

让考研简单不孤单

心理学考研 大纲解析(下)

凉音 李赞 主编
众学简快心理学教研中心 修订

【提示】本书包含科目

人格心理学、变态心理学、管理心理学、
临床与咨询心理学



心理学考研大纲解析（下）

凉音 李赞 主编



中国政法大学出版社

2018·北京

- 声 明
1. 版权所有，侵权必究。
 2. 如有缺页、倒装问题，由出版社负责退换。

图书在版编目(CIP)数据

心理学考研大纲解析. 下/凉音, 李赞主编. —北京: 中国政法大学出版社, 2018. 2
ISBN 978-7-5620-8100-5

I. ①心… II. ①凉… ②李… III. ①心理学—研究生—入学考试—自学参考资料 IV. ①B84

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第027454号

- 出版者 中国政法大学出版社
地 址 北京市海淀区西土城路25号
邮寄地址 北京100088信箱8034分箱 邮编100088
网 址 <http://www.cuplpress.com> (网络实名: 中国政法大学出版社)
电 话 010-58908285(总编室) 58908433(编辑部) 58908334(邮购部)
承 印 北京宝莲鸿图科技有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 16
字 数 403千字
版 次 2018年2月第1版
印 次 2018年2月第1次印刷
定 价 32.80元

心理学知识非常庞杂，需要进行记忆、背诵的有很多。不过，随着考研真题一年比一年灵活、一年比一年重视对专业素养的考查，我们不禁发现：如果考生只是对知识进行记忆、背诵，而缺乏理解与灵活应用的能力，那么会输得很惨。此外，不幸的是，目前市面上大量的辅导教材却依然停留在过去的水平，如，只是罗列、陈述基础知识。显然，当今考试环境下，这是不合适的。

鉴于上述原因，我们力争在新时代背景下，完全站在考生的角度，编写一本适合基础薄弱尤其是跨专业考生使用的大纲解析类教材，即《心理学考研大纲解析》。本书含有心理学学硕统考大纲和专硕命题指导意见，以便相关考生更顺利地复习使用。在编写本教程伊始，我们就已经决定要突出三个方面的特色：

第一，加强对心理学的经典研究进行讲解

近年对心理学学硕统考中经典研究的考查越来越多，如2014年的前瞻记忆研究、习惯化与去习惯化的研究等。表面上看起来，这种考题是在为难基础薄弱或跨专业的考生，但其实这些是进行心理学研究的基础，考查的是对知识的理解与应用、是心理学的专业素养。殊不知，在心理学本科生的教学中，经典研究的讲解和探讨是课堂的重心。因此，一定要摆脱高考时的学习思维，不要过分追求对与错，摆脱非此即彼的思维方式，努力达到准研究生水平，即理解并接纳对同一心理现象进行解释的不同观点或不同方式，具备初步的批判性思维。在学习中，不要死盯着书本中的每一字，而是要努力掌握心理学研究的基本方法和思想。为了帮助考生提高这方面的素质，在本次编写中，我们将应用广泛的、结果有趣的、逻辑严谨的研究进行了介绍。

第二，力求用言简意赅的语言进行表达

许多考生在面对众多厚厚的参考书时，心中不由自主地会产生一种恐惧情绪：这么多书，我何时能看完？毋庸置疑，在任何一种考试中，教材永远是复习的基础，但有效的辅导书同样必不可少。教材的特点是详尽细致，这样有利也有弊。好处是有助于学生的理解，弊端是考生不知道该记忆什么东西。而这个时候，就需要借助辅导书的力量。正因为如此，本书在编写的过程中，力求言简意赅、重点突出。同时，我们会在大纲相关知识点旁边标注该知识所在的页码，以帮助考生有效地进行理解、记忆，并形成有效稳固的知识结构。

