

9

新世纪心理与心理健康教育文库
Xinshiji Xinli Yu Xinlijiankangjiaoyu Wenku

人格心理学

Renge Xinlixue

许燕 ◆ 著

Xu Yan

开明出版社

9

新世纪心理与心理健康教育文库

Xinshiji Xinli Yu Xinlijiankangjiaoyu Wenku

人格心理学

Renge Xinlixue

许燕 ◆ 著

Xu Yan

开明出版社

图书在版编目(CIP)数据

人格心理学 / 许燕著. - 北京: 开明出版社, 2012. 10

(新世纪心理与心理健康教育文库)

ISBN 978 - 7 - 5131 - 0857 - 7

I. ①人… II. ①许… III. ①人格心理学 IV. ①B848

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 217911 号

责任编辑: 范英 王楨 陈磷彬 任玉丹

书 名: 人格心理学

出品人: 焦向英

出 版: 开明出版社

(北京海淀区西三环北路 25 号 邮编 100089)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 保定市中画美凯印刷有限公司

开 本: 700 × 1000 1/16

印 张: 12.875

字 数: 197 千字

版 次: 2012 年 10 月 北京第 1 版

印 次: 2012 年 10 月 北京第 1 次印刷

定 价: 34.00 元

印刷、装订质量问题, 出版社负责调换货 联系电话:(010)88817647

目 录

Contents

第一章	人格心理学总论	1
第一节	人格心理科学的特点	2
第二节	人格心理学研究的主题	5
第三节	人格心理学的理论与发展趋势	11
第四节	人格心理学的学习价值	19
第二章	人格特性	24
第一节	人格界定	25
第二节	人格特性	28
第三节	人性哲学	33
第三章	人格特质	39
第一节	人格特质的概述	40
第二节	人格特质的种类	43
第三节	大五人格模型	48
第四节	中国人的人格特质	51
第四章	人格类型	56
第一节	人格类型概述	57
第二节	心理类型	60
第三节	生物类型	64
第四节	社会类型	69
第五章	心理风格	74
第一节	心理风格的基本特性	75
第二节	认知风格	76
第三节	情绪风格	89

第四节	行为风格	91
第六章	自我	96
第一节	自我的界定	97
第二节	自我认知	102
第三节	自我调控	107
第四节	自尊	111
第七章	人格成因	117
第一节	生物学因素	118
第二节	家庭环境	125
第三节	学校教育	128
第四节	社会环境	131
第八章	人格发展	134
第一节	人格发展阶段	136
第二节	人格发展动力	144
第三节	人格改变的条件	148
第九章	健康人格	155
第一节	异常人格	156
第二节	健康人格	165
第十章	人格测评	175
第一节	人格测评历史和发展	176
第二节	人格测评的种类	180
第三节	测评方法的有效使用	194

第一章 人格心理学总论

【本章提要】

人格心理学是心理学的一个分支研究领域，它从心理差异和心理整合的角度研究人的心理规律。人格心理学的研究特点是侧重于人的心理差异、强调人的完整统合性、注重人的内部稳定性。人格心理学研究主要涉及七大主题：人性哲学、人格结构、人格动力、人格发展、人格成因、人格改变及人格测评。人格心理学以理论著称，有经典精神分析学派和新精神分析学派、人本主义学派、行为主义学派、社会学习流派、认知加工流派六大学派，各种理论从各自不同的角度探讨并试图回答人格的基本问题，它们对人心理的解读各有侧重。学习人格理论与知识具有区分、解释与预测人心理的三大功能，为其他领域提供了心理学研究基础知识，帮助人们自我探索、自我完善。

【学习重点】

1. 明晰人格心理学科的特点。
2. 知晓人格心理学的研究主题。
3. 了解人格心理学的六个理论流派。
4. 认识学习人格心理学知识的意义。

【重要术语】

人格心理学 精神分析 人本主义 行为主义 社会学习理论 认知流派

如果你向一些非心理学专业人士问起：你知道哪位心理学家？基本上第一个说出的名字是弗洛伊德。很多心理学爱好者和之后走入心理学领域的研究者都是从了解弗洛伊德开始探索心理学的。弗洛伊德（S. Freud, 1856—1939）是人格心理学的鼻祖，也是伟大而富有争议的心理学家，弗洛伊德作为20世纪最有影响力的心理学家之一，他对现代心理学发展作出了巨大的推动性贡献。他的理论所产生的影响持续至今，百年不衰。在他深邃的目光后爆发了许多令人震撼的思想，他是继哥



