

Emotion and Cognition

情绪心理学

孟昭兰 主编

北京大学出版社



情 绪 心 理 学

孟昭兰 主编



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

情绪心理学/孟昭兰主编. —北京:北京大学出版社, 2005. 3
(北京大学心理学教材)

ISBN 7-301-08633-4

I. 情… II. 孟… III. 情绪-心理学 IV. B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 005077 号

书 名: 情绪心理学

著作责任者: 孟昭兰 主编

责任编辑: 陈小红

标准书号: ISBN 7-301-08633-4/C·0319

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://cbs.pku.edu.cn> 电子信箱: zpup@pup.pku.edu.cn

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62752021

排版者: 北京高新特打字服务社 51736661

印刷者: 涿州市星河印刷有限公司

经 销 者: 新华书店

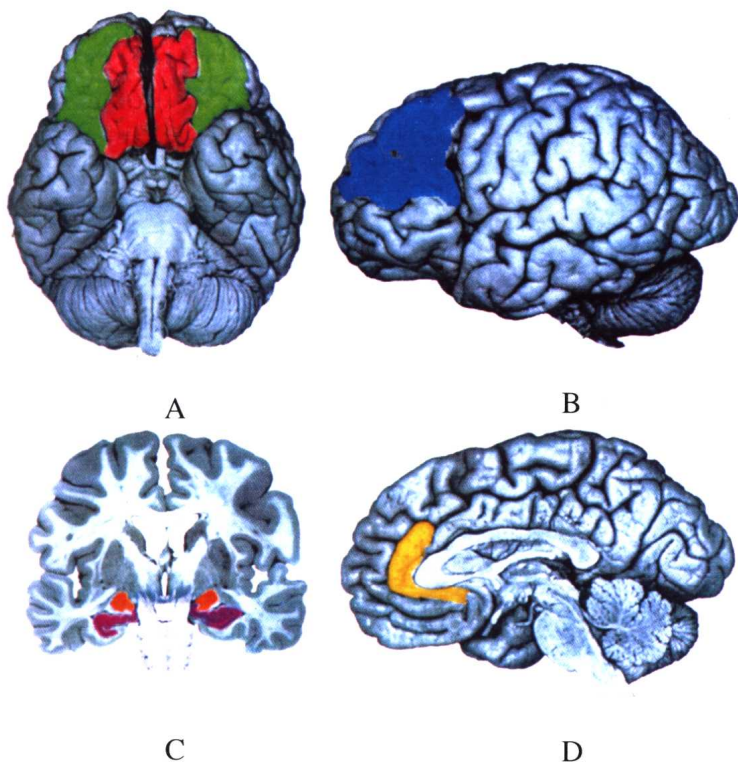
787 毫米×960 毫米 16 开本 21.75 印张 445 千字

2005 年 3 月第 1 版 2005 年 8 月第 2 次印刷

定 价: 33.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有, 翻版必究



彩图 影响情感与情绪的关键脑区

- A: 眶额回皮层 (绿色) 和腹中前额叶皮层 (红色)
 B: 背外侧前额叶皮层 (蓝色)
 C: 海马 (紫色) 和杏仁核 (橘色)
 D: 前扣带回皮层 (黄色)

序

这是一部由北京大学心理学系孟昭兰教授多年来研究和主编的综合著作。它概括了情绪心理学的各个方面。承蒙主编的惠顾,使得我有先睹的机会,可惜由于我的视觉的衰退不能在有限的时间内精读,仅仅匆匆地翻阅了各章的内容。但是我特别地细读了主编所写的前言,对本书有了全面的认识,体会到本书在当前出版的价值。它不仅是一本很好的教科书,也是一般需要理解自己的情绪,与如何调整自己的情绪,以保持身心健康者应该阅读的书。

