

第一章 心理学概观

大学时代，我们要学习很多课程。在这许多课程中，心理学可能是很特别的。你可能会带着很多疑问进入心理学的课堂：为什么明明记得的东西考试时却想不起来？为什么我的情绪会大起大落？为什么人的能力会有那么大的差异？为什么有的人喜欢冒险，而有的人谨小慎微？怎样建立持久亲密的人际关系？怎样才能使我们的生活不那么郁闷和焦虑？问题如此之多以致于我们不可能在此一一列出。因此，你可能会对这门课怀着特别的期待，期待着在这门课中得到对个人生活有所助益的东西。这样的期待恐怕是在学习其他课程时很少有的。以致于“学心理学的心理”似乎可以作为一个课题进行研究，尽管这门课是作为必修课还是作为选修课在学习者心理上引起的反应可能不同。

然而，没有哪一门课程像心理学这样与我们每个人的关系都如此密切而又难以把握。一方面，心理学正在走进广大民众的生活。它不再是奢侈品，局限于高等学府的象牙塔内，供极少数学者满足他们探求人性之谜的兴趣与好奇心；也不再只是一种调味品，附属于其他主导性学科，为那些成熟的大学科做陪衬，提供些佐证的素材或新奇的视角；心理学正在成为大众生活的必需品，它在发达国家已经是一个大学科，在我国也正在以前所未有的速度发展着。心理学作为现代科学技术的组成部分，正在改变着我们的思想观念和生活方式，关怀着个人的生活满意度和主观幸福感。另一方面，心理学又让我们感到几分陌生和神秘，好像难以把握。心理学在中国的普及程度远不如其他学科。我们在中小学就学习文、史、政、数、理、化，也知道有经济学、社会学等等，但说到心理学，就感到有些陌生。更重要的原因可能是，心理学研究世界上最复杂的现象——人的内心世界和行为变化，而越复杂的现象，我们了解得越少，研究起来也越困难。我们对非生命现象比对生命现象的研究更为充分，在生命现象中对于植物动物等其他生命现象的研究比对人自身的研究更为充分，在人自身的研究上对生理的研究又比对心理的研究更为充分。尽管“认识你自己”这句古老的箴言几千年来一直在激励人们探索人自身之迷，积累了丰富的知识，但我们对于人，对于自己的了解依然很不够。

作为当代大学生，面临着诸多的压力与挑战，也面临着诸多的机遇和选择。学业即将完成，事业即将开始。我是谁？我能干什么？我如何设计自己的未来？太多的不确定。心理学作为研究人而又特别关注个体成长的学科，理应为大学生认识自我、设计自我和实现自我助一臂之力。在美国，有一种说法：“没有学过心理学，就不能算受过完整的教育”。然而，心理学首先是一种研究，旨在探索心理与行为的一般规律及其在生活中的应用，它不能为每个人开出现成的“药方”；心理学家也不是神仙，更不是牧师，他可以帮助你认识甚至改变自我，却不能替人们做任何选择。

现在，就让我们一起走进心理学的殿堂。在第一章，我们要对心理学有一个概略的了解，包括：

1. 心理学研究什么？研究目的是什么？
2. 心理学家是如何进行研究的？
3. 心理学是如何形成并发展到今天的？历史上有哪些伟大的心理学家？
4. 心理学作为一种专业，有哪些研究领域？作为一种职业，其现状如何？

第一节 什么是心理学

“心理学”这个中文词是对英文 psychology 的翻译,这一英文词由拉丁文 psyche 和 logos 两个字合并而成,意为关于灵魂的学问。中国古籍中未见有“心理学”一词,但有“心理”一词。“心理学”一词的创译者是近代的日本学者,19世纪末20世纪初,这一词汇作为一门学科的名称术语开始在我国使用(杨鑫辉,2000,第2卷,pp.137~144)。作为一门独立学科的心理产生于西方。但心理学究竟研究什么?灵魂(soul)、心灵(mind)、意识(conscious)、经验(experience),还是行为(behavior)?抑或都包括?在西方心理学发展历程的不同时期表述是不同的。同时,心理学的目的或任务是什么?描述还是解释?纯粹探索真理还是致力于实际应用?这些问题看似简单,实际上不同心理学家的立场是不同的。那么,在当代,大多数心理学家在这些问题上的看法如何?

一、心理学的性质

心理学研究什么?这个问题要说也很简单:心理学研究心理。但这样说等于没说。好比说,物理学研究物理,生物学研究生物。任何一位研究者首先要对自己的研究对象下一个定义,也就是进行界定。在当代,对心理学较为公认的定义为:心理学是研究心理和行为的科学。这一定义包含的意义如下:第一,不仅人有心理和行为,动物也有心理与行为。这意味着心理学不仅研究人,也研究动物。当然主要是研究人,很多时候心理学家研究动物的目的也是为了了解人,但要知道研究动物心理与行为本身也是有科学价值的。第二,在一个时期,大多数心理学家都将心理学界定为行为的科学,这造成了一种“心理学不能研究心理”的尴尬局面,同时,离开了心理,行为本身也不能得到充分的解释。心理与行为是内在与外在两个方面,二者之间有着复杂的相互关系。因此,心理学既要研究不同的心理及其相互关系,不同的行为及其相互关系,也要研究不同的心理与不同的行为之间的相互关系,同时还要研究心理和行为与身体—生物以及环境—社会之间的复杂关系。这样讲来,心理学的对象就是一个高度复杂的系统。第三,心理学是一门科学。

关于“心理学是一门科学”这一命题,需要特别予以说明。什么是科学?这是一个难以回答的问题,也不是这门课能解决的问题。但我们还是要建立一些基本的认识。让我们先来

了解两个关于攻击行为的心理学研究:

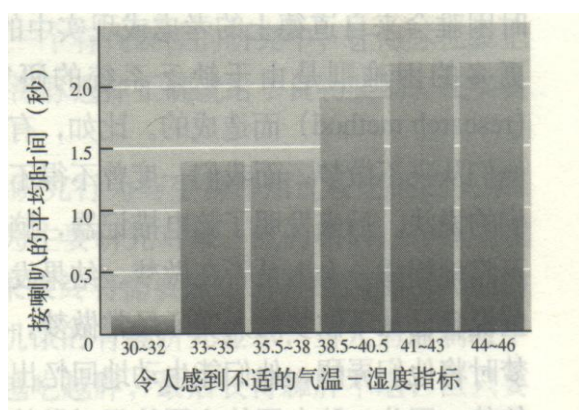


图 1-1 气温与司机鸣笛行为之关系的研究

气温与攻击行为 外地人对武汉人的第一印象往往是脾气坏,是否与武汉夏天太热有关呢?为了回答这个问题,我们可以从一项心理学研究中得到启发。在亚利桑那州的凤凰城,心理学研究者在不同的气温条件下驾着车在城里兜风,每到绿灯亮时都故意延迟发动自己的汽车,然后记录下后面车的司机鸣笛的次数和鸣笛声音的长短。经过系统的研究,他们得出了在 31~47° C 范围内,气温与司机

鸣笛行为之间的关系。从图 1-1 可以看出,随着气温的升高,司机鸣笛的时间会加长。进一步的结论是,在高温条件下,气温的升高会导致攻击行为的增加(Coon, 2004, p. 11)。

媒体影响与攻击行为 攻击行为还可能与媒体的影响有关,且这种影响是持续性的。在一项研究中,一组儿童观看暴力动画片,另一组儿童观看非暴力动画片。在随后与同伴的交

往活动中，前者的攻击行为显著地高于后者。男孩在 9 岁时观看暴力电视的程度(如时间)，可以预测他 19 岁时由其同伴对其攻击性程度的评估(Eron, Huesmann, Lefkowitz, & Walder, 1972, 图 1-2)。这些研究者用了 22 年时间追踪研究了 600 多名儿童的成长过程，发现 30 岁时犯罪行为的严重程度与 8 岁时看暴力电视的多少有关，且整体上存在明显的性别差异(Lefkowitz, Eron, Walder, & Huesmann, 1977)(图 1-3)。