第三，知识广度和深度力争全面、系统

无论是学术硕士的全国统考，还是非统考，又或是应用心理专业硕士（专硕）的考试，都有一个共同的特点，即考查的知识面广而深，这是许多辅导类教材所忽视的一点。据我们分析，过分依赖考试大纲可能是导致这种现象的原因之一。因此，在本书的编写中，我们以学硕统考大纲和专硕命题指导意见为主线，但又不完全拘泥于大纲，结合当今心理学状况及命题规律，补充了一些基础概念和理论，旨在形成更加全面系统的辅导教材。

总之，本书与时俱进，基于对历年考研真题的充分研究，结合了当今心理学现状，并参考了大量教材、资料，适合任何一种心理学考研的考生。但基于时间、精力和能力有限，本书的疏漏在所难免，希望各位考生及同行不吝赐教，可以通过新浪微博（凉音psy）进行互动、交流。另外，众学简快今赞老师全程参与了全书的修订和校对工作，在此表示感谢。

祝各位考生复习顺利、天天进步！

欢迎广大考生加入 QQ 交流群：[671611370](https://www.qq.com/join/671611370)

新浪微博：凉音 psy

新浪微博：众学简快

常见问题答疑

1. 《大纲解析》参照的是哪一年的大纲？

答：2019 版《大纲解析》是以学硕统考大纲和专硕命题指导意见为主线的。其中，学硕统考大纲的全称是“全国硕士研究生招生考试心理学专业基础综合考试大纲”（对应的科目代码是 312），由教育部考试中心编制，高等教育出版社每年 9 月左右出版。在内容方面，近几年没有变化，可放心使用。退一万步讲，如果 2019 年有变化，我们也会有相应的补充材料及时上传至“19 逻辑图交流群”。专硕命题指导意见的全称是“专业学位研究生入学考试《心理学专业综合》考试指导性意见”（对应的科目代码是 347），由全国应用心理专业学位研究生教育指导委员会编制，其内容自 2011 年公布之后没有变过。特别说明一下，各院校应用心理专业学位研究生（即心理学专硕）的入学考试，其专业课都是自主命题，绝大部分院校有自己指定的或特定的科目和教材。

2. 《大纲解析》的主要参考教材有哪些？

答：《大纲解析》的内容包括 11 个科目，上册有心理学导论 / 普通心理学、社会心理学、发展心理学、教育心理学、实验心理学、心理统计学和心理测量学，下册有人格心理学、临床与咨询心理学、变态心理学和管理心理学。具体参考教材版本详见正文后的附录。

3. 《大纲解析》的上册和下册，该怎么选择呢？

答：一般情况下，学硕只需要购买上册，专硕需要购买上册和下册（具体以自己目标学校专业课考试科目为准）。另外，《大纲解析》和《逻辑图》是完全配套的，两者配合使用，复习效果更佳。

4. 2019 年学硕统考大纲公布之后，有没有相应的解读课程？

答：有的。具体时间和上课方式会在“19 逻辑图交流群”中通知，请及时关注。

5. 如果有错误要反馈，应该反馈到哪里？后期有没有勘误整理？

答：如果发现错误和问题，或者有其他相关的意见和建议，请给“19 逻辑图交流群”中今赞老师留言或者发邮件至：jkkyjy@163.com。我们会及时核实收到的错误和问题，也会及时反馈给相应的同学。“心理学考研系列资料”的勘误文档也会按照备考阶段整理并审核，然后上传到“19 逻辑图交流群”群文件的，请各位同学及时关注。

6. 之前一些免费的公开课错过了，还能看吗？

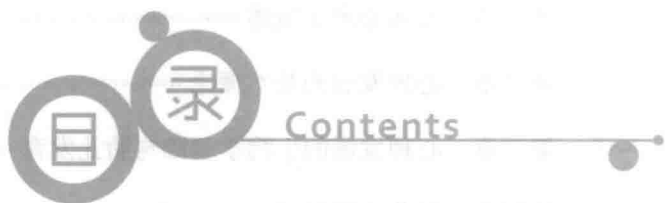
答：可以去众学简快腾讯课堂上观看（链接：jkclass.ke.qq.com）或者在“19 逻辑图交流群”的群公告上找到相应公开课程的链接直接观看。如果观看公开课的直播，请以群公告的通知为准。