情绪和意识,自我意识问题是心理学中的老问题,也可以说是一个核心的问题。但是由于它的复杂性和其本质的主观性,以致从理论上到科学的方法上都遇到了很大的困难,所以心理学在这方面的研究进展很不顺利,甚至受到过行为主义心理学家们的忽视。近数十年来,随着认知科学的研究发展,人们开始觉察到研究情绪和意识功能的重要性,因而研究的著作也逐渐多了起来。但国内心理学的研究和教学工作还显得有点落后,所以本书的出版可起到推动作用。希望不辜负编著者的苦心与执著,使学习心理学和对情绪心理学感兴趣的人都能读到此书。

从事其他工作的人如能读此书,即使不能读懂全部章节,也可以从几章中获得对自身情绪活动和调节方法的知识。这将有益于自身的修养和处理人际的关系。一个人如能做到“穷则独善其身,达则兼善天下”,除了有渊博的知识之外,还要有很好的道德修养。而修养则与善于调整和控制自己的情绪——特别是负面的情绪——有极密切的关系。如果说,过度的悲伤能转化为忧郁而可能发展成为病态情绪,严重的恐惧和焦虑会引起慢性疾病,那么,恼怒和愤恨得不到控制则危害更大。人们都知道一个普通的人如果不能控制自己愤怒的情绪,不能找到好的疏导方法,在为情绪扭曲的认识之下,就会由一念之差,做出危及社会的暴行,或造成终身悔恨之事。更可怕的是,如果是一个有至高无上权力的独裁者(君王或领袖),一怒之下做出不计后果的决策甚至阴谋,影响甚至煽动起盲从的下属或群众,那么小则会影响社会的发展和进步,大则会招来“伏尸百万,流血千里”的灾祸。

这是因为人类的情绪大都是和人的意识和自我意识联系在一起的,而不仅仅是一种单纯的刺激反射行为。情绪在人们之间是可以互相感染的,又可因感染而在人群中传播的。人们的良好情绪氛围可以诱导忧愁的人的心情开朗起来,他人的悲哀也可以引起自己的移情和同情。我国的通俗说法是人有七情:喜,怒,哀,乐,爱,恶,欲。后三种应该说是属于情感或感情范围的,都包含着个人的经历和复杂的心理活动内容。即便是前四种——喜,怒,哀,乐——也是和人们对各种事物的认知相互作用的。所以有一定文化修养的人不仅能善于调整自身的情绪,也能善解别人的情绪,即能“推己及人”,可与人同乐,也可忍让或化解别人的怒火,以及对别人的忧伤有同情和怜悯之心。

我理解孔子倡导的“忠恕”之道,可以说就是以人情为本的。

由此可见,情绪心理在人的整个精神生活中,占有一定的地位,起着重要的作用。也可以说,情绪心理学在整个心理学中是重要的组成部分,是不可缺少的。因此,情绪心理学的研究不可不重视,情绪心理学的教学更不可或缺。现在全国上下正在提倡创建和谐社会之际,此书的出版,为唤起人们对情绪心理学的重视和兴趣,正逢其时。

邵 郊

2005年3月于北京大学中关园

目 录

第一编 情绪心理的基础

1 总论	(3)
一、情绪、情感和感情	(4)
二、情绪在人的心理结构中的位置及其在心理活动中的作用	(8)
三、情绪的性质和功能	(12)
2 情绪理论的演变	(17)
一、早期理论	(17)
二、情绪的激活理论	(23)
三、情绪的认知理论	(26)
四、功能主义理论	(31)
五、伊扎德的动机-分化理论	(33)
3 情绪与脑	(38)
一、情绪生理心理学的理论取向	(38)
二、情绪在神经学上的划分	(39)
三、情绪脑的神经结构与网络	(41)
四、脑的最初情绪系统	(50)
五、杏仁核与海马及情绪与记忆	(55)
4 情绪的主观体验与脑	(59)
一、情绪体验的性质	(59)
二、情绪的主观体验与脑	(62)
三、情绪主观体验的神经化学调解	(66)
四、情绪的内在体验与外显表情	(72)
5 情绪的外显行为——表情	(77)
一、面部表情理论假设	(77)

