

心理学导读系列

【新西兰】K.T.Strongman 著

王 力 主译

张厚粲 审校

情绪心理学

——从日常生活到理论

(第五版)

The **Psychology**
of Emotion
—— From Everyday Life
to Theory (Fifth Edition)



中国轻工业出版社

心理学导读系列

The Psychology of Emotion
From Everyday Life to Theory (Fifth Edition)

情绪心理学

——从日常生活到理论

(第五版)

【新西兰】K. T. Strongman 著

王 力 主译

张厚粲 审校

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

情绪心理学:从日常生活到理论:第五版/(新西兰)
斯托曼(Strongman, K. T.)著;王力译. —北京:中
国轻工业出版社, 2006.1

(心理学导读系列)

ISBN 7-5019-5044-X

I. 情... II. ①斯... ②王... III. 情绪—心理学
IV. B842.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第088587号

版权声明

Copyright © 2003 by John Wiley & Sons Ltd.

All Rights Reserved.

Authorized translation from the English language edition published by John Wiley & Sons Ltd.

总策划:石铁

策划编辑:李峰

责任编辑:张乃东 张金颖 责任终审:杜文勇

版式设计:时春雨 责任校对:万众 责任监印:刘志颖

出版发行:中国轻工业出版社(北京东长安街6号,邮编:100740)

印刷:北京天竺颖华印刷厂

经销:各地新华书店

版次:2006年1月第1版第1次印刷

开本:787×1092 1/16 印张:20.00

字数:350千字

书号:ISBN 7-5019-5044-X/B·073 定价:36.00元

著作权合同登记图字:01-2005-2337

读者服务部邮购热线电话:010-65241695 85111729 传真:85111730

发行电话:010-65128898 传真:85113293

咨询电话:010-65595090, 65262933

网址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换

50776J6X101ZYW

推 荐 序

情绪心理学是一门既古老又年轻的学科。它早在古希腊哲学中就被论及，在中国古代医学中也被关注。然而，由于古希腊哲学中唯智主义占主导地位，情绪被看作粗糙的、非理性的和似动物的现象，长期被排斥在研究的殿堂之外。在中国以朱熹、王阳明为代表的宋明理学也是如此。到19世纪末期，心理学逐渐从哲学中分离出来，情绪问题在西方才开始被研究所触及。一百多年来，情绪研究有一个从发生到发展的过程。本书作者在前四版中均以理论论述为主，始终抓住了情绪理论发展的脉络，给读者理出一条情绪研究走过的路。在本书中，作者在现代研究成果的基础上，从生活现实中选出一些情绪现象，并融入于他的理论脉络之中。这是本书的特点。

本书作者简约地把几位重要的学者保留在早期理论的论述中。如达尔文、詹姆士等，他们是情绪心理学的创始者和奠基人。他们的理论至今仍为情绪心理学家所牢记和使用。达尔文关于情绪的论述为情绪的进化与个体发生提供了宏观的乃至具体的论据，詹姆士的功能主义理论所派生的情绪的驱动性和组织性至今影响着许多学者的研究。

关于行为主义，由于它忽略了心理的内在因素，从而以外周行为来描述情绪行为的局限，在它主导心理学研究的半个世纪中，不能不说阻碍了情绪心理学的发展。无论是华生的分类、米兰逊的三维结构，甚至哈洛关于印刻的著名发现，直到弗瑞达的多种情绪行为的详尽分类，由于不能说明制约它们的脑内因素，从而无法解释情绪行为的许多特性和机制。

认知心理学的出现给心理学的发展带来无限生机。随之，情绪与认知的关系问题就成为人们探索的重要方面。因此，如果说基本情绪是先天生成的，是人类祖先由进化而获得的适应手段，它们先于认知而发生，那么，从婴儿很早时候起，随着他们对世界的认识和评价能力的发展，认知加工就几乎成为情绪发生以及发生什么情绪的决定因素。然而，情绪又是认知过程和认知结果的首要致变因素。正是情绪与认知的相互影响，才构成人类智慧和精神生活丰富多彩的画面。当代脑科学研究的发展，已经为情绪与认知之间的联系提供了一定的证据。

