

心理学精品教材译丛

加州大学、哈佛大学、密歇根大学等诸多欧美名校采用

启发人性 优化人生

读人格教材，思科学谜题；解自我之惑，引人生之路。

——北京师范大学心理学院院长 许燕 教授

HZ BOOKS  
华章心理

PEARSON

# 人格心理学

## 经典理论和当代研究

(原书第4版)

霍华德 S. 弗里德曼 (Howard S. Friedman)

加利福尼亚大学河滨分校

(美)

米利亚姆 W. 舒斯塔克 (Miriam W. Schustack)

著

加利福尼亚州立大学圣马科斯分校

许燕 王芳 等译

*Personality*  
*Classic Theories and Modern Research 4th Edition*



机械工业出版社  
China Machine Press

# 人格心理学

## 经典理论和当代研究

(原书第4版)

霍华德 S. 弗里德曼 (Howard S. Friedman)

加利福尼亚大学河滨分校

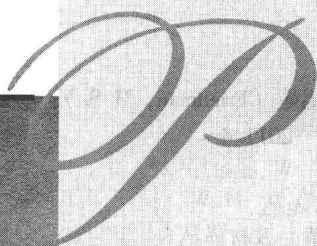
(美)

米利亚姆 W. 舒斯塔克 (Miriam W. Schustack)

著

加利福尼亚州立大学圣马科斯分校

许燕 王芳 等译



机械工业出版社  
China Machine Press

本书通过对心理学的八个基本理论的阐述,结合最新研究及时代特色人物的人格分析,启发读者对人性的批判性思考,特别是各理论学派创始人的个性品质及理论形成的历史背景,让读者从历史的角度看人格心理学理论的发展,帮助读者在收获具体知识的同时,也了解如何评估假设、理论和研究;本书通过当代方法对人格各角度的分析研究,使读者对“人性”的思考更全面、更科学。

本书适合心理学专业的本科生、研究生及教师使用,也可作为研究人员及管理人士的参考用书。

Howard S. Friedman, Miriam W. Schustack. Personality: Classic Theories and Modern Research, 4th Edition.  
ISBN 978-0-205-57968-6

Copyright © 2009 by Howard S. Friedman and Miriam W. Schustack.

Simplified Chinese Edition Copyright © 2011 by China Machine Press.

Published by arrangement with the original publisher, Pearson Education, Inc. This edition is authorized for sale and distribution in the People's Republic of China exclusively (except Taiwan, Hong Kong SAR and Macau SAR).

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Pearson Education (培生教育出版集团) 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内(不包括中国台湾地区和香港、澳门特别行政区) 独家出版发行。未经出版者书面许可,不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

本书封底贴有 Pearson Education (培生教育出版集团) 激光防伪标签,无标签者不得销售。

封底无防伪标均为盗版

版权所有,侵权必究

本书法律顾问 北京市展达律师事务所

本书版权登记号: 图字: 01-2009-2982

### 图书在版编目(CIP)数据

人格心理学: 经典理论和当代研究(原书第4版) / (美) 弗里德曼(Friedman, H. S.), (美) 舒斯塔克(Schustack, M. W.) 著; 许燕等译. —北京: 机械工业出版社, 2011. 4

(心理学精品教材译丛)

书名原文: Personality: Classic Theories and Modern Research

ISBN 978-7-111-33921-2

I. 人… II. ①弗… ②舒… ③许… III. 人格心理学-教材 IV. B848

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第053978号

机械工业出版社(北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码100037)

责任编辑: 赵艳君 版式设计: 刘永青

北京京师印务有限公司印刷

2011年5月第1版第1次印刷

185mm×260mm·27印张(含彩插0.25印张)

标准书号: ISBN 978-7-111-33921-2

定价: 70.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

客服热线:(010) 88379210; 88361066

购书热线:(010) 68326294; 88379649; 68995259

投稿热线:(010) 88379007

读者信箱: hzjg@hzbook.com



《人格心理学》是每一个学习心理学的人都应该读的一本书，因为它不仅提供了心理学的理论基础，也提供了理解人生的心理思考和化解心结的技术方法。在众多人格心理学教材中，本教材展示了以下特点。