二、面部表情的全人类普遍性	(79)
三、面部表情的神经生理学证据及其测量方法	(86)
6 情绪与认知	(93)
一、认知在情绪发生中的作用	(93)
二、情绪在认知加工中的影响	(97)

第二编 情绪的发展、分化与社会化

7 情绪的个体早期发展	(111)
一、情绪在儿童生存和生长中的意义	(111)
二、情绪发展理论	(112)
三、婴儿情绪的发生与发展	(116)
四、幼儿的情绪发展	(121)
五、儿童情绪的社会化	(125)
8 情绪的分化	(130)
一、情绪的进化与分化	(130)
二、内在动机	(133)
三、兴趣	(138)
9 基本情绪	(148)
一、快乐	(148)
二、痛苦与悲伤	(155)
三、愤怒	(160)
四、恐惧	(161)
10 情绪的社会化	(165)
一、社会情境关系与情绪社会化	(165)
二、情绪社会化的基本规律	(168)
三、情绪的社会结构论	(173)
11 复合情绪	(181)
一、爱与依恋	(181)
二、焦虑	(187)
三、敌意	(194)
四、自我意识情绪	(198)

12 情绪调节	(204)
一、情绪调节的涵义	(204)
二、情绪调节的特征	(205)
三、情绪调节的类型	(207)
四、情绪调节的基本过程	(209)
五、情绪调节的神经机制	(212)
六、情绪调节与社会适应性和心理健康	(214)

第三编 情绪与社会生活方面

13 情绪与德育	(221)
一、移情与道德发展	(221)
二、内疚与道德发展	(226)
三、情绪与学校德育课程	(233)
14 情绪与教学	(239)
一、情绪追求与学习动机	(239)
二、情绪充予与学习过程	(244)
三、学习焦虑与归因倾向	(246)
15 情绪与艺术	(250)
一、情绪与艺术创作	(250)
二、情绪与艺术作品	(256)
三、情绪与艺术接受	(265)
16 情绪与运动竞赛	(270)
一、运动员情绪与运动竞赛	(270)
二、竞赛情绪变化与运动表现	(273)
三、运动应激与应对	(280)
17 情绪与犯罪	(286)
一、情绪型犯罪概述	(286)
二、有关情绪型犯罪的论述	(287)
三、情绪、情感与犯罪	(290)
四、情绪型犯罪的心理特点与行为特征	(296)
五、情绪型犯罪的预防	(298)

18 情绪与健康	(300)
一、疾病发生的情绪基础	(300)
二、情绪与疾病的因果联系	(301)
三、情绪的等级结构与疾病	(302)
四、情绪的复合成分与疾病	(303)
五、认知对情绪与疾病的影响	(306)
六、情绪疾病——抑郁症	(307)
七、基因是致病因素	(312)
八、自我调节与健康	(313)
 主要参考文献	(318)
后记	(335)

前言

自威廉·詹姆士时代以来,情绪的神经机制问题已被关注。到20世纪60年代,心理学,包括情绪心理学,已经得到广泛的发展。80年代以后,情绪的实验研究已成为研究的主要手段,并出现了大量的成果。近几年来,随着现代高科技的进步,与心理过程相联系的脑科学研究已成为心理学的热门课题,对情绪的神经机制研究已在新的起点上开始。现在我们需要做的是在已有研究成果的基础上,一方面进行情绪,特别是情绪社会化在行为学水平上的研究;另一方面开展情绪的脑科学研究。以便对情绪已有的了解给以神经科学的解释,把对情绪的认识置于更有说服力的科学水平之上。

