

心理学导读系列

人格心理学

(第六版)

Personality (6th Edition)

【美】 Jerry M. Burger 著
陈会昌 等译



中国轻工业出版社

心理学导读系列

Personality (6th Edition)

人格心理学

(第六版)

【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：第6版 / (美) 伯格 (Burger, J. M.) 著；
陈会昌等译. —北京：中国轻工业出版社，2004.9
(心理学导读系列)
ISBN 7-5019-4563-2

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 (2004) 第 091368 号

版权声明

First published by Wadsworth, a division of Thomson Learning.

All Rights Reserved.

Authorized simplified Chinese language edition by Thomson Learning and China Light Industry Press. No part of this book may be reproduced in any form without the express written permission of Thomson Learning and China Light Industry Press.

总策划：石 铁
策划编辑：李 峰
责任编辑：朱 玲 李 峰 责任终审：杜文勇
版式设计：史春雨 责任监印：刘智颖

出版发行：中国轻工业出版社（北京东长安街6号，邮编：100740）

印 刷：北京天竺颖华印刷厂

经 销：各地新华书店

版 次：2004年9月第1版 2004年9月第1次印刷

开 本：787 × 1092 1/16 印张：26.75

字 数：500千字

书 号：ISBN 7-5019-4563-2/B·030 定价：48.00元

著作权合同登记 图字：01-2004-2143

咨询电话：010-65262933

发行电话：010-88390721，88390722

网 址：<http://www.chlip.com.cn>

E-mail：club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部（邮购）联系调换

译者序

本书自2000年在国内出版以来,受到广大读者的欢迎并被多所院校的心理、教育、管理等专业的本科及研究生班选作教材。为了反映国外心理学研究的新进展,中国轻工业出版社及时引进了该书2004年英文第6版,嘱我对该书做再译。

本次再版重译中,我们对照原书1997年第4版内容,逐句查验,删旧增新,发现全书约有五分之一的地方有变化。从学术角度,本版与第4版相比,增加的参考文献有500多条,也就是说,作者杰里·伯格重新参阅了500多篇研究报告或专著,其工程量是相当可观的。

在具体内容上,有些章节改动较大,如第五章对迈尔斯-布里格斯类型指标的信度和效度进行了较多的分析,第六章增添了“精神分析的概念和攻击”一节,整合了以前版本的挫折、替代、宣泄等概念,介绍了近年来的新研究,删去了原来的挫折一攻击假说这一较老的内容。第八章增加了关于成就目标的内容,介绍了有关过度愤怒和敌意的研究,以及学界在积极情感与消极情感的关系问题上的争论。第九章增添了近期关于气质与人格关系的追踪研究。第十二章增加了自我表露研究的新进展,讨论了治疗师是否应该向来访者吐露个人信息,以及对创伤性经验表露有益于健康和心理的原因进行的研究。作者对第十三章进行了改写,从原来重点介绍行为主义理论改为介绍从人格的经典行为主义理论向认知理论的过渡。第十四章概括了习得性无助研究的新进展,特别是神经心理学方面的研究发现。第十五章增加了关于自我认知表征、希金斯(Higgins, Self-discrepancy Theory)的自我失调理论,同时讨论了行为项目网技术(repertory grid technique)在角色建构技能测验(REP)中的优越之处。第十六章增加了“对弗洛伊德移情和压抑概念的修正”一节,在“认知与抑郁”一节介绍了认知流派关于抑郁原因的一些新研究。

在人格测量工具方面,本版增加了对三种新出现的人格问卷——成就目标问卷[(the Achievement Goals Questionnaire)第八章]、痛苦表露指数[(the Distress Disclosure Index)第十二章]和人际关系—相互依赖自我解释量表[(the Relationship-Interdependent Self-Conceptual Scale)第十六章]的介绍,值得引起注意。

从本书新版内容来看,在近几年国内出版的多部关于人格的著作和译著中,本书在内容之“新”、关于人格的实证研究以及人格研究与应用领域的相结合这几方面,仍然堪称独占鳌头。

我想再次强调的一点是,本书作者杰里·伯格教授的行文之流畅、语言之通俗方面独具特色。对初学心理学的人们,作者能把原理论提出者艰涩难懂的术语、概念,深入浅出地解释明白,他往往从日常生活中的事例和现象说起,再逐渐引入概念,最后再回到应用。这与当前教育心理学中强调的理解和运用非常吻合。因此本书常被各类高等院校选作教科书就很自然了。