## 1. 人格心理学是一门人生的哲学

人格心理学虽说是一门学科，但是喜欢它的人更是因为其中的人生思考与指引价值，人格心理学也被视为人生的哲学。当你读到它时，你如同经历一次人生回溯、现实思考与未来设计的历程。人格心理学是最能体现心理学特点的领域，人格心理学的理论大师们也是心理学的理论建构者，或者说心理学大师们将人格心理学作为他们思想贡献的重要领域。为何心理学大师们如此厚爱人格心理学呢？弗洛伊德、荣格、阿德勒、霍尼、罗杰斯、马斯洛、华生、凯利、米歇尔、沙利文等心理学家都将自己一生对人的思考沉淀为心理学的学说，人格心理学的不同理论学说都是这些心理学大家们的思想精华，他们从不同的角度涉入人生的每一个角落，解析人生心态，学说中记载了人生各阶段所面对的心理问题与人格表现特征，告诉后人如何面对各种问题，完善自我，提升人生幸福感。

本教材以心理学名家的真知灼见展示了人生的哲理，启迪了读者的思考，指引人们优化人生。

## 2. 人格心理学是一门深刻的学说

人格心理学是一门含金量很高的学科，人格心理学家将其思想精华浓缩为理论观点与体系。因此人格心理学以理论著称，理论的抽象性决定了其描述的深奥特性。人格的八大理论取向说明了人格自身的复杂性，虽然各理论流派剖解了人格的多层深度与广博区域，但是仍有许多未解难题还需后人探索，许多人生问题还需后人解答，许多治疗技术还需后人验证。读了不同的人格理论取向，人们能感受到人格理论观点的丰富多彩，不同理论流派的观点让读者从各个视角来看人格，汇总人格大师们的观点会让人更全面地看问题，更深刻地领悟人生。特别是本教材的后几章内容将教给读者如何评判八大理论取向，如何运用它们来解析问题，如爱与恨。它以其示范案例来给予读者以思想的发散模式与技术流程。

本教材以通俗、简洁的方式叙述着人格心理学的理论观点，解构着人格的系统，梳理着纷乱的思路，化解着人格的谜题。

### 3. 人格心理学是一门实用的科学

人格心理学是一门实践性很强的学科，它来源于临床实践，在确立了其理论体系之后，却服务于人生的许多领域，从临床群体的服务扩展到正常人群乃至健康群体，为临床的异常心理与变态人格的治疗提供理论与方法的指导，也为正常人群的心理问题提供解释咨询与辅导方法，为健康群体提供自我实现的原则与路径。人格心理学为人类发展的不同领域提供了知识与方法：在职场上，马斯洛的需要层次理论和莫瑞的动机理论成为人力资源运用的经久不衰的理论依据；在生活领域中，弗洛姆阐述了爱的艺术，精辟的论述至今还被视为爱的宝典，人本主义的积极心理学思想也成为幸福生活的理念；在生涯发展上，荣格的中年危机、埃里克森的人生发展八阶段论、特质理论的大五人格模式等，都更好地给人们提供了设计人生的基础；在社会适应上，弗洛伊德的防御机制、霍尼的基本焦虑、埃里克森的自我认同、阿德勒的自卑情结、迈尔斯的美国悖论等，都让人们认识到心理适应的重要性与心理应对的必要性；在教育领域中，弗洛伊德的童年经历、客体关系理论、行为主义的行为强化说、班杜拉的社会学习理论、皮亚杰的图式理论等，都为家长和教师等提供了教育的思考与策略；在临床治疗上，霍尼的神经症的应对、行为主义对恐惧的系统脱敏法、罗杰斯的来访者中心疗法、疾病易感性人格与自愈型人格等，都给了心理学工作者以技术支持与方法启迪。

本教材将理论与实践紧密结合，将理论融于各种生活各领域中，增添了对理论的理解与应用功能。

总之，读人格教材，思科学谜题；解自我之惑，引人生之路。

许 燕

北京师范大学心理学院

2010年3月22日



本书前三版取得成功，我们为此感到很高兴。本书既保留了对经典理论的最佳理解，同时也增添了新近的研究趋势，包括人格和文化的研究、进化、自我、性别与人-情境交互作用论。因此，从某种意义上而言，尽管本书比之前的人格心理学教材的内容更与时俱进是自然而然的，但它也是一项新的成果。优秀的理论书籍将人格心理学知识传递给了许多代学生，我们始终致力于将传统理论的精华与杰出的研究成果相结合。

本书有七个突出的特点，这使本书在众多人格心理学教材中出类拔萃。

**第一，最重要的是，这本书启发了对人性的批判性思考。**学生们收获了具体的知识，同时也了解了如何评估假设、理论和研究。虽然这本书读起来有趣并通俗易懂，但希望读者不要被此误导，事实上我们坚持了科学和学术的最高标准。目标之一便是使学生在多年后回顾时会认为“这个课程有助于塑造我的人生”。的确，学生们给予了这本书很高的评价，他们认为它清晰易懂且发人深省。