为什么我如此重视情绪研究呢?自古希腊哲学时代以来,以唯智主义理念为主导的思维路线,对人文科学的影响很大。我国宋、明时期,朱熹、王阳明理学派在我国的影响也是如此。千百年来,中外哲学均把情绪看作非理性的、粗糙的、似动物的现象,心理学因袭了这种牢固的观点。如果说,詹姆士之后情绪生理学研究有了第一次发展,那么,20世纪60年代以后,出现了情绪探究的第二次飞跃,这一点主要表现在理论派别林立并逐渐兼收并蓄,“你中有我,我中有你”,对情绪的性质在总体上达到了较为一致的认识。到了80年代,西方哲学从唯智主义转向重视情绪问题,认为单纯科学理性思维不足以成为人的行动的动力;驱使人们行动的是热情、激情和情绪。无论政治行动的启动,经济的决策,重大计划的实施,对民众的动员,都在很大程度上受情绪的支配。如果没有情绪,人们的思维动机将是苍白无力的。从进化的观点看,与有机体形态上的演变相比,情绪从一开始就是驱动有机体为生存而行动的高级动力。情绪是高等动物和人类心理结构中重要的组成部分,在人的心理生活中起着不可或缺的作用。它经常出现在人们心理生活的前沿。

我国已进入信息技术和市场经济时代,社会竞争日趋激烈;人们昔日贫穷、简朴,然而却比较平静的生活被打破,心理波澜和情绪冲突逐渐增多。为适应这种形势,人们的心理活动也必须随之转轨。然而适应却是不容易的。情绪在人的心理生活中无时无刻不在起作用,它是检测生命过程、苦乐安危最敏锐的心理标尺。任何年龄阶段的人在任何特定活动领域中的经历和变化,都会产生适应或不适应的情绪反应,需要予以强化或调整。在人们心理生活中建立乐观、进取的体验结构,营造避免或减轻痛苦的心理环境,是建立美好个人生活和健康社会的重要标志。

近年来,随着社会经济体制改革的进行,市场竞争日趋激烈,广大在职人群感受到巨大压力;青少年学生社会变迁中心理问题有所滋长,偏离社会的行为问题层出不穷,有些已向刑事案件性质上转化;潜在的心理亚健康现象的泛化还远未为多数人所知晓。情绪心理科学知识的普及迫在眉睫,开展情绪研究是我们的责任。社会实践终将推动科学的发展,我们应当迎接挑战。

十几年前,当我撰写《人类情绪》一书时,深感这种需要的迫切;那本书剖析了情绪这一既为人们所熟悉、却又令人迷惑不解的心理现象,供给那些理论爱好者切磋琢磨,也为那些愿意通晓人们情绪生活规律,以便用来解释自身和他人情绪变化的学生和读者提供一些必要的知识。我这样做了,《人类情绪》一书于1989年出版,并在短期内售罄。

如今,十几年过去了,在国内仍然很少有关于情绪心理学的著作。于是,我想在《人类情绪》的基础上,重新写一本书,为服务社会尽绵薄之力。近年来,国外关于情绪理论、情绪社会化和情绪脑科学的研究得到了极大的发展,对情绪本身的研究积累了大量资料。我国学者从教育、文艺等角度撰写关于情绪的著述已有问世;青年学子的注意转向情绪研究已屡见不鲜,他们的研究成果指日可待,情绪研究形势大好。

落笔之际,考虑到实际情况,有几条原则是我在编写本书时所遵循的。首先,鉴于《人类情绪》一书除一些图书馆外,社会上早已无法见到;同时,由于当前教学的需要,本书将写成既是专著,又是教材。有些在前书中论述过的一些基本的理论、方法和基础的实验研究和论述,仍有重要的教学参考价值,我在本书中作了部分保留和精炼的修正。其次,鉴于近十几年的研究进展,我致力于收集新成果于本书中。我把全书分为情绪的基础研究、情绪的分化和社会化以及情绪的社会生活方面三篇。书中增加了情绪的脑神经学和神经化学、情绪社会化与复合情绪等新篇章,尽可能地传递新的研究信息。第三,社会上对各实践领域的情绪问题十分关注,国内也有从事情绪与社会生活研究的专家的研究成果,为此,我邀请这些领域的专家们分别撰写了有关内容,加盟本书。因此,本书的框架比《人类情绪》有所拓宽,我希望它以新的面貌展现在读者面前。