7. 今年还出版哪些资料？怎么才能及时购买到呢？

答：今年出版的资料种类及时间可以看一下《大纲解析》封底的介绍。预售和上市的消息会在众学简快微信公众号（二维码见《大纲解析》封底）和“19 逻辑图交流群”中通知。众学简快微信公众号（微信号：jkkyedu）上还会有更多的心理学考研资讯信息，请及时关注。

8. 前言上说的 QQ 交流群有什么用处？

答：“19 逻辑图交流群”主要用于心理学考研人交流和资料出版信息通知，也用于心理学考研公益课通知和相关电子资料下载，更用于“心理学考研系列资料”配套福利课程和服务通知。



(上)

第一部分 心理学导论	1
第一章 心理学概述	4
第二章 心理与行为的生物学基础	14
第三章 意识和注意	21
第四章 感觉	31
第五章 知觉	40
第六章 记忆	52
第七章 思维	65
第八章 言语	81
第九章 情绪和情感	88
第十章 动机、需要与意志	95
第十一章 能力	103
第十二章 人格	111
第二部分 社会心理学	123
第一章 社会思维	125
第二章 社会关系	135
第三章 社会影响	147

第三部分 发展心理学	161
第一章 发展心理学概述	164
第二章 心理发展的基本理论	168
第三章 心理发展的生物学基础与胎儿发育	179
第四章 婴儿心理发展	181
第五章 幼儿心理发展	192
第六章 童年期儿童的心理发展	205
第七章 青少年的心理发展	214
第八章 成年期心理发展	220
第四部分 教育心理学	227
第一章 教育心理学概述	230
第二章 学习与心理发展	233
第三章 学习理论	237
第四章 学习动机	253
第五章 知识的学习	258
第五部分 实验心理学	273
第一章 实验心理学概述	276
第二章 心理学实验的变量与设计	282
第三章 反应时法	298
第四章 心理物理学方法	309
第五章 主要的心理学实验	323
第六部分 心理统计学	363
统计学的基本概念	366
第一章 描述统计	368
第二章 推断统计	382

第七部分 心理测量学	421
第一章 心理测量概述	424
第二章 心理测量的基本理论	430
第三章 项目反应理论	445
第四章 概化理论	449
第五章 心理测量的编制技术	451
第六章 心理测验的施测	456
第七章 测验常模	459
第八章 标准参照测验	463
第九章 常用心理测验	467
第十章 心理测验的应用	478
附录 1 2018 年全国硕士研究生招生考试心理学专业基础综合考试大纲	480
附录 2 2018 年全国硕士研究生招生考试心理学专业基础综合试题	499
参考文献	508

(下)

第八部分 人格心理学	511
第一章 人格心理学概述	512
第二章 精神分析学派人格理论	519
第三章 行为主义流派人格理论	551
第四章 认知学派人格理论	562
第五章 人本主义学派人格理论	574
第六章 人格特质理论流派	585
第七章 生物学流派人格理论	600
第九部分 临床与咨询心理学	607
第一章 临床与咨询心理学的概念与历史	608

第二章	心理治疗与心理咨询的概念及异同	611
第三章	心理治疗与心理咨询中治疗关系的特征及影响因素	613
第四章	临床与咨询心理学工作伦理	617
第五章	临床与咨询心理学研究方法	621
第六章	心理咨询与心理治疗理论及实践	626
第十部分	变态心理学	643
第一章	正常与异常的界定及标准、重性精神病的界定	644
第二章	焦虑障碍	647
第三章	心境障碍	662
第四章	进食障碍	669
第五章	人格障碍	673
第六章	物质滥用及依赖	685
第七章	儿童心理障碍	693
第十一部分	管理心理学	699
第一章	管理哲学	700
第二章	组织激励	710
第三章	领导理论	720
第四章	组织理论	730
附录 3	《心理学专业综合》考试科目命题指导意见	745
参考文献	752