从本书在国内出版以来,已近4年,这段时间里,心理学在我国逐渐普及,各行各业的人们都认识到,只有更多、更好地掌握和认识人的心理规律,才能更好地生活、工作,才能

使个人更好地适应社会，才能提高个人和家庭的生活质量，也才能增强各种群体的凝聚力，推动社会的发展。

心理学专业工作者和其他行业的普通读者学习类似本书的欧美译著的过程，也是一种价值观融合过程。在这一过程中，我们把西方学者的理论观念与中国传统文化相比较，取其精华，将其纳入具有几千年传统的中华文化当中，使我国文化吐故而纳新，这对于一个民族的持续发展来说，具有深远的文化意义。

我的同事和部分博士、硕士研究生参加了本版的重译工作，他们是：苏玲、谷传华、孙铃、吕勤、王桂平、牛宙、马利文、刘志军、阴军莉、张宏学、张晓、夏美萍、张云运。限于水平，难免有错译和不妥之处，望乞读者指正。

陈会昌

2004年9月8日

前 言

最近，每当我途经金门大桥的时候，我都会想起这本书。这座桥横跨旧金山湾的入海口，跨度为2700米，塔座高出水面336米。据说，人们曾经雇画家给这座桥做画，要求他们保持它的橙子形状，但没有一个画家完成任务。因为每天都有浓雾、大风和海浪笼罩、吹打和冲击着这座大桥，画家们还没完工时，天气就完全变了。本书的规模没有金门大桥那样大，但它也面临着类似的永远不能完工的任务。目前，人格是一个生机勃勃、充满活力的研究领域，它已经渗透到心理学的其他研究领域和学科。报告这个领域的研究进展情况，成为终年不断的工作。然而，也许与金门大桥一样，这本书内在的结构始终如一。简言之，2004年新版本是近期新修订的，但在结构上与前几版相同。

新内容有哪些

和前几次修订版一样，本版每一章都有修订，以反映出该领域的新发现和新进展。本版中加进了300多条新的参考文献。在第六版中，这个领域的进展也反映在三种新出现的人格问卷——成就目标问卷（第八章）（the Achievement Goals Questionnaire）、痛苦的自我暴露程度量表（第十二章）（the Distress Disclosure Index）和关系依存性自我建构量表（第十六章）（the Relationship-Interdependent Self-Constraint Scale）中。

相对而言，本版的一些章节比另一些章节需要更多的修订。熟悉前一版的人都会发现，许多章节做了大量改动。第五章对迈尔斯-布里格斯类型指标（Myers-Briggs Type Indicator）的信度和效度进行了较多的分析，反映了对该量表的越来越多的批评。第六章的新研究课题“精神分析的概念和攻击”整合了以前版本的许多概念——挫折、替代、宣泄——但更多地介绍了近来的研究发现，而减少了原来的挫折-攻击假说内容。第八章增加了关于成就目标的内容，详细地讨论了影响健康的过度愤怒和敌意方面的研究，还介绍了在积极情感与消极情感的关系问题上进行的争论。第九章介绍了近来考察气质与人格关系的追踪研究。第十二章增加了自我表露研究的新进展，尤其是讨论了治疗师是否应该向来访者吐露个人信息，讨论了对创伤性经验表露有益于健康和心理的原因进行的研究。对第十三章进行了改写，从原来重点介绍行为主义理论改为介绍从人格的经典行为主义理论向认知理论的过渡。第十五章概括了习得性无助研究的新进展，特别是神经心理学方面的研究发现。与以前的版本相比，第十六章的修订部分着重讨论了自我的认知表征问题，增加了希金斯的自我失调理论。第十六章的评价部分讨论了行为项目网技术（repertory grid technique）在角色建构技能测验（REP）中的优越之处。

哪些内容没有变化

指导前五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近期研究。但是他们又很少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。如果给学生提供的是一个令人遗憾的、狭窄的学科领域，只会使他们的注意力要么限于理论，要么限于研究。

我在前几版里表达的这种观点也得以保留，我认为，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。这一版在涉及研究的七章中共介绍了26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，面临着相互矛盾的研究结果，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能达成一致。

在这次第六版中，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15个“测测你自己的人格”专栏。在我的教学中，我发现，通过对控制点研究的讨论，当他们知道怎样给控制点测验记分之后，对学生来说这意味着更多的东西。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。我发现，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。学生和老师都曾跟我说，他们喜欢我两版以前加进的“新闻摘录”栏目。所以这些内容也保留下来。

