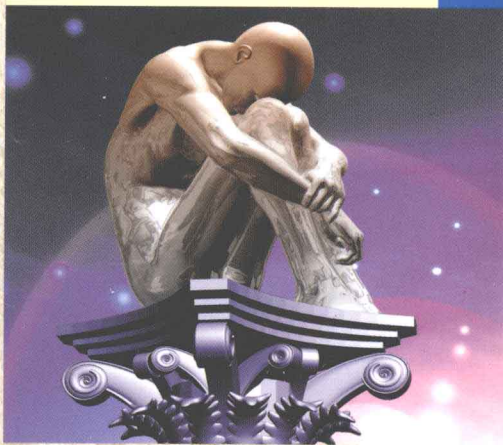


学者书屋系列

人格 调控原理

唐国忠◎著



哈尔滨
Harbin Eng

学者书屋系列

人格调控原理

唐国忠 著

哈尔滨工程大学出版社

内 容 简 介

本书以人格调控涉及的问题为核心,阐述了人格内涵及测评、人格的形成、人格因素的运行机制、人格的其他相关学说、人格障碍、人格教育六个部分内容。本书还汇集了作者十个研究专题,每个专题从青年学生的成长因素入手,触及常见问题的研究以及高校思想政治工作和德育的界定,最后还阐述了高等教育的可持续发展与以德治校之间的关系,强化了论著的社会科学属性和适用性。

本书可作为从事教育工作人员和企业管理人员拓展知识结构的选读物,也可以作为高校青年学生开设选修课的参考教材。

图书在版编目(CIP)数据

人格调控原理/唐国忠著. —哈尔滨:哈尔滨
工程大学出版社,2007.8

ISBN 978 - 7 - 81073 - 726 - 5

I. 人… II. 唐… III. 大学生 - 人格心理学
IV. B848.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 074277 号

出版发行 哈尔滨工程大学出版社
社 址 哈尔滨市南岗区东大直街 124 号
邮政编码 150001
发行电话 0451 - 82519328
传 真 0451 - 82519699
经 销 新华书店
印 刷 肇东粮食印刷厂
开 本 787mm × 960mm 1/16
印 张 15.25
字 数 209 千字
版 次 2007 年 8 月修订
定 价 30.00 元
[http : //press. hrbeu. edu. cn](http://press.hrbeu.edu.cn)
E - mail: [heupress@hrbeu. edu. cn](mailto:heupress@hrbeu.edu.cn)

前 言

“可持续发展”一词最初由经济领域产生,相继进行拓展并逐步引入到社会中的各个领域,而作为一名从事青年学生教育、管理和服务工作多年的教育工作者,很早以前就思考着一个命题,那就是“如何实现人性的可持续发展”。

“望子成龙,望女成凤”是绝大多数作为父母的美好的期望。自古以来,爷爷在教育和影响着儿子,儿子又在教育和影响着孙子,而客观情况往往却是老人对现人不满意,现人对后人失望。这样的过程应该说符合教育本身的发展规律,后天受教育产生的文化沉淀,不能直接遗传给后人,而只能通过潜移默化的影响。这种影响源于人为构建的生活和受教育环境,如果个体成长于回归纯自然的本性形成的原始朴素环境中,那么人类的思维很大程度会在个体人生周期内循环,而在体现几代人之间区别的轴向上则难以得到进步和发展。构建环境是包括家庭、学校、社会在内的综合系统依托抚养和教育来实现的,有效实现这一功能的前提就是了解和掌握人类个体思维的发生和发展规律。

《人格调控原理》一书的核心是人格本身的调节与控制,而原理这一定位不免增加了宏观的性质,决定了本书倾向于阐述以人格为核心的各种因素的运行机制。通过这些机制的系统阐述可以回答一些“他(她)为什么会这样?”、“怎样使他(她)不这样或那样?”等类似的问题。这些问题的阐述直观上是就问题说问题,而把相关的章节结合在一起,将会对人性本质的形成产生一种系统性的认识,最终将会达到改变个体中部分与成长规律不协调的主观意识。