**第二，本书致力于在人格八个基本理论取向上达成一致和平衡**（精神分析论、自我论、生物取向、行为主义、认知取向、特质论、存在-人本主义、人-情境交互作用论）。我们认为人类的复杂性源于各种因素——包括生物学的天性、早期经验、认知结构、强化、情境需要与自我实现的动机。一种取向总是正确，而另一种总是错误的观点不可取；每一个理论取向对理解人格都有作用。因此，我们采取积极的态度——聚焦每一种理论取向的贡献何在，同时也检视它们的局限性。

**第三，本书将理论与研究相结合。**虽然经常用人格理论家的生活来举例，但我们应该关注知识内容而非人物传记。那些历史上少有人关注且没有价值的理论也不在本书讨论的范围内。本书结合了最新的研究与最早的理论。例如，经典精神分析一章的结尾部分是当代认知取向对潜意识的充分探讨；亨利·莫瑞和哈利·沙利文的理论为当代交互作用论奠定了基础；罗杰斯和马斯洛是积极心理学的先驱。我们着重描述经典理论家的精彩见解，并且揭示人们如何研究和证实他们的理论。自始至终，本书都围绕《人格心理学：经典理论和当代研究》这个书名为核心。

**第四，我们保留并扩展了文化与性别的基本整合**，这是传统上易忽视的话题。我们重点关注问题的科学性和逻辑性而非政治正确性。例如，我们强调测验偏见，但并不否定所有测验；我们阐述每一个理论家的文化边界，但不存在对任何人的轻蔑；我们都被自己所处的时代和文化

蒙蔽了双眼。这些问题贯穿于全书，在很多章节都有探讨。

**第五，本书以全面深入、相互联系、深思熟虑的视角来思考人格问题，同时随着内容的推进，强调不断评估和整合。**书中竭力帮助学生理解与自己人生和社会重要问题有关的人格理论，例如，本书评估了人格中生物因素的重要影响，介绍了行为遗传学和脑生理学领域的新进展；纳入了现代优生运动的危险性以供学生思考和讨论；另外不同理论取向部分反映了理论支持者的假设和价值，并且我们不断地鼓励学生去思考做人意味着什么。其实这本书讲述了一个有关人类性格的故事。

**第六，本书以个体差异的实践应用作为结尾，如帮助学生理解仇恨和恐惧的来源。**人格研究和理论与当前的社会思想（有关性别差异、健康差异、文化差异、爱、仇恨）有高度相关。短期课程可以有选择地删除这些章节。

**第七，本教材使人性回归人格领域。**我们尝试将此书写成一部格外优秀的作品，富含激发学生兴趣的例子。学生对学习材料感兴趣才能学有所获；对写作风格的重视并不意味着丧失了科学的精确性。正如一位评论者所说：“当学生第一次涉足人格领域，这本优秀的教材在呈现人格的现实层面上是独一无二的。”

虽然本书介绍了新近的研究，但它并不是研究发现的摘要。与其认为它是包罗万象的还不如认为是引人入胜的。美国、加拿大、澳大利亚、南美和欧洲许多国家都已经大量使用了本教材。

总之，我们致力于使本书清晰和流畅、一致和平衡，具有理论和实证的准确性、文化实证性和科学性，能兼顾整体和局部、基础与应用以及对批判性思考的促进。这些目标虽然宏大，但我们认为为了学生的发展值得追求。

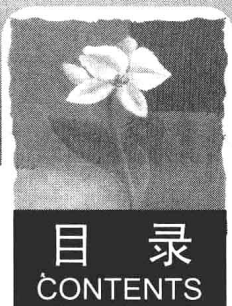
## 重要栏目

- **从经典到现代：**在每种取向中，经典观点如何引发现代的研究。
- **自我了解：**为学生提供评估的样例。
- **名人的人格：**用当代名人阐释某些概念。
- **人格心理学发展的历史脉络：**帮助学生理解理论的发展以及科学发展和社会背景。
- **思维训练：**提出争议问题，使学生对人格的作用产生热情，帮助他们学习将人格心理学应用于思考重要的社会问题中。
- **观点评估：**描述每一种理论取向主要的优势和局限。
- **它为什么重要：**分散在各章中的一些简要评论，这些评论直接回答了潜在的问题：为什么一个概念或者方法值得关注？帮助学生理解为什么某个观点是理论上重要的或者与社会息息相关的。

