

心理学研究方法的历史演变与跨学科趋势

孙成鹏

山东艺术学院艺术管理学院, 山东 济南

收稿日期: 2026年2月19日; 录用日期: 2026年3月12日; 发布日期: 2026年3月20日

摘要

心理学是研究人的行为以及心理活动规律的科学。因此几乎所有人文社会科学都与心理学有着这样或那样的关系, 自然科学的许多门类也可以与心理学发展出相互交叉的领域。新世纪以来随着科技发展水平的不断提高以及社会问题复杂化程度的不断加深, 心理学领域的研究方法经历了显著的变革与创新, 从主观的内省发展到客观的实验, 再到综合多学科的研究方法, 不断推动心理学的科学化与实用化。跨学科综合研究方法的出现是历史的必然选择, 它结合了多种学科的理论、工具和技术, 提供了更全面和深刻的理解, 推动了心理学研究的深化和扩展。

关键词

新世纪, 心理学, 跨学科综合研究方法

Historical Evolution of Psychological Research Methods and Interdisciplinary Trends

Chengpeng Sun

College of Arts Management, Shandong University of Arts, Jinan Shandong

Received: February 19, 2026; accepted: March 12, 2026; published: March 20, 2026

Abstract

Psychology is the scientific study of human behavior and the laws of mental activity. As such, nearly all humanities and social sciences are interconnected with psychology in various ways, and many branches of natural sciences have also developed intersecting fields with psychology. Since the turn of the 21st century, with the continuous advancement of science and technology and the increasing complexity of social problems, research methods in psychology have undergone significant transformation

and innovation—from subjective introspection to objective experimentation, and further to the integration of multidisciplinary approaches. This evolution has consistently advanced the scientization and practical application of psychology. The emergence of interdisciplinary comprehensive research methods is an inevitable historical choice. By integrating theories, tools, and techniques from multiple disciplines, these methods provide a more comprehensive and profound understanding, thereby deepening and expanding psychological research.

Keywords

New Century, Psychology, Interdisciplinary Comprehensive Research Methods

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

学者纽厄尔指出：“理解跨学科研究中学科的角色是理解跨学科的关键。”因此，在进一步了解跨学科研究之前，我们有必要先理清一下学科研究方法发展的历史线索[1]。心理学研究方法经历了多个阶段的发展，从哲学思辨到现代跨学科综合研究，逐步形成了系统而多样的研究体系。

首先第一阶段，姑且称之为哲学与内省阶段(19 世纪末之前)。心理学在成为独立学科之前，主要通过哲学思辨和内省法来研究人类心理。研究者依靠自我观察和描述内心体验，试图理解心理现象。笛卡尔就是通过思辨的方法探讨心灵和身体的关系。洛克也强调经验和感知在心理发展中的作用，他认为知识来源于感官经验。第二阶段是实验心理学兴起阶段(19 世纪末至 20 世纪初)。威廉·冯特在 1879 年建立了第一个心理学实验室，标志着实验心理学的诞生。实验方法开始系统地应用于心理学研究，强调客观观察和设定实验条件。威廉·冯特在莱比锡大学建立实验室，进行感知、注意和情绪的实验研究，开创了科学心理学。赫尔曼·艾宾浩斯则通过实验方法研究记忆，提出遗忘曲线和记忆的定量测量。这些都是通过科学实验的方法来进行心理学研究。第三个阶段则是行为主义阶段(20 世纪初至中期)。行为主义者强调可观察行为的研究，排除了内在心理状态的研究。他们采用实验和观察方法，研究刺激 - 反应关系和行为强化原理。华生通过“小阿尔伯特实验”展示条件反射的原理，强调环境对行为的重要影响[2]。第四阶段是认知革命阶段(20 世纪中期至晚期)。认知心理学的兴起标志着对心智能力和信息加工过程的关注。研究方法包括实验、计算机模拟和信息处理模型，研究记忆、思维、语言等认知过程。乔治·米勒通过实验研究短时记忆容量，提出“ 7 ± 2 ”的记忆容量法则。即人类短时记忆的容量大约为 7 个信息单位(即“组块”)，上下浮动 2 个单位。因此，人们一般可以记住 5 到 9 个信息单元。而第五个阶段则是神经科学方法阶段(20 世纪末至 21 世纪初)。随着神经科学的发展，脑成像技术和电生理技术被广泛应用于心理学研究，揭示了心理过程的神经基础。比如达尼尔·卡尼曼和阿莫斯·特沃斯基通过实验和神经科学方法研究决策过程，提出前景理论。该理论指出，决策是基于参考点进行的，损失带来的痛苦大于同等数量收益带来的快乐，人们倾向于高估小概率事件并低估大概率事件。这一理论揭示了人们在决策中的非理性行为，对行为经济学和金融学有重要影响。最后则是跨学科研究方法阶段(21 世纪初至今)。心理学研究逐渐融合了多学科的研究方法，包括社会学、艺术学、历史学、基因组学、计算机科学和工程学等，大数据分析、机器学习和人工智能等新技术也被引入心理学研究。

