

《什么是心理学》

图书基本信息

书名：《什么是心理学》

13位ISBN编号：9787300097961

10位ISBN编号：7300097960

出版时间：2008-11

出版社：中国人民大学出版社

作者：[英] 安德鲁·科尔曼

页数：203

译者：陈继文,孙灯勇

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《什么是心理学》

前言

受中国人民大学出版社的邀请，我与该社李艳辉女士一起策划了这套“国外经典哲学教材译丛”，覆盖哲学的各主要学科，按最初的设想，每一门学科选一本比较权威的教科书，同时选一本相应的经典文献读本，其主要意图是：让国内读者知道欧美大学究竟是怎么教哲学的，讲授什么样的内容，是怎么讲授的，教科书如何编撰，等等，以此为国内的哲学教学提供某种参考、借鉴。从词源上说，哲学源出希腊语“philosophia”，即“爱智慧”，它意味着“对智慧的真诚热爱、忘我追求和批判性反省”，因此被称为“智慧之学”。

《什么是心理学》

内容概要

什么是心理学（第3版），ISBN：9787300097961，作者：（英）科尔曼著；陈继文，孙灯勇译

《什么是心理学》

作者简介

《什么是心理学》

书籍目录

第3版前言第2版前言第1版前言第1章 概述 定义 心理学不是什么 学习心理学 深入阅读第2章 超越常识：自我评价测验 指导语 问题 答案和解释 分数的解释第3章 心理学的主要内容 基本研究和应用心理学 心理学研究的主要领域 深入阅读第4章 研究方法与统计 质化研究 个案研究 观察研究 调查法 相关研究 准实验 对照实验 统计：基本思想 深入阅读第5章 心理学的起源与发展 哲学背景 生物学背景 学派的出现 学派时代 深入阅读第6章 把心理学作为职业 心理学教学与研究 临床与咨询心理学 教育与学校心理学 职业与工业组织心理学 司法与犯罪心理学 其他 如何成为一名心理学家 深入阅读索引译后记