第八部分

人格心理学

人格心理学 (personality psychology) 研究现实的人, 探求、描述和揭示个人思想、情绪及行为的独特模式, 并综合诸多足以影响个人的各种环境交互作用的过程, 包括与生物学的、发展的、认知的、情绪的、动机的和社会的种种交互作用, 进而对现实社会中的个人作整体性解释。

一般认为, 1937年美国心理学家奥尔波特的《人格: 心理学的解释》和1938年美国心理学家默瑞的《人格研究》的出版, 标志着现代人格心理学的诞生。



第一章

人格心理学概述

一 人格的含义和特性

(一) 含义

人格是个体在先天生物遗传素质的基础上,通过与后天社会环境的相互作用而形成起来的、相对稳定的、独特的心理行为模式。

(二) 特性

1. 独特性

人格的独特性是指人与人之间的心理和行为是各不相同的。一个人的人格是在遗传、成熟、环境、教育等先后天因素的交互作用下形成的。不同的遗传环境、生存及教育环境,形成了各自独特的心理特点。

2. 稳定性

人格的稳定性是指个体的人格特征具有跨时间和空间的一致性。反映在三个方面:

1) 人格形成

某种人格特点一旦形成,就相对稳定下来了,要想改变它是有难度的。

2) 人格表现

人格特征在不同时空下表现出一致性的特点,即在不同时间、不同情境下人格表现出一致性。它有两种表现形式:

(1) 平均水平上的稳定性;

(2) 个体间的人格稳定。

3) 人格特征

人格特征是指一个人经常表现出来的稳定的心理与行为特点,那些暂时、偶然表现出来的行为不属于人格特征。

3. 统合性

人格的统合性是指人格是一个系统,系统中包含各种人格结构成分与功能,人格的各种成

分都处于一个统一的相互依赖的关系之中，这种结构关系赋予了每一种成分特殊的含义，把某一部分从结构关系中孤立出来研究，将会失去许多重要价值。当一个人的人格结构各方面彼此和谐一致时，人们就会呈现出健康的人格；否则，就会使人发生心理冲突，产生各种生活适应困难，甚至出现分裂人格。

4. 功能性

人格的功能性是指人格对于人们的生活方式、命运的决定作用。人们经常会使用人格特征来解释某人的言行及事件的原因，且对于认知与智力也有重要的影响。当人格具有功能性时，表现健康而有力，支配着一个人的生活与成败；而当人格功能失调时，就会表现出软弱、无力、失控，甚至变态。人格教育的目的就在于，提高健康人格的功能性，使人在生活中，特别是在逆境中获得积极的行为结果。

二 人格的成因

（一）遗传与生理因素

1. 遗传因素

1) 家族史或家谱法

家族史或家谱法是通过研究前代人的某种人格特征在家系内后人身上得到显现的频率，用以说明某种人格特征的遗传性和遗传形态。主要研究有：

（1）英国高尔顿依据达尔文的生物遗传理论首次提出了行为遗传学说，并出版了《遗传的天才》一书。

（2）高尔顿对 18 世纪美国独立战争时期一名军人的家系进行了研究，并把研究成果做成系谱图，证明了遗传因素的重要影响。

2) 双生子研究

双生子研究是研究人格遗传因素的最好方法。多通过比较同卵双生子和异卵双生子的差异来进行研究。研究者认为同卵双生子之间的差异可能是由环境造成的，而异卵双生子的差异可能是由基因决定的。主要研究有：

（1）弗洛德鲁斯等人对瑞典的 1200 名双生子做了人格问卷的施测，结果表明在外向和神经质这两个人格特征上具有较强的遗传成分。

（2）20 世纪 80 年代，明尼苏达大学对成年双生子的人格进行比较研究。结果发现同卵双生子的相似性比异卵双生子高很多，分开抚养的与未分开抚养的同卵双生子具有同样高的相关性。

