

《人文社会科学是什么》丛书

心理学是什么

崔丽娟等 著

北京大学出版社
北 京

图书在版编目(CIP)数据

心理学是什么/崔丽娟等著. —北京:北京大学出版社, 2002. 1
(人文社会科学是什么)

ISBN 7-301-05266-9

I. 心... II. 崔... III. 心理学-通俗读物 IV. B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 072834 号

书 名:心理学是什么

著作责任者:崔丽娟等 著

策 划 编 辑:杨书澜

责 任 编 辑:陈小红

标 准 书 号:ISBN 7-301-05266-9 C·0221

出 版 发 行:北京大学出版社

地 址:北京市海淀区中关村 北京大学校内 100871

网 址:<http://cbs.pku.edu.cn> 电子信箱:zpup@pup.pku.edu.cn

电 话:邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62752021

排 版 者:北京高新特激光照排中心 62637627

印 刷 者:

经 销 者:新华书店

890 毫米×1240 毫米 A5 开本 9.875 印张 220 千字

2002 年 1 月第 1 版 2003 年 4 月第 6 次印刷

定 价:18.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,翻版必究

阅 读 说 明

亲爱的读者朋友：

非常感谢您能够阅读我们为您精心策划的《人文社会科学是什么》丛书。这套丛书是为大、中学生及所有人文社会科学爱好者编写的入门读物。

这套丛书对您的意义：

1. 如果您是中学生,通过阅读这套丛书可以扩大您的知识面,这有助于提高您的写作能力,无论写人、写事,还是写景都可以从多角度、多方面展开,从而加深文章的思想性,避免空洞无物或内容浅薄的华丽辞藻的堆砌(尤其近年来高考中话题作文的出现对考生的分析问题能力及知识面的要求更高);另一方面,与自然科学知识可提供给人们生存本领相比,人文社会科学知识显得更为重要,它帮助您确立正确的人生观、价值观,教给您做人的道理。

2. 如果您是中学生,通过阅读这套丛书,可以使您对人文社会科学有大致的了解,在高考填报志愿时,可凭借自己的兴趣去选择。因为兴趣是最好的老师,有兴趣才能保证您在这个领域取得成功。

3. 如果您是大学生,通过阅读这套丛书,可以帮助您更好地进入自己的专业领域。因为毫无疑问这是一套深入浅出的

教学参考书。

4. 如果您是大学生,通过阅读这套丛书,可以加深自己对人生、对社会的认识,对一些经济、社会、政治、宗教等现象作出合理的解释;可以提升自己的人格,开阔自己的视野,培养自己的人文素质。上了大学未必就能保证就业,就业未必就是成功。完善的人格,较高的人文素质是保证您就业以至成功的必要条件。

5. 如果您是人文社会科学爱好者,通过阅读《人文社会科学是什么》丛书可以让您轻松步入人文社会科学的殿堂,领略人文社会科学的无限风光。当有人问您什么书可以使阅读成为享受?我们相信,您会回答:《人文社会科学是什么》丛书。

您如何阅读这套丛书:

1. 翻开书您会看到每章有些语词是黑体字,那是您必须弄清楚的重要概念。对这些关键词或概念的把握是您完整领会一章内容的必要的前提。书中的黑体字所表示的概念一般都有定义。理解了这些定义的内涵和外延,您就理解了这个概念。

2. 每章书后均有空白页——阅读笔记。这是为您书写心得、感受、疑难问题而准备的。

3. 每本书均配有书签,上有作者给读者的赠言、亲笔签名并附有联系电话。如果您有想法要同作者交流或有疑难问题询问,可通过电话与作者取得联系。

4. 书后还附有作者推荐的书目。如您想继续深入学习,可阅读书目中所列的图书。

人格健康、心态开放、温文尔雅、博学多识。我们相信,这些都属于成功的您!

