

Handbook Of Emotions

Third Edition

情绪心理学

第3版

【美】

迈克尔·刘易斯 珍妮特·M.哈维兰-琼斯 莉莎·费尔德曼·巴雷特

编著

南莎 译

《情绪心理学》第一版被《选择》(Choice)杂志评为1995年的一本“杰出学术著作”。

情绪研究的价值——这些研究与认知、与人性，以及与社会和健康问题的相互联系已经变得有目共睹。



中国工信出版集团



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

Handbook Of Emotions

Third Edition

情绪心理学

第3版

【美】

迈克尔·刘易斯 珍妮特·M. 哈维兰-琼斯 莉莎·费尔德曼·巴雷特

编著

南莎 译

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

©2008 The Guilford Press

The simplified Chinese translation right arranged through Rightol Media.

本书的中文简体版权经由锐拓传媒获得 Email:copyright@rightol.com

由电子工业出版社出版发行。

版权贸易合同登记号 图字：01-2015-0633

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

情绪心理学：第3版 /（美）刘易斯（Lewis,M.），（美）哈维兰-琼斯（Haviland-Jones,J.M.），（美）巴雷特（Barrett,L.F.）编著；南莎译．—北京：电子工业出版社，2015.7

书名原文：Handbook of emotions

ISBN 978-7-121-25575-5

I．①情… II．①刘… ②哈… ③巴… ④南… III．①情绪—心理学 IV．①B842.6

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第036236号

策划编辑：张 昭

责任编辑：夏平飞 文字编辑：张岩雨

印 刷：北京京师印务有限公司

装 订：北京京师印务有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本：787×1 092 1/16 印张：39.5 字数：1140千字

版 次：2015年7月第1版

印 次：2015年7月第1次印刷

定 价：188.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至 zls@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

关于作者

迈克尔·刘易斯 (Michael Lewis), 博士, 美国新泽西医科与牙科大学罗伯特伍德约翰逊医学院儿科学和精神病学的杰出教授兼儿童发育研究所主任。已经撰写或编辑了30多本有关发展心理学的书籍, 并且, 在1995年发展心理学刊物《发展评论》(*Developmental Review*) 发布的一项调查中, 迈克尔·刘易斯在发展心理学领域的学术影响方面位列第一。他是《发展精神病理学手册》(*The Handbook of Developmental Psychopathology*) 的联席主编。他的著作《改变命运: 为什么过去并不预测未来》(*Altering Fate: Why the Past Does Not Predict the Future*) (1998年) 入围麦寇比图书奖 (Maccoby Book Award) 最终候选名单。他近期联席主编了新教科书《婴儿发育入门》(*Introduction to Infant Development*) 第二版。

珍妮特·M. 哈维兰-琼斯 (Jeanette M. Haviland-Jones), 博士, 美国罗格斯新泽西州立大学心理学教授兼人类情绪实验室主任。25年间, 她撰写了大量有关情绪发展的文章。她与卡罗尔·马盖 (Carol Magai) 合著了《隐秘的情绪天才》(*The Hidden Genius of Emotion*) 一书。她的长期研究兴趣包括情绪表达在一生中的变化、情绪的性别差异, 以及情绪对认知及对个性带来的组织影响。近期她发起了对情绪沟通的化学感应特性的研究, 包括对情绪环境的研究。

莉莎·费尔德曼·巴雷特 (Lisa Feldman Barrett), 博士, 美国波士顿大学心理学教授兼跨学科情感科学实验室主任, 并在哈佛医学院和麻省总医院任职。她的主要研究重点是从社会心理学、精神心理学、认知科学和神经科学角度探究情绪的本性。巴雷特博士已经发表了80多篇论文和书中的章节。她和彼得·萨洛维 (Peter Salovey) 编辑了《感觉中的智慧: 情绪智力中的心理过程》(*The Wisdom in Feeling: Psychological Processes in Emotional Intelligence*) 一书, 与宝拉·尼登塔尔 (Paula Niedenthal) 和彼得·温克尔曼 (Piotr Winkelman) 编辑了《情绪与意识》(*Emotion and Consciousness*)。她是实验社会心理学学会的职业轨迹奖得主; 她从詹姆斯·麦基恩·卡特尔基金会 (James McKeen Cattell Fund) 和心理科学协会 (Association for Psychological Science) 获得过詹姆斯·麦基恩·卡特尔奖; 她是美国国立卫生研究院主任先驱奖 (NIH Director's Pioneer Award) 得主; 她是美国哲学会 (American Philosophical Society) 会员。她2006年发表了一次心理科学学会威廉·詹姆斯关于心理科学的杰出演讲 (APS William James Distinguished Lecture in Psychological Science), 她目前是《情绪评论》(*Emotion Review*) 杂志的联席主编。

