

第 3 版

心理学与你

一本通俗的心理学导论

原著 Julia C. Berryman Elizabeth M. Ockleford
Kevin Howells David J. Hargreaves
Diane J. Wildbur
主译 李 茹 王育强

 人民卫生出版社

心 理 学 与 你

一本通俗的心理学导论

PSYCHOLOGY AND YOU An Informal Introduction

第 3 版

人 民 卫 生 出 版 社

Psychology and You: An Informal Introduction

©1987, 1997, 2006 by Julia C. Berryman, Elizabeth M. Ockleford, Kevin Howells, David J.

Hargreaves, Diane J. Wildbur

A BPS Blackwell book

All rights reserved. Authorised translation from the English language edition published by Blackwell Publishing Limited. Responsibility for the accuracy of the translation rests solely with People's Medical Publishing House and is not the responsibility of Blackwell Publishing Limited. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the original copyright holder, Blackwell Publishing Limited.

图书在版编目(CIP)数据

心理学与你 一本通俗的心理学导论/李茹等主译. —北京:
人民卫生出版社, 2009. 9

ISBN 978-7-117-11578-0

I. 心… II. 李… III. 心理学-通俗读物 IV. B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 132431 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.hrhexam.com	执业护士、执业医师、 卫生资格考试培训

图字: 01-2009-3752

心 理 学 与 你

一本通俗的心理学导论

主 译: 李 茹 王育强

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京市安泰印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 12.5

字 数: 294 千字

版 次: 2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11578-0/R · 11579

定 价: 32.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

第3版前言与致谢

亲爱的读者,《心理学与你》的编写更多地是基于为读者的考虑。这本书的宗旨是要以一种生动的、通俗易懂的方式介绍心理学知识,也就是将书中讨论的题目与人们的日常生活经验联系起来。这本书最初的构思来自我在英国莱斯特大学成人教育系(现在是终身教育研究所)教授心理学的经验。在教学中,我逐渐意识到需要从一个比较广泛的角度去介绍这门学科,从读者的视角去选择讨论的题目,要考虑的是人们日常的兴趣而不是特定的教学大纲的需要。

绝大多数人都具有诸如历史、地理、数学和自然科学这样的知识基础,但是心理学,一个与我们所有人息息相关的学科并没有作为学校课程的基本构成要件。令人吃惊的是,我们很难为成人找到一本以一种最新的,也是激发人们兴趣的方式介绍心理学的书。我们尝试着将我们教学中发现最令人感兴趣的、与日常生活有关的所有题目汇集在一起。我们希望这本书能作为一个起点,使你对心理学产生毕生的兴趣。同样基于此考虑,我们为你推荐了一些读物和参考资料。我们还希望所有从事心理学教学工作的人们会发现这本书具有很强的可读性,而且很容易让你的学生接受,特别是那些练习有助于激发他们对每个题目的兴趣。心理学家们在试图对人类的行为、思想和情感做出解释时并没有找到全部的答案,但是我们希望我们考虑的这些题目能帮助你加深对自己和他人的理解。

我们打算在第三版对该书做些修改,如补充一些新的题目,引进一些新发展和新观念,并且更新全书的参考资料和推荐的读物。我们添加了新的章节,例如有关脑的知识(见第七章)和健康心理学(见第八章),以及在最后一章(第十四章)提供了更多的与心理学有关的职业信息。与第二版相同的是,我们在第一章对研究方法进行了简单概述,不同的是我们在全书的专栏中也介绍了研究方法,而不是像前一版那样把它们放在最后一章。每一章内容都有所更新,但更新的程度是依据第二版以来每个主题领域的变化情况而定。当然也包括新的练习。

下面我要感谢所有为这本书面世做出重大贡献的人。首先感谢我的学生,他们的问题和意见是促使我写这本书的最初动力。其次,感谢我们的家人,在我们研究和撰写这本书期间他们给予了我们各方面的支持,其作用是无可估量的。我还要特别感谢 Philp, Tom Drew 和 Eric Berryman 给予的帮助、支持和爱;我还要一并感谢的是 Ockleford 家人,特别是 Colin 的鼓励和 Kirsty Bateman 为第二版做的插图;Linda, Jon 和 Tom Hargreaves 的耐心和支持, Marguerite Howells 和 Dave Wildbur 的关心。第三,感谢支持这本书出版的人,他们给我们提供有关心理学家工作生涯的信息。他们是 Julian Boon, Christine Cordle, Marc Jones 和 Roger Westerman。最后,感谢莱斯特大学,他们准许第一作者休进修假,让他利用这个假期进行本书的出版工作。我在这里向他们表达我们最诚挚的谢意。

