

理 学 导 读 系 列

人格心理学

【美】Jerry M. Burger 著
陈会昌 等译

Personality

第四版



中国轻工业出版社

01010

2


心理学丛书——心理学导读系列

Personality

人格心理学

【美】Jerry M. Burger 著

陈会昌 等译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

人格心理学 / (美) 伯格 (Burger, J. M.) 著; 陈会
昌等译. —北京: 中国轻工业出版社, 2000.10
(心理学丛书·心理学导读系列)
ISBN 7-5019-3059-7

I. 人... II. ①伯... ②陈... III. 人格心理学
IV. B848

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第84877号

版权声明

COPYRIGHT © 1997, by Brooks/Cole Publishing Company, A Division of International Thomson Publishing Inc.

ALL RIGHTS RESERVED. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the Publisher.

AUTHORIZED EDITION FOR SALE IN P. R. CHINA ONLY

丛书策划: 石 铁
责任编辑: 朱 玲 张乃东 责任终审: 杨西京
版式设计: 刘智颖 责任监印: 吴维斌

*

出 版 人: 赵济清 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)
网 址: <http://www.chlip.com.cn>
E-mail: wqtw@public3.bta.net.cn
电 话: (010) 65262933
印 刷: 北京天竺颖华印刷厂
经 销: 各地新华书店
版 次: 2000年10月第1版 2000年10月第1次印刷
开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 25.25
字 数: 600千字
书 号: ISBN 7-5019-3059-7/G · 196 定价: 48.00元
著作权合同登记 图字: 01-99-0446号

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

版权所有 · 翻印必究

译者序

我向所有有阅读能力的人们推荐这本《人格心理学》。

我们生活在一个纷繁复杂、缤纷多彩的世界。在我们周围，不仅有天姿各异的山川河流、风采不同的城市乡村，更有着性格迥异的人们。我们周围的每个人都是不同的，小说家用成千上万的形容词描述人的差别。人的这些差别，既让我们感到生活的色彩缤纷，也让我们感到困扰。因为我们必须和各种各样的人打交道，和他们相处、合作、竞争。我们每个人都希望能更好地了解别人，也希望别人能更好地了解我们自己。人们能不能做到这一点？在人的特点、特征、秉性、性格、长处、短处，总之，在人的性格方面，有科学规律吗？

文学家试图做这件事，他们凭借自己对人的独特观察，凭借自己对事物的独特判断，使一个个性格鲜明的人物跃然笔下。人们在阅读这些作品时，被感动、被教育、被启迪，也从中得到休闲和愉快。但是，每个文学家只是做出了他们个人的观察，大多数作家是本体论者，因为他们过分相信自己的感受。

在描述人方面，心理学家更多地站在认识论立场，他们不大相信单个的个案，他们希望通过比较科学、可信的方法，获得有关人的特征的规律性东西。要做到这一点，他们必须采用可信而可靠的方法，对大量的人进行观察，收集大量数据，从数据分析中获得结论。

和其他各门学科一样，心理学在考察人的时候，也必须找到相应的概念、恰当的测量方法，并建立有说服力的理论模型。

当我们得到这些关于人的理论的时候，我们就能更好地了解别人，就能使我们的教育、医疗、企业管理、人力资源开发等工作做得更好、更有效、更少走弯路，就能使我们的家庭更和谐，使我们所生活、工作的群体有更好的心理气氛，我们就能生活得更快乐、轻松。

对每一个人来说，了解别人，特别是了解别人的人格特征，是非常重要的。我们不得不花很多时间在了解别人方面做出努力。

当然，读心理学著作与读小说是两回事。你不要指望读完一部心理学著作，会像读完一部小说那样受感动、那样振奋，甚至产生一种冲动，要改变自己的生活计划。读心理学著作只能使你的头脑变得更复杂，你会从更多的角度来看一个人，你会用更多的标准来衡量自己和别人，你会采用更多的办法去对付你所遇到的困难、烦恼和挫折，你也许会变得更宽容，更灵活，更善于理解别人，你与别人的交往会更有效，因此，你会变得更快乐，你的烦恼会更少。

