

中外心理学丛书

Chinese & Foreigners' Psychology Series

情感心理学

[俄] П·М·雅科布松 著

黑龙江人民出版社

情感心理学

〔俄〕П·М·雅科布松 著

王玉琴 李生春 于雅琴 王秀钟 高维汉 译
车文博 校

黑龙江人民出版社

黑版贸审字08—97—0024

本书业经作者授权，独家在中国出版发行。

责任编辑：关德民

封面设计：安玉滨

情感心理学

Qinggan Xinlixue

〔俄〕П. М. 雅科布松 著

王玉琴 李生春 于雅琴 王秀钟 高维汉 译

车文博 校

黑龙江人民出版社出版

(哈尔滨市南岗区宣庆小区1号楼)

哈尔滨市龙华印刷厂印刷 全国新华书店经销

开本860×1168毫米1/32·印张10 8/16·插页2·字数,244 000

1997年6月第2版 1997年6月第2次印刷

印数,4 047—7 547

ISBN 7-207-03750-3/B·108

定价: 13.80元

《中外心理学丛书》再版说明

近几年，纷纭复杂的时代变革和动荡发展的社会环境，导致了现代人的心灵碰撞与失重，重新唤起了人们对心理进行分析和调整的渴盼与需求。为了满足广大读者的这一愿望，我社将以前已出版的六部具有国际影响的心理学经典著作辑为《中外心理学丛书》再版面世。本丛书囊括了中、美、俄、日等如下心理学专著：中文版《心理学原理》、〔美〕《生活心理学》、《社会心理学》、《政治心理学》、〔俄〕《情感心理学》、〔日〕《老年心理学》。其中《生活心理学》、《社会心理学》均处于当时世界领先地位，曾在美国一版再版，并于世界范围内引起轰动。尤其是《生活心理学》的中译本，初版便荣获首届中国图书奖，《社会心理学》也被评为全国畅销书。前苏联三大心理学派代表人物雅科布松的《情感心理学》亦为世界所瞩目，在其国内再版达十余次之多，居于同类著作之首。中文版的《心理学原理》由全国14所高等学府、2所教育研究所的一批专家学者编写，代表了我国80年代中期心理学研究方面的成果和水平，受到心理学界和国家教委的重视，被指定为全国综合大学哲学专业心理学的统编教材和全国哲学专业自学考试指导委员会确定的心理学自学参考教材。

应当指出的是，作为一门独立的学科，心理学产生于一百多年前的西方，我国心理学的建立和发展离不开借鉴和引进西方心理学研究的成果，但是由于原作者囿于西方资产阶级的观点，其著作的思想理论基础不可避免地会存有一些唯心主义的色彩。所以，

我们要立足于马列主义的立场和观点，批判地汲取和吸收，取其精华，剔其糟粕。特别需要说明的是，本丛书所用为原版纸型，虽然已做了必要的挖改，却终因读者殷殷，再版切切，著译者和出版者均不及重新进行修订和删补，致使个别问题和文字，诸如对前苏联及15个加盟共和国的提法、“象”与“像”的区分、年代书写的规范化等仍留有原版旧痕，在此一并说明，敬祈读者见谅。

作 者 的 话

本书所写的问题，在苏联心理学家的著作中很少有系统的阐述。然而，一般情感问题，尤其是情感的形成与培养问题，对于我们却具有十分重要的意义。

要使苏联人得到全面发展，就要培养他们多方面的、鲜明的、内容深刻而丰富的情感——这种情感是促进我们社会发展的积极参加者和共产主义建设者所特有的。而发展和培养这些情感则必须对人的情绪生活的特点和规律有所了解。

在试图论述这个复杂的、人们研究得较少的情感心理学课题时，我们预料会遇到许多困难。

根据读者对于第一版提出的各种批评意见以及增补某些内容的愿望，本书第二版作了修订。在修订中，第一、二、四、五章有较大补充；第六章《情感的基本形式》作了彻底改动；此外，书中还新增加了两章：第七章《在人的年龄发展过程中情感变化的特点》和第八章《研究人的情绪范围的方法》。

