

丛书主编◎叶浩生

H
A
N
S
J
E
Y
S
E
N
C
K



世界著名
心理学家
艾森克

孙灯勇◎著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

丛书主编◎叶浩生



世界著名 心理学家 艾森克

孙灯勇◎著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

艾森克/叶浩生主编, 孙灯勇著. —北京: 北京师范大学出版社, 2013.1

(世界著名心理学家)

ISBN 978-7-303-11637-9

I. ①艾… II. ①叶…②孙… III. ①艾森克, M. W.—心理学—研究 IV. ①B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第197782号

营销中心电话 010-58809014
北师大出版社教育科学分社网 <http://jyxx.bnup.com>
电子信箱 bsdjyxx@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街19号

邮政编码: 100875

印刷: 北京民族印务有限责任公司

经销: 全国新华书店

开本: 148 mm × 210 mm

印张: 6.25

字数: 136千字

版次: 2013年1月第1版

印次: 2013年1月第1次印刷

定价: 18.00元

策划编辑: 周雪梅

责任编辑: 周雪梅

美术编辑: 毛佳

装帧设计: 毛佳

责任校对: 李菡

责任印制: 陈涛

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

丛书总序

心理学的产生和发展是时代的需要，同时也离不开心理学史上一些重要人物的贡献，以及他们在心理学领域作出的杰出成就。2002 年，美国心理学杂志《Review of General Psychology》依据心理学者在心理学领域的贡献，评选出前 99 位心理学家。《世界著名心理学家》丛书就是从这 99 个人中选择出那些更有影响力的心理学家，讲述他们生活的时代背景、个人经历、理论思考，以及取得的成就。希望通过丛书的介绍，读者对心理学有进一步的认识，同时对心理学研究有更深入思考。

心理学的发展是时代精神和心理学家结合的产物。每一位心理学家都是在总结前人思想的基础上，通过自己的努力和发现推动心理学的发展与进步。具体来说，时代的进步为心理学提供了社会历史条件，而心理学家利用这些条件完成了心理学史上的重大变革。“心理学有很长的过去，但只有一个短暂的历史。”19 世纪中叶以后，哲学就已经为心理学积累了丰富的理论概念；生理学领域的成就为心理学提供了基础知识和研究方法；心理物理学的发现为心理学准备了科学的发展模式和方向。最终，冯特的心理学实验室的建立，才把心理学从哲学的娘胎里催生出来，使其成为一门独立的学科。因此，在肯定时代精神的同时，我们无法抹煞心理学家在心理学发展史上的重要作用。

心理学家的成长历程可以作为心理学后继者的参照，

这些人为什么会从事心理学研究？他们是如何为之坚定不移、辛勤付出的？读者或许可以得到这样一些启示。

第一，心理学家对心理学孜孜不倦的追求是取得成功的必要条件。巴甫洛夫是一位“不承认自己是心理学家”的心理学家。他在从消化系统的生理研究转向神经系统的心理研究时，面临着来自四面八方的压力，但是这些都没能改变他的决心。经过长达 30 多年艰苦卓绝的研究探索，巴甫洛夫终于建立了完整的条件反射学说。这种锲而不舍的科学精神是值得心理学后继者学习和借鉴的。

第二，心理学家对信念的坚守是取得成功的保证。弗洛伊德的精神分析理论在他生前就遭人非议，而他死后仍难逃诟病。即使这样，也不能否定精神分析理论从一个独特的视角诠释了人类心理和行为。如果没有弗洛伊德对“力比多”的坚定信念，就可能不会出现心理学的“第二势力”。心理学研究者首先是作为社会人而存在的，一个时代的文化思潮、价值观和科学哲学观都会影响到心理学研究者的热情和研究取向，甚至决定着心理学的研究内容和方法论原则的形成。所以，今天看来，心理学发展史上任何一个理论流派的存在都有其特定的价值。当然，这些心理学思潮的形成都离不开心理学家对心理学研究信念的坚守。

第三，心理学家对实证研究和理论思维的态度是心理学发展的重要因素。一门学科的进步，既需要科学的实验求证，也离不开严谨的理论思维。心理学也是这样，构造主义、行为主义、人本主义等心理学理论都是建立在一定的哲学基础之上的。从某种意义上说，心理学实验是为证实心理学理论而存在的。例如，格式塔心理学的似动和顿悟实验。但是，当前的心理学实验是在寻找和发现问题。