供 稿 人

- 乔-安妮·巴赫罗夫斯基 (Jo-Anne Bachorowski), 博士, 田纳西州纳什维尔范德比尔特大学心理学系
- 莉莎·费尔德曼·巴雷特 (Lisa Feldman Barrett), 博士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系
- 约翰·E. 贝茨 (John E. Bates), 博士, 印第安纳州布卢明顿印第安纳大学心理学和脑科学系
- 加里·G. 本森 (Gary G. Berntson), 博士, 俄亥俄州哥伦布市俄亥俄州立大学心理学系
- 伊莱扎·布利斯-莫罗 (Eliza Bliss-Moreau), 文学士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系
- 乔治·A. 博南诺 (George A. Bonanno), 博士, 纽约州纽约市哥伦比亚大学师范学院咨询与临床心理学系
- 莱斯利·R. 布罗迪 (Leslie R. Brody), 马萨诸塞州波士顿大学心理学系
- 约翰·T. 卡西奥普 (John T. Cacioppo), 伊利诺伊州芝加哥大学心理学系和认知及社会神经科学中心
- 琳达·A. 卡姆拉斯 (Linda A. Camras), 博士, 伊利诺伊州芝加哥德保罗大学心理学系
- 杰拉尔德·L. 克罗尔 (Gerald L. Clore), 博士, 弗吉尼亚州夏洛茨维尔弗吉尼亚大学心理学系
- 迈克尔·A. 科恩 (Michael A. Cohn), 文学士, 密歇根州安阿伯密歇根大学心理学系
- 卡琳·G. 考夫曼 (Karin G. Coifman), 文科硕士, 纽约州哥伦比亚大学师范学院咨询与临床心理学系
- 男森·S. 康斯迪恩 (Nathan S. Consedine), 博士, 纽约州布鲁克林长岛大学心理学系和人类发展及老化跨文化研究所
- 勒达·科斯基德斯 (Leda Cosmides), 博士, 加利福尼亚州圣克拉拉加州大学圣巴巴拉分校心理学系和进化心理学中心
- A. D. (巴德)·克雷格 (A. D. (Bud) Craig), 博士, 亚利桑那州凤凰城巴罗神经学研究所阿特金森研究实验室
- 马修·戴维森 (Matthew Davidson), 文学士, 纽约州哥伦比亚大学心理学系
- 布莱恩·T. 德特韦勒-比德尔 (Brian T. Detweiler-Bedell) 博士, 俄勒冈州波特兰刘易斯和克拉克学院心理学系
- 洁鲁夏·B. 德特韦勒-比德尔 (Jerusha B. Detweiler-Bedell), 俄勒冈州波特兰刘易斯和克拉克学院心理学系
- 迈克尔·A. 迪芬巴赫 (Michael A. Diefenbach), 博士, 纽约州西奈山医学院生殖学系和肿瘤学系
- 艾德·迪纳 (Ed Diener), 博士, 伊利诺伊州伊利诺伊大学厄巴纳-尚佩恩分校心理学系
- 肯尼斯·A. 道奇 (Kenneth A. Dodge), 博士, 北卡罗莱纳州达勒姆杜克大学公共政策研究系
- 塞思·邓肯 (Seth Duncan), 文科硕士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系
- 塞拉·S. 法塔尼 (Serah S. Fatani), 文科硕士, 伊利诺伊州芝加哥德保罗大学心理学系
- 阿格尼塔·H. 费希尔 (Agneta H. Fischer), 博士, 荷兰阿姆斯特丹大学社会心理学系
- 詹尼弗·E. 菲特 (Jennifer E. Fite), 文科硕士, 印第安纳州布卢明顿印第安纳大学心理学和脑科学系
- 马克·弗兰克 (Mark Frank), 博士, 纽约州布法罗市纽约州立大学布法罗分校传播学系

巴巴拉·L. 弗雷德里克森 (Barbara L. Fredrickson), 博士, 北卡罗莱纳州大学查珀尔希尔分校心理学系

尼科·H. 弗利达 (Nico H. Frijda), 博士, 荷兰阿姆斯特丹大学心理学系

杰克逊·A. 古德奈特 (Jackson A. Goodnight), 文学士, 印第安纳州伯明顿印第安纳大学心理学和脑科学系

劳拉·古林 (Laura Goorin), 文科硕士, 纽约州哥伦比亚大学师范学院咨询与临床心理学系

莱斯利·S. 格林伯格 (Leslie S. Greenberg), 博士, 加拿大安大略省约克大学心理学系

詹姆斯·J. 格罗斯 (James J. Gross), 博士, 加利福尼亚州斯坦福大学心理学系

乔纳森·海特 (Jonathan Haidt), 博士, 弗吉尼亚州夏洛茨维尔弗吉尼亚大学心理学系

朱迪斯·A. 霍尔 (Judith A. Hall), 博士, 马萨诸塞州波士顿东北大学心理学系

保罗·L. 哈里斯 (Paul L. Harris), 哲学博士, 马萨诸塞州剑桥哈佛大学教育学院

珍妮特·M. 哈维兰-琼斯 (Jeannette M. Haviland-Jones), 博士, 新泽西州新布伦瑞克新泽西州立大学心理学系人类情绪实验室

马克·W. 赫尔南德斯 (Marc W. Hernandez), 博士, 伊利诺伊州芝加哥大学心理学系

马丁·L. 霍夫曼 (Martin L. Hoffman), 博士, 纽约州纽约大学心理学系

兰德尔·霍顿 (Randall Horton), 博士, 伊利诺伊州芝加哥大学比较人类发展系

爱丽丝·M. 伊森 (Alice M. Isen), 博士, 纽约州伊萨卡康奈尔大学心理学系和约翰逊管理学院

蒂芬尼·A. 伊藤 (Tiffany A. Ito), 博士, 科罗拉多州博尔德科罗拉多大学心理学系

P. N. 约翰逊-莱尔德 (P. N. Johnson-Laird), 博士, 新泽西州普林斯顿大学心理学系

克雷格·约瑟夫 (Craig Joseph), 博士, 伊利诺伊州芝加哥大学比较人类发展系; 伊利诺伊州埃文斯顿西北大学心理学系

乔希·约瑟夫 (Josh Joseph), 文学士, 纽约州哥伦比亚大学心理学系

达契尔·克特纳 (Dacher Keltner), 博士, 加利福尼亚州伯克利加州大学伯克利分校心理学系

玛格丽特·E. 凯梅尼 (Margaret E. Kemeny), 博士, 加利福尼亚州洛杉矶加州大学洛杉矶分校精神病学系

伊丽莎白·A. 肯辛格 (Elizabeth A. Kensinger), 博士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系