如果要问《人格调控原理》究竟是隶属哪一个学科的论著,我们可

以从以下五个方面进行理解。

1. 这是一本触及心理学内容较多的论著。接触人的本性问题的必然要触及心理学,所以本论著从经典到现代、从西方到东方,阐述了多种心理学派的诸多观点,并且进行了本土化和针对性拓展。在论著的整体脉络上按照认知、情感、意志、行为四个常规心理过程去编撰章节,调控人格的切入点也遵循了心理咨询与心理治疗的常用原理。这一切为人格调控奠定了坚实的信度和可操作性,也是本论著的灵魂所在。

2. 这是一本有助于拓展德育途径和德育方法的论著。德育是教育的首要因素,也是人才培养的灵魂所在。以往德育的运作停留在“知不知”的层面较多,诸多的专兼职德育工作者为了解决“信不信”层面的问题,付出了艰辛的努力,但靠灌输性培养的内容仍然是成效不十分显著。而人格调控的切入点从多角度出发,方法也形式多样,并且往往避开抽象的认知领域,经过科学合理的过程,最终还是通过调整信条实现永久性调控人格。信条的改变就体现为价值观的变化,这就实现了德育的最终目的。可见,人格调控将会使德育途径和德育方法得到拓展。

3. 这是一本有助于提升管理方法和管理艺术的论著。所有管理的最终归宿都离不开人的因素,在一定程度上说,管理的主体是人,管理的对象也是人。可见,掌握人的思维和行为的发生发展机制是管理学的着眼点。《人格调控原理》的研究恰恰是以人的思维和行为的发生发展机制作为研究对象,有效地掌握论著中所阐述的内容,进行合理分析和借鉴,达到对人格进行调控,将会在很大程度上提升管理方法和管理艺术。

4. 这是一本有助于协调人际关系和提高处事能力的论著。人与人之间关系的协调性主要取决于人际关系的涉及问题。诸如,如何正确认识自己的个性?如何正确认识他人的个性?如何正确认识人与人之间思维上存在的差异性?这些问题如果能够做到正确认识,那么协调人际关系和提高处事能力的基础就奠定出来,如果在人际氛围中把思想和行为统一起来,就从本质上解决了存在的一切问题。《人格调控原理》恰

恰是从以上提出的问题出发,能够作到合理解释这些问题。

5. 这是一本有助于提高成功和创富机会的论著。成功和创富是人生价值的体现,也是每一个人期望的目标。要想实现成功和创富就需要提高自身的综合素质和能力,具有在机遇面前善于发现和积极把握的敏锐性。而这些潜在在每个人身上的分布并不是均等的,先天存在的需要激发,后天培养的需要促进。怎样才能够高效率地促进这些素质和能力,《人格调控原理》在理论上进行了比较全面的阐述,对于正确认识自身的不足和长处以及如何克服不足和发展长处具有积极的引导作用。

基于完成以上功能,本书的总体框架分为人格内涵及测评、人格的形成、人格因素的运行机制、人格的其他相关学说、人格障碍、人格教育六个部分十一章。其中前三章为人格调控的基础性知识,第四章为过渡性知识,第五、六、七、八章内容为重点需要掌握的原理,而第九章为原理的拓展性内容,第十章单独阐述各种人格障碍的表现形式,说明人格调控的直接针对性问题,第十一章则把人格教育进行比较全面的阐述,说明人格调控对象的普及性和必要性。此外,为了便于界定论著的形成脉络以及结合国情拓展论著的外延,本书还汇集了作者在撰写本书之前的十个专题提供给读者,这十个专题研究从青年大学生的成长因素入手,到日常常见问题的研究以及当代高校思想政治工作和德育的界定,最后还阐述了高等教育的可持续发展与以德治校之间的关系,这些都是为了把读者从心理学固有的自然科学属性中导引出来,实现论著的社会科学属性,把读者融入社会发展大系统之中,进而强化《人格调控原理》的使用性。