研究者试图把心理学理论建立在大量的心理学实验结论之上，或者说把心理学实验作为发现心理学理论的唯一有效的途径。通过这种途径建立起来的心理学理论更像是无源之水，无本之木。当代心理学再没出现像詹姆斯、马斯洛、科勒这样的心理学大家，也没有出现如行为主义、精神分析、人本主义这样的心理学理论，这与当代心理学重视实验求证，偏废理论思维不无关系。丛书在介绍这些心理学家的章节中列出了“理论背景”板块，一方面帮助读者更好地理解 and 把握心理学理论内容，另一方面也是为了突出理论思考在心理学发展史上的地位。

丛书每本书介绍一位心理学家。编者制定了详细的编写原则和体例要求。丛书作者大多是直接从事有关某一心理学流派，或者是某一位心理学家的理论研究工作。他们在准确把握这些思想理论的前提下，多方面收集材料，力争使内容生动活泼，可读性强。诚然，丛书编者和作者的观点难免会有偏颇、不当之处，还请读者指正。

叶浩生

2012年08月22日于广州大学城小谷围岛

目 录

第一章 导论	1
一、主要理论简介	1
二、心理学史上的地位与贡献	8
第二章 艾森克人生历程	15
第三章 艾森克心理学介绍	22
一、思想渊源	22
二、艾森克心理学体系	31
第四章 理论的应用与实践	163
一、艾森克理论的应用	163
二、艾森克人格问卷的应用	174
第五章 艾森克心理学略评	177
一、贡献	177
二、局限	186

第一章 导 论

一、主要理论简介

上千年前，雅典德尔菲神庙前的石碑上镌刻着阿波罗的神谕：“认识你自己！”这是古代人类借神的口对自己发问：“我是谁？”中国也有一句名言为“人贵在有自知之明”。可以说，“我”对人的存在具有重要意义，离开了“我”，人的行为就无法解释。但是，由于认识上的局限，人们在确定自己究竟是一个什么样类型的人，自己的人格、气质和能力等有什么特点，以及决定学习什么、从事哪一种职业、与哪类人结婚能获得幸福等等，这样一些需要对未来做出重要抉择的事情上，要做出合理的选择，并不是一件容易的事情。对局外人来说，某人的选择不当可能是显而易见的。心理学家通过反复的研究发现，人们做出错误选择最常见的原因是不正确的自我知觉和自我认识，这些人的失败常常源于“认识自己”的失误。正如罗勃特·彭斯的诗所描述的：啊，倘若神明赐予我们能力，以他人之眼来看待自己，多少的过失，多少的愚见，皆可避免，皆可化为云烟。

日常生活中，我们常常听到某些人说自己是外向的，或是内向的。时常也会听到人们在谈论他人时说，某某是外向的，或某某是内向的。当然，日常生活中人们说自己

或他人是外向与内向，很大程度上似乎是凭自己的感觉，及所评价对象的一些具体行为表现来判断的。这些判断与评价在很大程度上缺乏科学的依据。那么，我们如何才能较准确地评估自己是外向或内向的，外向或内向的程度如何？对以下 21 题的回答对了解自己是外向或内向，以及外向或内向的程度会有一定的指导意义。

以下是测试一个人内向或外向的一些题目，共 21 题。每一题的回答没有对错之分，请你根据自己的真实情况作答。

艾森克内外向人格维度问卷

题 目	答 案	
1. 你是否有广泛的爱好？	是	否
2. 你是一个健谈的人吗？	是	否
3. 你认为自己活泼吗？	是	否
4. 在愉快的聚会中，你通常是否能尽情享受？	是	否
5. 你喜欢会见陌生人吗？	是	否
6. 如果条件允许，你喜欢经常外出(旅行)吗？	是	否
7. 你是否宁愿自己看书，也不想去会见别人？	是	否
8. 你的朋友多吗？	是	否
9. 你是一个无忧无虑、逍遥自在的人吗？	是	否
10. 在结识新朋友时，你通常是主动的一方吗？	是	否
11. 和别人在一起的时候，你是否不常说话？	是	否
12. 在一个气氛沉闷的场合，你能给大家增添生气吗？	是	否
13. 你是否喜欢说笑话或谈论有趣的事情？	是	否

