

Personality Psychology

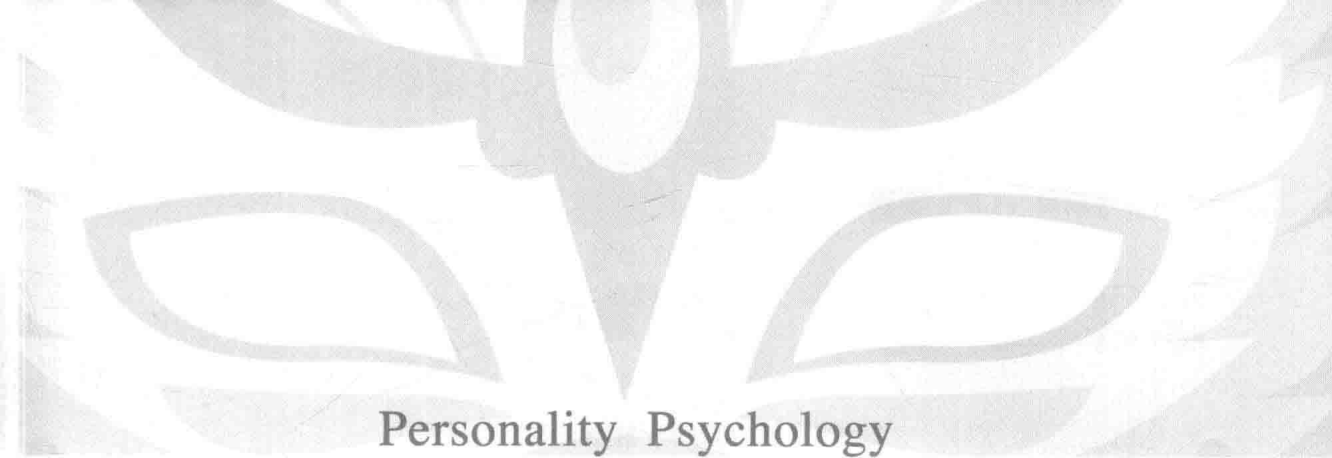
人格心理学

(第二版)

陈少华 编著



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS



Personality Psychology

人格心理学

(第二版)

陈少华 编著



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

人格心理学/陈少华编著. —2 版. —广州: 暨南大学出版社, 2018. 12
ISBN 978 - 7 - 5668 - 0497 - 6

I. ①人… II. ①陈… III. ①人格心理学—教材 IV. ①B848

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 284510 号

人格心理学 (第二版)

RENGE XINLIXUE (DIERBAN)

编著者: 陈少华

出 版 人: 徐义雄

策划编辑: 黄圣英

责任编辑: 冯 琳 詹建林 姜琴月

责任校对: 黄晓佳 林 琼

责任印制: 汤慧君 周一丹

出版发行: 暨南大学出版社 (510630)

电 话: 总编室 (8620) 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85228292 (邮购)

传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

网 址: <http://www.jnupress.com>

排 版: 广州市天河星辰文化发展部照排中心

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 19.25

字 数: 445 千

版 次: 2010 年 8 月第 1 版 2018 年 12 月第 2 版

印 次: 2018 年 12 月第 3 次

定 价: 58.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换)

再版前言

笔者于2002年从事人格心理学的教学与研究工作，期间曾于2004年出版《新编人格心理学》，该书于2010年经修订后再版，更名为“人格心理学”。一晃8年过去了，回头仔细看看2010年版《人格心理学》，感觉无论是内容体系还是领域知识都日显陈旧，再版迫在眉睫。经与出版社商议，决定对该版《人格心理学》再做修订。

本次修订基本保持了原版风格，力求做到精练而准确，细致而不啰唆，确保教材的专业性、科学性和权威性。考虑到心理学不同学科之间内容的交叉，笔者在本版教材中删除了原版内容的第二章“人格的发展”和第八章“人格、健康与疾病”，增加了新的章节内容“人格的生物学取向”。总体来看，本版教材对上一版教材近半数内容做了修订和更新，以适应学科发展和新形势要求。参照近年来国内外《人格心理学》教材的编排体系和编写特色，笔者对第一版教材做了以下几处修订：

