

为众多领域带来重要变化的原创巨献
全面介绍气质理论的经典作品首次译为中文

气质论

TEMPERAMENT
THEORY
AND
PRACTICE



[美] 斯泰拉·切斯 医学博士 Stella Chess, MD. 著
[美] 亚历山大·托马斯 医学博士 Alexander Thomas, MD.

谭碧云 译

气质论

TEMPERAMENT THEORY AND PRACTICE



[美] 斯泰拉·切斯 医学博士 Stella Chess, MD. 著
[美] 亚历山大·托马斯 医学博士 Alexander Thomas, MD.

谭碧云 译



上海社会科学院出版社
SHANGHAI ACADEMY OF SOCIAL SCIENCES PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

气质论 / (美) 斯泰拉·切斯, (美) 亚历山大·托马斯著; 谭碧云译. —上海: 上海社会科学院出版社, 2017
书名原文: Temperament: Theory and Practice
ISBN 978-7-5520-1937-7

I. ①气… II. ①斯… ②亚… ③谭… III. ①气质—通俗读物 IV. ① B848.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 058453 号

Copyright© 1996 by Brunner/Mazel, Inc.

Authorized translation from English language edition published by Routledge, an imprint of Taylor & Francis Group LLC; All rights reserved; 本书原版由 Taylor & Francis 出版集团旗下, Routledge 出版, 并经其授权翻译出版。版权所有, 侵权必究。

本书中文简体翻译版授权由上海社会科学院出版社独家出版并限在中国大陆地区销售。未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

本书封面贴有 Taylor & Francis 公司防伪标签, 无标签者不得销售。

上海市版权局著作权合同登记号: 图字 09-2017-121

气质论

著 者: [美] 斯泰拉·切斯 [美] 亚历山大·托马斯

译 者: 谭碧云

责任编辑: 赵秋蕙

封面设计: 主语设计

特约编辑: 陈朝阳

出版发行: 上海社会科学院出版社

上海市顺昌路 622 号 邮编 200025

电话总机 021-63315900 销售热线 021-53063735

http://www.sassp.org.cn E-mail: sassp@sass.org.cn

印 刷: 北京中科印刷有限公司

开 本: 889 × 1194 毫米 1/32 开

印 张: 8

字 数: 130 千字

版 次: 2017 年 5 月第 1 版 2017 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5520-1937-7/B · 215

定价: 42.80 元

版权所有 翻印必究

目 录

Contents

第一部分 气质理论与实践的基本概念

在过去的几百年里，对个体行为差异的解释基本上无外乎两个观点——天性或教养。第一种观点把新生的婴儿看成是小矮人，也就是说一个缩小版的成年人。而第二个观点则认为新生儿是一块白板，等着环境给他施加影响，直到成人的性格完整地蚀刻其上。

第1章 引 言 ... 003

第2章 气质的最初概念 ... 007

第3章 最初的假设 ... 015

第4章 第一次研究尝试：从失败到成功 ... 023

第5章 纽约纵向研究（NYLS） ... 027

第6章 数据分析与气质及其分类的定义与评级 ... 037

第7章 气质调查的临床访谈 ... 049

第8章 拟合优度的概念 ... 061

第9章 父母指引 ... 077

第二部分 气质理论的新应用与实践

桑德拉在孕育与出生时都非常顺利，家庭也稳定健康。但是在她两个月的时候就显示出，照顾她并非易事，无论是睡眠、进食、情绪还是适应变化方面都如此。她的父亲是一位知名的发展心理学家，通晓气质理论。他很快就意识到，桑德拉的行为显示出典型的棘手气质特征。

- 第 10 章 气质理论与实践自 1970 年来的迅速发展 ... 097
- 第 11 章 与气质有关的父母与孩子教育 ... 101
- 第 12 章 气质项目中的预防与早期干预 ... 111
- 第 13 章 克塞尔永久气质项目 ... 123
- 第 14 章 新的心理健康职业：气质咨询师 ... 131
- 第 15 章 气质与学校教育 ... 137
- 第 16 章 气质与儿科实践 ... 151
- 第 17 章 气质与护理实践 ... 161
- 第 18 章 儿童气质与心理治疗 ... 169

第 19 章 青少年气质与心理治疗 ... 177

第 20 章 成人气质与心理治疗 ... 187

第 21 章 气质与残疾儿童 ... 201

第 22 章 气质的生理学研究 ... 215

第 23 章 气质与文化 ... 219

第 24 章 气质的连续性和可变性 ... 225

第 25 章 未来展望 ... 235

原书参考文献 ... 237

第一部分

气质理论与实践的基本概念

Basic Concepts of
Theory and Practice of
Temperament

第 1 章

引 言

现在人们普遍认为，在影响行为的心理机制中，气质是最基本的一个方面。婴儿、儿童、青少年和成年人的气质特点使他们各自呈现出不同的行为特点。这些理念得到普遍接受被认为是托马斯和切斯发表他们长期调查结果报告的结果。此次调查——纽约纵向研究（New York Longitudinal Study, NYLS）——从 1956 年开始，一直延续到近几年。