笔者诚恳地欢迎读者对新版提出批评意见。

目 录

绪 论	1
第一章 情感及其典型特征	16
I. 何谓情感	16
II. 情感是周围现实的反映	21
III. 情感萌发与情感觉醒的特点	27
IV. 情感与语言	39
V. 情感体验的典型特征, 情感强度的变化	43
第二章 社会与人的情感	67
第三章 情感的生理基础	94
第四章 情感的表现	112
第五章 情感与个性	149
第六章 情感的基本形式	184
I. 道德感	186
II. 美感	198
III. 理智感	204
IV. 活动感	207
第七章 在人的年龄增长过程中情感变化的特点	226
第八章 研究人的情绪范围的方法	249
I. 通过研究人机体的生理变化的方法, 来对人情 绪状态的性质做出判断	258

Ⅰ. 通过观察人的行为及其情感表现特点的方法, 来研究人的情绪生活	262
Ⅱ. 对人的情绪生活进行实验研究的方法	266
Ⅳ. 根据言语表述研究情绪生活的方法	272
第九章 情感教育的心理学问题	275
Ⅰ. 情感教育的目的	275
Ⅱ. 情感教育的前提条件	279
Ⅲ. 情感教育的表现	289
Ⅳ. 对人的情绪范围感化教育的途径	296
Ⅴ. 情感的自我培养	324

绪 论

人的情绪生活和情感——悲伤、高兴、愤怒、苦恼、爱慕、激动等，很早就引起人们的重视和极大的兴趣。因为这是人在各种生活环境中、在同周围自然界和社会关系中人的行为的本质特征。因此，很早以前人的情绪生活就在民间文学中、在文艺作品中、在艺术创作中、在宗教学说中、在道德家和哲学家的论述中都有所体现。一定社会阶段上的人们的情绪生活的最典型的、最本质的特征在所有的这些人类经验的认识形式中不同程度地反映出来。

在不同的历史时期，由于所形成的社会关系和在此基础上产生的意识形态的性质不同，人的情绪生活和情感不同程度地得到发展和具体化。马克思说：各种不同的和特殊的情感、幻想、概念和世界观这个完整的上层建筑是在不同的所有制和存在的社会条件下发展起来的。情绪生活的某些方面得到赞扬，而另一些则被谴责，这主要取决于各历史时期最有代表性的统治思想（宗教、哲学学说、道德观念、政治理论等）。中世纪基督教对人的各种情感的态度就是一个明显的例证。当时自尊、美的欣赏这类情感受到谴责，而克制、恭顺、惧怕“上帝”等情感却受到赞扬并

竭力加以推行。情绪和情感是人的生活和活动中最重要的不可缺少的组成部分。这个事实说明，远在情绪和情感成为心理学研究的专门对象之前，在明确这个领域的某些个别概念之前，人的情绪生活问题就已经成为思考的对象了。

研究古希腊罗马思想家对人的本质、人的行为、举止、动作的看法便可了解许多观点和具体研究情况，他们的理解和观点同我们现在称之为人的情绪生活有直接关系。这里我们不去研究古代思想家的一些零散的观点，我们只看一看古代的伟大学者亚里士多德在其著作中对这些问题的系统阐述（《论灵魂》、《尼各马可伦理学》、《诗学》）。在他的著作中有很多关于人的情绪生活的有趣论述。他明确地谈到，哪里有感觉，哪里就出现满意和苦恼，他对人的恐惧的理解相当重要。他对人在领悟艺术作品时的情感和体验的本质和特征的论述也是可资借鉴的（关于净化的体验特征——净化学说）。斯多噶派哲学家芝诺、克里西普斯在自己的学说中对人的情感进行了分类。他们初步划分为四种形式：对现实估价的快乐和忧愁，对满意与痛苦预料的渴望和恐惧。但应指出，古希腊罗马的哲学家并未将情感列入人的心理生活的特殊的、独立的领域，而是把情感同认识过程合并在一起。

由古希腊罗马的奴隶社会过渡到封建社会时期并没有给研究人的情绪生活问题带来新的、有价值的思想，因为在封建社会的意识形态中，基督教化的宗教、道德和哲学占统治地位，直到文艺复兴时期（这一时期技术、工商业相当发展，科学发明不断出现，文艺繁荣）才打下有益于研究人的本质问题的良好基础。

人作为社会政治生活的积极活动者、新国家的开创者、新建筑物和机械的建造者、优秀艺术作品的创作者已逐渐成为诗人、作家、艺术家、雕塑家所注视的对象，并在他们的创作中得到了反映。恩格斯对文艺复兴时期的评述如下：“这是一次人类从来没

