

<<科学心理学>>

图书基本信息

书名：<<科学心理学>>

13位ISBN编号：9787561349908

10位ISBN编号：7561349904

出版时间：2010-6

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：（美）马斯洛 著  
马良诚

页数：310

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：<http://www.tushu007.com>

## 前言

马斯洛说：“我们时代的根本疾患是价值的沦丧……这种危险状态比历史上任何时候都严重。

” 他认为，生活的富足和社会的繁荣，科学技术的进步和文化教育的普及，民主政治的形成和真诚美好的愿望，都没有给广大人民带来真正的和平、友谊、宁静和幸福，这主要是因为物质财富的追求越来越成为社会主流，而对精神价值的渴望却一直未能获得满足。

人们普遍认为：这个社会值得信仰和为之终身奉献的东西太少了，人人都为物质财富的目标而奋斗，一旦得到了，他们很快就会发现这种追求的虚幻性，进而陷入了精神崩溃的绝望。

马斯洛指出许多“成功人士”患有“成功精神症”，惊呼在我们的时代，“文明已??发展到了一个真正濒临灾难的阶段了”。

马斯洛在探讨人性能够达到多高境界的新问题时，他深深意识到，传统科学否认人的价值的极其危险性和全部科学非道德技术化的严重后果。

他发现传统科学具有太多的怀疑论，太冷酷、非人性。

他认为传统科学一直宣称它只关注事实的认识，而不是“一种意识形态，或一种伦理或一种价值体系，它不能帮助人们在善恶之间作出选择”。

当涉及人性对事实的认识时，科学常常表现出一种对潜能、对理想可能性的盲目性。

马斯洛要求科学不能排斥价值，要从人性事实的研究中给人们提供生命的意义和理想。

马斯洛认为一般科学模式都是承启于事物、物体、动物以及局部过程的非人格科学，因此我们认识和理解整体与单个的人物和文化时，它是有限的、不充足的。

非人格模式的科学不能解决个人、单个和整体的问题。

他认为科学是一种人的事业。

作为一种社会事业，它应具有目标、目的、伦理、道德、意图等因素，认为科学本身就是一部伦理学法规，一种价值系统。

主张将价值如事实般得到科学的研究，将价值研究作为一种科学研究，将价值研究转向人性内部，使价值研究深深植根于人性现实的土壤。

马斯洛认为传统科学具有很大的局限性，它无法一般地解决个人的问题，以及价值、个性、意识、美、超越和伦理的问题。

从原则上讲，科学应产生出各种规范的心理科学，诸如心理治疗心理学、个人发展心理学、乌托邦社会心理学，以及宗教、工作、娱乐、闲暇、美学、??济学、政治学等方面的心理学。

这种科学是采取心理分析，使其潜力充分发挥。

马斯洛的真正意图是在扩展科学研究的范围，主要是将科学与价值结合起来进行科学研究。

马斯洛致力于有关人性的科学事实的搜集，试图使价值论的研究立足于科学的基础之上进而成为“价值科学”，以使他的人本主义心理学根本有别于古典的人道主义。

马斯洛科学与价值的理论大多以笔记、谈话、试验、演讲等方式阐述的，整个思想显得比较分散，时间跨度较大，缺少集中归纳总结，而且引用了很多比较晦涩的内容，致使我们一般读者难以全面掌握他的深刻思想，这不能不说是一大遗憾。

## &lt;&lt;科学心理学&gt;&gt;

## 内容概要

马斯洛说：“我们时代的根本疾患是价值的沦丧……这种危险状态比历史上任何时候都严重。”他认为，生活的富足和社会的繁荣，科学技术的进步和文化教育的普及，民主政治的形成和真诚美好的愿望，都没有给广大人民带来真正的和平、友谊、宁静和幸福，这主要是因为物质财富的追求越来越成为社会主流，而对精神价值的渴望却一直未能获得满足。