## 重点推荐

- 人本理论部分里纳入了**关于幸福和积极心理学**的内容。
- **认知和社会认知取向**包括人格和学习风格、社会和情绪智力、拒绝敏感性、自我效能等。
- **谨慎整合人格心理学的新发现**，对它们的创新以及潜在的社会危害都做了说明。比如镜像神经元、基因 - 环境交互作用、压力反应的个体差异、机器人的“人格”、大脑成像技术、内隐联想测验、人格与长寿等。
- **对于人性的引人深思的探讨**，包括机器人、遗传基因、药物等。
- **许多栏目包含全新的材料**，如关于性别、道德、调节等的内容以体现本书最大的特色——**激发批判性思考**。
- **大量新照片和图表**以唤起学生的感性经验，所以请在学习过程中关注这些材料。
- 每章**重要理论家和概念列表**。
- 广泛使用**现实世界的举例和应用**。
- 各章的**摘要与总结**。





译者序  
前言

## 第一部分 概述

第 1 章 什么是人格 .....	1
1.1 人格与科学 .....	2
1.2 人格理论预览 .....	5
1.3 人格心理学简史 .....	7
1.4 人格研究中的基本问题：潜意识、自我、独特性、性别、情境和文化 .....	13
1.5 特定文化背景中的人格 .....	15
第 2 章 如何对人格进行测量和研究 .....	19
2.1 人格的测量 .....	20
2.2 偏向 .....	26
2.3 各种人格测验 .....	28
2.4 哪些不能测量人格 .....	41
2.5 研究设计 .....	42
2.6 人格测验的伦理道德 .....	44

## 第二部分 人格研究的八大取向

第 3 章 人格的精神分析取向 .....	49
3.1 精神分析的基本概念 .....	50
3.2 性心理的发展 .....	55
3.3 男性与女性 .....	60
3.4 防御机制 .....	61
3.5 跨文化问题 .....	71
3.6 弗洛伊德精神分析的主要贡献和局限 .....	72
3.7 实验心理学带来的现代发展 .....	74

<b>第4章 新精神分析和自我的人格理论：认同</b> .....	90
4.1 荣格和自我 .....	91
4.2 艾尔弗雷德·阿德勒——自卑情结和社会的重要性 .....	96
4.3 卡伦·霍尼——文化和女性心理学 .....	100
4.4 通向现代派理论的桥梁 .....	105
4.5 客体关系理论：自我认同和社会认同的概念连接 .....	106
4.6 艾里克·埃里克森——整个生命周期的自我认同和认同危机 .....	109
4.7 关于身份认同的现代理论 .....	114
<b>第5章 人格的生物学取向</b> .....	124
5.1 直接的遗传效应 .....	125
5.2 气质的遗传效应 .....	126
5.3 双生子研究 .....	133
5.4 性别认同与同性恋 .....	139
5.5 生物因素的调节作用 .....	141
5.6 生成性环境的影响 .....	145
5.7 他人的反馈作用 .....	147
5.8 社会生物学与进化人格理论 .....	148
5.9 人格与公共政策 .....	150
<b>第6章 人格的行为主义学习取向</b> .....	157
6.1 人格的经典条件反射 .....	158
6.2 行为主义方法的起源：华生的行为主义 .....	160
6.3 斯金纳激进的行为主义 .....	163
6.4 行为主义的应用：人格变化和个体差异 .....	167
6.5 其他人格学习理论 .....	170
6.6 行为主义重要的概念与名词 .....	177
6.7 评价 .....	178
<b>第7章 人格的认知和社会认知取向</b> .....	182
7.1 认知取向的根源 .....	183
7.2 知觉与信息加工机制 .....	187
7.3 人人都是科学家：乔治·凯利的个人建构理论 .....	192
7.4 社会智力 .....	195
7.5 人格变量中的解释风格 .....	196
7.6 朱利安·罗特的控制点理论 .....	199
7.7 阿尔伯特·班杜拉的社会认知学习理论 .....	201

