



绪论 重要的心理学基础

在研究环境设计心理学之前，大家需要了解一些最基本的心理学知识。学习者只有具备心理学的基础知识之后，才能顺畅地开展环境设计心理学的学习。

关于心理学，有许多耳熟能详的名人名言流传甚广。在此节选几句与设计行当有关的句子作为全书的开端：

认识你自己。——古希腊箴言

灵魂和身体是不可分割的。——亚里士多德

眼睛是“心灵之窗”它用瞳孔的大小变化来适应明暗环境。——达·芬奇

钟声可以使诗人想到他久已酝酿的语言。——达·芬奇

人的一切心理现象来自于人的感觉。——孔狄亚克

色彩感觉是视觉审美的核心，并深刻左右着我们的情绪状态。——阿·勒·格列高里

心理学应该研究可以观察的客观存在的人和动物的行为。——华生

人的知识观念的形成依赖于联想。联想就是将人所具有的知识观念联结起来。——休谟

认知地图是指在过去经验的基础上，在头脑中产生的某些类似于现场地图的模型。

——托尔曼

现代人缺乏归属感，经常体验到孤独和不安全。——弗洛姆

一、心理学概述

1. 心理学的概念

心理学就是研究人的心理活动规律的科学。心理学专门研究人的心理现象，也就是通常所说的精神现象，研究心理现象的本质、作用及其发生发展的规律。

2. 心理学的内涵

人的心理活动极为复杂，为了研究和学习的方便，研究者通常将其划分为心理过程和个性心理两大部分。

根据心理过程的形态和作用，把心理过程分为：认识过程、情感过程和意志过程。这三个过程简称为：知、情、意。认识过程是指人脑反映客观现实的过程，包括感觉、知觉、注意、记忆、思维、想象等过程。情感过程是指一个人对自己所认识的或所操作的事物所持的态度，这些态度体验，包括喜、怒、哀、乐、爱、憎等等。意志过程是指一个人要达到一定的目的，自觉地有计划地深思熟虑地进行的活动的。这三种过程不是彼此孤立地进行着的。

个性心理：它是个人所具有的各种重要的和持久的心理状态。个性心理可分为：个性心理倾向性和个性心理特征。个性心理倾向性是指人们在需要、动机方面有所不同，在信息、理想方面也有很大差异。如需要、动机、信念、理想、世界观决定人对现实的态度和活动的方向，属于个性倾向性。个性心理特征指人的爱好、情绪、性格、智商都有差异。气质、性格、兴趣、能力决定一个人的心理特色，属于个性心理特征。

3. 心理学的研究方法



心理学的研究方法呈多样化的趋势，最主要的方法有三种：

第一种是观察法，它是在自然情况下，有目的、有计划地观察心理现象在活动中的表现，从而分析心理规律。第二种是实验法，它是有目的地严格控制或创造一定条件来引起某种心理现象以进行研究的方法。第三种是调查法，它是通过对被试接触过的人和事进行了解，从而掌握其心理活动的方法。

4. 心理学的种类和研究任务

研究心理学的目的在于探讨心理活动规律，实现对人的心理的正确说明，准确预测和有效控制。心理学研究的任务是多方面的，它研究各种心理现象。心理学的研究领域极其广泛，而不同的类别和分支就有自己特定的研究任务。