作为一名专业的心理学工作者，特别是作为一名专门研究儿童、青少年人格和社会化的研究者，我非常关注我国和国外人格心理学方面著作的出版。当中国轻工业出

社的编辑把这本书交给我，并浏览一遍之后，我相信，这是一部好书。它的内容肯定超过了迄今为止国内出版过的任何一本人格心理学的书。即使在国外，这也算是一本好书。

我之所以这样说，有以下几个理由：

首先，在我所见到的人格心理学著作中，这本书所介绍的一百年来关于人格研究的理论是最全面的，虽然作者主要围绕着精神分析理论、特质理论、生物学流派、行为主义、人本主义和认知理论等六个主要的人格理论流派展开论述，但是其他分支理论、学说和流派也都或多或少地有所涉及，读完这本书，我们就了解了科学心理学在人格研究领域的全貌。

其次，作为一部大学心理学教科书的作者，独自一人撰写本书的杰里·伯格教授基本上是站在客观、公允的立场介绍和分析各派理论。他在本书第一章用盲人摸象的寓言比喻各派人格理论的作用，既生动，又符合事实。从他在各章的论述中，我们不能得出他的基本立场是什么，但是我们能了解，在不同的时代和历史阶段，哪一派理论占据统治地位，当前的发展趋势是什么，人格心理学的现状、前景如何。对于想了解人格心理学的专业人员来说，这就够了。

第三，有些心理学专著的作者，往往像写物理学、化学教科书那样，板起面孔，客观地介绍已有的研究及其结论，条理非常清楚，逻辑性非常强，但却不可避免地使人感到枯燥、乏味。而杰里·伯格教授不是这样写的，他的语言风格有些像口语，像在课堂上亲自给学生上课。每讲一个新理论时，他从来不是从概念开始，而是从生活实例开始，当你读了开头之后，很容易被吸引，想继续读下去。读着、读着，当你又感到有些枯燥的时候，书中又出现了吸引人的东西，要么是引自报端的对某一有趣事件的报道，要么是给你出若干道题目，测测你自己人格某方面的特征。如果你有兴趣，还可以用这些测验题去测测你的亲人和朋友。这时候，你一定会觉得这本书既有趣，又有用。

参与本书翻译工作的，都是从事人格研究的心理学工作者，他们中的多数人是我的博士生或硕士生，各章译者分别是：陈会昌（第一、二章）；姚彤（第九、十、十三章和第八章的后半部分）；吴春霞（第三、十四、十七章）；苏玲（第四、五章）；李苗（第十五章和第八章的前半部分）；李冬晖（第六章）；王京生（第七章）；井卫英（第十一章）；岳永华（第十二章）；王争艳（第十六章）。全书最后由我做了统校。限于水平，在专业译名的选择、作者原意的把握等方面，肯定有不妥之处，希望读者指正。

陈会昌
于北京水清木华园

前 言

几年前的一个晚上，我把我费尽心思画的一幅画拿给我们艺术班的老师看。他端详了一会儿，用手比划着让我在画上多添几个线条，别处用不着改动。我按照他的意见做了，并且惊奇地发现：我认为实际上近乎完美的画，作了小小的改动，就有重大的改进。我构思的画确实接近完美了，小小的改动，作品就有了显而易见的改进。现在，在我这本书出完第三版之后，我发现类似的方法也适合于写书。本版的大多数变动都使它比过去几次版本更臻完善。在这本书里，我对一些段落进行了重写，加进了一些观点。和前几版相比，还对参考文献作了更新。这一版的文献增加了280多条，从第一版以来已累积增加了800余条文献。但是熟悉原来版本的读者仍会发现一些较大的改动。下面简单介绍一下本版中哪些是新东西，哪些和原来相同。

新内容有哪些？

本版中我加进了四个新的研究论题。选择这些论题的原因，一方面因为它们都反映了人格研究者近期的研究趋势，另一方面，我发现我教过的本科生也对这些论题感兴趣。比如，关于新弗洛伊德主义一章，增加了依恋方式和成人关系一节。在这一节中，我以依恋理论及其所起源的对象关系理论开头，然后介绍了关于成人依恋方的研究以及这些依恋关系怎样影响我们的浪漫关系。在特质研究一章增加了两个论题。第一个是特质流派怎样理解人的情绪。我考察了可作为特质概念来研究的三种类型的情绪：情绪的影响或感交、情绪的强度和情绪的表达。此外还加了乐观主义与悲观主义一节。我概述了关于乐观主义及其与妥善处理问题和身心健康关系的研究，以及防御性悲观主义者以悲观主义为策略对付受威胁情境的研究。最后，在人本主义一章，我介绍了关于隐私和独居需要的研究。我先谈了马斯洛观察到的对个人隐私的需要，然后介绍了独居与身心健康之间关系的有关研究。