赫蒂·科伯 (Hedy Kober), 文学士, 纽约州哥伦比亚大学心理学系

安·M. 克林 (Ann M. Kring), 博士, 加利福尼亚州伯克利加州大学伯克利分校心理学系

杰夫·T. 拉尔森 (Jeff T. Larsen), 博士, 德克萨斯州拉伯克德州科技大学心理学系

约瑟夫·E. 勒杜 (Joseph E. LeDoux), 博士, 纽约州纽约大学神经科学中心

伊丽莎白·A. 来莫莱斯 (Elizabeth A. Lemerise), 博士, 肯塔基州鲍灵格林西肯塔基大学心理学系

霍华德·利文撒尔 (Howard Leventhal), 博士, 罗格斯新泽西州立大学心理学系健康、保健政策和老龄化研究所

迈克尔·刘易斯 (Michael Lewis), 博士, 新泽西州新布伦瑞克新泽西医科与牙科大学罗伯特伍德约翰逊医学院儿科学系儿童发育研究所

克里斯滕·A. 林德基斯特 (Kristen A. Lindquist), 文学士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系

乔治·洛文斯坦 (George Loewenstein), 博士, 宾夕法尼亚州匹兹堡卡内基·梅隆大学社会和决策科学系

理查德·E. 卢卡斯 (Richard E. Lucas), 博士, 密歇根州东兰辛密歇根州立大学心理学系
黛安·M. 麦凯 (Diane M. Mackie), 博士, 加利福尼亚州圣巴巴拉加州大学圣巴巴拉分校心理学系
卡罗尔·马盖 (Carol Magai), 博士, 纽约州布鲁克林长岛大学心理学系和人类发展及老化跨文化研究所
安东尼·S. R. 曼斯台德 (Antony S. R. Manstead), 哲学博士, 英国威尔士卡迪夫大学心理学院
戴维·松本 (David Matsumoto), 博士, 加利福尼亚州旧金山旧金山州立大学心理学系
约翰·D. 迈耶 (John D. Mayer), 博士, 新罕布什尔州达拉谟新罕布什尔大学心理学系
克拉克·R. 麦考利 (Clark R. McCauley), 博士, 宾夕法尼亚州布林莫尔学院心理学系
苏珊妮·M. 米勒 (Suzanne M. Miller), 博士, 宾夕法尼亚州费城福克斯·大通癌症中心行为研究核
心设施心理社会学和行为医疗项目人口科学分部以及乳腺癌行为重点研究基地

马文·明斯基 (Marvin Minsky), 博士, 马萨诸塞州剑桥麻省理工学院电气工程与计算机科学系及
麻省理工学院媒体实验室

詹尼弗·迈兹 (Jennifer Mize), 文学士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系

宝拉·M. 尼登塔尔 (Paula M. Niedenthal), 博士, 法国克莱蒙费朗全国科研中心及克莱蒙费朗大学
社会和认知心理学实验室

基思·奥特利 (Keith Oatley), 博士, 加拿大安大略省多伦多大学大学学院认知科学项目

阿恩·奥曼 (Arne Öhman), 博士, 瑞典斯德哥尔摩卡罗林斯卡学院临床神经科学系心理学部门

安德鲁·奥托尼 (Andrew Ortony), 博士, 伊利诺伊州埃文斯顿西北大学心理学系

莫林·奥沙利文 (Maureen O' Sullivan), 博士, 加利福尼亚州旧金山旧金山大学心理学系

迈克尔·J. 欧文 (Michael J. Owren), 博士, 佐治亚州亚特兰大市佐治亚州立大学心理学系和行为神
经科学中心

雅克·潘克塞普 (Jaak Panksepp), 华盛顿州普尔曼华盛顿州立大学兽医学院兽医和比较解剖学、药
理学和生理学系

埃伦·彼得斯 (Ellen Peters), 博士, 俄勒冈州尤金决策研究机构

伊丽莎白·A. 菲尔普斯 (Elizabeth A. Phelps), 博士, 纽约州纽约大学心理学系

柯尔斯顿·M. 珀尔曼 (Kirsten M. Poehlmann), 博士, 加利福尼亚州圣地亚哥加州大学圣地亚哥分
校神经科学系

马修·波特 (Matthew Porter), 博士, 纽约州西奈山医学院肿瘤科学系

斯科特·里克 (Scott Rick), 博士, 宾夕法尼亚州费城沃顿商学院运营和信息管理系

保罗·罗津 (Paul Rozin), 博士, 宾夕法尼亚州费城宾夕法尼亚大学心理学系

詹姆斯·A. 罗素 (James A. Russell), 博士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系