为本书作出贡献的教授如下(按姓氏拼音为序):

郭德俊教授(首都师范大学)撰写情绪调节;

胡平副教授(中国人民大学)、孟昭兰(北京大学)撰写情绪的个体早期发展;

刘淑慧教授(首都体育师范学院)撰写情绪与运动竞赛;

罗大华教授(中国政法大学)撰写情绪与犯罪;

乔建中教授(南京师范大学)撰写情绪与德育、情绪与教学;

俞汝捷教授(湖北社会科学院)撰写情绪与艺术;

其余各章均为北京大学孟昭兰所撰写。

本书的出版受到了北大出版社陈小红编辑的大力支持,特此致谢。

孟昭兰

2004年12月于北京大学朗润园

1

总 论

情绪是日常屡见不鲜并亲身体验着的一种心理活动。它给人们带来快乐和满足,又使人不可避免地遭受苦恼和折磨。随着言语交际,人际间进行着感情交流,无论是外显鲜明的彼此沟通,还是内隐含蓄的互相感染,通过面部表情、声调和姿态动作表达的情绪体验,准确地传递着有时是语言所不能陈述的细密而寓意深邃的信息。

但是,小孩子无端的哭闹、少年们的敌意从何而来;青年的烦恼、中年的焦虑、老年的孤独如何克服;还有,夫妻之间的爱情为什么随着共同生活岁月的流逝而有所变化;刚迈进大学之门的学生在兴奋之余为什么深深地体验着失落感;甚至,震撼人们身心的动乱已经过去许久,为什么有时仍会深深触动那感情上的伤痕;成功和成就给人带来鲜明的喜悦和满足,为什么还伴随着时隐时现的忧虑和痛苦;人们在坎坷的岁月中历尽艰辛,为什么其中又蕴含着许多欢乐。类似这样的问题无穷无尽,但是归根结底就是一句话,感情这一心理现象为什么使人如此迷惑不解,这样令人难以琢磨?

其实,情绪过程和认识过程一样都是脑的功能。以思维而言,机器可以在一定程度上把它模拟出来,情绪则不能由机器加以复制。情绪是一种多成分、多维量、多水平整合的复合过程;情绪的每一次发生,都融合着生理和心理、本能和习得、自然和社会诸因素的交叠。在发生学和分类学上,情绪的每种构成因素,本身的变化以及各变量之间的交织,或互相加强、或互相抵消、或互相渗透、或互相排斥,这诸多因素的作用和相互影响,科学研究还正在探索。

长期以来,由于情绪的主观性特征使实验研究中的条件控制和实验结果的量化分析尤为困难,常常使心理学家在它面前望而却步,其结果导致人们推迟了对它的探索和认识。但是,一百多年来,科学心理学的研究已经走过了一段漫长、曲折的道路,对它的研究已经有了相当的进步。这一进步既体现在研究方法上,也体现在理论建树上。有关的实验研究已为人工诱发情绪建立了许多有用的标准,测量技术已经拥有可供精确分析的仪器设备,多变量同步测量的方法克服着情绪多变量带来的困难。其次,近十几年来,高科技在生物学领域的发展,脑电技术、功能性磁共振技术已用在情绪的神经科学研究之中。

情绪理论有一个脉络清晰的发展史,由于其本身的复杂性,历来各派学说林立。近

年来,已经摆脱了那种各学派按照自己独家的理论体系去解释情绪的现象,对前人的各种理论观点进行了整理、屏弃和吸收,并加以发展。虽然还有争论,情绪心理学家对情绪性质的认识更加接近,已为情绪的进一步研究打下了可靠的基础。

一、情绪、情感和感情

(一) 情绪的属性和定义

情绪与认识不同,它似乎与个体的切身需要和主观态度联系着。从这种联系中可以引申出情绪的两种特殊存在形式,其一为内在状态或体验,其二是外显表情。这是认识过程所不具有的特征。因此,情绪与认识是带有因果性质和互相伴随而产生的。情绪可以发动、干涉、组织或破坏认知过程和行为;认识对事物的评价则可以发动、转移或改变情绪反应和体验。