研究方法从主观的内省发展到客观的实验，再到综合多学科的方法，不光在心理学领域是这样，在其他学科领域也是如此，这是历史发展的必然结果。

就跨学科综合研究方法产生的大背景，二战过后，全球知识界面临着严峻的挑战，既有的知识体系面对深刻的历史现实要做出合理解释已经显得力不从心。国际学术界普遍沉浸在对二战的反思之中，诸如德国、意大利为什么会产生法西斯政权这类问题萦绕于每一个知识分子心中，全球知识界进入反思与重构的年代，同时，世界秩序和社会的重建无时无刻不在提出各种高度综合的现实问题，这些都成为跨学科研究的催化剂。经济合作与发展组织与克莱恩等学者对于跨学科的推动力做了进一步的调查，认为跨学科兴起的推动力包括“普通教育、文科研究和职业培训；社会、经济和技术中的问题解决；社会的、政治的和认识论的批评；整体的、系统的和超学科的研究；借鉴的互补性交流和亚学科互动；新领域、混合团体和机构间的联盟；人才培养与机构规模的缩小等”。经合组织与克莱恩等学者所总结的具体因素，都折射出一个共同的时代背景，即 20 世纪中叶开始，一个更加复杂、更加综合的世界在加速形成(其最重要的原因是知识和技术的进步)，知识生产的模式和配套的社会建制都发生着重大的变化[1]。就心理学领域而言，随着科学研究的不断发展，各学科之间的界限逐渐模糊，学科交叉和融合成为趋势。心理学作为一门综合性学科，天然具有跨学科的特质。跨学科综合研究方法的应用，顺应了科学研究发展的整体趋势，有助于开拓新的研究领域和方法[3]。同时，社会和经济的快速发展带来了许多新的心理和行为问题，如互联网成瘾、心理健康危机和社会孤立等。这些问题的解决需要综合多学科的知识和方法。跨学科研究方法能够将心理学与医学、教育、社会学等领域结合，提供更加有效的解决方案。无论是整个知识界还是具体心理学学科领域都需要跨学科综合研究方法。

在心理学领域中最早提出跨学科综合研究方法的是威廉·詹姆斯。作为美国心理学和哲学的奠基人之一，詹姆斯在 20 世纪初的研究中，就强调心理学应该与生物学、哲学和其他学科相结合，以更全面地探索人类心理和行为。詹姆斯认为心理过程不能脱离生物基础，他在其经典著作《心理学原理》中，探讨了意识、情绪、意志等心理现象，并强调这些现象与神经生理过程密切相关。詹姆斯还主张心理学应研究心理过程的功能和目的，而不仅仅是结构。他的功能主义观点认为，心理活动的主要作用是帮助个体适应环境，这一观点促使心理学研究与生物学、社会学等学科相结合，探讨适应与进化的关系。

