

走向人文科学心理学

——人本心理学研究方案之研究

孟娟 著

Zouxiang renwen
kexue xinlixue

Renben xinlixue yanjiu fang'an zhi yanjiu



电子科技大学出版社

走向人文科学心理学

——人本心理学研究方案之研究

Zouxiang Renwen
Kexue Xinlixue

Renben Xinlixue Yanjiu Fang'an Zhi Yanjiu

孟娟 著



电子科技大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

走向人文科学心理学: 人本心理学研究方案之研究/

孟娟著. —成都: 电子科技大学出版社, 2009.7

ISBN 978-7-5647-0295-3

I. 走… II. 孟… III. 人本心理学—研究 IV. B84-067

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 128411 号

走向人文科学心理学
——人本心理学研究方案之研究

孟娟 著

出 版: 电子科技大学出版社 (成都市一环路东一段 159 号电子信息产
业大厦 邮编: 610051)

策划编辑: 朱丹

责任编辑: 万晓桐

主 页: www.uestcp.com.cn

电子邮箱: uestcp@uestcp.com.cn

发 行: 新华书店经销

印 刷: 成都市新都华兴印务有限公司

成品尺寸: 140mm×203mm 印张 14.625 字数 367 千字

版 次: 2009 年 7 月第一版

印 次: 2009 年 7 月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5647-0295-3

定 价: 26.00 元

■ 版权所有 侵权必究 ■

◆ 本社发行部电话: 028-83202463; 本社邮购电话: 028-83208003。

◆ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。

前 言

经过 20 多年的繁荣以后，人本心理学家发现，虽然人本心理学对西方社会文化、价值观产生了重要影响，但是却没有撼动主流心理学的科学观念、研究方法。为此，新一代人本心理学家提出了一系列研究方案，发展与人的本性相适应的心理学方法论，构筑更为完整的人的形象。这些方案体现出人本心理学家试图将心理学作为人文科学的努力，使人本心理学方法论不再流于理论倡导，而是融入人性研究的具体实践。

人本心理学研究方案的形成和发展汲取了西方传统文化中人文主义传统，受到其他人文科学研究实践的影响，心理学历史上所传承的人文精神也给予了其思想和实践上的指导，而人本心理学自身发展过程中所遭遇的危机更成为其得以形成的直接动力。人本心理学研究方案坚持人文科学取向，问题中心论的科学本质观，直觉主义的人本学，整体主义的研究路线，主观主义的研究范式和非决定论的心理学解释框架。

现象学研究方案是把胡塞尔现象学哲学的基本概念、原则、方法运用到心理学的理论与实践。现象学研究的目的在于通过对研究参与者经验描述的分析，获得经验本质，实现对现象的理解。它包括：通过访谈获取描述资料；对资料的整体阅读；确定各个部分，建立意义单元；将意义单元转换成心理学表达，获得个别心理描述；通过想象变更来确定现象的本质特征，即一般的结构；最后对所获得的结果再次进行表达等几个部分。启发式研究旨在发现人类经验重要的潜在意义。它通过自我调查和与他人对话的方式获得对生活经验结构的描述，通过研究者对问题强烈的、持续的、充满激情的