凯洛琳·萨尼 (Carolyn Saarni), 博士, 加利福尼亚州罗内特帕克心索诺玛州立大学心理咨询系

彼得·沙洛维 (Peter Salovey), 博士, 康涅狄格州纽黑文耶鲁大学心理学系

丹尼尔·L. 沙克特 (Daniel L. Schacter), 博士, 马萨诸塞州剑桥哈佛大学心理学系

奥夫古斯塔·施斯戴字克 (Avgusta Shestyuk), 博士, 加利福尼亚州伯克利加州大学伯克利分校海
伦·威尔斯神经科学研究所

米歇尔·N. 盐田 (Michelle N. Shiota), 博士, 亚利桑那州坦佩亚利桑那州立大学心理学系

理查德·A. 施韦德 (Richard A. Shweder), 博士, 伊利诺伊州芝加哥市芝加哥大学比较人类发展学系

艾略特·R. 史密斯 (Eliot R. Smith), 博士, 印第安纳州布卢明顿印第安纳大学心理学和脑科学系

罗伯特·C. 所罗门 (Robert C. Solomon) (已故), 博士, 德克萨斯州奥斯丁德克萨斯大学奥斯汀分校

哲学系

彼得·N. 斯特恩斯 (Peter N. Stearns), 博士, 弗吉尼亚州费尔法克斯乔治·梅森大学历史系和教务长办公室

迈克尔·斯迪法尼克 (Michael Stefanek), 博士, 佐治亚州亚特兰大美国癌症学会行为研究中心
南希·L. 斯坦 (Nancy L. Stein), 博士, 伊利诺伊州芝加哥芝加哥大学心理学系和比较人类发展系
简·E. 斯泰茨 (Jan E. Stets), 博士, 加利福尼亚州里弗赛德加州大学里弗赛德分校社会学系
约翰·托比 (John Tooby), 博士, 加利福尼亚州圣巴巴拉加州大学圣巴巴拉分校人类学系和进化心理学中心

汤姆·塔拉巴索 (Tom Trabasso)(已故), 博士, 伊利诺伊州芝加哥市芝加哥大学心理学系
乔纳森·H. 特纳 (Jonathan H. Turner), 博士, 加利福尼亚州里弗赛德加州大学里弗赛德分校社会学系

托尔·D. 韦杰 (Tor D. Wager), 博士, 纽约州纽约市哥伦比亚大学心理学系
阿琳·S. 沃克-安德鲁斯 (Arlene S. Walker-Andrews), 博士, 蒙大拿州米苏拉蒙大拿大学心理学系和教务长办公室

雪莉·C. 威登 (Sherri C. Widen), 博士, 马萨诸塞州切斯努特山波士顿学院心理学系
帕特里夏·J. 威尔逊 (Patricia J. Wilson), 博士, 宾夕法尼亚州费城拉塞尔大学心理学系

序 言

当我们在1993年出版《情绪心理学》第一版时，情绪研究开始兴盛。从那时起，人们已经认识到，这方面的研究在对人类的任何研究中是必不可少的。新世纪伊始，情绪研究的价值——由于这些研究与认知、人性，以及与社会和健康问题的相互联系——已经变得有目共睹。《情绪心理学》第二版试图应对这种新挑战，促使我们深思已经完成的成果，并开始探讨今后的新课题。

《情绪心理学》第一版被《选择》(Choice)评为1995年的“杰出学术著作”。第三版延续了这一传统，力求既汇编我们已经知晓的内容，也介绍那些吸引了我们的新理念。对于那些刚刚开始对情绪研究感兴趣的人们而言，这卷书提供了需要研究的新领域，并以新角度看待老问题，应当会进一步激发他们的兴趣。对于那些继续在这个领域工作，并且曾经作为独立科学家孤军奋战的人们来说，《情绪心理学》第三版展示出随着新领域的开拓和新的研究人员做出的显著的贡献，这个领域呈现出生机和活力。这种发展反映目前有庞大的学者群投身于有关情绪的研究和探讨概念问题上。只有当学者的数量达到现在的规模时，这些研究活动才能得到加强。

本版包含了与头两版不同的新章节，也包含了对第一版和第二版中部分章节的内容更新。内容更新反映了过去15年中的研究，新章节反映了对于情绪如何与行为的其他方面相互作用的进一步扩展的理解。因此本版包括了这个领域中的前辈们的作品，前辈们在继续扩展他们最初的理念；本版也包括新的研究者们的成就，记录了他们对情绪研究的贡献。在第三版中，我们的兴趣依然保留在第一部分“跨学科的基础”(Interdisciplinary Foundations)上，在一些论题上增加了几个修订的章节，并新增了一章有关经济学的内容。第二部分“生物的和神经生理学的方法”包括了有关神经影像学和嗅觉的新章节。尽管在第二版中“社交和个性问题(Social and Personality Issues)”被作为书中单独的一部分加以考虑，但我们在第三版中将其分成两个独立的部分，这反映了情绪研究已经越来越成为对社交世界的研究以及对人性的研究的一部分。第三部分“发育变化”包括了有关情绪发展的生命历程的新章节。“认知因素”和“健康与情绪”这两部分都得到扩展，包含有关人工智能和情绪在神经内分泌和免疫系统中的角色的新章节。最后一部分“特定情绪”(Select Emotions)也反映了对正面情绪的兴趣。我们努力既从更广阔的视角也从更为集中的视角审视情绪，使得读者既能够知晓情绪在形形色色的领域中的作用，也能获得对于特定情绪的更为集中的观点。