(1) 按研究的主体分类。

普通心理学——研究一般正常人的各种心理现象及其基本的一般性规律。

发展心理学——研究个人的心理现象，即从出生到衰老的发生、发展和衰退的过程和规律，着重研究各个发展阶段的心理特色。

动物心理学——研究各种动物的心理，特别是比较各种动物的心理，从而探索心理现象演化和发展的过程及其规律。

比较心理学——比较研究各级动物或各种族、各民族人民的心理。

变态心理学——研究人的各种反常心理现象及其成因。

缺陷心理学——研究有心理或生理缺陷的人（如智力低下者和盲人、聋哑人等）的心理活动及其特色。

(2) 按研究的领域分类。

教育心理学——研究教育领域中有关心理活动及其规律的科学。包括：学习心理学、教学心理学、学科心理学、教导心理学、学校心理学等等。

工业心理学——研究人在工业领域中的各种心理现象，分析人在工业生产中的各种心理因素，以便改善生产条件、安全生产、提高生产效能。包括：工程心理学、劳动心理学。

商业心理学——研究人在购销关系中的心理活动及其规律性，以便改进销售方式和服务态度，从而促进贸易事业的发展。

军事心理学——研究人在军事领域中的心理活动及其基本规律，以便提高军事活动和军事训练的效能。

体育心理学——也被称为运动心理学，它研究人在体育活动和竞赛中的心理特点及其有关规律，为体育教学、体育训练和竞赛指导提供科学的依据。

医学心理学——研究在医疗领域中心理因素在疾病的发生、发展和诊治以及预防中的作用。它包括：病理心理学、临床心理学、心理治疗学、药物心理学。

(3) 按研究方法和研究途径分类。

实验心理学——研究在心理学方面进行实验研究的原理、原则、方法、技术、设备条件、资料处理等问题。

生理心理学——应用生理科学的先进技术和有关知识来探求和说明人的各种心理现象的生理机制。如神经心理学。

心理物理学——研究刺激物的物理属性与感觉的量的属性之间的关系，是实验心理学的



重要基础。

心理测量学——研究各种心理现象的测量方法和测量工具的编制，测量结果和处理等问题。

(4) 按心理学与其他学科的关系分类。

心理生物学——研究心理机能与其他生命过程和生命活动之间的相互关系。

社会心理学——研究个人在社会环境中的行为和心理状况以及个人和社会的相互作用。

心理发生学——研究心理属性的遗传问题和心理发生的问题。

(5) 按研究的专题内容分类。

按研究的专题内容划分，包括感觉心理学、知觉心理学、记忆心理学、思维心理学、情感心理学、个性心理学等等。

除此之外，心理动力学、宗教心理学、民族心理学、犯罪心理学、法律心理学、公共服务心理学、顾问心理学、广告心理学、设计心理学等都是心理学的分支。这正说明在涉及人的关系的各个领域，都有心理学。

5. 心理学的研究意义

(1) 作为研究人类自身的科学之一，对于所有人都是必要的知识；

(2) 心理学是一种带头科学，是每一个领域的研究者都需要的知识；

(3) 心理学知识有助于促进学习，是学子们不可缺少的知识。

二、心理学的发展史

从古至今，人们一直在追问有关心理的问题，并尝试着对其做出各种回答。正是这种不断的追问、不懈的探索，汇成了心理学的发展之路。

1. 西方心理学的发展史

心理学是一门既古老又年轻的学科。在古希腊神庙的台阶上刻着一句话——认识你自己。也就是说很久以前人类就开始了对自身心理规律的研究和探索。但是，心理学被确立为一门独立的学科，时间还很短。可以说心理学正处于少年期。19世纪末期之前，心理学一直是“哲学”母亲孕育的一个胎儿。那个时候，“心理”通常被称呼为“灵魂”“心灵”等。1879年，德国心理学家冯特在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室，这标志着心理学作为一门独立的学科正式独立出来。

