌握的批判性思维技能并不会迁移到其他学科。

由于上述原因，我不想列出关于批判性思维规则的表单，好

像只要记住这些规则，就能成为一个批判性思维者似的。这就像通过记住钢琴上的键盘位置，就可以成为钢琴大师一样不可能。相反，我们从近年来学生问我的问题开始着手，以揭示理解心理学的屏障。对每个问题的解答，都涉及心理学中重要的特定原理或批判性思维技能的应用。我希望通过学习这些基本原理，练习这些思维技能，你也能像心理学家一样思考。

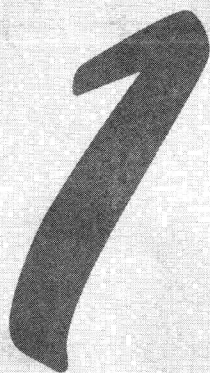
第一编

心理学与科学



威廉·冯特 (Wilhelm Wundt, 1832-1920),
于 1879 年在德国莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室,
科学心理学正式诞生。

思
考



为什么这门课这么难？
只不过是心理学！

科学是由合乎逻辑的事实、法则和理论紧密结合的统一整体。