图 1-1 弗洛伊德

白尼、达尔文之后第三个在人类思想界产生冲击力的科学家，他的思想渗入了哲学、医学、文学、现代艺术、电影等很多领域。人们也在关注着心理学研究之外的弗洛伊德——他的生平和他的人格。弗洛伊德是犹太人，他与爱因斯坦、马克思并称为影响世界历史的三个犹太人，爱因斯坦代表了当时人类自然科学的发展巅峰，马克思代表了当时社会科学领域的最高峰，而弗洛伊德则代表了当时心理科学的制高点。弗洛伊德具有勤奋、聪颖、探索、坚韧、自信、志向高远、独断的人格特征。犹太人出身的弗洛伊德一度受到纳粹的迫害，他的书被焚烧，他本人更成为反犹太者的明确攻击目标。晚年弗洛伊德不幸罹患咽喉癌，前后共接受了32次手术，受尽病痛折磨，但他仍然不断著书写作，出版了24卷著作，宣扬自己的理论，直到1939年9月在伦敦与世长辞。弗洛伊德对性有独到的社会价值的阐述，在现实生活中他也让身边的女性绽放出不同的人格光彩，母亲影响着

他，妻子辅助着他，女儿跟随着他。在科学世界里，达尔文的理论依旧富有生机；在流行文化中，弗洛伊德的理论一直生机勃勃。无论是热爱他也好，憎恨他也罢，弗洛伊德深深地影响着我们。



图1-2 安娜始终跟着父亲，终身未嫁

本章将带领大家

2 对弗洛伊德开创的人格心理学进行入门性了解，体会其价值，应用于人生。

第一节 人格心理科学的特点

人格心理学是心理学的一个重要分支领域，也是最能体现心理学特征的领域。人格心理学以其独特的风格形成了学科特点。了解人格心理学科的特点，对于人们探讨和理解人的核心问题具有重要意义。人格心理学与其他心理学分支相比具有以下三个重要的特征。

一、侧重于人的心理差异

与认知心理学相比，人格心理学并不以研究人类所具有的共同心理现象为主，而是以研究个体心理差异为主，它注重的不是共同特征而是典型特征。例如，认知功能是每个人都具有的心理过程，包括感知、记忆、思维、想象等，人格心理学不重点探索人类感知与记忆的一般规律，而是关注这些共同心理现象在每个人身上所表现出的差异性。

发现并研究个体心理差异现象的是高尔顿（Francis Galton, 1870），他在测量人的颜色视觉、反应时和听觉灵敏度等心理机能时发现了人与人之间存在着个体差异，由此开创了差异心理学。人格心理学家们从差异心理学的视角来研究不

同人的心理差异现象，探讨人格差异现象的机制与规律。

问题框：人格心理学家是如何关注心理功能的差异性呢？

记忆是人类心理的一种普遍现象，但在每个人身上的表现却具有不同的风格。在记忆品质上，有人记忆敏捷，有人记忆持久，有人记忆准确，有人记忆过程中的信息提取力高；在记忆内容上，画家善于形象记忆，数学家善于语义逻辑记忆，演员则擅长情绪记忆，运动员擅长运动记忆。由此可见，在记忆这一共有的心理功能中人们显示出各自不同的特点。人格心理学家注重的就是这些个体心理的差异性，分析人们为什么会表现出这些差异，这些差异表现具有哪些规律，它们会对人们产生什么样的影响，等等。弗洛伊德及后续研究者们非常重视内隐记忆在心理健康中的作用，特别是童年经历的记忆对其之后生活的影响。