詹姆斯的跨学科思想也为后来的心理学发展奠定了基础，促使心理学研究逐渐从单一学科视角走向多学科整合。这一思想不仅影响了早期的功能主义学派，也对现代心理学研究方法的多样化和综合化起到了重要推动作用。继詹姆斯之后，许多心理学家继续推动跨学科综合研究的发展。例如，20 世纪中期的认知革命将心理学与计算机科学、语言学等学科结合，形成了认知科学。现代心理学进一步与神经科学、基因组学、社会科学等领域紧密结合，形成了更为复杂和综合的研究方法体系。

二十一世纪以来，心理学领域广泛采用跨学科综合研究方法，以应对复杂的心理现象和社会问题。结合神经科学、基因组学、计算机科学、社会学等多个学科的理论和技术，推动心理学研究的多样化和深入化。随着计算机科学与人工智能的不断发展，心理学家通过机器学习和大数据分析可以处理和分析大量复杂的数据，预测行为模式，开发个性化心理健康干预。例如，情感分析、心理状态预测和自动化数据处理。而社交媒体和在线平台的数据为研究社会行为和互动提供了丰富的资源。心理学家可以利用这些数据研究信息传播、社会影响力和群体行为的心理机制。

约翰·卡乔波是社会神经科学领域的开创者之一，他通过跨学科综合研究方法，将神经科学与社会心理学紧密结合，研究社会互动对大脑和行为的影响。

在卡乔波看来，社会行为和心理状态不仅仅是心理学的研究对象，还是有其生物学基础的复杂现象。据此，他提出了“社会神经科学”的概念，社会神经科学的目标是理解社会环境如何影响大脑的结构和功能，以及这些神经变化如何反过来影响个体的社会行为和心理状态。卡乔波通过跨学科综合研究的方法，试图揭示社会因素和神经机制之间的双向作用。卡乔波利用功能性磁共振成像、正电子发射断层扫描和脑电图等神经成像技术，研究社会互动对大脑的影响。例如他对孤独感与大脑活动的研究。卡乔波

招募了感觉孤独和不孤独的参与者，通过功能性磁共振成像技术，观察他们在面对不同社会情境时的大脑活动。参与者在实验中观看社交互动的图片或视频，同时进行大脑扫描。研究团队特别关注与情绪处理、社交认知和自我参照有关的脑区，如前扣带皮层、杏仁核和前额叶皮层的活动。通过实验，卡乔波发现，孤独感强烈的个体在面对负面社交情境时，这些脑区的活动明显增强，而在面对正面社交情境时，这些脑区的活动则相对较低。这表明，孤独感会改变大脑处理社交信息的方式[4]。

卡乔波通过跨学科研究发现，孤独感不仅是一种心理状态，还与大脑特定区域的活动变化密切相关。他的研究表明，长期孤独感可以改变前额叶皮层的功能连接性，增加应激反应，从而对身体健康产生负面影响。卡乔波的研究还表明，积极的社会互动有助于维持大脑健康，减少应激和炎症反应，增强免疫功能。他的研究成果在实际应用中具有重要意义，这一发现不仅丰富了对社会关系和健康之间关系的理解，也为社会干预和心理治疗提供了新的科学依据。例如，通过理解孤独感的神经基础，能够开发更有效的心理干预和治疗方法，改善社会孤立者的心理健康和生活质量。

纽约大学心理学教授伊丽莎白·菲尔普斯在2006年发表的文章《Emotion and Cognition: Insights from Studies of the Human Amygdala》中，详细论述了情绪如何通过杏仁核影响记忆和认知过程。通过跨学科的研究方法，结合神经成像技术和实验心理学，菲尔普斯揭示了情绪对大脑功能的深远影响，她的研究重点是情绪和记忆产生的神经基础。她通过跨学科的方法，将神经科学与心理学紧密结合，揭示了情绪如何影响记忆和决策过程。

