
第一部分 导 言

第一章 什么是人格

什么是人格 也许这是所有心理学问题中最为复杂的问题之一，而且对于这个问题存在许许多多不同的答案。从认为人格是人的社会性的存在的通俗观点，到用数学公式来处理的高度技术性的人格定义，无所不有。

人格这个术语来自拉丁词 *Pers'ona*，是面具的意思。把人格定义为面具等于把人格视为人的社会自我，正是人的这一方面被人用来向社会显露他自己。这个定义隐含着这样的意思：由于种种原因，人还有某种隐密的东西没有被显露出来。

另一种定义把人格视为一套复杂的反应综合体。按照这种观点，人是由他的行为所组成的。这种定义强调了人格的外显方面，但忽视了人格的隐藏方面。持这种定义的人说：如果你要想决定一个人的人格特征，只要通过观察这个人怎样在不同环境下行为就行了。

也有另一些人把人格视为从内部控制行为的一种内在机制，正是这种内在机制的性质决定了人的人格。“自我理论”和“特质理论”属于这一派。例如，一个人被认为具有某种特质，而正是这种特质决定了这个人在一切给定情境中的行为。很清楚，按照

这种观点，如果一个人想改变他的行为方式的话，他就必须在某种程度上改变他的人格特质或自我。由于人格特质或自我一般被认为是属于认知（即心灵的一部分）的范围，所以持以上观点的人就会碰到“心—身问题”（mind-body problem）。简单地说，心—身问题就是关于心灵是怎样影响身体的，即心灵是怎样影响行为的。这是一个自古就存在的哲学问题，而且是任何涉及认知或心灵的心理学理论都必须与之纠缠的老问题。

人格是前后一贯的行为模式。如果不是全部的话，也可以说是绝大多数的人格理论都同意一个人的人格可以用一系列恒定的行为模式去描述。我们在不同的情境下所发出的前后一贯的行为方式显示出了我们的自我特征。正是这些恒定的行为风格使得我们以某种程度的准确度去预测人的未来行为成为可能。当一个我们熟知其性格的人以一种前后明显不同的风格行动时，我们就会感到吃惊，而且会说，“这不象他”。当一个人不再以他从前的处事方式去对待事情时，我们就常说他的人格已经发生了变化。

恒定的行为模式来自哪里

虽然大多数的人格理论家会接受我们把人格描述为恒定的行为模式或行为风格的观点，但当涉及到如何解释这种恒定行为模式的来源时，他们就分道扬镳了。下面我们对几种观点给一个概观，而后我们还会深入地涉及这些问题。

基因说 或许对于人格的最为大众化的解释莫过于遗传论了。如果问一个过路的行人，他的回答一般说来准是：人格的来源嘛，其道理同眼睛的颜色、头发的颜色的来源是一回事。问一个人为什么害羞与问他为什么长得高是一回事。按照这种观点，这两种特征都是由遗传决定的。通常的说法如“他有爱尔兰

人的脾气”“她象她的文章”“他有他叔父的那种习气”等都暗示了对于人格的遗传解释，因为它们都有“那是他的本性”的同样声调。

希望读者不要留下这样的印象，即只有那些普通的外行人才把人格视为先天的，其实许多卓越的人格理论家都至少是部分地把恒定的行为模式归于先天遗传。事实上，几乎所有的人格理论都是基于某种先天因素的假设之上，无论是生理需要说（如弗洛伊德、斯金纳、马斯洛等）还是自我实现倾向说（如荣格、罗杰斯，马斯洛等），或者是社会志趣说（如阿德勒等）都莫不如此。这样一来，问题就不再是基因是否影响人格，而是在何种程度上和什么方式上影响人格。

关于人格在何种程度上受到遗传影响的问题，可以追溯到古代的哲学主题。心理学从一开始就始终贯穿着它。天赋论与经验论的论战可以在心理学中的任何一个领域找到。人格理论也不例外。一般说来，天赋论者主张人的重要属性，如智力等，是遗传决定的。天赋论者会说，一个人可能具有的最高智商是在胚胎期就决定了的，而生活环境至多只能帮助这个人实现其已经决定了的智力潜能。在另一方面，经验论者相信人的主要属性是由经验产生的。对于经验论者来说，智力是由经验而不是由遗传决定的，而且人的智力的最高值也是取决于经验环境，而不是基因。