其一，在内容体系编排上突出人格心理学家的地位，书中很多章节标题以他们的名字及其核心思想或概念命名。笔者认为，没有这些伟大的心理学家，就不会有人格心理学这门学科。这一点与国外同类教材的风格一致。

其二，删除了第一版教材中一些表述不太恰当的内容，真正做到以“人格”为本。本次修订的原则是，凡与人格密切相关的内容——详述，与人格无关紧要的内容——删减，力争做到详略得当，突显专业领域知识的重要性。

其三，基础性与应用性、专业性与趣味性相结合，既有经典的理论介绍，又有前沿的人格研究。本版教材新增大量人格领域的新近研究成果，与教材中的图文和“知识链接”相映成趣、相得益彰。

其四，本版教材删除了上一版教材每章前后的“内容提要”和“思考与讨论”。笔者认为，每一章节的标题就是最好的“内容提要”，而“思考与讨论”则完全可以置于正文中，原有编排略显多余，故删除。

根据上述修订要点，本版《人格心理学》内容共分九章：

第一章讲述了人格的本质及其科学研究。内容包括人格的定义、人格的理论解释、人格心理学的任务与主题、人格的科学研究方法。

第二章介绍了人格与潜意识领域。内容有弗洛伊德的精神分析、阿德勒的个体心理学、荣格的分析心理学以及潜意识的相关研究。

第三章讲的是人格与特质领域，即人格的特质理论。包括人格特质的内涵、特质理论的假设、奥尔波特的特质论、卡特尔的因素分析论、大五人格理论以及特质论的应用。

第四章讲的是人格与学习领域，即人格的行为与社会学习理论。内容有早期的行为论、斯金纳的强化理论、罗特的行为预测和控制点理论以及班杜拉的社会学习理论。

第五章介绍的是人格与认知领域，即人格的认知理论。内容包括人格与认知的整合研究、威特金的认知方式理论、凯利的个人建构理论和米歇尔的认知—情感单元理论。

第六章介绍了人格的人本主义取向。内容包括人本主义的基本观点、马斯洛的自我实现的理论、罗杰斯的自我理论以及罗洛·梅的存在分析论。

第七章讲述了人格的生物学取向。内容包括艾森克的人格三维结构理论、人格的生物学基础、进化人格心理学以及人格的行为遗传学研究。

第八章讲的是人格判断与评估。主要介绍了人格判断及其准确性问题、人格的自陈问卷及人格投射测验评估方法。

第九章介绍了人格障碍与治疗。内容包括人格障碍的界定和诊断、人格障碍的成因、人格障碍的类型、人格障碍的心理治疗方法和生物学治疗方法。

本书在修订过程中参阅了许多国内外同类教材和著作，并从中引用了大量参考文献和资料，在此笔者表示诚挚的谢意。此外，本书在出版过程中得到暨南大学出版社的大力支持，对此笔者深表感谢。由于修订时间仓促，笔者能力有限，因此书中难免会有不足和纰漏，恳请专家、同行及读者朋友批评指正。

陈少华

2018年8月于广州

初版前言

在日常生活中，人们经常会谈论一些与人格有关的话题，如“某某很有个性”“某某有暴力倾向”“这是一个不合群的小孩”“近来她常常做噩梦”等，对于诸如此类的问题，人格心理学家有什么看法呢？他们是如何进行人格的科学探讨的？他们是如何看待人格的本质问题的？人格会遗传吗？有创造性人格存在吗？我们能否像化学家分解物质世界那样分析人格？人格与健康究竟是一种怎样的关系？如何通过科学的方法了解他人及自己的人格特征？怎样才能做到人与工作的有效匹配？所有这些问题不仅为心理学家所关注，而且也是每个人都非常感兴趣的话题。

人格与人性联系紧密，关于这一领域的研究最早可以追溯到古希腊和古代中国关于人性本质的探讨。客观地说，古代哲人对人性所作的形而上学的探讨为人格的科学研究奠定了坚实基础。正如早期关于人性本质的争论那样，心理学家对人格的本质、人格的发展、人格的结构等问题的争论也异常激烈。这些争论既反映了他们在科学观上的不同，更反映了他们在哲学观上的不同。在西方心理学史上，许多著名的心理学家都以研究人格而见长，这其中包括弗洛伊德、斯金纳、奥尔波特和马斯洛等人。尽管他们在人格的许多问题上存在这样那样的分歧，但上述每一个心理学家的观点都深刻地影响甚至改变了我们对人格本质的看法，并仍将继续左右着这一领域的发展方向，他们是对人格奥秘进行科学探索的先驱。