菲尔普斯利用功能性磁共振成像(fMRI)和脑电图(EEG)等神经成像技术，设计了一系列实验，目的是研究情绪在记忆形成和决策过程中的作用以及杏仁核在情绪处理中的作用。她让参与者在观看情绪化的图片或视频时接受fMRI或EEG扫描，记录他们的大脑活动。实验还包括记忆测试和决策任务，以评估情绪对这些认知过程的影响。通过神经成像技术，菲尔普斯发现，杏仁核在处理情绪信息时高度活跃，特别是对负面情绪(如恐惧和愤怒)反应更强烈。这种情绪化的信息处理方式会增强记忆的持久性，但有时也会导致记忆的扭曲。此外，她还发现，情绪会影响大脑前额叶皮层的活动，从而影响决策过程。

菲尔普斯的研究表明，情绪化事件更容易被记住，特别是那些与强烈情绪(如恐惧或快乐)相关的事件。这种增强的记忆效应主要由杏仁核的活动所驱动。她发现，情绪不仅影响记忆，还会显著影响决策过程。特别是负面情绪(如恐惧和焦虑)会增加个体对风险的敏感度，导致更加保守的决策行为。这与前额叶皮层在情绪调节和认知控制中的作用有关。菲尔普斯还研究了不同情绪调节策略对大脑活动和行为的影响。她发现，有效的情绪调节(如认知重评)可以减少杏仁核的活动，增强前额叶皮层的控制，从而改善情绪状态和决策质量。

菲尔普斯的研究对临床心理学具有重要意义，特别是在治疗情绪障碍(如焦虑症和抑郁症)方面。通过理解情绪和记忆的神经机制，可以开发出更有效的治疗方法，如暴露疗法和认知行为疗法。她的研究也对教育和公共政策有重要影响。例如，通过了解情绪对学习和记忆的影响，可以设计更有效的教学策略，提升学生的学习效果。在公共政策方面，理解情绪对决策的影响，可以帮助制定更合理的政策，减少情绪对决策的负面影响。

积极心理学的创始人马丁·塞利格曼通过跨学科研究的方法，将积极心理学与教育学紧密结合起来。塞利格曼认为，心理学不仅应关注心理疾病的治疗，更应研究和促进人类幸福和繁荣。积极心理学的目标是理解和促进个体和群体的最佳状态。塞利格曼的研究重点在于如何通过心理干预提高人们的生活满意度和心理韧性。塞利格曼开发了“积极教育”项目，将积极心理学的理论和实践引入学校教育。并在积极心理学中提出了“幸福模型”的概念，包括积极情绪、投入、关系、意义和成就。这些元素被当作积极教育的理论基础，强调不仅要关注学生学业成就，还要提升学生的整体幸福感。他结合了教育学的最佳实践和教学策略，如社会情感学习、个性化教育和学生中心学习模式等。这些理论帮助制定了适用于

不同年龄段和背景的学生的教学内容和方法。塞利格曼和他的团队还设计了涵盖积极心理学核心概念的课程内容，如培养积极情绪、建立强大的社会关系和发现个人意义。这些课程被纳入学校的日常教学计划中。塞利格曼还通过随机对照试验来评估积极教育项目的效果。例如，将学生随机分为接受积极心理学课程的实验组和未接受的对照组，比较两组学生在幸福感、心理健康和学业成绩方面的差异。塞利格曼认为老师在教育的过程中发挥着十分重要的作用，他开发了针对教师的培训项目，帮助教师掌握积极心理学的理论和实践方法，提高他们在课堂上应用这些概念的能力。通过培训和支持，鼓励教师在教学中积极应用积极心理学理念，促进学生的幸福感和学业成功。

马丁·塞利格曼通过将积极心理学与教育学有机融合，创造了“积极教育”这一新型教育模式。这种跨学科的融合不仅提升了学生的幸福感和学业成就，还为全球教育系统提供了新的视角和方法。