第1章 概述 定义 心理学 (psychology) 是一门非常受欢迎、发展非常快的学科。在知识的所有主要分支中，心理学令人奇怪的不同之处在于经常被拼写错。这虽无甚大碍，但有时也会导致一些问题。例如，你想通过查字典来了解心理学一词，但又不确定心理学该如何拼写时，最终可能是查到藻类学 (phycology) 一词的定义 (研究水藻)，或是生理学 (physiology) (研究动、植物的生物学过程)、选举学 (psephology) (有关统计和社会学的选举研究)、心理描述法 (psychography) (记录心理的过程) 以及伪科学 (pseudology) (艺术或科学的谎言) 等。假如你能正确拼写心理学一词，那么就表明你比其他人对心理学的了解已经更多了。心理学一词最早于1693年出现在英国，但直到19世纪中叶才被广泛地使用和理解。它是由两个希腊词心灵 (psyche) 和理性 (1090s) 组合到一起构成的。心灵一词最初的意思是呼吸，后来它也代表灵魂的意思，原因是能够呼吸意味着灵魂还没有离开躯体。在古希腊神话中，灵魂 (soul) 被人性化为一位美丽的姑娘Psyche (用字母P表示)，这位姑娘被爱神 (Eros) 所爱。爱神娶了这位姑娘做妻子。但每次只是在晚上去看望她，并且从来不让Psyche看见自己的脸。一天晚上，这位姑娘的好奇心促使她在爱神睡着时点燃了一盏灯。当她看见爱神的真正面貌时，立刻爱上了爱神。由于被爱神的帅气所惊讶而不小心让一滴热灯油滴到爱神的手臂上，惊醒了爱神。当爱神意识到她在做什么时，便抛弃了这位姑娘。为了重新赢得爱神的爱，这位姑娘经受了許多考验和危险，最终也变成了神并和爱神重新在一起过上快乐的日子。这个神话说明了为什么在很多艺术作品中都用蝴蝶的翅膀或一只蝴蝶来描述心灵。心灵象征着人类的灵魂，在经历了磨难和奋斗而死去之后，又进入了一种新的、更好的境界，就像毛毛虫变成蝴蝶那样。17世纪，构成心理学一词的希腊词心灵的意义被扩大化，包含有精神 (mind) 的意思。另一个希腊词理性 (Logos)，最初的意思是字词，后来也表示讨论或推理的意思。因此，根据心理学一词的来源，从字面上来理解，它表示对精神的讨论或推理。或者像我们现在所说的，是对精神的研究，这个定义可以在一些字典中查到。这一定义看起来似乎很简单，再自然不过，但有两个方面不是非常令人满意。第一，目前的心理学不仅涉及内部的心理过程，也涉及外在的行为。心理学家们甚至研究大脑的机制，其中大部分机制与心理过程只有间接的联系。而且，像反射 (reflexes) 和本能 (instincts) 等现象，从一般意义上来讲几乎与心理没有什么关系。第二，哲学家们认为，那些相信心理和身体独立存在——也就是机器里有灵魂——的人犯了一个分类错误，这种分类错误的依据是身心二元论。分类错误是一种陈述或信念，认为某一分类的事物只有与属于另一类的事物相比时才可以理解。按照此观点，心理能够独立存在于行为之外就是一种分类错误。就像团队的精神独立于团队的成员之外，或者笑容能够脱离面部或身体而独立存在一样。就像刘易斯·卡罗尔 (Lewis Carroll) 在其《爱丽丝漫游奇境》 (Alice's Adventures in Wonderland) 一书中第6章的结尾所描述的，当柴郡猫 (Cheshire Cat) “慢慢消失时，首先是从它的尾部开始，最后才是它的笑容，在其他部分消失后，它的笑容仍会持续一段时间”。由于这些原因，所以当代很多心理学家把心理学定义为行为研究或行为科学。但这种定义也存在一些问题。虽然心理学者们的许多研究结果是建立在对行为观察的基础上，但是他们更感兴趣的是隐含在行为之下的那些不能被直接观察的心理过程，而不是行为本身。为了阐明这一点，我们引用梦的研究例子来说明 (在第2章将会更多地分析梦)。当心理学家们研究梦时，他们观察各种生理过程，包括快速的眼动、睡眠时的肌肉放松、大脑波形的典型特征和男性睡眠中的阴茎勃起等。我们知道这些是梦的一些表现，因为假如把正具有这些表现的人叫醒，他们会告诉我们自己正在做梦；假如在其他的时间把他们叫醒，就不会有这些情形。但是，生理上的表征本身对心理过程是没有什么重要意义的，它们的重要性在于它们与梦中的心理体验相连。换句话说，把心理学定义为行为研究或行为科学的缺点在于容易产生误导。心理学者们经常研究行为的某些方面，目的是为了推论行为之中所包含的思维和情感，假如这些推论是不可行的，那么整个研究的正确性就不复存在。还有一些心理过程，比如思维和记忆等，心理学家也会研究，虽然事实上它们并不必然与任何可观察的行为相伴出现。安静地坐在一个角落里思考或回忆某件事情，而眼睑不动一下是有可能的。因此需要采用间接的研究方法来研究。值得说明的是，间接的研究方法在其他学科中也被采用。例如，天文学家就用间接的方法研究很多不能直接观察的事物。除了光学图像外，他们还经常分析X射线、红外线和来自太空物体的辐射。但是，假如把天文学定义为对来自太空电磁信号的研究就未免显得有些愚蠢，好像是信号而不是物体的本身与本质才是研究的焦点。同样的原因，把心理学定义为行为研究或行为科学也会显得有些不妥，好像心理学家们仅仅对外部的行为感兴趣，而对与外部行为相连的心理过程不

《什么是心理学》

感兴趣。以上原因导致的结果是，没有一个广为接受的心理学定义。但是，对于一本书来说，应该传递书名的主要观点。作者不能逃避他的责任。在此，我认为这个定义几乎考虑到了方方面面：心理学是关于行为和心理的本质、功能与现象的科学。这个定义包含的基本假设是，行为和心理是按照某种我们能够发现和理解的理性规律运行的。支持这一假设的有关证据将在以后的章节中讨论。总会有人反对这个定义，但是把这种争论延续下去将一无所获，因为不可能有一个可以解决所有的问题，并能让所有人满意的定义。对某一词的精确意义进行诡辩只能是浪费时间（在法庭上除外，在那里这一做法可能是非常有用的），认为知道了事物的定义就可以理解该事物的想法是错误的。为了了解什么是心理学，最好的办法是看心理学家们所建议的哪些是心理学方面的内容，哪些是这门学科之外的内容。本书的第2章中包括许多“心理学是什么”的例子。但是，现在首先让我们来看看那些经常与心理学相混淆的方面。