人们普遍认为：这个社会值得信仰和为之终身奉献的东西太少了，人人都为物质财富的目标而奋斗，一旦得到了，他们很快就会发现这种追求的虚幻性，进而陷入了精神崩溃的绝望。

马斯洛指出许多“成功人士”患有“成功精神症”，惊呼在我们的时代，“文明已??发展到了一个真正濒临灾难的阶段了”。

马斯洛在探讨人性能够达到多高境界的新问题时，他深深意识到，传统科学否认人的价值的极其危险性和全部科学非道德技术化的严重后果。

他发现传统科学具有太多的怀疑论，太冷酷、非人性。

他认为传统科学一直宣称它只关注事实的认识，而不是“一种意识形态，或一种伦理或一种价值体系，它不能帮助人们在善恶之间作出选择”。

当涉及人性对事实的认识时，科学常常表现出一种对潜能、对理想可能性的盲目性。

马斯洛要求科学不能排斥价值，要从人性事实的研究中给人们提供生命的意义和理想。

马斯洛认为一般科学模式都是承启于事物、物体、动物以及局部过程的非人格科学，因此我们认识和理解整体与单个的人物和文化时，它是有限的、不充足的。

非人格模式的科学不能解决个人、单个和整体的问题。

他认为科学是一种人的事业。

作为一种社会事业，它应具有目标、目的、伦理、道德、意图等因素，认为科学本身就是一部伦理学法规，一种价值系统。

主张将价值如事实般得到科学的研究，将价值研究作为一种科学研究，将价值研究转向人性内部，使价值研究深深植根于人性现实的土壤。

马斯洛认为传统科学具有很大的局限性，它无法一般地解决个人的问题，以及价值、个性、意识、美、超越和伦理的问题。

从??则上讲，科学应产生出各种规范的心理科学，诸如心理治疗心理学、个人发展心理学、乌托邦社会心理学，以及宗教、工作、娱乐、闲暇、美学、??济学、政治学等方面的心理学。

这种科学是采取心理分析，使其潜力充分发挥。

马斯洛的真正意图是在扩展科学研究的范围，主要是将科学与价值结合起来进行科学研究。

马斯洛致力于有关人性的科学事实的搜集，试图使价值论的研究立足于科学的基础之上进而成为“价值科学”，以使他的人本主义心理学根本有别于古典的人道主义。

马斯洛科学与价值的理论大多以笔记、谈话、试验、演讲等方式阐述的，整个思想显得比较分散，时间跨度较大，缺少集中归纳总结，而且引用了很多比较晦涩的内容，致使我们一般读者难以全面掌握他的深刻思想，这不能不说是一大遗憾。

## 作者简介

马斯洛（1908—1970），现当代全世界最有影响力的美国心理学家。他是人本主义心理学的主要发起者和理论家，第三代心理学的开创者，智商高达194的天才。1934年马斯洛获得威斯康辛大学博士学位并留校任教。1951年被聘为布兰代斯大学心理学教授兼系主任。第二次世界大战后，马斯洛开始对健康人格或自我实现者的心理特征进行研究。并担任美国人格与社会心理学会主席和美国心理学会主席。马斯洛在其心理学理论中指出：“人在满足了生存、安全的需求之后，就渴望被尊重，希望人格与自身价值被承认。”《纽约时报》评论说：“

