



脑体之旅丛书
大视野文库

人格之谜

TIME LIFE
BOOKS

刘善红/译



中国青年出版社

脑体之旅丛书
大视野文库



人格之谜

The Enigma of Personality

TIME LIFE
BOOKS

刘善红/译

封一函/审定



Z0076259

ABS37/04

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目(CIP)数据

人格之谜/时代生活图书荷兰责任有限公司著;刘善红译.-北京:中国青年出版社,2002

(脑体之旅丛书)

ISBN 7-5006-4850-2

I.人... II.①时... ②刘... III.人格心理学-通俗读物 IV.B848.9-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第069076号

北京市版权局著作权合同登记

图字:01-2001-2681

Copyright © (year of first publication)
by Time - Life Books.

Published under agreement
with Time Life Books B. V.

Simplified Chinese Character translation ©
(year of first publication by Publisher)

China Youth Publishing House.

All rights reserved.

No part of this Book may be reproduced in any form, or by any electronic or mechanical means, including information storage and retrieval devices or systems, without prior written permission from the publisher, except that brief passages may be quoted for review.

Time Life is a trademark of AOL Time Warner Inc.

装帧设计:北京同力永正图文设计事务所

中国青年出版社 出版 发行

社址:北京东四12条21号

邮政编码:100708

编辑部电话:(010)64034328

发行电话:(010)64010813

北京国彩印刷有限公司 印刷

新华书店经销

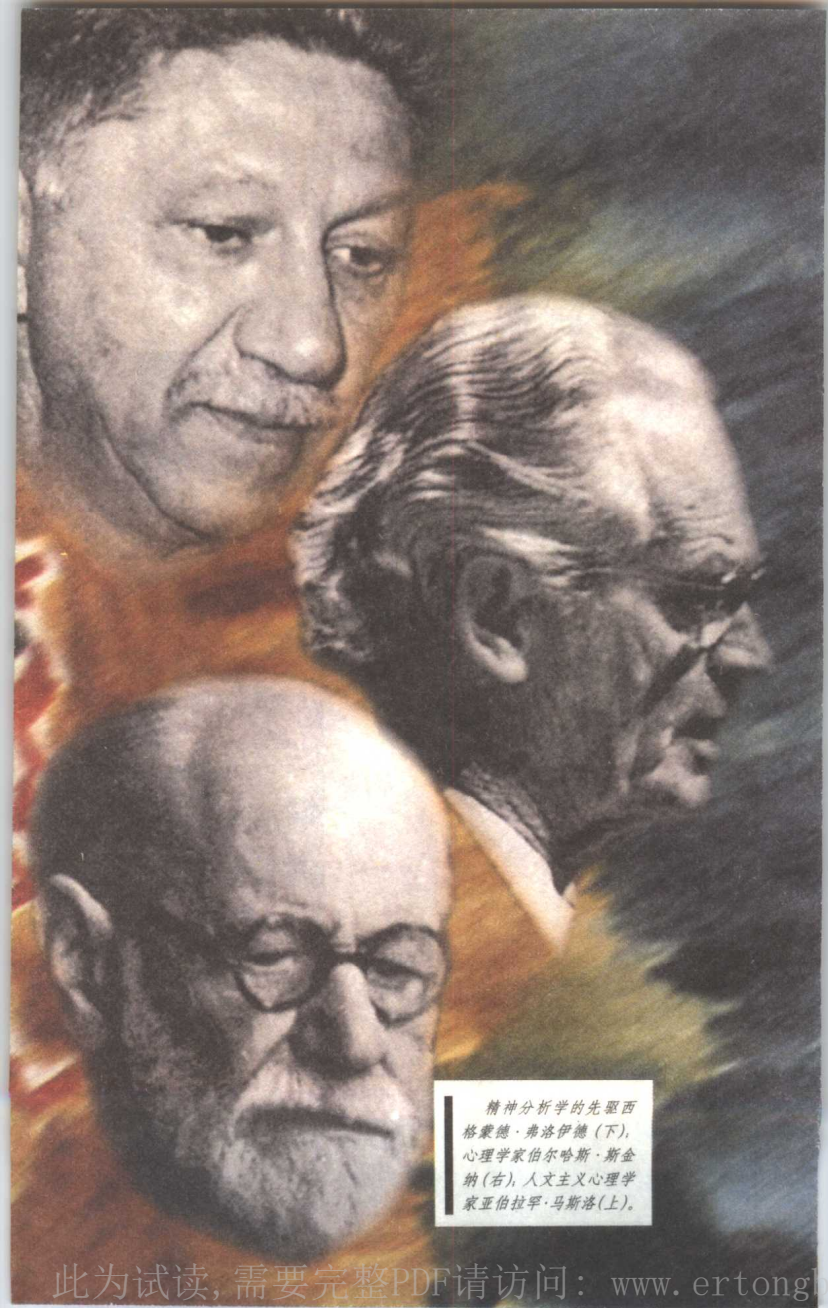
787×1092 1/36 7印张 114千字

2002年10月第1版第1次印刷

印数:1—6000册

定价:29.50元





精神分析学的先驱西
格蒙德·弗洛伊德(下);
心理学家伯尔哈斯·斯金
纳(右); 人文主义心理学
家亚伯拉罕·马斯洛(上)。



目录

大
视
野
文
库

1

探索心灵 /001

人格分类 /049

2

人类的物质根基 /062

个体的秘密 /071

3

人格的极端现象 /133