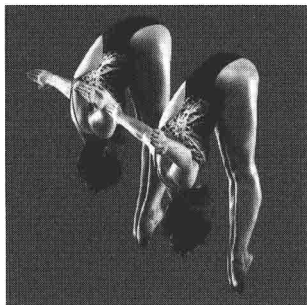


图 1-3 跳水运动员要求
具有良好动作记忆力

由此可见，人格心理学家不太会去关注记忆加工的过程、如何提高记忆效果等这些心理现象的共同规律，但他们要利用这些共同规律的知识来分析人们的差异性，他们研究的是记忆的个体加工风格。因此，人格心理学家研究的不是心理过程，而是心理风格。

在真实状况下，心理机能的共同特征与个体差异是在一个人身上表现出来的两种规律，共性中包含着个性，个性中体现着共性，二者相互交织在一起。

二、强调人的完整统合性

心理学的研究取向可分为两种：微观研究取向与宏观研究取向（见表 1-1）。人格心理学家非常强调从现实人的角度去研究人，以保证研究的真实性。因此，在研究取向上，人格心理学更多采取的是宏观研究策略。

表 1-1 微观与宏观研究特点的比较

	微观研究策略	宏观研究策略
研究领域	认知心理学的主导研究策略	人格心理学的主导研究策略
研究思路	从下至上的路径	从上至下的路径
研究单位	小单位	大单位
研究系统	各单元的分割与独立	各单元的联系与统合
研究方法	注重客观分析与实验室中进行的方法	注重主观分析与自然情境中把人作为一个整体人来进行研究的方法

微观研究取向是以注重细节的分析性研究为主导的方法论，宏观研究取向是以注重整体的综合性研究为主导的方法论。在人格心理学的研究策略上，与研究

心理过程的认知心理学家相比，人格的研究风格是截然不同的。

人格心理学所倡导的主导研究策略是宏观研究策略，遵循的是从上至下的研究思路，由人格理论出发，获得实证研究的支持。从人格心理学的发展历程上也能看出这一特点，人格心理学发展的历程是：人性哲学→人格理论→咨询理论→咨询与治疗技术。人格心理学的研究对象强调把人作为一个整体人来研究，以大的、功能性的结构单位来实现心理各成分的联结与整合，特别是以日常生活中的自然单位来作为研究单位，以说明人的复杂心理特征；为配合研究真实情境中的真实反应，在研究方法上注重主观分析与自然情境中进行的方法。

三、注重人的内部稳定性

人格特征由一组稳定而内化的心理品质所组成，人格是个体内部逐渐形成的一种稳定的结构成分，它是人在与外部世界的相互作用中，使客观现实逐渐“内化”而形成的。所以，人格心理学家关注的重点放在了稳定的内部人格特征上，而不是对外部刺激的一时反应。他们不太在意刺激—反应（S-R）的短暂模式，他们重视的是内部的稳定成分，以及这些成分是如何导致对同一刺激产生不同反应的。人格心理学不仅从外部环境因素来解释人的复杂行为，还要寻找内部稳定的机制，以此来解释人的全部行为，才能更恰当、更准确。

4 问题框：特质焦虑是一种稳定的内在人格倾向吗？

焦虑是很多人都会体验到的一种心理现象，严重者会影响到人们的生活与成败。如考试焦虑会让考生前功尽弃，高考前的不眠和考场上的紧张、慌乱，会使考生认知功能下降、记忆力衰减、思维流畅性阻断，另外注意资源被无关因素所抢夺，等等，最终导致考生不能发挥正常水平，考试失败。

关于焦虑的描述有很多，影响力最大的是斯皮尔伯格（C. N. Spielberger）提出的状态—特质焦虑理论。

特质焦虑（trait anxiety）是人格特质性焦虑倾向，是一种相对稳定的内在人格特质，具有个体差异性。而状态焦虑（state anxiety）只是短暂的焦虑情绪状态，用于描述一种因压力情境而产生的紧张、恐惧、焦躁、忧虑和神经质等复杂情绪体验，它是局限在一种特定情境下的短暂心理体验。二者的区别在于特质焦虑是经常性的情绪体验，已经形成一个人稳定的心理特征，成为人格的一部分了，如对考试、发言、竞赛、独立面对困境等各种压力情境均表现出焦虑情绪；而状态焦虑是即刻的、对某一特定事件的情绪感受，如高考焦虑。《状态—特质