关注，借助自身的感受、理解、信仰和判断，揭示内在缄默知识的力量，使最深层的意义流和知识流呈现于意识中。它包括：初始的介入、沉浸、酝酿、澄明、说明以及创造性综合等六个基本阶段。解释学研究方案把人类的经验和行为看做有待解读的文本，强调某一经验与其形成背景和环境有着千丝万缕的联系，强调在明显不同的或者甚至在看起来相互对立的意义系统间寻求理解，认为只有了解了经验所产生的相关背景，才能获得对经验的理解。解释学研究的任务就是要揭示文本的意义，以实现对人类心理和行为更深入的认识。体验研究方案侧重对构成某种体验因素的阐明。这些因素是形成这种体验的必要和有效的条件，研究目的在于为经验者阐明某种经验的基本结构，以更好地应对生活中所出现的各种体验。在体验研究中所有的参与者即研究者，在质化研究阶段，它包括四个基本步骤：研究者把对体验结构的个人理解表达给其他共同参与研究的人；其他人表达出赞同或不赞同，并说出理由；解决争议，如果需要，再回到经验的描述；达成对所研究的经验结构的共同认识。在质化研究阶段结果的基础上形成假设，以传统的研究方法对假设进行验证。对话研究方案深受对话哲学的影响，强调对话在研究过程中所起到的决定性作用，它主张研究并不是一个按照既定的程序对假设的验证过程，而是在对话的过程中，随着对话的展开“发现”的过程。它运用小组研究作为探索资料的手段，小组成员之间的对话、包括对资料反应的个体间互动，成为获得资料意义的来源。在对资料的分析过程中更强调对话的价值，并考察了实现真实对话条件。现象描述研究方法形成于教育研究实践。现象描述研究以人们对现象所作的描述为研究对象，找出人们在经历现象的过程中所形成的有实质性差别的各种观念或者体验方式及其关系。

人本心理学研究方案一方面继承了传统人本心理学方法论的一些基本特征：突出人及其心理、行为与物的区别，将科学主义方法论所遗落的人之为人的特点如人的个体性、目的性、价值性、社会

历史性、整体性等纳入心理学的视野，致力于适合人类心理特性的研究立场、方法、知识尺度的探求，在一定程度上弥补了科学主义心理学方法论的缺陷。另一方面，它不仅追求现实生活的真，更关注人类生活的善和美，鼓励人们对正在发生的过程，即所思、所想、所感觉、所体验、所运动的事进行最直接的接触，揭示其中的意义与价值，把人们在生活中意识不到的自己和自己的生活世界呈现出来，使人本心理学方法论不再停留于抽象的理论倡导，而是融入人性研究的具体实践中，并获得一些有益的研究成果，无疑是对人本心理学方法论的完善。

但我们也看到人本心理学研究方案在关注到人的主观性、强调对人的内在体验研究的同时，却彻底否认了人与物之间的联系，否认了科学主义心理学方法论的价值和意义，更没有关注到人的实践本质。显然，它与科学主义心理学一样，仍然忽略了人性的整合本质，从思维方式来说，仍然是形而上学性质的“二歧视野”。人的完整形象的构筑，需要确立与人的特性相应的研究方式——心理学的整合视野。以之观照心理学的未来，真正代表心理学未来的就只能是那种从辩证唯物主义的实践观点看待人的本质与真理，并能全面展现人之为人的一切特性的心理学，是彻底的科学主义和彻底的人本主义的有机统一，一定是建立于人的完整本性的把握基础上的。

目 录

前 言.....	1
导论：走向人文科学心理学方法论.....	1
第一章 人本心理学研究方案的生成与基本特征.....	11
1 人本心理学研究方案的生成.....	11
1.1 哲学传统.....	11
1.2 其他人文科学的影响.....	22
1.3 心理学遗产.....	26
1.4 早期人本心理学的努力与困境.....	34
1.5 人本心理学研究方案的生成.....	40
2 人本心理学研究方案的基本特征.....	51
2.1 人文科学研究取向.....	51
2.2 问题中心论的科学本质观.....	57
2.3 直觉主义的人本学.....	61
2.4 整体主义的研究路线.....	64
2.5 主观主义研究范式.....	66
2.6 非决定论的心理学解释框架.....	69
第二章 人本心理学现象学研究方案.....	73
1 现象学研究方案的内涵、基本特征.....	73
2 现象学研究方案的思想渊源.....	77