第四版的另一个重要改动是，更加强调了文化的影响力。我们研究的许多概念都是和文化有关联的，人们越来越认识到这一点，这一改动就反映了这种情况。书中好几处都指出了文化对我们所考察的东西的影响，以及我们怎样解释人格心理学的研究结果。第一章就向读者介绍了这种思想，以后相应章节还介绍了关于文化差异的研究。

还有两个变化值得一提。第一，在特质研究一章的应用部分，这次增加了对以下问题的讨论：研究者怎样利用“大五”量表分数来预测人的职业行为，“大五”的每个维度与职业行为分别有何联系。第二，我用新的格式替代了原来的专栏。书中的若干个地方，在“新闻”专栏中讨论了近期在媒体新闻中提到的一些话题。例如在法庭上激活被抑制的记忆、利用人格测验筛选警务人员、对“贝尔曲线”的反应以及正在讨论中的如何控制电视暴力等。

哪些内容没有变化?

指导前三版的材料组织与写作的基本思想没有变化。我写作本书时,把大学人格课程教师通常采用的两种方法包容到一本书里。一方面,很多教师把那些主要的理论和理论家,如弗洛伊德、荣格、罗杰斯、斯金纳等作为重点。通过学习这些课程,学生们在人的心理结构和人类本性问题方面得到启发,这些课程还为他们了解心理失调和行为治疗提供了背景条件。但是,当他们翻开近期出版的人格研究杂志时,可能会感到迷惑,因为他们很难找到和他们学过的理论有关的文章。另一方面,一些教师把重点放在人格研究上。学生了解到好多关于个体差异与人格过程的最新研究。但是他们又很不了解他们接触过的那些抽象理论与课堂上学的研究之间的关系。

但是这两种教学方式并不能说明在“人格”的标题下有两门互相分离的学科。在设计本书结构时,我们既介绍推动着研究工作的经典理论,也介绍那些反映着理论进展与被接受的研究发现。如果把学生的注意力局限于理论或研究,那么只会形成一种对于本学科不幸的狭窄的眼光。

我在前几版里表达的这种观点也得以保留:让学生学习怎样做研究,最好是让他们了解研究项目(programs of research),而不是只提供少量孤立的例子。这一版在涉及到研究的七章中共介绍了27个研究项目。讲到每个项目时,我都尽量说明,所研究的问题与大的理论有什么联系,早期研究者怎样提出他们最初的假设,怎样进行他们的研究,实证研究结果又怎样提出新的问题,怎样使假设更精细化,以致对问题有更深刻的理解。在这一过程中,学生就像研究人员一样,面临着所要考察的问题,面临着模棱两可的研究结果,面临着那样一种现实图景,即研究人员对怎样解释研究结果不经常达成一致。

最后,在这次第四版中,我保留并扩大了前几版的某些方面。在介绍理论的每一章,都增加了关于应用的一节和关于评价的一节内容。这两节将说明,抽象理论怎样和人们日常所关心的问题相联系,理解人格的每一流派在测量相关的人格变量时怎样提出独特的假设和问题。我还保留了一些人格测验,学生可以自己给自己打分。本版共有13个“测测你自己的人格”专栏。例如,我发现:在我自己的教学中,当学生知道怎样给控制点测验记分之后,关于控制点的研究的讨论对学生来说意味着更多的东西。这种亲手获得的经验不仅使他们更好地了解,人格评价是怎样发挥作用的,而且带给他们一点积极的怀疑论思想:不要太多地依赖这样的测量。本版还保留了重要的人格理论家的小传。来自学生的反馈表明,了解理论后面的关于该理论提出者的情况,可以使理论更生动。而且学生也希望了解理论家的生活是怎样影响该理论的发展的。