## &lt;&lt;科学心理学&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 动机与行为的控制无动机和无目的的反应相对无动机反应的例子理智和冲动的协作方式表现性行为的典型特征决定行为的应对与表现的因素行为控制的可能性应对性行为对环境的影响解释释放行为的途径如何看待行为重复现象解除力不从心的应对方式灾难性行为崩溃的原因自由联想为所欲为的法则塑造高度人性的模式培养完美人类行为的图式第二章 认识与创造的整合减轻焦虑的认知方式认知中的焦虑缓解机制战胜认知病态的有效工具避免焦虑和控制焦虑的手段改善认知者的自知因素知识的可行性和水平性依据经验态度的认知认识人是科学家的任务认识人的最佳途径整体分析认识的效用探讨高级问题的益处认知与畏惧的辩证关系认识人是为了预测和控制人吗突破经验世界的防御优秀认识者的认知途径经验的某些性质和特征清除人性哲学弊端的做法来自辛那侬的启迪使人失明的经验先天性优先于抽象知识的经验“证明”抽象认识和理论认识的整合如何科学地体验存在事物经验主义和程式化的认识原样意义和抽象意义的认识积极理解和解释的手段生活的原样意义的认识合法解释和原样理解的认识感知对结构的承受沉思事物存在的方式作为科学范式的人际知识调动工作热情的力量人际关系中真理的形成放任的客观与关切的客观趋向自我实现的创造态度创造性达到最佳整合的途径克服创造中的情绪障碍第三章 科学与心理的研究科学家的心理动机科学的心理概述破除科学一元论的途径研究科学心理学的意义科学人性化的驱动力建立研究科学的新模式功能自主的科学防御手段如何防御抗拒病态恐惧衡量知识最后阶段的标准新型科学家对事物的旁观认识理解现实世界的方式如何超越科学世界的混乱了解事物本性的途径科学中的问题中心与手段中心手段中心与科学上的正统阻碍新技术发展的绊脚石科学的去圣化和再圣化好心情的科学家心理学的原始材料整体分析的方法论整体动力学的观点人体心理症状合理解释症候群概念的界定人格症候群的特点人格症候群的组织结构各种症候群之间的关系人格症候群及行为症候群资料的逻辑表达和数学表达第四章 生存与价值的转向使价值具有生命力的模式人的价值科学的可能性建立科学的价值观念超脱价值的科学科学中的价值服务体系塑造实现价值科学的文化价值经验的文化因素稳定价值科学不平衡性的方法创造性无私之爱的力量人类生存的客观有效价值创设适合生存的价值观念人本主义的生存价值方法

## &lt;&lt;科学心理学&gt;&gt;

## 章节摘录

无动机和无目的的反应 我们将探讨奋斗（工作、竞争、成功、尝试，以及目的性）和存在形成（存在、表现、自我实现）之间在科学上便于使用的区别。

当然，这一区别在东方文化和宗教中是常见的，例如在道家中就是这样。

在我们的文化里，一些哲学家、神学家、美学家、神秘主义研究者也这样认为。

然而，我觉得很遗憾，因为我了解到，考虑过“存在”（或某些类似的东西）这一重要甚至是基本范畴的仅有的几个心理学家，是M·韦特海默，K·阿尔德斯坦，H·A·默里，以及像G·奥尔波特，W·沃尔夫，G·墨菲等这样的人格研究者。

一般来说，西方文化是以犹太教和基督宗教为基础的，特别是在美国，主要由清教徒和实用主义精神所支配。

这种精神强调工作、斗争、奋斗、严肃、认真，尤其是目的明确。

像任何其他社会机构一样，从广义的科学到具体的心理学，也难免受文化趋势以及气氛的影响。

由于受美国文化的影响，美国心理学过分实用、过分清教徒化、过分讲究目的，不仅明确地体现于美国心理学的影响和公开宣称的目的中，而且在它未能探讨的空白和所忽略的问题上也有明确的体现。

在教科书里，没有论及嬉戏的欢乐、闲暇和沉思、闲逛和游荡，以及无目标、无用处、无目的的活动的章节。

这就是说，美国心理学仅仅忙于从事生活的一半的研究，却忽视生活的另一半领域——也许是更重要的一半的领域。

或许有人说这是只注重手段价值却忽略目的价值。

这种哲学，几乎包含在整个美国心理学中（包括正统的和修正的精神分析）。

美国心理学一贯根本忽视能动性以及终极体验（这种体验是无为的），而关心那些能完成某些现实的竞争、改变、有效、有目的的活动。

在J·杜威的《评价的理论》中，这种哲学表现得非常明确，甚至达到了巅峰状态。

在那里，目的的可能性实际上被否定了。

目的本身只是其他手段的手段，而后者又是其他手段的手段。

在临床的水平上，我们以下列方式讨论过这一区别的各个方面：我们可以发现，整体论的重要性过于强调因果推论，特别是原子多样化的连续性很有必要，而且对于强调共处和相互依靠也很有必要。