心理学不是什么 心理学经常与另一些学科、职业等相混淆。在此，我将讨论一些经常混淆的方面，以便帮助读者明确什么是心理学，并消除几种常见的错误看法。

精神病学 (psychiatry) 精神病学是医学的一个分支，涉及心理异常 (mental disorders) 的本质、原因、诊断、治疗和预防等。一位精神病学家是一位开业医生，在成为专门的精神病学家，而不是诸如妇科学、心脏病学、全科医生以及其他医学分支专家之前，要经过常规的医学培训。作为一名医学专业者，精神病学家在医院里对精神病人进行治疗，病例由全科医生提供。

心理学和精神病学之间的区别是什么？一般说来，心理学家没有经过医学的培训，整个职业训练是心理学。而且，绝大多数心理学家所做的工作很少与心理异常有关，因为心理学主要关注正常的行为和心理。但这一情景由于临床心理学 (clinical psychology) 的存在而变得复杂化，临床心理学将在第6章中讨论。在实际生活中，有相当大比例的心理学家属于临床心理学家。临床心理学家们在精神病医院或其他地方对心理异常的患者进行治疗。所以在很大程度上，他们的工作性质类似精神病学家。例如一位患有心理异常的人虽然接受了Tweedledum博士的治疗，但这位患者可能没有意识到Tweedledum博士是一位仅具有心理医学 (psychological medicine) 文凭的医生。换句话说，虽然Tweedledum是一位临床心理学家，具有心理学博士学位，但是没有作为一名精神病学者所应有的医学培训。但患者可能会注意到心理学家和精神病学家在治疗方法上的不同。例如，临床心理学家在患者的治疗过程中不会采用医学模式，如药物治疗、ECT (电痉挛休克疗法或休克治疗)，或者精神外科手术 (psychosurgery)。

精神分析 (psychoanalysis) 精神分析是关于心理结构和功能的一种理论。更确切地说是由一些相对松散的理论 and 主题连接在一起，以奥地利医生弗洛伊德 (Sigmund Freud, 1856 - 1939) 的观点为基础而形成的一种心理治疗方法。这一理论最主要的特点在于弗洛伊德强调的无意识 (unconscious) 心理过程和人们用来压抑自己的防御机制 (mechanisms)。一个比较熟悉的例子是俄狄浦斯情结 (Oedipus complex)。许多精神分析学家认为青春期前的男孩由于压抑自己对母亲的性欲望和对父亲的嫉妒而产生这种情结；而女孩则发展了一种镜像情结 (mirror-image complex)，又称为恋父情结 (Electra complex)。虽然现在人们很难接受这些观点，但精神分析的其他一些观点似乎有一定道理。在第4章，我将讨论用精神分析的观点来解释某些非常普遍的心理异常现象的例子。作为一种治疗方法，精神分析主要依据阐明无意识心理过程的四种技术。第一种是自由联想 (free association)。精神分析学者试图创造一种患者可以接受的、不具有威胁性的氛围，让患者消除他们的心理防御机制。然后，鼓励患者想到什么说什么，不要犹豫和带有选择性，也不要考虑这些情感和想法是多么的琐碎或令人害羞。第二种技术是梦的分析 (dream analysis)。依据自由联想，精神分析学者帮助患者解释梦的象征性含义。按照精神分析的理论，梦的所有潜在内容构成了无意识愿望的实现。假如这些内容没有通过象征符号进行伪装，就会对做梦者形成干扰，并将打断睡眠。

第三种技术是动作倒错分析 (analysis of parapraxes)，采用更熟悉的术语说就是弗洛伊德口误 (Freudian slips)。依据所有的行为是心理动机的结果 (有时是无意识的) 这一观点，精神分析学家坚信心灵决定论 (the law of psychic determinism)。他们也坚信该理论不仅适用于有意行为，也适用于口误以及其他显得意外的行为。通过类似于梦的分析的方法，分析压抑的思维与愿望的可能线索来分析行为倒错。