致 谢

向所有支持我工作的人们表示感谢,这当然是很重要的。这种谢意包括对Brooke/Cole出版公司的人们。我还要向认真审阅了本版手稿的许多同行。这些人是:戴维森学院的Cole Barton,斯维特·布里阿尔学院的Susan Beers,印地安纳东南大学的Bernardo Carducci,阿得里安学院的Hank Cetola,马萨诸塞大学(达特茅斯)的Scott Dickman,东田纳西州立

大学的 Jon B. Ellis, 奎因尼皮阿克学院的 Barry Fritz, 南密西西比大学的 William Goggin, 华盛顿大学的 Carolyn Mangelsdorf, 芝加哥伊利诺大学的 Leonard S. Newman, 亚利桑那州立大学的 Ed Sadalla, 匹兹堡医疗中心的 Laura C. Schmidt, 加利福尼亚州立综合大学的 Michael J. Selby, 科尔弗—斯托克顿学院的 David W. Wilson 和贝拉明学院的 Thomas L. Wilson。我永远要感谢玛列娜和亚当, 他们的理解与支持使所有四版的出版成为可能。

心理学丛书

心理学导读系列

由国际上著名的心理学教育专家撰写，中国心理学会理事长陈永明教授、副理事长黄希庭教授等分别做序的中文版“心理学导读系列”正在陆续出版，这套书做为基础教材在各国已被广泛采用，是一套权威性的心理学丛书。

本系列图书可作为高等院校心理学、教育学、管理学、社会学、哲学、法学等专业教材，还可供相关专业研究人员、管理人员、广大中小学教师及其他教育工作者参考。



我们热忱欢迎广大读者积极参加有奖评书活动。任何寄送书评稿件者，都将会得到一张邮购图书优惠卡，我们将按稿件评比结果，分别寄赠优惠10%、15%、20%的购书卡，并择优向媒体推荐。根据广大读者的意见和建议，我们将组织好下一阶段心理学读物的出版工作。



购书详细地址：北京朝内大街124号517室
中国轻工业出版社万千公司

收款人：朱玲

邮编：100010

联系电话：(010) 65262933

(010) 65263875

传真：(010) 65288410

E-mail: wqtw@public3.bta.net.cn

注：

1. 邮购者需另加邮挂费（书款的10%），一次性购书超过300元者，免收邮挂费。
2. 心理学教育与培训机构、心理咨询与治疗机构因推广而需要批量购买，可享受优惠折扣，并免收运费。
3. 款到即发货（需要发票请注明）。
4. 邮购者请务必书写清楚收书者姓名（或单位名称）、地址、邮编、电话及所购书目。

目 录

第一章 什么是人格	1
一、人与环境	2
二、人格的定义	2
三、人格的六个理论流派	3
四、人格与文化	8
五、人格的学习：理论、应用、评价和研究	9
六、小结	12
关键术语	13
推荐读物	13
第二章 人格研究方法	14
一、假设检验方法	14
二、数据的统计分析	21
三、研究中容易出现的问题	23
四、人格评价	26
五、小结	29
关键术语	29
推荐读物	30
第三章 精神分析理论：弗洛伊德的理论、应用及评价	31
一、弗洛伊德发现了无意识	31
二、弗洛伊德的人格理论	34
三、应用：精神分析	43
四、评价：投射测验	45
五、弗洛伊德理论的贡献和批判	48
六、小结	50
关键术语	51
推荐读物	52
第四章 弗洛伊德理论：相关研究	53
一、梦的解释	54
二、恋母情结	57
三、幽默	60
四、催眠	64
五、小结	70
关键术语	70