天赋论与经验论之争，在人格理论中以许多形式表现出来。因此，我们在后面还会多次同它打交道。

社会文化决定论 按照那些强调文化的决定性的人的观点，人格是许多社会角色的复合物。如果要求一个人在一张白纸上由“我是……”开始写下去 列出所有他所是的东西来 那么就会得到一张相当丰富的角色表。例如，这个人可能是女的，20岁，大学毕业，5英尺4英寸高，是一个有条理的人，某组织的成员，漂亮，从事心理职业等。

以上所列项目的每一条都与一种规定的社会角色相关。而且对每一种角色，社会已经规定了对它的可接受的行为方式。换句话说，每一个角色都有一个可接受的行为范围，这个范围是文化决定的。如果你超越这个范围，就会遭到某种形式的社会压力。

决定人格的其它文化因素有：家庭的社会经济水平，家庭结构的大小，出身顺序、种族、宗教、生长的地区，父母的文化水平等等。

按照这种观点，文化强烈地影响着人的行为。一个出生在富贵人家的人不可能与贫困人家的人有相同的经验。这些不能由个人所选择的生活环境必然对人格有重大影响。其实每一种人格理论都不否认这一点，问题是在多大程度上强调这一点。

另外属于社会文化决定论的还有强调人际关系的，如阿德勒、霍妮和埃里克森都强调在儿童的早期生活中与父母、亲戚的人际关系对他将来的人格的重要性。

学习论——那些接受人格的基因说的人代表了天赋论一派；那些在人格解释中强调学习的重要性的人代表了经验论这一派。经验论这一派的一个例子是：我们是由我们所遭遇的事情所构成的。因此，如果我们的经历和遭遇不同，我们的人格也就不同。按照学习论，一个成功的人与不成功的人的区别是基于他们的遭遇而不是基于他们的基因。

在任何家庭中，都是某些行为才获得奖励，某些行为则被忽视或禁止。前一类行为倾向于保持（即变得恒定），后一类行为则倾向于取消。按照学习论，语言的发展提供了一个很好的模型来说明所有的恒定行为是怎样形成的。由于所有的父母都希望他们的孩子学会说话，所以当孩子发出的声音类似于真实的词的音时，就会从父母那里获得某种形式的奖励，逐渐地，正确的语言行为就获得了发展。

这种理论强有力地暗示到：人们可以通过控制奖励的条件和环境来控制人格的发展。理论上这是可能的，即通过系统地控制各种奖励来产生各种不同的人格类型。但是，很明显，主张遗传说的人是会否认人格的这种可塑性的。

存在一人本主义 有一群其势力不断增加的人格理论家，他们要不是降低人格的起源问题的重要性就是完全忽视人格的来源的意义。这些存在——人本主义者所强调的是“你的存在意味着什么？”而不是“你是怎样存在的？”他们也探讨整个人类存在的意义。例如他们问道：“意识到你会死亡有何意义？”人类的预测与安全的需要是怎样同冒险与自由的需要相联系的？”凯利、罗杰斯、马斯洛的人格理论属于这个阵营。

潜意识结构论 在许多重要的方面，强调潜意识机制的理论是同存在——人本主义相对立的。这种所谓的深层心理学最关心的是去发现行为背后的原因。在这种观点看来，由于行为的最后原因是来自无意识而且起源于儿童时期，所以对它们的探求便是极其复杂困难的。这需要复杂的手段，比如通过梦和象征的分析、自由联想、催眠、或者日常生活中的偶误等。按照这种观点，由于潜意识领域的东西可以在意识领域中以任何一种形式显示出来，因此不可能通过仅仅研究一个人的意识领域而真正理解这个人。为了理解人格，我们必须把那些潜意识的任意显示出来的东西追溯到潜意识中去。所以持这一派观点的人的最终目的，是寻求一个人为什么那样行为的原因，因为行为的真实原因对于行为者来说往往是不知道的。‘弗洛伊德和荣格属于这一阵营。

