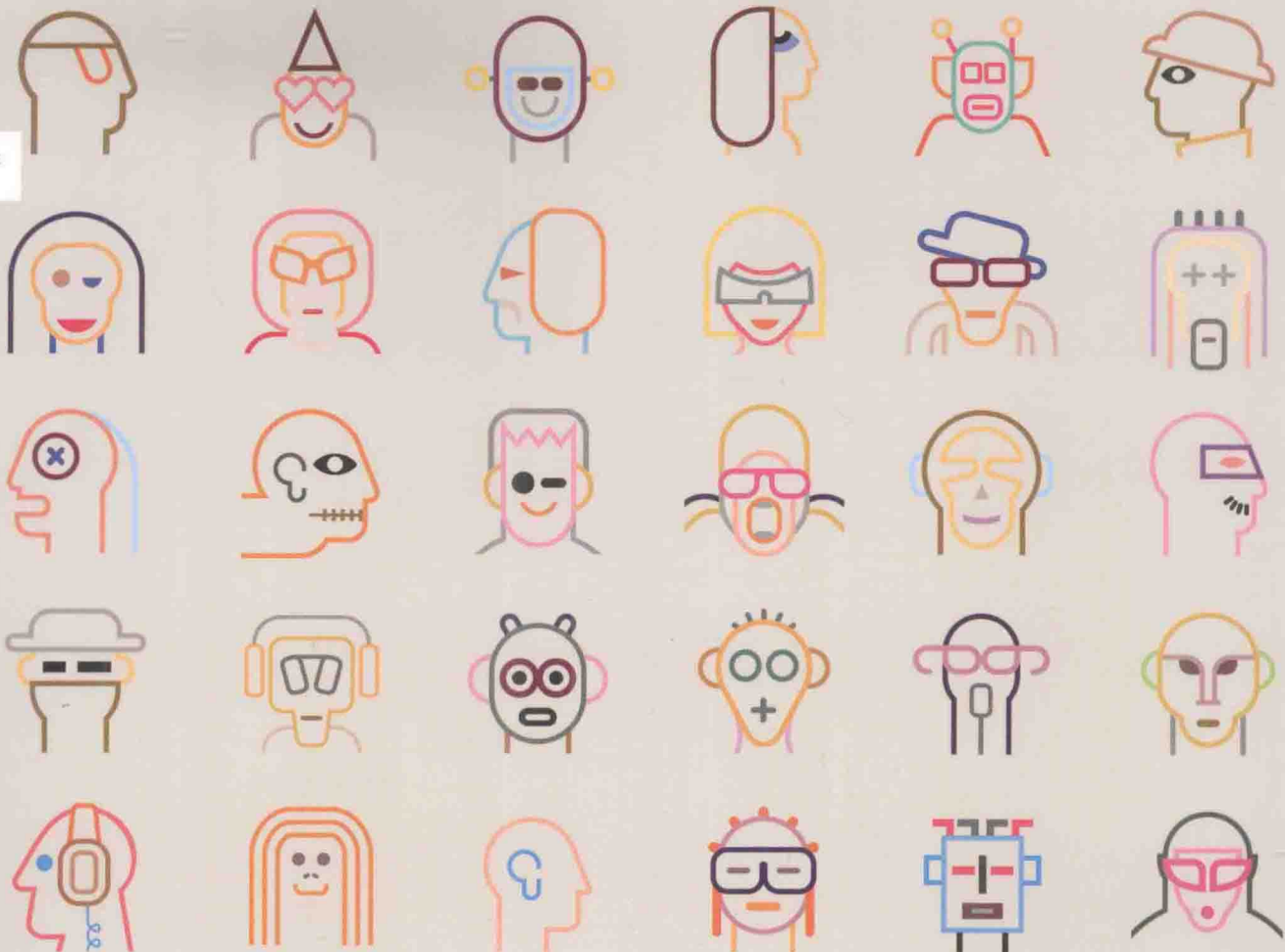


HZ BOOKS
华夏心理

CENGAGE
Learning



人格心理学

全面、科学的人性思考

THEORIES OF
PERSONALITY

原书第10版

[美] 杜安·舒尔茨 (Duane P. Schultz) 著 张登浩 李森 译
西德尼·艾伦·舒尔茨 (Sydney Ellen Schultz)

美国200多所高校使用教材
大量研究主题与不同理论流派相融合
发现是什么使我们成为现在这个样子
探索是什么决定了我们看待世界的方式
华中师范大学心理学院教授、博士生导师郭永玉倾力推荐