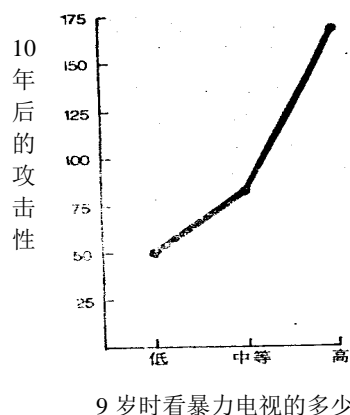


图 1-2 儿童期看暴力电视与 10 年后的攻击行为之间的关系

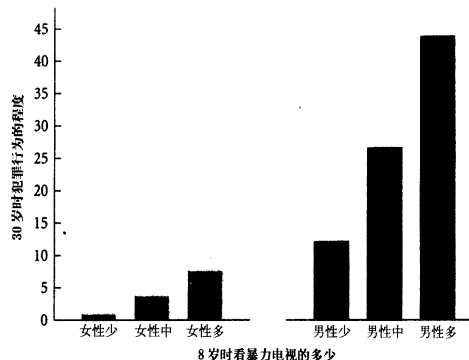


图 1-3 8 岁时看暴力电视与 30 岁前犯罪记录之间的关系

从以上例证我们可以看出科学的基本特征：(1) **客观性(objectivity)**。客观性是指科学研究要依据客观事实，遵守公认的基本程序和规范。这些事实、程序和规范不因人的主观意见而变，也不因个人好恶而变。科学家的主观性和创造性与客观性要求不仅不矛盾，而且集中体现为揭示事物的客观本质和规律性上。(2) **验证性(verifiability)**。验证性是指科学研究的结果，或依据研究所建立的科学理论，应该经得起他人的重复验证。可见，客观性是验证性的保证，验证性是客观性的体现。(3) **系统性(systematization)**。系统性是指科学研究必须按照一定的程序，系统地、全面地收集数据，在此基础上通过分析综合得出结论。以前面提到的观察司机鸣笛行为为例。如果你只是开着车在城里转悠，随意地观察司机的鸣笛行为，然后报告说：根据观察，随着气温的升高，司机的鸣笛行为增加。这还远远不是一项科学研究。科学研究事先要有周密的计划，要有系统详尽的数据记录，并经过一套处理数据的方法得出结论。只有符合以上三个特征的研究才能得到同行专家的承认。

二、心理学的目标

要进一步了解心理学的科学性，还要了解心理学的目标。心理学的目标与其他科学的目标一样，也是描述、解释、预测和控制，只是对象不同。心理学描述、解释、预测和控制的对象是心理和行为。

1. **描述** 描述(description)就是客观地陈述事实，不涉及价值判断，也不寻求原因，只是将研究问题的有关现象呈现出来。研究者为了描述行为，就要对典型行为进行系统观察和详细记录，从而进行命名和分类。例如攻击行为，研究者就根据攻击的方式将其分为身体攻击和言语攻击，又根据攻击的途径将其分为直接攻击和间接攻击等。上述图 1-3 所显示的攻击行为的性别差异是否能得出女性的攻击性低于男性的结论？不一定。因为这里显示的可能只是直接的身体攻击的性别差异，而在间接的言语攻击方面，女性是否高于男性？则需要另外的研究证据。研究者对行为的描述可能会选择不同的概括水平。在最概括的水平上，研究

者可能注重描述在宏观社会文化环境中人的行为，如不同社会文化中的暴力、偏见、歧视、心理疾病状况等；在较为具体的水平上，研究者可能注重描述窄一些、小一些的行为单元，如对交通灯的反应时、阅读过程的眼动轨迹以及儿童在语音学习中容易出现的语法错误等；在细微的水平上，研究者可能关注行为的一些更小单元，如大脑中不同的神经细胞可能负责存储不同类型的记忆信息，不同的学习会在神经系统的不同环节上导致何种生物化学变化等等。在不同水平上的描述都是为了获得有关人性的复杂图景的基本信息(Gerrig & Zimbardo, 2003, p. 4)。

2. 解释 解释(explanation)就是揭示事实的原因，分析现象间的前因后果。这是比描述更为困难的研究，因为现象之间的关系往往是十分复杂的。单一的因果关系是较少的，更多的是多种原因导致同一结果，或者不同的事物互为因果。心理学家创立了很多解释心理现象的理论和方法，但这种解释要做到既全面又深刻，是非常困难的。心理学家工作的价值，与其说在于提供解释的结论，还不如说在于寻求解释的方法和过程。就拿攻击行为而言，其影响因素可能非常复杂，有情境因素如高温和媒体影响，也有遗传—生理因素如激素的作用，还有心理因素如容易将别人的行为解释为敌意或挑衅，当然更可能是多种因素的交互作用的结果，如经历挫折的时候。心理学家进行了许多研究、创建了多种理论去解释攻击行为。

3. 预测 预测(prediction)就是根据已有的知识和信息，去估计某种事物或现象在将来发生的可能性。学术研究从某种意义上讲，就是为了寻找确定性，即找到事物之间的因果关系，而因果关系是具有预测功效的。如果我们清楚地了解了影响攻击行为的各种因素之间的确定关系，我们就有相当的把握预测什么人在什么情况下会表现出攻击行为。科学上往往以预测力作为评判某种理论优劣的依据。

4. 控制 控制(control)就是采取措施，使事物朝人们所期望的方向发展，避免消极事件的发生或将其危害减少到最低程度。例如，当我们知道在何种情况下有害的攻击行为(有时攻击行为是必要的和有利的)尤其是群体的攻击行为发生的可能性增加时，我们就可以预先采取措施减少这种行为发生的可能性；当我们知道压力发展到一定程度会危及健康时，我们就可以采取措施减少压力。需要说明的是，这里所说的“控制”并非意味着心理学家乐于“操纵”他人。心理学家坚信并维护人性的尊严，人性的尊严要求人们按自己的意愿自由地决定和选择自己的行为。心理学家虽然对影响人类行为的方法有着深入的研究，但他们仅仅在被要求帮助人们改进其生活品质的时候才会使用这些专业知识(Rathus, 2005, p.2)。

显然，心理学研究任务的四个方面是密切联系的，描述和理解是预测和控制的依据，预测和控制又能改进描述和加深理解。通常将一门学科的任务分为理论任务和应用任务，描述和解释属于理论任务，预测和控制则属于应用任务。

第二节 心理学的方法

要说明“心理学是一门科学”，除了从心理学的特征和目标加以解读，还应该了解心理学研究的方法。特征要通过方法体现，目标也要通过方法实现。心理学的方法在心理学的专业学习中占有相当大的份量，但在本课程中，我们只需要有一些基本的了解。

一、科学方法的基本概念和程序

心理学的研究要尽量使用科学方法。科学方法(scientific method)就是以一种有组织的方式对关于事物之间关系的命题进行证实或证伪。关于事物之间关系的命题在获得证实或证伪

之前，被称为**假设(hypothesis)**。例如，经常看暴力电视的小学生，与那些很少看暴力电视的同龄人相比，表现出更多的攻击行为。这个假设是否可靠，就要通过科学的方法去验证。验证的过程就是搜集证据的过程。证据可能证实假设，也可能证伪假设，证实和证伪都是有意义的。研究者通过假设被证实或证伪的程度来建立或修正理论。有时一个假设好像得到证实，但据此进行推论进而建立理论可能是不正确的。如那些花更多时间看暴力电视的儿童的确表现出了更高的攻击性，假设的确得到证实，但仅从这种证据就得出电视暴力会导致攻击行为的结论可能是错误的，也许那些本来攻击性就高的儿童更有可能收看暴力电视节目。至于是什么因素使那些儿童的攻击性本来就高，可能是某种遗传因素的作用，可能是父母的某种养育方式的作用，也可能是他们经常看到父母的暴力行为。究竟电视暴力是否导致更高的攻击性呢？这就需要新的研究来检验。

科学方法通常包括 6 个基本步骤(如图 1-4)(Coon, 2004, p. 42): (1)观察; (2)对问题进行定义; (3)提出假设; (4)收集证据和检验假设; (5)发表研究结果; (6)建构理论。当然这 6 个步骤不是一次完成的,如在初步的研究结果基础上建立的理论又需要返回到开始的步骤去着手验证它。