在探索人格奥秘的科学道路上，弗洛伊德（Sigmund Freud, 1856—1939）是第一人。他用一个形象的比喻来表述自己对于人格的看法，将人类的心理控制力比喻为流过管子之水。假如一个人的心理管件运作秩序正常，他就能保持身心健康；而一旦“水”的自由流动被堵，例如，当人们为了避免不良后果而压抑某种强烈欲望时，“水流”就会受阻，这种“阻碍物”将导致极其强烈的焦虑情绪和其他异常行为。弗洛伊德认为，这种“阻碍物”源于潜意识的冲突。通过

对偶然的口误、笔误，尤其是对梦境和童年期经历进行缜密的分析来发现和解释这些问题，这种“阻碍物”是完全可以根除的，这种根除技术叫作“精神分析”。

作为人格领域的开创者，弗洛伊德的观点对整个 20 世纪的西方文化都产生了深远的影响。然而到 20 世纪 70 年代以后，他的观点在心理学界渐渐失宠，精神分析常常被人们归于哲学而非科学。相反，另一位心理学家却在科学界有着巩固的地位，他就是美国心理学家华生（John Watson, 1878—1958），这位心理学界的天才将自己创立的理论冠之以“行为主义”，主张通过直接观察和监测实验室动物的反应而不是依靠那些无法证实的潜意识理论或通过分析人的梦境和童年期经历来研究人。华生的观点激发了另一位心理学家斯金纳（Burrhus Skinner, 1904—1990）的兴趣。斯金纳发现，“人格”的概念既不确切又容易误导人。对他而言，无论是老鼠、鸽子还是人，其行为不过是对外部刺激的习得反应而已。他避开人格、欲望、情感等主观概念不谈，将外部刺激统称为“奖励”和“惩罚”。当两者结合得准确无误时，加强刺激就可以激发或压制任何想要得到的行为。

在人格的科学探索历程中，20 世纪 30 年代中期兴起的特质理论深入人心，其创始人是哈佛大学毕业的高才生奥尔波特（Gordon Allport, 1897—1967），他从语言的角度而不是从行为的角度来探索人格之谜。奥尔波特认为，普通百姓是人格的熟练观察者，他们用以描述人格特质的语言和词汇为揭示人格的本质和多样性提供了最佳线索。为了全面归纳这些特质，奥尔波特及其同事奥德伯特（Henry Odbert）详细查阅了英语词典，从中摘录出一个与人格有关的词汇清单，先后在英语词汇中找到了约 18 000 个特质词。经过仔细斟酌，他们删去了一些与人格关系不大的同义词，最后缩减至 4 500 个代表人们之间个体心理差异的词条。在认真阅读这些词条以后，奥尔波特发现其中有许多人格特质都是成对的，如“冲动”与“退缩”，“冒险”与“谨慎”。尽管大部分人的性格特质都倾向于折中，但是在特定情形下，个体会趋向于一个极端。

关于人格的本质与发展，人本主义心理学家认为，无论争论的结果如何，早期的研究者都没能切中要害，而且都犯了一个同样的错误，即把人牢牢地束缚在过去的经历之中。人本主义代言人马斯洛（Abraham Maslow, 1908—1970）早在 20 世纪 30 年代末就指出，心理学家不应当花费太多的精力来研究受损的

心灵，而是应当去研究健康人尤其是那些自我实现者的人格。马斯洛避开人性中丑陋的一面，从人性中善良的一面出发探索人格的本质。他在其最有影响力的一本著作《动机与人格》中指出，决定人格的关键不在于基因或童年期经历，也不在于外部环境如何，“如果说除了对人格奥秘所表现出的极大好奇和兴趣之外，人本主义还有其他什么目的的话，那便是它要将人从外部制约中解放出来，使他变得更自主、更具创造性、更有决断力”（Maslow, 1954）。