7.8	如同计算机一样的人 .....	207
<b>第8章</b>	<b>人格的特质和技能方面 .....</b>	<b>215</b>
8.1	特质流派的历史 .....	217
8.2	戈登·奥尔波特的特质理论 .....	221
8.3	当代特质理论：大五人格理论 .....	225
8.4	人格判断 .....	235
8.5	类型 .....	237
8.6	动机 .....	237
8.7	表现风格 .....	240
8.8	能力 .....	243
<b>第9章</b>	<b>人格的人本主义和存在主义取向 .....</b>	<b>249</b>
9.1	存在主义 .....	251
9.2	人本主义 .....	252
9.3	爱是生活的中心：埃里克·弗洛姆 .....	254
9.4	责任：卡尔·罗杰斯 .....	256
9.5	焦虑和恐惧 .....	259
9.6	自我实现：亚伯拉罕·马斯洛 .....	261
9.7	幸福和积极心理学 .....	266
9.8	对存在-人本主义取向的进一步评估 .....	271
<b>第10章</b>	<b>人格的人-情境交互作用取向 .....</b>	<b>276</b>
10.1	哈里·斯塔克·沙利文：人际精神病学 .....	277
10.2	动机与目的：亨利·莫瑞 .....	280
10.3	现代交互作用理论的开端：沃尔特·米歇尔 .....	282
10.4	情境的作用 .....	287
10.5	时间：纵向研究的重要性 .....	291
10.6	交互作用、情绪和发展 .....	296

### 第三部分 在个体差异上的应用

<b>第11章</b>	<b>男性与女性的人格差异 .....</b>	<b>303</b>
11.1	男性和女性存在差异吗 .....	304
11.2	人格性别差异简史 .....	306
11.3	生物学因素对性别差异的影响 .....	307
11.4	从八种理论视角看人格的性别差异 .....	311

11.5	性别差异的跨文化研究 .....	324
11.6	爱和性行为 .....	324
<b>第 12 章</b>	<b>压力、调节和健康差异 .....</b>	<b>328</b>
12.1	疾病倾向人格 .....	329
12.2	人格与冠心病 .....	337
12.3	人类白蚁 .....	339
12.4	责备受害者 .....	343
12.5	自愈型人格 .....	344
12.6	存在 - 人本主义理论对理解自愈型人格的影响 .....	346
<b>第 13 章</b>	<b>文化、宗教和族群：过程和区别 .....</b>	<b>352</b>
13.1	群体影响 .....	353
13.2	人格与文化的历史研究 .....	354
13.3	集体主义和个体主义 .....	357
13.4	科学推断的偏差：以种族为例 .....	358
13.5	宗教 .....	362
13.6	社会经济地位对人格的影响 .....	363
13.7	语言：一种文化影响 .....	365
13.8	文化和测验 .....	369
13.9	人格与文化的通用模型 .....	372
13.10	当下的研究方向 .....	376
<b>第 14 章</b>	<b>爱与恨 .....</b>	<b>381</b>
14.1	仇恨的人格 .....	382
14.2	仇恨的评估 .....	394
14.3	爱的人格 .....	395
14.4	爱的歧途：危险或激烈的性行为 .....	402

## 第四部分 结论和未来展望

<b>第 15 章</b>	<b>人格何处寻 .....</b>	<b>407</b>
15.1	人格的美丽新世界 .....	408
15.2	再次审视八种人格理论 .....	411

### 参考文献<sup>⊖</sup>

⊖ 参考文献见华章网站：[www.hzbook.com](http://www.hzbook.com).

# 第一部分 概述

## 第 1 章

### 什么是人格

#### 内容概览

##### 人格与科学

- ▶ 人格理论从何而来

##### 人格理论预览

- ▶ 八种基本理论概述
- ▶ 不同的人格理论是截然分隔的吗

##### 人格心理学简史

- ▶ 戏剧与自我展示
- ▶ 宗教
- ▶ 进化生物学
- ▶ 测验

##### ▶ 现代理论

##### 人格研究中的基本问题：潜意识、自我、独特性、性别、情境和文化

- ▶ 什么是潜意识
- ▶ 什么是自我
- ▶ 个体需要与众不同吗
- ▶ 男女差异体现在什么地方
- ▶ 人与情境文化在多大程度上决定人格
- ▶ 人格是一个有用的概念吗

##### 特定文化背景中的人格

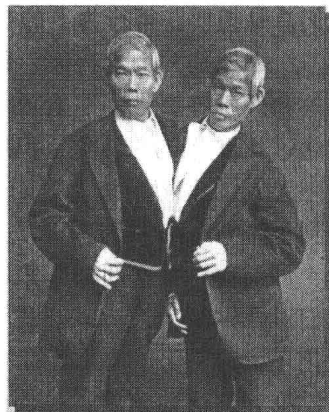
**C**hang 和 Eng 是连体双胞胎，将二人连接在一起的是靠近腰部以上胸骨附近的一小部分组织。他们于 1811 年生于当时的暹罗（泰国的旧称），也正是因为他们这对双胞胎的出生，才有了术语“连体双胞胎”（Siamese twins）的产生，当然，今天“连体双胞胎”更为科学的术语译作“conjoined twins”。由于正常的同卵双胞胎在妊娠过程尚未结束的时候，突然停止了发育，因而产生了两个连在一起的相同的双胞胎，连体双胞胎就是这么形成的。