有经历过的最伟大的、进步的变革，是一个需要巨人而且产生了巨人——在思维能力、热情和性格方面，在多才多艺和学识渊博方面的巨人的时代。给现代资产阶级统治打下基础的人物，决不受资产阶级的局限。相反地，成为时代特征的冒险精神，或多或少地推动了这些人物。那时，差不多没有一个著名人物不曾作过长途的旅行，不会说四五种语言，不在几个专业上放射出光芒……但他们的特征是他们几乎全都处在时代运动中，在实际斗争中生活着和活动着，站在这一方面或那一方面进行斗争，一些人用舌和笔，一些人用剑，一些人则两者并用。因此就有了使他们成为完人的那种性格上的完整和坚强。”^①

生活的诸多需求决定了文艺复兴时期科学知识的发展，从而导致后来致力于系统地、深入地研究人及其心理生活问题。这些问题在16—17世纪的哲学家、道德家、政治家的著作中均有反映。

笛卡尔的《论心灵的各种情感》^②（1650年）就是论述情绪和情感的第一部专著。其中笛卡尔力图根据作为“灵魂驻所”的松果腺和同松果腺的某些活动有关系的过程这一学说，从生理学方面来论证情感，并打算把形形色色的情感归纳为六种基本情感：高兴、悲痛、惊奇、欲望、爱慕、憎恨。

在斯宾诺莎的《伦理学》（1677年）著作中，情感问题占相当重要的地位。《伦理学》这部著作共有五部分，其中第三部分（论情感的起源和性质）和第四部分（论人的奴役或情感的力量）专门阐述了人的情绪生活问题。《伦理学》试图揭示存在于个别激情之间的有规律性的联系和关系，并使激情学说系统化。

①《马克思恩格斯选集》第三卷第445—446页，人民出版社，1972年版。

②又译《情绪论》——译者注。

18世纪自然科学知识的进步和发展给研究情绪生活带来许多新的东西。如果说在这之前，哲学家洛克在其《人类理智论》（1690年）一书中，从理智的观点来论述情感，认为愉快和不愉快只是好和坏的概念，这二者统一为感觉，那么在18世纪后半叶情绪生活领域则具有更重要的意义，它在理论上作为心理的独立部分固定下来了。

法国唯物主义学说的发展证实了情感在人的个人生活和社会生活中的作用和意义。例如，爱尔维修坚决反对谴责人的情感的学者和道德家。狄德罗的观点也是如此，他认为只有强有力的情感才能鼓励人们去从事伟大的事业。他认为，在情感协调一致的情况下具有强烈的情感就是幸福。

伦理学家和美学家的研究在理论上作出了有关情绪生活是心理的独立部分的结论（史密特：《道德感觉论》，1759年；霍姆：《道德原则和自然宗教的经验》，1751年；贝尔克：《崇高而美好的思想的哲学研究》，1756年），这些研究不仅指出了道德感和美感的作用和意义，而且也指出了它们的特征及其体验的性质；在文学作品和政论作品中广泛表现的感伤主义的强大运动也得出同样的结论（斯捷尔、卢梭）。最终在18世纪末，捷杰斯在其《关于人的本质的哲学》（1777年）著作中评述人的心理生活时，把它分为三种表现形式：智慧、情感、意志。把心理生活划分三部分在康德的著作中确定下来了（《判断力批判》，1790年；《实用人类学》，1798年）。康德证明，不能把情感归结为理智过程，情感有其自己的特征。

由此可以认为，19世纪初人的情绪生活得到了自己的科学称呼，被置于与理智和意志并列的地位，后来又成为心理学研究的独立对象。但是，尽管情感被划为心理生活的特殊部分，并变成心理学研究的对象，可是也不能忘记，由于情感和情绪在人的生

活和活动中所起的作用，人们不仅在心理学专著中研究情感和情绪，就是在哲学、教育学、社会历史学和生物学的代表著作中也研究情感和情绪。

19世纪后半叶，心理学成为独立的科学，有了自己的研究对象，确立了各种研究方法，为了揭示心理生活的规律还采用了实验方法。科学思想的许多代表想揭示出现象的规律和本质，并把它们看作是能动的发展过程。自然科学的发展及其自发的唯物主义都在某种程度上为心理学的研究提出了问题。我们并不想历数19世纪下半叶心理学中情感和情绪的研究历史，只指出这个领域中的主要问题是什么。