- | | | |
|----------------------------------|---|---|
| 14. 你喜欢和别人打成一片，整天相处在一起吗？ | 是 | 否 |
| 15. 当别人问你话时，你是否能对答如流？ | 是 | 否 |
| 16. 你喜欢紧张的工作吗？ | 是 | 否 |
| 17. 你是否参加太多的活动，已超过自己可能分配的
时间？ | 是 | 否 |
| 18. 你能使一个联欢会办得成功吗？ | 是 | 否 |
| 19. 你是否喜欢在你的周围有许多热闹和高兴的事？ | 是 | 否 |
| 20. 别人是否认为你很有活力？ | 是 | 否 |
| 21. 你是一个爱跟人交往的人吗？ | 是 | 否 |

以上是测试个体内向或外向的一些题目，最初由英国著名的心理学家汉斯·艾森克（Hans Jurgen Eysenck, 1916—1997）所编制，后经我国心理学专家陈仲庚教授于1983年修订形成。其中第7题和第11题答案选“否”计1分，选“是”不计分，其他19道题目选“是”计1分，选“否”不计分。修订后的常模为，男性平均分为9.93，女性平均分为9.03。假如你有兴趣了解自己是内向或外向的，请根据自己的真实情况对以上21道题目进行作答，并计算出总分。如果你的各项加起来所得总分超过平均分，那么说明你在内外向这一维度上偏外向。得分越高，越外向；得分越低，越内向。请注意，这一测评结果仅提供参考，如果读者是因为某种特殊的目的需要了解自己的个性，建议你最好去请教心理学方面的专家，他们可以对你进行精确细致的个性测评。

艾森克作为世界著名的心理学家，他一生在人格理论、

智力、社会态度和政治行为的发生，以及行为治疗等多个领域硕果累累，提出了很多具有重要影响力的理论观点，激发着后来的心理学研究者循着他的研究足迹展开更加全面和深入的验证性和创新性研究。在艾森克的众多成就中，对心理学界和现实生活影响最大的、首当其冲是他的人格理论。艾森克曾先后出版多部著作来介绍他在人格领域的研究成果，包括《人格维度》（*Dimensions of Personality*, 1947）、《人格的科学研究》（*The Scientific Study of Personality*, 1952）、《人类的人格结构》（*The Structure of Human Personality*, 1953）、《人格的生物学基础》（*The Biological Basis of Personality*, 1967）等。他反对把人格定义抽象化，在其《人格的维度》一书中指出“人格是生命体实际表现出来的行为模式的总和”。他认为这种行为模式的总和包括认知（智力）、意动（性格）、情感（气质）和躯体（体质）四个主要方面，强调人格具有稳定性和持久性。艾森克在研究人格过程重点研究人格的类型（type）。他认为特质（trait）是观察到的个体行为倾向的集合体，类型是观察到的特质的集合体。他把人格类型看做某些特质的组织。艾森克所提出的人格理论主要是层次性质的一种类型理论。每一种类型结构的层次明确，因此人格就可分解为有据可查、有数可计的要素。这是心理学家们多年来一直探讨而难以确定的难点。许多心理学家认为，在特质和类型的关系上，艾森克解决得相当出色。他把人格结构分为类型、特质、习惯反应和特殊（具体）反应四个水平。最底层的特殊反应水平，是个体对一次实验性试验的反应或在日常生活中所表现

出来的一些最基本的“个别反应”（如最简单的一举一动），属误差因素，紧接着往上是习惯反应水平，例如重复实验或生活情境重新出现时，一个人会以相似的方式作出反应，属特殊因素。特质水平，是由一个人的习惯反应所构成的个人的人格特质，属群因素。最上层的类型水平，是基于人格特质的相互关系而显示的类型（例如，由社会性、冲动性、活动性、活泼性、兴奋性等人格特质构成的外倾类型，由坚持性、僵硬性、主观性、羞怯性、易感性等人格特质构成的内倾类型），属一般因素。受英国传统心理学中相关研究方法的影响，并在斯皮尔曼（Charles Edward Spearman, 1863—1945）等统计学家思想的熏陶下，艾森克在揭示人格的研究中，主要采取实证的相关研究方法。艾森克通过相关的研究范式，运用因素分析的统计方法，提出人类的人格具有三个维度，分别为内外倾（Introversion-extraversion）、神经质（Neuroticism）和精神质（Psychoticism）。艾森克的这一人格理论在心理学界被称为人格的大三理论。艾森克曾和他的第二任妻子在世界上三十多个国家对自己所提出的人格三维度理论进行了验证性研究，并得出结论认为他的这一人格三维度理论在不同文化和国家中具有普适性。艾森克还从生物、生理的角度对自己所提出的人格三个维度的生理基础进行了解释。结合自己所提出的人格三维度理论，艾森克与妻子等编制了艾森克人格问卷，以便测量个体的人格。艾森克人格问卷被多个国家的心理学者翻译和修订，被用于本文化中个体的人格研究和个性测评。