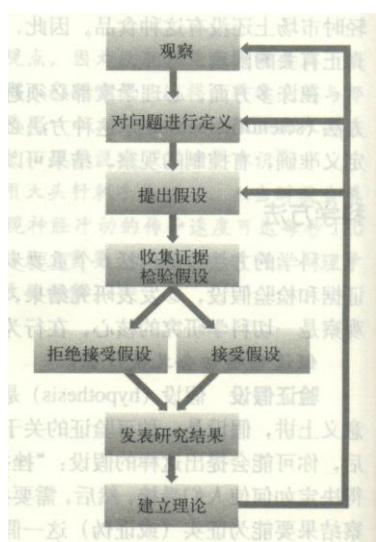


图 1-4 科学方法的基本步骤

心理学的研究对象(人或动物), 通常被称为**被试(subject)**。但真正成为被试的往往只是研究对象的一部分。研究者往往要将对部分被试的研究结论推论到同类的所有对象身上, 因为研究者不可能也没有必要去研究所有对象, 而研究结论仅仅局限于少数被试身上又不符合科学研究发现规律性的要求。如前文论及的研究者选取了 600 余名儿童追踪研究, 而研究者是要将结论推及到所有儿童身上。这些真正成为被试的部分研究对象, 叫做**样本(sample)**。与样本同类的所有个体, 叫做**总体(population)**。样本是总体的一部分, 总体是样本所属的全部个体。为了保证结论的可靠性, 样本的代表性至关重要。从总体中抽取代表性样本, 这一工作叫做**抽样(sampling)**。抽样有很多理论与方法。一种是**随机抽样(random sample)**, 就是保证总体中每一个个体被选取机会均等的抽样方法, 例如抽签。但当总体非常大, 随机抽样就很难操作。**分层抽样(stratified sample)**就是一种可行的方法, 这是一种依总体内部不同个体的特征按层次比例抽样的方法。例如, 中国大学生是一个总体, 要抽取一个样本, 就可以先了解专科生、本科生、硕士研究生和博士研究生等不同层次学生的比例, 按比例分层抽取部分样本, 再集合为整个样本。当然还要考虑每个层次有不同年级, 还有性别等因素, 尽可能使得到的样本能够代表中国大学生总体。

二、主要的研究方法

心理学家从事研究, 要通过一些有效的方法。这些方法构成了心理学专业训练重要组成部分。作为非专业人士, 虽不可能系统接受这些专业训练, 但了解心理学研究的基本方法, 仍然是理解心理学的概念和理论的基础。心理学的研究方法很多, 常用的方法有: 观察法(observational method)、实验法(experimental method)、相关法(correlational method)、调查法(survey method)和个案法(case study)。

(一) 观察法

观察法(observational method)是由研究者直接观察记录研究对象的行为,从而了解事物的特征或规律性的方法。我们在日常生活中也随时都可能在使用观察法,所谓“察言观色”是良好社会适应(如在特定情境中作出适当的反应)的重要条件。但科学研究所使用的观察法,有明确的要求。第一,确定观察对象和行为,并对其进行界定。如果你要研究肥胖者与正常体型者的饮食行为的差异,你可以先做观察研究。你到一家自助餐店,选择若干较典型的肥胖者和非肥胖者进行观察。第二,确定要观察的行为特征。作为一项研究,你事先已经设定了一些观察项目,如进食速度、进食量、咀嚼的次数、选择的食物种类等。第三,在实际观察时,你要对这些项目进行详细观察,并在事先设计的表格上做好精细的记录。第四,除了笔记,还要使用录音录像等手段获得研究资料。

观察法的优点是研究者就在行为发生的地点,即“现场”,所观察的行为是亲眼所见,是自然状态下的真实行为。珍妮·古德尔(Jane Goodall)在坦桑尼亚研究黑猩猩的行为,利用望远镜发现了黑猩猩吃蚂蚁的情景:“它正蹲在一个红土白蚁窝的土墩旁边,我看见它小心地把一根长草梗插进土墩上的一个洞,过了一会儿,抽出来,并用嘴从草梗的末端舔食一些东西。我离得太远,看不清它吃的什么东西,但是很明显,它把草梗当作工具了(图 1-5)(Coon, 2004, p. 44)。”古德尔还发现黑猩猩也会以接吻表示亲密(Goodall, 2000)。

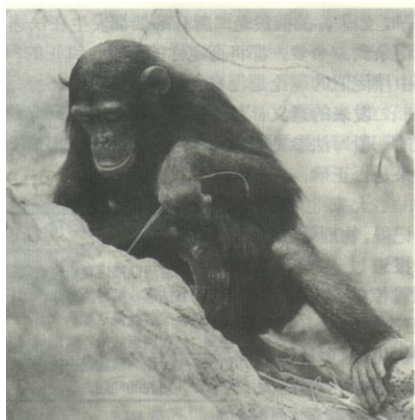


图 1-5 黑猩猩以草梗取白蚁

观察者可以以**参与观察者**(participant observer)的身份也可以以**非参与观察者**(non-participant observer)的身份进行观察,前者是研究者实际参与被研究者的活动,作为被研究者的一份子来从事研究;后者是研究者以旁观者的身份从事研究。如研究市场交易、街头游行可用参与观察;研究儿童的教室活动宜用非参与观察。

为了保证观察的客观性,研究者要注意:第一,**观察者效应**(observer effect),就是被观察者觉察到自己在被观察而引起的行为改变。在参与观察时,研究者应能真正与被观察者打成一片,最好不使被观察者知道自己是研究者。为了使非参与观察不受这一因素干扰,可以使观察者与被

观察者处于不同的房间,但观察者可用一些掩蔽的设备(如单向玻璃、掩蔽摄像头)等实施观察。第二,**观察者偏差**(observer bias),就是观察者只看他们希望看见的东西,而对一些与研究者的期望不一致的现象视而不见。如果假定男生的攻击性高于女生,就可能忽略掉女生的那些不同于男生的攻击方式。第三,**拟人化错误**(anthropomorphic fallacy)是指将人类的思维、情感或动机加到动物身上去解释动物行为。当你用贪婪、内疚、嫉妒、或厌烦等词汇解释动物的行为时,你要特别小心是否犯了拟人化错误。在描述动物行为时,更应该避免使用这些词汇。“子非鱼,安知鱼之乐”的典故在这里是有意义的,而“子非我,安知我不知鱼之乐”就成狡辩了。有关儿童行为的观察研究也应注意避免成人化的错误。

(二) 实验法

观察往往只是科学研究的开始,它主要用于描述性的研究,用于发现事实和问题。但要去解释现象、解决问题,观察法就很难实现了。因此科学家会尽可能采用**实验法**(experimental

method)。如果你假设吸食大麻会影响记忆，你至少要将一群被试分成两组，两组进行同样的学习(如阅读研究者编制的互不相干的单词表)，接受同样的测验(回忆这些单词)，所不同者仅仅是一组在学习之前服用了大麻，一组没有服用。两组的平均成绩经过统计学的检验有显著性差异，假设就得到检验。

这是一个最简单的实验，它包括这样一些因素：**变量(variable)**是指可以量化的因素、特征或情境。变量又分为自变量、因变量和无关变量。**自变量(independent variable)**是由实验者操纵的变量，它被假定为影响行为的可能原因，如大麻。**因变量(dependent variable)**是自变量所造成的结果，如测验成绩。**无关变量(extraneous variable)**是指除自变量以外的所有可能影响因变量的条件，如学习环境，研究者的指导语，材料的内容，学习的时间，被试的性别、年龄等。为了控制无关变量，被试被分为**实验组(experimental group, 简称 EG)**和**控制组(control group, 简称 CG)**，前者为实施自变量的被试，后者为不实施自变量的被试，两组被试在所有无关变量上是等值的。为了控制无关变量，就要对被试进行**随机分组(random assignment)**，也就是使每一个被试被分到任何一组的**机会均等**。了解了这些概念以后，我们可以说实验法就是控制无关变量，操纵自变量从而了解自变量与因变量之间的因果关系的方法。

在此，为了清楚地了解自变量与因变量之间的关系，就要系统操纵自变量，如我们可以设四个实验组，每一实验组服用不同量的大麻，分别为5、10、15、20毫克的大麻，学习相同的单词表，一周以后回到实验室回忆这些单词，结果如图1-6(Atkinson & Hilgard, 1994, p.21)，表明随着服用大麻剂量的增加，回忆成绩则呈递减趋势。当然，此实验设计需要预先评估吸不同剂量的大麻对被试的损害，若损害是不可恢复的，就应该改变实验设计，如以本来吸大麻者为实验组以不吸者为控制组，并控制好无关变量。也可以用动物实验。

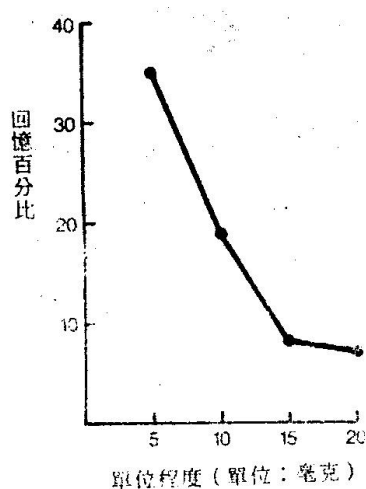


图 1-6 大麻与记忆

心理学的实验可以分为**实验室实验(laboratory experiment)**和**现场实验(field experiment)**，前者在实验室中进行，后者在实际生活情境中进行。现场实验减少了实验室实验的人为性，将真实世界中的自然情境(如教室)作为实验室。但逻辑是完全一样的，只是在现场实验中，无关变量的控制更为困难。