1. 解决情感和情绪的心理特征问题（什么是情感和情绪的特性，它们具有什么样的心理品质）以及情感和情绪的形式和分类问题。有许多研究著作阐述了这个问题。如培因的《情绪与意志》（1868年），冯特的《生理心理学原理》（1874年），再有 H. 格罗特的《情感心理学的历史及其主要原理》（1879—1880年）这一重大科学研究著作，19世纪末 T. 李播的著名著作《情感心理学》（1897年）问世。

上述研究著作（以及某些其他著作）的特点是，竭力探求情感的分类：尽可能把形形色色的情绪表现都列入进去；因此出现了培因、格罗特、密尔斯等对情感的多层次的和多方面的分类。

冯特力图充实关于情感的本质特征的认识，提出了“情感三度说”的理论。他认为情感的差异不只在具有愉快—不愉快的特性上，而且也在具有兴奋和镇静、紧张和松弛的特性上。李播在分析情感的心理本质的同时，也竭力揭示人的体验的病理离差。

2. 解决人的情感、情绪的发生和来源问题以及表情的解剖生理机制问题。生物学家和医生对此问题有极大的兴趣，他们努力

研究恐惧、愤怒、温情、羞愧等表情的各种特征。关于情感和情绪的发生问题在斯宾塞的著作中有新的论述。在达尔文的《人类和动物的表情》(1882)一书中有更详细的论述。第一，提出了情绪发生的理论，他把情绪看作是原始人在为生活而斗争中的适宜的行为和动作的遗迹，是世系的存在和继续；第二，对恐惧、愤怒、羞愧等表情的各种形式(面部、躯体的肌肉是怎样活动的，内分泌腺的活动性质和血管又是怎样变化的)进行了细致的生理解剖的分析。达尔文的原理是在已有的著作和实验(贝尔、皮杰里特等)的基础上建立的。

3. 不仅研究什么样的生理解剖变化会引起某种固有的或者具体的情绪的特殊外部表情，而且提出一个更为原则的问题：人体神经机制的生理变化(这个生理变化引起人的各种情绪体验)的本质是什么。詹姆斯——朗格的理论赞同情绪是自然遗迹，是血管、肌肉、腺体等活动变化的必然结果。大家知道，詹姆斯反常地阐述自己的理论：“我看见了一只熊，很害怕，便跑开了”，这样说不正确，应当说：“我看见了一只熊，跑开了，很害怕。”

上述所有的理论和研究都是从人的心理生活的复杂的综合问题中抽出某些问题，即便有的是本质问题，但仍然是局部的问题，这些问题同样是深入研究的对象。当然，这也是对复杂的综合问题进行科学研究所不可缺的阶段，不过，这些问题却离开了与活生生的、有感觉的人有关的问题的整体。由此分类研究的特点是，可得到一个详细而抽象的结构，从生理方面可得到有关表情特征的原理，而关于情绪的生理机制的理论可普遍解释情感的心理本质。

这样研究人的情绪范围，不能回答生活本身提出的许多本质问题。因此，在解决实践提出的任务(人的培养、世界观的形

成、富有内容的艺术理解等)时,科学的思想是,不能不阐述把人作为一个完整的、活动着的、有感情的个性的心理学问题,跳出以往的心理学的框子。

我们有西方思想家论述这个问题的资料,但是特别需要指出俄国革命民主党人别林斯基、赫尔岑、车尔尼雪夫斯基、杜勃罗留波夫在阐述这些问题上所作的巨大贡献。他们在描述人的个性的各种表现的作品中闪烁着道德感和美感的发展、信念和世界观的形成以及由于感知生活现象、艺术现象而对道德的和美好的东西的体验特征。那种对人的个性的浓厚兴趣(他们为解放个性而斗争),那种充满整个作品的人道主义向我们解释了为什么人的情感是他们的注意对象。

50年代和60年代的俄国革命民主思想的这种趋势,不能不用卓越的教育家、心理学家乌申斯基的一些构思来说明。他写了一部重要的著作——《人是教育的对象》(1868)。在这部著作中情感问题占主要地位。他对情绪生活问题的看法是全面的。他阐明了人的最高情感,而这些情感大部分为心理学所忽视。他对人的道德感尤为重视。乌申斯基的构思特点是,他特别注意情绪生活在人的发展和发育中的地位和作用。