个体情绪的发展和分化是构成情绪心理学的重要组成部分。正像发展心理学一样，为了了解个体人的心理是怎样获得和发展的，对儿童心理的研究扩展到毕生心理的发展研究，情绪是怎样获得和发展的也成为学者关注的课题。事实上，不了解情绪的个体发展，是难以触及情绪的本质的。研究表明，对个体情绪的研究，已经揭示了不少十分重要的理论。如斯诺夫的婴儿社会化理论、鲍尔比的依恋理论、伊扎德和艾克曼的表情理论及其测

量方法、刘易斯的儿童情绪社会化过程和发展模型等，都为成人的情绪研究提供了重要的启示，它们暗示了成人复杂感情的来源。例如，卡莫罗斯从婴儿表情研究中，注意到成人表情已从儿童的单纯表情整合到整个的情绪系统中；对儿童亲子依恋的发现对认识亲子关系在青少年中的作用，对揭示青年爱情、家庭亲情方面的重要作用等。

情绪不是一个笼统的东西，它分为多种多样的具体情绪，是进化适应的产物，又在个体生活中进一步分化与结合。各种情绪各自具有不同的适应功能，各种情绪的适应作用也随着人的社会化而可能有所改变。在成人身上看到的具体情绪有的是单一的、原始的具体情绪，如愉快、痛苦、愤怒、恐惧等，也有的是复合情绪，如厌恶、焦虑、忧愁与郁闷、妒嫉与羡慕、爱与恨等。实际上，在现实生活中所发生的情绪，大多是复合情绪而不是单一情绪。重要的是，对情绪成分的分析在研究解决社会上发生的各种情绪问题时是十分必要的。如对待犯罪问题、临床情绪问题，甚至很一般的情绪困扰，在具体的案例上都是不同的。这就是为什么不能把情绪作常识上的理解，而是要科学地解释它。这是调节情绪的基础。

对情绪本身的性质、功能、成分等的研究，本书概括在综合理论这一章中，这是最重要的部分。无论是曼德勒或巴克、弗瑞达或伊扎德、艾夫里尔或勒文塞或谢勒，他们有的是神经论者，有的是社会论者，有的采取功能论取向，有的采取建构论取向，但是到了今天，多数学者已经取得共识，研究中把影响情绪的各种因素结合起来，而不再强调某个单一方面。正是这个遍及整个情绪领域的理论探讨，其结果推动了近20年来情绪研究的极大发展，它已经形成一个巨大的文献文库。

情绪研究最终将把行为实验研究与脑科学研究结合起来，把对情绪的认识置于科学水平之上。然而，人类情绪是如此复杂，以至不能把它视为一门纯粹的自然科学。情绪被人们的社会大环境和个人具体境遇所影响，家庭、亲子、伙伴关系，所在团体人群间的相互沟通，以及在其基础上形成的自我，还有个人在社会上的位置、民族文化背景的熏陶，凡此种种，均渗透在人们的情绪行为之中，它们是通过人的认知、语言系统在人脑中情绪与认知的特定联系系统实现的。但是不能苛求我们的大脑对这些社会文化细节作出定位分析。因此，用社会科学的研究方法所得的资料也是有用的。

总之，情绪是以人的内在体验为载体而成为驱使人如何行动的动力。它是人们悲欢离合、成功失败的心理标尺。它经常出现在人的心理生活的前沿，左右着我们的精神状态，驱使人们去行动。情绪是人的一种主观的状态，它是人们自我意识的核心。它的复杂适应机制对人可以有利，也可以有害。然而，社会环境的复杂性并不因它对人们的不利而被我们的情绪所改变，有时候，社会规则要求我们与不良环境妥协，这就要求人们对所发生的情绪作适当的处理和调适，这样，情绪将成为人类生存的重要的精神资源。

孟昭兰

于北京大学朗润园

2005年7月

译 者 序

情绪作为一种常见的心理现象，渗透进了人类生活和生存的方方面面。但由于长期以来理性主义的影响，情绪研究一直受到排斥与压制。19世纪80年代，威廉·詹姆士的研究开启了情绪研究的科学之门。此后的一百多年来，西方对情绪的研究取得了巨大的进展，特别是随着认知科学的迅速发展，情绪的理论研究和实证研究得到了进一步的繁荣。