为了保证实验结果的可靠性，研究者还要注意两种特别的无关变量：**安慰剂效应**和**实验者效应**。**安慰剂效应(placebo effect)**的本意是指“药物”对病人所产生的纯心理作用。例如，盐水注射液可以起到接近于吗啡的减轻疼痛的效果。这种作用的基础是暗示和期望。医学上要检验一种新药的疗效，临床实验时就要避免安慰剂效应。如果实验组服药，控制组不服药，结果的差异可能不是药物的效果，而是安

慰剂效应。因此，控制组也应服药，但服的是不含任何药物成分的糖丸。在心理学研究中，安慰剂效应是指被试以为自己接受了自变量的影响而实际上所受的只是自己期望的影响。例如前文所及大麻与记忆力研究，为了避免安慰剂效应，就应该让实验组和控制组都服外形相同的“药丸”。如果你要研究饮酒对攻击行为的影响，为了控制安慰剂效应，你最好找到一种与实验组饮酒颜色和味道一样的饮料给控制组饮用。研究者不使实验组和控制组的被试知道他们服用的药丸的差异，这叫做**单盲实验(single-blind experiment)**，指被试不知道自己是否接受实验处理但研究者知道哪是实验组哪是控制组。如果研究者和被试都不知道谁在接

受实验处理，这种研究叫做**双盲实验(double-blind experiment)**。

实验者效应(experimenter effect)是指实验者的期望或无意识的影响对实验结果的作用。双盲实验就是为了同时避免安慰剂效应和实验者效应。在这种研究中，实验过程是由与实验结果无利害关系的人甚至是由不知实验原理和意图的人来实施的，实验者直到做完实验以后才能区分实验组和控制组。

(三) 相关法

如果我们要了解智力和学业成绩之间的关系，我们不可能设置一个实验组和一个控制组，让实验组的智力短时间变高或变低并使其他因素保持不变；如果我们要了解儿童早期所受的虐待与成年后的抑郁之间的关系，我们不会被允许选取一个实验组的儿童对其实施虐待并使控制组的儿童不被虐待。但我们可以选取一组被试，了解每个被试的智力和学业成绩，进而了解二者之间整体上的关联程度；我们也可以了解一群报告童年时期受到不同程度虐待的被试并测验他们现在的抑郁程度，进而了解童年虐待与成年抑郁之间的关联程度。**相关法(correlational methods)**就是了解两种变量(行为、特质、属性或事件)之间关联到什么程度的方法。如果我们知道同卵双生子之间在智力上存在高相关，我们就可以根据双生子甲的智力测验分数推测双生子乙的智力测验分数，反之，也可以根据乙的分数推测甲的分数。

两个变量之间的相关程度可以通过统计方法获得。相关程度和方向用**相关系数(coefficient of correlation) (r)**来表达，相关系数是从+1.00到-1.00之间的一个数，其中+1.00表示完全的**正相关(positive correlation)**，-1.00表示完全的**负相关(negative correlation)**，0表示根本没有相关。一个人所穿鞋子的大小与其智力的高低之间的相关就是0。一个正的相关系数意味着当一系列分数增加时，另一列分数也增加，如随着孤独的增加，抑郁程度也增加。负相关表示一系列数据的增加伴随着另一列数据的减少，如随着焦虑程度的提高，创造性作业成绩则下降。图1-7表示从完全负相关到完全正相关的几种情形(Coon, 2004, p.46)。统计学有专门的方法计算相关系数。在心理学研究中，相关系数在.60或以上就会被认为是高相关，如大学一年级时的成绩与大学二年级时的成绩之间的相关系数约为.75。从.20到.60之间的相关系数具有实际和理论价值并对预测有用，如父亲或母亲的身高与子女成人后的身高之间的相关系数是.50。.0到.20之间的相关的预测作用很小，下判断时应谨慎。

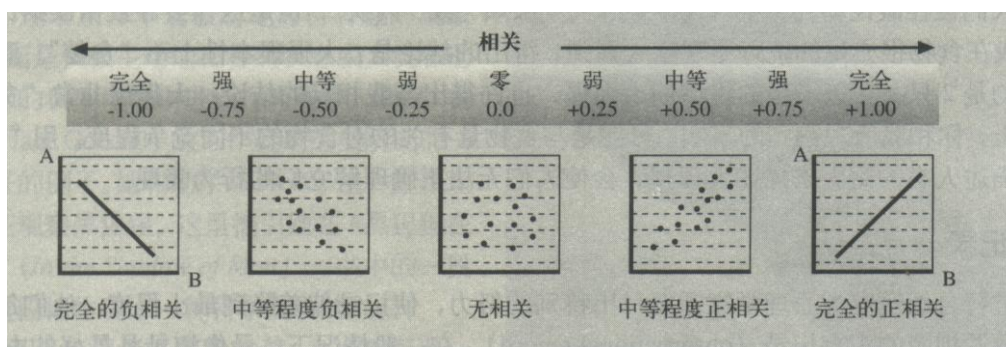


图 1-7 从完全负相关到完全正相关的几种情形

相关关系可能反映但不能证明因果关系。例如焦虑与考试成绩之间的相关，很可能是由于焦虑导致考试成绩下降，但也可能是由于考试成绩下降导致焦虑，还有可能是另一个因素如生病既导致了焦虑也导致了考试成绩的下降，也可能存在几种因素之间的交互作用。有时两个变量之间可能存在明显相关，但不可能认为它们之间存在因果关系，如吃麦当劳次数越多，得癌症的可能性越小，事实是吃麦当劳多的人群为年轻人，而癌症高发人群为老年人。

有一个报道说美国城市高楼越密集地区，肥胖者越多，事实是美国高楼密集区往往居住着中下阶层人群，而中下阶层人群较多地吃容易发胖的食物，而不是密集的高楼导致了肥胖。但很多时候，心理学家仍然使用相关研究，相关研究依然是很有价值的方法，它帮助我们了解事物之间的关系甚至作出预测。尽管相关关系不是因果关系，也不能作出完全把握的预测。

(四) 调查法

调查法(survey method)是预先拟就所要了解的问题，让被调查者回答这些问题以获得研究所需资料的方法。心理学家往往通过调查法去获得那些在自然情境和实验室中难以得到的心理和行为事实资料。调查法又分为**问卷法**(questionnaire method)和**访谈法**(interview method)。问卷法的一个好处是研究者可以用邮寄、互联网等方式发放问卷，同一时间可以调查很多人，即可以获得大样本数据。访谈法则只能面对面地进行，样本量不可能很大，但可以了解得较为深入。

使用调查法要特别注意如下几点：第一，样本的代表性。一个有偏差的样本是不能反映总体情况的。如果你在互联网上调查人们对于儿童玩电脑游戏的态度，所得结果是否具有普遍性就值得怀疑，因为互联网使用者很可能不能代表人群总体。第二，恰当的语言表达。要调查的问题预先要设计好恰当的措辞，措辞不同调查结果可能很不同。1991年海湾战争期间的一次调查，问人们是否关心由于轰炸伊拉克而引起的“间接伤害”。用这一军事术语提问时，只有55%的被调查者回答关心；而当问人们是否关心战争造成的“平民死亡和意外损失”时，则有82%的被调查者回答关心(Coon, 2004, p.54)。第三，受过培训的调查者。不一定每位调查者都是专业人士，但对于同一项调查，调查者应该接受同样的培训，如统一指导语。第四，正确的资料分析方法。对于调查所获得的资料如何进行处理和恰当的解释，则应由专业研究者按照有关程序和原理来进行。符合以上要求的调查才能保证结果的可靠性，如盖洛普民意测验(Gallup Poll)自1954年以来预测美国总统竞选结果的平均错误率仅为1.5%。

还有一些有可能影响调查结果的因素是需要考虑到的。被调查者可能不自觉地按照社会主流价值观念而不是事实来回答问题。如在美国，人们回答问卷时报告的去教堂的次数、堕胎数、刷牙次数等可能与实际情况有较大的出入。这种接受调查者在答题目作出回答时倾向于表现自己积极一面的程度，叫做**社会称许性**(social desirability)。如果是访谈，访谈者与受访者在年龄、性别、种族等方面的差异性可能会影响访谈结果，如女性受访者在回答女性访谈者有关性经历的问题时，比回答男性访谈者的同样问题很可能会更为开放和诚实。