在这里，我们不可能穷尽所有心理学家在人格问题上的不同见解，人格奥秘的科学探索也不可能因意见不一而终止。直至今天，不同的人格研究观点仍在不断发生变化，及至相互融合。正如读者在本书中将要看到的那样，弗洛伊德主义者已不再仅仅强调潜意识的本能冲动了；那些对人格研究持更为严谨态度的特质心理学家也正在努力使自己的分析更精确；行为主义者也不再一味坚持他们的“刺激—反应”立场了，假如将外部刺激比喻为飓风，那么他们现在也承认人类绝不只像是飓风中旋转着的几片无助的树叶罢了。

出于对人格奥秘的好奇，更出于对开篇提到的各种人格问题的兴趣，我们编写了这本人格心理学教材，其主要指导思想是使人格的理论研究与实践应用紧密结合，努力反映国内外人格领域的最新研究进展，将人格置于一个更为广阔背景下进行探讨。根据这种指导思想，本教材按照人格心理学学科的内容体系分成三大部分：

第一部分是人格心理学概要。包括人格心理学家在人格本质问题上的见解，人格的理论解释，人格的科学研究方法，人格心理学的主题与任务，人格发展的基本问题、一般问题以及具体问题，并对决定人格的因素进行了深入的探讨。

第二部分是人格理论的进展。包括传统的五大人格理论，即精神分析论、特质理论、行为主义与社会学习理论、人本主义人格理论以及人格的认知理论。在对这些理论作扼要阐述的基础上，我们尤其关注这些理论最近的发展状况及相关研究的进展。

第三部分是人格的应用研究。这是当今人格心理学中异常活跃的一个研究领域，也是人格与现实结合得最为密切的一个重要主题，该领域包括人格与健康、人格与疾病、人格障碍与治疗、人格测量与评估等众多范畴。从某种意义

上讲，人格研究能否为普通大众理解和接受，其关键取决于人格的应用研究领域能否广泛和深入。

在本书的结尾，我们对人格心理学作为一门科学的可能性提出了一孔之见。在学科发展的历程中，西方心理学自身存在的一些问题同样也反映在人格研究领域，整体与部分、个性与共性、个人与环境等构成了人格领域不可调和的矛盾。不仅如此，由于人格的复杂性，人格的科学研究至今还是困难重重，人格心理学发展中的困境甚至成为人们怀疑人格能否成为一门科学的主要依据。对此，本书最后对这一问题进行了深入分析并作出了展望。

目 录

再版前言 /1

初版前言 /1

第一章 人格的科学研究 / 1

第一节 什么是人格 / 1

第二节 人格的理论解释 / 7

第三节 人格心理学的任务与主题 / 12

第四节 人格的研究方法 / 17

第二章 人格与潜意识 / 26

第一节 弗洛伊德：精神分析 / 26

第二节 阿德勒：个体心理学 / 39

第三节 荣格：分析心理学 / 46

第四节 潜意识的相关研究 / 54

第三章 人格与特质 / 62

第一节 什么是人格特质 / 62

第二节 奥尔波特的特质论 / 68

第三节 卡特尔的因素分析论 / 75

第四节 大五人格理论 / 81

第五节 特质理论的应用与争论 / 90

第四章 人格与学习 / 99

第一节 行为主义的观点 / 99

第二节 斯金纳：强化理论 / 109

第三节 罗特：行为预测与控制点理论 / 116

第四节 班杜拉：社会学习理论 / 123

第五章 人格与认知 / 133

- 第一节 人格与认知的整合 / 133
- 第二节 威特金：认知方式 / 139
- 第三节 凯利：个人建构 / 146
- 第四节 米歇尔：认知—情感单元 / 154

第六章 人格的人本取向 / 165

- 第一节 心理学的第三势力 / 165
- 第二节 马斯洛：需要层次 / 172
- 第三节 罗杰斯：自我理论 / 181
- 第四节 罗洛·梅：存在分析论 / 188

第七章 人格的生物学取向 / 196

- 第一节 艾森克：人格的生物学基础 / 196
- 第二节 进化人格心理学 / 204
- 第三节 人格的行为遗传学 / 213

第八章 人格判断与评估 / 224

- 第一节 人格判断概述 / 224
- 第二节 人格评估：自陈问卷 / 234
- 第三节 人格评估：投射测验 / 246

第九章 人格障碍与治疗 / 259

- 第一节 人格障碍概述 / 259
- 第二节 人格障碍的类型 / 267
- 第三节 人格障碍的心理治疗 / 276
- 第四节 人格障碍的其他疗法 / 287

