

性格与人格类型

原著：Nick Totton · Michael Jacobs

翻译：王 倩

审校：贾晓明

北京大学医学出版社
北 京 大 学 出 版 社

心理治疗核心概念系列丛书

性格与人格类型

Character and Personality Types

原 著 Nick Totton
Michael Jacobs

翻 译 王 倩

审 校 贾晓明

北京大学医学出版社

北 京 大 学 出 版 社

Nick Totton, Michael Jacobs

Character and Personality Types

ISBN: 0 335 20639 5

Copyright © Nick Totton & Michael Jacobs

Original language published by The McGraw-Hill Companies, Inc. All Rights reserved.

No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

Simplified Chinese translation edition jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) Co. and Peking University Medical Press

本书中文简体字翻译版由北京大学医学出版社和美国麦格劳-希尔教育(亚洲)出版公司合作出版。未经出版者预先书面许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

本书封面贴有 McGraw-Hill 公司防伪标签,无标签者不得销售。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2006-0468

图书在版编目(CIP)数据

性格与人格类型/(英)托顿,(英)雅各布斯著;

王倩译. —北京:北京大学医学出版社, 2007. 8

书名原文: Character and Personality Types

ISBN 978-7-81116-177-9

I. 性… II. ①托…②雅…③王… III. 性格—类型—

研究②人格—类型—研究 IV. B848.6 B825

(心理治疗核心概念系列丛书)

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 112868 号

性格与人格类型

翻 译: 王 倩

出版发行: 北京大学医学出版社 (电话: 010-82802230)

地 址: (100083) 北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

网 址: <http://www.pumppress.com.cn>

E - mail: booksale@bjmu.edu.cn

印 刷: 北京瑞达方舟印务有限公司

经 销: 新华书店

责任编辑: 冯智勇

责任校对: 金彤文

责任印制: 张京生

开 本: 889mm×1194mm 1/32 印张: 5.625 字数: 138 千字

版 次: 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-81116-177-9

定 价: 18.00 元

版权所有, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

中文版序

去年在北京大学医学部参加一个有关心理治疗的学术活动时，北京大学医学出版社的编辑冯智勇将一套外文丛书放到了我的面前。书有十几本，每本不厚，但看起来却精致、有韵味。一拿起便再没有放下，由此就有了今天的这套“心理治疗核心概念系列丛书”的翻译出版。

作为此套丛书翻译的负责人，我审校了全部书稿，这使我有先睹为快的机会。在翻译和审阅过程中，我常禁不住为书中的精彩话语拍案叫绝，感叹丛书作者对人性的反思，佩服丛书作者拥有的心理治疗的渊博知识和深邃的智慧，也常常产生强烈的共鸣感，引起许多的思考，甚至有一种想与作者进行交流的冲动。由此翻译和审校也就不觉得辛苦，反而是一种愉悦之事。

那么究竟这套丛书具有哪些特点呢？

首先，这是一套强调理论而不是实践的丛书，但是它的精妙之处在于不是空泛地讨论理论，而是特别阐述理论在临床实践中的涵义，看到概念或者理论怎样影响治疗，而治疗又如何影响理论的形成，使理论好似有了生长的沃土，与实践有了很好的结合。

二是，丛书的每一本书籍是以某一心理治疗的核心概念入手，如心理治疗的环境、移情、阻抗等等，从核心概念出发，介绍这一概念的发展脉络。丛书打破学派之间的隔阂，清晰地

介绍不同学派对某一核心概念的理解。因此书的重点是不同理论关于这些名词实质性的观点和差异，而不是某一个理论对这些概念的分类或详细解释。或者丛书所展现的是不同学派理论使用的术语不同，但是可能所指的内涵相同；或者使用的术语相同，但其中的涵义却有差异。丛书很好地阐明了各个学派在治疗患者方面的接近，如人格障碍，表明了各学派是怎样相互的理解与融合的，让人不仅知其然而且知其所以然。

三是，这是一套百科全书式的丛书，每本书关于某一核心概念所涉及的领域极为广泛，从经典弗洛伊德精神分析，到近十几年来最新发展的、前沿的心理治疗理论，甚至包括从古至今的民间习俗、东方文化中的宗教传统。

另外，每本书涉及的学者众多。丛书中所出现的人名曾让我们觉得眼花缭乱，虽然有许多我们耳熟能详的名字，但同时也出现了大量未知的相关学者。这使人不得不佩服作者们渊博的知识以及广博的胸怀，看到他们对其他学者包括对不同领域的努力的尊重。