在编著此书的过程中,借鉴了国内外许多专家和学者的观点,这些观点铺垫了人格调控的基础理论。但同时部分内容也在一定程度进行了尝试性扬弃,其主要目的是使人格调控原理针对的客体具有的时代性加强,从而使原理的可操作性更强。

在这里,首先由衷地感谢国内外对人格进行专心研究的专家和学者

们,正是他们潜心地研究,提出了一系列基础性理论,这些理论激发了我对人格学的偏爱,产生了十分执着的热情,并且开始了融验证和创新为一体的研究工作,由此积累了一些见识汇总成册。其次,真诚地感谢原黑龙江科技学院党委书记(现任七台河市市委书记),哈尔滨工业大学兼职博士生导师宋长生教授以及从事法学和管理学研究的陈桂芝教授和唐立峰教授,正是他们在我徘徊于实践和理论的结合点的时期给予了我启迪,使我逐步找到了日常工作与理论研究的切入点,开始进入人格学领域的殿堂。

由于自身阅历和理论水平有限,不可避免地使本书存在一些不足和不当之处,虽尽心修改,但恐仍有诸多不尽人意之处,恳请各位读者批评指正。

作 者

目 录

第一章 人格概述	1
第一节 人格的特征	2
第二节 人格的影响因素	4
第三节 健康与人格	6
第二章 人格特质	14
第一节 人格特质的结构	14
第二节 有关人格特质的理论	17
第三章 人格测评	26
第一节 人格测评的基本问题	26
第二节 人格的问卷测评	30
第三节 人格的投射测评	34
第四节 职业技能测评	37
第四章 人格的形成	44
第一节 影响人格形成的相关因素	44
第二节 经典人格形成理论	47
第三节 现代人格形成理论	57
第五章 认知与人格	65
第一节 心理分析理论简介	65
第二节 认知规律及常见偏差	70
第三节 认知与人格调控	73
第六章 感情与人格	80
第一节 感情概述	80

第二节 情绪的发生机制	89
第三节 情绪与人格调控	92
第七章 意志与人格	100
第一节 意志概述	100
第二节 意志行动的相关问题	104
第三节 意志品质的组成与人格	109
第八章 行为与人格	115
第一节 行为的基本理论	115
第二节 行为调控的基本假设与调控过程	121
第三节 行为改变与人格的关系	123
第九章 有关人格的两种学说	129
第一节 森田理论介绍	129
第二节 人本主义心理学	135
第十章 人格障碍	143
第一节 人格障碍的基本知识	143
第二节 人格障碍的表现形式	147
第十一章 人格教育	161
第一节 人格教育的意义	161
第二节 人格教育的基本原则	164
第三节 人格教育的内容与途径	166
唐国忠同志的相关专题研究:	
专题一 大学生健全人格及其塑造研究	171
专题二 大学生创造力的成因及其促成研究	177
专题三 影响青年大学生人际氛围的心理因素 分析与对策	181
专题四 高校学生成长过程中的几种消极心理 及对策分析	188

专题五	浅析心理分析在思想政治工作中的运用	195
专题六	有效开展高校思想政治工作必须明确的 几个基本问题	201
专题七	高等教育发展中的知行统一与 高校思想政治工作	205
专题八	德育地位的历史演变与思考	210
专题九	高校德育的纵向衔接和横向拓展	215
专题十	高等教育的可持续发展与以德治校	221
参考文献		227
后序		229