总 序

北京大学校长

人类已经进入了 21 世纪。

在新的世纪里 ,我们中华民族的现代化事业既面临着极大的机遇 ,也同样面临着极大的挑战。如何抓住机遇 ,迎接挑战 ,把中国的事情办好 ,是我们当前的首要任务。要顺利完成这一任务的关键就是如何设法使我们每一个人都获得全面的发展。这就是说 ,我们不但要学习先进的自然科学知识 ,而且也得学习、掌握人文科学知识。

江泽民主席说 ,创新是一个民族的灵魂。而创新人才的培养需要良好的人文氛围 ,正如有些学者提出的那样 ,因为人文和艺术的教育能够培养人的感悟能力和形象思维 ,这对创新人才的培养至关重要。从这个意义上说 ,人文科学的知识对于我们来说要显得更为重要。我们迄今所能掌握的知识都是人的知识。正因为有了人 ,所以才使知识的形成有了可能。那些看似与人或人文学科毫无关系的学科 ,其实都与人休戚相关。比如我们一谈到数学 ,往往首先想到的是点、线、面及其相互间的数量关系和表达这些关系的公理、定理等。这样的看法不能说是错误的 ,但却是不准确的。因为它恰恰忘记

了数学知识是人类的知识,没有人类的富于创造性的理性活动,我们是不可能形成包括数学知识在内的知识系统的,所以爱因斯坦才说:“比如整数系,显然是人类头脑的一种发明,一种自己创造自己的工具,它使某些感觉经验的整理简单化了。”数学如此,逻辑学知识也这样。谈到逻辑,我们首先想到的是那些枯燥乏味的推导原理或公式。其实逻辑知识的惟一目的在于说明人类的推理能力的原理和作用,以及人类所具有的观念的性质。总之,一切知识都是人的产物,离开了人,知识的形成和发展都将得不到说明。

因此我们要真正地掌握、了解并且能够准确地运用科学知识,就必须首先要知道人或关于人的科学。人文科学就是关于人的科学,她告诉我们,人是什么,人具有什么样的本质。

现在越来越得到重视的管理科学在本质上也是“以人为本”的学科。被管理者是由人组成的群体,管理者也是由人组成的群体。管理者如果不具备人文科学的知识,就绝对不可能成为优秀的管理者。

但恰恰如此重要的人文科学的教育在过去没有得到重视。我们单方面地强调技术教育或职业教育,而在很大的程度上忽视了人文素质的教育。这样的教育使学生能够掌握某一门学科的知识,充其量能够脚踏实地地完成某一项工作,但他们却不可能知道人究竟为何物,社会具有什么样的性质。他们既缺乏高远的理想,也没有宽阔的胸怀,既无智者的机智,也乏仁人的儒雅。当然人生的意义或价值也必然在他们的视域之外。这样的人就是我们常说的“问题青年”。

当然我们不是说科学技术教育或职业教育不重要。而是

说,在学习和掌握具有实用性的自然科学知识的时候,我们更不应忘记对于人类来说重要得多的学科,即使我们掌握生活的智慧和艺术的科学。自然科学强调的是“是什么”的客观陈述,而人文学科则注重“应当是什么”的价值内涵。这些学科包括哲学、历史学、文学、美学、伦理学、逻辑学、宗教学、人类学、社会学、政治学、心理学、教育学、法律学、经济学等。只有这样的学科才能使我们真正地懂得什么是真正的自由、什么是生活的智慧。也只有这样的学科才能引导我们思考人生的目的、意义、价值,从而设立一种理想的人格、目标,并愿意为之奋斗终身。人文学科的教育目标是发展人性、完善人格,提供正确的价值观或意义理论,为社会确立正确的人文价值观的导向。

国外很多著名的理工科大学早已重视对学生进行人文科学的教育。他们的理念是,不学习人文学科就不懂得什么是真正意义的人,就不会成为一个有价值、有理想的人。国内不少大学也正在开始这么做,比如北京大学的理科的学生就必须选修一定量的文科课程,并在校内开展多种讲座,使文科的学生增加现代科学技术的知识,也使理科的学生有较好的人文底蕴。