推荐读物	71
第五章 精神分析理论：新弗洛伊德主义的理论、应用及评价	72
一、弗洛伊德理论的局限和问题	73
二、阿尔弗雷德·阿德勒	73
三、卡尔·荣格	76
四、埃里克·埃里克森	80
五、凯伦·霍尼	86
六、哈里·斯塔克·沙利文	89
七、艾里克·弗洛姆	92
八、应用：精神分析理论与宗教	95
九、评价：测量类型	97
十、新弗洛伊德主义理论的贡献与批判	100
十一、小结	101
关键术语	102
推荐读物	103
第六章 新弗洛伊德主义理论：相关研究	104
一、焦虑和应对策略	104
二、挫折和攻击	109
三、依恋类型和成人的人际关系	115
四、小结	119
关键术语	119
推荐读物	120
第七章 特质流派：理论、应用与评价	121
一、特质流派	121
二、重要的特质理论家	123
三、因素分析与对人格结构的探寻	129
四、情境论与特质论之争	134
五、应用：工作岗位上的“大五”	138
六、评价：自陈式调查表	140
七、特质流派的贡献和批判	146
八、小结	147
关键术语	148
推荐读物	148
第八章 特质流派：相关研究	149
一、成就需要	150
二、A型—B型行为模式	156
三、社交焦虑	161
四、情绪	165
五、乐观主义和悲观主义	172
六、小结	176
关键术语	176
推荐读物	177

第九章 生物学流派：理论、应用与评价	178
一、汉斯·艾森克的人格理论	179
二、气质	183
三、进化论人格心理学	188
四、应用：儿童气质与学校教育	191
五、评价：脑电活动和大脑不对称性	193
六、生物学流派的贡献与批判	196
七、小结	197
关键术语	198
推荐读物	198
第十章 生物学流派：相关研究	199
一、人格特质的遗传率	199
二、外向—内向性	204
三、进化论人格理论和配偶选择	209
四、小结	214
关键术语	215
推荐读物	215
第十一章 人本主义流派：理论、应用与评价	216
一、人本主义心理学的起源	217
二、人本主义理论的基本内容	217
三、卡尔·罗杰斯	219
四、亚伯拉罕·马斯洛	223
五、乐观体验的心理	229
六、应用：以人为中心的治疗和职业满意度	231
七、评价：Q分类技术	234
八、人本主义理论的贡献与批判	237
九、小结	239
关键术语	240
推荐读物	240
第十二章 人本主义流派：相关研究	241
一、自我表露	241
二、孤独	250
三、自尊	254
四、独处和隐居的需要	260
五、小结	263
关键术语	264
推荐读物	264
第十三章 行为主义和社会学习流派：理论、应用与评价	265
一、行为主义	265
二、斯金纳的激进行为主义	267
三、条件反射的基本原理	269
四、社会学习理论	273

五、阿尔波特·班杜拉的社会-认知理论	277
六、应用：行为矫正和自我效能感疗法	281
七、评价：行为观察法	285
八、行为主义和社会学习流派的贡献与批判	289
九、小结	291
关键术语	292
推荐读物	292
第十四章 行为主义和社会学习理论：相关研究	293
一、性别角色行为的个体差异	293
二、攻击性的观察学习	299
三、习得的无助	305
四、控制点	309
五、小结	314
关键术语	314
推荐读物	315
第十五章 认知流派：理论、应用和评价	316
一、乔治·凯利的个体建构论	317
二、人格的认知因素	322
三、应用：认知心理治疗	330
四、评价：角色建构技能测验	333
五、认知流派的贡献和批判	337
六、小结	338
关键术语	338
推荐读物	339
第十六章 认知流派：相关研究	340
一、对双性化的再认识：性别图式理论	340
二、认知的复杂性	343
三、抑郁图式	348
四、对习得无助的再认识：归因模型和解释方式	351
五、小结	355
关键术语	355
推荐读物	356
第十七章 几点结论	357
一、作为工具的人格理论	357
二、人格理论	358
三、人格研究	361
四、结论	363
五、小结	364
术语	365
参考文献	371

第一章 什么是人格

1996年4月16日上午，俄克拉何马市的居民们聚集在靠市中心的一个广场上。他们来到这里，给一年前死在这里的亲人和邻居唱赞歌，那时，一辆装载着自制炸弹的卡车在阿乐弗雷德·P·穆拉联邦大厦底层爆炸。9点02分，所有的哀悼者与爆炸中的幸存者为一68位死难者默哀168秒钟，死难者中包括19名儿童。

这场悲剧深深地震撼了俄克拉何马市的市民，也震撼了全国人们的心。150多名儿童的父亲或母亲在这场爆炸中罹难，至少有10名未成年儿童成为孤儿，数百名居住在该大厦里面附近的居民成为永久残疾人，俄克拉何马市中心地区有将近三分之一的人有熟人在爆炸中遇难。所以，在这个春天的上午，他们来到这里追悼死难者。在这一刻，灾难把整个社会团结起来了。人们从联邦大厦旁边的广场出发，在五个街区游行。来自不同的街道、不同的背景、不同的宗教和种族的人们，像一个人一样地走着。