图1-4 考试焦虑困扰着很多学生

焦虑问卷》^①是测量这两种不同的焦虑水平的常用工具。

从特质焦虑与状态焦虑的区分上，我们并不把暂时的、特定情境下的偶发特征视为人格成分，如状态焦虑；只将在不同情境下自相一致地表现出的稳定特征划归为人格特征，如特质焦虑。因此，人格的成分构成是容纳稳定而内在的特征品质的。

综上所述，人格心理学是以侧重于人的心理差异、强调人的完整统合性和注重人的内部稳定性为特征的学科。了解这些特点，对于我们学习和运用人格心理学知识具有重要意义。

第二节 人格心理学研究的主题

每个学科都会有自己所偏好的研究主题，人格心理学作为一门独立的研究领域有其独特的研究主题。那么，人格心理学主要研究什么问题？这个学科怎样研究这些问题？

人格心理学研究主要涉及七大主题：人性哲学、人格结构、人格动力、人格成因、人格发展、人格改变及人格测评。

一、人性哲学

人格心理学研究人，特别是关注人的自然性与社会性的融合，所以人性哲学是人格理论家面临的第一个基本论题。人性哲学的问题就是如何看待人的本性。对人性的看法有性善论、性恶论、性有善有恶论、性无善恶论等学说。《三字经》开篇所述的“人之初，性本善”论点就说明了对“性善”的主张。

在人格理论研究中，人性观是每个理论都要涉及的问题，它反映了学者理论论述的走向。人格心理学作为研究人的学科，人性哲学体现了每位学者对待人的态度与对人的思考取向。在人性哲学中，不仅反映了学者自身的生活经历以及当时的社会与科学趋势，而且学者对人性的看法也直接影响到他们人格理论与研究的层面与方式。

在各种派别的人格理论中，我们可以看到不同的人性观（见表1-2）。在各种人性观影响下，每种理论都提出了一种研究和思路，同时也表现出了理论的局限性。由于弗洛伊德所持的是人性恶的观点，所以他更专注于解释人类的丑陋与异常行为，他将第一次、第二次世界大战的爆发都指向人性的根源，在对异常心理的解释中，也认为异常心理是现实与道德失控下人本能的表现。坚持性善论的人本主义理论学家认为人有一种自发的积极进取的力量，推动人们不断迈

^① 汪向东，王希林，马弘．心理卫生评定量表手册（增订版）[M]．北京：中国心理卫生杂志社，1999：205-209．

向目标，达到自我实现的境界，所以他们更多关注的是正常人和健康群体。行为主义的主导思想是强调环境决定论，所以他们并不认为人性会发挥重要作用，环境可以改变人、塑造人，好的环境可以激发人性善的成分，坏环境会启动人性中恶的东西。

表 1-2 不同理论的人性观

理论流派	代表人物	人性观	主要理论观点
经典精神分析理论	弗洛伊德	性本恶	将人视为一个能量系统，受本能控制
人本主义理论	罗杰斯	性本善	人是自我实现的有机体，是积极向上的
行为主义理论	斯金纳	性无善恶	人是环境变化的被动、机械的适应者
交互作用理论	罗洛·梅	性有善有恶	文化影响人，人创造了文化

二、人格结构

人格是一个复杂系统，具有稳定性质的人格元素会进入人格结构系统中，人格存在着一些基本单位，构成人格结构（personality structure）。

不同的人格心理学家试图从不同的角度来回答人格的结构问题（见表 1-3）。例如，特质理论代表人物奥尔波特在分析人格结构时最先提出了两类特质：共同特质和个人特质。之后卡特尔在继承的基础上，用化学元素周期表的思路对个人特质提出了特质的结构网络来描述构成人格结构的单位，其中最具代表性的是 16 种根源特质，并依据根源特质编制了广为应用的卡特尔 16 种人格因素测验卷。类型理论代表人物希波克里特（Hippocrates）描述了四种不同气质的人格差异来说明人格特征问题。经典精神分析学家荣格在提出人格类型说的同时又提出了双极人格维度（如内向—外向）来说明人格结构的向度，将内向与外向描述为一个连续体的两极，每个人都能在这个连续体上找到自己的位置。