我们中国历来就是人文大国,有着悠久的人文教育传统。古人云:“文明以止,人文也。观乎天文,以察时变,观乎人文,以成化天下。”这一传统绵延了几千年,从未中断。现在我们更应该重视人文学科的教育,高扬人文价值。北京大学出版社为了普及、推广人文科学知识,提升人文价值,塑造文明、开放、民主、科学、进步的民族精神,推出了《人文社会科学是什

么》丛书,为大中学生提供了一套高质量的人文素质教育教材,是一件大好事。

(2001年8月)

自己的答案,而且这个答案可能比我们讲述的还要宽广、宏大;也许有的人会更糊涂了,因为在未涉心理学之前,大多数人都会想:学了心理学是不是可以看穿他人的心思。抱着这种想法的人总归是要失望的。我们也深感罪过,为什么一旦揭去神秘的面纱之后便魅力不在呢?难道心理学真应该是我们描述的这个样子?为什么心理学就不能是大家想象的那个样子呢?除了一些由历史和文化等因素带来的误解之外,我们只能说理想与现实之间总是有差异的。我们的理想与读者可能没什么差别,但是当科学站在我们身边时,我们只能说读者想知道的东西太多而目前心理学所确知的又太少了。看完本书之后,或许你会想,心理学就是这个样子?如果你想借此看透心理学,我们只能对你说抱歉了,因为你只是通过我们所开的一小扇窗户看到房间的一个角落,而房间里到底藏着什么宝物,这是需要大家共同去努力才可能完全摸清楚的。

本书共有 12 章,第一章到第四章,由马丽雳撰写;第五章、第六章以及第九章到第十二章由崔丽娟撰写;第七章、第八章由杨志勇撰写;由崔丽娟最后修改并定稿。不能求全是我们的能力有限,而在时间与完美之间,我们又不得不选择时间,所以我们也只能很不情愿地说:错误自是难免,缺陷更不必言。还望读者谅解、学界匡正!

崔丽娟

2001 年 10 月于华东师范大学

目 录

阅读说明	(1)
总 序	(3)
第一章 什么是心理学	(1)
一 心理学是什么？ ——可能的回答	(4)
二 关于心理学的“这些那些”	(9)
第二章 精神分析	(23)
一 心灵的白昼与黑夜 ——弗洛伊德与精神分析	(26)
二 无意识：魔鬼寓于神中 ——荣格与分析心理学	(34)
三 站在弗洛伊德的肩上 ——阿德勒和埃里克森的理论	(42)
第三章 行为主义	(49)
一 心理学的神话：孩子是橡皮泥 ——华生与行为主义	(52)
二 快乐是操作性条件反射的副产品 ——斯金纳与激进的行为主义	(58)

三	心理学家的形象：实验服、铅笔、迷宫中奔跑的老鼠？ ——洛特和班杜拉的理论	(65)
第四章	人本主义	(75)
一	什么是人本主义心理学？	(78)
二	是“来访者”而不是病人 ——罗杰斯的人本主义心理学	(81)
三	关注心理健康的人 ——马斯洛与人本主义心理学	(89)
第五章	人是如何触摸世界的	(99)
一	假如没有了感觉	(101)
二	视觉、听觉和痛觉	(105)
第六章	知觉及其研究	(117)
一	知觉及特征	(119)
二	知觉立体世界 ——空间知觉	(120)
三	知觉的基本特性	(122)
四	“两小儿辩日” ——错觉及产生原因	(129)
第七章	记忆与遗忘	(135)
一	记忆有无规律？	(137)
二	多重记忆系统模型	(142)
三	不同的观点：认识越深记得越牢	(155)
四	遗忘是怎么回事？	(157)
五	一些有趣的记忆现象	(163)