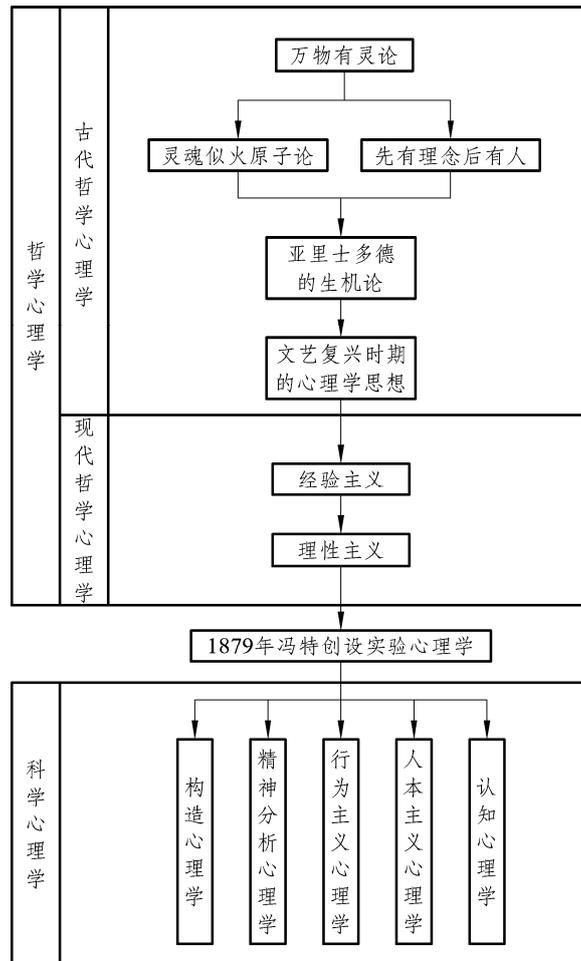


图 1 心理学的发展历程图解

2. 心理学在中国的发展史

心理学在中国的发展与西方不同。中国古代没有心理学专著，但有丰富的心理学思想。

中国的心理学思想按历史发展路线分为三个时期：

第一个时期：先秦至南北朝时期。在这一时期，主要围绕“神和人”“身体和心理”“人性”等问题展开。有一些闪光的心理学思想点缀其间。荀况认为：精神想象是依赖于身体而存在的；墨子认为：人的感知觉是感觉器官接触外界事物的结果；王充则认为：“行朽而神亡”，意为精神离开肉体就不复存在。

第二个时期：唐宋时期。这一时期的心理学思想集中在教育和学习方面。韩愈在《师说》中写道：“师者，传道、授业、解惑也。”朱熹则提倡“胎教”，认为孕妇需要潜心静气，保持心情愉快。

第三个时期：明清时期。这一时期在医学心理方面涉及较多。在此之前，中国人认为人的思想与记忆是在心脏里储存的。清代医学家王清任在其著作《医林改错》中写道：“灵机、记性，不在心，在脑。”意思是人的感觉和记忆靠大脑，而不是前人认为的心脏。

中国近现代心理学发展深受西方心理学的影响。20世纪初，由海外归来的中国留学生带回西方心理学思想；1949年后，介绍并引进了苏联的心理学；而现阶段是全方面学习并研究世界领域心理学，并努力建构本国心理学体系的重要时期。

三、心理学主要流派及其影响

1. 精神分析学派



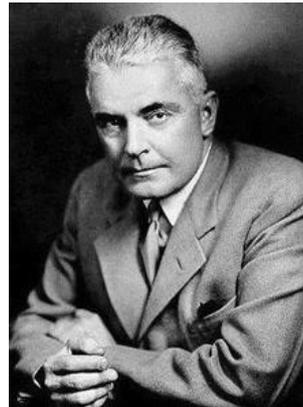
西格蒙德·弗洛伊德 (Sigmund Freud ,
1856年5月6日—1939年9月23日)

精神分析学派是由弗洛伊德创设的心理学流派，它来源于精神病医学研究，却在艺术创作领域具有极为深远的影响。精神分析学派的主要观点是：人的心理包括意识、潜意识和前意识。人的行为不仅受到意识的支配，还受到潜意识和前意识的影响。从精神分析学派中分离出来一个以荣格为首的人格分析心理学分

支。荣格反对弗洛伊德的性归因论，主张集体潜意识对人的行为存在着深远的影响。荣格和弗洛伊德的观点主要有三点分歧。首先是对“力比多”概念的解释，弗洛伊德认为“力比多”是性能量，早年“力比多冲动”受到伤害会引起终生的后果。荣格认为“力比多”是一种广泛的生命能量，在生命的不同阶段有不同的表现形式。第二点分歧在于荣格反对弗洛伊德关于人格为童年早期经验所决定的看法。荣格认为，人格在后半生能由未来的希望引导而塑造和改变。第三点分歧是两人对人性本身看法上的原则分歧。荣格更强调精神的先定倾向，反对弗洛伊德的自然主义立场，认为人的精神有崇高的抱负，不限于弗洛伊德在人的本性中所发现的那些黑暗势力。近现代以来，各类艺术家的创作活动都或多或少地受到了精神分析心理学派的影响。

2. 行为主义学派

行为主义是由美国心理学家华生在 1913 年创立的，也称为“刺激—反应心理学”。行为主义心理学主张研究行为，排斥意识。它是当今世界上最主要的心理学理论。世界上许多的心理学研究中心都以行为主义的理论为基础。环境设计领域



约翰·华生 (John Broadus Watson ,
1878 年 1 月 9 日—1958 年 9 月 25 日)

的许多研究都是在行为主义理论的指导下进行的。比如以同济大学杨公侠教授为代表的环境心理学研究领域，就是把“刺激—行为”和“行为—刺激”的关系引入到“环境—人”和“人—环境”的系统研究中。而环境行为学和人机工程学更是基于自然科学的研究角度展开的环境设计研究，它们倾向于对实际行为的研究，而排斥意识研究。从这一点看，它们也都属于行为主

义的理论范畴。行为主义思想在心理学界依然占据着主导地位，在环境设计领域的影响也极其深远，它在以往的环境设计师的受教育过程中起着支配作用，因此它的影响也是根深蒂固的。