致 谢

感谢所有为该书的出版提供了帮助的人。其中包括审阅了本版各部分手稿的许多同行：得克萨斯大学的 Jason Baker；Humboldt 州立大学的 Linda Crothers；女王学院的 Howard Ehrlichman；维纳州立大学的 Joseph Fitzgerald；圣路易斯的华盛顿大学的 James Reid。而且，我还要感谢玛列娜和亚当，他们的理解与支持使第六版的出版成为可能。

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：理论、应用、评价和研究	8
	六、小结	12
	相关信息与关键术语	12
第二章	人格研究方法	13
	一、假设检验方法	14
	二、个案研究法	20
	三、数据的统计分析	21
	四、人格评价	24
	五、小结	27
	相关信息与关键术语	28
第三章	精神分析理论：弗洛伊德的理论、应用及评价	29
	一、弗洛伊德发现了无意识	29
	二、弗洛伊德的人格理论	32
	三、应用：精神分析	41
	四、评价：投射测验	42
	五、弗洛伊德理论的贡献和批判	45
	六、小结	47
	相关信息与关键术语	48
第四章	弗洛伊德理论：相关研究	49
	一、梦的解释	49
	二、防御机制	53
	三、幽默	57
	四、催眠	62
	五、小结	67
	相关信息与关键术语	67

第五章	精神分析理论：新弗洛伊德主义的理论、应用及评价	69
	一、弗洛伊德理论的局限和问题	70
	二、阿尔弗雷德·阿德勒	70
	三、卡尔·荣格	73
	四、埃里克·埃里克森	76
	五、凯伦·霍尼	82
	六、哈里·斯塔克·沙利文	85
	七、艾里克·弗洛姆	88
	八、应用：精神分析理论与宗教	90
	九、评价：心理类型的测量	92
	十、新弗洛伊德主义理论的贡献与批判	94
	十一、小结	95
	相关信息与关键术语	96
第六章	新弗洛伊德主义理论：相关研究	97
	一、焦虑和应对策略	97
	二、精神分析概念和攻击	102
	三、依恋类型和成人的人际关系	107
	四、小结	112
	相关信息与关键术语	112
第七章	特质流派：理论、应用与评价	113
	一、特质流派	114
	二、重要的特质理论家	115
	三、因素分析与对人格结构的探寻	120
	四、情境论与特质论之争	127
	五、应用：工作岗位上的“大五”	131
	六、自陈式调查表	133
	七、特质流派的贡献和批判	139
	八、小结	140
	相关信息与关键术语	140
第八章	特质流派：相关研究	141
	一、成就动机	141
	二、A型—B型行为模式	148
	三、社交焦虑	153
	四、情绪	157
	五、乐观主义和悲观主义	163
	六、小结	168
	相关信息与关键术语	168

第九章	生物学流派：理论、应用与评价	171
	一、汉斯·艾森克的人格理论	172
	二、气质	176
	三、进化人格心理学	181
	四、应用：儿童气质与学校教育	183
	五、评价：脑电活动和大脑不对称性	186
	六、生物学流派的贡献与批判	189
	七、小结	190
	相关信息与关键术语	191
第十章	生物学流派：相关研究	193
	一、人格特质的遗传力	193
	二、外向-内向	198
	三、进化人格理论和配偶选择	202
	四、小结	208
	相关信息与关键术语	208
第十一章	人本主义流派：理论、应用与评价	209
	一、人本主义心理学的起源	210
	二、人本主义理论的基本内容	210
	三、卡尔·罗杰斯	212
	四、亚伯拉罕·马斯洛	215
	五、乐观体验的心理	221
	六、应用：以人为中心的治疗和职业满意度	223
	七、评价：Q分类技术	226
	八、人本主义理论的贡献与批判	228
	九、小结	230
	相关信息与关键术语	231
第十二章	人本主义流派：相关研究	233
	一、自我表露	233
	二、孤独	240
	三、自尊	245
	四、独处	251
	五、小结	255
	相关信息与关键术语	256
第十三章	行为主义和社会学习流派：理论、应用与评价	257
	一、行为主义	257
	二、条件反射的基本原理	260
	三、社会学习理论	264
	四、社会-认知理论	268