(五) 个案法

个案法(case study)是指对某个人或某团体(一个家庭或一个班级)进行全面深入了解的方法。个案研究起源于医学。医生系统地了解一个病人，全面询问病人的症状、生活习惯和病史等等，结合治疗方案和效果的记录分析，就是个案法，所以个案法又被称为**临床法**(clinical method)。个案法的特点：

第一，个案研究适合于研究少见的且不能人为引起的现象。所研究的个案可能是在观察法、实验法等其他方法中无法获得的。个案的获得往往可遇不可求，即无法在实验室里人为地造成，在自然情境中也难以见到。如脑外伤、脑肿瘤等导致的行为改变，这类病例可能提供重要的有关脑功能的数据。在心理治疗中，案例研究也很重要。如类似电影《三面夏娃》(The Three Faces of Eve)中的人物夏娃具有多重人格(临床上叫做分裂性认同障碍)。白夏娃温柔、羞怯、善良。但就在同一个人身上，还存在另一重人格黑夏娃，她任性、轻佻，喜欢恶

作剧。白夏娃和黑夏娃彼此冲突，直到第三重人格珍妮出现，才使这种冲突得以解决。珍妮最终与白夏娃的丈夫分手，开始了一种新生活。

第二，可以全面深入地了解个案。个案研究可能围绕个案去获得丰富细致的资料，这是其他研究方法难以做到的。以少年犯罪者个案研究为例，要研究个案的犯罪行为及其心理，研究者可以从如下几方面去获得资料：(1)个人基本资料，包括姓名、性别、年龄、住址、出生日期和地点、教育程度、宗教信仰等；(2)家庭背景，包括父母年龄、存歿、婚姻、教育和职业状况，兄弟姊妹人数即排行，家庭经济状况和居住环境，父母对子女的管教态度及亲子关系等；(3)学校生活，包括受教育年限、学校状况、在校成绩、课外活动兴趣、学科兴趣、师生关系、同学关系、奖惩记录等；(4)社会生活，包括社区环境、邻里关系、交友情形、亲友关系、上下学路径等；(5)身体特征，包括体型特征、健康状况、生理成熟程度等；(6)心理特征，包括性格特征如情绪稳定性、内外向、社会态度和价值取向等，能力特征如智力、社交能力、工作能力等(张春兴，2005, p.30)。

在使用个案法时要注意以下因素：(1)个案的典型性。个案研究由于没有控制组，因此当你将个案的研究结论进行推广时，要对其典型性或代表性进行评估；(2)案主报告的真实性。案主的叙述是否有迎合研究者期望或记忆失真的情况；(3)研究态度的客观性。研究者是否按照某种假设或理论取向去引导或暗示案主为自己提供“证据”。

心理学的研究方法，不只是以上五种。作为入门课程，我们暂且了解这五种基本方法。需要说明的是，方法只是手段，是为解决所研究的问题服务的。同时，任何方法都有其优势，也有其局限，应提倡多种方法并用。

第三节 心理学的历史

心理学作为认识人自己的学问，可以追溯到所有古代文明的源头。我国自春秋战国时代的诸子百家开始就有丰富的有关人性和人的心理的思想，这是我们建设中国人自己的心理学的重要思想文化基础。但是现代心理学，即作为独立学科的基于科学方法的心理学来源于西方，所以我们在初步学习心理学时，对心理学在西方的发生发展要有基本的了解。

一、科学心理学的诞生

心理学有悠久的过去却只有短期的历史。说它有悠久的过去，是因为关于人性和人的心理的知识可以追溯到最早的思想家那里。在西方，古希腊哲学家苏格拉底(Socrates, 前 469~前 399)用“认识你自己”这句镌刻在德尔菲神庙门前的格言提醒人们去获得关于人的知识。苏格拉底的学生柏拉图(Plato, 前 427~前 347)提出理性、意志和情欲的人性三因素学说，认为人应该以理性通过意志去控制欲望。他对于身心健康的评价是：健康的心灵寓于健康的身体。他提出著名的理念论(idealism)，理念先于具体事物而存在，也先于人的经验而存在，成为后来各种天赋观念(innate idea)说或先天论的先驱。但柏拉图的学生亚里士多德(Aristotle, 前 384~前 322)说“吾爱吾师，吾更爱真理”。他不同意天赋观念说，认为知识来源于后天经验，由感官经验得到资料，经理性处理，即得知识。但知识正确与否则靠理性判断。亚里士多德已经开始用科学方法获取知识了，他曾在不同时期打开正在孵化的蛋壳，以观察胚胎的变化。在亚里士多德的百科全书般的诸多著作中，有一本《论灵魂》(Peri Psyche)，这是西方历史上第一本心理学专著。这一悠久的过去要继续讲下去需要足够的时间和篇幅，在此我们必须果断地将目光转向心理学的短期历史。



图 1-8 冯特

所谓心理学的短期历史开始于 19 世纪。那时近代科学已经长足进步，特别是生物学、生理学和近代医学在物理学和化学之后迅速发展起来，这些学科都与人有着密切关系，它们与哲学对于人的古老关切结合起来，促成了科学心理学的诞生。1879 年，接受过系统的生理学教育的德国莱比锡大学哲学教授冯特(Wilhelm Wundt, 1832~1920)创建了世界上第一个心理学实验室，标志着心理学从哲学中分离出来，成为一门独立的科学。在此之前，他已经出版了《生理心理学原理》(Principles of physiological psychology, 1874)这部划时代的著作。冯特被誉为心理学之父，除了建立实验室开展心理学实验研究这一功劳外，还因为他发表了丰富

的心理学的著作，对已有的心理学知识进行了全面的总结。同时，他还为世界培养了第一批心理学专业的学生，包括美国和欧洲其他国家的留学生。这些人有很多成为著名学者，为心理学在各国的开创和发展作出了奠基性的贡献。这里要特别指出的是，当时在莱比锡留学的蔡元培(1868~1940)系统地修过冯特主讲的课程，并特别重视实验心理学，回国后在担任北京大学校长期间于 1917 年支持陈大齐在哲学系内创建我国第一个心理学实验室，在担任中央研究院院长期间于 1929 年倡导创建我国第一个心理研究所。



图 1-9 蔡元培

二、现代心理学的派别

冯特创建了第一个心理学体系，但这种体系一开始就没有得到所有心理学家的认同。不同的心理学家在一些基本问题上持有不同的观点，因而形成了不同的学派。早期的不同学派基本上都是因反对冯特心理学的某一基本观点而形成的，这本身可以视为冯特的重要贡献。以下是现代心理学的主要派别。

(一) 结构主义

冯特受当时化学思维的启发，认为心理学研究的基本任务是分析意识之元素，进而探讨元素之间如何相互作用形成复杂的经验。冯特有一位英国学生名为铁钦纳(Edward B. Titchener, 1867~1927)，在冯特那里获得博士学位后到美国康乃尔大学任教。他继续倡导冯特的心理学而与其美国同行发生分歧。在这种争论中，铁钦纳称自己和冯特的心理学为**结构主义**(structuralism)，而称对立面为**功能主义**(functionalism)。结构主义的基本观点包括：(1)心理学的对象为意识经验。(2)心理学的目的是揭示意识经验的结构，也就是意识由哪些基本元素构成。(3)用实验内省的方法(experimental introspective method)去分析各种经验。研究者操纵刺激(视觉的、听觉的、皮肤觉的等)，使之有系统地变化，让被试根据自己的主观判断作出反应(如按键)或报告自己对于某种刺激的感受。(4)结构主义对于意识经验的分析结果是，一切复杂的经验都可以被分析为感觉(sensations)、简单的意象(simple images)和简单的情感(simple feelings)。铁钦纳认为，感觉是知觉的元素，意象是观念的

元素，情感是情绪的元素。(5)结构主义主张将科学与科学的应用区分开来，认为心理学是科学，而心理学的应用不应该是心理学家关心的事。

(二) 功能主义

功能主义 (functionalism) 或机能主义是与结构主义相对的美国心理学，同时结构与功能本身在科学哲学上也是一对基本范畴。心理学在一开始关注结构与功能问题反映了科学发展的一般逻辑和规律性。美国的早期心理学家几乎都是机能主义者，其中开创者是哈佛大学的詹姆斯(William James, 1842~1910)和芝加哥大学的杜威(John Dewey, 1859~1952)。机能主义的基本观点包括：(1)心理学是关于意识或心理生活的科学，在这一点上它与结构主义基本一致。(2)心理学的目的是揭示有机体适应环境过程中心理或意识的功能，而不是像结构主义那样只是分析意识的元素。(3)在方法上，功能主义虽然也主张内省法和实验法，但不是用以报告和分析意识之元素，而是用以描述和解释心理生活的现象