由于每一种理论都有其合理性，因而最适合的方式是把人格理解为所有这些理论的相关物，从而，对哪一方面进行强调完全取决于当下的用途与目的。

人格理论家面临的问题

在把人作为一个整体来研究的心理学中，人格理论家处于非常独特的地位。绝大多数其它分支的心理学家往往只深入地研究人的某一个方面。比如，他们只研究儿童发展、或老年问题，或知觉、智力、学习、动机、创造性等。只有人格理论家才企图描绘出一幅关于人的完整的图画。人格理论家企图分析出影响一个人的各种因素。然后再就它们对一个独特的个人的影响的综合效应给予解释。

这一任务是艰巨的，而且涉及到所有其它心理学领域的发展状况。在某种意义上所有的人格理论家都在企图以各自的方式去把心理学不同领域中各种有用的知识综合成一个连贯而统一的整体。这些年来，当人格理论家们在企图完成这种综合的同时，也提出了大量的关于人的本质的问题。这些问题虽然有众说纷纭的答案，但不论这些答案是什么，每一种人格理论都就下面的问题直接或间接地给出了某种回答。

目的 在何种程度上人的行为是由未来所指导而不是由过去所决定？目的性行为被认为是目标定向或未来定向的，那么是否人的行为至少部分地取决于未来事件或我们对未来事件的理解？

享乐主义 人类行为在何种程度可以用享乐主义来解释？强调享乐主义的人格理论认为，人的行为或多或少地受支配低等动物行为的法则所统治。

潜意识机制 深层心理学如弗洛伊德和荣格把潜意识看得非常重要。强调潜意识的理论会碰到这样的问题：潜意识与意识的关系如何？怎样了解潜意识？人能意识到他自己的动机吗？如果能，怎样才能意识？

早期经验的重要性 在这里的主要问题是儿童的早期经验如何与成人人格相关。相应的问题是：存在着临界的不可逆的发展阶段吗？早期经验的影响能否被彻底祛除？弗洛伊德认为基本人格的最终形成是在 5 岁以前，而荣格认为最重要的人格发展要到 40 岁才出现。

在何种程度上人类行为是被决定的 如果对人在每一给定时刻影响他的行为的每一种因素都知道的话，我们能否完全精确地预测人的行为呢？如果你的答案是肯定的，那你就是一个决定论者；如果你的回答是否定的，那你就或多或少肯定了一点自由意志的存在。请注意这里的假设是我们能知道影响人的行为的所有因素，当然这是不可能的。基于这一理由，即便最严格的决定论者也不得不承认关于行为的预测只能是概然性的。

通过提问，我们能知道多少关于被问者的信息 自我检验称为内省。这个问题涉及到内省报告的可信度问题。答案是各种各样的，存在主义认为内省对于研究人格是最有价值的工具，学习论者认为内省不仅无效而且没有必要。

独特性与共同性 每一个人都是独特的，因为没有两个人的基因库和经验环境是完全相同的。然而同样真实的是：所有人都存在共性。我们同其它人都具有共同的感觉器官和文化这一事实，就意味着我们以相同的方式对许多情况作出反应。在相当大的一个范围内，引起我们的美感的東西，引我发笑或悲哀的东西，都是由我们的文化决定的。我们也发现有一些共同的行为规律符合所有的人。因此，无论强调人的独特性还是共同性都有其合理一面。着重于个人的研究我们称为特殊研究，着重于群体的研究我们称为一般研究。象斯金纳就用的是特殊研究，因为他强调个体的独特性。象卡特尔就用的是一般研究，因为他强调许多个体所共有的特质。

如何寻找答案

认识论 认识论是关于知识的学问，它试图回答这样的问题：“知识意味着什么？”和“什么是知识的界限？”由于科学至少在某种意义上可看作是获得知识的方法，因此它可以被认为是一种认识论的研究。

科学在知识的起源问题上结合了两种古代哲学立场。一种是理性主义，主张只有通过理性思维才能获得科学知识，即通过思考、推理和运用逻辑来获得知识。按照理性主义，在合理的结论产生之前，必须用理性对所获信息进行加工处理。另一种是经验主义，主张感觉经验是所有知识的基础。其极端形式是认为我们只能知道我们经验过的东西。所以一方面，我们有理性主义强调思维，另一方面，我们有经验主义者强调知识等于经验。只有科学才把这两者结合了起来，因而产生了一种极其有效的认识论工具。