	五、应用：行为矫正和自我效能感疗法.....	271
	六、评价：行为观察法.....	276
	七、行为主义和社会学习流派的贡献与批判.....	278
	八、小结.....	281
	相关信息与关键术语.....	282
第十四章	行为主义和社会学习理论：相关研究	283
	一、性别角色行为的个体差异.....	283
	二、攻击性的观察学习.....	289
	三、习得性无助.....	295
	四、控制点.....	299
	五、小结.....	304
	相关信息与关键术语.....	304
第十五章	认知流派：理论、应用与评价	305
	一、乔治·凯利的个人建构论.....	306
	二、人格的认知因素.....	309
	三、自我的认知表征.....	311
	四、应用：认知心理治疗.....	316
	五、评价：行为项目网技术.....	319
	六、认知流派的贡献和批判.....	322
	七、小结.....	323
	相关信息与关键术语.....	323
第十六章	认知流派：相关研究	325
	一、对弗洛伊德移情和压抑概念的修正.....	325
	二、性别类型和性别差异.....	331
	三、认知与抑郁.....	336
	四、小结.....	342
	相关信息与关键术语.....	343
第十七章	几点结论	345
	一、作为工具的人格理论.....	345
	二、人格理论.....	346
	三、人格研究.....	348
	四、结论.....	351
	五、小结.....	351
	相关信息与关键术语.....	351
术 语	353
参考文献	361

第一章 什么是人格

2002年9月11日上午，美国的每个角落都陷入停顿。东部时区上午8:46，全国人民顿时沉默下来，这是一年前被劫持的第一架飞机与纽约世界贸易中心北楼相撞的时刻。遇害者家属聚集在原世贸中心遗址附近。在一位艺术家演奏的巴赫的C大调大提琴组曲声中，宣读了在这场纽约大灾难中丧生的2801名遇难者的名字。在华盛顿的五角大楼和宾夕法尼亚州也举行了仪式，那里另有两架飞机坠毁。在美国和其他许多国家，成百上千的团体集会纪念这次事件，向遇害者致敬。这是一个哀悼日，一个纪念日，也是一个反省日。

自从珍珠港事件以来，没有什么事件能像9·11恐怖袭击这样把美国人团结起来。从最初的新闻报道发出的那一刻起，全国各个地区的美国人——各个民族和信仰各种宗教的人——无不充满恐惧和愤怒。他们买国旗、献血、捐款捐物，向受害者表示同情。商店停业，学校放假，体育和娱乐活动取消，整个国家都陷入了悲痛之中。

像9·11袭击这样大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悲剧都做出相同的反应。在袭击过后的一些日子里，许多美国人紧紧围着电视机，想知道最新发生的每一件事情。但也有一些人则关上电视机，不愿再去看那些令人心烦意乱的画面。一些公民愤怒至极，发誓要报仇，另一些人则关注受害者，看如何才能帮助他们；一些人聚会，沟通感情，安慰邻舍，另一些人则独自一人静静地反思。许多人诉诸宗教，寻求安慰，其中一些人在巨大的痛苦中极力寻求上帝的帮助。一年后，许多人仍在谈论所发生的变化。另一些人对国家使一切重返正轨的能力感到赞叹。一些人从每个周年纪念日的开端中看到了希望，但对另一些人来说，周年纪念日勾起了他们痛苦的回忆和恐惧。

人们对9·11袭击事件的不同方式的反应，是那些突然遭遇非常事件的人们所共有的。最初，环境的要求压倒了他人与人之间的差异，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9·11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、发泄情绪、宗教信仰、焦虑、孤独以及其他许多话题，都将在本书的许多地方提到。

一、人与环境

我们的行为是由我们所处的情境决定的，还是由我们所具备的人的类型决定的？在9·11悲剧中，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的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回答是，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做出相同的反应。根据我们所处的环境和周围发生的事情，我们可能做出开朗、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色的。

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做出典型的反应。他们发现，在同一个情境里，不是每个人都做出相同的反应，他们的研究目标是，查明可对大多数人将会怎样行动做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，有一个人正在需要帮助。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，对各种情境有各种典型的反应类型，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：“人与人之间无差别则已，有差别就很大。”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，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，有人活泼开朗？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，甚至与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

任何一个在大学就读的人大概都会想到，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？”传播学的首次课的中心话题则是，什么是传播学？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，心理学家不同意对这个问题做出一个简单的回答。实际上，

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

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（Mayer, 1998; McAdams & Emmons, 1995; Sarason, Sarason, & Pierce, 1996）。你们很快就会发现，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感奋的框架。