许多学派给情绪下的定义反映了这些特点和这类关系。例如,功能主义把情绪定义为:情绪是个体与环境意义事件之间关系的心理现象(Campos, 1983)。阿诺德的定义为:“情绪是对趋向知觉为有益的、离开知觉为有害的东西的一种体验倾向。这种体验倾向为一种相应的接近或退避的生理变化模式所伴随。”(Arnold, 1960)拉扎勒斯提出与阿诺德类似的定义:“情绪是来自正在进行着的环境中好的或不好的信息的生理心理反应的组织,它依赖于短时的或持续的评价。”(Lazarus, 1984)这些定义都标示出情绪对人的需要和态度的关系,阿诺德和拉扎勒斯还指出了情绪依此而具有的特点,诸如体验、生理模式、评价等。

另一位学者杨(Young, 1973)在上世纪 70 年代,给情绪下的定义为:“情绪起源于心理状态的感情过程的激烈扰乱,它同时显示出平滑肌、腺体和总体行为的身体变化。”他把情绪标定出感情过程的扰乱,暗示了情绪同有机体的利害关系和联系。但他更强调情绪的“干扰”性质。这一理论对情绪病理学特别有用。同杨的理论相反,利珀则坚持主张:“情绪是一种具有动机和知觉的积极力量,它组织、维持和指导行为。”(Leeper, 1973)重要的是,他指出了情绪的组织作用的观点。

关于情绪的组织作用的观点应源于情绪的动机性。在汤姆金斯(Tomkins, 1970)强调情绪是有机体的基本动机之后,伊扎德继承达尔文的观点,径直强调情绪的适应性。他指出情绪是动机,并同知觉、认知、运动反应相联系而模式化。伊扎德从功能性的观点出发,他强调情绪的外显行为——表情这一重要变量;通过表情把情绪的先天性和社会习得性,适应性和通讯交流功能联系起来,建立了包容广阔的情绪理论(Izard, 1977, 1991)。按此概述,情绪有如下特性:

1. 情绪是多成分的复合过程 情绪成分包括内在体验、外显表情和生理激活三种成分。(1)认识过程是平淡而无情的,情绪则带有独特的主观体验色彩,具有某种愉

快、享乐、忧愁或悲伤等多种享乐色调。每种具体情绪的主观体验色调都不相同,给人以不同的感受。主观体验是脑的一种状态,它所负载的过程就是情绪作为心理实体的具体过程。正是情绪过程的体验感受方面给行为提供动机,对认知和行为起着组织或瓦解的作用。(2) 情绪有特殊的外显表现,而每种具体情绪的表现,特别是面部表情,却是特异化的。这些特异化的面部运动模式是各种具体情绪的客观标志。通过情绪的外显表情,情绪的通讯传递作用才成为可能。(3) 情绪发生在一定的生理激活水平上。神经系统一定部位的激活为情绪的发生和活动提供能量。从延髓到脑干部位的网状结构上行激活系统经过边缘系统通向高级中枢,直到大脑皮层传送的弥散性冲动支持着脑的一般激活水平和状态,即情绪状态。网状结构的下行神经纤维又把信息输送回来,协调着脑的激活水平和情绪状态,提示各种具体情绪之间的性质差别,并支配着行为。

2. 情绪具有多维量结构 冯特(Wundt)于1896年提出情绪的三维学说。冯特认为感情过程是由三对感情元素构成的。每一对感情元素都具有处于两极之间的程度变化。它们是愉快-不愉快、兴奋-沉静、紧张-松弛这三个维量。每种情绪在其具体发生时,都分别处于这三个维量两极之间的不同位置上。冯特的感情三维理论虽然建立在主观推测的基础上,但它至今仍有理论和实际的意义。后人提出了多种情绪维量表,应当说都没有离开冯特学说的基础。例如,伊扎德提出的体验量表包括四个维量,其中在快乐度、紧张度、冲动度以外,增加一个确信度,基本上是冯特理论的变种。