Julia C. Berryman

参考文献说明

这本书后面附有参考文献。为了您阅读的方便，我们对所提及的每个研究的作者并没有逐一介绍。然而，您如果想找到资料的来源，我们标注出每个与教材部分有关的参考文献。因此，我们建议读者浏览每一章的参考资料注释，在这里您能找到您所感兴趣的研究。例如，第六章虽然没有直接提到劳伦兹，但是 Sluckin 的参考文献会给你提供有关他的信息。同样，书中引用的一些资料我们并没有直接提及它们的出处，但你可以从注释中寻根觅源。我们相信，我们这样的编排体系会让热心的读者在参考资料的引领下阅读得兴趣盎然，而不会因为引用了众多的作者让你感觉这本书太厚重，读得太费力。

练习表

- 2.1 微笑的性别差异
- 2.2 被凝视的感觉
- 2.3 当一个人说谎时你能识别出来吗?
- 3.1 探索你自己的构念系统
- 3.2 你的归因风格
- 3.3 一个团体练习
- 4.1 媒体对男人和女人的描写
- 5.1 说“不”
- 6.1 测量激情的爱
- 6.2 分析你自己的愤怒
- 7.1 蛇神思维实验
- 8.1 测试你的医学术语知识
- 9.1 错误观念:萨莉-安妮作业
- 10.1 这是“攻击性人格障碍”吗?
- 11.1 思维和语言
- 12.1 经典条件反射
- 12.2 记忆、意义和韵律
- 13.1 人是那么独一无二吗?

目 录

参考文献说明	VII
练习表	VIII
第一章 绪论:开始了解你自己	1
心理学是什么?	2
心理学与常识	4
心理学家的研究	5
心理学家是狡猾的实验者吗?	6
心理学实验	7
我们的期望会影响我们的所见所闻	8
实验是不够的	8
第二章 身体的语言	11
身体语言是自然发生的吗?	12
面部表情	12
姿势与姿态	18
作为身体语言的气味	20
触摸	21
谎言与欺骗	21
改善身体语言	23
第三章 你的人格	24
人皆有人格	25
这取决于你的看法	25
特质研究	25
艾森克理论:三个关键的维度	26
从描述到解释	27
我是我或我是情境吗? 关于一致性的问题	30
认知观点:这取决于你如何看它	31
个人构念理论	31
归因:回答“为什么”的问题	35
归因与心理苦恼	37
评估人格的方法	38

第四章 你的性:是男性还是女性.....	40
性还是性别?	41
生物学影响	41
激素和行为	41
性与性别身份	42
从出生到成熟	46
性别差异在改变吗?	47
校园和未来生活的性别差异	49
第五章 你与他人	52
社会角色	53
我们的所做和所想	53
定型与偏见	55
别人是如何影响我们的?	58
从众	59
服从与权威	61
暴力与大众传媒	63
社会影响力	65
第六章 你的情绪	66
爱和依恋	67
婴儿爱的属性	68
成人的依恋和爱	70
成人爱的属性	70
爱的类型和方式	73
愤怒与攻击	74
激战与冷战	75
愤怒的属性	76
什么是激怒?	76
愤怒的特征	77
我们能掌控愤怒吗?	80
第七章 你的头脑	81
你的大脑里有什么?	82
我们如何知道大脑的哪些部分做什么?	85
中枢神经系统的细胞	87
一个大脑,两个半球.....	89
感觉到的情绪	90
意识	90

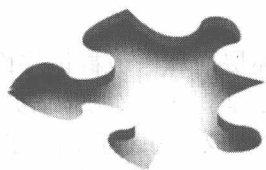
目 录

修复损伤	93
第八章 你的健康	94
心理学,健康与疾病.....	95
做一个健康的人	95
预防疾病	96
生病了	99
接受治疗.....	102
第九章 跨越你一生的发展.....	105
关于发展的研究.....	106
婴儿的发展.....	107
“心的理论”:察觉别人的情绪	110
语言的发展.....	111
学龄期儿童的社会认知.....	114
青少年与成人.....	116
第十章 心理问题.....	120
焦虑及有关问题.....	121
恐惧与焦虑的复杂性.....	122
恐怖症与焦虑的根源.....	123
恐惧与焦虑的治疗.....	124
社交焦虑.....	125
精神分裂症.....	126
人格障碍.....	127
关于分类方法的评论:人格障碍诊断系统的局限性	129
第十一章 你的世界观:知觉和思维	132
知觉大于感觉.....	133
注意影响知觉.....	136
记忆机制.....	138
思考与思维的性质.....	141
思维和创造力的差异.....	143
第十二章 了解你的世界.....	145
联想学习.....	146
后果学习.....	148
学习期待什么.....	150
向他人学习.....	152