在这以前，一些研究者和临床医生都对孩子的个体行为特点提出了自己的观察结论。在 20 世纪 30 年代，几名在儿童发展方面的先锋——舍丽（Shirley）（1933）、吉赛尔（Gesell）与爱美斯（Ames）（1937）便发现个体婴儿之间的

具体差异。弗洛伊德 (Freud) (1937, 1950) 断言, “每一个自我从出生开始就拥有自己特有的性情和偏好。” (vol.5, p.316)。巴甫洛夫 (Pavlov) (1927) 推测, 后天的行为发展是以与生俱来的特定神经系统为基础的。

20 世纪 40 年代和 50 年代出现了许多研究, 报告在婴儿与幼童身上发现他们在具体的、互不相干的功能领域如感知反应 [伯格曼 (Bergman) 和艾斯卡罗拉 (Escalona), 1949]、运动性 [弗莱斯 (Fries) 和伍尔夫 (Woolf), 1953]、驾驶天赋 [阿尔伯特 (Alpert)、努巴尔 (Neubauer) 和威尔 (Wiel), 1956]、感情强度 [梅里 (Meili), 1959] 等存在个体差异。大卫·列维 (David Levy) (1943) 是最早的一家儿童心理健康诊所的主任, 他发表了一篇有关男孩的开创性的调查报告, 表明一些男孩的行为问题看起来与母亲的过度保护有关。而由于每个孩子自身的行为特点不同, 又会出现两种重大结果。被动的孩子成了“听话的机器人”, 而武断、好斗的男孩子则会变成家庭小暴君。

这些各式各样的调查报告都强调了一点: 个体差异看起来在出生时就已存在, 这些差异会受到后天个人经历的影响, 但却不是由后天的因素决定的。

此外, 在对儿童行为问题的根源和演变进行研究时, 一些在加州大学伯克利分校 [马克法兰 (McFarlane)、艾伦

(Allen) 和洪兹格 (Honzing), 1962]、费尔斯研究所 (Fels Institute) [卡甘 (Kagan) 和摩斯 (Moss), 1962] 和美林格诊所 (Menlinger Clinic) [墨菲 (Murphy), 1962] 的工作人员, 开始认识到了进行纵向研究的必要性。我们现在对正常行为和不正常行为的认知, 离不开这些中心机构所做的纵向研究。这些研究指出了儿童的气质特点与其受到的教养之间的相互作用。但是, 这些研究要么由于样本太小, 要么由于缺乏对儿童的系统性精神学评估导致无法做出总体概括, 使它们的价值受到影响。

在这些具体的专业性研究报告以外, 有经验的父母、幼儿护士和儿科医生在他们照料婴儿的过程中也经常会发现, 在出生后的数周里, 不同的婴儿就会表现出惊人的行为差异。但是没有人将这些观察结果纪录到正式或系统的研究里。

在那些年的专业研究领域, 研究者们的研究过于狭窄和局限, 无法提供基础让人全面理解幼年时代的行为差异以及这些差异对心理发展的影响。

气质的最初概念

在过去的几百年里，对个体行为差异的解释基本上无外乎两个观点——天性或教养。第一种观点把新生的婴儿看成是小矮人，也就是说一个缩小版的成年人。而第二个观点——教养——则认为新生儿是一块白板，就像17世纪的英国哲学家约翰·洛克说的——一块纯洁的白板，等着环境给他施加影响，直到成人的性格完整地蚀刻其上。在这场天性与教养、遗传与环境的争论中，遗传决定论这一观点一直到19世纪都占据上风。但是从20世纪开始，在弗洛伊德、巴甫洛夫和许多研究儿童发展的学者大量研究的影响下，教养的概念才开始对原来的观念产生影响。这一观念继续巩固，并从20世纪20年代开始，在儿童成长

学中占据了主要地位。

到 20 世纪 50 年代早期，环境决定论的观点被普遍认可，只有少数人还不认同。任何从生理学方面对儿童行为所作的解释都被普遍认为是与心理发展背道而驰的。

这便是我们在 20 世纪 40 年代被灌输的观点——孩子行为上的差异都是因为环境，这种环境一般指母亲，虽然有时也包括一些家庭以外因素的影响。但是，我们在对新病人进行的临床实践中发现，那些标准的理论根本不起作用——无论是精神分析（psychoanalysis）、行为主义（behaviorism）、学习理论（learning theory）还是依恋理论（attachment theory）。许多年轻的妈妈用不必要的愧疚感和自我谴责来折磨自己，因为不管孩子出现了哪些被视为不正常的行为，那些权威的专家们宣称，不管是从哪种理论来看，母亲都难辞其咎。