3) 收养研究

研究在非亲生父母照料下成长的孩子，称为收养研究。这种研究提供了研究基因效应和环境影响的另一条途径。收养研究和双生子研究提供了一个相似的信息：对于外倾型人格，孩子们越大，越像他们的亲生父母，并不像收养他们的父母。在同一个家庭中长大并不能使一个人和他的兄弟姐妹或父母相像，除非他与他们有遗传关系。

4) 选择性饲养

选择性饲养的实验研究多用动物来做，程序是：选择具有某种特质的动物，予以控制性交配，

然后从第二代中再选出具有该特质的动物,相互交配,然后从第二代中再选出具有该特质的动物,相互交配,如此繁衍数代,来考察其特质的遗传性。

5) 早晚期行为差异的对比研究

早晚期行为差异的对比研究是通过婴儿早期行为与长大后的行为差异来看遗传因素的作用的。

心理学家卡根(Jerome.Kagan)基于以往对上百名儿童的观察,提出了气质的两种类型:羞怯和非羞怯。他的核心假设是,婴儿遗传了生理机能上的差异,从而导致他们在新环境中反应的差异,这些遗传的差异会随着发展而保持稳定。

6) 体质差异研究

体质差异研究强调身心关系,自古以来就存在着人的身体特征与人格有关的观点。

德国精神病学家霍夫曼从遗传生理学的立场来研究人格,对历史上各种人物性格进行了系统考察,试图分析人格结构中的遗传因子。德国精神医学家克瑞奇米尔将体形分为肥胖型、瘦长型、健壮型和畸异型四种,对应不同的性格特征。美国心理学家谢尔顿以正常人为被试,也发现了体型和性格的关系,他将体型分为内胚叶型、中胚叶型和外胚叶型三种。

2. 生理因素

1) 生物化学

(1) 基恩·约翰斯加德认为,具有T型人格者,生来可能就有一种“寻求刺激”的基因。《自然遗传学》载文说明了这一观点,研究者也发现了这种基因,它可以使大脑对神经递素多巴胺的反应特别灵敏。约翰斯加德称这个受体为大脑的“感觉良好区”。

(2) 布鲁纳等人发现,一个大家庭中许多男性出现有规律的暴力冲动行为,他们身上的单胺类氧化酶A的基因发生了简单突变。

(3) 分子遗传学将神经递质和神经症联系到了一起。如五羟色胺(5-HT)被认为与焦虑和抑郁有关。

2) 脑功能定位

(1) 哥尔试图将病人生前的能力、秉性和特质与尸检所发现的脑差异联系起来。特别是关注人格与所检查到的脑外伤之间的关系。

(2) 艾森克认为,影响外倾性的大脑系统是皮层网状结构。

(3) 斯腾伯格对外倾性和P300对图画的注意引出反应的关系进行了研究。

(4) 边缘系统中的杏仁核也是研究者关注的部位。杏仁核在动机和情绪过程中发挥着重要作用。

(5) 左右半球优势也是内外向人格研究的重点。依据卡根的研究报告,内向的孩子的右半球表现出较高的活动水平,而那些非内向的孩子则左半球的活动占优势。

总之,遗传是人格不可缺少的影响因素,对人格的作用程度因人格特征的不同而异,人格发展过程是遗传与环境交互作用的结果,二者不存在“全或无”的情况。遗传因素影响人格的发展方向及形成的难易。

(二) 家庭与早期经验

1. 家庭成因

家庭是社会的细胞,家庭不仅具有其自然的遗传因素,也有着社会的“遗传”因素。这种

社会遗传因素主要表现为家庭对子女的教育作用。

1) 父母人格的影响力

孩子的人格是在与父母持续相互作用的过程中逐渐形成的。一般研究者把父母的人格分成三类，分别是权威型、放纵型、民主型，这三种人格造就了具有不同人格特征的孩子。

(1) 权威型人格的父母对子女过于支配，孩子的一切由父母来控制，会使孩子形成消极、被动、依赖、服从、懦弱等特点，做事缺乏主动性，甚至不会诚实。

(2) 放纵型人格的父母对孩子过于溺爱，让孩子随心所欲，父母对孩子的教育甚至达到失控状态，会使孩子形成任性、幼稚、自私、野蛮、无礼、独立性差、唯我独尊、蛮横胡闹等特点。