表 1-3 不同人格结构的代表范式

人格结构	代表人物	样例分析
人格特质	奥尔波特、卡特尔	共同特质与个人特质（核心特质、中心特质、次要特质）
人格类型	希波克里特、荣格	四种不同气质结构：多血质、胆汁质、黏液质、抑郁质
人格维度	荣格、艾森克	双极人格维度：内向—外向

问题框：哪些个人特质构成了林黛玉的人格？

《红楼梦》中的林黛玉是曹雪芹着笔很用心的人物，在小说中，曹雪芹对林黛玉作了许多人格特质的描述：两弯似蹙非蹙笼烟眉，一双似喜非喜含情目。恹

生两靛之愁，娇袭一身之病。泪光点点，娇喘微微。闲静似娇花照水，行动如弱柳扶风。心较比干多一窍，病如西子胜三分。《红楼梦》中的林妹妹不仅让宝玉爱至心灵，也让众多读者难舍难弃。黛玉的人格与命运是红学专家品其心理的主要内容。

依据美国人格心理学家奥尔波特的特质结构理论，个人特质是指个体身上所独具的特质。个人特质又分为三种：首要特质是一个人最典型、最具概括性的特质。中心特质是构成个体独特性的几个重要特质，在每个人身上大约有5—10个。次要特质是个体不太重要的特质，往往只有在特殊情况下才表现出来。由此，可以分解出林黛玉人格结构中的首要特质、中心特质和次要特质。

首要特质：多愁善感。

中心特质：清高、率直、聪慧、孤僻、内向、抑郁、敏感等。

次要特质：冷漠。

另外，人格结构的构成形式也是人格理论学家争论不休的问题：特质间或成分间的关系如何？它们之间形成的是何种结构？是层次结构、水平结构、圆形结构，还是三维结构？等等。

三、人格动力

人为什么会表现出不同的言行？其背后的驱动力是什么？人格动力（personality dynamics）这一主题探讨的是人格的内在驱动特征，它也是行为的动能。不同的人格理论学家力图说明是什么在影响行为，它们是如何影响行为，又如何表现在行为中。

表 1-4 不同理论对行为驱动力的解读

行为驱力	代表人物	分析
本能或驱力	经典精神分析弗洛伊德	本能或驱力是人类行为的原动力，本能具有生物性、原始性和无方向性
自我实现	人本主义罗杰斯	人类行为的动力是人具有朝向自我实现的天然趋向，是一种推人向上的力量
动机、驱力和情绪	行为主义斯金纳	不同动因决定人的复杂行为

问题框：成就动机具有东西方文化差异吗？

行为动因也是近年来人格心理学家研究的热门课题。成就动机是人们研究的热点之一，成就动机是个体行为的社会动机，它引发并推动了人们克服困难、达

成高目标的行为。

余安邦（1990）提出成就动机的两种文化取向：一是“个我取向的成就动机”（individual-oriented achievement motivation，简称 IOAM），这种动机具有西方文化下的个人主义色彩；二是“社会取向的成就动机”（social-oriented achievement motivation，简称 SOAM），具有东方文化下的集体主义社会色彩。这两种动机对人的行为有不同的影响。余安邦（1993）通过提供社会诱因考查动机对行为的作用。研究表明：社会诱因对个人的社会取向成就动机会产生激发作用，因而使得社会取向成就动机高低不同者表现出不同的行为特点，相对于低社会取向成就动机者来说，高社会取向成就动机者在作业操作中要求别人协作的行为更强，行为的持续性更强，任务完成的比例也高；而外在社会诱因对个我取向成就动机未产生激励作用，所以个我取向成就动机高低不同的人，其行为并未表现出不同风格。