科学理论 理性主义与经验主义在科学中相遇的地方是在科学理论中。这两种哲学立场的联姻可以在史蒂文斯的话中清楚地看到：“科学通过使一种形式符号系统（语言、数学、逻辑等）与经验观察相符而寻求产生可证实的命题”。

首先，存在着一些不可能直接进行研究的东西，如重力、学习、人格等。于是便开展被认为是与所涉及问题有关的观察。因为这些观察是直接的，因而被称为经验观察。下一步，人们企图从这些观察中获得意义，于是对它们进行思考、分类、和综合。这种通过思维而使观察资料呈现其意义的企图明显地是一种理性的过程。

这样在科学中先是作出观察（经验主义）然后是以一定方式对它们进行组织以寻求观察材料的意义（理性主义）。下一

步，科学家必须检查这种分类工作是否在实际上具有意义。如果确实有意义，那么它就必须能指出在什么地方能寻求到更进一步的信息。换句话说，如果我们用来组织观察材料的概念真正是有用的，那么它们必须能够：（1）综合所有的观察材料；（2）导致新的研究。

于是我们看到，一个科学理论是为解释一系列经验观察而存在的（理论的综合功能），而且理论一旦存在，它就必须能够指出进一步获得新知识的途径。一个理论的导致新知识的能力被称为它的发现功能。

上述看法的例子是：假定弗洛伊德在与一个朋友的谈话中发现这位朋友忘记了与牙科医生的约会，这一事实被弗洛伊德的敏锐的头脑记了下来。后来，弗洛伊德发现了其它的记忆失误现象，而且注意到它们都有共同之处，即它们都似乎同某种痛苦的或焦虑的经验有关。弗洛伊德于是推测到：所有使人不安的思想都会被压抑，即将其保存在潜意识中，以此来防止各种不适感，而这种不适感是由意识来唤起的。

这种关于不安思想的压抑的理论可以做两件事，它可以帮助把先前认为无关的现象联系起来从而使其显现意义；它还可以导致其它的发现，如，如果不安的思想确是被压抑了的，那么潜意识的领域就会是一个各种各样的这类不安思想的储存地，因而一旦条件适当，它们就会被释放出来。换句话说，如果一个人能利用一些方式如催眠、释梦或自由联想等去把这些潜意识的内容开采出来，他就能发现无限丰富的被压抑的记忆。这样的话，我们就取得了一种初步的、但富有历史意义的理论进步。

科学与人格理论 科学理论在其严密性上是各不相同的。在象物理学、化学这样的学科中，理论是高度发展的，其中所使用的概念也是精确定义了的，而且在理论的术语、词汇、符号和经验事实之间存在着高度的协调性，复杂的数学技术在其中有高度

的应用。

在心理学中，存在着几乎处于任何发展阶段的理论形态。在生理心理学、学习心理学这样的理论中，心理学可以同物理学的严密性相媲美。然而有许多心理理论还处于婴儿期，它们所包含的术语是未严格定义的，而且概念与经验事实之间的关系也不紧凑。各派人格理论属于这一类型。事实上，一些人格理论从来不在可高度控制地检验的意义上宣称它们是科学的。它们只是宣称它们的有效性或是来自日常生活的经验，或是来自临床实践。

说多数人格理论缺乏严密性并不是想要为它们感到遗憾，也不是要得出结论说它们没有用处。很清楚，情况并不是如此。实际上每一种人格理论都可以认为是理解人格的一条途径。因此每一种理论都给我们一种不同的观点，最后，我们从许多不同的角度去理解人格所学到的东西可能会比只从一个角度拼命钻牛角所学到的东西更多。

规范与人格

试想象一下你处于一个黑暗的屋子里，有一个你不能直接接触的复杂物体存在于里面。只要这屋子始终是黑暗的，那么你对这个物体除了只知道它存在于那里之外，什么也不可能知道。现在假设有一道微弱的光投射到这个物体的某一部分上，因而你可以看见这物体的某一部分，于是你对于这一物体比起先前来了有更多的了解，但是这物体的其余部分仍处于黑暗之中。现在假设又有另一束光照到这个物体上，而且一束接着一束，于是你绕着这个物体观察着那些被光线照亮了的部分。由于这些光束来自不同的角度，因此光束越多，你对这个物体就知道得越多。有一些光束非常明亮但照射面积很小，另一些光束较为暗淡但照射范围宽广，使你能了解广大的领域但细节看不清。当然，也有一些光束