Chang 和 Eng 总是引来许多好奇者的目光。他们八岁丧

父，此后二人去了美国。在那里，他们因独特的外形得以巡回展览来度日。他们是外界议论的焦点，也经常有人来采访他们。据说，他们两人相处得非常融洽，一方总能“知道”另一方的感受（对于其他双胞胎也有过类似的报道）。后来，两兄弟都结了婚，分别组建了各自的家庭，不过二人只能交替陪伴自己的妻子。即便如此，他们还都生育了许多孩子。他们兄弟二人居住在北卡罗来纳，在当地也很受大家的喜爱。

尽管兄弟二人都很聪明，也都很勤奋，然而却形成了不同的反应模式，Chang 更易怒，

总会感受更多的压力。相比之下，Eng 则是一个痴迷于读书的人。在以后的生活中，Chang 开始酗酒并患上了中风。后来，Chang 死了，当然，几个小时后，Eng 也随之而去。



很明显，Chang 和 Eng 有很多共同之处——如基因、环境。然而，就像其他一些连体双胞胎一样，他们形成了截然不同的人格（Smith, 1988）。个性来源于什么，又是如何改

变和发展的？是什么心理动力塑造了后来的 Chang 和 Eng？就像我们在本书中介绍的那样，关于个性差异的意义及其产生根源的推断对于我们如何

理解他人、怎样与他人交往，以及如何建设社区和社会都有着显著的关联。本书将介绍人格心理学家们提出的不同理论，以使读者对人格有所了解。

人格心理学给我们提出了一个最基本的问题：人意味着什么？换句话说，作为个体，我们是如何凸显自我而与众不同的？自我的本质是什么？人格心理学家们通过系统观察个体的行为方式及其原因，回答了这些有趣的问题。人格心理学家们倾向于避免抽象的哲学思辨和宗教反思，关注于现实生活中人的思想、感觉和行为。一般来说，在一些诸如利润和亏损、灵魂和精神、分子和电磁等非心理学概念中，不会涉及人格问题。人格是心理学的一个研究领域。

人格心理学（personality psychology）可以界定为对人类心理力量的科学研究，这种力量致使人们成为与众不同的个体。总结起来，对于人格主要有八种观点，统整起来可以有助于我们理解个体复杂的本质。第一，个体受潜意识取向影响，而非“每时每刻”我们能清晰觉知的意识。例如，我们可能像我们的父母对我们一样对待别人，而没有意识到我们其实受到想要和父母一致的动机所驱动。第二，个体是受所谓自我力量的影响，这种自我力量为个人提供了认同感。例如，我们总是想要获得行为上的自主性和一致性。第三，人还是一个生物体，具有遗传、物理、生理和气质等属性。尽管人类的物种进化已有超过几百万年的历史，但我们每个人都是独一无二的生物系统。第四，人们的成长要受到个体的经历和周围环境的制约。也就是说，每天我们周围的人和事有时也会影响到我们对外界的反馈方式。我们成长于不同的文化环境，文化也是人格的一个重要方面。

第五是认知角度，我们用以思考和解释

周围的世界。不同的人按照不同的方式去解释周围发生的事情。第六，个体是特质、技能和倾向的集合。毫无疑问，我们每个人都具有某种特殊技能和倾向。第七，人类还有精神层面的生活，它使得我们人类变得高尚，并促使大家去思考存在的意义。人要比机器人高明得多，因为他们追求幸福和自我实现。第八，也是最后一个，个体的本质是人与特殊环境之间不间断的相互作用的结果。这八个方面放到一起有助于我们界定和理解人格；这些也是本书后面所将要展开论述的主题。

### 1.1 人格与科学

现代人格心理学家试图运用科学推理（scientific inference）方法，系统运用收集到的证据来验证理论的正确性。在这个意义上说，他们是科学的。通过揣摩拉斯柯尔尼科夫（陀思妥耶夫斯基的小说《罪与罚》中的主人公）的心理，或者在莎士比亚戏剧节上观看《哈姆雷特》，一个人或许能学到很多关于人格的知识。的确，“莎士比亚创造了人格”这个一度引发争论的观点现在已慢慢被人们接受（Bloom, 1998）。不过，直到后来的学者运用实证方法以系统的方式验证了之后，这一论断才最终成为了科学。就像我们即将讲到的那样，正是因为科学方法的运用，才有了在人格内涵问题上思想的百花齐放。一个激进的小说家或哲学家是达不到这种境界的。