在伦敦大学求学期间，他受英国的高尔顿（Francis Galton, 1822—1911）、斯皮尔曼、伯特（Cyril Lodowic Burt, 1883—1971）等人的心理测量思想的影响，开始从事智力研究。他认为，人是一个生物有机体，其活动同等地受制于生物因素（遗传、生理、内分泌腺）和社会因素（历史、经济等），这一观点决定了他的思想及研究方向。他认为，只强调生物因素或只强调社会因素都会阻碍科学的发展。艾森克曾先后出版专著《了解你的 IQ》（*Know Your Own IQ*, 1962）、《检查你的 IQ》（*Check Your Own IQ*, 1966）、《智力的测量》（*The Measurement of Intelligence*, 1973）、《智力的结构和测量》（*The Structure and Measurement of Intelligence*, 1979）、《智力：一种新的视角》（*Intelligence: the New Look*, 1998）等，来阐述自己对智力的见解。艾森克将智力分为三种，包括生物学智力（biological intelligence）、心理测量智力（psychometric intelligence）和社会智力（social intelligence）。艾森克提出一种整合智力理论模型，认为心理测量智力（即 IQ）处于中心位置，该模型主要是通过流体智力测验获得的。左边最远端是 DNA，是未来发展的基因蓝图。左边的较近端由 DNA 和实际行为之间的生物媒介所组成，即生物学因素。这一原因链导致右边较近端的大脑皮质和中枢神经系统的活动，从而产生不同的结果，例如反应时、检查时等等。最后是产生具有社会性重要意义的右边最远端的结果，该结果是由生物和环境两个因素相互作用引起的，例如学业成绩等。艾森克还从生理的角度对自己所提出的智力理论进行了解释。

除了人格理论、智力方面的研究外，艾森克还对创造力、行为治疗、社会态度和政治行为等进行了研究。艾森克认为人格的精神质维度和创造力之间具有因果关系，并采用过度包括（overinclusiveness）和潜在抑制（latent inhibition）等来解释创造力的形成机制。艾森克反对精神分析，认为精神分析效果不如安慰剂的作用。他主张行为治疗方法，采用巴甫洛夫 A 型条件反应和巴甫洛夫 B 型条件反应来解释为什么有些已形成的条件反应在没有强化条件的作用下会马上发生消退，而另一些已形成的条件反应，在仅呈现条件刺激的情况下，条件反应并不是立即发生消退，而是先出现增强现象，艾森克把出现这一现象的时期称为潜伏期。艾森克认为，当最开始形成的条件反应强度大于关键强度点时，最适合的治疗方法是满灌疗法，如果最开始形成的条件反应强度小于关键强度点，采用系统脱敏的方法进行治疗效果会更好。艾森克在《政治心理学》（*The Psychology of Politics*, 1954）一书中对社会态度与政治行为等进行了详细的分析性和验证性研究。艾森克提出社会态度的层次结构模型，认为社会态度由四个层次构成，分别为特定意见层、习惯性意见层、社会态度层和意识形态层。最底层为特定意见层，许多特定意见形成习惯性意见，多种习惯性意见又构成社会态度，各种社会态度形成最高层的意识形态层。社会态度由两个维度构成，分别为激进主义对保守主义、心地倔强性（Tough-minded）对心地柔和性（Tender-minded）。艾森克借鉴赫尔（Clark Leonard Hull, 1884—1952）的学习理论来解释政治行为，认为政治行为主要通过学习得来的。想要了解一个人的社

会态度，仅测量外在的行为反应是不够的，还应了解该个体的动机强度。只有在对个体的外在行为反应与动机强度均比较了解的情况下，才能比较准确地测量出个体的社会态度。在艾森克的晚年，他开始转向神秘主义，探讨超心理学（parapsychology）和占心术（astrology），并提出了自己的一些见解。