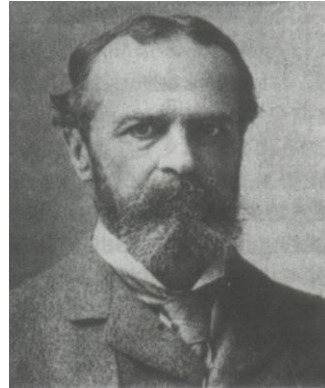


图 1-10 詹姆斯

和条件，并且功能主义还主张应用其他多种方法。(4)詹姆斯提出了著名的“意识流”学说，主张意识是流动的、变化的，不是由元素联结起来的结构。(5)功能主义的哲学基础是实用主义，詹姆斯和杜威两个人也是实用主义哲学的创建者。他们强调心理学的应用，指出心理学揭示意识的功能实际上是为了帮助个体有效地适应环境，因此他们反对脱离生活实际的所谓纯科学的研究，倡导应用心理学。这种分歧还与二者在科学背景上的差异有关。结构主义受德国的生理学影响更大，而功能主义则受英国生物学(达尔文的进化论)影响更大。心理学要为帮助人成为“适者”服务。正因为这种进化论的背景，功能主义者不仅研究成人，而且研究儿童和动物。

(三) 行为主义



图 1-11 华生

行为主义 (behaviorism) 是由美国心理学家华生(John B. Watson, 1878~1958)创立的一个心理学派。1913年，华生发表论文《一个行为主义者眼中的心理学》(Psychology as a behaviorist views it)，这篇论文标志着行为主义的创立。行为主义的基本观点包括：(1)行为主义的基本主张是反对结构主义和功能主义将意识作为心理学研究对象，而主张将行为作为心理学的对象。这种观点的根源在于华生对心理学的科学性质的理解。华生认为心理学是自然科学的一个纯粹客观的实验的分支，意识不是客观的可观察的，不应成为科学的对象。因此，华生明确宣称，心理学是研究行为的科学。(2)心理学的目的是揭示刺激(stimulus)和反应(response)

即 S-R 之间的确定关系，刺激和反应是构成行为的共同的基本因素。(3)反对内省法，主张客观方法，如观察法、实验法、口头报告法等。华生特别欣赏巴甫洛夫(Ivan Pavlov, 1849~1936)的条件反射方法。(4)行为是环境作用的结果，环境的差异导致行为的差异，反对用遗

传去解释生理正常的个体之间的行为差异。(5)了解了刺激和反应之间的确定关系,就可以将其应用于预测和控制人与动物的行为。当然,以动物为被试的行为研究结果适用于人的同类行为。在重视应用心理学和动物实验方面,行为主义与机能主义是一致的。

华生行为主义的极端立场使心理学面临不能研究心理这样的尴尬局面,同时,抛开心理,行为也不能得到有效的解释。因此后来有些行为主义者不再坚持严格的行为主义立场,这种理论取向被称为**新行为主义**(neo-behaviorism)。

(四) 完形心理学

完形心理学(Gestalt psychology)是由德国心理学家韦特海默(Max Wertheimer, 1880~1943)在法兰克福大学创立的。Gestalt为德文,有“形式”或“形状”之意,在此处的主要涵义为整体形态(完形)、整体组织。1912年韦特海默发表论文《运动视觉的实验研究》,提出了完形心理学的基本观点,标志着完形心理学的创建。完形心理学的基本立场是反对元素分析而强调整体组织。完形心理学的基本观点包括:(1)心理学既研究意识经验,也研究行为。(2)结构主义和行为主义都是元素主义的,只不过前者分析意识,后者分析行为。对于结构主义,意识等于不同元素之和;对于行为主义,行为等于不同反应之和;而对于完形心理学,整体不等于部分之和,而是大于部分之和。因为除了意识元素,还有心理组织。这种心理组织是一种主观的也是主动的过程。(3)在研究方法上,完形心理学既不反对使用内省法,也不反对使用客观观察法,只要这些方法不是服务于元素分析。完形心理学还主张使用“经验的观察”,即对直接经验进行朴素而丰富的描写。这种方法也被称为“质的观察”或“现象学的方法”,是与物理学的量的方法相对而言的心理学特有的方法。(4)完形心理学家通过实验研究揭示了知觉的心理组织,提出了不同于行为主义的学习理论。这些贡献我们在本书的有关章节中还会专门述及。

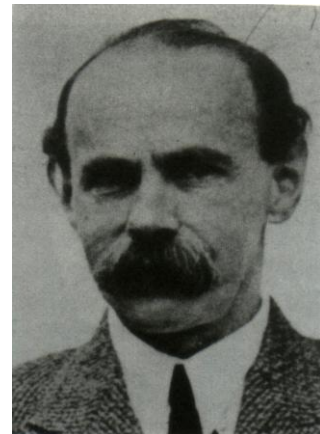


图 1-12 韦特海默

(五) 精神分析



图 1-13 弗洛伊德

精神分析(psychoanalysis)是由奥地利精神医学家弗洛伊德(Sigmund Freud, 1856~1939)创立的。弗洛伊德是在大众中最为著名的心理学家,也是对20世纪世界文化影响最大的思想家之一。弗洛伊德的学说不是在传统心理学的学院背景下形成的,而是在临床实践中形成的。弗洛伊德所开创的精神分析学派理论繁多,他本人的理论也非常复杂难解。这里仅简要提及弗洛伊德的一些主要观点,在本书的有关章节中还会介绍他的理论。(1)精神分析的研究对象是人的潜意识(unconscious,或无意识)。弗洛伊德认为潜意识才是思想和行为的真正根源,而潜意识的内容大多与性冲动有关。(2)精神分析的目的是了解个人当前的观念和行为(特别是异常行为或症状)的潜意识根源。(3)精神分析的方法主要是自由联想法(free association),即在医生的引导下,病人无顾忌地将头脑中的想法、回忆和愿望等说出来。这种方法结合梦的分析等方法,找到当前的观念与行为与潜意识内容的关系,特别是使病人

回忆起童年经验中那些与性有关的事件，并领悟这些经验与当前症状之间的关系。(4) 弗洛伊德认为潜意识经验通常是被压抑的，因为它们与文明社会的道德观念相冲突。但压抑并不能消除潜意识，且过度的压抑正是心理疾病的根源。心理治疗一方面使病人领悟症状与潜意识内容之间的关系，另一方面宣泄了被压抑的能量。(5) 精神分析不仅是一种精神医学，潜意识、性心理、压抑与焦虑、恋母情结等概念被广泛使用于揭示人性和人类行为。所以精神分析远远超出了医学的范畴，而成为一种心理学甚至哲学学说。

精神分析学派内部的分歧很多，因此出现了众多的**新精神分析**(neo-psychoanalysis)理论，但它们都不同程度地接受了弗洛伊德的基本思想，特别是潜意识和心理动力的思想。

(六) 人本主义



图 1-14 马斯洛

人本心理学(humanistic psychology)是由美国心理学家**马斯洛**(Abraham Maslow, 1908~1970)和**罗杰斯**(Carl Rogers, 1902~1987)在 20 世纪 50 年代创立的。由于当时影响最大的势力是行为主义和精神分析，且人本主义正是因批判行为主义和精神分析的基础上产生的，所以他们自称为**第三势力**(third force)。人本主义的基本主张：(1)在研究对象上，人本主义反对行为主义主要以儿童和动物为被试，也反对精神分析以心理病理现象为基础的理论，而主张研究人性的积极方面，如创造、爱、责任、幸福、自我实现、生命意义等区别于动物也区别于心理疾病患者的经验；(2)人本主义的目的不仅在于预测和控制人的行为，也不仅在于治疗心理疾病，更在于促进人的潜能和价值的实现。(3)人本心理学的方法是服务于其所关心的问题的，主张以问题为中心而非行为主义的以方法为中心，人本论者虽也注重收集数据和用证据来支持自己的观点，但所用方法是否符合严格的自然科学标准在他们看来并不重要，因此他们更强调所谓“现象学的方法”，也就是主观经验的观察和报告。

(4)行为主义认为人是被环境决定的，精神分析认为人是被潜意识力量决定的，人本心理学反对决定论，认为人是有自由意志的，人有选择并为自己的行为负责的能力。因此人本论者对于人性持有乐观的信念，认为人的本性是善的，蕴含着建设性的自我实现的潜能。