尽管这一版《情绪心理学》与第一版有相同的基本架构，但是可以涵盖的题目太多了，我们非常遗憾地不得不忽略一些领域。我们选定了一些领域，是因为我们认为这些领域将展示出重要性；我们选定了另一些领域，是因为它们卓有成效；我们还选定了一些领域，仅仅是为了平衡不同的观点。集思广益，汇聚《情绪心理学》的博大内容，以及与这么一大群各不相同的学者共事，是巨大的挑战和荣幸。

本卷书的出版归功于我们的供稿人。

我们依然期望，学者、临床医生以及来自各学科的学生感到我们的努力对他们有帮助。最后，我们要感谢斯泰西·那波利（Stacey Napoli），没有斯泰西，这一版是不可能问世的。

迈克尔·刘易斯

珍妮特·M. 哈维兰-琼斯

莉莎·费尔德曼·巴雷特

目 录

第一部分 跨学科的基础

- 第一章 情绪的哲学 / 2
- 第二章 情绪的历史：变化和冲击 / 14
- 第三章 情绪的社会学 / 26
- 第四章 有情感的大脑和核心意识：神经活动如何产生情绪感觉？ / 38
- 第五章 心理学家的视角 / 55
- 第六章 情绪在心理治疗中的临床应用 / 72
- 第七章 情绪、音乐和文学 / 83
- 第八章 情绪的进化心理学以及情绪与内在调节变量的关系 / 93
- 第九章 情绪在经济行为中的角色 / 113

第二部分 生物学和神经生理学的方法

- 第十章 大脑中的情绪网络 / 130
- 第十一章 情绪的心理生理学 / 143
- 第十二章 情绪的声音表达 / 154
- 第十三章 情绪的面部表情 / 165
- 第十四章 嗅出情绪：气味和化学信息素中的情绪信息及挑战 / 182
- 第十五章 情绪的神经影像学 / 193
- 第十六章 内感受与情绪：一种神经解剖学角度 / 207

第三部分 发育变化

- 第十七章 面部表情的发育：关于婴儿情绪的当前观点 / 224
- 第十八章 人类情绪的出现 / 234
- 第十九章 儿童对情绪的理解 / 247
- 第二十章 情绪发育与社会背景的接口 / 256
- 第二十一章 幼儿对他人情绪的理解 / 268
- 第二十二章 婴儿期的模式间情绪过程 / 281

第四部分 社会视角

- 第二十四章 性别与情境下的情绪 / 304
- 第二十五章 情绪的文化心理学：古代的和更新的 / 315
- 第二十六章 群际情绪 / 332
- 第二十七章 共情和亲社会行为 / 342
- 第二十八章 情绪的社会功能 / 356

第五部分 个性问题

- 第二十九章 主观幸福感 / 366
- 第三十章 气质与情绪 / 376
- 第三十一章 情绪调节 / 386
- 第三十二章 情绪的复杂性 / 398

第六部分 认知因素

- 第三十三章 情绪智力 / 412
- 第三十四章 正面的情感能够以一些方式影响决策和问题解决 / 423
- 第三十五章 给情绪和想法建模：发展的、在线的和多层面的分析 / 445
- 第三十六章 情绪概念 / 455
- 第三十七章 记忆与情绪 / 466
- 第三十八章 表现情绪状态的框架 / 477
- 第三十九章 评价理论：认知如何将情感塑造成情绪 / 487

第七部分 健康与情绪

- 第四十章 情绪与健康行为：一个自我调节的角度 / 500
- 第四十一章 情感、神经内分泌和免疫系统与健康 / 511
- 第四十二章 情绪对健康的影响：来自发展功能主义的观点 / 521
- 第四十三章 情绪紊乱作为精神病理学中的跨诊断过程 / 531

第八部分 特定情绪

- 第四十四章 恐惧和焦虑：重叠和分离 / 542
- 第四十五章 愤怒与敌对的互动发展 / 559
- 第四十六章 自我意识的情绪：尴尬、自豪、羞愧和内疚 / 567
- 第四十七章 厌恶 / 580
- 第四十八章 正面情绪 / 595
- 第四十九章 悲伤和悲痛 / 611

第一部分

跨学科的基础

第一章

情绪的哲学

罗伯特·C. 所罗门 (ROBERT C. SOLOMON)

“什么是情绪？”这个问题是100多年前由威廉·詹姆斯 (William James) 准确地提出来的，他为《心灵》(Mind) 所撰写的一篇文章就以此为题。虽然，从苏格拉底 (Socrates) 和“前苏格拉底”以来，哲学家就一直关注情绪的性质，并且，尽管这一学科作为对理性的追求已经成熟了（主要是因为苏格拉底和他的学生柏拉图 (Plato)），但是情绪此前一直隐藏在背后——经常是作为对理性的威胁以及对哲学和哲学家构成的危险。对于理性和情绪的经久不衰的比喻之一是主人和奴隶的比喻，理性的智慧牢牢掌控，情绪的危险冲动被妥善地压抑、引导或者（理想情况下）与理性和谐一致。但是，“什么是情绪？”的问题，已被证明就像控制情绪一样难以解决。正当某个定义看起来充分合适时，又有一些新的理论崭露头角，挑战我们的认知。