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（consistent behavior patterns and intrapersonal processes originating within the individual）。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查明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”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，无论是在庄重场合还是在晚会上，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，而且行为所反映的不仅是我们所看到的特定情境的话，我们就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，指的是发生在我们外部、影响着怎样行动、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，有些是人们共享的。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过程。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，自然影响孩子将来变成什么类型的成人。我们体验到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机能。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做出了回答，这是我们确定本书内容的根据之一。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, p. 343）。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。它们是精神分析流派、特质流派、生物学流派、人本主义流派、行为主义、社会学习流派和认知流派。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恰当。

为什么人格理论如此之多？可以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长的东西；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，每个流派都查明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、更详细的图景。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——每个流派都做出一种合理的、能互相相容的解释——但是在很多时候，两个或多个流派做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，这些说法当中不是只有一种正确（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。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。

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“我们是谁”这一问题。

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做出不同的、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蒙受困扰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报告了这两种行为。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

人人都见过或了解那种稳定地表现出攻击性的人物。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。为什么有些人总是比别人更富于攻击性？对此，人格的所有六个流派都至少给出了一种答案。当你们看到这些答案的时候，你们可能会联想到你所认识的富于攻击性的人。那么，对于这种行为，六个流派中哪个流派的解释最有说服力呢？

对攻击性的经典的精神分析解释是，每个人都具有一种无意识的死的本能，也就是说，我们具有一种自我毁灭的无意识愿望。但是，一个具有健康人格的人是不会自我伤害的，所以

这种自我毁灭的冲动就会转向外面，以攻击的方式向别人表达出来。另一些精神分析学家解释说，当人要达到自己目标的行为受阻时，就会产生攻击行为。一个处于巨大的挫折体验中的人，例如在实现自己目标时屡遭挫败的人，就可能出现比较持久的攻击行为。在大部分情况下，这个人没有意识到这种攻击行为的真正原因。

特质流派的人格理论家看重攻击行为稳定性的个体差异。有一个研究小组多年前曾经测量了8岁儿童的攻击特性，他们在几所小学里问小学生这样的问题，比如“谁最爱推、撞别的孩子”（Huesmann, Eron, & Yarmel, 1987）。22年以后，研究者又和当年参加研究、现已30岁的人进行了面谈。他们发现，在小学时被认为攻击性较强的人，长大以后也容易表现出攻击性。那些喜欢推、撞同学的孩子，长大成人以后常出现虐待配偶和暴力犯罪行为。

生物学流派的人格心理学家相对来说也对稳定的攻击行为方式感兴趣。他们认为，遗传素质是攻击行为稳定性的原因之一。现在有证据证明，有些人比别人具有更强的攻击性遗传倾向（Miles & Carey, 1997）。也就是说，有些人在出生时就可能具有攻击性的素质，加之其教养环境，后来成了攻击性的成人。另一些心理学家从进化论的角度解释攻击性（Cairns, 1986），例如，男性的攻击性倾向比女性强，可以这样解释，男性天生具有一种控制竞争者的需要，以便保全自己并将他的基因传递下去。另外，还有一些研究者从睾丸激素的水平来解释攻击行为（DiLalla & Gottesman, 1991），虽然还缺乏这方面的确切证据（Geen, 1998）。

人本主义流派的人格心理学家以另一种方式解释攻击行为。他们不承认有些人天生就具攻击性。许多人本主义心理学家认为，人的本性是善良的，如果能在富足和充满鼓励的环境中成长，所有人都能成长为乐观、和善的人。当某些因素妨碍了这种自然的成长过程时，就会出问题。爱打架的孩子往来自基本需要得不到满足的家庭。如果儿童形成不良的自我形象，他们就可能在遇到挫折时对别人大打出手。

行为主义和社会学习理论在很多地方与人本主义理论不同，他们认为，人们是像学习其他行为一样，学会攻击行为的。在游戏场所称王称霸的孩子发现，会打架能得到犒赏，他们先挥舞棍棒，想玩什么就玩什么，因为别的孩子怕他们。解释行为的关键在于，得到犒赏的行为就会重复出现。因此，在游戏场所称霸的孩子，攻击行为就会持续出现，而且还想在其他场合也这样做。如果这种攻击性得到的不是惩罚而是犒赏，这些孩子就会变成富于攻击性的成年人。