当然以上主要是马斯洛和罗杰斯等人的立场，人本心理学中还有一种**存在心理学**(existential psychology)，其代表人物是**罗洛·梅**(Rollo May, 1909~1994)，他与马斯洛和罗杰斯等人在一些基本立场上一致，但并不认为人性本善，认为人性有善有恶，且恶的一面更值得我们警惕。尽管有罗洛·梅的置疑和提醒，到 1990 年代末和新世纪初，一种**积极心理学**(positive psychology)思潮开始兴起，其倡导者批评过去的心理学过多关注了人性中的消极面，如攻击、抑郁、焦虑，指出当今心理学应更多地关注人性的积极面，如主观幸福感、生活满意度、乐观主义、利他主义、创造性等。这种思路与当年的马斯洛一脉相承，但积极心理学不像过去人本主义较多地使用个案研究，而是使用严格的实验研究和相关研究。



图 1-15 罗杰斯

三、当代心理学的取向

当代的心理学已经不像过去那样有鲜明的派别之分，不再像过去那样相互指责，但在理论取向上不同的心理学家还是有所不同的。作为不同的理论取向或观点(perspective)，以上所述的派别中，在当代心理学中依然占有一席之地的有行为主义、精神分析或源于精神分析的心理动力观(psychodynamic perspective)、人本主义及其新发展积极心理学。除此之外，当代的主要研究取向或观点还有以下几种。

认知观(cognitive perspective) 当代心理学的认知观基于认知心理学。**认知心理学(cognitive psychology)**是1960年代在美国兴起的一种研究取向，它是继人本心理学之后对行为主义的另一种挑战。认知心理学一方面可以追溯到完形心理学，另一方面更多地受到电脑科技的影响。电脑科技的发展为心理学家模拟人脑的内部过程提供了可能。认知心理学的基本立场包括：(1)认知心理学研究人的高级心理过程，如知觉、记忆、语言、思维、表象、问题解决和创造性等。(2)人的认知过程可以被视为接收信息、储存信息、应用信息的过程，这一过程叫做信息加工(information processing)。在这一过程中，人的心智主动地构建或组织着知识经验。(3)认知心理学家采用实验室实验和计算机模拟的方法揭示认知过程的规律性。

心理学的认知观不仅体现在认知领域，在其他研究领域，如情绪、动机、人格和心理健康等领域，都有从认知角度加以解释的。

生物学观(biological perspective) 心理学中的生物学观点源远流长。冯特受生理学影响创建实验心理学，詹姆斯等人受进化论影响创建机能主义。当代心理学中的生物学观主要体现为：(1)**生理心理学(physiological psychology)**研究心理和行为的生理基础，特别是从神经系统和内分泌系统寻找心理与行为的基础。其中**认知神经科学(cognitive neurobiology)**采用高科技手段研究认知过程的脑机制，成为当代心理学与神经科学的前沿交叉领域。(2)**行为遗传学(behavior genetics)**用遗传学的方法研究心理和行为的个体差异。人类行为的个体差异，根源不外乎遗传与环境，行为遗传学要研究不同心理或行为(如智力)在多大程度上决定于遗传以及遗传如何起作用。因为遗传与环境根本上是交互作用的关系，了解基因对于行为的作用同时也有助于了解环境的作用。(3)**进化心理学(evolutionary psychology)**认为人的心理特性与身体特性一样经过了漫长的进化历程，那些具有适应功能的特性就得以保留，反过来，那些保留下来的心理与行为特性就是具有适应功能的。例如男性和女性的基本择偶标准(如年龄)在世界各种不同文化中具有明显的普遍性，根源在于早期人类男性和女性在繁殖和抚养后代方面所面临的不同的适应性问题。适应的特性就通过基因保留下来。但进化心理学并不是直接去寻找基因的生化物质证据，而是将漫长的进化历程作为核心解释原则，去推论现代人的一些普遍的心理和行为特性如何在早期人类演化过程中得以形成的机制。

文化观(cultural perspective) 当代心理学中的文化观是与生物学观相抗衡的一种力量，它更多地到社会文化中而不是到身体中去找心理与行为的根源。文化视野特别关注心理与行为在不同文化群体之间的差异。这种取向的研究者指出，心理学中的理论和结论很多是基于“美国(西方)/中产阶级/白人/男性”被试甚至主试的，但往往被视为适合全人类。但文化论者关注一种心理学理论适用于所有人还是只适用于某种特定人群。由文化导致的心理和行为差异可能存在于同一国家内的不同人群，如美国白人与非洲裔美国人、中国的汉族与少数民族；也可能存在于不同国家的国民之间，如美国人与中国人；还可能存在于更大的文化圈的人群之间，如西方人与阿拉伯人。文化作为在一个社会中传递的行为规范、价值观

念和处事态度，几乎无处不在，可以说绝大多数心理学研究主题都应该考虑到文化的因素：在考虑一种理论的普适性时要想到可能的文化边界，在这种情况下，文化是作为背景存在的，研究者很可能没有意识到；同时，研究者也可以主动地将文化影响纳入理论假设，在这种情况下，文化是作为自变量而存在的，其研究的目的就在于揭示文化在何种程度上以及如何影响人的心理和行为。

在早期，心理学的各派别之间往往相互争论，互相指责。现在的心理学家大多不明确地将自己划归到某种派别，尽管他们在一些基本问题上的立场还是会持有某种理论取向，但他们可能同时持有几种理论取向或在不同的问题上持有不同的理论取向。这是因为，与其说以上学派或理论观点是相互对立的，不如说它们之间是相互补充的，不同的学派或观点可能针对心理和行为的不同层面或侧面，可能适合于解决不同的问题。以攻击行为为例：行为主义可能将其解释为被试的攻击行为曾经与积极的刺激物相联系，受到奖励或者观察到别人的攻击行为受到奖励。心理动力观可能将攻击行为归结为攻击本能，或者追求快乐遭遇挫折所引起的反应，或者潜意识中童年亲子关系的作用。人本主义可能关注个体选择攻击、自我限制而不选择合作、自我成长的个人价值观及其社会条件。认知观关注的是个人基于记忆信息的对他人行为的敌意性解释，以及对攻击行为后果的某种预期。生物学论者可能去寻找不同脑区细胞的兴奋或抑制、荷尔蒙分泌与攻击行为的关系，攻击者与不同血缘关系者在攻击性上的相关系数，或者何种条件下攻击在早期人类生活中具有适应性及这种适应性的心理机制。文化论者则关注不同文化下的成员理解和表现攻击性的共同点和不同点，以及文化如何影响不同类型的攻击行为。

第四节 心理学专业

外专业人士或民众说起心理学首先想到的是心理咨询。其实不同的心理学家，他们所从事的工作领域存在很大的差异。我们了解了心理学的对象、目的、方法和理论观点以后，再来具体了解心理学家或心理学工作者(英文都是 psychologist)都在做些什么，即了解一下心理学专业或职业的情况。

一、心理学家的工作领域

心理学家们的工作领域大体分为研究(research)、应用(application)和教学(teaching)工作。研究工作又大体分为基础研究和应用研究。一些心理学家从事基础研究(basic research)工作，基础研究是出于好奇心和求知欲，是为了获得心理与行为的知识本身。另一些心理学家从事应用研究(applied

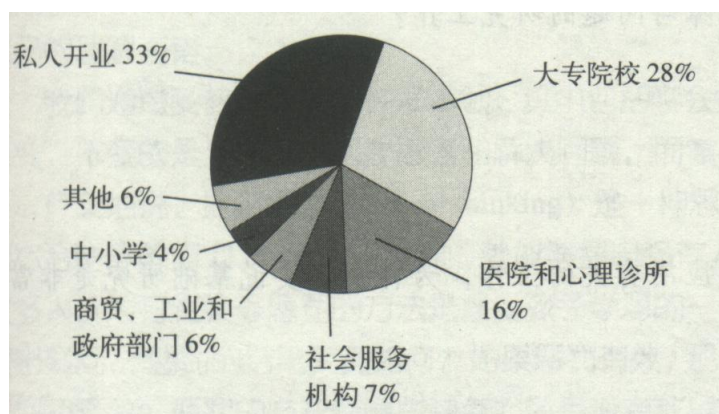


图 1-16 心理学家的工作机构分布

research), 是为了解决个人和社会在生活实践中的心理和行为上的问题。前者如关于记忆过程的研究, 后者如当事人(受害人和犯罪嫌疑人)或目击者对事件经过和人物特征的回忆是否以及如何可信和有效。显然, 两种研究之间关系密切, 但从事基础研究的心理学家不一定很关心自己的研究有什么用, 但应用研究一定要建立在基础研究的基础上。