主人-奴隶比喻展示了两个特点，这两个特点仍然在很大程度上决定今天关于情绪的哲学看法。首先是情绪的低等角色——这种观念认为，情绪是比理性原始、不如理性智慧、比理性野蛮，可靠性低于理性，并且比理性危险，因此情绪需要为理性所控制（亚里士多德 (Aristotle) 和其他有见识的雅典人也用这个理由来证明奴隶制的合理性）。其次，并且更为深刻的是，理性-情感自身存在的差别——仿佛我们是在与两种完全不同的自然天性，心灵的两个彼此冲突和对抗的方面打交道。即使是那些试图将它们整合并将其中一个简化成另一个的哲学家（通常是将情绪简化为理性的一种低等类型，一种“混乱的知觉”或“扭曲的判断”）也维护这种差别，并继续坚持理性的优越性。因此，当苏格蘭的怀疑论者大卫·休谟在18世纪发出著名的断言“理性是且应该是情感的奴隶”时，这成了他显著地打破旧习的一个标志。但是，即使是休谟，尽管对情绪的结构进行了巧妙的分析，最终仍然转而依靠旧有的模型和比喻。他的作品仍然是典型的对理性的颂扬，即使是在挑战了理性的局限时。

哲学是一门历史的学科。哲学受到其过去的约束和界定的程度，正如哲学受到任何特定的现象领域的约束和界定的程度。如果对哲学的丰富和复杂的过去没有一些理解，就不能理解和欣赏今天的哲学理论和辩论。即使一位哲学家声称“本质上”理解了情绪现象，或者分析了情绪的语言，如果不参照历史或参照任何此前的分析尝试，那么世代代人积累的反思和论证中的智慧和愚蠢都是不可避免的。尽管有人可能会不耐烦地从一开始就要求在当前的讨论开始之前“给术语下定义”，事实是定义最终只能在长时间的讨论之后出现，并且，即使到了那个时候，定义也始终是试探性的，只有在一个有限的语境和某些文化和个性模式下才是适合的。

在下文中，对于理解情绪，我试图选择性地概述情绪的哲学的历史，随后对哲学辩论中仍然核心的问题做一个小结。然而，考虑到哲学的性质以及哲学对理性的强调，我们会预期到，大部分的哲学分析的焦点已经是并且仍将是情绪中的更具认知的方面，情绪的生理方面以及在一定程度上情绪的社会和行为方面被轻视，或甚至被否认。相应地，哲学中的辩证法倾向于在其对这些经常被忽略的方面的再发现

中进退两难。有时情绪被贬斥为单纯的感觉和生理，是完全缺乏才智的，甚至是低于人类的。与此相反的是，情绪被归为真正智慧的美德；人们将情绪作为理性的适当主人，甚至是作为我们在世界上的存在的真正基础加以维护。然而，大多数哲学家，试图找到一些更温和的、多角度的观点。

可能有一种异议，情绪的哲学理论被看作“空想”性的猜测，缺乏社会学家的实证支持。然而，这种异议忽略了一个事实，即，哲学家与他们自封的作为纯粹理性的男男女女的声誉相反，哲学家自己是有情绪的，并且在大多数（但不是全部）情况下，哲学家有足够丰富的情绪库去支持多种情绪理论。正如笛卡尔（Descartes）在他对该主题的介绍中所说的那样，“每个人都有他的内在情感体验，没有必要从别处借用观察以发现它们的性质。”从根本上说，哲学和心理学之间的百年宿怨是没有道理的。它们的历史其实是一样的，并且情绪的现象对于它们两者是同样开放的。

情绪的哲学的历史

尽管哲学史经常被描述为理性发展的历史，例如，被伟大的19世纪德国哲学家黑格尔（G. W. F. Hegel）这样描述，但是哲学家从未完全忽略情绪，即使他们几乎一致拒绝它登上中心舞台。然而，过于强调“情绪”（emotion）一词将是错误的，因为其范围和含义多年来已经出现了显著的改变，造成这种情况的部分原因是关于情绪的理论的变化。因此，同样地，“情感”（passion）这个词也有着长久的和各种各样的变化，我们应提防误导性的假设，这种假设认为存在一个单一的、有序的、自然的现象类别在不同的时间被不同的语言的不同的标签简单地标记。“情感”与“情绪”作为术语的历史中，有各种感觉、欲望、感情、情绪、态度以及更具爆炸性的反应进进出出，这不取决于武断的哲学规定，而是取决于社会的、道德的、文化的和心理的因素的一个广泛的网络。因此，我们经常会发现，关注的焦点并非情绪本身，而是某些特定类型的情绪或特别的情绪及其在当时的风俗或道德中发挥的作用。

相应地，这样的情绪，并不构成柏拉图（Plato）（约公元前428年至公元前347年）在《理想国》（*The Republic*）（1974）中所定义的三分灵魂中的三个方面之一。三个方面是理性、精神和欲望；不仅仅是我们称之为情绪的东西似乎在精神和欲望之间被分开，并且，考虑到柏拉图在他的对话录《会饮篇》（*The Symposium*）（1989）中讨论爱（eros）作为对善（the Good）的热爱，在理性中也涉及情绪。相比之下，亚里士多德（Aristotle）（公元前384年至公元前322年）似乎确实有一个关于情绪本身的观点，但是，尽管亚里士多德对分类学狂热，相对于例如他花在研究美德和各种鸟类上的时间，他花费在列举和分析情绪上的时间较少。然而，在亚里士多德的《修辞术》（*Rhetoric*）中，他把情绪定义为“导致人的状态变得如此转变，以至于他的判断受到影响，并且其中伴随着快乐和痛苦。情绪的例子包括愤怒、恐惧、怜悯等，以及这些的对立面”【注释1】。（亚里士多德没有告诉我们这些“对立面”可能是什么。）亚里士多德详尽地探讨了某些情绪，特别是愤怒，他以非常现代的术语描述了愤怒。在《修辞术》中，他将愤怒定义为“面对针对一个人本人或者朋友的显眼的和合不合理的蔑视，给予显眼的复仇的苦恼欲望”。他补充说：“愤怒总是指向特定的某人，例如，指向克里昂（Cleon），而不是指向所有的人类”，并且他提到（如果只是顺带提及）几乎总是伴随着这样的情绪的身体上的痛苦。