机械工业出版社
China Machine Press

☆美国名校学生最喜爱的心理学教材☆

人格心理学

全面、科学的人性思考

THEORIES OF
PERSONALITY

原书第10版

[美] 杜安·舒尔茨 (Duane P. Schultz) 西德尼·艾伦·舒尔茨 (Sydney Ellen Schultz) 著 张登浩 李森 译



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目 (CIP) 数据

人格心理学：全面、科学的人性思考 (原书第 10 版) / (美) 杜安·舒尔茨 (Duane P. Schultz), (美) 西德尼·艾伦·舒尔茨 (Sydney Ellen Schultz) 著; 张登浩, 李森译. —北京: 机械工业出版社, 2016.6
(美国名校学生最喜爱的心理学教材)
书名原文: Theories of Personality

ISBN 978-7-111-53964-3

I. 人… II. ①杜… ②西… ③张… ④李… III. 人格心理学—教材 IV. B848

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 122543 号

本书版权登记号: 图字: 01-2015-3986

Duane P. Schultz, Sydney Ellen Schultz. Theories of Personality, 10th Edition.

Copyright © 2013, 2009 by Wadsworth, Cengage Learning.

Original edition published by Cengage Learning. CMP Press is authorized by Cengage Learning to publish and distribute exclusively this simplified Chinese edition. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only (excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan). Unauthorized export of this edition is a violation of the Copyright Act. No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

All rights reserved.

本书原版由圣智学习出版公司出版。本书中文简体字翻译版由圣智学习出版公司授权机械工业出版社独家出版发行。此版本仅限在中华人民共和国境内 (不包括中国香港、澳门特别行政区及中国台湾地区) 销售。未经授权的本书出口将被视为违反版权法的行为。未经出版者预先书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

本书封底贴有 Cengage Learning 防伪标签, 无标签者不得销售。

本书从精神分析、新精神分析、毕生发展论、特质论、认知心理学、行为主义等角度展示了多位心理学家对人格心理学的研究, 介绍了每种理论的假设、定义、核心概念与研究方法, 并揭示出这些心理学家的个人生活与专业研究怎样影响他们各自理论体系的建构, 还探讨了在人格研究与人格评估中种族、性别与文化因素的交互作用, 并提供了大量案例、图表与数据, 强化了学生对问题的认识。

本书适合心理学专业师生、相关研究人员和管理人员使用。

人格心理学：全面、科学的人性思考 (原书第 10 版)

出版发行: 机械工业出版社 (北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码: 100037)

责任编辑: 董凤凤

责任校对: 董纪丽

印刷: 北京诚信伟业印刷有限公司

版次: 2016 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 214mm × 275mm 1/16

印张: 17.25

书号: ISBN 978-7-111-53964-3

定价: 65.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

客服热线: (010) 88379210 88361066

投稿热线: (010) 88379007

购书热线: (010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱: hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问: 北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东

美国南佛罗里达大学心理学教授杜安·舒尔茨与妻子西德尼·艾伦·舒尔茨合著的教科书广受欢迎。就很多中国的读者而言，对他们的《现代心理学史》可能更为熟悉，这本心理学史上的著名教材已经有了第10版，国内也曾出版了北京大学心理学系沈德灿教授翻译的第5版，以及叶浩生教授翻译的第8版和最近的第10版，多年来一直被国内许多心理学院系作为心理学史的教科书来使用。但实际上这本《人格心理学》在美国也已经再版至少9次。舒尔茨教授夫妇所撰写的教科书之所以广受关注，很重要的原因就在于他们的写作风格适应读者的需求，将枯燥的历史和抽象的理论娓娓道来，使得它们不再“面目可憎”，而是引人入胜，这既体现在《现代心理学史》中，同样也体现在这本《人格心理学》之中。

著名华人心理学家杨国枢先生曾指出，人格心理学是从个体自身和环境的角度来解释个体心理和行为的原因，与社会心理学、实验心理学和认知心理学共同构成心理学的四门基础学科。因此人格心理学一直是心理学的传统领域之一，关于人格最早的论述可以追溯到中国先秦关于性善性恶的讨论，以及古希腊希波克拉底关于气质的四种类型的划分。虽然如此，但是对于人格这一概念究竟指的是什么，研究者却很难达成一致，北京大学心理学系陈仲庚教授曾在其编著的中国第一部人格心理学著作中总结了50多种定义，这一方面体现了人格这一概念广受关注，另一方面更说明了这一概念的复杂性。在舒尔茨教授夫妇的这本《人格心理学》中，他们将人格定义为个体稳定而独特的特征集合，能够改变个体在不同情境中的反应；主要强调人格这一概念所具有的稳定性和独特性这两个最重要的特点，与众多的人格概念相比，主要关注人格作为个体差异的重要性，即人格就是人的特色这一方面。虽然可能并不特别完整或者流行，但明显的一个优势就是比较容易理解，他们一直强调本书针对的读者就是对人格心理学还没有任何认识的本科生，想象一下，如果一打开书，第一个概念就极其抽象难以理解也许会让很多对人格心理学充满热望的年轻人望而却步。