2.1	现象学研究方案的哲学基础.....	77
2.2	现象学研究方案的心理学先驱.....	84
3	现象学研究过程.....	93
3.1	研究问题的提出.....	96
3.2	参与者的选择.....	97
3.3	研究资料的收集.....	99
3.4	资料分析.....	106
3.5	研究结果的考察.....	124
3.6	研究报告的撰写.....	130
3.7	现象学研究方案的应用.....	132
3.7.1	费舍尔和沃兹对“受犯罪行为伤害经验” 的研究.....	132
3.7.2	吉尔吉对“学习经验”的研究.....	134
3.7.3	费舍尔对“焦虑经验”的研究.....	135
4	现象学研究方案的贡献与局限.....	136
第三章 人本心理学启发式研究方案.....		142
1	启发式研究的内涵与基本特征.....	142
2	启发式研究方法的思想渊源.....	147
2.1	启发式研究方法的哲学基础.....	147
2.2	启发式研究方法的心理学先驱.....	154
3	启发式研究的概念框架.....	156
3.1	与研究核心的合一.....	157
3.2	自我对话.....	157
3.3	缄默知识.....	158
3.4	直觉.....	159
3.5	内居.....	160
3.6	聚焦.....	161

3.7 内部参照框架.....	161
4 启发式研究过程.....	162
4.1 预备方法.....	163
4.2 收集资料的方法.....	167
4.3 资料分析方法.....	168
4.4 研究结果的分析与研究报告的撰写.....	176
4.5 启发式研究方法的应用.....	179
5 启发式研究方法的贡献与局限.....	183
第四章 人本心理学解释学研究方案.....	188
1 解释学研究方案的内涵与特征.....	189
2 解释学研究方案的思想渊源.....	195
2.1 解释学研究的哲学基础.....	195
2.2 解释学研究的心理学先驱.....	201
3 研究过程.....	206
3.1 资料收集.....	208
3.2 资料分析.....	213
3.3 解释学研究结果的评价.....	218
3.4 解释学研究的应用.....	223
4 解释学研究方案的贡献与局限.....	228
第五章 人本心理学体验研究方案.....	233
1 体验研究方案的内涵与基本特征.....	233
2 体验研究方案的思想渊源.....	236
2.1 现象学研究方案.....	236
2.2 传统心理学研究.....	237
2.3 罗杰斯的来访者中心治疗与 Q 技术.....	239
3 研究过程.....	241



3.1 第一阶段: 质化研究阶段.....	243
3.2 第二阶段: 量化验证阶段.....	256
3.3 体验方法的应用.....	262
4 体验研究的贡献与局限.....	266
第六章 人本心理学对话研究方案.....	269
1 对话研究方案的基本特征.....	269
2 对话研究方案的思想渊源.....	273
2.1 对话哲学的精神.....	273
2.2 现象学研究的实践.....	277
3 研究过程.....	279
3.1 查阅文献.....	280
3.2 分享体验.....	282
3.3 静思阶段 (retreat)	282
3.4 资料收集.....	283
3.5 资料分析.....	285
3.6 对话的不同层次和条件.....	286
3.7 对话研究结果考察.....	294
4 对话研究方案的贡献与局限.....	295
第七章 现象描述研究方案.....	300
1 现象描述研究方法的起源与内涵.....	301
2 现象描述研究方案的基本特征.....	302
3 现象描述研究方法与现象学.....	309
4 现象描述研究过程.....	315
4.1 资料的收集.....	315
4.2 资料分析.....	318
4.3 研究结果的考察.....	322

5 现象描述研究理论的新发展：变易理论.....	327
6 现象描述研究的应用.....	333
7 现象描述研究方法的局限与贡献.....	335
第八章 人本心理学研究方案的历史地位.....	339
1 人本心理学研究方案的贡献.....	343
2 人本心理学研究方案的局限.....	350
3 心理学的未来：彻底的科学主义与彻底的人本主义的 有机统一.....	356
参考文献.....	368
中文部分.....	368
英文部分.....	373
附录 1 受到犯罪行为伤害的个别现象描述：Marlene.....	392
附录 2 受到犯罪行为伤害的个别心理结构：Marlene.....	398
附录 3 受到犯罪行为伤害经验的一般心理结构描述.....	409
附录 4 参与者指导书.....	434
附录 5 参与合同书.....	435
附录 6 个别描述.....	436
附录 7 合成描述.....	437
附录 8 典型性描绘.....	439
附录 9 创造性综合.....	442
附录 10 宽恕他人的体验.....	444
后记.....	452