目前国内有关情绪的研究正逐渐成为热点，但相关的专著，特别是入门级的专著非常之少，因而很有必要从国外引入一些相关的论著。K.T.斯托曼所著《情绪心理学》是西方国家常用的一本教科书，国内曾翻译出版过该书的第二版，目前市面已罕见其踪迹。在随后过去的20余年中，该书不断吸收最新的研究成果，陆续出版了三版。《情绪心理学——从日常生活到理论》是该书的最新版，覆盖面非常之广，囊括了150余种情绪理论，分别从现象学、行为学、生理学、认知、发展、社会、临床以及心理学之外的领域对有关情绪的理论进行了介绍，并尽可能纳入了更多最新的实证研究资料。心理学来自于日常生活，也必将回归到日常生活当中。该书很好地贯彻了这一原则，每章均以日常生活的实例引出将要探讨的主题，结尾处又以日常生活中的应用性问题结束，将所探讨的主题又引回到日常生活之中。这一方面加深了读者对相关内容的理解，另一方面则促进了情绪理论在日常生活中的应用。总的来说，该书是一本优秀的有关情绪心理学的教科书，也是从心理学、医学、教育学、认知科学、社会学、人类学等领域来研究情绪的研究者应该阅读的一本参考书。译者在通览英文原著后，深感本书对初涉情绪领域的研究者来说是一本不可多得的好书，于是决定将之译成中文，以供对该领域感兴趣的研究者参考。

经过半年多的努力，本书终于翻译完成。在此要感谢我的导师张厚粲先生在百忙之中抽出时间通览全书译稿，勘误校正！感谢北京大学心理系孟昭兰教授的悉心指导，并欣然为本书作序！感谢我的师弟师妹张清华、李中权、亓晓莉、孔明、申靓、关丹丹、唐云、江雯等参与部分书稿的初译工作！感谢北京万千电子图文有限公司的编辑张金颖小姐和李峰小姐为本书的翻译出版所付出的努力！

王 力

于北京师范大学

2005年5月

作者序

转眼间30年过去了，本书也出版了第五版。这30年中，对情绪的研究逐渐走向成熟，步入正轨。在20世纪70年代早期关于情绪研究的信息非常少，心理学家们大都也在回避情绪方面的研究。对这一现象最好的解释可能是由于心理学其他领域的发展非常迅速，同时就当时而言，对情绪的研究也难以达到大多数心理学家所认可的科学程度。但不管怎么说，情绪毕竟是人类生活中不可或缺的一个重要组成部分。

情绪是无法回避的。正因为如此，对情绪的研究也必然会得到发展，本书的不同版次也反映出了这种发展变化。同时，关于情绪研究的其他书籍也陆续面世，在此向这些书籍的作者们致敬。总体而言，对情绪的研究已经取得了一定的进展，而且这些进展并未仅仅局限在心理学的领域之内。情绪在人类的生活中是无所不在的，因而应当以一个多元的观点来看待它。

尽管长久以来人们就意识到情绪在日常生活中、在工作中、在家庭中以及其他领域中的重要作用，但直到最近这几年，研究情绪的学者们才逐渐真正体会到这一点。这是由于来自日常生活和科学研究中的诸多启示，最终使研究者们逐渐远离并最终摒弃情绪与理智是相互对立的这一观点。情绪在人类的生活中扮演着重要的角色，是人类生活中必不可少的素材。因而，人类如何调节自己的情绪、是否具有情绪智力以及情绪障碍是如何形成的都已经成为研究的热点。即便是在临床心理学领域，情绪的作用也已经不再是一种假设，临床心理学家们正在对之进行深入的研究。

本书的第四版主要着重于情绪研究的理论方面，尽管也纳入了一些实证研究方面的资料，但并没有进行深入而细致的探讨。究其原因，主要是因为一本以理论为导向的教科书无法收入过多的实证研究资料。现在这一版保留了上一版的理论基础，在结构上也与上一版相似，但尽可能地收入了更多最新的实证研究资料。许多读者可能会认为本书过于冗长，读起来有些费劲，作者在此深为抱歉。另外需要提醒的是阅读这样一本有关情绪心理方面的书籍往往会激起读者的负性情绪反应，敬请注意。