一位妈妈，T 夫人来找过我（斯泰拉·切斯），她就是一个可怕而典型的例子。她是那些被武断地定义为“坏妈妈”人群的真实写照。她觉得非常痛苦和愧疚，因为她认为 8 岁的儿子彼得患有“严重的心理障碍”，他的未来堪忧。她坚信这是由于她的抚养方式不当造成的。她精通心理学理论，反映说彼得在表达愤怒和敌视情绪方面有着严重的问题。当她准备好对付这个“糟糕的两岁孩童”时，这个

早期的阶段却平静地过去了。他很少发脾气，并且是一个讲理的小孩子，懂得限制自己的行为，总是做好自己应该做的事。当他跟别人辩论时，总是非常理性并且不带任何怒气。T夫人小时候经常由于调皮好斗而受到大人的责骂，于是决心自己不要成为一个压制性的妈妈。安娜·弗洛伊德（Anna Freud）的理论将小孩子在这个阶段挑战权威的特点描述得活灵活现。而现在，这位夫人的儿子却很安静很乖，完全没有体现出这一特点。没有其他的“症状”。彼得有许多好朋友，他跟他们总是玩一些活跃的游戏，但他更加喜欢阅读、在学校学习、与他父亲进行交谈。他不做噩梦，没有学习障碍，不胆小，也没有恐慌症。他勇于面对新的体验。他爸爸不认为这个孩子有什么问题，而且他也发现T夫人不管对彼得还是对比彼得更顽皮的小儿子的方法都很少有什么错误。

我与彼得进行了一次通过玩耍而进行的咨询，过程中他很自然地开始与我讨论问题：恐龙是怎样灭绝的？宇宙大爆炸理论是什么？为什么当他与朋友们忙着下棋的时候，妈妈总是叫他们出去玩？他的言论表现出一个正常8岁男孩应有的广泛兴趣和智力水平。

真正的问题在于说服T夫人，让她相信正常的孩子也有各种各样不同的行为方式。彼得不太喜欢表现，好动程

度适中，坚持自己的兴趣爱好，轮到自己倒垃圾时从来不会忘记。他跟他那好动、健忘、好打打闹的弟弟丹尼斯一样正常。劝说 T 夫人接受和欣赏彼得的方式不仅仅是为了让她安心。实际上，她已经开始让彼得觉得她不认可自己。我意识到，T 夫人读过的心理学书籍向她展示了一个正常孩子的模板，让她认为好动、喜欢争辩的孩子才是正常的，她努力想释放儿子所谓被压抑的攻击性，事实上却打击了他保持自己行为方式的信心。

这次面谈中的探讨总算有了好结果。这位母亲最初有些怀疑，但在几次见面以后，在她丈夫的帮助下，她终于放松下来，开始欣赏这个安静而上进的孩子。

当然，在某些情况下，一个孩子的行为问题的确是由于母亲的养育不当，或者其他病态环境因素引起的。而另外一些时候，有一些孩子在父母严重干扰、家庭关系不正常和社会压力的情况下，仍然能保持健康的心理。其中一个例子尤为显著。一对父母曾经由于严重的婚姻问题咨询过我（亚历山大·托马斯）。他们中间的几乎任何一点小分歧都会扩大到大喊大叫、相互诋毁。这对父母都承认他们的两个孩子经常看到这样的场面。

我跟孩子的父母进行过许多次会诊——不管是单独会诊还是一起会诊。但是我所有的努力都没有成功，他们还

是不可避免地在吵闹中离了婚。虽然双方都说孩子的心理健康是最重要的，但还是围绕孩子养育与探视相关的法律问题打了一场激烈的官司。当下达判决以后，双方的战争就蔓延到了孩子身上。在孩子们去他父亲家里时，他会询问他们母亲的社交生活；当他们回家后，母亲又会批评父亲放纵他们的作息时间、吃饭习惯，乱给他们买礼物。

在他们围绕孩子的争夺战中，父母双方都希望我能加入到他们一边。为了孩子们着想，我尽量保持中立。我试图让他们停止这场孩子战，但却只是让他们的战争收敛了一点点。我更大的忧虑是父母争吵和家庭混乱会带给这些孩子巨大的压力。这对父母同意将孩子送到斯泰拉·切斯那里进行评估、听取建议，有必要的话接受治疗。

让我们感到惊讶的是，切斯在进行了仔细的临床评估后发现，这两个孩子——7岁的加比埃尔和9岁的格雷格，在各个方面都表现得很好。他们各自有着自己非常要好的朋友，与朋友们经常到对方家里去玩，不管在学习成绩还是在社交方面，他们的表现都非常令人满意。他们没有显示出任何焦虑或者攻击性的症状，而且在评估家庭问题时非常坦率和准确。在父母离婚以前，每当父母有争吵时，他们就会习惯性地去别的地方平静地玩耍。他们反映，不管是与父母的哪一方在一起时都很快乐。虽然他们也希望