第一章 人格概述

“人格”(personality)一词,最初来源于古希腊语 *persona*,此词的原意是指希腊戏剧中演员戴的假面具。面具随着人物角色的不同而变换,体现出了角色的特点和人物的性格,就如同我国戏剧中的脸谱一样。在现实生活中,“人格”的使用范围非常广泛,可以在生理、心理、宗教、社会、伦理、法律和美学等不同的领域使用,同时赋予它不同的意义。诸如,我们常常听人说,某某的人格卑鄙,而某某的人格高尚,这是从伦理道德上给人以评价;在某种情境下有人气愤地说:“这是对我人格的污辱!”这里的“人格”又是属于法律的范畴,说明有人侵犯了他的尊严和人权;在国外,有的广告会说这种产品会增进你的人格,其意是指对你的衣着、发型、装饰等有所改进,令你的外表更加美观,这里的“人格”则是指容貌、仪表、给人的印象等。

即使在心理学中,“人格”也是一个很复杂的概念。“人格的定义随人格心理学家的理论观念而异,有多少种理论就可能有多少种定义。”(陈仲庚、张雨新:《人格心理学》,辽宁人民出版社 1986 年版)仅美国心理学家阿尔伯特,1937 年在其专著《人格:心理学的解释》中,为“人格”一词就归纳出 50 多个定义,可谓是众说纷纭。

本书所阐述的“人格”,是相对于认知、情绪、意志及行为的一些心理现象的汇总,亦称个性,它反应了一个人总的心理面貌,是相对稳定、具有独特倾向性的心理特征的总和,它是在长期的社会生活实践中形成、发展起来的具有内在统一性和相对稳定性的个人特质,结合社会需求,这种界定也有世界观、价值观、人生观等的拓展内涵。

第一节 人格的特征

人格是一个具有丰富内涵的概念,其中反映了人格的多种本质特征。掌握这些特征便于我们对人格的理解和把握。

一、独特性

一个人的人格是在遗传因素、成长环境、教育过程等多种因素的交互作用下形成的。不同的遗传、生存及教育环境,会形成彼此之间不同的心理特点。人与人之间没有完全一样的人格特点,这也是因为每个人的人格都是在各自的成长因素影响下形成的。如“固执”在不同的环境下有着不同的含义,在不同的人身上也有着不同的含义。在娇生惯养、过度溺爱的环境中,“固执”带有“撒娇”的意思;在冷淡疏离、艰难困苦的环境中,“固执”又带有“反抗”的意思。所谓“人心不同,各如其面”,正是说明了人格的千差万别和千姿百态,这就是人格的独特性。

此外,生活在同一社会群体中的人,长期在同一社会文化背景的熏陶下,或在各种目标一致的诱发因素的作用下,往往会产生一定区域和一定时期的相同或相近的人格特征,如中华民族是一个勤劳的民族,这种“勤劳”的品质,抗日战争时期和解放战争时期人民共同拥有的“顽强拼搏”的精神,这些就是区域中人格所共同具有的独特性。

二、稳定性

在一定时期内,人格具有稳定性。那些偶然在行为中发生的,一时性突发的心理特征,不足以称之为人格,人格必须是具有一定时期的稳定性。诸如,一个性格内向的青年人,在不同的场合都会表现出沉默寡

言的特点,这种特点多年来都是如此,这就是人格的稳定性。俗话说“江山易改,秉性难移”,这里“秉性”就是指人格说的。当然,强调人格的稳定性绝不是说人格在人的一生中是绝对一成不变的,这种稳定性的形成过程为我们促进和改变它提供了相关的指导,随着遗传因素的日趋发育成熟及外界环境的变化,人格的稳定性会呈现出相对的特征,这也是进行人格调控原理研究的初衷。