当然，舒尔茨教授夫妇善于把握读者心理并尽力为读者着想的写作风格体现在了很多方面。他们在这一版中增加了每一位理论家的生平，这既可以增加读者阅读的兴趣，也可以帮助他们理解相应的理论，因为任何一位理论家的理论实际上都受到其个人生活和职业生涯的影响，比如弗洛伊德的精神分析理论、荣格的分析心理学、奥尔波特的特质理论

等。此外，在“研究集锦”栏目中作者对所提到的众多研究结果进行总结，并列出了重要的观点，有利于学生对众多研究结果系统化解理解并进行分析比较。

从整本书的结构来看，舒尔茨教授夫妇的这本《人格心理学》采用了不同于传统人格心理学教材的写作风格。传统的人格心理学教材主要延续的是霍尔（Hall）和林哲（Lindzey）提出的以理论流派来组织的方式，主要介绍精神分析、特质流派、生物学派等不同人格流派的经典理论，基本上很少涉及人格心理学中大量的具体研究主题，因此长期以来给人们的感觉就是人格心理学是一门纯理论学科。随着近些年来将大量的研究主题融入到不同理论流派的介绍之中，人格心理学越来越成为一种比较受欢迎的人格心理学教材的架构方式，本书即属于此类。虽然这一方式也受到了一些批评，但长期忽视人格心理学领域中大量具体研究主题的做法，在大的人格理论缺乏突破的现实情境下，人格心理学的教材多年以来几乎没有什么变革，这显然不利于这一学科的发展。另外，大量具体研究的介入也使得理论不再枯燥和抽象，这同样符合舒尔茨教授夫妇的一贯风格。

自从2003年考入北京大学心理学系，有幸投在王登峰教授的门下，我便与人格心理学结下了不解之缘，在王老师的带领下从研究中国人的人格开始步入人格心理学的殿堂，一直关注人格与心理健康、积极人格特质以及人格评价准确性的研究并做了一些探索，但自忖对于人格心理学这一庞大领域的了解依然只是沧海一粟，因此，当机械工业出版社华章公司的刘利英编辑找到我希望我来翻译这本舒尔茨教授夫妇的《人格心理学》时，我觉得很有必要把这本广受欢迎且很有特色的人格心理学教材引入中国。更重要的是我觉得这是一个很好的学习机会，一方面我们可以极其细致地阅读这本著作，全面理解人格心理学的理论和发展，另一方面也提供了一个把我们对人格心理学的学习理解展示出来，向广大专家和读者学习、请教的机会。因此，我们大胆地接下了这一项光荣而艰巨的任务，整本书的翻译由我先翻译前言、术语表和第7章，然后由我的学生翻译其他章节的初稿，其中李森负责第1、2、6、8和15章，王诗如负责第3~5章，宋美婷负责第9章，何文倩负责第10章和11章，王文博负责第12章和14章，林泽宇负责第13章。最后由李森协助我进行校对并定稿，虽然我们认真理解原文并力求准确表达，但限于我们的能力，而且很难避免个人化的语言表达偏好，因此错误和阅读中的不适应可能在所难免，敬请各位专家、学者不吝赐教！

张登浩

中国人民大学贤进楼

对每一版教科书而言，最为重要的就是要随着学科的发展而不断变化。为了保持作为教学工具的有效性，教科书必须反映相应学科领域的最新进展，并不断地给读者以启迪。人格心理学的研究重点，已经从19世纪弗洛伊德所创立的对神经症的精神分析理论为开端的大理论，发展到21世纪对更加具体的人格维度的探索。同时，人格心理学研究的原则也从对情绪障碍患者的个案研究，转向了采用更为科学的方法对更加广泛人群的研究。当前人格心理学的研究反映了人格在性别、年龄、性取向以及民族、种族、宗教信仰和文化遗产等方面的差异。

新增加的内容

本版的主要变化在于，新增了理论家的生平材料。这是因为理论的发展受到理论家个人生活和职业生​​涯的影响。科学理论和研究的发展并不完全是客观的。它们最初可能只是起源于理论家的直觉和个人经验，后来才通过更加理性和逻辑的程序得以提炼和拓展。本版同时也提及了社会文化对于理论家关于人性看法的影响。

本版对人格研究部分也进行了更新，增加了350多个新的参考文献，继续强调人格心理学当前的研究主题。在“研究集锦”栏目中对许多研究结果进行了总结，并列出了重要的观点，有利于学生对众多研究结果进行系统化并进行比较分析。

本版还增加了大量关于子女教养、性别、民族以及文化影响人格发展、考试成绩以及更为广泛的人性概念的材料。我们提供了大量跨文化研究结果，所涉及的被试来自世界大约50个国家，不仅涉及母语为英语的国家，也包括欧洲、亚洲和中东、非洲和南美的国家。我们同时将人格评估也扩展到非裔、亚裔、西班牙裔以及印第安人等人群中。