作者在本书中进行了一些有意义的尝试，将本书所探讨的内容引入到了日常生活之中，通过日常生活中的大量实例，来探讨其可能的理论基础。采取这种方法的原因在于，不论何种理论，也不管它来自于何种学科，如果不能在日常生活中得到反映和揭示，那么这一理论的有用性就值得推敲。同样，本书也通过询问读者一些启发性的问题，以使本书更具有实用性。因此本书每章的编排大致是开头和结尾是一些日常生活中的实例和一些相

关的问题，中间则是由这些事例和问题所揭示和反映的情绪理论。作者相信这种理论与日常生活实践的互动正是心理学与其他社会科学赖以生存和发展的基础。

本书第四版与第五版在一些章节上是非常相似的，而在另一些章节上却完全不同。这在一定程度上也反映出了在这六七年间情绪研究发生了怎样的发展变化。例如，对情绪持功能和进化观点的生物论者与热衷于强调社会因素对情绪影响的社会建构论者之间产生了很好的互动。此外，这一版中还加入了一些新的内容，如对情绪的后现代主义研究取向、情绪的文化理论的最新发展以及长期以来哲学家们一直在探讨的情绪在道德秩序中的作用。

上面的内容对本书第五版中的诸多改变和尝试进行了详细的介绍。在此，希望本书的读者能够从本书中了解更多的情绪理论，能够在日常生活中更好地理解情绪。这也是本书的目的所在。

有许多人对本书的完成作出了巨大的贡献，在此对他们表示诚挚的谢意。首先，要感谢我的家庭，是他们使一切成为可能！感谢那些情绪理论学者，感谢他们在情绪理论研究这一基础但却十分复杂困难的领域中所付出的努力。感谢国际情绪研究学会（International Society for Research on Emotion）的成员们，是这些跨学科的学者们使我们对情绪有了更为深入的理解。另外，还要感谢我这些年来所指导的研究生们，他们与我分享着情绪研究所带来的热情，感谢他们的勃勃生机和敏锐的洞察力。最后还要对协助本书出版的编辑和出版社表示由衷的感谢！

K. T. Strongman

万千心理图书目录

代号	书 名	译 者	定价
心理学导读系列			
L049	心理学导论——思想与行为的认识之路	郑 钢 等译	99.00 元
L352	人格心理学 (第六版)	陈会昌 等译	48.00 元
L408	发展心理学 (第六版)	邹 泓 等译	75.00 元
L358	军事心理学手册 (精装)	苗丹民 等译	115.00 元
L300	教育心理学	张厚粲 译	60.00 元
L305	司法心理学	吴宗宪 等译	48.00 元
L338	工业与组织心理学 (第八版)	时 勘 等译	42.00 元
X446	社会心理学 (第五版)	侯玉波 等译	65.00 元
X447	心理学批判性思维	李小平 等译	26.00 元
X448	临床心理学 (第六版)	丛 中 等译	60.00 元
X466	认知心理学 (第三版)	黄希庭 等译	55.00 元
X467	情绪心理学 (第五版)	王 力 主译	36.00 元
X468	心理学研究手册	周晓林 等译	40.00 元
L339	实验心理学——通过实例入门	张 奇 等译	28.00 元
L353	问题解决心理学	张 奇 等译	20.00 元
L409	与“众”不同的心理学	范 照 等译	20.00 元
X454	实用心理评估	张厚粲 编著	20.00 元
L307	改变心理学的 40 项研究	白学军 等译	26.00 元
L337	国际心理科学联合会历史	张厚粲 译	30.00 元
L050	健康心理学	胡佩诚 等译	48.00 元
L053	犯罪行为心理学	吴宗宪 等译	50.00 元
L054	压力与健康	石 林 等译	40.00 元
L046	三种心理学——弗洛伊德、 斯金纳和罗杰斯的心理学理论	石 林 等译	13.00 元
L047	弗兰克尔:意义与人生	常晓玲 等译	18.00 元
L048	现代英汉心理学词汇	张厚粲 等编	18.00 元
L058	互联网心理学	谢 影 等译	16.00 元
L164	现代精神分析“圣经” ——客体关系与自体心理学	贾晓明 等译	16.00 元
L191	旅游心理学	马 莹 编著	18.00 元
心理学导读系列合计			1200.00 元