这套丛书让本人由衷的敬佩，不仅是作者们精深的专业水平，而且是他们对待心理治疗的反思及豁达的态度。本人认为这对刚处于心理治疗与咨询发展初期的中国同行来讲，显得尤为珍贵。

丛书以精神分析学派的学者为多，但在介绍其他学派时，内容极为中肯，介绍自己遵从的学派时客观而平实，显示出一种大家风范。有的书是由两个学派完全不同、观点非常对立，甚至来自不同国家的学者共同完成。其写作方式是针对该书的核心概念某人写作一章，另一人对其写作的内容进行点评，并阐述自己的观点。里面没有相互的攻击、贬低，有的是彼此的尊重，以及相互撞击出的智慧的火花。

丛书由此展现的，也许早已超出了其所传递的知识，更传

达出一种需我们牢记在心的精神和理念，即心理治疗最重要的是让来访者真正受益，而不是表明哪个学派更正确，哪个治疗师更聪明。治疗师和来访者一起对人类本身，对人性进行的有益探索，每位治疗师和来访者为此都做出了重要的贡献。

另一让人尊敬的，是丛书作者的自我反思能力。作者结合所写的内容，不断进行自我反思。这实为心理治疗师的一种境界。目前关于边缘人格障碍（BPD）的讨论很多，即使在中国，培训中个案病例报告也多呈现的是被认为 BPD 的患者，在生活中圈中人不乏给某些人戴上 BPD 的帽子。丛书对这一现象也做了反思，文中写到 BPD 的诊断也许是一种职业上的防御，是专业人员感到压力而戴在来访者头上的一顶帽子，由于我们有话语权，当遇到我们觉得无法理解和面对的个案时，给其戴上一顶诊断的帽子无疑是一种很好的自我保护方法，因为我们的专业能力和信誉受到了挑战，而也许委屈的是来访者。

作者的反思也许给予我们这样的警示，即当一个人的内心是真正比较安全的，对自己有着充分的自信时，会更坦然面对来访者的各种问题，以及所遇到的各种挫折。这远比心理治疗的技术要重要得多。

最后，谈一点翻译的问题。

此套丛书的翻译队伍，是由一个年轻的翻译群体组成，成员均是近几年毕业的心理治疗与咨询方向的博士、硕士。他们不但有着年轻的热诚，而且也有着良好的专业基础以及一定的心理咨询与治疗的实践。为了保证翻译的一致性和准确性，翻译团队几次聚会讨论，对丛书中的人名进行统一翻译，同时对于一些疑难词汇进行反复讨论，对每本书的翻译难点进行集体攻坚，也征询其他同行的意见。由于出版时间的原因，真正翻译此书的时间并不长，每位作者都做了极大的努力，但是由于

经验上、时间上等主客观原因，使本套丛书的翻译难免有疏漏之处，也希望得到读者们的指正。

写作是一个成长的过程，翻译也是一个成长的过程。在共享人类智慧时，愿此书为中国心理治疗与咨询的专业发展贡献微薄之力。

贾晓明

2007年8月

丛 书 序

20 世纪知识和文化生活的一个主要领域是对心理学的研究，当然，无论在东方还是在西方，心理学以实践的形式及具体的人类智慧和见识出现在各种精神世界的创造、文学创作、戏剧，以及治疗艺术和指南中，已经有若干个世纪了。与 19 世纪的小说和戏剧对角色的内心世界和人物关系的浓厚兴趣相一致，精神病学也重新建构了它对人类精神世界的理解，并以足够的勇气挑战精神疾病之谜，鼓励用新的方法来探索心理过程。

在 20 世纪下半叶，心理学对探索人格、心理发展、认知和行为理论产生了浓厚兴趣，同时对治疗实践，更精确地讲，对治疗方法也进行了深入的探索。我们也看到了不同理论和不同流派的治疗师之间的争论，比如，精神分析和行为主义之间的争论，它们与人本主义和超个人心理学之间的争论，以及主要流派内部各分支流派之间的冲突。这些争论在其他学科领域也并不鲜见。这种争论并不令人吃惊，实际上，客观地说这种现象是健康的。它可以使研究更加精确，可以探索更多的治疗疑难心理问题的不同方案，并加深对人类思想、情感和行为根源的理解。虽然如此，几十年来治疗师之间存在的隔阂和鸿沟，阻碍了治疗师们更仔细地观察自己的职责以及观察其他对立的流派，这是令人困惑的。就好比外交官们忽视自己的知识和技巧，而用枪炮来解决彼此之间的争执一样。