目 录

意识、智力和学习	153
第十三章 你与其他动物	158
其他动物能思考吗?	160
智力、使用工具和文化	161
语言是人类独有的吗?	162
其他动物感觉的敏感性	163
觉知与意识	164
人类对其他动物的利用	165
与其他动物共处的人	167
第十四章 心理学家能为你做什么?	169
做一个心理学家	170
教师和研究人员	170
临床和咨询心理学家	171
健康心理学家	172
教育心理学家	173
司法心理学家	174
职业心理学家	176
运动和训练心理学家	176
其他领域的心理学家	177
词汇表	178

第一章



绪论：开始了解你自己

- 心理学是什么？
- 心理学与常识
- 心理学家的研究
- 心理学家是狡猾的实验者吗？
- 心理学实验
- 我们的期望会影响我们的所见所闻
- 实验是不够的

如果你曾对某人的行为感到困惑,你觉得自己要问:

“你为什么要这样做?”

“你在想什么?”

“你感觉如何?”

如果是这样的话,你所提的问题正是心理学家从个体层面和一般群体层面来寻觅答案的问题。每个人的行为、思想和情感的理由是什么?心理学被定义为是研究行为、思维和情感的科学,可以说我们提出的三个问题就概括了这个定义。如果我们很了解某人,我们期望能够预测他在许多日常情境中会做什么,想什么,有什么样的感觉。

如果你的一个家人早晨起得晚,但午夜时分两眼还是炯炯有神,你很快就知道要与他讨论重要问题最好是在晚上而不是在早餐的时候。你希望他或她早餐时吃东西而不是谈论问题。经历过多次这样的早晨,你能够预测出与这个人行为有关的一大堆其他的东西。从某种意义上说,我们都是业余的心理学家,因为我们会仔细观察我们的亲戚和朋友的行为,发现他们似乎依此行动的规则。这种能力不是成人所独有的。在家里,儿童和狗也可能学会对彼此的行为做出这样的预测。你是否曾经注意过,只要你准备带你的狗出去散步,它似乎每次都知道了你的意图。

也许你认为这只不过是常识罢了。但是,我们希望你知道心理学已经大大超越了常识所能够回答的问题。它是一门已经具有各种方法来帮助回答有关人类的行为、思想和情感问题的学科。我们将在整本书的专栏中用一些例子来说明这些方法。

心理学是什么?

心理学对你来说意味着什么?当那些没有学过这门学科的人听到“心理学”或“心理学家”这个词的时候,问问他们的脑子里在想什么,你可能得到一大堆杂说不一的回答:

“心理学家知道你在想什么。”

“他们像弗洛伊德那样分析你。”

“他们测量智商和人格。”

“心理学家处理像恐怖症和抑郁症这样的问题。”

“他们使用测谎仪。”

“他们做狡猾的实验。”

这些最常见的答案涉及揭示人们内心最隐蔽的地方和他们的心理问题。正如这些答案所显示的那样,人们对心理学家和他们的职业常常不只是抱着某种戒备心理。说到心理学,常常会提到西格蒙德·弗洛伊德的名字,他的思想肯定对心理学家产生了影响。但是,他实际上是做什么的呢?

弗洛伊德是心理学家吗?