心理治疗指导计划系列

X423	团体治疗指导计划	王海芳 等译	30.00 元
X424	青少年心理治疗指导计划 (第三版)	张 宁 等译	35.00 元
X425	雇员心理支持指导计划	袁荣亲 译	20.00 元
X426	青少年司法与收容治疗指导计划	汤 臻 等译	38.00 元
X427	人格障碍治疗指导计划	张 宁 等译	42.00 元
X428	特殊教育指导计划	刘 昊 译	38.00 元
X429	社会工作与人类服务治疗指导计划	徐 静 译	25.00 元
X430	夫妻治疗指导计划	张锦涛 译	32.00 元
X431	家庭治疗指导计划	孙 莉 译	35.00 元
X432	儿童心理治疗指导计划 (第三版)	田 璐 等译	38.00 元
X433	学校咨询与学校社会工作指导计划	周司丽 等译	42.00 元
X434	自杀与凶杀的危险性评估 及预防治疗指导计划	周 亮 等译	30.00 元
X435	严重持续性精神障碍治疗指导计划	李占江 等译	30.00 元
X436	养育技能指导计划	梁慧娟 等译	35.00 元
X437	成瘾者治疗指导计划	洪 炜 等译	38.00 元
X438	大学生心理咨询指导计划		暂无定价
心理治疗指导计划系列合计			508.00 元

心理咨询治疗系列

X332	行为矫正——原理与方法 (第三版)	石 林 等译	50.00 元
X340	心理障碍临床手册 (第三版)	刘兴华 等译	78.00 元
X453	临床心理督导纲要 (第三版)	王择青 等译	56.00 元
X343	心理咨询师的问诊策略 (第五版)	张建新 等译	80.00 元
X344	危机干预与创伤治疗方案	梁 军 译	24.00 元
X345	心理咨询与治疗的理论及实践 (第七版)	石 林 等译	40.00 元
X346	心理咨询与治疗经典案例 (第六版)	石 林 等译	30.00 元
X342	国外罪犯心理矫治	吴宗宪 著	45.00 元
X333	精神分析案例解析	钟 慧 等译	24.00 元
X347	家庭治疗技术	方晓义 等译	24.00 元
X412	家庭治疗基础	林丹华 等译	39.00 元
X348	人格障碍的认知疗法	翟书涛 等译	32.00 元

更多信息请登录: www.wqedu.com

* 本目录定价如有错误或变动, 以实际出书定价为准。

咨询电话: 010-65595090, 65262933

目 录

第一章 简介	1
第二章 早期的理论	7
第三章 现象学理论	19
第四章 行为理论	37
第五章 生理学理论	49
第六章 认知理论	69
第七章 综合理论	93
第八章 与具体情绪有关的理论	123
第九章 发展理论	143
第十章 社会理论	167
第十一章 临床理论	183
第十二章 个体与环境	211
第十三章 情绪和文化	229
第十四章 心理学之外的理论	247
第十五章 情绪主题	269
参考文献	291

第一章

简介

我难以相信，在研究心理现象或人与动物的适应行为时，能够避而不谈情绪的重要作用。那些忽视了这一点的理论和实践心理学是落伍的，应该被淘汰。

R. S. LAZARUS, 1991

“正常的疯狂”源自情绪的唤起。

C. G. JUNG, 1940

本章内容

- 一些现实的生活
- 一个情绪理论应该说明什么问题
- 如何使用本书
- 本章摘要
- 建议进一步阅读

一些现实的生活

深夜里，你静静地坐着。邻居们都外出度假去了。突然，前门被重击了一下，接着是一声尖叫，然后又是死一般的沉寂。你拿起电话分机想打一个电话，却发现你的配偶在与其他人进行着亲密的交谈。