然而，亚里士多德的分析的关键，是“轻蔑”的概念。这是愤怒的原因，并且它可能是“蔑视、怨恨或无理”的实例。亚里士多德仅仅给想象的轻蔑（换句话说，无端的愤怒仍然是愤怒）留下了余地，并且他将复仇的欲望置于中心的位置，从而在情绪的核心引入了行为学因素。我们可能会注意到，在如此众多的学科方面如此智慧超前的亚里士多德，似乎已经预先提出了大部分当代主要理论。他对愤怒的分析中包括独特的认知成分、特定的社会背景、行为倾向以及对生理唤起的确认。他甚至指出，身体或

心理上的不适——疾病、贫穷、爱情、战争、违背了预期，或者说是忘恩负义——产生愤怒的倾向。值得注意的是，亚里士多德几乎很少提到“感觉”（feeling），这可能并不是因为希腊人是麻木的，而是因为我们所说的（表述不一的）“情感”（affect）和内心的感觉（sensation）通常对他们来说没有多少兴趣，并且在他们的语言或他们的心理学中没有发挥显著作用。

也许亚里士多德关于情绪的观点中最重要的一点是，他的分析只有在更为广泛的道德关怀的背景下才是有意义的。他对于愤怒有兴趣，因为愤怒是对冒犯的一种自然反应，是一种道德力量，这种道德力量可以为理性和修辞术所培育和激起。（因此它被包含在一本有关这一主题的书。）在亚里士多德的《尼各马可伦理学》（*Nicomachean Ethics*）（1941）中所列出的传统的美德清单中，愤怒（以及其他几种情绪，尤其是骄傲）也是突出的，在此书中他相当详细地探讨了在哪些情况下适合发怒，在哪些情况下不适合，以及什么量和强度的愤怒是合理的。他提出，宽恕可能是一种美德，但仅仅是在有些时候。他还坚持认为，只有傻瓜才不发怒，并且尽管过度愤怒的人们可能是令人“忍无可忍”的，不愤怒（针对正确的冒犯）是一种恶习，而不是一种美德。就像在其他所有地方一样，亚里士多德在这里为“极端之间的平均”（mean between the extremes）进行了适度的辩护。因为他在《伦理学》中涉及勇气时也详尽探讨了恐惧，勇气不是无畏或者“克服”恐惧，而更多的是有适量的恐惧——既不是蛮干，也不是怯懦。换句话说，情绪对于好的生活的是至关重要的，对于情绪的性质的分析是伦理分析不可或缺的部分。

同样，在罗马时代，我们在斯多葛学派哲学中发现了道德和情绪的结合（见Sorabji, 2003；以及Nussbaum, 1994）。亚里士多德把情绪看作是对于好的生活必不可少的，而斯多葛学派分析情绪易导致痛苦，犯了概念性情绪错误。用现代术语来说，斯多葛学派的塞涅卡（Seneca）和克吕西普（Chrysippus）两千年前发展了一种关于情绪的内容充实的认知理论（尤其参见Seneca, 1963）。一句话，情绪是判断（judgment）——对于世界以及个人在世界中的位置的判断。但是罗马社会的世界并不是一个快乐的或特别理性的地方。（塞涅卡在尼禄皇帝[Emperor Nero]手下供职，并最终在尼禄皇帝的命令下自杀。）而且正如斯多葛学派把他们所生活的世界看作失控的和超越任何理性的预期的，他们把情绪（是情绪对世界施加了这样的预期）看作是对生活以及对我们在这个世界上所处的位置的被误导的判断。因此情绪使我们痛苦和沮丧。相应地，斯多葛学派对于构成情绪的组成部分的各种判断——在愤怒中道德判断的自以为是、爱的脆弱性、在恐惧中对安全的自我专注——进行了仔细的研究。另类者被看作是精神冷漠，或“apatheia”（冷漠）。斯多葛学派相信“更高”的理性，一种超出社交界的虚荣的理性。但是他们觉得，在那个世界里最好的生活，只能通过彻底了解情感依恋和情感卷入的最终的不意义来实现。

整个中世纪，对情感的研究又是通常与伦理联系起来，并且，它是基督教心理学和人性理论的中心，中世纪人依据这些来了解他们自己（见Hyman和Walsh, 1973）。对于各种“体液”（黑胆汁、黄胆汁、黏液，以及血液本身）对情绪气质的影响有详尽的准医学的研究，但是对于情绪的认知以及“意动”方面的研究尤其丰富（就像斯多葛学派中那样）。情绪基本上与欲望，特别是与自利的、自恋的欲望联系起来。并且因此基督徒对罪的专注导致对那些被认定为罪（尤其是贪婪、贪食、色欲、愤怒和嫉妒；懒惰，或许是一个特例）的情绪、情感和欲望的详尽分析。在如下的奇妙现象中对情绪的研究与伦理之间的紧密联系尤其显而易见：诸如爱、希望和信念等最高的美德，没有被归类为情绪，而是被提升到一个更高的地位，并且往往被等同于理性（例如，托马斯·阿奎那（Thomas Aquinas）这样做）。旧有的主人-奴隶比喻仍然存在，并且由于一些情绪被视为罪，几乎不可能把最高美德看作纯粹的情感。