很多心理学家并不从事研究工作, 他们致力于将心理学知识与方法应用于实践, 主要通过运用心理学的知识与方法来帮助个体或群体改善他们的行为从而更有效地提升其工作绩效或生活质量。从事应用的心理学家工作在大中小学的咨询室、医院、诊所、工商企业、政府机构或非政府组织。还有一些心理学家私人开业, 直接面向社会提供有偿服务。

有些心理学家从事心理学教学工作。他们在教室里、研讨会上和讲习班中与大家分享心理学知识。当然, 有些心理学家会三者兼顾: 既从事研究, 又参与实践, 还进行教学。图 1-16 是美国心理学家的工作机构分布百分比, 图 1-17 是美国心理学家从事的工作分布百分比(Coon, 2004, p.29)。

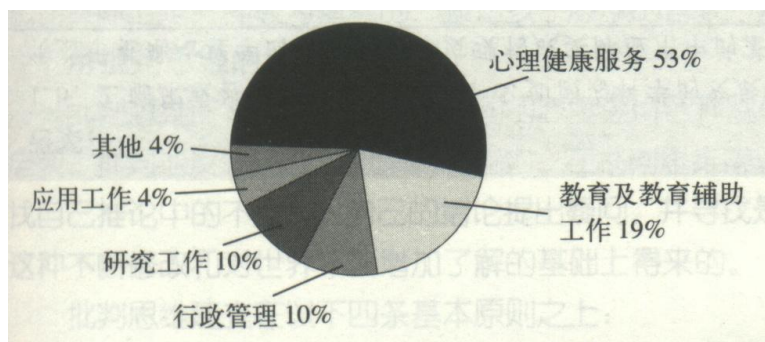


图 1-17 心理学家从事的工作分布

二、心理学的分支

心理学的专业划分是基于心理学的研究领域和分支。如上所述, 心理学可分为基础研究和应用研究两大领域, 每个领域又有许多分支。

基础心理学领域的分支包括: 普通心理学是概论性的基础心理学科, 内容包括心理学的基本理论、研究方法并整合关于心理与行为的基本研究成果; 动物心理学的研究, 除了了解动物行为本身的规律性, 更重要的是为了将其与人的行为进行比较, 进而推论解释人的行为, 所以动物心理学又叫做比较心理学; 发展心理学研究个体生命全程的心理变化与其年龄阶段的关系; 生理心理学研究心理与身体的结构功能之间的关系, 特别是与神经系统及内分泌系统的关系; 社会心理学研究个体心理与行为如何受他人和社会的影响, 也研究群体心理与行为; 变态心理学研究行为

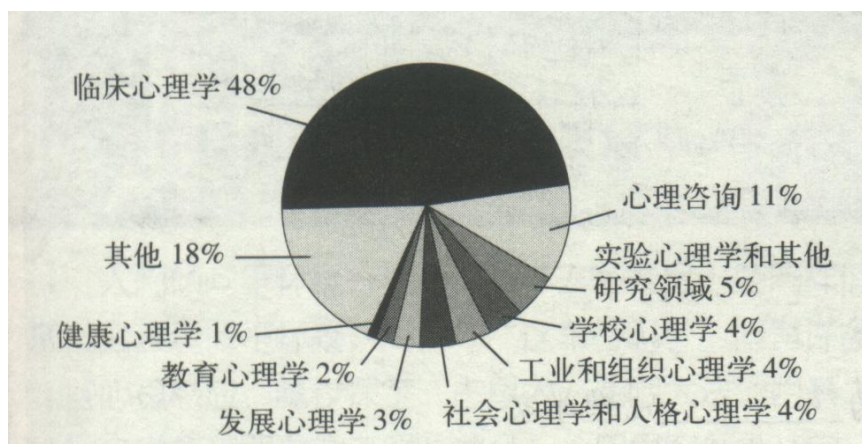


图 1-18 不同分支的心理学家分布百分比

为异常的种类与成因, 从而建立理论, 为心理诊断和治疗提供依据。上述分支之间有内在的逻辑关系, 如动物心理学与发展心理学分别从种系发展和个体发展来讨论心理的变化规律, 生理心理学与社会心

理学分别从心身关系和人际关系来研究心理的生物的方面和社会的方面,普通心理学与变态心理学则分别着重研究常态和变态,同时普通心理学与其他分支之间又是一般概括与具体专攻之间的关系。

应用心理学领域的分支十分广泛,几乎可以这样说:凡是人类生活的领域,都有相应的应用心理学。如教育心理学、咨询心理学、临床心理学、管理心理学、工业心理学、消费心理学、广告心理学、司法心理学等等。图 1-18 是美国不同分支的心理学家分布百分比(Coon, 2004, p. 29)。

对于这些分支,我们从心理学的组织机构可以了解得更为具体。美国心理学协会(APA)有 50 多个分会(divisions)(<http://www.apa.org>),中国心理学会也有 20 个专业委员会和工作委员会(<http://www.cpsbeijing.org>)。

阅读链接 私人开业的心理学家

过去在美国的很多州里,任何人都能花钱买到一张廉价执照,挂出“心理学家”的招牌开业。现在,美国心理学协会(APA)规定,必须有执照及专业证书者才能开业,即一个开业者必须符合严格的教育上的要求,才能合法地被称为心理学家。从事临床或咨询工作的心理学家必须持有州一级有关部门签发的合法执照。

不过,法律上并不限制开业者打什么招牌。因此,有些开业者怎么能招徕顾客就怎么称呼自己的职业,有的自称为心理治疗家,有的则自称为心理再生术大师、感觉适应训练师、心理按摩师,等等。求助者要小心对待那些名不副实的广告。有些开业者即使有济世之心,也根本没有广告中所吹嘘的能力,因为他们根本没有受过训练。正规的开业心理学家都受过全面训练,持有合法的证书。而另有一些自称“得道”的开业者充其量不过知道一点儿具体的治疗技术。开业者之间差别很大!

职业道德 世上有一群投机的庸医和假充内行的江湖骗子,心理学领域中也有这样的骗子。他们对心理学略知皮毛,利用人们的需求、恐惧和痛苦,大赚黑钱。比如,你的朋友或亲戚碰到一个冒牌的心理学家,“治疗”后备感痛苦。后来,报界披露了此事。再后来会发生什么事情呢?一提此事,大家都会说心理学家如何缺德。这实在是太不幸了!

大多数心理学家以遵守美国心理学协会(APA)制定的职业准则而骄傲。根据这些准则,心理学家必须做到以下三点:(1)医术高、医德好、责任心强;(2)尊重来访者的隐私、尊严、对自己的信任、个人自由等各种权利;(3)保护来访者的权益。此外,职业道德准则中还提出,心理学家应该用他们的专业知识为社会福利事业做贡献。因此,很多职业心理学家在他们居住的社区无偿地做着志愿者的工作(Coon, 2004, pp.27-28)。

三、心理学界的女性

心理学与其他科学一样,在早期和相当长的一段时间里,都是由男性控制的,男性掌握着心理学的话语权。但随着社会的进步,女性在科学和教育领域中的比例越来越大,在心理学中更是如此。在当今美国,女性获得心理学博士学位的比例已经超过 60%,心理学研究生中女性占三分之二,以心理学为主修课的本科生中女性约占 75%。在中国,这种趋势似有过之而无不及。

尽管我们在前文所论及的心理学家都是男性，但女性无疑可以在心理学领域获得成功。1894年沃什布恩(Margaret Washburn, 1847~1930)毕业于康奈尔大学，成为第一个获得博士学位的女性，后来她出版了《动物心理》(The Animal Mind, 1908)一书。但是1895年柯



图1-19 弗洛伊德与女儿安娜

尔金斯(Mary Calkins, 1863~1930)在詹姆斯指导下以非正式学生的身份完成了哈佛大学博士学位的所有课业，并获得优异的成绩，但校方仍然因为她的性别而拒绝授予她博士学位。但她后来成为一位成功的研究者，并于1905年当选为美国心理学会(APA)第一位女主席。莱德-弗兰克林(Christine Ladd-Franklin, 1847~1930)因其对颜色视觉的研究成果，在1906年被评为美国最重要的50名心理学家之一。弗洛伊德的女儿安娜·弗洛伊德(Anna Freud, 1895~1982)继承父业，为精神分析理论和治疗做出了自己的贡献。以上只是早期的几位杰出代表人物，这个名单还可以继续列下去。随着女性心理学专业人员的增加以至在比例上超过男性，女性对心理学的贡献必然会越来越大甚至超过男性。