第1章增加了社交网站，比如脸书是如何塑造和反映个体人格的内容的。网络使用（或滥用）与攻击行为、去抑制、控制点、感觉寻求、主观幸福感、梦的内容、网络欺凌与拖捕等具有相关性。

人格评价部分增加了在线施测以及使用个人电子设备来记录思想和行为样本等技术，还更新了使用网络来收集更多样本和更加多样化的被试，并且讨论了对维基百科所发表文章的争议，介绍了罗夏墨渍测验。

对于弗洛伊德的理论，我们增加了有关潜意识、自我控制、自我韧性、替代性攻击以及作为发泄愤怒情绪的方式之一的宣泄等影响的材料。我们讨论了梦的文化差异，包括对伊斯兰文化下梦的探讨。精神分析在中国的影响越来越大，非常值得注意的是，精神分析师在不断努力以使弗洛伊德的众多概念能与中国社会的价值观相融合。

对于荣格，我们讨论了有关迈尔斯-布里格斯人格类型量表的研究，以及作为心理类型的一种机能的为行为差异方面的研究。我们不仅增加了有关女性中年危机的研究，而且增加了更多荣格的心理分析的案例。对于阿德勒，我们增加了有关早期记忆、出生顺序以及社会兴趣方面的新成果。对于霍妮，我们增加了有关神经症竞争力的内容。对于埃里克森，我们补充了其个人简介，增加了认同的心理社会阶段、民族认同、性别偏好认同、寻求认同的文化差异以及网络在建立虚拟认同中的作用。随着人口的老龄化，出现了更多对中年期的生成性阶段和老年期的自我整合阶段的研究。

对于奥尔波特，我们讨论了更多关于表现性行为、情绪表达的文化差异，面部表情和情绪的计算机识别，以及通过使用“情绪符号”的面部表情的计算机传输。为了加强有关人格基因基础方面的研究成果，我们呈现了基于艾森克人格理论和五因素模型的最新研究成果。我们还介绍了人格的六因素模型，即 HEXACO，这一模型已经引发了大量研究者的关注。在介绍马斯洛理论的章节，我们补充了关于自尊的研究。在有关斯金纳的部分，我们增加了关于迷信行为和自我控制的研究。在有关班杜拉的部分，我们增加了有关父母自我效能感、自尊的文化差异、观看视频游戏和攻击行为之间的关系、说唱音乐对于攻击行为的影响等方面的材料。在有关罗特的部分，我们加入了关于控制点的最新研究。

在第 14 章中，我们探讨了人格的一些具体层面，包括控制点、感觉寻求、习得性无助、乐观/悲观主义、积极心理学、幸福感以及成功等。新的感觉寻求形式，比较受关注的包括刺青、穿孔以及网络成瘾等。同时，这一章还介绍了乐观/悲观主义的文化差异、积极心理学的跨文化研究以及不同类型的幸福感及其与成功的关系。

本书的结构

第 10 版保留了本书一直以来面向对人格理论没有任何了解的本科生的取向，我们的目的就是让这些初学者能够轻松地掌握人格心理学的研究。我们选择了精神分析、新精神分析、毕生发展论、遗传、人本主义、认知、行为和社会学习取向的代表性人物的理论，以及相关临床和实验研究。在最后一章，我们对以上这些描述人格发展的不同理论进行了回顾，并提供了一些方法帮助学生获得结论，同时通过他们的研究来最终获得对这些理论的理解。

本书当中的每一个理论都是作为一个独立的单元来介绍的。虽然我们知道，在具体的知识点上对不同的理论进行比较分析非常重要，但我们认为问题取向的教材更适合高年级的学生，而理论取向的教材对初学者而言更为容易一些，更有利于他们掌握最基本的概念以及把握整体。我们试图清晰地呈现每一个理论，介绍最重要的思想、假设、定义和方法。我们对每一个理论家的评价方法以及实证研究进行了讨论，并对每个理论进行了评价和反思。除了将弗洛伊德按照时间顺序排在第一位之外，并没有按照重要性来安排其他理论的顺序。对于每一个理论，我们都用竞争性的视角进行讨论。

关于多样性的说明

第一个综合性人格理论的提出者是西格蒙德·弗洛伊德，他是19世纪的神经科临床医生，在奥地利维也纳的诊疗过程中形成了自己的理论。他的理论被称为精神分析，主要建立在对富有的欧洲白人女性的研究之上。这些欧洲白人女性向弗洛伊德抱怨情绪痛苦以及令她们苦恼的思想和行为。弗洛伊德根据对她们病情好转或者并没有好转过过程的观察，提出了解释所有人的理论。弗洛伊德理论之所以重要就在于他所提出的很多概念已经成为现在流行文化的一部分，以及他的理论所招致的反对，这激发了许多其他理论家去检验和提升他们自己的人格理论。