3. 人本主义心理学

人本主义心理学是由美国心理学家马斯洛和罗杰斯创设的。人本主义的理论与人性理论的观点不同，它认为人应该对自己的行为负责任。人有时会对环境中的刺激自动地做出反



亚伯拉罕·哈洛德·马斯洛 (Abraham H. Maslow, 1908年4月1日-1970年6月8日)

应，有时会受制于本能，但人有自由意志，有能力决定自己的目的和行动方向。人本主义心理学家认为心理学应着重研究人的价值和人格发展，他们既反对弗洛伊德的精神分析把意识经验还原为基本驱力或防御机制，又

反对行为把意识看作行为的副现象。关于人的价值问题，人本主义心理学家大都同意柏拉图和卢梭的理想主义观点，认为人的本性是善良的，恶是环境影响下的派生现象，因而人是可以教育提高的，理想社会是可能的。在心理学的基本理论和方法论方面，他们继承了19世纪末 W·狄尔泰和 M·韦特海默的思想，主张正确对待心理学研究对象的特殊性，反对用原子物理学和动物心理学的原理和方法研究人类心理，主张以整体论取代还原论。

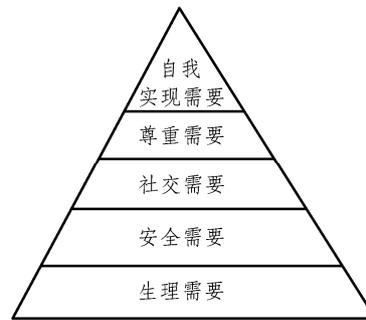


图 2 需要层次理论

人本主义心理学的核心内容有四个方面：

第一，强调人的责任；

第二，强调“此时此地”；

第三，从现象学角度看个体；

第四，强调人的成长。

人本主义心理学的代表人物是马斯洛，他最著名的理论是需要层次理论和自我实现理论。马斯洛认为人的需求由低到高分五个层次，只有实现了较低层次的需要之后，人们才会产生较高层次的需求。他的另一个观点是：人有自我实现的需求。人在自我实现的时候更容易出现高峰体验，这种高峰体验就是人的最佳状态。早年他认为人都有自我实现的需求，但在晚年他又推翻了这一说法，认为只有一部分人有此类需求。人本主义心理学在设计领域受到支持与追捧，是伴随着设计领域人文情怀的提升与人本主义思想的复苏而开始的。

四、与环境设计相关的心理学分支

艺术心理学——通常包括艺术家心理、艺术创作心理、艺术作品心理、艺术欣赏心理、艺术批评心理等。与艺术心理学相近的心理学分支还有：美学心理学和审美心理学。这三种

心理学有相关之处，也有一定的区别。

消费心理学——它是专门研究消费者的行为规律的科学。在环境设计领域，有许多的环节都与消费者有关，因此，了解一定的消费心理学知识，有利于环境设计分析。

社会心理学——这是研究人类在社会生活中出现的各种心理现象的科学。暗示、从众、异化等社会心理现象是它的主要研究内容。

审美直觉心理学——也叫作视觉思维。其代表人物是美国人鲁道夫·阿恩海姆。审美直觉心理学的研究通过揭示视知觉的理性本质，来弥合感性与理性、感知与思维、艺术与科学之间的裂缝。其理论基础是“格式塔”艺术心理学。“格式塔”，简而言之，就是经由知觉活动组织成的经验中的整体。

环境行为学——也叫作环境心理学。它是一门以行为主义的理论为基础来研究人类行为和环境之间关系的学科。它包括那些以利用和促进此过程为目的并提升环境设计品质的研究和实践。环境行为学有两个主要的研究目的：一是了解“人—环境”的相互作用；二是利用这些知识来解决复杂和多样的环境问题。它的主要理论体系包括：刺激理论和控制理论。

五、心理学的常用研究方法

观察法：研究者通过眼睛或观察设备观察记录被试行为规律的方法。

访谈法：研究者与被试进行直接或间接的问答式交流的研究方法。

调查法：通过调查问卷进行数据与资料收集的研究方法。

案例分析法：从医学的“病例研究”借鉴而来的一种个案研究方法。

实验法：从自然科学中借鉴的，用科学实验来进行心理学研究的方法。



统计分析法：运用数学中的各类统计分析手段收集分析心理学研究数据的方法。

内省法：这是研究者从哲学的思辨方法借鉴而来的，通过分析自身的心理活动与行为规律进行研究的方法。