是相互重叠的。所有的光束都是有用的，事实上，光束越多，而且这些光束的角度越是不同，你对这个物体就知道得越多，因为每一束光都照亮了这个物体的一个部分。

以上是对发生在科学研究中的事情的一个粗略类比，不过也只是在术语上稍有变化。托马斯·库恩就曾指出，多数科学家在从事他们的研究工作时共同接受一种观点，这种观点支配着他们的研究活动，而且在很大程度上决定了他们研究什么和怎样研究。库恩把这种由许多科学家共同遵循的观点叫做“规范”(paradigm) 例如，许多年以前多数物理学家在他们的研究工作中接受牛顿的观点，但现在却遵循爱因斯坦的见解。因此我们可以说，在物理学中占统治地位的规范由牛顿理论转换到了爱因斯坦理论。

在心理学中，还从未出现过一个被普遍接受的研究规范，相反，通常总是有好几个规范同时并存。加之，当规范这个术语被应用于心理学时，实际上相当于我们称之为一个流派的那种东西，它是一组相互关联的理论而不仅是一个理论。无论在物理学还是在心理学中，规范可以被理解为研究与看待问题的方法。因此，探讨同一问题的不同科学家可能以不同的方法来进行研究，这取决于他们遵循何种研究规范。例如在学习理论中，遵循行为主义规范的研究者同遵循认知学派规范的研究者在方法上有很大不同，但他们都在研究同样的问题——学习过程。

在这里讨论规范概念，最重要的是要认识到，我们不必要去辩明哪种理论是正确的，哪种理论是错误的，它们仅仅是不同的研究方法。让我们回到关于光束的类比。规范可以被认为是照射物体的光束，有一些规范是高度发展的而且集中在一个子的领域，它们能向我们提供关于问题的大量细节但范围有限；有一些规范涉及较为广泛的领域，但都不能提供详细的细节。就象前面提到过的光束一样，对于提供知识来说，这两种形式中的每一种规范都是

有用的，它们都能照亮一部分处于无知的黑暗中的物体。

因此怎样对待人格理论呢？人格是一个复杂的研究课题，而且存在许多不同的研究途径。事实上，这些不同的研究途径就是不同的规范。上面我们所讨论的一切都适合于它们。往后的章节中，我们将给出指导人格研究的 5 种规范，它们是：精神分析规范、社会文化规范、特质论规范、学习论规范，还有存在——人本主义规范。

请注意每一种规范是以它的中心主题来命名的，即是说，精神分析规范着重于对精神的分析，社会文化规范注意于社会文化对人格的影响，存在——人本规范着眼于人的存在的问题，学习规范重点研究与人格发展有关的学习过程。

再说一遍，读者不必企图去发现哪一种规范更为正确。最好是把所有规范都看成是向理解人格问题而投出的不同光束。企图只用一种工具如斧头、或锯子、或螺丝刀等去建造一座房屋是愚蠢的。同理，如果只企图从一种理论角度去理解人格，将会给你的理解造成很大的缺陷与片面性。这本书将向你提供不同的人格理论，这比起只提供一种理论来会使你对于人格具有更好的理解。

第二部分 精神分析学派

第二章 西格蒙德·弗洛伊德

人类的尊严受到三次重大的打击。第一次来自哥白尼，他宣称地球并不是人们原来所设想的宇宙的中心，甚至不是太阳系的中心。这个事实很难被当时的人们所接受，因为它与人们的自我中心观念相抵触。第二次打击来自于达尔文的进化论，达尔文指出人类不是上帝的特殊造物，而是从低等动物不断进化而来的。当达尔文思想引起的震荡开始停息下来时，人们内心还存在着一丝安慰，相信人是有理性的动物。虽然人是从低等动物进化而来的，但在进化过程中，人类依赖自己的智慧与低等动物有质的区别。动物是受本能所趋使的，只有人才是受理性所支配的。就是这最后一点安慰和信念也在来自弗洛伊德（**Sigmund Freud**）的第三次打击下荡然无存。弗洛伊德指出人的行为主要是由无意识的本能冲动所趋使，人并不是什么有理性的动物。不管人们是否赞同弗洛伊德的理论，但他的思想观念确实对人类思想和知识的发展产生了重大的和深远的影响。