西格蒙德·弗洛伊德(1856~1939)经常被称之为“精神分析之父”,但他不是心理学家。弗洛伊德是维也纳的一个医生,他对影响人们的行为,特别是影响他们的心理问题的潜意识心理过程的作用产生了兴趣。他的兴趣在于探索人的行为、情感和思维,但是他的思想却来自他的临床工作。他提出人们行为的动机假说,这种假说是他从病人身上看到

的问题的原因推断出来的。因此,他的人性观局限于他所观察和试图帮助的那些有问题的人;他并不关心“正常人”或普通人,而只关心少数非常不幸的人。

实际上,弗洛伊德认为心理的绝大部分是潜意识,我们的行为是受居住在心理潜意识领域的本能驱使。他提出,这些本能的表现受我们早年的生活经验的塑造:例如,一个人早期遭受了不适宜的哺乳或母爱的剥夺,以后可能会表现出诸如渴望安慰、食物或爱这样的神经症行为模式。

在试图找到心理问题的原因时,弗洛伊德在精神分析的治疗中采用的方法是,有意运用各种技术来洞察个体的潜意识心理过程。其中有两种技术是自由联想和梦的分析。自由联想时,患者躺在沙发上,要求他毫无顾忌地说出他头脑中冒出的想法或感觉。梦的分析,主要是利用梦中的某个事件作为诱发刺激,通过自由联想来探索患者梦的内容。弗洛伊德认为这些技术可以引导他找到患者问题的根源,通过把这些根源暴露出来,进入到意识领域,促使情感释放(或宣泄),有利于帮助患者去解决问题。

但是由于弗洛伊德的观点来自临床资料,而这些资料允许有各种不同的解释,因此这些观念难以用现代心理学家认为最基本的方法来测试或验证。因此,尽管弗洛伊德对人的心理和行为的看法对心理学思想产生了影响,但是正如我们所见,它们并不是心理学的主流思想。



图 1.1 西格蒙德·弗洛伊德
(1856~1939)

三个不同的研究领域

我们需要阐明精神分析、精神病学与心理学之间的区别,因为这不是一件简单的事。精神病学是医学的一个分支,因此,精神科医生主要关心精神疾病和心理问题的治疗。任何一个有资质的医生都可以选择精神科进而获得精神科医生的资格,就像他可以选择做妇科医生或外科医生一样。精神科医生同其他的医生(或全科医师)一样在治疗精神疾病时可以使用药物,或者可以使用其他方法,如行为治疗——心理学家也使用的方法。

心理学工作者要接受心理学学位课程的培训,这个课程要研究人与其他动物的所有行为及行为发生的潜在原因。心理学家与精神病学家和精神分析师之间的一个区别是前者关心所有的人,而后两者只关心那些丧失应对能力和有病的人。然而,临床心理学家也把他們工作的重点放在患者身上,但是他们采用的治疗方法并不依赖于药物。

精神分析师有他们自己的训练,他们的训练与心理学家和精神科医生的训练相当不同。通常包括让这些准精神分析师首先对他们自己进行精神分析,以便提高洞察力。如果心理学家和精神病学家要成为精神分析师,他们还需要接受进一步的训练。如此看来,这三个专业有时候被人们混为一谈也就不足为奇了。

我们这本书关心的是心理学。心理学对人类行为的研究已经形成了与精神分析技术完全不同的、具有自己的特色的科学方法。实际上,在弗洛伊德的影响于世纪之交达到一定高度的同时,心理学家却明显地忽视那些以心理过程的主观报告(内省)作为主要的数

据来源的资料。外显的行为成为注意的焦点,心理学以“行为科学”著称于世。思维和情感因其难以捉摸和无法观察而倍受冷落。依据内省对人类行为成因的思辩被认为是没有帮助并会使人误入歧途。

心理学与常识

经常听人说,心理学家研究的是那些显而易见的事,他们花许多年试图找到的问题答案,是常识就能告诉我们的。作为心理学家,我们认为这种说法是不公正的。不信就来测试一下你的常识。我们非常希望你只用你自己的常识来回答下面的问题,请不要到书上去寻找答案。

问 题 一

梦会做多长时间?在《仲夏夜之梦》(I. i),Lysander 说真正的爱就像一场梦那样“短暂”和“瞬间即逝”。梦真的像莎士比亚似乎相信的那样来去匆匆,转瞬即逝吗?你认为梦一般会持续多长时间:

- (a) 一转眼的工夫;
- (b) 几秒钟;
- (c) 一、两分钟;
- (d) 几分钟;
- (e) 几小时?

正确答案与你自己有关的问题,让自己有一个意外的收获。你多长时间做一次梦?