四、人格发展

人格发展要经历一定的历程，需要人们不断调整与完善，甚至持续终生。人格发展（personality development）主要研究人格发展历程、发展机制的问题，包括人格发展阶段划分的依据是什么，人格量变与质变的特点，不同人格发展的关键期或最优发展期是何时，等等。

弗洛伊德提出了人格发展五阶段论，并认为童年是人格发展的关键期，认为人们成年后的许多心理障碍都与童年经历有关。而精神分析学家埃里克森提出了生命周期八阶段论，前五个阶段沿用了弗洛伊德的阶段论，在人生八个发展阶段中，有四个自我危机从婴儿期到老年期贯穿其中，每解决一个危机自我就会向前发展一步。

五、人格成因

世界上没有完全一致的人格，是什么因素让人格如此千姿百态？人格心理学家非常重视探讨人格形成中的影响因素问题，因为它是解释许多人格问题的基础。在这一主题下，主要涉及的问题有：哪些因素影响人格的形成与发展？人格的主因是内在的还是外在的？影响人格的决定因素是遗传还是环境？二者对人格的交互作用是怎样的？

从对这些问题的讨论看，学者们所强调的方向常常会发生变化，时而注重内在的个体因素，时而注重外在的环境因素。虽然学者们在理论中强调的侧重点不同，但他们都承认内因和外因、遗传和环境对人格都具有重要作用。米尔（Meehl，1992）曾对异常人格的产生原因进行分析，提出了“先天疾病倾向—压力”（diathesis-stress）理论，认为具有异常人格先天倾向的人，如果在一个平稳、安

定的环境中成长，也不会成为精神病；但是，在生活中遇到压力事件时，就容易表现出异常行为。所以，异常人格是先天与后天综合作用的结果。

问题框：父母对子女的控制，是关怀还是嫌弃？

父母如何爱孩子，东西方文化的理解是不同的。有一种理论叫“接受/厌弃理论”说明了亲子之间的互动关系存在东西方文化的差异。这一理论主要是从儿童自身感受的角度来分析父母爱的作用。方法是考查孩子如何感受父母对他们的控制。结果发现，父母都爱自己的孩子，但是孩子接受他们爱的方式却不同，同样是一种爱的方式，东西方文化下的孩子在感受时，却大相径庭，这种现象说明不同文化背景是一个主要的影响因素。

具体研究来自美国（Pettengill & Rohner, 1985）和德国（Trommsdorff, 1985），研究表明：少年儿童把父母的控制看成是嫌弃。他们认为：父母之所以用限制性的管教方式，是由于讨厌和嫌弃他们。孩子之所以产生这种感受是由于在他们的西方文化背景中，规范性的教育方式是宽容的、非限制性的教养。这样儿童就会把父母限制性的管教视为缺乏爱心的表现。

而来自韩国（Rohner & Pettengill, 1985）和日本（Trommsdorff, 1985）的结果发现，父母同样的限制性管教却使孩子感受到接纳和温暖。因为在东亚社会的文化背景下，孩子认为父母的严厉是关怀的标志。当缺少父母的控制或具有很大范围的自主性时，他们感受到的是父母的嫌弃。此外，研究还发现，韩国裔的美国青少年他们的感受与美国青少年一致，而不是与韩国青少年一样。

这个研究说明，社会文化因素影响人们的观念，影响着人们的行为，最终影响了人们的人格特征。当父母的爱与文化背景相近时就可以体现出爱真正的价值，如果与文化相冲突就会让孩子作反义的解读。

六、人格改变

人格可以改变吗？俗话说：江山易改，本性难移。人格改变（personality change）探讨的问题是：人格是如何变化的？改变的条件是什么？改变的过程如何？哪些人格特征能够改变？哪些特征很难改变？