现在，人格理论家和研究者都已经承认，基于一个同质的小样本所建立的理论不能被应用到整个世界多样化的群体中。这种情况就和医学一样。例如，医学研究者承认，一些药物和治疗方法适用于青年人，却并不适合小孩子和年纪比较大的人。在特定族群中流行的疾病在其他族群却几乎看不到，这就需要针对不同的人群进行医学筛查和检验来了解他们的差异。现代人格理论努力追求包容，研究年龄、性别、种族、血缘、宗教信仰、性取向以及育儿方式的影响。这种多样性的体现贯穿全书。

本书的特点

我们在每章为学生提供了“欢迎登录”“研究集锦”“本章小结”“复习题”以及“推荐阅读”等栏目。

致谢

感谢许多同事和学生为我们这版教材所提出的宝贵意见。感谢以下各位审稿人：查理斯·查普尔（索尔兹伯里大学）、特拉维斯·兰利（亨德森州立大学）、帕梅拉·马尔德（马歇尔大学）、肯·皮尔斯（加州浸会大学）以及琳达·兰盖尔（纽约理工学院）。

杜安·舒尔茨

西德尼·艾伦·舒尔茨

目录 | Contents

译者序

前言

第1章 人格：评价、研究与理论 1

人格研究 2

人皆有之 2

描述你的人格 2

人格是如何建立的 2

人格在心理学史中的地位 3

对意识的研究 3

对行为的研究 3

对潜意识的研究 3

对人格的科学研究 4

人格的定义 4

他人眼中的我们 4

稳定性与可预测性 5

独特性 5

人格、互联网和社交网络 5

人格的种族与性别问题 6

跨文化心理学 7

人格评估 7

信度和效度的概念 8

人格的自我报告测验 8

线上施测 9

投射技术 9

临床访谈 11

行为评估 11

思想和经验取样 12

评估中的性别和种族问题 12

人格研究 16

临床法 16

实验法 16

虚拟研究法 17

相关法 18

人格理论 19

正式理论和个人理论 19

人格理论中的人 20

人性问题 21

本章小结 23

第一部分 精神分析取向

第2章 西格蒙德·弗洛伊德：精神分析 26

弗洛伊德的生平（1856—1939） 26

早年 26

可卡因阶段 27

神经症的性基础 27

儿童期性虐待：事实还是幻想 27

弗洛伊德的性生活 28

成功的巅峰 29

本能：人格的驱动力 30

本能的类型 30

人格的层次 31

人格结构 31

本我 31

自我 32

超我	32
焦虑：对自我的威胁	33
现实性焦虑、神经性焦虑、道德性焦虑	33
焦虑防御	34
人格的心理性欲发展阶段	35
口唇期	36
肛门期	37
生殖器期	37
潜伏期	39
生殖期	39
人性问题	39
弗洛伊德的人格评价理论	40
自由联想	40
梦的分析	40
对弗洛伊德理论的研究	41
弗洛伊德概念的科学效度	42
弗洛伊德理论的扩展	50
自我心理学：安娜·弗洛伊德	50
客体关系理论：海因茨·科胡特和梅兰妮·克 莱因	51
对弗洛伊德理论的反思	52
本章小结	53

第二部分 新精神分析取向

第3章 卡尔·荣格：分析心理学	56
荣格的生平（1875—1961）	56
不幸的童年	56
梦与幻象	57
学医之路	57
与弗洛伊德一起的那些年	57
神经症时期	58
心理能量：对立、守恒和熵	59
人格体系	59
自我	60
态度：外向与内向	60

心理功能	60
心理类型	60
个体潜意识	61
情结	61
集体潜意识	61
原型	62
人格发展	63
童年到成年早期	63
中年期	64
个性化	64
人性问题	65
荣格的人格评价理论	65
词语联想测验	66
症状分析	66
梦的分析	66
迈尔斯-布里格斯性格类型	66
对荣格理论的研究	67
心理类型	67
梦	69
个性化	69
女性的中年危机	69
对荣格理论的反思	70
本章小结	71

第4章 阿尔弗雷德·阿德勒：个体心理学	72
阿德勒的生平（1870—1937）	72
童年与青春期	72
成年期	73
自卑感：人类奋斗的源泉	74
自卑情结	74
优越情结	75
追求卓越或完美	75
虚构目的论	75
生活风格	76
自我的创造力	76
支配型、索取型、回避型以及社会利用型	76