三、统合性

人格是由多种成分构成的一个有机整体,具有内在的一致性,受自我意识的调控。人格的这种统合性不仅是马克思主义哲学中知行统一重要原理的体现,同时也是人们本身心理健康的一个重要指标。应该说随着我国改革开放步伐的加剧,国民生产总值多年保持稳定增长,在这种情况下,近30年来我们国家取得的经济成就达到了中国近百年的变化量,但人们的精神发展速度是否与经济发展同步,或者说是否每一个人对社会的进步过程中出现的现象都能有一个正确认识,恐怕很难做到。盲目的行动得不到可靠的思维保障,“知”、“信”、“行”相互脱节,久而久之,必然出现“人格障碍”,甚至“人格分裂”。可见,人格的统合性是健康人格的重要特征。

四、功能性

人格决定了一个人的工作、学习和生活方式,甚至决定了一个人人生的成功与失败的走向。对成功和失败本身而言,每一个人一生都会多次面对它们,然而当挫折和失败出现时,不同的人格特征会产生不同的反应。成功面前,有智者会总结经验,无智者会目空一切;失败面前,坚强者能发愤拼搏,懦弱者会一蹶不振,最终后果必然驱动不同的人格实现不同的归宿。这就是人格功能性的表现。

第二节 人格的影响因素

人格的形成受多种因素的影响,每个人的人格形成的原因也不尽相同。心理学研究成果表明,在某些人身上,部分人格特征几乎纯粹是先天具有的,而另一些人格特征又几乎纯粹是后天形成的。但是,在一个人身上,更多的人格特征是在先天和后天这两种因素的共同影响下形成的,并且后天社会环境的影响表现得更为显著。

一、先天遗传因素与人格

人格是在个体的发展中逐渐形成的,然而刚生下来的婴儿,心理却并不是白纸一张,也不可避免地具有一些先天的遗传心理特征。根据对初生婴儿的观察发现,婴儿中,有的好动,是兴奋型;有的安静,是抑制型,等等。这样的神经类型的特点是遗传的。这些遗传的特征构成了一个人独特的心理基础,这些居于基础条件的心理素质只是影响人格差异的一个方面,而更重要的,是在人格发展过程中来自外部的影响,即依赖于社会客观环境和个人的主观能动性的影响。

二、后天社会环境因素与人格

后天社会环境因素影响主要有家庭影响,文化传统影响和社会阶级、阶层影响。

1. 家庭影响

在人格的形成过程中,家庭影响占有重要的地位。据有关专家研究表明,人格中的信任感、语言能力、交际能力、情绪的稳定性、攻击性、爱的表达与交流能力、主动性及自我认同感等等,都与家庭环境有着极其密切的关系。

家庭对子女的教育,除了按照社会的要求,使其发展成为适应社会

要求并成为可供社会选择的人外,每个家庭的特点给予子女的影响却是难以更改的,而且具有更加重要和深远的影响。家庭影响主要是指与人格相关特有的教育方面问题。父母的人格对子女人格的形成,其影响是潜移默化的。较为理想的模式是一个由既有高标准要求,同时又能给子女相当自主权的父亲,再加上一位具有环节支配力的母亲构成的人格影响系统。

2. 文化传统的影响

每个社会都有属于自己的文化传统,每个生活在这个社会的人所具有的固有人格,都不可避免地受到文化传统的影响。在影响人格的文化组成中,包括对一些重大问题的价值观念、对人生、对人与人的关系、对自然界的看法,以及解决问题的方法和行为模式。这些文化传统影响着需求目标和满足需求的途径,影响着解决冲突的方式。

人类学学者林顿和杜波斯研究了阿罗民族的人格特征,他们发现,阿罗人有很强的被动性,内心充满恐惧与胆怯,情绪极不稳定。他们认为产生这种情况的原因与阿罗人母亲忽视儿童有关。在阿罗族,女人在生产后十天或两个星期,就开始到田里从事农活,因此,婴儿断奶很早,排泄训练也不充分,儿童时期的压抑与挫折一直保留在潜意识中,影响了阿罗族儿童人格的健康。可见,文化传统直接影响着人格的最终形成。