那么如何来测量人格呢？你应该求助于占星家吗，或者在狂欢节上让人看看手相，又或者寄希望于相面术，比如通过大脑门来推断

人格？不，这些方法显然都不怎么靠得住，当然也是无效的。多数时候它们闪烁其词、含糊不堪，尽管有时候也能言中。而与此完全不同的是，我们还可以通过学习 and 了解人格心理学的经典理论和现代研究来洞悉人格，当然，这样获得的答案无疑会是有意义且高可信的。

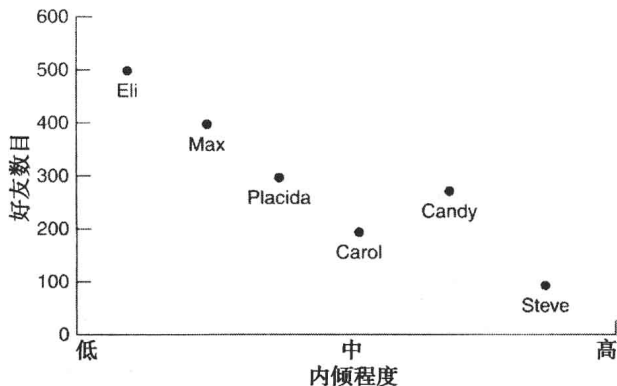
一些科学家认为，严格的科学意义上的人格研究必须是量化的，也就是说，必须要用数字来说话——例如相关性分析。**相关系数**（correlation coefficient）是代表两个变量之间相关度的数学指标。例如，高度和质量呈正相关：在大多数（不是所有）情况下，一个人身高越高，体重也就越重。外倾性和害羞呈负相关（成反比）：如果一个人在外倾性测验上得分高，那我们就可以预测他不会很羞涩。如图 1-1 所示，一个人内倾性的程度和他所拥有朋友的数量呈负相关。这样的统计有助于我们量化相关因素之间的关系。

相关分析告诉我们关联性的存在，但并不说明因果关系。例如，我们知道矮胖的人比较快活，但这种正相关并不能揭示为什么会这样。是否因为他们具有某种患病体质导致总是吃很多而感觉快乐呢？是否丰盛的食物和超标的体重会使人感觉快乐？还是快乐的人不担心他们的外表所以不在乎增长的体重？或者体型丰满的人是假装高兴来隐藏内心的孤独？甚

至，因为他们身边的人认为胖人本来就很活泼、心态也很好，因此总和他们开玩笑，从而使得他们更高兴？什么导致这种因果关系？实际上，对于肥胖者为什么更快乐这个问题，还真有一些学者做过相关的科学研究，但是至今还没有得出一个完整清晰的结论，唯一可以确定的是，肥胖是导致抑郁症的一个危险诱因（Roberts, Strawbridge, Deleger & Kaplan, 2002; Roberts, Deleger, Strawbridge & Kaplan, 2003）。因此，科学的人格研究有助于我们厘清这些错综复杂的关系脉络。在后面的章节中，我们将具体介绍人格研究的科学方法。

尽管诸如相关性这种统计分析对于人格研究非常有帮助，但它也仅仅是辅助我们揭示科学真理的工具。除了相关性分析之外，在本书中我们还将系统介绍其他一些分析方法，包括个案研究（聚焦于个体）、跨文化比较和生物结构研究等。通过这些以及其他的研究方法，可以将零碎的观点凝结为完整的理论化的学术观点，我们也因此能够对人格获得深刻而有效的认识。

一个人是活泼外向还是盛气凌人？他的工作习惯是好是坏？他的不安全感来自于童年的经历吗？他为什么志向远大却眼高手低？人格心理学将引导我们理解人们为什么会成为他们现在的样子。



这些数据显示了内倾与社交网络方面之间的负相关：一般说来，越内倾的人，朋友越少。不过 Candy 是个例外，她很内倾，但她拥有的好友数量仍然达到了平均值。这种相关性统计可以评估出内倾性的结构以及测量的有效性。

怎么解释这种相关呢？可能因为 Steve 是内倾的，所以他很少交往；或者，可能是因为他的电脑常坏，所以他很少交到朋友，因此他失去了社交的途径，变得孤独，这又导致他更加内倾；又或者，是因为 Steve 的甲状腺功能异常，看起来超重，所以使他变成一个内倾的、喜欢孤独的人。只要他的甲状腺功能恢复正常，他的外倾性和朋友数量将会增加。在这个基础上推论出因果关系可能是成功的，但不能总是从对这种关联的简单认识来做出判断。