参考文献 / 295

第一章 人格的科学研究

生活中，只要你稍加留意就会注意到，有些人天性乐观开朗，而有些人则总是抑郁沉闷；有些人喜欢交际，而有些人则缄默内向；有些人似乎总能主动抓住机遇，而有些人则似乎天生谨小慎微。是什么使你与身边的人不同？为什么有人交朋友不费吹灰之力，有人却形单影只？我们能否预测什么人将升至公司高职，而什么人事业难成？这些个体差异一直以来都是人格心理学家感兴趣的问题。那么，到底什么是人格？人格与个性、性格有什么关系？如何了解一个人的人格？心理学家如何看待人格，又如何研究人格？

第一节 什么是人格

一、人格的定义

（一）西方学者的观点

从词的来源分析，人格（personality）一词源于希腊语的“persona”，意指古希腊戏剧中演员所戴的面具，它代表了演员在戏里所扮演的角色和身份，相当于我国京剧表演中应剧情需要所画的脸谱。但问题在于，面具后面是谁呢？这就暗示了一个人有两面：公开可见的一面及隐藏于面具后不为人知的一面。



戏剧面具

沿着这一思路，瑞士精神分析学家卡尔·荣格指出，人格应该包含两个层面：一层是人格的表层，即“人格面具”，意指一个人按照别人希望他那样去做的方式行事，也就是角色扮演，这是人格中可以向别人展示的那一部分。例如，作为一名教师，就应该按照教师的要求规范自己的言行举止，而且我们也愿意让别人知道自己是一名教师。人格的另一层是指人格的深层，即“真实的自我”，意指一个由于某种原因不愿意向别人展示的人格成分，其中包含了人性中的阴暗面或兽性面。自出生之日起，我们就带着各种各样的本能和欲望来到这个世界，但是在现实生活中，社会规范无时无刻不在约束着我们，因此很多时候要将这些本能和欲望压抑到潜意识（荣格称之为“阴影”）里。日常用语中，人格通常是指第一层含义，即他

人的看法或个体的名声，这是一个人被他人描述的特有方式。

荣格的观点代表了早期的心理学家尤其是精神分析学家对人格的看法，比较深奥。此后近一个世纪中，西方心理学家从不同的角度界定人格，其中，美国心理学家劳伦斯·珀文对人格的内涵进行了细致的解释。他认为，人格是个体认知、情感及行为过程的复杂组织，它赋予个人生活的倾向性和一致性，包含了过去的影响、对现在的解释以及对未来的建构（Pervin, 2001）。这一界定可以从三方面理解：

其一，人格包含了许多结构，如认知观念（即一个人的想法）、情绪和情感反应以及行为表现等。正因为如此，我们可以通过分析一个人的想法去了解一个人的人格，通过观察一个人的情绪稳定性来判断其人格（人格心理学家将情绪作为人格的核心结构，大部分人格障碍都表现为情绪反应不稳定及消极情绪体验）。此外，我们还可以根据一个人的行为表现来推断其人格。例如，一个经常喋喋不休的人很可能是个外向的人，一个经常沉默寡言的人则会让人觉得他比较内向。

其二，人格让我们的生活带有倾向性和一致性，一个人倾向或习惯于做什么、不做什么，往往与其人格特征有关。一个有责任心的人在他还没有做（为人处事）之前就会考虑如何为自己的行为承担责任，而且不论在什么时候以及什么场合下都是如此。

其三，人格是过去、现在和将来三个时间段的统一体，它是一个连续的发展过程，我们不能将这三个时间段割裂开来理解人格。然而，人格心理学家对于上述三个时间强调的重点不一样：精神分析学家弗洛伊德认为过去的影响尤其是童年期的经历是人格形成和发展的关键，人本主义大师马斯洛关注的是“此时此地”，社会认知学习理论家班杜拉则认为一个人对未来的预期或信念决定了他当前的表现。