3. 社会阶层和阶级的影响

任何一个人都必须生活在一定的社会阶层和阶级中,阶层或阶级成员不可避免地要受到阶层或阶级的行为准则、价值取向、思维方式的影响。在个体人格的形成过程中,所受的诸种影响有时甚至是综合的。社会阶层随着社会的发展逐步形成,有民间性自律的,有政府统筹的,但各阶层之间存在的差异必然导致在其周围形成了一定具有自身阶层特色的空间,它在孕育有共同取向人格的同时,却在扼杀逆向人格的产生;阶级更是如此,浓郁的阶级氛围必然为相应阶级去服务,其结果必定促进

期望人格的形成。

第三节 健康与人格

健全的人格是健康者的重要特征,也是维护健康的理想目标。健康的身心和健全的人格有着许多内在的联系,同时也有一定的区别。它们是两个不同的概念,有着不同的应用范围。

一、健康概念的演化

1. 健康的初始概念

人类对健康概念的认识是随着社会发展以及人类自身认识的深化而不断丰富的。在生产力低下的时期,人类只关注如何适应和征服自然,维护自身的存在。其后,随着生产力水平的提高,人类开始关心身体健康,防病、治病的医学科学应运而生。数百年来,生物医学的巨大成就为人类的健康做出了卓越的贡献,这种成就使人们对健康的认识局限于过分关注躯体的生物学变化,而忽视了人的心理活动及社会存在对健康的影响。20 世纪初,《简明不列颠百科全书》对健康下的定义为:“没有疾病和营养不良以及虚弱状态。”甚至我国《辞海》(1989 年版)中,也将健康定义为:“人体各器官系统发育良好,功能正常,体质健壮,精力充沛,并具有良好的劳动效能的状态。通常用人体测量、体格检验和各种生理指标来衡量。”可以看出这种解释是一种生物医学的模式。

2. 健康的新概念

现代科技的飞速发展与社会文化的迅猛变革,使生活在现代社会的人们普遍面临着激烈的竞争、频繁的应激和快速的生活节奏,前所未有的巨大心理压力使人们不堪重负,这对人们的健康产生了重大影响。人们逐渐认识到了心理、社会因素在健康与疾病及其相

互转化中的不容忽视的重要作用,进而逐步确立了身心统一的健康观,开始从更全面的角度诠释健康概念。由此,“生物—心理—社会”医学模式应运而生。1948年世界卫生组织(WHO)在成立宪章中指出:“健康乃是一种身体上、精神上和社会适应上的完好状态,而不仅仅是没有疾病和虚弱的现象。”这是对健康较为全面、科学、完整、系统的定义。这种对健康的理解意味着衡量一个人是否健康必须从生理、心理、社会、行为等因素分析,不仅看有没有器质性或功能性异常,还要看有没有主观不适应,有没有社会公认的不健康行为。

为了加深人们对健康的认识,世界卫生组织还规定了健康的10条标准:

- (1) 足够充沛的精力,能从容不迫地应付日常生活和工作压力而不感到过分紧张;
- (2) 态度积极,乐于承担责任,不论事情大小都不挑剔;
- (3) 善于休息,睡眠良好;
- (4) 能适应外界环境的各种变化,应变能力强;
- (5) 能够抵抗一般性的感冒和传染病;
- (6) 体重得当,身体匀称,站立时头、肩、臀的位置协调;
- (7) 反应敏锐,眼睛明亮,眼睑不发炎;
- (8) 牙齿清洁,无空洞,无痛感,无出血现象,牙龈颜色正常;
- (9) 头发有光泽;
- (10) 肌肉和皮肤富有弹性,走路轻松。

从这10条健康标准中可以看出,健康包括身体健康和心理健康两个方面,这两方面相辅相成,缺一不可。严格地说,没有一种病是纯粹身体方面的,也没有一种病是纯粹心理方面的。1988年,F·D·Wolinsdy在他所著的《健康社会学》一书中提出了“立体健康表”,见表1-1。