(3) 民主型人格的父母与孩子在家中处于一个平等和谐的氛围中，父母尊重孩子，给孩子一定的自主权，并给予孩子积极正确的指导，使孩子形成一些积极的人格品质，如活泼、快乐、直爽、自立、彬彬有礼、善于交往、富于合作、思想活跃等。

2) 家庭教养方式

(1) 贝克描述了“温暖—敌意”与“限制—放纵”这两种不同教养方式的交互作用对子女人格形成的影响。“温暖”虽然是父母应该具有的良好特征，但其对子女所产生的效果却要要看它与父母的其他特征是如何匹配的。

(2) 利维对“过于保护型”母亲进行了研究，这种母亲在与子女的关系上有三个显著特点：一是与孩子接触太多；二是人为地延长孩子的“婴儿照顾期”；三是禁止孩子的独立行为。这种“过于保护型”母亲还会表现出两种不同的教养方式，从而导致了孩子不同的人格特点。保护—纵容型母亲会使孩子变成“小霸王型人格”；保护—支配型母亲会使孩子变成“温顺的乖孩子”，男孩子会有女孩子气。这两类母亲对孩子的教养都造成了孩子的人格弱点。

(3) 1990年研究者依据家庭中两代人之间的“独立—依赖”关系，归纳出了XYZ三种典型的家庭模式。

X型家庭模式中，父母与子女在物质与情感上的关系都是相互依赖的，亲子关系的取向是顺从，属于集体主义模式。

Z型家庭模式中，两代人之间在物质和情感上都是相互独立的，亲子关系的取向是独立的，属于个人主义模式。

Y型家庭模式将上述两种模式辩证地综合在一起，强调在物质上的独立，在情感上的相互依赖。

因此，家庭教养方式不当，会使孩子形成不良的人格特征。

2. 早期童年经验

麦肯依指出：“早期的亲子关系定出了行为模式，塑成一切日后的行为。”

人格发展的确受到童年经验的影响，幸福的童年有利于儿童向健康人格发展，不幸的童年也会引发儿童不良人格的形成，但二者不存在一一对应的关系，溺爱也可使孩子形成不良人格，逆境也可磨炼出孩子坚强的性格。早期经验不能单独对人格起决定作用，它与其他因素共同来决定人格。早期儿童经验是否对人格造成永久性影响因人而异，对于正常人来说，随年龄的增长、心理的成熟，童年的影响会逐渐缩小、减弱，其效果不会永久不衰。

总之，家庭是社会文化的媒介，它对人格具有强大的塑造力；父母教养方式的恰当性会直接决定孩子良好人格特征的形成；父母在养育孩子的过程中，表现出了自己的人格，并有意无意地

影响和塑造着孩子的人格,形成家庭中的“社会遗传性”。

(三) 学校与社会文化

1. 学校

1) 教师的管理风格

教师对学生人格的发展具有指导定向作用。

每个教师都有自己的风格,这种风格为学生设定了一个“气氛区”,在教师的不同气氛区中,学生有不同的行为表现。洛奇在一项教育研究中发现:在性情冷酷、刻板、专横的老师所管辖的班集体中,学生的欺骗增多。

勒温等人也研究了不同管教风格的教师对学生人格的影响作用。发现在专制型、放任型和民主型的管理风格下,学生表现出不同的人格特点。在专制型管理风格下,学生作业效率提高,对领导依赖性加强,缺乏自主行动,但常有不满情绪;在放任型管理风格下,学生作业效率低、任性,经常发生失败和挫折现象;在民主型管理风格下,学生完成作业的目标是一贯的,行动积极主动,很少表现出不满情绪。