社会兴趣	77	神经症倾向	98
出生顺序	77	女性心理学	98
长子女	77	应该的专横	98
次子女	78	神经症竞争	98
么子女	79	对霍妮理论的反思	99
独生子女	79	本章小结	100
人性问题	79		
阿德勒的人格评价理论	79		
早期回忆	80		
梦的分析	80		
社会兴趣的测量	81		
对阿德勒理论的研究	81		
对阿德勒理论的反思	85		
本章小结	87		
第5章 卡伦·霍妮：神经症需要和倾向	88		
霍妮的生平（1885—1952）	89		
对爱的寻觅	89		
婚姻与职业	89		
精神分析与补偿	90		
童年期的安全需要	90		
基本焦虑：神经症的基础	91		
神经症需要与倾向	92		
顺从型人格	92		
攻击型人格	93		
分离型人格	93		
理想的自我意象	94		
女性心理学：母亲的足迹还是职业路径	95		
子宫妒羨	95		
女性成年期的飞跃	95		
俄狄浦斯情结	95		
做母亲还是要事业	96		
女性心理学的文化差异	96		
人性问题	96		
霍妮的人格评价理论	97		
对霍妮理论的研究	97		
		第三部分 毕生取向	
		第6章 埃里克·埃里克森：认同理论	102
		埃里克森的生平（1902—1994）	102
		个人同一性危机	102
		儿童发展研究	103
		同一性混乱	104
		人格的心理社会性发展阶段	104
		信任对不信任	105
		自主对怀疑和羞怯	105
		主动对内疚	106
		勤奋对自卑	106
		同一性对角色混乱：同一性危机	106
		亲密对孤独	107
		繁殖对停滞	107
		自我完善对失望	107
		基本弱勢	108
		人性问题	108
		埃里克森的人格评价理论	109
		心理历史学分析	109
		心理测验	109
		对埃里克森理论的研究	110
		游戏建构	110
		信任和安全感	110
		心理社会性阶段	111
		青少年发展	111
		虚拟同一性	113
		性别和自我同一性	114
		同一性危机	114

繁殖感	114
成熟	115
种族同一性	117
性别偏好认同	118
对埃里克森理论的反思	119
本章小结	119

第四部分 遗传取向

第7章 戈登·奥尔波特：动机与人格

奥尔波特的生平（1897—1967）	124
孤立与认同	124
大学时代	124
奥尔波特与弗洛伊德的会面	124
特质研究	125
人格的本质	125
遗传与环境	125
两种不同的人格	125
人格特质	126
个体倾向	126
动机：机能自主	126
持续性机能自主	127
统我性机能自主	127
童年人格发展：独特自我	128
发展阶段	128
亲子互动	128
健康的成人人格	129
人性问题	129
奥尔波特的人格评价理论	130
个人记述研究	130
价值观研究	130
对奥尔波特理论的研究	131
表现性行为	131
面部表情的文化差异	132
面部表情的计算机识别	133
对奥尔波特理论的反思	133

本章小结	134
------------	-----

第8章 雷蒙德·卡特尔、汉斯·艾森克

以及其他特质理论家

卡特尔的生平（1905—1998）	136
卡特尔的人格特质取向	137
共同特质和独特特质	137
能力、气质和动力特质	137
表面特质和根源特质	137
体质特质和环境塑造特质	137
根源特质：人格的基本因素	138
能与情操	138
遗传和环境的影响	138
人格发展阶段	139
关于人性的问题	139
卡特尔的人格评价理论	140
16PF（16种人格因素）测验	140
对卡特尔理论的研究	141
对卡特尔理论的反思	142
行为遗传学	142
汉斯·艾森克（1916—1997）	142
人格的维度	143
外向性	143
神经质	144
精神质	144
遗传的主要作用	145
罗伯特·麦克雷和保罗·科斯塔：五因素模型	145
跨文化一致性	146
因素的稳定性	146
相关情绪	147
相关行为	148
迈克尔·阿什顿和 Kibeom Lee：六因素模型	150
人格特质与互联网	150
对特质论的反思	151
本章小结	151

第五部分 人本主义取向

第9章 亚伯拉罕·马斯洛：需要层次

理论	154
马斯洛的生平（1908—1970）	154
自卑感和补偿	154
从猴子到自我实现	155
人格发展：需要层次	156
需要的特征	156
生理需要	157
安全需要	157
归属感和爱的需要	158
尊重需要	158
自我实现需要	158
认知需要	159
对自我实现者的研究	159
超越性动机	159
自我实现者的特征	160
无法自我实现	161
人性问题	162
马斯洛的人格评价理论	162
《个人取向量表》	163
对马斯洛理论的研究	163
相关研究	163
需要层次	164
归属需要	164
自尊	164
自我决定理论	165
对马斯洛理论的反思	166
本章小结	167
第10章 卡尔·罗杰斯：自我实现理论	168
罗杰斯的生平（1902—1987）	169
依靠自己的经验	169
独特的心理咨询方法	169

自我和实现倾向	170
经验性世界	171
童年期自我的发展	171
积极关注	171
价值条件	172
异化	172
机能完善者的特质	173
人性问题	174
罗杰斯的人格评价理论	174
以人为中心疗法	174
会心团体	175
心理测验	175
对罗杰斯理论的研究	175
对以人为中心疗法的评价	175
对经验的开放性	176
自我接纳	177
情绪适应	177
对罗杰斯理论的反思	178
本章小结	178