像俄克拉何马市大爆炸这样的事件导致了人们的相似的反应。有人可能会认为，这场灾难说明，我们确实是很相似的，所有的人基本上都是相同的。但是，如果我们再看得仔细些，就会发现，即使在这种情境中，也不是每个人对同样的爆炸事件作出相同的反应。这场悲剧把一些家庭的距离拉近了，悲剧强化了他们的善良必定战胜邪恶的信念。然而另一些人在一年以后仍在为理解这场事件的意义而努力，为了试图恢复他们的正常生活秩序，他们仍在情感上蒙受痛苦。悲剧的后果造成了各种情绪反应。人们感受着悲剧事件造成的焦虑，感受着对罪犯的愤怒，感受着失去亲人的悲伤，感受着因没有全力援助死难者而带来的羞惭之心。一些人向别人倾诉他们的情感，一些人则把他们的情绪藏在心中。很多人从他们的宗教那里寻求安慰。一些幸存者在一年以后与他们的社区联系更紧密，另一些人则决定搬离此地。有人每天关注着审判的进展，有人则故意回避听新闻和关于被告的谈论。对很多人来说，悼念仪式是排除悲伤的时刻，对另一些人来说，周年纪念活动又引起了他们试图忘记的伤痛。

人们对俄克拉何马爆炸事件的不同方式的反应，是那些突然遭遇特殊事件的人们所共有的。最初，环境的要求压倒了人与人之间的差异，但是很快地，每个人对事件的态度和事件对情绪的影响就显露出来。观察得越多，我们就能越多地发现：不是所有人都一样。观察得越仔细，就越能看出人们之间性格特征上的差别。这些特点上的差别就是本书要讨论的焦点。这些特点中的一部分，就是我们称为“人格”的东西。有关俄克拉何马城悲剧的很多话题，人格心理学家们早就做了研究。应对压力、向别人吐露心声、羞愧、宗教信仰、焦虑以及其他许多相关话题，都将在本书的许多地方提到。

一、人与环境

人的鲜明的特征是他个人的东西。从来不曾有一个人和他一样，也永远不会再有这样一个人。

高尔顿·奥尔波特

我们的行为是由我们所处的情境决定的，还是由我们是何种类型的人决定的？在俄克拉何马惨案中，人们的行为反应方式是由于他们周围发生的事件决定的，还是说他们的反应更多地是在爆炸之前就已形成的人的类型的结果？这是心理学理论与研究中一个由来已久的问题。今天对这个问题的可被普遍接受的答案是：情境和人这二者共同决定着行为。可以肯定，我们不会对所有情境作出相同的反应。根据我们所处的环境和周围发生的事情，我们可能作出开朗、羞怯、攻击、友好、抑郁、恐惧、激动等不同反应。但同样明显的是，同处于一个晚会、一个球局、或一个购物中心的每个人，行为并不是一样的。心理学者的讨论现在已经转到这个问题上：情境是怎样影响我们的行为的，我们的行为是怎样反映出我们每个人的特征的。

我们可以把回答这一问题的心理学研究领域加以划分。一些心理学者关注的是：人们对环境的要求怎样作出特定的反应。他们在同一个情境里，不是每个人都作出相同的反应，他们的研究目标是：查明可对大多数人将会怎样行动作出一般描述的那些类型。这样，一位社会心理学者就可能创设出若干不同的情境，参与这些情境的人会发现，有一个人需要帮助。这种研究的目的是查明哪些情境可能使助人行为增多或减少。然而，人格心理学者在这种研究中的思维方式则截然不同。我们知道，对各种情境有各种特定的反应类型，但是我们更感兴趣的是：面临着相同的请求，为什么彼得比保罗更愿意帮助人。