人格改变问题是人格教育与偏差人格调整的理论依据。不同学派的人格理论学家对人格改变的态度有很大差别（见表1-5），多数人格心理学家还是主张人格是可以改变的。



图1-5 家庭教养方式会影响到孩子的性格形成

表 1-5 不同人格心理学家对人格改变所持的不同态度

人格改变	理论学派与代表人物	分析
不变论	经典精神分析弗洛伊德	人格在早期一旦形成后就不会改变，成年的问题都可以在童年中找到其根源。
可变论	人本主义罗杰斯	重视促进人格改变的条件，心理治疗就是改变现实自我与理想自我之间的差距。
	行为主义华生	人格是可以通过行为改变来实现的。
	社会学习理论班杜拉	人格可以通过观察学习来形成与改变。
	认知学派凯利	强调的是结构的改变，将心理治疗视为人生的心理重构的过程。

事实上，人格改变要视人格特征与条件而变，生理遗传基础很强的人格特征是较难改变的，而后天环境塑成的人格特征具有较大的改变可能性。在对人格改变的途径中，有计划性的改变（plan change）和非预计性改变（unplan change）之分，通过教育、咨询、治疗可以达到对人格的改变，是一种计划性的、控制性的改变实施过程；而社会环境、校园文化、行业要求、突发事件等对人格产生的是非计划性的影响。在人格改变的因素中，自我主观努力是较为重要的，也就是说，外因是通过内因来起作用的。

问题框：人格在什么情境下会改变？

电影《蝙蝠侠3》中的哈维·丹特（Harvey Dent）曾经是一名高谭市的公诉人，他与戈登和蝙蝠侠组成了令高谭市的犯罪分子们闻风丧胆的正义铁三角。但是，在遭遇女友死亡、自己脸部一半被毁时，相貌由此而变得亦人亦鬼，心理面对这一巨大的冲击后彻底崩溃了，导致人格分裂，其性格也突变得亦人亦鬼。他开始报复社会，做恶事，杀人如麻，利用自己多年的法律经验实施犯罪并逃避法律的制裁。他自称为双面人。在杀人时他用硬币来决定去留，如果划痕（反面）朝上，他就会凶形毕露，做事不顾一切；如果净面（正面）朝上，他会强迫自己弃恶从善。戈登和蝙蝠侠对这位昔日战友的不幸深为歉疚，多次努力劝服挽救，然而丹特却在阴暗的人格中越陷越深，滑向了正义的对立面。

这个故事说明：人格一旦形成后是很难改变的，但是，当人遭遇重大变故时，会导致人格彻底崩溃，原有的人格结构被摧毁，与之前不同的人格特征（常常是反向的性格）开始表现出来。

七、人格测评

如何来评价人的心理差异、量化人格？人格测评（personality assessment）是为了考查人们的人格品质与心理差异而设计、编制的人格测量工具。人格心理学的主要测评形式有观察法、自陈法、投射法、情境法、实验法等，如卡特尔 16 种人格因素测验、明尼苏达多相人格测验、五因素人格量表、罗夏墨渍测验、主

10

题统觉测验等。如何有效而准确地测评人格特征，一直是人格心理学家们致力于研究的工作目标。不同的人格评量方法都有其理论假设做基础，也适合于不同的人格特征的测评。例如，精神分析学派认为位于潜意识层面的人格特征是无法自我明了的，所以可以通过投射法来测量；而自陈法设计者则认为只有自己最了解自己，通过自我陈述可以了解一个人的人格，这种方法比较适合于位于意识层面的人格特征。因此，人格测评工具的选择一定要恰当，专业人士会依据所要了解的人格结构的成分来选择测评工具，以保证测评的准确性。

问题框：幸福如何测量？

人格特征的测量是一个科学化的问题，而不是经验式的随意脱口而出。人格心理学家是如何通过人们的外部表现来推测人格特征的？幸福感是我们体验到的内部复杂情感，每个人体验的幸福感是不同的。幸福并不意味着内心只有积极情绪，幸福中夹杂着正性和负性情绪，这就是幸福的复杂性。积极率（positivity ratio）就是表达了这种情感的复杂性特征，它是积极情绪与消极情绪之比。用公式表达为：