多种景象的房间 /177

4

可以改变的自我 /184

心理疗法与重塑自我 /229

词汇表 /240

1

探索心灵

生活中，想必每个人都曾注意到一些人天性开朗乐观，而另一些人则总是抑郁沉闷；有些人喜欢交际，而另一些人则缄默内向；有些人似乎总能积极主动地抓住机遇，而另一些人则似乎天生谨小慎微、尽可能避免冒险。自从有了心理学，人类的这些不同特点便一直是心理学家们感兴趣的问题。该领域一些广为人知的巨匠如西格蒙德·弗洛伊德(Sigmund Freud)、卡尔·荣格(Carl Jung)以及其他一些鲜为人知的学者们，终生致力于探索人格的秘密——它是怎样形成的？来自何方？它为什么有时会出现问题？如何重塑一个人的人格？……



一项最近的调查研究为人们实现自我完善提出了四百多条不尽相同的途径。

对人格这一话题感兴趣的人远不止理论心理学者或临床心理学家。在美国和欧洲，那些想变换工作的人常常运用人格测试的方法来选择新的工作；雇主们则越来越倾向于用人格评价方法来判断其雇员是否适合某种工作；在一些畅销杂志中也充斥着简短的问答游戏，以便于人们了解自己的恋人或父母亲人格深处的一些方面。人们常常为了了解自我而费力劳神。当人格不再用于测试时，它便成为人们日常的谈资，因为人们总试图描述和解释其配偶、子女、对手的举止行为。于是问题就来

了——我们的哪些爱好是与生俱来的；我们是如何受生活环境所左右的；我们彼此有哪些不同或相似之处……对于那些因性情失常而备受精神折磨的人而言，以上这些问题就变得越发敏感。这种精神痛苦不仅仅困扰着他们自己，而且也影响着他们周围的人。

书店里关于“自我救助”的书籍满坑满谷。这些书为人们提供了有关人格的所有理论并对那些不喜欢自己的人格的人提出建议。一项最近的调查研究为人们实现自我完善提出了四百多条不尽相同的途径，范围从大脑锻炼到体育运动。所有这些忠告最终源自于两个久经争议的理论。其一为：大多数人的性格特征在二十来岁时就已经定型，以后将很难改变；所以人们应相互接纳、相互适应。另一个理论则认为人格特征可以重塑，即便不是全部重塑，至少可以做到新的自我不会重蹈覆辙。

语义学家认为，要想在一个句子里正确无误地使用一个词，就得知道这个词的涵义。由此看来，大多数人都清楚地了解“人格”这个词的涵义，可以毫不犹豫地说这个词是表示一种人所共见的行为模式。然而，当持不同见解的心理学家试图准确地定义这个日常用词



时，却无法就人格的本质达成共识。究竟什么是人格的本质，心理学家之间的争论异常激烈。其争论既反映了他们在科学观上的不同，也反映（或者说更反映）了他们在哲学观上的不同。

由于佐证这种或那种观点的决定性证据不足，因而便出现了一些要么彼此互相弥补、要么彼此毫不相容的解释。不过确有一个分水岭把心理学家们分成两组：一组致力于找到一种严谨的科学依据来研究人格；而另一组则认为这种方法谬之千里且收效甚微。

尽管人们对西格蒙德·弗洛伊德的研究工作各执异议，现代人格心理学的发展还是应该归功于他。弗洛伊德于1856年出生于奥地利一个中产阶级的犹太家庭。用他自己的话说，他是他母亲“无可争议的宝贝儿子”。他的母亲比父亲年轻20岁。由于他所服役的军队中盛行反亲犹太主义，他不得不放弃他的将军梦，转而于19世纪70年代学习医学。刚一拿到学位，他便开始以一个神经心理学家的身份在实验室里