回顾古代和中世纪的有关情绪的文献，勒内·笛卡尔（René Descartes）（1596—1650）被激怒，他写道，他们所教授的是“如此微不足道，并且大部分是远非如此地可信，以至于我无法对接近真理抱有任何希望，除了避开他们所走的道路”。笛卡尔通常被看作现代哲学“之父”，并且，在一种更具学术倾向

的看法中，他被看作沟通中世纪的学术世界与我们自己的学术世界之间的桥梁。但从根本上说笛卡尔是科学家和数学家，他敬畏“自然的理性之光”，并且着迷于人类心灵的独特的自主权。因此，他蔑视身体的和兽性的东西，坚持认为，心灵是与身体分离的独立的“物质”（并且野兽因此没有心灵）。然而，心灵与身体的分离，被证明是笛卡尔和他的后继者们所面临的一个著名的难题，并且，这个问题在其他任何地方都不如在他试图研究情绪时更为显而易见。对数学的思考可能显然是在心灵“里”，就像胃收缩是在身体里，但是情绪似乎需要心灵与身体之间以一种无可争辩的方式互动。因此，笛卡尔在他的专著《论灵魂的激情》（*On the Passions of the Soul*）（1649/1989）中为这样一种理论辩护，这种理论认为，心灵和身体在大脑基部的一个小腺体（现在被称为松果体）处“相遇”，并且后者通过刺激“动物精神”（血液内的微小颗粒）的方式影响前者，这引起了情绪以及情绪在身体各种部位的身体影响。但是情绪还不仅仅涉及这种身体刺激所导致的知觉，而且也涉及感知、欲望和信念。因此，在身体刺激和熟悉的知觉之外，仇恨的情绪最终产生于对一个客体的潜在危害性的感知，并涉及避免它的欲望。因此，情绪并不好像是仅仅是对身体的一种感知；正如笛卡尔所说的那样，情绪也可能是对心灵的感知（例如，对欲望的感知），并且一些感知（例如在梦里）事实上可能是有关于那些根本不存在的事物。

情绪是一种“情感”（*passion*），因为笛卡尔大体上将情感定义为“心灵的感知、感觉或情绪，我们与它有特别关联，[动物]精神的一些活动导致、维持和强化它”。总体上情感被与“清醒的认知”区分开来，情感造成判断“混乱和模糊”。情绪是尤其令人不安的情感。可是情绪能够受到理性的影响。例如，在写到勇气时，笛卡尔声称：

“要激发自己的勇气和消除恐惧，仅有这样做的意愿是不够的，我们也必须让自己思考那些理由、对象或实例，来说服我们认为危险不大，认为在防卫中的安全总是比在逃走时高，认为我们应该有已经战胜的荣耀和喜悦，同时我们应当预期从已经逃走中只能得到后悔和羞愧，等等。”

这样一来对生理的考量让路给对认知的考量，情绪从仅仅是身体的转变为成为智慧中一种必需的元素：“情感的效用，仅仅包含在它们在灵魂思想中巩固和长久保持那些好的应当被保留的东西，以及那些如果不保留，能够被轻易从中抹去的东西。”那么如何可能出现“坏”的情绪？“危害是它们对那些想法的巩固超出了必要，或者是，它们保存的其他那些想法是思考起来没有好处的。”笛卡尔多多少少为生理学所困惑（尽管他处在他的时代的科学的最前沿），他最终倾向于一种以价值为导向的情绪分析。他的六种“原始”情感——惊奇、爱悦、憎恶、欲望、欢乐和悲哀——并非是对动物精神的无意义的刺激，而是美好生活的组成成分。

巴鲁赫（贝内迪特）·斯宾诺莎（*Baruch (Benedict) Spinoza*）（1632—1677）很可能被认为是一位近代的斯多葛学派人士，就像古罗马的克吕西普和塞涅卡一样。正如斯多葛学派把情绪看作是对生活以及我们在世界上所处的位置的误导性的判断，斯宾诺莎也把情绪看作是“思想”（*thoughts*）的一种形式，在大多数情况下，情绪误解了世界并因此使我们痛苦和沮丧。但是与斯多葛学派不同的是，斯宾诺莎没有向往那种被称为“无欲心境”（*apatheia*）的“心灵的淡漠”；相反，在他的《伦理学》（*Ethics*）（1677/1982）中，他主张达到某种类别的“极乐”（*bliss*），只有一旦我们彻底搞通我们对世界的看法，我们才能达到“极乐”。特别是，我们不得不放弃认为我们正在控制或能够控制我们自己的生活的观念，而是采纳我们自己和我们的心灵是上帝（*God*）的一部分的包罗万象的观念。大部分情绪，是我们对世界没有理由的预期的被动反应，会使我们受伤、受挫、无精打采。

相反，积极的情绪，源自我们自己的真实本性，并提高我们的活跃感和觉悟感。斯宾诺莎，像斯多葛学派一样，开发了情绪的认知理论的一个早期版本。但是斯宾诺莎也捍卫了一种大而复杂的形而上学，在这种形而上学中所有的物质都是一体的，心灵和身体只不过是同一个存在的两“面”。因此，斯宾