你在经理的办公室里等着经理回来。你决定偷看一下桌上的文件。当你正在看时，经理突然走了进来。

在对奖券号码时，你发现自己中了1万美金的大奖。

当你在外面散步时，遇见了一个多年未见的好友。

当你与配偶在外散步时，突然一群飞车党围了上来，用车尾烟和各种喧嚣的噪音来向你挑衅。

即使不是每时每刻，情绪每天都会出现在日常生活当中。但当要对情绪理论进行阐述时却不得不暂时脱离日常生活，转而开始思考是什么造就了一个好的情绪理论。如果有学者想要构建一个情绪理论，这一理论必须包括哪些内容和有哪些问题值得特别关注均是它需要考虑的内容。尽管还会有许多相当合理的问题值得一提，但这些问题作用是有限的。为了判断怎样的理论才是一个好的情绪理论，理解是什么造就了一个被广泛接受或者至少在心理学领域被接受的好的情绪理论是至关重要的。这也是构建一个好的情绪理论的出发点。

对一个好的理论所应具备的特征可能会有许多细致的要求。但在实际应用时，却没有必要依据这些要求一条一条地来评定，只需要根据该理论的实际情况选择一些值得特别关注的要求来评定就可以了。

任何理论不仅是对这个世界中某些事物的一个令人信服的总结，也必须能够对这些事物进行合理的解释。就情绪领域而言，评价一个特别的理论时，需要考虑的问题包括：该理论是否能够解释其他理论所不能解释的东西？它的解释是否比其他理论更好，是否符合逻辑的要求？

当然，在评价一个理论的科学价值时，首先要考虑的并非上面所提到的两个问题。通常情况下，首先要考虑的问题是理论所预测结果的可验证性。毫无疑问，这是评价该理论的一个非常重要的指标，但它却不是最为重要的。在作者看来，它仅仅是评价一个理论

非常必要的一个环节。

在情绪这样一个复杂而且充满困难的研究领域，一个理论的价值更依赖于该理论是否能够激发出一些新的观点或者提供一些新的角度来看待所要研究的问题。如果一个理论可以促进对理论本身的再次审视，进而导致该理论突破原有的理论框架形成新的可验证性假设，那么这一理论的科学价值更为重大。

最后，需要谈及的是理论的适用广度问题。在情绪这样一个研究范围非常广泛的领域，要尤其注意理论的适用广度问题。有些理论可能是一般性的情绪理论，而有些理论则是关注于诸如恐惧和内疚这样一些特殊领域的情绪理论。不同理论的适用广度是不同的，有些理论的适用范围较窄，例如某些理论仅仅关注于情绪与记忆之间的联系或情绪表达与再认之间的联系，而某些理论的适用范围相对较宽，例如关注情绪与文化之间联系的理论。每种理论均会有自身的适用范围，因而界定每种理论的适用范围是非常重要的，这也是评价一个理论科学价值的一个指标。

一个情绪理论应该说明什么问题

如果一个情绪理论被认为是有价值的，是一个好的情绪理论，那么它究竟应该说明什么问题？为了回答这一问题，需要回顾一下最近许多情绪理论学者的观点。

一个情绪理论的价值在于它自身所能说明、所能解释的问题是什么。一个一般性的情绪理论应当涉及痛苦时的尖叫、悲痛时的抽噎、快乐时的笑声、难堪时的脸红以及羞愧时的局促不安等内容，能够说明日本社会所特有的情绪特征如对腐败的切齿痛恨、对孩子成就的自豪、对得到栽培的渴望，能够解释惊恐发作中对生命可能的威胁和抑郁症所导致的无助和自杀的绝望。

情绪渗透在生活之中，人们所说所做的每一件事情均包含着情绪的成分。情绪反映在生理活动之中，反映在表达方式之中，反映在个体行为当中；它与认知相生相伴；它跨越文化，跨越人际，将人与人联系了起来。情绪集中体现在个人的情感（Feeling，本书中的情感主要指的是情绪的主观感受）上。如同生理性的疼痛，情绪使人们获得了关于自身的信息，它融入了人们的主观体验，融入了人类的生存。

现在再回到一个好的情绪理论的特征上来，拉扎勒斯（Lazarus，1991a，b）提出了一个好的情绪理论应当阐明的12项内容：

- （1）情绪的确切定义；
- （2）区分情绪与非情绪；
- （3）回答情绪是否是独立的过程；
- （4）行动倾向和生理变化在情绪中的角色；
- （5）不同情绪之间相互作用和相互依赖的方式；