西格蒙德·弗洛伊德（1856—1939）出身于奥地利的弗赖堡（今捷克的普莱波）弗洛伊德从小天资聪慧，勤奋好学，在学校时成绩一直是名列前茅。他 17 岁时就进入了维也纳大学的医学院，

在大学期间他在著名生理学家布吕克 (Brecre) 的指导下进行过长期的生理学研究, 通过对雄鳝睾丸精细结构的研究, 他第一次接触到性的问题。弗洛伊德还在布伦坦诺 (Brentano, F) 那里选修过一些哲学课程, 布氏的意动心理学思想对弗洛伊德有一定的影响。

1881 年弗洛伊德获得医学博士学位, 次年作为临床精神病医生登记私人开业。在工作中, 弗洛伊德与著名医生布雷尔 (Josef Breuer) 建立了深厚的友谊, 布雷尔在事业上和生活上都给了弗洛伊德很大的帮助。布雷尔的一位名叫安娜 (Anna·O) 的女病人在精神分析的形成中起了重要的作用, 通过对她的治疗, 布氏与弗洛伊德创造了疏导法 (Gatharsis) 这一精神分析方法和移情、抵抗等精神分析的重要概念。

1885 年弗洛伊德去法国向著名精神分析学家沙可 (Jean Charcot) 李厄保 (Tiebreult, A) 学习催眠术和精神病的治疗。沙可在一次讲演中对性在精神病因学上的意义的强调给弗洛伊德以很大启示, 以后弗洛伊德一直重视性问题的研究。从法国回国后, 弗洛伊德用催眠术和疏导法治疗精神病人。以后发现催眠术的治疗效果不理想, 弗洛伊德逐步自创出自由联想法这一精神分析的方法。

1895 年弗洛伊德与布雷尔一起出版了《关于歇斯底里的研究》一书, 这本书的出版标志着精神分析运动的开始。1897 年, 弗洛伊德着手进行自我分析, 分析的主要材料来自于他自己的梦。通过对自己梦的分析, 最终导致了《释梦》的出版, 此书后来被人们认为是他的最伟大的著作。

1900 年以后, 弗洛伊德提出了许多新概念、新思想, 并使之系统化, 写出了一系列重要著作如《日常生活中的心理病理学》(1901)、《性学三论》(1905)、《精神分析导论》(1910) 等等。1909 年, 美国著名心理学家、克拉克大学校长贺尔 (G·S·Hall) 特

邀弗洛伊德及其弟子容格等人赴美参加该校 20 周年校庆。弗洛伊德的学说第一次得到了国际学术界的承认。从此，弗洛伊德理论的影响日益扩大，风行全世界。

随着精神分析运动在世界范围迅速发展，其内部也孕育着分裂的种子。在 1911 年和 1914 年，阿德勒 (Alfred Adler) 和容格 (Carl Jung) 相继从精神分析阵营中分裂出来，建立各自的理论体系。

由于精神分析运动的分裂和第一次世界大战的影响，弗洛伊德进一步修改完善自己的学说，并把自己的基本思想和方法应用于人类学、社会学、伦理学、宗教、美学和文艺理论等等几乎所有人文科学，建立起自己包罗万象的哲学思想体系。弗洛伊德后期的主要著作有《图腾与禁忌》(1913)、《超越快乐原则》(1920)、《自我和本我》(1923)、《文明与不满》(1920) 等等。

1923 年弗洛伊德患口腔癌，以后动手术数十次。希特勒在德国当政后，弗洛伊德全家受到迫害。1938 年他流亡英国，1939 年 9 月病逝于伦敦。

本能及其特征

弗洛伊德认为人格的所有方面都是由生物本能 (Biological instinct) 所推动的。不管思想如何高尚，成就如何大，但它们最终都与生理需要的满足有关。弗洛伊德的理论是一种享乐主义 (Hedonistic) 的理论，它假定人象其它动物一样，趋乐避苦，当所有生理需要得到满足时，他就感到快乐，当一种或多种需要得不到满足时，他就感到不舒适或痛苦。对人来说，主要的动机是达到一个“稳定的状态”即个人所有生理需要都得到满足。