冯特之后,施洛伯格(Schorsberg)按照吴伟士(Woodworth)早期依据面部表情对情绪实验的分类研究,提出一个按愉快-不愉快、注意-拒绝和激活度的三维量表。迄今为止,最典型的多维量表应以普拉奇克(Plutchik)为代表。普拉奇克经过分类排列,把情绪分为相似性、对立性和强度三个维量。他认为任何情绪的这三个维度都不相同。普拉奇克的理论是建立在进化和适应的观点之上的。因此他更多地使用表示情绪的功能性语言,例如结合或排斥,探索或回避等术语。这一思想体现在他的情绪维量分类上。

维量是情绪的一种特性。虽然迄今提出的维量划分方法是各式各样的,但对认识情绪的特性是有帮助的。而且,理论的建立导致研究方法的确立,维量表的一个大用处是用来作为具体研究中可依据的测量工具(孟昭兰,1989)。

3. 情绪是生理和心理多水平整合的产物 从进化的观点看,情绪是在脑进化的低级阶段发生的,特别与那些同调节和维持生命的神经部位相联系。情绪作为脑的功能,首先发生在神经组织进化上古老的部位。丘脑系统、脑干结构、边缘系统、皮下神经核团等这些整合有机体生命过程的部位,都是整合情绪的中枢。随着人类的进化,大脑皮质、尤其是前额叶的发展对情绪与认知的整合起着重要的作用。从猿到人的进化过程中,情绪的发生和分化与新皮质的形成和分化直接联系着。如果说,从猿到人的进化有质的飞跃是与人的进化不可分的,那么,人类情绪同动物情绪的质的区别,也是同人类大脑皮质的进化密切联系的。

情绪从种属遗传而来的中枢保持在脑的杏仁核。与由杏仁核为核心的神经环路联

系的自主神经系统调节的内脏系统、内分泌系统都参与情绪的发生、维持和变化。这些部位的神经功能不但在高等动物中存在,而且在人类中仍然存在并起着作用。

大脑皮层的高度分化为情绪的分化提供了可能。由皮层运动区支配的躯体骨骼肌运动,尤其是面部肌肉运动,是人类具有多种精细分化的情绪的直接机制。面部肌肉运动之所以构成表情模式,被设想为,是由于从皮层运动区发出的神经冲动与整合先天情绪模式的杏仁核神经环路之间存在着联系,皮层向皮下传送的冲动及其反馈是整合表情和感情体验的完整机制。由此可见,神经系统各级水平几乎都参与情绪的发生和变化之中。每一次情绪的发生都是多级神经生理整合活动的结果(LeDoux, 2000)。

其次,情绪还发生在心理多级水平上。从进化的角度看,任何动物都是在它所处的心理进化阶梯的一定高度上实现它的情绪整合的,例如,爬行类以下的动物只有感觉水平上的趋避反应;爬行类到低等哺乳类动物有知觉水平上的情绪反应;啮齿类动物的情绪反应发生在知觉表象水平上;类人猿则有更分化的、表明其智慧行为的复杂感情。从人类个体发展的角度看,感情可以在从感觉到意识,从情绪状态到人格特质的多级水平上并存。

从认识水平上区分,有感知觉水平上的感情反应和认知水平上的感情反应。从社会化程度上区分,有与本能需要相联系的感情反应和与生物-社会性事件相联系的感情反应。从意识水平上区分,有语词意识水平下的感情和语词意识水平上的感情。从情绪存在形式上,可被区分为:(1) 感情状态,如心境,兴趣专注状态。它可以被主体意识到,也可以不被意识到,它似乎成为脑的加工过程的背景;心境也有各种色调,或喜悦,或忧伤,或沉闷,或紧张。(2) 情绪特质,情绪被镶嵌在个性之中,成为个体人格结构的组成成分,它们在个体的整体行为和态度中显露出来。由此可见,情绪包容在广大的认知网络和人格系统中。