心理治疗事业同样也是国际性的。即使在心理治疗的初创

阶段，世界上就有多个创新的中心：巴黎、莫斯科、维也纳、柏林、苏黎世、伦敦和波士顿。很快，在爱丁堡、罗马、纽约、芝加哥和加利福尼亚，各种不同的理论和治疗实践也发展起来了。地理位置的多样性丰富了这一学科，特别是界定了文化和社会的差异，并在某种程度上把心理学的争辩扩大到包括社会和政治这两个维度。

由于地域、研究兴趣的不同，个人差异以及流派之间传统的相互隔阂，心理治疗的发展是互相分隔的。在这种情况下，我们必须提出的是，是否我们在某些时候称之为“心理治疗语言”的东西，实际上只不过是运用特定“行话”来描述相同心理现象、并对各个心理治疗流派进行理论概括的不同语言的混乱组合。或者说，不同流派之间存在真实的差别，因此，在某些时候可以得出结论说，某个流派是正确的，而另一个流派是错误的；还是，“不同的治疗流派适合不同的人或问题，适合某个问题的流派不一定适合其他问题”；还是根据“有效的就是好的”原则，“所有治疗流派都应该获得奖赏”？

20 世纪下半叶不同的心理治疗（及咨询）理论和方法之间出现了一些和解的趋势。这主要是由于来自外部的压力：社会公众和政府的卫生保健计划要求更加负责任地组织这个行业，并达到他们所要求的高标准。正是这种各流派和解的萌芽，激发了创作本系列丛书的动机。在本丛书中，处于心理治疗核心位置的许多重要的理论和概念可以进行跨流派的比较和对比。在不同传统流派中使用的某些概念可能被证实其表达的是相同的概念；其他一些概念可能看上去很相似，但事实上却强调了不同的内容，这些概念对于其他流派来说，也可能有用也可能没什么用处。还有一些术语，表面上看来完全一样，但在两个或多个不同的治疗流派来说，可能有着完全不同的意义。

为了完成本系列丛书的创作，邀请到代表尽可能多的心理治疗传统流派的作者是十分关键的。要做到这一点，同时激发不同流派之间的对话精神，比较理想的做法是丛书中的每一本书邀请两位作者。每位作者，如果可能的话，代表不同的治疗取向。同样重要的是，本丛书要在方法上做到真正的国际化，因此，作者队伍应当是国际化的。20 世纪后期科技发展的奇迹——互联网，既是寻找作者的一个非常有效的手段，也是极为有效的相互沟通的途径，特别是在一本书的两位作者居住在地球两端的情况下。

因此，本丛书代表了在新千年特别激动人心的发展趋势。作为本系列丛书的编辑，当我悄悄阅读在作者之间来回传递的草稿时，发现这种和解的趋势越来越迷人。在本丛书中，读者将会第一次发现，所有主要的心理治疗和心理咨询流派（而不是一部分的分支流派）的主要理论和概念被放到了一起，这样，它们可以被比较、对比并最终得到运用，运用于不同治疗取向之间的争鸣。然而，更重要的仍然是，运用于来访者或患者并使他们获得益处。让来访者不再感兴趣于像打游击一样到处寻求治疗，而是感兴趣于寻求有效的帮助，或者说去寻求能带给他们开启治愈和自我了解的光芒。

迈克尔·雅各布斯

前言

有关性格与人格类型的话题特别适合于写作丛书，就像本书一样。对于学生或感兴趣的读者来说，如何找到方法来穿过心理治疗领域中活跃着的各种性格类型学说组成的丛林，是极为困难的；而如何从较高的视角俯视丛林，找到自己的角度来比较彼此不同的性格系统就更为困难了。本书力求提供这样的观察视角，以及可能的性格类型学说的丛林地图。

有必要先谈谈本书的写作过程。尼克·托顿（Nick Totton）作为首批丛书作者之一，参加了在英国莱斯特郡劳德·艾比地区召开的由部分作者出席的初期会议，对制定本丛书的写作大纲作出了重要的贡献。从一开始，他就十分热衷于承担本书的写作工作，最初他准备与西恩·奥佛（Sean Orford）合写本书，西恩·奥佛的知识背景不仅限于心理动力学取向的治疗，而且还包括东方的心理治疗方法。遗憾的是由于工作压力的原因，西恩不得不退出了写作。后来，当西恩又回到写作项目中的时候，由于后来的其他因素影响了他的承担丛书的写作任务，他为此感到自己的贡献是非常有限的，不过他还是与其他作者共同分享自己的专业知识，并对本书第6章中东方性格类型学说一节的写作做出了重要贡献。