第八章 思维.....	(169)
一 概念与分类.....	(172)
二 推 理.....	(172)
三 判断与决策.....	(176)
四 问题解决.....	(180)
第九章 人类的社会性.....	(197)
一 我们害怕孤独.....	(199)
二 不可超越的个人空间.....	(207)
第十章 社会教化.....	(215)
一 人生物性的潜能在社会环境中被激发 ——人的社会化.....	(217)
二 “胡萝卜加大棒” ——社会教化下的服从.....	(226)
三 社会期望下的自我实现的预言.....	(232)
第十一章 人真能做到我行我素吗？.....	(241)
一 不知觉中的社会促进行为.....	(243)
二 跟着大多数人走 ——社会遵从.....	(250)
三 暴徒式的群众 ——社会感染及团体暴力的产生.....	(259)
第十二章 人际交往.....	(271)
一 印象形成中的信息利用.....	(273)
二 社会交往中的喜欢与吸引.....	(284)

推荐阅读书目..... (295)

参考书目..... (296)

后 记..... (299)

第一章

什么是心理学

在冯特创立他的实验室之前,心理学像个流浪儿,一会儿敲敲生理学的门,一会儿敲敲伦理学的门,一会儿敲敲认识论的门。1879年,它才成为一门实验科学,有了一个安身之处和一个名字。

——墨菲



冯特(科学心理学创始人,德国人,1832—1920)

“心理学”这个名称常被人误解,其原因就在于:在历史演变中,多次都是旧瓶装入新酒的形式,只换内容,不改名称,因而使人望文生义,不能确知“心理”二字的涵义。

以现代心理学的观点,心理学可以说是一门古老而又年轻的科学。心理学源于西方哲学,西方哲学源于两千多年前的希腊。从苏格拉底、柏拉图、亚里士多德开始,都把“心”的探讨,视为哲学上的主要问题之一。到了19世纪末,受生物科学的影响,心理学才开始脱离哲学,逐渐成为一门独立的科学。此后,心理学的内容不断变更,但名称仍旧不改。心理学的英文 psychology 是由希腊文中的 psyche 与 logos 两字演变而成,前者意指“灵魂”,后者意指“讲述”,合起来就是:心理学是阐述心灵的学问。这一界定不含科学意味,只具有哲学意义。到19世纪末,科学心理学萌芽出现,心理学一度被界定为:心理学是研究心理活动的科学。至此,心理学开始被列入科学的范畴。

从隶属于哲学到开始被视为科学,心理学在内容上只涉及了人的精神或心理方面的问题。到了20世纪20~60年代,心理学又被界定为:心理学是研究行为的科学。行为是指可以观察到的外显活动。这种界定一直维持了四十多年,直到70年代才又改为:心理学是对行为和心理历程的科学研究。这一新的界定修正了对行为的偏重,加上了“心理历程”,意指“内外兼顾”,这也正是现代心理学的特征。

一、心理学是什么？——可能的回答

从某种意义上讲,我们每一个人都是业余心理学家(folk psychologist)。四岁的宝宝已经能揣度别人的心思了,他知道怎样把玩具藏起来让其他小朋友找不到,还会提供错误的线索去误导小朋友,孩子会从妈妈的神情和语气上判断她在生气,所以乖乖地不敢胡闹,等妈妈高兴时,就会乘机提出要求;父母知道怎样正确地运用奖励和处罚来帮助孩子纠正不良行为、养成良好的习惯……这些都是建立在对他人心理进行观察和推论的基础上的,也就是说每个人都能对他人在日常生活中的所感、所思和所为进行预测。这也正是心理学家想要努力说明的问题中的一部分。

尽管每个人都是业余心理学家,但“心理学”作为一门古老而又年轻的科学,常常被冠以“玄”、“神秘”、“不可信”甚至是“伪科学”的名头。如果问非专业的人士什么是心理学,可能会得到各种不同的答案,其中不乏一些偏见和误解,我们先来澄清一些。

1. 心理学家知道你在想什么

大多数心理学者都有过这样的经历:当周围人得知了你的专业时,他们会马上好奇地发问:“你是学心理学的?那么你说说我正在想什么?”人们总是以为心理学家应该能透视眼前人的内心活动,和算命先生差不多。“研究心理”就是揣摩别人的所思所想。

纠正 心理活动并不只是人在某种情境下的所思所想,它具有广泛的含义,包括人的感觉、知觉、记忆、思维、情绪和意志等。心理学家的工作就是要探索这些心理活动的规律,即它们