教育思想是乌申斯基的主要观点。他认为,教育,特别是智力教育,最大的失策是因为感觉多于思考。他写道:“我们的感觉史就是我们心灵的内心史。”^①

在解决对情感从更广泛的领域来研究的方法的问题时,19世纪下半叶的俄国社会哲学和教育思想中的关于人的情绪生活的这个重要观点是不能忘记的。

在19世纪末期心理学中出现的与情感和情绪有关的心理学问

①《乌申斯基全集》第9卷,俄罗斯联邦教育科学院出版社,第118页。

题，在20世纪的各种研究著作中又继续出现并有所改变。的确，有关这方面的研究比起对其他心理方面的研究是不多的。著名心理学家C·G·朗格把情感问题称作心理学的“灰姑娘”。朗格写道：“情感在心理学中居灰姑娘的地位，为了姐姐——‘智慧’和‘意志’的利益，她不被母亲喜爱，被驱赶出去，永远被抛弃。情感不得不寄居在心理科学的偏僻的地方，当它作为意志，特别是作为智慧（认识）时，便占居着整个客厅。如果收集一下有关情感的著作，那将会得到一个多么可怜的书目。认识过程领域中的任何一个问题，甚至非常小的问题，如关于亮度的细微差异的差别感受性问题或疲倦对皮肤的空间感的影响问题的专著，都远远超出有关情感方面的专著。”①

综上所述，关于情感的心理特征和情感的特征问题不是人们特别注意的对象。19世纪后半期那种对情感详细分类的时期已经过去。

的确，立普斯曾试图揭示情感的特征，但是他却没有全面地分析现象，只强调情感的主观因素。立普斯把情感与心理的其他方面对立起来，他说：“感觉的内容和与其相应的表象内容，只能体验为这样一种东西，我觉得出来的东西和与我对立的东西。这两种东西是绝对对象的内容。情感是直接体验到的品质，或者是‘我’的特征。可见，情感是绝对主观的……感觉内容和感觉间的这种严格的差异与常见的用语是不同的。但是，心理学语言在这方面应当是严谨的。”②

这条路，实际上，是科学研究问题的死胡同。

研究人的心理生活（包括人的情绪）想找到的客观标准的渴望

①C·G·朗格：《心理学》，《世界》出版社，1914年版，第254页。

②T·立普斯：《心理学指南》，1907年，第23—24页。

导致出现了美国的行为心理学（华生）。行为心理学不把人的意识、内心世界看作似乎是“不被体验的”，它只研究旁观者（或仪器）的眼睛、耳朵所能知觉到的和记录下来的东西。复杂的社会活动对人的各种作用都被列入“刺激物”这个概念，而把人理解这些作用和对这些作用的一切应答形式列入“反应”的概念中。这个方法与现实生活相左，这不能不使行为心理学的拥护者在研究人的行为时承认意识因素。

在某种意义上人的情绪生活是恢复自己的权利，但是，它被理解得太狭窄了——被当作明显的表情。的确，很少被分化的“情绪过程”概念却逐渐遭到美国心理学家的化分。例如，荣格在1949年指出，在情绪生活领域内我们遇到具有各种情绪色彩的过程——机体的疼痛、各种恐怖（病态恐怖）、情绪的爆发、情感的稳定、眷恋、各种心境。荣格想把情绪和情绪过程的另一些形式划分开，因此他指出情绪与各种神经病不同，与长期的冲突状态不同，与爱好不同，与眷恋不同。情绪是偶然的東西，而不是穩固的状态。他认为，应当把具有情绪色彩的过程称为情绪，即周围环境的某些作用引起的过程，其特点是，人的日常活动失常，腺体活动和肌肉组织有明显变化。

但是，国外心理学对人的个性及其心理生活的看法简单化，在情感领域中首先注意的是人强烈而明显表现出来的情绪，把人的最高情感——道德感、美感等却置于脑后。

国外心理学对人的情绪范围中的病理离差置于首要地位。这就导致对人的正常情绪在“深蕴”心理学中，在精神分析和各种病理精神分析的“情绪”中找到解释的理由。

这种片面的理解人的正常情感及其表现的各种形式仍然纠缠不休。在著名作家 A·克罗宁的中篇小说《西班牙园丁》中充分体现了这种观点的荒唐和危害。