在连锁因果关系中，正如在杜威的推论中一样，甲导致乙的发生，乙又诱发了丙，而丙又是丁发生的原因，如此环环相扣。

这是一类理论的自然产物，这种理论主张任何事情单就其本身来讲没有多大意义。

因果关系理论对于追求成功和技术成就的生活来说是一件适应甚至必要的工具，但对于强调内在的完善、审美体验、享乐、鉴赏能力和自我实现的生活来说毫无用处。

我们认识到，有动机和有决定因素并不是同义的。

例如体质变化，像皮肤晒黑或肉体活动，逐渐成熟的变化，情景的决定因素，还有心理变化，如倒摄抑制、前摄抑制或者潜伏学习，它们都只有决定因素而没有动机。

虽然是弗洛伊德首先混淆了这两个概念，然而精神分析学家们却一直执著地追随这个错误，以致他们不管发生了什么变化都机械地为其寻找动机，例如像湿疹、胃溃疡、笔误、遗忘等。

弗洛伊德的死亡本能理论的主要（如果不是全部）基础是相信动机无处不在。

受伤者接连重复的噩梦看上去并没有目的或价值，并不能满足任何需要，但这个明显的事实动摇不了弗洛伊德对于动机和决定因素的同性的坚定信念，他假定这些梦满足了一个新的死亡动机。

打破这个同一性，接受纯粹非应对性表现的可能性，那么这个死亡本能的假设就站不住脚了。

许多心理现象是需要的满足所产生的无动机的结果和副现象，而不是有目的、有动机和经过学习而产生的变化。

根据我们列举的现象，可以轻易看出后者绝非小错。

我们主张，这些现象完全或部分地是满足的作用，例如心理治疗、态度、兴趣、趣味、价值观、幸福

## &lt;&lt;科学心理学&gt;&gt;

、良好的个人品行、对自我的看法、许多性格特点，以及许多其他心理作用。

需要的满足使相对无动机的行为的出现成为可能，例如在满足后，机体立即允许自己放弃压力、紧张、紧急和必须转而变得闲荡、懒散、被动，享受阳光，装饰，美化，擦洗（而不是使用）坛坛罐罐，消遣，嬉戏，悠闲地注意并不重要的事情，行动散漫，没有目的。

1937年关于熟悉、通晓结果的试验证明，简单的、不求报偿的、重复的接触往往最终导致对于熟悉的事物或话语或行动的偏爱，甚至尽管它们最初是令人厌恶的。

既然这个结果构成了一个关于通过未得到报偿的接触而学习的纯粹的实例，至少那些主张报偿、减轻紧张、顽固的理论家们必须将它考虑为无动机的改变。

从心理学的各个领域证明了形式固定或者标签化的认识与对于具体事物、具有特质的事物和独一无二的事物的新鲜的、谦逊的、被动的道家式的认识，以及不带偏见和假想的认识，没有愿望、希望、恐惧或焦虑的认识之间的重要区别。

似乎大多数认识行为都属于停滞性地、漫不经心地认出陈规旧套或者将它们归类。

这种被动地根据预先存在的成规进行分类与用充分的集中注意力来真实地具体地认识独有现象的多面性之间有着深刻的区别。

对于任何体验的全面的鉴赏和品尝只能来自这样的认识。

如果我们说标签化就是由于该人对未知事物的恐惧而过早地下固定的结论，它的动机就是希望减少和回避焦虑，因此，以积极心态接纳未知事物的人，或者，能够容忍意义不明确的事物的人在感知过程中动机就不如前者那样明确。