第六部分 认知取向

第11章 乔治·凯利：个人构念理论	182
心理学的认知运动	182
凯利的生平（1905—1967）	183
咨询的理性取向	183
个人构念理论	184
预期生活事件的方式	185
建构定理	185
独特定理	185
组织定理	185
两分法定理	186
选择性定理	186
范围定理	187
经验定理	187

调整定理	187
片段定理	187
共同性定理	188
社会性定理	188
人性问题	188
凯利的人格评价理论	188
访谈	188
自我分类速写	189
角色构念测验	189
固定角色疗法	189
对凯利理论的研究	191
认知复杂性和认知单纯性	192
对凯利理论的反思	193
本章小结	194

第七部分 行为主义取向

第12章 斯金纳：强化理论	196
大鼠、鸽子和空洞的有机体	196
斯金纳的生平（1904—1990）	197
寻找自我	197
强化：行为的基础	198
应答性行为	198
操作性行为	199
操作性条件反射和斯金纳箱	199
强化模式	200
连续接近法：行为塑造	201
迷信行为	202
行为的自我控制	202
操作性条件反射的应用	203
代币法	203
行为矫正	204
惩罚和负强化	204
人性问题	204
斯金纳的人格评价理论	205

行为的直接观察	205
行为的自我报告	206
行为的生理测量	206
对斯金纳理论的研究	206
对斯金纳理论的反思	206
本章小结	207

第八部分 社会学习视角

第13章 阿尔伯特·班杜拉：榜样作用	210
班杜拉的生平（1925—）	211
榜样作用：观察学习的基础	211
波波娃娃研究	211
榜样作用的其他研究	211
去抑制	212
社会榜样的作用	212
榜样作用的情境特征	213
观察学习的过程	213
注意过程	214
保持过程	214
再现过程	214
动机过程	214
自我强化和自我效能感	215
自我强化	215
自我效能感或“相信你能行”	215
自我效能感的信息来源	216
榜样作用和自我效能感的发展阶段	216
童年期	216
青春期	217
成年期	217
老年期	217
行为矫正	218
恐惧和恐怖症	218
焦虑	218
行为矫正的伦理问题	219

人性问题	219
班杜拉的人格评价理论	220
对班杜拉理论的研究	220
自我效能感	220
集体效能感	223
自我效能感与网络	223
攻击行为与电视和网络暴力的关系	224
对班杜拉理论的反思	225
本章小结	225

第九部分 小理论：探索人格的 方方面面

第 14 章 小理论：控制点、感觉寻求、 习得性无助、乐观 / 悲观主义、 积极心理学以及幸福与成功	229
朱利安·罗特：控制点	229
强化的内控点和外控点	230
控制点的评估	230
年龄和性别差异	230
文化差异	230
行为差异	231
生理健康差异	231
童年期控制点的形成	231
对控制点的反思	232
马文·朱克曼：感觉寻求	232
感觉寻求评估	232
感觉寻求者的特征	233
行为差异	234
人格差异	235
认知过程	235

职业偏好	235
态度	235
遗传与环境	235
对感觉寻求的反思	236
马丁·塞利格曼：习得性无助和乐观主义 / 悲观主义解释风格	236
早期研究	237
老年人的习得性无助	238
习得性无助和情绪健康	238
习得性无助和健康的动物研究	238
解释风格：乐观主义和悲观主义	239
悲观和抑郁	241
童年期习得性无助的发展	242
对习得性无助的反思	242
积极心理学	242
评价	247
本章小结	248

第 15 章 人格展望	250
遗传因素	250
环境因素	251
学习因素	252
父母因素	252
发展因素	254
意识因素	255
潜意识因素	256
术语表	257

每章复习题、推荐阅读[⊖]

参考文献[⊖]

人格：评价、研究与理论

打开本书，你将会开启一段神奇的旅程，在这段旅程中，包含了心理学家和其他科学家所提出的用于解释人类人格，即有关你的人格的各种观点。同时在这段旅程中，我们还将讲述那些伟大的理论家的生活，以及他们的自身经验如何影响到他们所提出的理论。也许你已经知道人格的重要性。可以说，迄今为止你所取得的一切，你对未来的预期，甚至是你的整体健康状况，都受到你自己以及与你互动的那些人的人格的影响。

根据对人性看法的不同，我们对不同的理论进行组织，首先是西格蒙德·弗洛伊德的理论，以及对弗洛伊德精神分析进行扩展的理论，并讨论了修正和违背其理论体系的其他人的理论。这些章节都是按照毕生发展的取向，探究从出生到老年人格的发展。接下来讨论了有关人格特质、心理健康、既定行为模式以及社会认知学习的理论。我们也介绍了一些 21 世纪人格研究的观点，提出了一些建议并根据我们的探索得出了一些结论。