有一句格言，“人与人之间很少有差异，但差异真正起作用。”这句话几乎总结了人格心理学家的观点。他们希望了解：什么东西使你与坐在你身旁的人不同。为什么有人交朋友不费吹灰之力，有人却形单影只？为什么有人情绪容易抑郁？我们能否预测出，什么人会升至公司高位，什么人事业难成？为什么有人性格内向，有人性格外向？我们将在本书中对这些问题一一探讨。书中讨论的话题还包括，你的人格与你在催眠中的反应、你对压力的反应、你在学校的成绩、甚至你患心脏病的概率有何关系。

这并不等于说，情境是无关轻重的，或者说人格心理学家对情境不感兴趣。正如本书第七章讨论的，人格研究者所考察的许多问题都涉及到，某种类型的人在特殊情境中是怎样做的。但是，在什么东西使你与你旁边的人不同这个问题上，我们的重点放在你们的人格上。在阐述这个问题之前，我们应该先界定一下，我们所说的人格指的是什么。

二、人格的定义

任何一个曾经在大学呆过的人大概都会想到，学期之初第一节课的话题就是这个。哲学教授问道：“什么是哲学？”沟通学的首次课的中心话题则是，什么是沟通学？讲述地理、历史和微积分的教师也有相似的课程。所以，出于传统和实际的原因，我们也从这个基本问题开始：什么是人格？

下定义并不难，但是请记住，心理学家对这一问题并没有一致的答案。实际上，在如何描述人的人格以及心理学的这个分支领域应该包括哪些问题上，人格心理学家还在进行讨论，而且这种讨论恐怕永无终结之日（Leary, 1994; Mayer, 1995; McAdams & Emmons, 1995）。你很快就会发现，在人格心理学家应该研究什么问题这个上，人格理论家有不同的观点。一位理论家可能看重无意识机制，另一位可能关注学习过程，第三位则关注人怎样组织他的思维。这种缺乏一致性的状况可能使一些学生感到灰心，但是请接受我的忠告，这些不同观点提供了一个探索人的复杂性的丰富而令人激动的框架。

我把人格定义为稳定的行为方式和发生在个体身上的人际过程。这个简单定义的几个要点须进一步说明。请注意，它包括两部分内容。第一部分讲稳定的行为方式。人格研究者通常把这些类型作为个别差异来研究。在这里，重要的一点在于，人格是稳定的。我们可以通过不同的时间和不同的情境来鉴别这些稳定的行为方式。我们预期，今天活泼开朗的人，明天也是活泼开朗的。在工作中喜欢竞争的人，在体育运动中很可能也喜欢竞争。当我们说“这就像是她干的事情”、“他就是他自己”的时候，就是在承认这种性格上的稳定性。当然，这不等于说，一个外向的人无论在什么时间、也无论是在庄重场合还是在晚上都兴高采烈、情绪高涨。它也不等于说人是一成不变的。但是，只要人格是存在的，而且行为不仅仅是我们所看到的特定情境的反映，我们会预料到在人们的行为方式中有某种稳定性。

人格定义的第二部分关注的是人际过程。人际过程和个体内部过程不同，它是发生在人与人之间的过程，指的是发生在我们内部、影响着我们怎样行动、怎样感觉的所有那些情绪过程、动机过程和认知过程。你们将会发现，颇多人格心理学家对诸如抑郁、信息加工、愉快、拒绝等感兴趣。当然，这些过程中，有些是人们共有的。例如，有的理论家认为，我们每个人都具有相似的体验焦虑能力或对待恐惧事件的能力。但是，我们怎样运用这些过程、这些过程怎样与个体差异相互作用，这对我们的个人性格起着决定作用。

还有一点很重要，根据这个定义，这些稳定的行为方式和人际过程都是在个体身上发生的。这不等于说外部环境对人格没有影响。父母教养孩子的方式自然影响着孩子将来变成什么类型的成人，当然我们的情绪通常也是对我们经历的事件的反应。但行为并不仅仅是情境的反应。看到恐怖影片时产生的恐惧感是影片引起的，但是我们每个人对恐惧的不同表达方式和应对方式是来自我们内部的。