- (f) 几乎很少或从未做过梦;
- (g) 大约每隔几个晚上做一次梦;
- (h) 大约每天晚上做一次梦;
- (i) 每天晚上做好几次梦。

问 题 二

乔治娜同佛瑞德到当地的超市去,她发现两个牌子的罐装四季豆。其中一罐的宽和高是另一罐的两倍,但是让乔治娜惊讶的是,它们的价格相同并且标签显示它们的重量都是 250 克。“也许小一点的罐里面的水多一些。”她想。她决定捉弄一下佛瑞德。她把不干胶的价格标签取下来盖住标签上标明重量的地方,然后她让佛瑞德看这两罐豆。“亲爱的佛瑞德,”她说:“我有一个问题。你对于判断重量很在行吗?”“我当然在行,你的体重减轻了一点我就会知道,”佛瑞德说着嬉笑地将乔治娜抱起。“我不能肯定这两罐四季豆哪个更重一点?”她假装说,“你怎么看?你来掂掂它们的重量。”佛瑞德拿起这两罐豆,在手上掂了一会儿,他的回答大概是什么呢?

- (a) 小罐的可能感觉重一点;
- (b) 小罐的可能感觉重很多;
- (c) 大罐的可能感觉重一点;
- (d) 大罐的可能感觉重很多;

(e) 可能没有明显感觉到哪个比哪个更重。

问题 三

圣经《约翰福音》第九章完整地描写了一个情节,即耶稣让一个先天失明的人恢复了视力。近年来医生采用外科手术的方法非常神奇地让某些先天失明的人恢复了视力。拆下绷带后最初的几天里,你认为这些人会怎样:

- (a) 什么也看不见;
- (b) 只能模模糊糊看见一点;
- (c) 只能看见周围移动的、模糊不清的形状;
- (d) 无须触摸就能辨认出熟悉的物体;
- (e) 只有在触摸并同时盯着看的时候才能用眼睛认出物体;
- (f) 看所有东西都是颠倒的。

问题 四

有一群朋友决定凑一些钱作为德比赛马会赌马的赌资。每次比赛之前他们都会私下写出他们自己的关于应该在哪里下赌注的意见。然后聚到一起讨论他们每个人的意见最后形成小组决议。对于每次比赛,最谨慎的决定是一点赌注也不下,比较冒险的决定是给有可能取胜的马下很小的赌注,更冒险的决定是给一个取胜可能性极小的马下一个大赌注。与个人决定的平均水平相比,群体的决定可能是:

- (a) 更谨慎;
- (b) 更冒险;
- (c) 既不更谨慎也不更冒险?

问题 五

著名的哲学家弗里德里希·尼采(1844~1900)患有精神失常,身体状况也不好,在他一生中大概有 20 年受病痛的折磨。而伟大的物理学家阿尔伯特·爱因斯坦(1879~1955)精神却是相当健康,在他 76 年的生涯里他的身体一直很健康。一般说智力超常的人:

- (a) 身体和心理没有其他人健康;
- (b) 身体和心理比其他人健康;
- (c) 身体和心理健康与其他人一样;
- (d) 心理没有其他人健康但身体健康和其他人一样;
- (e) 身体没有其他人健康但心理健康和其他人一样?

你将在 9~10 页找到答案。

心理学家的研究

今天心理学家有关人的结论是根据他们对许多人的行为的观察和人们自己的报告作出的。它不仅仅是“行为

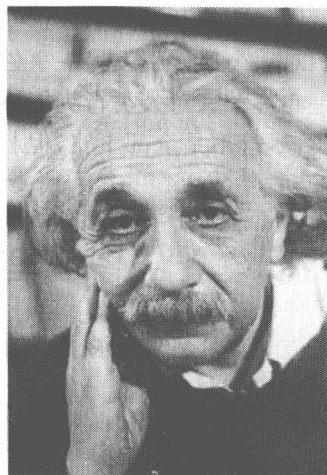


图 1.2 阿尔伯特·爱因斯坦
(1879~1955)

智力超常的人比其他人健康吗?

科学”，因为人们自己独特的经验也是资料的组成部分。

心理学家运用大量的仪器测量那些容易观察和不能观察的身体变化。众所周知的测谎器或多道波动描记器就是一个例证。它可以对各种生理变化，包括心率和皮肤汗腺分泌的情况进行测量，但是心理学家很少使用它来测谎。的确，绝大多数心理学家非常了解它在这方面可能导致的失误。多道波动描记器最让人感兴趣的是它能显示出情绪唤起时生理方面发生的最细微的变化。