墨菲、布鲁纳、安斯贝彻、默里、桑福德、麦克里兰、克莱恩以及其他许多人发现的动机与感觉之间的密切联系，最好被视为心理病理学现象，而不是健康的现象。

坦率地说，这种联系表明机体相对有病。

在自我实现者身上，它减小到最低限度，在神经病和精神病人那里，它达到最高限度，如妄想和幻觉。

可以这样来描述这个区别，健康人的认识相对无动机，而病人的认识相对有动机。

人类的潜伏学习就是无动机认识的一个例子，可以检验这个临床发现。

以某种方法来区分自我实现者的动机生活与普通人的动机生活，是我们对于自我实现的人的研究的明确要求。

他们显然过着一种自我实现、自我完善的生活，而不是寻求普通人缺少的基本需要的满足，前者是成长性动机，后者是匮乏性动机。

因此，他们正处于正常状态，正在发展、成长、成熟，过着某种意义上的隐居生活（例如，与追求社会地位相对），他们并不在一般意义上为改变现状而做努力。

## &lt;&lt;科学心理学&gt;&gt;

## 编辑推荐

“ 马斯洛心理学是人类了解自己过程的一座里程碑。

” 哲学家尼采：“成为你自己！”

马斯洛在自己漫长的生命历程中，不仅将毕生精力致力于此，更以独特的人格魅力证明了这一思想，成功地树立了一个具有开创性的形象。

” 我们真正的自我，我们生活最内在的本质，通过“自我实现”满足多层次的需要系统，达到“高峰体验”。

人对爱或尊重的需要和对真理的需要完全一样，是“神圣的”。

“纯”科学的价值同“人本主义”科学的价值几乎是平等的。

人性同时支配着二者，甚至没有必要把它们分开。

爱和理性完全一样，都是人性的。

成长被看作是一系列日复一日的无尽抉择，每次抉择不是退向安全便是趋向成长。

在这过程中，必须一次又一次地选择成长，必须一次又一次地克服畏惧。

科学不是凭空产生的，它是建立在一定基础之上的，这个基础就是人类价值，而且科学自身也构成了一种价值系统。

人类情感需要、认知需要、表达需要以及审美需要，赋予了科学起因和目标。

如果把爱理解为从分裂走向重新联合的普遍的生活动力，那么，公正就可以理解为重新联合所呈现的形式。

当然，这种公正超越了那种用惩恶扬善来报应的均衡型的公正。

它是一种创造性的公正。

马斯洛需要层次理论： 生理的需要——人们最原始、最基本的需要，如吃饭、穿衣、住宅、医疗等等。

若不满足，则有生命危险。

这就是说，它是最强烈的不可避免的最底层需要，也是推动人们行动的强大动力。

安全的需要——要求劳动安全、职业安全、生活稳定、希望免于灾难、希望未来有保障等。

安全需要比生理需要较高一级，当生理需要得到满足以后就要保障这种需要。

每一个在现实中生活的人，都会产生安全感的欲望、自由的欲望、防御的实力的欲望。

社交的需要——也叫归属与爱的需要，是指个人渴望得到家庭、团体、朋友、同事的关怀爱理解，是对友情、信任、温暖、爱情的需要。

社交的需要比生理和安全需要更细微、更难捉摸。

它与个人性格、经历、生活区域、民族、生活习惯、宗教信仰等都有关系，这种需要是难以察悟，无法度量的。

尊重的需要——分为自尊、他尊和权力欲三类，包括自我尊重、自我评价以及尊重别人。

尊重的需要很少能够得到完全的满足，但基本上的满足就可产生推动力。

自我实现的需要——最高等级的需要。

满足这种需要就要求完成与自己能力相称的工作，最充分地发挥自己的潜在能力，成为所期望的人物。

这是一种创造的需要。

有自我实现需要的人，似乎在竭尽所能，使自己趋于完美。

自我实现意味着充分地、活跃地、忘我地、集中全力全神贯注地体验生活。



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:<http://www.tushu007.com>