通过这些例子可以看出，跨学科综合研究方法在心理学领域的广泛应用，为解决复杂问题以及促进人类健康幸福生活提供了更全面更深刻的视角，卡乔波的社会神经科学研究揭示了社会互动对大脑的深远影响，菲尔普斯的研究揭示了情绪对记忆和决策过程的复杂作用，而塞利格曼的积极教育项目则展示了心理干预在提升学生幸福感和学业成就方面的有效性。这种方法克服了单一学科的局限，为研究提供了新的思路和工具，而且跨学科的综合研究方法通过结合不同领域的知识和技术，为学者们提供了新的研究方向，有利于解决单一学科难以应对的复杂问题。例如，菲尔普斯利用神经成像技术揭示了情绪与认知过程的关系，开创了新的研究领域。但是跨学科综合研究的方法也面临着学科壁垒和协调管理的挑战。通过有效的合作和沟通机制，跨学科研究方法在心理学领域展现出巨大的潜力和价值。

前文指出就整个知识界的大背景和心理学领域的发展历程而言，跨学科综合研究方法成为主流是历史的必然选择。跨学科综合研究方法使得心理学研究能够涵盖更广泛的研究问题和领域。例如，心理学与生物学的结合可以帮助理解基因、神经系统和行为之间的关系，需注意遗传与环境因素的交互作用，避免单一决定论倾向，心理学与社会学的结合则有助于研究社会因素对个体心理健康的影响。这种方法不仅扩展了心理学研究的深度，还为解释复杂心理现象提供了多重维度。在研究抑郁症时，通过结合神经科学和遗传学的方法，科学家能够识别出与抑郁症相关的基因和大脑活动模式。这不仅有助于更全面地理解抑郁症的病理机制，还为个性化治疗提供了依据[5]。而且跨学科研究能够将不同学科的理论和方法进行融合，促进新理论的产生和旧理论的发展。例如，行为经济学的出现，就是心理学与经济学的结合，挑战了传统经济学中的理性人假设，提出了更加符合实际的人类行为理论。行为经济学的研究揭示了人类在决策过程中存在系统性偏差，如前景理论所描述的损失规避行为。这些研究成果不仅丰富了心理学理论，也推动了经济学的发展。

跨学科综合研究方法允许研究者采用多种研究方法和技术，从而增强研究的深度和广度。例如，心理学与计算科学的结合，通过大数据分析和机器学习技术，可以处理和大量的心理行为数据，获得更为精确的研究结果。在认知心理学中，使用虚拟现实技术(VR)进行实验，可以创建高度控制的模拟环境来研究注意力和记忆等认知过程。这种方法不仅提高了实验的可控性和重复性，还能模拟现实情境，获得更为真实和丰富的数据。跨学科综合研究方法可以将心理学研究成果应用到其他领域，以提高其实际应用价值。例如，心理学与医学的结合，可以开发更有效的心理治疗方法和药物，心理学与教育学的结合，可以改善教学方法和教育政策。跨学科综合研究方法还促进了不同学科之间的合作和交流，这有助于分享知识、技术和资源，推动共同进步。例如，心理学与信息技术的结合，通过开发心理健康应用程序和智能设备，能够提供便捷的心理服务。开发用于治疗焦虑症的人工智能应用，通过整合心理学的认知行为疗法和信息技术的用户界面设计，帮助患者随时随地进行自我调节和心理干预。这种跨学科合作不仅提升了心理治疗的可及性和便捷性，也为心理健康领域开辟了新的研究和应用方向。