另一位美国心理学家杰里·伯格则认为，人格是稳定的行为方式、内部过程以及发生在个体身上的人际过程（Burger, 2014）。“稳定的行为方式”指的是个体差异，我们可以在不同时间、不同情境下考察这些稳定的行为方式。例如，一个腼腆害羞的人，今天是腼腆害羞的，明天还是腼腆害羞的；一个焦虑紧张的人，不只在重要场合容易焦虑紧张，在一般场合也容易感到焦虑紧张。“内部过程”是从人的内心发生，影响着人怎样行为、怎样感觉的所有情绪、动机和认知过程，这一过程我们只能从外部行为表现推断，换言之，人们看不见一个人的人格。“发生在个体身上的人际过程”强调的是人际关系和人际互动对于人格的重要性，从发展的角度看，一个人的成长离不开他人及周围的环境，人格发展总是体现在“人—环境—人”这种三位一体的关系中。

知识链接：形形色色的人格定义

- ◆人格指“一个人真正是什么”，是个人在所有发展阶段的全部组织，包括个人的谈话、记忆、思维或喜爱的方式，表现为外在的吸引力和社会价值（Allport, 1937）。
- ◆人格是对个体环境的实际方面或感知方面体验、分辨或操纵的相对持久的倾向系统（Bronfenbrenner, 1951）。
- ◆人格是个体性格、气质、智力和体格的相对稳定而持久的组织，它决定了个人适应环境的独特性（Eysenck, 1970）。
- ◆人格是个人心理特征的统一，这些特征决定人们的外显行为和内隐行为，并使它们与别人的行为有稳定的差异（Mischel, 1986）。
- ◆人格是指那些在个体身上使人的行为比较稳定的、相对持久的特质、倾向或特性模式，它们决定了个体行为的差异性和一致性（Feist, 2002）。
- ◆人格是个体内部的心理特质和机制集合，具有组织性和相对持久性，它们影响到个体对心灵内部的、物理的和社会环境的适应以及与它们的相互作用（Larsen and Buss, 2011）。
- ◆人格是指我们展示在外的性格特征，是他人能够看到的那些方面，它包含一个人所有的品质，是超出表面物理特性的各种特征的总体或综合（Schultz, et al., 2016）。
- ◆人格是指个体思维、情感和行为的特征模式，以及这些模式之下隐藏或未隐藏的心理机制（Funder, 2018）。

（二）中国学者的观点

我国古代汉语中只有“人性”“品格”一类的词，没有“人格”一词，而现代汉语的“人格”与西方心理学的“人格”内涵也相去甚远。按照汉语词典的解释，人格有三种含义：①个人的道德品质；②人的气质、能力、性格等特征的总和；③谓人按照法律、道德或其他社会准则应享有的权利或资格。第二种含义比较接近西式的“人格”。从20世纪80年代以来，我国学者逐渐接受西方心理学的“人格”概念，并尝试以“人格”取代心理学教材中一直沿用的“个性”。

如果说西方学者对人格采用的是“分析式”定义的话，那么国内学者采用的则是“综合式”定义。在我国较早的人格心理学教材中，人格被界定为“个体内在的行为上的倾向性，它表现为一个人在不断变化中的全体和综合，是具有动力一致性和连续性的持久的自我，是人在社会化过程中形成的、给予人一定特色的身心组织”（陈仲庚，张雨新，1986），这一定义几乎涵盖人格的所有特征。后来的一些学者指出，人格是个体在行为上的内部倾向，它表现为个体适应环境时在能力、情绪、需要、动机、价值观、气质、性格和体质等方面的整合（黄希庭，2002），是个体在遗传素质的基础上，通过与后天环境相互作用而形成的相对稳定的和独特的心理行为模式（郑雪等，2017）。从这些有代表性的定义中我们不难看出，人格是一个统一的整体，是遗传与环境相互作用的结果，具有稳定性和独特性。

我国台湾学者张春兴（1927—2014）在综合中外研究者对人格论述的基础上指出，人格是指个体在其生活历程中对人、对事、对己以及对整个环境适应时所显示的独特个性，这种独特个性是由个体在其遗传、环境、成就、学习等因素交互作用下，表现于需求、动机、兴趣、能力、性向、态度、气质、价值观念、生活习惯以至行动等身心多方面的特质所组成，由多种特质而形成的人格组织具有相当的整合性、持久性、复杂性与独特性（张春兴，1997）。这是一个极具中国特色的概念，此概念一方面用“个性”涵盖“人格”，既指出人格的成因，也暗示人格的结构；另一方面还指出这种“个性”的特征，可谓集人格“分析式”和“综合式”定义于一体。