当作了如上的分析之后,现在回到情绪的定义上来。实际上,任何定义都不一定十分完善。定义的作用应当是方便于研究,为研究者提供认识的方向,但也会随着新发现而改变。我们曾经试图把情绪描述为:“情绪是多成分组成、多维量结构、多水平整合,并为有机体生存适应和人际交往而同认知交互作用的心理活动过程和心理动机力量。”(孟昭兰, 1989, 1994)。这样的描述既展现了情绪的功能,又囊括了情绪的结构。这样的描述确实是为了依据它来进行研究。本编者认为,只要把情绪的成分、维量、整合水平、适应作用、通讯功能,以及同认识和人格的关系揭示出来,就有可能对情绪这一独具特色的心理现象作出解释。至少在当前的科学水平上,人们将能为情绪之谜打开一个窥测它的奥秘之门,为进一步探索铺筑一条可行的路。

(二) 情绪、情感和感情的概念分析

情绪和情感既是在物种进化过程中发生的,又是人类社会历史发展的产物。对于这样一种在漫长的演化过程中发生的多层次质变的现象,想用一個术语来加以标志是

困难的。因为,当人们用情绪、情感这类术语来表示这一心理现象时,人们心目中所反映的内涵常常是不同的。例如,有时人们把同生物需要相联系而产生的感情反应称为情绪,而把受社会规范制约的感情状态称为情感;另一些时候人们又在标示感情形式时采用情绪,而在标示感情内容时采用情感。由于日常用语或文字描述对概念的使用发生影响等因素,这类用法通常符合习俗和习惯,然而并非科学用语。因此把术语规范化是必要的。

综览有关情绪文献,可以发现,把区别于认识活动、有特定主观体验和外显表现,并同人的特定需要相联系的感性反应统称为感情(affect);感情是标示这一感情性状态和反应的普遍的概念。它一般地包容着情绪和情感的综合过程,既有情绪的含义,也有情感的含义。无论情绪、情感或感情,指的是同一过程和同一现象;在不同的场合使用情绪或情感术语时,指的是这同一过程、同一现象所侧重的不同方面。

情绪(emotion)代表着感情性反应的过程。也就是说,感情性反应作为心理活动的过程,用情绪这一术语来标示。无论在动物或人类,凡感情性反应发生时,都是脑的活动过程。从这个意义上说,情绪术语经常既用于人类,也用于动物。然而把情绪概念限定为它只同有机体的生物需要相联系,恐怕就不正确了。因为人类的生物需要也是受社会历史影响的;人类在高度发展的社会规范条件下,其生物需要含有丰富的社会内容,不可与动物的需要相等同。

专栏

情绪这一术语,按照蒙芮(Murray, 1888)字典所述,来自拉丁文 e(外)和 movere(动),意思是从一个地方向外移动到另一个地方。在文字学史上,它用来描述许多领域“动”的现象。例如,在物理学上描述为“雷……引起空气的流动”(1708),“流动”用 emotion 来标示;“冰在山洞里流……是由于震动”(1758),“震动”一词也是 emotion。在物理学上的这类使用逐渐转到政治和社会活动中,用以表示鼓动或扰乱、动乱。例如,“在伦巴底族人中有……很大在鼓动和扰动”,“群众的扰动是由于……所引起”(1709)。这意味着,emotion 一词的原义是活动、搅动、骚动,或扰动。后来,这个词用于个体精神状态的激烈的扰动上。例如,“满足的快乐一般称之为 emotion”(1762)。由此可见,情绪是用来描述一种运动的过程。现在它已经被限定运用在表示精神活动范畴,而不再在物理学、社会学范畴上使用。把情绪限用在它的活动过程上,这就严格地规定了它的内涵。此外,由于情绪由物质的神经过程所携带,并可以被测量,称之为情绪测量。(参阅孟昭兰,1989, pp. 13~14)