$$\text{积极率} = \frac{\text{积极情绪}}{\text{消极情绪}}$$

积极情绪和消极情绪的强度和持续时间都作为评量指标，见图 1-6：

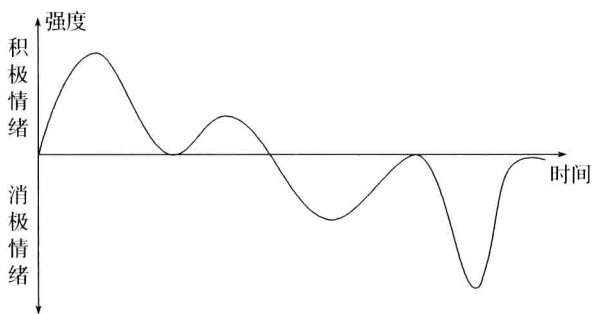


图 1-6 积极率的测量指标

测量出的积极率如何用来说明心理状态？图 1-7 展示了积极率与心理健康的关系。图中所表示出的积极率与心理健康的关系告诉我们一个道理：积极情绪与消极情绪的适度比例是心理健康的条件，它是一个区间值（积极情绪与消极情绪之比为 3:1—11:1），在这一区间中，人的心理状态和创造力发挥得最好。这一结果体现了中国的中庸思想。它说明：并不是我们内心充满欢乐就一定会拥有高幸福感，幸福感中会有消极情绪的存在，二者的并存会带给我们幸福感。

第三节 人格心理学的理论与发展趋势

在当代心理学理论范畴中，有三大理论体系：人格理论、咨询与治疗理论、学习理论。前两种理论体系具有很大的关联性，咨询理论是从人格理论发展而来的。

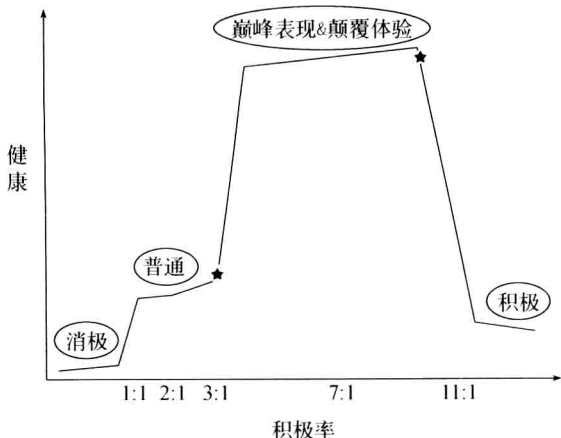


图 1-7 积极率与心理健康的关系

人格心理学是以理论为主导特色的学科，自弗洛伊德开始建构人格理论起，人们对人格的了解就没有离开过理论。很多经典性的人格心理学教材都是以介绍各种流派的人格理论为框架的。所以，人格理论在心理学理论研究中具有主导的支配地位。

人格理论 (theories of personality) 是对人类行为所提出的一套有系统的假设，是对人格的定义、结构、发展、动力、测量等重要概念所作的系统性的理论解释，它有一个比较严谨的结构，包括基本假设，具有层次结构的原理，其中有形式的成分，也有现实的成分。人格理论被广泛地应用于很多实践领域中，发挥着不可或缺的作用。

一、人格理论的价值

人格心理学家的理论并非是单纯思辨的结果，他们多出身于临床医生，在长期而大量的临床案例的治疗过程中，发现了一些规律性的现象，将个体的临床经验及时总结归纳出来，形成了自己的独到见解，最终梳理成为人格理论。

由于人的心理现象的复杂性，以及人格心理学家各自对人的看法的不同，人格理论因见解不同而形成了不同的理论流派。

人格理论是心理学家们对人的一套看法，是人格心理学家用来描述或解释人的心理和行为的一套假设系统和参照框架。人格理论能够回答什么问题？

如果我们研究某一个体，我们想要了解他什么呢？我们想知道：他具有什么特征？他是如何变成这个样子的？他为什么会这样做？因此，我们需要一种或几种人格心理学理论来回答这些问题，诸如“什么”、“如何”、“为何”、“怎样”等类问题。

(一) 回答“什么”的问题

当我们初识一个人时，我们常常希望了解他/她是什么样的人，具有哪些人格特点。“什么”就是回答了这类问题，它指的是个体的特征，以及这些特征是