人们还能从观看榜样行为进行学习。儿童可能会看到伤害别人有时候是有用的，因而从富于攻击性的同学那里学会了攻击。当儿童看到别人用攻击行为得到他们想要的东西时，也能懂得攻击性被奖赏的道理。善打架的孩子给别的孩子起到一种强有力的角色的榜样作用，使他们明白，有时候打人是有用的。本书第十四章将讲到，很多人认为，儿童日常看电视时看到的那些富于攻击性的人物可能导致了社会上攻击行为的增多。

然而，认知心理学家是从另一个角度探索攻击行为问题的。他们探索的焦点是富于攻击性的人是怎样加工信息的。为了帮助理解这一理论，请你想像你一个人在公园里散步，两个十几岁的男孩在你身后10米的地方走，突然他们的步伐加快并且向你靠近，这时你的反应如何？这两个男孩可能想急着到哪儿去，也许他们只是因为精力充沛，走得比你快而已；也许他们想追上你，问问时间或去图书馆的路；也许他们想伤害你。像我们遇到的许多情境一样，这一情境多少有些模糊性，不同的人反应也不同。

认知人格心理学家认为，人们怎样对这一情境做出反应，取决于人们怎样对它们做出解

释 (Dill, Anderson, & Anderson, 1997; Zelli, Cervone & Huesmann, 1996)。你是觉得受到了威胁, 受到了骚扰, 还是平安无事, 将决定你是逃跑, 准备打架, 还是离开这条路。认知学派认为, 有些人比别人更倾向于把这种模糊的情境解释成受到了威胁, 同时也可能以攻击方式做出反应。认知理论可以帮助我们理解, 为什么有些青少年期的男孩子比别的孩子更富攻击性 (Dodge & Crick, 1990; Hubbard, Dodge, Cillessen, Coie & Schwartz, 2001)。研究人员发现, 爱打架的小学男生常把别人的一些无关痛痒的举动看成是对他们个人构成了威胁 (Dodge & Somberg, 1987; Lochman, 1987)。在走廊里发生的偶然碰撞也可能被误解为对方想打架。不难理解, 为什么一个认为别人总是对他构成威胁和挑战的男孩会经常做出攻击性反应。

现在让我们回到前面的问题: 为什么一些人显示出稳定的攻击行为方式? 六个人格流派做出了不同的解释, 哪个是正确的? 第一种可能性: 只有一种解释是正确的, 今后的研究应该证实该理论。第二种可能性: 六个流派都说对了一部分, 六种 (或更多) 不同的原因导致了攻击行为。第三种可能性: 六种解释并不互相矛盾, 只是它们强调的重点不同。也就是说, 攻击性可能是相对稳定的, 它可能反映了某种攻击性特质 (特质理论)。但是人们也可能把模糊不清的事件解释为威胁事件 (认知解释), 因为过去他们就这样被人打过 (行为主义和社会学习论的解释)。这些人可能生而具有以攻击方式对待威胁的倾向 (生物学流派), 但是如果他们生活在一个不经常受挫的环境里 (精神分析流派), 或者生活在一个基本需要能得到满足的家庭里 (人本主义流派), 他们将会克服自己的攻击性倾向。关键在于, 每一种理论似乎都在某种程度上有助于我们对攻击的理解。

例 2: 抑郁

我们都知道抑郁指的是什么。谁都有过感觉有点“蓝色的”或“忧郁的”日子。许多大学生都经历过较长时间的悲伤, 或者对什么事情都不感兴趣也不想做。大多数人都会有心境、兴趣和精力程度的变化, 但是有些人似乎比别人更容易忧郁。当今, 抑郁是一个普遍存在的问题, 所以很多心理学家都对其原因做出了解释。六个人格流派对抑郁也做出了不同的解释。

在精神分析学派的奠基者西格蒙特·弗洛伊德看来, 抑郁是一种转向内心的愤怒。处于抑郁中的人存有一种无意识的愤怒和敌意感。例如, 他们可能想向家人大打出手。但是一个正常人就不会有这种感觉。精神分析学家还认为, 每个人都有内在的、阻止人表现出敌意的社会标准和价值观念。因此, 这些愤怒感就转向内心, 人就“向自己出气”。用精神分析理论来解释, 这是一种无意识水平的表现。



抑郁是什么造成的? 从不同的人格流派出发, 你可以把抑郁解释成转向内心的愤怒, 一种稳定特质, 一种天生倾向, 低自尊, 缺乏强化物, 或消极的思想。