跨学科综合研究方法尽管在心理学领域有诸多优势，但也存在着一些不足，这些不足对心理学领域

的发展可能带来一定的挑战。

首先,不同学科之间有着各自独特的理论框架、研究方法和术语,整合这些差异需要研究者具备广泛且深入的学科知识。这对研究者的学习和适应能力提出了较高要求。心理学研究者可能在短期内难以掌握另一学科的复杂知识,导致研究过程中发生错误。例如,心理学与神经科学的结合,要求研究者既要理解心理学理论,又要掌握神经成像技术,这对于单一学科背景的研究者来说可能难以实现。其次,跨学科来进行研究往往需要更多的资源投入,包括人员、设备和资金。此外,协调不同学科的研究人员合作,建立有效的沟通机制,也是一个重要的挑战。跨学科研究项目可能需要高昂的资金支持,而获得这样的资源并不容易。此外,不同学科的研究人员在合作过程中,可能由于学科背景和研究习惯的差异,导致沟通不畅,影响项目进展和研究成果的质量。最后,跨学科研究方法的评估标准难以统一。不同学科有各自的评估标准和质量控制机制,跨学科研究需要找到一种统一的评估方法,以确保研究质量和可信度。评估跨学科研究的质量时,可能会因为不同学科的标准差异而产生争议。例如,心理学中的实验设计和统计方法可能与计算机科学中的算法评估标准不同,如何综合评估这两者的研究质量却是一大难题。

面对着存在学科壁垒、评估标准不同等现实困难,目前国际学术界与相关的科研资助机构已积累了一系列有效的应对经验。如在2006年,NIH启动的“临床与转化科学奖”计划,目的在全美国60余所高校出资建立跨学科研究中心,要求研究中心联结医学、心理学、社会学、工程学等众多学科团队,并建立“融合性核心设施”,共享神经成像、基因测序、大数据计算等平台。这种实体化的建设机制在很大程度上打破了传统院系的专业壁垒,从而使跨学科合作从“临时拼凑”转向“常态运行”。在2015年爱思唯尔与威立等学术出版机构成立了“跨学科开放审稿平台”,允许来自不同学科的审稿人发表审稿意见。顶级期刊《自然·人类行为》更是明确要求投稿的论文需要附“跨学科方法声明”并在此详细地阐述各学科研究方法的整合逻辑。

对于我国心理学跨学科研究的发展,可以有效参考以上的国际经验。

鼓励科研型高校建立类似“脑与行为科学交叉研究院”或“社会神经科学中心”等实体机构,将教师编制与对于教师的考核权分开,编制留在原学院,但是考核权下放到交叉机构。同时推行“旋转门”策略,允许博士生在导师团队中轮转,每学期至少可以接触到两个不同学科的研究组。在评估方面,对于跨学科研究项目的结题评估,不以论文数量与期刊等级为标准,而是从“理论创新度”“方法整合度”“问题复杂度”“社会转化度”“团队融合度”五个维度来评判,由校内外专家进行综合评议。该体系已在部分高校试点,初步结果显示能够更全面地反映跨学科研究的真实贡献。

尽管跨学科综合研究方法在心理学领域具有重要的应用价值和发展潜力,但其不足之处也不容忽视。这些挑战需要通过加强学科间的沟通与合作,建立有效的资源支持和评估机制,以及培养具有跨学科知识和技能的研究人才来加以克服。只有这样,跨学科综合研究方法才能更好地推动心理学领域的发展,为解决复杂的心理现象提供更全面和深入的理解。

参考文献

- [1] 全国哲学社会科学工作办公室. 跨学科研究: 理论与实践的发展[R]. 2011.
- [2] 黄希庭, 郑涌. 心理学导论[M]. 第3版. 北京: 人民教育出版社, 2015.
- [3] 钟年. 跨学科与心理学研究[J]. 湖北大学学报(哲学社会科学版), 2008(3): 16-18.
- [4] (美)卡乔波, (美)帕特里克. 孤独是可耻的[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2009.
- [5] 高莉玲. 广泛性焦虑及抑郁症之注意的神经心理学研究[D]: [硕士学位论文]. 合肥: 安徽医科大学, 2008.