- (6) 认知、动机及情绪之间的联系;
- (7) 情绪的生物学基础与社会文化基础之间的关系;
- (8) 评价与意识的角色;
- (9) 情绪的激发;
- (10) 情绪发展的方式;
- (11) 情绪对总体功能和主观幸福感的影响;
- (12) 心理治疗对情绪的影响。

事实上,许多情绪理论学者的观点与拉扎勒斯的观点是一致的。另外还有1~2项内容尽管拉扎勒斯并未提及,但也是值得关注的,在后面的内容中将会提到。

为了满足上述12项评价内容的要求,拉扎勒斯认为任何一个情绪理论必须将大量引出情绪的情境以及情绪在神经通路中的传导过程综合起来。这样,一个情绪理论就需要提出许多种命题。例如,一些命题将情绪视为因变量,引起情绪反应的原因诸如人格、环境、文化及评价等则为自变量;而另一些命题则将情绪视为了自变量,情绪所产生的影响则为因变量。在拉扎勒斯看来,一个情绪理论应当包括与特殊情绪有关的命题。理所当然的,这些与特殊情绪有关的命题必须与一般性的情绪命题保持一致,并依赖于该理论纳入了哪些特殊的情绪。依此推理,最终又会回到最初对情绪的定义上来,于是理论上的努力又回到了起点——什么是情绪?

从另一个角度来看这一问题,有必要回顾一下欧特雷(Oatley, 1992)在这方面的贡献。在一本侧重于实证研究和认知神经科学的书中,他根据欧特雷和约翰逊-莱尔德(Oatley & Johnson-Laird, 1987)的情绪交流理论也提出了情绪理论所应阐明的7项内容:

- (1) 情绪的功能;
- (2) 能够将民间理论与科学理论连接起来的各种独立的情绪;
- (3) 情绪唤起的无意识性;
- (4) 情绪的人际交流;
- (5) 情绪对目标相关性评价的依赖;
- (6) 伴有独特生理变化的基本情绪;
- (7) 个体模仿他人计划和理解他人情绪的能力。

欧特雷所倡导的这种类型的情绪理论是从一个独特的角度出发的,但总体而言也是远远不够的。显然,这种理论的命题与拉扎勒斯所推崇的理论的命题存在部分的重叠,但这两种理论所强调的重点却各不相同。欧特雷进一步提出他所倡导的情绪理论有两种检验方法,包括莱克托斯(Lakatos, 1978)检验和波普尔(Popper, 1945)检验。莱克托斯检验强调与相关理论而不是其他竞争性的理论相比,一个理论应该能够处理更多的证据。波普尔检验则强调从一个理论中衍生出的研究假设是否与理论本身相矛盾。

根据欧特雷的观点,一个情绪理论所涉及的内容十分广泛,应当包括情绪的生理、行

为、认知和体验等方面的内容。它不仅需要考虑到情绪的发展、情绪的病理学，还需要考虑到情绪作为一种社会现象这一侧面。然而，并非所有的情绪理论学者都依照欧特雷的观点进行研究，一些学者仅仅侧重于情绪的某一个侧面，希望在某一侧面有所成就。

对情绪理论的研究还有一些相对偏激的观点，如邓曾恩（Denzin, 1984）就认为应当完全从社会现象学的角度来研究情绪，这是一种完全不依赖于自然科学的命题和研究方法的观点。根据这种观点，任何对情绪的研究都必须从真实的情绪出发，关注于情绪本身，然后再去探究情绪的意义。对情绪的现象学描述之后，是对情绪现象的解释，邓曾恩认为任何解释都应当被严格地限制在真实的情绪体验之中。

邓曾恩提出了多项评价现象学解释的标准。他认为任何解释的结果均必须依据引发情绪的情境，这样做的目的也不在于验证某个情绪理论，而是进行描述性解释的需要。简而言之，任何研究情绪的社会现象学方法都必须包括拆析、获取、浓缩、建构和情境化等手段（Denzin, 1984, p.10）。显然，这样的评价标准与任何以自然科学为背景的评价体系完全不同，而与本书后面将会提及的一些新兴的研究取向如后现代主义的评价体系有一定的相似之处。