我们也发现，20 世纪的理论家很少考虑种族和文化差异的重要性。例如，你很容易看到，将一位理论家基于欧洲神经质女性的临床研究，或将另一位理论家基于对美国男大学生的测试所得出的观点推论到所有人身上，其实这并不恰当。因此，我们在讨论关于这些理论的研究，以及描述它们对实际问题的诊断和治疗时，会阐述年龄、性别、种族、民族和国籍、宗教信仰以及性取向的影响。

为了使你学习起来更简单，本书的每一章都包含了“本章小结”“复习题”和“推荐阅读”等栏目。文中标出的重要词汇均列入本书最后的术语表中。另外，在每章的“欢迎登录”栏目中，你可以查看相关网址。

人格研究

人皆有之

每个人都有人格，人格有助于确定你成功和生活满足的边界。毫不夸张地说，人格是你最重要的财富。它已经帮你塑造了自身的经验，并将在你以后的生命中继续发挥作用。迄今为止，你所有的成就、对未来的期望、是否会成为一名好的伴侣或父母甚至是你的健康，都会受到你自己以及与你互动的那些人的人格的影响。人格会限制或扩大你的选择，阻止你分享某些经验，或者使你去利用这些经验。人格限制或约束了一些人，同时对另一些人打开了世界的大门。

你是不是经常说一个人的人格很好？一般来说，这样的描述意味着那个人和蔼可亲、讨人喜欢、容易相处，你可能会选择这种人作为朋友、室友或同事。如果你是一名经理，你可能会雇用这个人。如果你准备步入婚姻，基于对他人格的了解，你可能会想要与这个人结婚。你可能也认识一些人格很差的人，这些人冷漠、敌对、具有攻击性、不友好、令人讨厌或者难以相处。作为经理，你不会去雇用他们，或者与之发生关系，他们也会受到他人的回避、排斥和孤立。

当你在评价他人的人格时，他们也在对你进行类似的评价。在每一次与新人进行交流时，这种塑造评价者和被评价者生活的相互决策会进行无数次。当然，你愿意参与的社会情境的数量和多样性也取决于你的人格——比如，你的社交性或羞怯水平。你知道你会基于哪些因素进行评价，就像你对自己的整体人格有一个非常清晰的画面一样，这一点无须质疑。

描述你的人格

当然，使用很好和很差这种模糊的术语来总结某一个体所有的人格特征，虽然很容易但也比较肤浅。人格非常复杂，这是因为人很复杂，而且在面对不同情境、不同个体时行为的变异性很大。我们需要更为精确的语言来对人格进行恰当的定义和描述。也正因为如此，心理学家投入了很多精力来开发各种测验进行人格评价。

你可能会认为，你并不需要心理测验来告诉你你的人格是怎样的。一般来说，你是正确的。毕竟，你比其他任何人都更了解自己。如果要求你列出一些能够最

好描述你人格的词语，毫无疑问，你无须太多思考就能完成。

好的。我们来试一试。拿出一张纸，并写下尽可能多的形容词来描述你究竟是什么样子的，不是你想要成为什么样子，或者你希望老师、父母或同学认为你是什么样子的，而是真实的你。尽量不要使用很好的这种词，即使它确实很适合描述你。你选择了多少个词语？6个？10个？还是再多一些？一个被广泛使用的人格测验《形容词清单》，令人惊讶地提供了300个描述人格的形容词。参加测试的人在其中选择能够描述自己的最佳形容词。不，我们并不是要让你去回顾所有这300个形容词，在表1-1中，我们仅仅列出了其中30个词。请在你认为适合自己的形容词旁边做出标记。现在，你对自己的人格有了一个更为详细的描述，但要记住，在实际测验中，你还将从另外的270个条目中进行选择。

表 1-1 形容词清单

在你认为适合描述自己人格的词汇旁边做出标记		
有感情的	野心勃勃的	独断的
自负的	快乐的	愤世嫉俗的
苛求的	支配的	恐惧的
坚强的	慷慨的	高度紧张的
焦躁的	富有洞察力的	温顺的
喜怒无常的	乐观的	固执己见的
执着的	过分规矩的	无拘无束的
尖刻的	敏感的	好交际的
顺从的	宽容的	轻信的
放荡不羁的	怀恨在心的	沉默寡言的

© Cengage Learning 2013.

人格是如何建立的

在此，我们关注的并不是你的人格是什么样子的。你并不需要一门心理课程对其进行学习。我们要学习的是塑造你人格的力量和因素。在本章的后面部分，以及整本书当中，我们都会讨论关于人性的基本问题，比如某一种人格是与生俱来的，还是从父母身上习得的，人格是否受到潜意识力量的影响，或者说童年以后人格是否还会发生改变。

在本书中，我们介绍了一系列有助于回答这些问题以及与人性相关问题的理论。在讨论完这些理论之后——这些理论的内容是什么，它们是如何建立的，以