导论：走向人文科学心理学方法论

心理学的研究对象是人，心理学的研究主题也是人。因而心理学方法论的建设也必须立足于人的本性这一根本所在。

人到底具有哪些本性，由于时代认识发展水平和社会现实环境的不同，人们对人的本性的关注点自然也有所不同，由此而得出的答案也就有着很大的差异。古希腊的哲学家们或者用社会性和理性原则来说明人性，把人定义为合群的和政治的动物，把节制欲望和遵守德行看成是最高的善，或者用趋乐避苦的自然本能来证明先天的人性，把人定义为寻求自然本能快乐的动物，把满足肉体快乐和精神快乐当做最大的幸福。中世纪的神学家为了配合教会神权的统治，把宇宙万物的生息变化都纳入上帝的创造之中，人不过是上帝的婢女。人一方面受到肉体的诱惑和限制，表现出动物性和罪恶性的倾向，另一方面作为上帝的子女又分享了几分神性，表现出超验性的倾向。近代启蒙哲学家们在反对封建专制和宗教神权的统治下，实现了对人的认识的彻底转向。他们一方面为人的自然欲望和尘世幸福辩护，用人权反对神权，把人从神学的桎梏中解放出来，另一方面他们直接诉诸人身上的理性判断和意志自由，极力抬高人的主体性地位。经验主义哲学家突出人的自然本性和利益要求，提出了利己本能与利他情感相加的“利益人”，理性主义哲学家强调人的理性能力和主体性地位，提出了理性加自由的“理性人”。此后，达尔文的进化论主张按照生物进化论的理论原则来界定人性，孔德（Auguste Comte）和斯宾塞（Herbert Spencer）等人的实证主义哲学主张对人性问题进行实证研究，而德国的叔本华（Arthur Schopenhauer）和尼采（Friedrich



Wilhelm Nietzsche) 则开创了唯意志主义哲学, 力图以本能和意志来解释人性问题^①。进入 20 世纪, 哲学家们不再从自然之镜或者上帝之境来关照人, 而是直接回到人本身来考察人的问题, 按照不同的理论模式提出了意志论、情欲论、本能论、性格论、存在论、自由论等不同的人性模型^②。这些先哲们在对人的认识上, 往往是从生命个体或者抽象的自我出发, 要么强调人的自然属性, 要么强调人的理性或者情感。人被挤压在个体与群体之间, 被挤压在理想与现实之间, 被挤压在自然与文化之间^③, 并没有完整解答人的独特本性问题。

马克思、恩格斯对实践观念的引进使对人的认识上升到一个新的高度。在马克思、恩格斯看来, 人既拥有与其他动物一样的自然属性, 也有着超越自然的、自身所特有的社会属性, 人的这种双重本性统一在人的社会实践活动中。人即是自然的存在物, 属于自然的一部分, 更是一种超越自然, 突破了自然限制的实践性存在物, 人的本性具有双重性^④。正是由于没有认识到人的自然属性与社会属性在人的实践活动基础上的统一, 导致众多哲学家对人的认识上的顾此失彼, 正如马克思所指出的: “从前的一切唯物主义——包括费尔巴哈的唯物主义——的主要缺点是: 对事物、现实、感性, 只是从客体的或者直观的形式去理解, 而不是把它们当做人的感性活动, 当做实践去理解, 不是从主观方面去理解,

① 欧阳谦. 20 世纪西方人学思想导论. 北京: 中国人民大学出版社, 2002: 前言.

② 欧阳谦. 20 世纪西方人学思想导论. 北京: 中国人民大学出版社, 2002: 88.

③ 同②

④ 高清海. 高清海哲学文存 (第 2 卷). 长春: 吉林教育出版社, 1997: 108.