阅读下面这些词：

- 计算机
- 玫瑰
- 酒吧
- 母亲
- 茶壶
- 铅笔
- 性欲
- 汽车
- 婴儿
- 窗户

当你阅读这些词时，你察觉到你自己的情绪水平有任何变化了吗？也许没有。但是多道波动描记器显示对于某些人来说某些词负载的情绪要比其他词多。母亲、婴儿和性欲对你来说也许比其他词具有更多的意思，因为显然它们代表着让许多人都会动感情的事。但是，如果你有一个叫玫瑰的朋友，或者你刚买了一款新车，那么这些词对你来说也可能是一些有情绪负荷的词，它会显示在多道波动描记器的读数上。因此，多道波动描记器给我们提供的有关人们情绪变化的信息远比人们自己报告的要多。

许多年对人类行为、思维和情感的研究已经能够让心理学家们了解了某些心理问题是怎样产生的及如何治疗这些问题；通过对人类行为的勾画，我们获得的行为模式能够让我们对一个事件引发另一事件发生的频率作出预测。虽然还有许多未解之谜有待探索，但是心理学家对人类行为能够作出的预测已经很多了。因此，人格和智力的测量揭示的事实，尽管不是全部事实，但起码也是部分事实。第三章和第十二章所介绍的内容会让我们看到这一点。

心理学家是狡猾的实验者吗？

有时候心理学家被指控在做一些不正当的实验。在过去，这种指控就少数心理学实验而言可能是恰如其分的，我们书后面（例如，第五章）有这种实验的例子。在对人类研究的开始阶段，对研究中涉及的事件实施某种控制是必要的，而且这样做也有足够的理由。例如，如果心理学家要研究某种药物对人的心理和行为的影响，那么他们必须使参加实验的人不知道自己是否服用了这种药物。

心理学实验

为了说明心理学家在设计实验时必须注意的问题,我们将介绍 Winnifred Cutler 和他的同事所做的实验。对某些非人类的哺乳动物的研究显示雄性的气味(化学信号)能够影响雌性的生殖生理。Cutler 的研究调查了这种可能性是否也存在于人类女性身上。这个研究探索了腋下(腋窝)分泌物和月经周期的作用。见专栏 1.1,它解释了心理学家使用的某些技术术语。

专栏 1.1

心理学实验的变量

这一章描述的心理学实验给我们展示的是一种典型的心理学实验。实验设计是为了回答一个具体的问题,即“男人腋下(腋窝)的分泌物对女性月经周期的长短和规律有影响吗?”我们将被试分为实验组和控制组。实验组被试使用添加化学分泌物的乙醇,而控制组被试只使用一种安慰剂乙醇,而不含腋窝分泌物。含化学分泌物的乙醇是自变量,之所以称它为自变量,是因为它是心理学家用来操纵的变量。实验处理后要测试一些东西(行为、情绪、思想等)。在这个实验中要测试的是月经周期的长短和规律,它们是因变量。之所以称之为因变量是因为假设它的变化取决于实验组接受的处理。对实验组和控制组女性的月经周期的比较能够使心理学家测量出男性分泌物的作用。这样设计实验,是让有和没有男性分泌物作为两组之间的唯一差异。控制组作为一个反应的基线,以此来比较分泌物的效果。这种类型的控制组并不总是实验设计的必要组成部分。在某些情况下,可能简单地使用两项或多项水平的自变量(在这个实验中是男性分泌物),因为这样也能够对不同剂量组进行比较。

他们挑选了一些特定的女性样本作为被试并决定对月经周期的哪些方面进行测量(在这个研究中,测量的是月经周期持续的时间和众多周期变化所显示的规律)。研究目的是将实验组,即接受一定剂量的化学物质(雄性激素)的被试与控制组,即没有接受化学物质的被试进行比较。尽管参加实验是得到被试的同意并且她们知道可能会使用某些药物,但是问题是要确保被试不知道他们是否接受了药物(有关被试的权益有大量规则或伦理学的原则,这里我们不需要考虑)。

心理学家们使用安慰剂来解决这个问题。安慰剂是一种不含药性的物质,在研究中可以采用与使用药物一样的方式提供给被试。在该研究中,安慰剂是乙醇,它可以单独提供给被试或者在被试没有觉察的情况下与化学物质(雄性分泌物)混合在一起提供给被试。实验中,被试被随机分配到实验组(雄性分泌物)和控制组(安慰剂)。每组被试都接受相同的处理,也就是两组被试都把物质或安慰剂涂在她们的上嘴唇上,告诉她们 6 个小时之内不要冲洗这个区域。这种处理一周进行 3 次,大约持续 14 周。在每次处理时,还