总之，国内学者大致上从四个方面来理解人格的内涵：

（1）人格的整体性。它是指人格虽由多种成分和特质构成（如西方学者所言），这些成分和特质包括能力、气质、性格、情感、意志、认知、需要、动机、态度、行为习惯等，但它们在个体身上并不是孤立存在的，而是相互联系的一个有机组织。

（2）人格的稳定性。这种稳定性一方面表现为跨时间的持续性，即个体的人格特征在不同年龄阶段趋于稳定；另一方面表现为跨情境的一致性，即个体的行为虽然随情境变化而有不同，但是内在的人格特点并不因此发生改变。

（3）人格的独特性。人格是赋予个体一定色彩的东西，是使一个人同周围其他人区分开来的标志。如果说人格是遗传、成熟、环境和教育多种因素相互作用的产物的话，即使同卵双胞胎具有相同的基因，他们的人格也不一样。因此，世界上不存在人格特征相同的人，每个人的遗传素质与环境、经验、阅历等交互作用决定了人格的独特性。

（4）人格的社会性。一个人出生之时只是一个生物个体，与其他动物并无本质区别，然而经过十多年的发展，他就能基本成为一个适应社会要求的个体。在此过程中，个体需要学习社会的文化、习俗和规范，这是一个社会化的过程，使得人格被深深地打上了社会的烙印。

（三）我们的观点

根据国内外学者对人格的界定，我们认为，人格是个体持久的、内在的特征系统，该系统促进了个体行为的一致性。

首先，人格是持久的。心理学家在个体跨时间反应的稳定性或一致性的基础上通常要对状态（state）与特质（trait）做出区分。状态是短暂的，它是个体当前对突发情境的反应，如果问：“你现在感觉有多紧张？”你的回答反映了你当前紧张或焦虑的状态。特质则是相对稳定和持久的，它是个体以某种特定方式做出的一般反应倾向。如果问：“你通常感觉有多紧张？”你的回答反映了你紧张或焦虑的特质。

其次，人格是个体内在的特征。人的行为受外部世界和刺激影响的同时也受内部的特征和过程的影响，一个人的反应基于目标、动机、需要、自我概念、体验及其他内在的因素。若要做到对人类行为的完整理解，行为研究者必须同时考虑到个体的内在因素和外在环境。随着研究的不断深入，人格心理学家越来越强调内部心理过程的重要性。

最后，人格包含了行为的一致性。这些持久的内部特征组织人们的行为，并且导致行为在跨情境中的一致性。为了理解这种意思，想象一下你如果没有人格将会是什么样子。人格所包含的不只是一个人的特征，它还包含这些特征是如何组织和整合的。作为一个系统，人格包括的不仅是特定的成分（如特质），而且还包括一种组织结构和过程，系统通过这一结构和过程起作用并促进其不断发展。

二、人格的特征

1. 人格是一个综合的统一体

如果说个体之间的差异可以分为智力和人格两个方面的话，那么人格的个体差异比智力的要复杂得多。尽管智力有各种各样的形态，也包含许许多多的结构，但其本质都是决定活动效率，而且我们可以对其进行相对客观的测量。人格则不同，它既包括需要、动机和特质单元，也包括认知、情感和行为系统；既包括一个人的态度和看法，也包括他的信念和价值观。正因为如此，研究者才将人格视为一个复杂的组织或系统，心理学家对于人格的看法也莫衷一是。

2. 人格是一种具有动力性的组织

一个人做出某种行为或从事某种活动需要人格的推动作用。人格的动力性是由其构成的单元如需要、动机等决定的。按照马斯洛的需要层次论，个体从出生到成熟，其需要从低级的生理需要到高级的自我实现，需要满足的过程实则是人格形成和发展的过程，已形成的人格反过来又促使个体追求更高一级的需要。从某种意义上讲，我们要理解一个人行为背后的原因，最有效的方法就是了解他的需要、动机、信念、价值观，这些构成了他的人格。