所以，结果竟是这样。和唯物主义相反，唯心主义却发展了能动的方面，但只是抽象地发展了，因为唯心主义当然是不知道真正现实的、感性的活动本身的。”^①。正是由于人的“感性的活动”，事实与价值、情感和理智、个体与群体、自然性与文化性这些看似矛盾的两极实现了统一。

人本身所具有的双重性使以探索人的内心世界为目标的心理学也应既具有自然科学的属性，也应具有人文科学属性。然而，100多年西方心理学的历史发展所呈现的却是科学主义的盛行与人文精神的失落，人的完整本性在心理学中没有得到充分展现。

1879年冯特（Wilhelm Wundt）创立了标志着心理学成为一门独立学科的第一个心理学实验室。而心理学的独立并不是因为它找到了新的、不同于它曾经所寄居的哲学的研究主题，而是由于它以“科学”的研究方法对这些主题进行重新诠释。冯特是按照自然科学模式来建构其个体心理学体系的。他将人视作自然世界的组成部分，用严格的生理实验控制来分析人类各种经验的构成要素，以要素来推知整体，由生理的途径达成对心理的理解，完全将心理学纳入自然科学框架内。铁钦纳将冯特的元素分析极端化。在他看来，所有科学都具有相同种类的对象；物理学的原材料与心理学的原材料之间并没有本质的区别^②。至于心理学研究方法，铁钦纳认为与其他科学采用的方法本质上是没有区别的^③。为了获得经验的元素，他不断加强对实验的条件控制，强调内省应注意保持心理学的观点，避免将心理过程与被观察的对象相混淆，犯“刺激错误”；强调对被试严

① 马克思恩格斯选（第1卷）集。北京：人民出版社，1979：16。

② 韦恩·瓦伊尼，布雷特·金。心理学史：观念与背景。郭本禹译。北京：世界图书出版社，2009：261。

③ 韦恩·瓦伊尼，布雷特·金。心理学史：观念与背景。郭本禹译。北京：世界图书出版社，2009：262。

格的训练，以使被试成为一架客观的、不偏不倚的观察机，使其反应过程成为完全无意识的、机械的或习惯性的。意识心理学虽然没有抛弃人的意识、内省法等体现了人类独特性的方面的因素，但却将意识等同为其他自然现象，将内省也进行严格的实验控制，希望获得超越文化、种族、环境的普适性的经验元素，充分体现了其对心理学科学化的追求。

行为主义心理学则抛弃了心理学对意识的研究，完全实现了对心理的自然化处理，自然科学所遵从的两大原则——客观性和还原主义在行为主义心理学中得到最彻底的体现。早期行为主义的主要代表华生（John. B. Watson）确立了行为主义心理学的基本纲领：由行为主义者看来的心理学纯粹是自然科学的一个客观实验分支。它的理论目标就是对行为的预测与控制。内省并不是它的方法的主要部分，它的资料的科学价值也并不有赖于这些资料是否容易运用意识的术语来解释。行为主义者努力把动物的反应纳入一个统一的系统，承认在人兽之间并无分界线。人的行为尽管有其细致性和复杂性，也仅仅是行为主义者的总研究计划的一部分^①。虽然后来以托尔曼（Edward C. Tolman）、赫尔（Clark Leonard Hull）为代表的中介行为主义承认了刺激—反应之间存在着中介变量，但是行为主义者所坚持的自然科学定向的基本立场并没有发生改变。赫尔更是致力于用最严密的逻辑，从一些基本公设出发演绎出一组能精确预测行为的行为法则，把心理学打造为一门“真正的自然科学”。斯金纳（Burrhus Frederic Skinner）的激进行为主义将行为主义心理学对“科学性”的追求推向极致。在研究对象上，排斥一切观察不到的意识领域，将考察的对象限定在可观察的行为上；在研究方法上更强调实验情境的严格控制；在研究目的上则是追求对行为的预测与控制。几代不同的行为主义者虽然对某些问题的认识有所差异，但是所遵循的基本原则大体相同：都坚持心理学的自然科学定