探寻大脑的功能。1885 年去法国巴黎旅行的几个月里，他有幸与琼·马丁·查尔考特(Jean-Martin Charcot)相处。此人是一位利用催眠疗法治疗精神病人的早期精神病医生。人类大脑的功能引起弗洛伊德极大的兴趣。于是他把研究重点从神经系统疾病转向心理疾病。

到了 19 世纪 90 年代，弗洛伊德的事业进展顺利、成绩不断，但并未做出什么令世人瞩目的伟业。步入中年的他竟不断地被自己的心智异常所困扰，比如周期性的抑郁、对世事淡漠、极度焦虑、情绪波动。1896 年父亲的去世更加重了他的痛苦。无独有偶，也就是在这个时期，弗洛伊德开始迷上可卡因并得以体验可卡因神奇的医疗效果和医用价值。于是他便积极地将它推荐给朋友们和病人们来治疗头痛。

今天，人们把弗洛伊德的许多病征视为对可卡因过分依赖的结果。但他自己却坚信他的问题症结不在于此，而在于他的大脑深处。1897 年，也就是他父亲去世后的一年里，弗洛伊德开始进行集中而深入的自我分析，并倾其余生致力于此。他写道：“我的发现源于无意识状态下的工作，在有意识状态中我则一无所获。”从此，弗洛伊德便开始了 he 最著名的研

究工作——探寻人类人格的内在动力。他也许会成为研究人类大脑的一流学者：通过驱除自己内心深处的邪恶而获取经验，以便为他人排忧解难。

弗洛伊德用一个形象的比喻来表述他对人格的看法。他把人类的心理控制力比喻成流过水管子的水。假如一个人的心理管件运作秩序正常，他就会保持身心健康；而一旦“水”的自由流动被什么东西阻住了的话，比方说当人们为了避免不利的后果而压抑着某种强烈的欲望时，“水流”就会被阻住。这种“阻碍物”将导致极强的焦虑情绪和其他反常行为。通常这些精神、神经方面的疾病必须予以治疗。弗洛伊德认为，这种“阻碍物”源于无意识思维方面出的问题。通过对偶然语言失误、记忆错误，尤其是对梦境和童年生活经历进行缜密的分析来发现和解释这些问题，这种“阻碍物”是完全可以被根除的。

弗洛伊德借用别人发明的一整套技术为患者治病，但他却根本不信任这些发明者。从一个叫约瑟夫·布鲁尔(Josef Breuer)的内科医生朋友那儿，他借来了一种名为“谈话疗法”的技巧。布鲁尔医生用这种方法治疗那些患歇斯

底里症的病人。在治疗过程中，布鲁尔医生先用催眠法使病人安静下来，然后鼓励他们说出他们想得到的任何东西。从伦敦心理学学院创建人弗朗西斯·高尔顿(Francis Galton)那里，弗洛伊德又学会了一种叫做“词汇联想法”的手段。医生先给病人读一长串日常用词，诸如头、花茎、墨水、纸、污秽的、母牛……然后让他们说出最先想到的是什么。

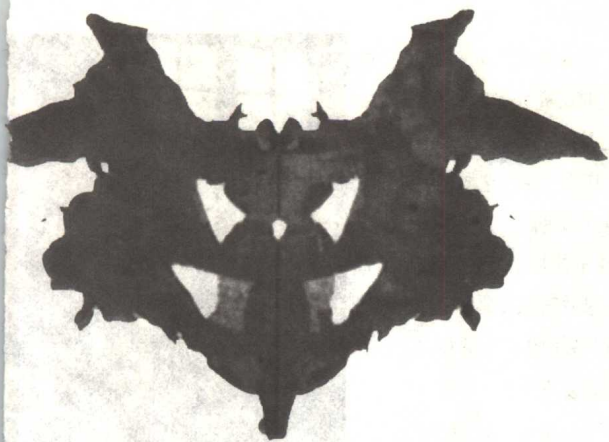
有了这些手段做工具，弗洛伊德便鼓励他的病人们谈论他们晚上做过的梦并说出任何他们能想到的事物来解释该梦的意象。弗洛伊德也开始分析他自己的梦境和他自己的童年。通过对母亲的回忆，他渐渐明白了自己对父亲之所以充满怨恨和敌意，是因为他对母亲的爱慕受到了压抑。