当西恩明确表示不能再从事本书的写作时，迈克尔·雅各布斯（Michael Jacobs）代替了西恩的工作，使本书能够如期完成，不过写作本书的绝大部分资料都是由尼克收集的。核对

和编辑工作由他们共同参与，并且是富有建设性的。

我们对吉姆·戴维斯 (Jim Davis)、阿姆·爱门森 (Em Edmondson)、安德鲁·塞缪尔斯 (Andrew Samuels) 和威廉·魏斯特 (William West) 对本书做出的贡献表示感谢，他们中有的人的贡献是专业方面的，有的人则做出了长期的贡献；我还要感谢所有参加我的后赖希人格分析训练的人们；一并感谢海莲·弗莱奇 (Hélène Fletcher) 无条件的帮助。

尼克·托顿

迈克尔·雅各布斯

目 录

第 1 章 取 向	1
主题, 以及	1
反题*	2
综合体	2
有效的治疗	4
反驳的论据	5
经典类型学说	9
描述的类型学说与因果的类型学说	11
开放的类型学说与封闭的类型学说	13
严密的类型学说与模糊的类型学说	14
躯体的类型学说与精神的类型学说	15
病理的类型学说与风格的类型学说	17
指导的类型学说与容纳的类型学说	18
什么是有效的类型学说	18
第 2 章 精神分析取向的性格学说	20
性格和症状	21
描述取向	21
动力取向	24
结构取向	29
后继的发展	32
埃里克森	32
弗洛姆	34

客体关系理论	35
自体心理学	35
拉康	36
综合体	36
性格——正常还是异常?	38
结论	41
第 3 章 赖希及其后继者	42
性格和关系	42
性格的躯体方面	43
性格的社会方面	47
性格论的创造性	49
赖希性格理论的后继发展	50
不同学派眼中的性格类型	51
治疗中的性格论	51
结论	65
第 4 章 荣格的性格类型学说	67
一个有用的工具	67
四型性格	69
知觉型与判断型	72
外向型与内向型	73
“劣势功能”	76
功能的平衡	77
对荣格类型学说的批判和发展	78
荣格取向的人格问卷	80
假性人格类型和荣格类型学的生理层面	82
希尔曼的激进、正统学说	82
社会和政治意义	83

结论	85
第 5 章 人本主义和基于研究的类型学说	86
意外的收获	86
格式塔：未完成事件	87
马斯洛的需要层次理论	89
交互分析	91
基于研究的类型学	97
左脑、右脑	97
学习的风格	99
谢尔登的体型分类	100
疾病的易感性	102
人格测验	104
结论	106
第 6 章 超个人的性格类型学说	107
四个基本元素	108
星相学	111
医学轮系统	112
阿苏吠陀古印度生命医学	114
七轮人格类型	115
阿苏吠陀心理治疗	119
肯·威尔伯	121
感受和人格	122
九型人格	123
原型系统	124
结论	129
第 7 章 结 论	131
选择性格分类系统	131

78	治疗者的差异性.....	132
88	整合.....	133
88	状态和过程.....	136
78	构成和原因.....	139
88	元素、性格位置和气轮.....	140
18	整合的因果系统.....	143
78	整合的危险性.....	144
	深入阅读材料.....	147
	参考文献.....	147
	索引.....	147

第 1 章 取 向

主题，以及……

我们大家都是不相同的。我们可能要花许多年的时间才能理解内心深处未经检验的信念——人实际上都是相同的，如果人们表现出不同的话，那是因为他们出于固执或恶意在假装不同——对于大多数人来说，这一点是非常难以接纳的，就像传统的英国人在国外时，他们会认为只要他们能够大声地表达自己的想法，重复多次，每个人都能听懂他们的语言。理解这一点十分困难，我们暂且把这一错误的看法放在一边，这会使我们轻松很多。

而从另一方面看，我们大家又是相同的。人类似乎怀着一系列非常相似的需求和天赋来到地球上；同时也经历着一系列相当老套、一成不变的体验。有趣的是，我们似乎努力地将非常不寻常的、奇异的体验或先天的差异与普遍的、标准的模式排列在一起。在许多共性之中，有一点是，我们都需要被他人理解和接纳。

性格和人格类型的理论可以用来阐明上述这两个方面——我们的差异性和我们的相似性。它可以把这两个方面调和成一个似是而非的统一体，差异性与相似性相适合，相似性也与差异性相适合。也许最好的性格和人格类型的理论能够提供一个模型，使我们能够看到个体的差异性是怎样的一