① 西方心理学家文选。张述祖等译。北京：人民教育出版社，1983：152。

向，视人为自然界的组成部分，强调按照自然科学的实证方法进行心理学研究，最后实现对人的经验、行为预测、控制的目的。行为主义心理学以其自诩的研究的客观性、科学性支配了主流心理学长达半个世纪之久。但是，这种将人等同于物，只关注人与物之间的关联，忽视其作为人的独特性，将人的内在心理意识存而不论、自欺欺人的做法并没有带领心理学走向成功之路。

认知心理学被视为对行为主义心理学的一场革命。它挣脱了行为主义对心理学的限制，促成了心理学的诸多重大转变。在研究主题上，它把被行为主义所贬低的主题如心理、意识、内在经验又重新确定为心理学的研究对象；在研究方式上，它将人的大脑与设计精密的计算机进行类比，将人的心理活动过程比作计算机加工过程——符号操作过程，用信息加工的观点阐释人的认知、行为。虽然认知心理学的发展扩大了心理学的研究对象，承认人的认知、目的、智慧的存在，看到了已有经验、认知结构、内部过程在行为中的作用，但是它所坚持的心理学的自然科学定向仍然没有改变。仍然坚持实证的研究方式和物理主义一元论的理论内核。所以，即使认知心理学已开始从重视实证资料的积累转向理论构建，但它并未偏离自然科学心理学的研究轨道^①。

对心理学的多个领域以及西方文化思潮都产生重大的影响的精神分析，其创立者的初衷仍然是把心理学建立为严格的自然科学。分析、阐释精神疾病患者的梦、失误动作及神经症状等，揭示被压抑于潜意识领域内的本能欲望，使之为患者所正视并得到合理的宣泄，进而达到精神疾病治疗的目的并由此认识普通人的动机、人格乃至整个心理活动，理解、说明人性及社会文化生活，乃精神分析的要旨所在。从方法论上看，这一心理学是在 19 世纪的科学以及它

① 葛鲁嘉. 心理文化论要——中西心理学传统跨文化解析. 大连：辽宁师范大学出版社. 1995：15.



的决定论、因果律、原子论和还原主义中培养起来的^①，有着明显的科学主义成分。这首先表明在它所坚持的因果决定论上。弗洛伊德秉承了达尔文有关人与自然的连续性观点，因而将近代自然科学形成的因果决定论延伸到人的心理、行为的解释上，并以此作为其精神分析学说的立论基础；另一方面，精神分析的创建历程，始终存在着突出的还原论倾向。在弗洛伊德的理论体系中，人的一切活动，包括文化艺术的创造活动都是人的本能或者内在驱力活动的结果。此后，他虽放弃了对精神过程的机械的生物学、生理学解释，试图从心理学层面揭示神经症的原因，但并没有放弃生物学，放弃还原论，放弃心理学的自然科学追求。

一直以来，西方主流心理学力求把心理学建设成为一门真正实证的自然科学，使之变成自然科学家族中的合格成员。在研究对象上，它们将人等同于其他的自然物，将人的心理行为等同于其他的自然现象，所坚持的是传统自然科学中盛行的物理主义和机械论的观点。在此过程中，有的学派把人所固有的、不符合其认识观点的内在心理意识排斥在心理学研究对象之外（行为主义），有的虽承认人的内在心理意识的存在，但是却将它们进行“自然化”处理，将它们看成与其他物理现象相同的对象（意识心理学、认知心理学）。在研究方法上，主流心理学家所采用的是传统自然科学所坚持的客观、还原的实证方法。实验、测量等量化的研究是确保研究科学性的基本保证。通过这些手段最终达成对人类经验、行为的控制和预测。主流心理学的这些努力确实也给心理学的发展带来了巨大的影响：它促进了心理学从哲学母体中分离出来，成为一门独立的学科，使心理学的学科地位得到巩固，并使心理学在 100 多年的发展中积累了无数的事实材料和多种理论体系，在对人的心理和行为解释上取得长足的进展。

① 马斯洛. 科学心理学. 林方译. 昆明：云南人民出版社，1988：5.