最后一种技术是移情 (transference) 分析。移情是一种依赖性的、像孩子一样的、常常涉及性的一种关系，患者在接受精神分析时会与精神分析师形成这种关系。表现为患者把自己以前对某人的感情关系 (特别是与父母) 转移到分析师身上。精神分析师认为，通过移情分析可以了解患者以前关系的内容。

精神分析治疗需要花费大量的时间。一般一次需要50分钟，每个星期需要几次，这样的过程可能要持续几年的时间。分析的最终目标是确认被压抑的思想和情感，理解压抑的起因，并学会会有意识地、理性地接纳它们。

20世纪早期，当弗洛伊德正在对自己的理论进行实践时，精神分析运动发生了巨大的变化。

《什么是心理学》

当代许多有影响的精神分析学派以弗洛伊德的女儿安娜·弗洛伊德（Anna Freud, 1895 - 1982）、出生于奥地利的英国精神分析家梅兰妮·克莱茵（Melanie Klein, 1882 - 1960）、瑞士精神分析学家荣格（Carl Gustav Jung, 1875 - 1961）、奥地利精神分析家阿德勒（Alfred Adler, 1870 - 1937）等人的观点为基础。他们的追随者分别把自己称为弗洛伊德学派精神分析、克莱茵学派精神分析、荣格学派精神分析和阿德勒学派精神分析等。特别是荣格学派和阿德勒学派与最初的弗洛伊德的理论和方法有非常大的差异。精神分析、心理学和精神病学之间的关系是非常复杂的。精神分析与后两者不同——精神分析者基本的培训包括对自己进行精神分析，但是有些心理学者和精神病学者也是精神分析者。更复杂的是在欧洲大陆和一些第三世界国家，许多心理学者和精神病学者虽然不具有精神分析师的身份，但在治疗方法中或多或少有着精神分析的成分。另一方面，在英国和美国，以及其他一些说英语的国家，许多心理学者持鲜明的非精神分析的观点，甚至对精神分析持敌对态度。

心理测量学（psychometrics） 确切地说，心理测量学是一种心理测验。它包括智力测验（IQ testing）、能力和性向测验（ability and aptitude testing），以及兴趣、态度和人格特质或心理异常等心理测验的应用。心理测量学的历史可以追溯到1905年，当时比奈（Alfred Binet, 1857 - 1911）和西蒙（Thodore Simon, 1873 - 1961）在法国编制了世界上第一套标准化的智力测验。此后，心理测量学很快成为心理学不可或缺的一部分。特别是涉及个体差异和人格的心理学方面，这些内容将在第3章里进行介绍。但是，在当今的许多心理学领域没有用到心理测量，原因在于这些领域主要研究的是一般心理过程，而不是个体差异。虽然这样，还是有一些人错误地认为心理测量就是心理学。可能的原因在于一些学校里涉及的心理学知识，仅仅就是心理测验。人们经常对仅仅通过数字来表现人的本性的方式表示怀疑，例如人的智力和人格等。这种怀疑通常由于对测量的错误理解而产生。总体说来，这些是没有学习过心理学的人。但是对使用心理测量的批评很难如此轻易消除。一些心理学家承认，有时为了社会和政治目的会滥用智商测验。例如在美国，比奈量表对于绝育法的制定具有很大的帮助作用。这一法律禁止异常的、犯罪的人生育。同样在美国，1924年公然叫嚣的种族移民限制行为也是依据心理测量而来。美国通过心理测量认为中东人具有较低的智商水平，从而拒绝成千上万的为了逃避希特勒迫害而试图移民美国的犹太难民。在英国，1944年实施的通过十一级考试（eleven-plus examination）进行分类教育的行为，在很大程度上也是依据智商测验进行的。很多同龄的儿童因为没有通过该测验而不能进入那些为能接受更高教育的学校准备的语法学校，只能进入较差的中学学习。但是即使在这样的学校里学习，他们的智力和能力后来仍然有非常大的提高。

哲学（philosophy） 哲学的一个简单定义就是“想之所想”（thought about thought）。一些非心理学者假定的许多心理学问题，其实是哲学问题。这样的问题不能通过想象的行为观察来解决，而要对其本质进行理性的辩论来完成。下面我们用一些例子来说明这一问题。