另外,教师的公正性、奖惩措施、教师的人格特征与学生人格特征的和谐性也常常会影响教育实施的力度及有效性。

2) 同伴集体

学校是同龄群体会聚的场所,群体对学生人格具有巨大的影响。班集体是学校的基本团体组织结构,班集体的特点、要求、舆论和评价对于学生人格发展具有“弃恶扬善”的作用。

总之,学校对人格形成与发展的影响是不可忽视的,其作用主要体现在:教师对学生人格发展具有导向作用,同伴群体对人格发展具有“弃恶扬善”的作用,学校是人格社会化的主要场所。

2. 社会文化

社会文化塑造了社会成员的人格特征,使其成员的人格结构朝着相似性的方向发展,而这种相似性又具有维系一个社会稳定的功能。这种共同的人格特征又使得个人正好稳稳地“嵌入”整个文化形态里。

1) 民族性格的差异

社会文化具有对人格的塑造功能,这反映在不同文化的民族固有的民族性格上。

米德等人研究了新几内亚的三个民族的人格特征,她发现来自于同一祖先的不同民族各具特色,鲜明地体现了社会文化对人格的影响力。

2) 文化价值观念的差异

跨文化研究是通过比较不同社会文化下的差异来确定文化对人格影响作用的研究模式。

瑞斯曼曾描述社会特征对人格的影响,提出三种社会形态:传统取向、内心取向和他人取向。传统取向者的人格特征是顺从传统和社会秩序,注意与他人之间的既定关系,注意文化赞同的目标,害怕违反社会行为规范;内心取向者的人格特征正好相反,注重金钱、物质和权力,不愿违背内在原则,其内在标准是由其父母或某一权威人物深植在他心中的一套目标,他力求达成这一目标;他人取向者的人格特征是注重顺从他人,常为自己人缘不好或不受他人喜欢而感到焦虑。

总之,社会文化对人格的影响历来就被人们认可,其作用可归纳为:社会文化对人格具有重

要的作用，特别是后天形成的一些人格特征；社会文化因素决定了人格的共同性特征，它使同一社会的人在人格上具有一定程度的相似性。

综上所述，人格是遗传和环境交互作用的结果，遗传决定了人格发展的可能性，环境决定了人格发展的现实性。

三 人格心理学的研究方法

（一）数据来源

1. 自我报告数据（S-Data）

个人信息的最明显来源也许是自我报告数据，即个人依据某些程序，如问卷或访谈所提供的信息。可以通过多种方法获得自我报告的数据，包括向个体提问的访谈，个体记录并定期汇报所发生的时间以及各类问卷。

2. 观察者报告数据（O-Data）

在日常生活中，我们会对交往对象形成某种印象并作出评价。而对于每一个人，通常会有许多观察者对其形成这样或那样的不同印象。我们的朋友、家人、老师和邂逅者都是我们人格特征的潜在信息源。观察者报告数据为我们提供了有关个体人格的信息。

3. 测验数据（T-Data）

除了自我报告和观察者报告的数据外，第三种常见的人格信息源是标准化测验，即测验数据。在这样的测量中，受测者被置于一种标准化的测验情境中，目的是考察不同的人对相同的情境是否做出不同的反应。研究者设计情境引发某种行为，以此行为作为人格变量的指标。

4. 生活史数据（L-Data）

生活史数据是指从可供公开查阅的个体生活事件、活动和结果中搜集到的信息，包括个体的结婚、离婚，参加俱乐部信息，工作中的成就，创作的作品等重要生活信息。这些都可以被视为人格的重要信息源。生活史数据可以被视为关于人格的真实生活信息的重要来源。

（二）研究设计

人格心理学研究领域中三种基本的研究设计：实验研究、相关研究和临床研究。

1. 实验研究

实验研究方法要求严格控制条件，系统地操纵某个或多个变量（自变量），以期导致另一个或另一些变量（因变量）的某种变化，从而作出因果性的结论。

对于确立变量之间的因果关系，实验法是比较理想的。

2. 相关研究

研究主要运用测量与统计的方法，在相同条件下，考察一组被试的两个或者更多个变量之间的定量关系，由此来确定这些被试之间在某种人格特征上的差异，以及人格特征之间、人格特征与别的因素之间的相关情况。