对于一个情绪理论的涵盖面应该广泛一些还是应仅仅严格地限制在某一个领域，目前还没有一个公允的观点。这是一个仁者见仁、智者见智的问题，一方面有人认为理论方面的内容涵盖面相对窄一些会更具有实际价值，另一方面也有人认为为了更为深入而全面地理解如情绪这样涵盖面非常广泛的主题，理论方面的内容应尽可能地广泛。作者对此的看法是涵盖面相对窄一些的理论更为有用，许多这样理论的集合就可以构成一个内容更为广泛的情绪理论总体。

如何使用本书

本书的结构相对简单，收集了150余种情绪理论。根据它们所偏重的内容，分类进行阐述，其中第三章为现象学理论，第四章为行为理论，第五章为生理学理论，第六章为认知理论，第九章为发展理论，第十章为社会理论，第十一章为临床理论。每一章均对所涉及的主要理论进行了总结并进行了相应的评价。

另外，本书还收录了其他一些情绪研究的内容，第二章介绍了一些早期的情绪理论，有许多现代情绪理论均是随之衍生而来的；第八章介绍了一些与特殊情绪如愤怒及焦虑有关的理论；第十二章和第十三章介绍了一些侧重于个体、环境以及文化等方面的情绪理论；第七章则介绍了一些试图涵盖情绪各个方面的综合理论。同样，每一章也对所涉及的主要理论进行了总结并进行了相应的评价。

考虑到有一些情绪理论起源于哲学、历史学、人类学和社会学等心理学之外的相关学科，第十四章对这样一些情绪理论所引出的主题也进行了概括和讨论。此外，还有一些跨

多学科的现代情绪理论，例如立足于社会建构论的情绪理论和秉承社会科学后现代主义的情绪理论，在本书第十五章中都将进行介绍。

心理学和其他社会科学来自于日常生活，最终也将回到日常生活之中。尽管本书主要介绍的是一些情绪理论，似乎是一本纯学术的著作，但其真正的目的在于从日常生活出发，评价和综合许多试图理解情绪的尝试。目前有许多书籍和数以千计的研究论文报告了大量情绪领域的实证研究，这些研究采用多种具有说服力的研究方法。卡西奥泊和加德纳（Cacioppo & Gardner, 1999）对最近的实证研究进行整理后，发现目前对情绪的研究主要集中在如下几个方面：引出情绪的程序、情绪的测量、确定情绪的神经通路、实验室与真实情境中所产生的情绪的比较、情绪的语言分析、情绪的自我报告法、情绪判断的跨文化一致性、情绪的大脑不对称性、情绪反应的面部信号、情绪与认知的联系以及情绪的功能等。

本书的完成直接或间接地获益于上述研究的结果。尽管本书的目的是在日常生活中，在更为广阔的真实世界中去理解情绪，然而主要讨论的侧重点依然是各种情绪理论，这可能也是本书的瑕疵之一。但归根到底，任何科学的精髓都在于理论与实践的紧密结合。

本书采取了两种探索性的尝试来实现学术上和知识上的情绪理论与日常生活的结合。其一是在每一章开始时，列举一些日常生活中的实例，再根据这些实例引入将要探讨的理论。其二是在每一章结尾时，根据所探讨的理论，列出一些应用性问题，这样做的目的在于将所探讨的理论再次引入到日常生活之中。希望这两种尝试能够促进读者的学习和思考，能够帮助读者将理论知识与日常生活联系起来。

本章摘要

1. 应从理论所能解释的问题、语言逻辑性、可检验性、激发新观点的能力以及适用广度等几个方面来评价一个理论。
2. 情绪能够从多个层面、多个侧面提供个人的信息。
3. 对于一个成功的情绪理论应该包括什么内容这一问题，拉扎勒斯和欧特雷提出了一些令人信服的观点。
4. 本书的目的在于从日常生活的背景中，评价和综合许多试图理解情绪的尝试。

建议进一步阅读

- Denzin, N. K. (1984). *On Understanding Human Emotion*. San Francisco: Jossey-Bass.
Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
Oatley, K. (1992). *Best Laid Schemes*. Cambridge: Cambridge University Press.