心理学中的知觉（perception）（在第2章和第3章中将要讲到）领域研究人们如何通过自己的感觉器官获得周围环境的信息。而哲学的一个分支——认识论（epistemology）也关注人们如何了解世界。但是认识论所解决的问题与心理学中的知觉所解决的问题有非常大的区别。例如，认识论的一个中心问题是归纳法（induction），由18世纪的苏格兰哲学家休谟（David Hume, 1711 - 1776）首先提出。问题描述如下：我们如何通过对特殊现象的观察而获得对世界的一般认识？当我们看到的只是某个特殊苹果在松手后会落到地面时，又如何才能证实所有的苹果在松手后都会落到地面？从休谟开始，哲学家不得不承认，假如从特殊观察归纳出的一般规律不是理性可辩的，那么科学又何以成为可能？请记住科学家只能进行特殊的观察。有人认为科学上许多明显成功的例子证明了归纳的作用，但这种争论是徒劳的，因为它本身就是一种归纳。当我们仅看见科学在特殊的事例中起作用时，怎么能知道它在一般情况下也会起作用？很清楚，通过行为和心理过程的研究不能解决归纳法的问题，或把任何事情都归为归纳，因此这不是一个心理学的问题，而是一个不可分割的哲学问题，只有通过理性的思辨才能解决。

《什么是心理学》

媒体关注与评论

对于那些打算学习心理学的学生们来说，这本书最好不过了。尼克·海伊斯（Nicky Hayes），萨里大学客座高级研究员 它的内容华丽，有许多非同寻常、栩栩如生的例子，而且清晰……它比其他任何出版物更有心理学的味道。福斯（Brain Foss），《当代心理学评论》（Current Psychological Reviews） 应该呼吁那些对心理学感到困惑的学生和真正想知道心理学究竟是什么的业余心理学者都来读这本书。马子勒（John Marzillier），《改变》（Changes）

《什么是心理学》

精彩短评

- 1、对心理学形成真确的认识有帮助。
- 2、比较一般的一本书，没有什么新意，作为普及心理学知识还是可以的
- 3、心理专业入门扫盲简易教程
- 4、入门指导
- 5、一本严谨而有趣的心理学入门书，值得一看。
- 6、对心理学的发展历史,研究方法,基本内容的概括,简易版的心理学介绍书.不过单看这本书的话,可能会对心理学失去兴趣,毕竟专业.在决定发展方向时,最好参考一些相关书籍,例如,武志红的书
- 7、那二十道题...
- 8、9月份开始读心理学了，这本书算是打个基础吧。书不难懂，但也挺专业的。
- 9、简单易懂，作为入门书不错！
- 10、蛮好用 作为入门的导论。
- 11、继续给小圆圆施加鸭梨~~
- 12、我觉得不错~

1、《什么是心理学》的笔记-第74页

关于心理学实际运用的有效性问题有相当多的争论，值得暂停下来更详细地探讨一下。许多人认为，不能提供实际应用的研究是徒劳或无意义的，为研究提供资金的政府部门有时也持这种观点。但是，许多终身致力于基础研究的心理学者们，把这种看法当成是门外汉的观念。问题的关键在于是否值得进行纯粹发现问题的研究，有些人甚至认为提出这种问题是令人震惊的。好奇心是人的自然本能，我们应当尽可能多地了解我们所处的世界，不管研究在实际运用的方面是否有用，这似乎是不言而喻的。当人类学家发现了古代文化的新内容时；当天文学家揭秘了宇宙中遥远物体的神秘性时；当数学家证明了难懂的数学实体时，我们的文化都得以丰富。在文明的社会中，人类学、天文学和数学的基本研究不需要证明是否合理，对于心理学和其他学科的基础研究也同样如此。不管怎样，实际应用有效性的标准是什么？能够增加人类的快乐，就算有用吗？假如是这样，那么艺术、文学和音乐就是最直接有用的学科，而且运动与消遣至少和工程学、商业、法律等学科一样有用。

“好奇心是人类的自然本能”“能够增加人类的快乐，就算有用”，也只有以此为出发点，才出现了那些在基础领域不断耕耘的科学家们。

《什么是心理学》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com