3. 人格具有稳定性和一致性

人格心理学家一致认为，一方面，人格在跨时间方面具有相对的稳定性，一个人过去是内向的，现在也会是内向的，将来仍有可能是内向的，这种内向一般不会随着时间的变化而改变。值得一提的是，这种稳定性只能是相对的，在某种条件下（如经历重大的生活事件），人格有变化的可能。对于儿童来讲，类似于家庭暴力或父母离异这样的生活事件很可能影响其人格。另一方面，人格在跨情境方面具有一致性。内向的人不只在陌生的场合不喜欢讲话，在很多熟悉的场合如学校或家里也不喜欢讲话，亦即是说他的这种沉默寡言是一以贯之的。当然，内向的人偶尔也有健谈的时候（如与好友相处），但这并不意味着他变得外向了，因为判断一个人的人格主要是看他一贯的表现。

4. 人格是普遍性与独特性的统一

心理学家这样概括人与人之间的相同和不同：我们和所有的人都一样；我们和有些人一样，和另一些人不一样；我们和任何人都不同（Kluckhohn and Murray, 1961）。这三个分句精辟地解释了人格的普遍性和独特性。我们每个人在许多方面都一样，这是由人的本质和社会化的要求共同决定的。第二个分句的意思是我们和某些人相似。例如，有些人

好动，有些人喜静；有些人为人热情，有些人很冷漠。这些就是个体差异的维度，是个人与他人某些相似的方面。第三个分句的意思是我们每个人都是独一无二、不可替代的。研究表明，即使是那些生活在同一个家庭中的同卵双胞胎，他们的人格也不可能完全一样。我们认为，独特性是人格的核心，是一个人成为他自己的最本质的特征。无论是什么样的教育，首先应该尊重一个人的独特性。

三、人性、个性和性格

分析完了人格，我们再来看看和人格有关的几个概念。

（1）人性（human nature）。按照字面意义理解，人性即“人类的本性”，是指人类最接近自然、真实的一面，亦即几乎每个人都具备的、人类作为一个物种所拥有的典型的人格特质和机制。人性起初是哲学家们关注的问题，19世纪末心理学从哲学中分离出来后，人性自然成为心理学家们无可回避的问题之一。如弗洛伊德将人性等同于动物性，而马斯洛则认为人的本性是善良的，诸如此类的观点与哲学家的观点如出一辙。与人格不同的是，无论对人性持怎样的观点，我们都不可能将其作量化研究，而只能在理论层面探讨。人格则不同，我们可以对人格的某些方面如人格特质进行客观的测量，当代人格心理学家已编制了大量的人格测试工具，并在现实中产生广泛的应用价值。

（2）个性（individuality）。这是最容易与人格混淆的一个概念。国内许多心理学教材仍然沿用这一概念，是有历史渊源的。1949年后，我国的心理学在相当长一段时期内都是向苏联学习，包括教材中的一些理论和概念（如能力、个性、性格等），到了二十世纪八九十年代以后，尽管西方心理学的影响越来越大，但有些苏联心理学的概念仍在被使用。笔者认为，个性是一个内容特别广泛的通俗概念，是指一个人区别于他人的独特的整体面貌，这种个体差异性既包括外在的（如相貌），也包括内在的（如特质）。我们平时讲某个人有个性，实际上是指这个人看上去特别与众不同。事实上，每个人都有自己的个性，因为每个人都与众不同。如果要对个性与人格做个区分，我们认为个性中包含了人格，人格相当于个性中那些内在而又稳定的特征。

（3）性格（character）。这也是教育中最常用的一个概念，人们习惯于用性格来概括一个人的真实面貌。按照国内一些心理学专家的观点，性格是指一个人完成活动任务的态度和行为方式方面的特征，或指个人的品行道德和风格。这些特征大概类似于人格当中后天教育形成的那一部分，它跟一个人的道德品质或品性密切相关。与此相对，人格中还有先天遗传的一部分，心理学家称之为气质。它是指一个人与生俱来的心理活动的动力特征，与后天的环境 and 教育关系不大。例如，有些小孩生下来就喜欢哭闹，精力特别旺盛，而有些小孩却显得特别安静，比较容易安抚。根据这种差异，心理学家预测，待这些小孩长大后，第一种小孩可能成为比较外向和冲动的人，第二种则很可能成为比较内向和文静的人。这种预测往往比较准确，因为气质是人格的基础。