1899年，弗洛伊德出版了他的第一部研究成果——《梦的解析》。尽管他后来自称当时的心理学界主流派无视这本书的存在，但它仍然受到了广泛的关注和尊崇。有人甚至认为该书具有“划时代的意义”。弗洛伊德自己觉得在这个后维多利亚时代，由于他对性欲的研究而得罪了许多人；很多信奉他的理论的人也面临着受迫害和被排挤的威胁。

罗夏墨渍测试：受试者眼中的世界

在交错的光、影以及变幻的云朵中，人们通常可以想像出各种各样的人与物。对于心理学者而言，这些幻象并不仅仅是一种幻觉。从某种意义上说，它反映了一个人的经历和期望，可以预测一个人的人格。有鉴于此，瑞士一名精神病医生赫尔曼·罗夏(Hermann Rorschach)发明了一套模糊的图形——把纸折叠并浸泡于墨水后形成的一种形状对称的墨水污渍。他让300名精神病人和100名非精神病人解释他们所看到的墨渍，对他们的反应进行分析，并于1921年发表了他的研究成果。

该测试在罗夏活着的时候并没有多少人使用。但后来却成了一种诊断手段而被广泛应用起来。比如，有人用它来评估从第二次世界大战的战场退役回来的美国士兵的精神状态。到了20世纪50年代，罗夏测试法饱受抨击。批评者说这种测试在分析病人们的解释时缺乏统计学上的依



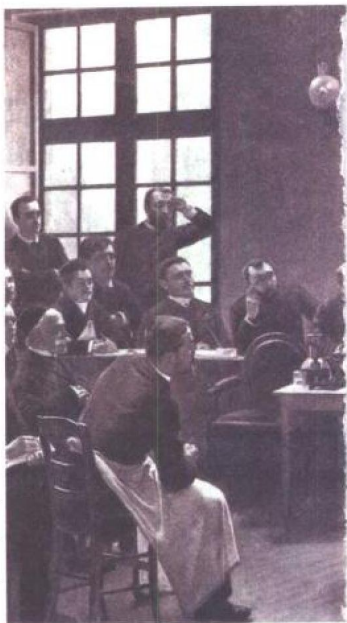
据。不管评论家们怎么说，罗夏测试与其他一些测试仍然在临床指导方面起着重要的作用。

受试者从什么角度来看一块墨渍比起他从中看到了什么显得更为重要。罗夏从四个方面入手来解释受试者的反应——观察方位、组织结构、决定因素和观察内容。观察方位指受试者针对墨渍的哪些部位和多少部位进行解释。比方说，在一系列不同的墨渍中，有的人会紧紧盯着一个部位，而这一部位是别的受试者视而不见的。这说明此人常常能注意到别人注意不到的事物；这也标志着这个人要么是一个极富创造性的人，要么是一个不愿循规蹈矩、墨守成规的人。组织结构则用来评估受试者看待世界的复杂程度。决定因素指的是受试者是否只看到了墨渍的形状、颜色、质地，同时也看到了它的运动规律。观察内容则被用来衡量受试者是否有能力把墨渍当做可认识的物体来解释。

事实上，他的同代人对他所进行的关于人类性欲的研究并非感到特别惊诧，对其追随者也并未百般责难。几十年来，由弗氏信徒们广为传播的这样和那样的误传、误述，建立和巩固了弗洛伊德作为与黑暗势力做斗争的神话传说般的英雄形象。一些批评家后来用大量事实指控早期弗洛伊德学派与宗教崇拜十分相似，以致到了凡追随者只要不同意大师的人类心理学说就会被“逐出教派”的地步。

弗洛伊德认为社会一向禁止人们自由地表达人类的两种最基本的欲望——性欲和攻击欲。正是基于这种思想，弗洛伊德才能对人类的现状做出正确的评价。他认为，人们从年幼时就学会纯化这些欲望并按照社会所能接受的方式来控制这些欲望。这不可避免地引发个人与社会的冲突；而这种冲突势必造成导致神经紊乱行为的心理障碍。

正常情况下，人类通过在心灵中的重要组成部分之间保持谨慎的平衡来解决这种冲突。这些组成部分被弗洛伊德定义为“本我”、“自我”和“超我”。“本我”以最原始、最本能、最自然的方式寻求快乐，它是人类所有欲



巴黎神经学家沙考向那些又惊愕又佩服他的同事们演示一位因心理失常而瘫痪的女人，可以用催眠使她起床。这种大胆的实验，吸引了如弗洛伊德这样的学生前来学习。