本能有四种特征：(1) 来源 (Source)，它是指体内的某种不足；(2) 目标 (aim)，即消除这种体内的不足，重新恢复身体内的

平衡；(3) 对象 (Object)，它是指那些能降低或消除体内不足的经验或事物；(4) 动力 (Impetus) 它是人行为的动力 其大小由体内不足的程度决定。例如：一个饥饿的人体内营养不足（来源）他想补充营养 消除饥饿 以达到体内平衡（目标）消除饥饿，需要食物（对象），寻找食物行为的动力大小由一个人没吃到食物的时间决定（动力），饥饿的本能就是由以上四种因素构成的。

所有与生命保存有关的本能都称为生本能，与生本能相联系的一切心理能量称为里比多 (Tibido)。在弗洛伊德早期著作中，里比多等同于性本能的能量。由于阿德勒、容格等人的批判，弗洛伊德后期理论发生了变化，他把里比多这概念的外延扩大，不仅包括性，而且还包括饥饿、渴等所有与生命延续有关的本能能量。弗洛伊德也把生命本能称之为爱罗斯 (eros)。

死本能统称桑纳托斯 (thanatos)，它是促使人返回生命前非生命状态的力量。死亡是最后的稳定状态，因为不再需要为满足生理欲望而斗争，所以所有生命的最终目标是死亡。死本能派生出攻击、破坏、战争等一切毁灭行为。当它转向内部时，导致个人的自责，甚至自杀，当它转向外部时，导致对他人的攻击、仇恨、谋杀等等。

精神的组成

成人的精神有三个不同的部分即本我 (Id)、自我 (ego) 和超我 (Superego)。出生时婴儿的精神只是由本我所构成。本我是由各种生物本能的能量所构成的，它完全处于无意识 (unconscious) 水平中。本我不能忍受由生理需要得不到满足所造成的紧张，它要求即时满足生理需要以消除紧张。本我是完全受快乐原则 (Pteasure Principle) 支配的。

本我满足自己生理需要的方式有两种：反射动作（*reflex-action*）和希望实现（*Wish-fulfilment*）。反射动作是对引起紧张的刺激作自动的反应，例如，一个婴儿可以通过打喷嚏来反应鼻腔中的不适刺激，或者反射性地移动手足来消除在四肢上的不适刺激。在这两个例子中，反射动作对于降低紧张性是迅速有效的。

希望实现则更为复杂。除了前面所讲的四种本能特征外，还可以把本能看成是一种身体需要的认识。通过本能概念，弗洛伊德探讨了心身关系问题即生理事件和心理事件如何相互联系的问题。弗洛伊德认为，当一种生理上的不平衡（生理需要）产生时，本我总是想通过某种方式来消除它所带来的紧张。本我消除紧张的主要方式之一就是想象一种能满足生理需要的对象，从而在想象中得到一定程度的满足。如一个饥饿的人的本我中，往往会产生关于食物的想象，这种想象也能暂时降低本我内部的紧张性，这就是愿望实现的一个例子。这里，弗洛伊德的观点有点神秘，因为本我是与现实环境相隔离的，它怎么能产生不同的想象来反应减轻由不同需要得不到满足所引起的紧张呢？可以肯定，本我是不可能想象出一个汉堡包来减轻饥饿，因为本我从来没有接触过汉堡包或其它现代食物。为了解决这个令人迷惑的问题，弗洛伊德设想在本我中保留着先辈们的原始经验，这些通过遗传留下来的经验为本我的希望实现过程提供了必要的基础。这个观点与容格的集体无意识的思想十分接近。

任何情况下，希望实现都不可能实际满足一种身体上的需要。为了实际满足各种生理需要，在精神中分化发展出一个新的部分即自我。弗洛伊德把本我那种通过想象来满足需要的过程称之为原始过程（*Primary Process*）。本我的原始过程对于实际满足某种需要是无效的。本我不能区别自己的想象之物和现实之物，事实上，想象就是它的唯一现实。