三、人格的六个理论流派

稳定的行为方式和人际过程的产生根源是什么？这是人格理论家和研究者提出的基本问题。人格心理学家已经从不同角度对这个问题作出了回答，这是我们确定本书范围的根据之一。正如一位心理学者近期指出的那样，“人格心理学从来没有遭受过缺乏用来描述和解释人格现象的理论的饥渴”（Emmons, 1995）。为了帮助理解过去一个世纪以来形成的形形色色的人格理论，本书介绍了解释人格的六个流派。它们是精神分析学流派、特质学流派、生物学流派、人本主义流派、行为主义和社会学习理论流派及认知学流派。任何一种主要的人格理论都可以在这六个流派中找到其位置，尽管这种归类不完全适当。

为什么人格理论如此之多？我打算用打比方的方式来回答这个问题。盲人摸象的故事大概人人皆知。那五个盲人分别摸到了大象的不同部分，然后就争着向别人说大象是什么样子。

摸到象腿的盲人说大象像个圆柱子；摸到象耳朵的盲人说大象是个又薄又平的扁片；摸到象鼻子的人说大象是个长而细的东西；摸到象尾巴和身子的人，心目中也有关于大象的不同形象。这个故事说明，每个盲人了解到的，只是大象的一部分。由于真正的大象比他们摸到的东西更多，所以每个盲人说的都对，但是都不完整。

从某种意义上说，人格的六个流派和这几个盲人差不多。也就是说，每个流派都识别并验证了人格的一个重要方面。例如，精神分析流派的心理学家声称，人的无意识心理对他们行为方式的差异起着很大作用。特质流派的心理学家确信，人是处在各种各样的人格特征的连续体上的某个位置上的。生物学流派的心理学家用遗传素质和生理过程来解释人格的个别差异。人本主义心理学家认为，人的责任感和自我认同感是造成人格差异的主要原因。行为主义和社会学习流派的心理学家把稳定的行为方式说成是条件反射和心理预期的结果。最后，认知流派则用人们加工信息的方式来解释行为的差异。

有人建议，把六个流派综合起来，我们就能获得关于人们所作所为之原因的更全面、更准确的认识。遗憾的是，盲人摸象的比喻只是部分地适用于人格研究的不同流派。虽然对于人格的某一问题，不同流派之间往往只是在强调重点上不同——每个流派都作出一种合理的、能互相相容的解释——但是在很多时候，两个或多个流派作出的解释却是完全不相容的。因此，在这一领域从事研究的人们就根据他们接受哪种解释，而把自己划归到这一或那一流派。

再回到盲人摸象的故事，假如有人问大象怎样行走，摸到鼻子的人说，大象像蛇一样在地上爬，摸到象耳朵的人不同意，说大象肯定是像鸟一样，用大而软的翅膀在天上飞；摸到象腿的人又有不同的说法。尽管有些情况下，这些说法当中不止一种正确（例如，鸟既能走又能飞），但是显然有些时候并不是每一种理论都是正确的。

我们怎么知道，哪个流派是正确的？一种回答是通过研究来证实。的确，有时候，研究结果支持一种人格理论而不是另一种。遗憾的是，很多研究结果都可以在各种流派中得到解释。还有一种可能的情况，即这种理论在解释人格的某一部分时是正确的，而另一种理论在解释人格的另一部分时是正确的。

在解释人的稳定行为方式是否存在时，六个流派中的每一个都有其价值。可能你们对有些理论理解更多，对另一些理解较少，这也是很自然的。但是请不要忘记，每一个流派都是由众多的值得尊敬的心理学家发展起来的。虽然他们并非在每个问题上都正确，但是，每个流派都能在某种程度上帮助我们理解“什么原因使得我们每个人成为自己”。

两个例子：攻击与抑郁

为了搞清楚人格的六个流派怎样对人的稳定行为方式作出不同的、合理的解释，让我们来看两个人们熟知的例子。攻击行为和因抑郁而痛苦是社会上常见的问题，所以很多持不同观点的心理学者都根据他们的人格理论解释这两种行为。对这两个问题的一些理论和研究，已被证明是很有用的，本书后面将详细介绍。

例 1：攻击性

人人都见过那种看上去很具攻击性——因此也令人退避三舍的人物。富于攻击的成年人往往拥有较长时间的暴力行为和反抗权威部门的经历。因为攻击而被逮捕的成年人通常具有攻击行为的历史，这种历史可以追溯到他们儿时在游戏中与别人的打斗。为什么有些人总是