二、心理学史上的地位与贡献

艾森克是世界上最著名的心理学家之一^①。由于艾森克的影响，心理学的“伦敦学派”进入到了 21 世纪^②。艾森克在心理学的很多方面都有所建树，而在人格和个体差异方面的贡献最为突出。在当时世界上所有活着的心理学家中，他是文献被引用最多的一个^③。备受欢迎的美国心理学期刊——《普通心理学评论》（*Review of General Psychology*）曾作了一项对 20 世纪的心理学家知名度进行评比的调查研究，结果表明在前一百名最著名的心理学家中，艾森克居第 13 位。艾森克继斯皮尔曼、伯特之后，领导着英国伦敦大学心理学系继续向前发展。他治学态度严谨，在科学研究上，他非常认真、细致。他常常运用自己的统计学知识，对其他学者的研究数据和结果中所存在的

① Sternberg R J. Hans Eysenck (1916—1997): a tribute. Ablex Publishing Corporation, 1997.

② Rushton J P. A scientometric appreciation of H. J. Eysenck's contributions to psychology. *Personality and Individual Difference*, 2001; 31.

③ Furnham A. Contribution to the history of psychology: CX-IV. Hans Jürgen Eysenck, 1916—1997, 1998; 505.

错误进行指正。他那种为了求真而勇于与别人辩驳的精神，也是难能可贵的。例如，他认为智商在很大程度上是由遗传因素决定的，因此导致很多人认为他是一个种族主义者、纳粹主义者等，但他不以为意。他认为科学研究强调的是真实，而不是为了迎合某些人或某个政治集团的利益。由于他在科学研究上好斗的性格，因而被其他的心理学者称为心理学中的斗士。艾森克自己也写道：“从青年时代的反纳粹主义，到反对精神分析，倡导行为治疗和遗传研究，及到最近在很多问题上的看法，我发现自己通常反对那些已经建立起来的理论。”“在这些问题上，我希望大多数的观点是错误的，而我自己的是正确的。”^① 所以一些心理学者认为艾森克是一个被很多人敬爱，却又让人又恨又敬畏的心理学家。由于他在个体差异研究方面的突出成就，艾森克 1988 年获得美国心理学会（American Psychological Association, APA）所颁布的荣誉奖；1994 年获得了美国心理学会最佳引用奖；由于他毕生对临床心理学作出的贡献，1996 年获得美国心理学会临床心理学分会百年纪念奖；1994 年获得美国心理学协会（American Psychological Society, APS）颁布的詹姆斯奖。

艾森克对心理学的贡献是广泛和显著的。艾森克处于最有影响和成就显著的心理学家之列，被许多人认为是 20

^① Eysenck H J. Development of a theory. In: Spielberger C D. Ed., Personality, genetics and behavior: Selected papers. New York: Praeger, 1982: 298.

世纪后 50 年代中最伟大的心理学家^①。在艾森克逝世之前，他是世界上研究成果被引用最多的心理学家。他一生出版了 79 部著作，发表了 1000 多篇文章。以致他的博士生导师伯特曾经把艾森克叫到身边并警告艾森克，说艾森克出版的书太多，那样做会显得他没有绅士风度，也是不合适的。艾森克的创造性工作表现在对许多同时代的研究者们所未接触的主题的研究。从动物行为的遗传到政治心理学，到最后的超心理学的可能性，艾森克的研究结果均具有一定的深度和权威性。艾森克所有的贡献中，最有影响的研究主题是人格。20 世纪 30 年代，人格的研究领域中占优势的取向为精神分析，以测量为基础的人格研究取向非常少。此时，艾森克对人格维度的测量与研究，准确定义了人格结构的基本可测量的维度，形成强有力的心理学或生物学理论的框架，现在被认为是人格研究历史上最重大的成就。艾森克认为人格处于心理学的核心位置，并把他人格理论和研究引用到心理学的许多主题上，包括性、爱、婚姻、艺术、运动、学习、认知、智力、教育、政治行为、气质、情绪、犯罪和暴力、商业、工作和休闲，以及占心术和超心理学，并在这些领域的许多之中成为领导性的研究者。艾森克的人格维度，特别是内外倾和神经质，在许多国家和语言中，采用多种方法进行了重复性的科学检验。一百年前，心理学家们对人类本性中最复杂的方面——人格的了解微乎其微。而今天，由于艾森克对人格进行定量的研究，使得人

^① Farly F. Obituaries; Hans J. Eysenck (1916—1997). American Psycholoigst, 2000, 6: 674~675.