图 1-1 Facebook 网站（美国著名社交网站）上好友数目与内倾性之间的关联

## 人格理论从何而来

许多人格理论来源于具有洞察力的思想家认真的观察和深刻的反思。例如，西格蒙德·弗洛伊德（Sigmund Freud）花了许多时间去分析自己的梦，从而发现了潜藏于自身内部的冲突和冲动。他第一次注意到了患者身上被压抑的性欲的力量，从而创立了关于人类心灵的理论。从对抗性欲的假设出发，弗洛伊德详细阐述了他的理论，并且运用到实践中去解释他在从医期间遇到的个案以及社会冲突。因此，弗洛伊德的理论起源于对人类内心本质的基本假设。从逻辑上是先有假设而后才有的结论，故而这是人格研究中的**演绎取向**（deductive approach）。在演绎的过程中，为了理解一个特定的人，我们要运用一些心理学中基本的法则。

一些人格理论直接来源于系统的实证研究。例如，我们会想要了解哪些维度或特质对于理解人格来说是最基本的（如外倾性）。通过收集对于许多人的与特质相关的行为观察数据，我们就能够明白哪些特质是较根本的，哪些是不重要的、模棱两可的，甚至是多余的。之后，我们可以继续收集相关材料，运用这些新数据来修正我们的结论。在这种模式中，因为概念是基于系统收集到的观察结果和公布的数据提出来的，因此被称为人格研究中的**归纳取向**（inductive approach）。归纳是从数据到理论的路径模式。关于这一过程的系统表格可见图 1-2。

人格理论的第三种产生方式是类推以及借用其他相关学科的概念。例如，科学家目前正在开展的有关人脑的结构和功能的研究。通常使用的脑扫描技术有好几种。例如，功能性磁共振成像（fMRI）技术使用磁场进行扫描，电子计算机断层扫描摄影术（CT）运用 X 线来获取活体脑的详细图片（见第 2 章），正电子发射计算机断层显像（PET）扫描则能够在人们思考和反应的时候通过放射

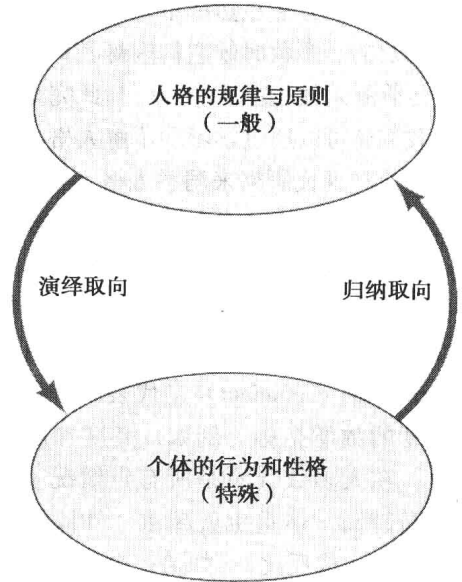
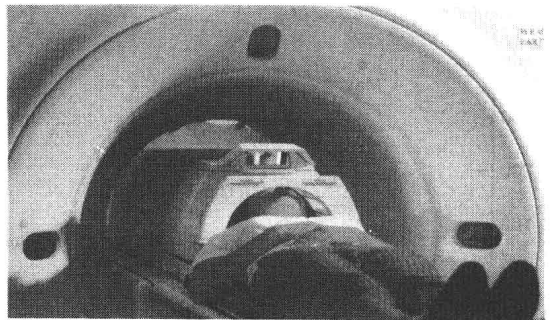


图 1-2 归纳取向和演绎取向的实质

演绎常常是由一般到特殊的自上而下的过程。而归纳则相反，是自下而上的。研究者们从一般知识和特殊观察者出发，在一个永无止境的循环中进行工作。而对于那些声称发现了人类本质但只有来自其中一个取向证据的研究，我们要提高警惕。

性葡萄糖在脑内的分布来显示脑活动的过程。这些技术手段经常用于变态心理学，例如寻找那些患有精神分裂症或脑损伤的患者思维错乱的原因。某种特定的人格模式如果与已知的大脑结构及功能不一致的话，就会是不可信的。另一方面，脑成像技术也提供了一种新的探索心理组织的路径。



我们通过现代技术，功能性磁共振成像，对大脑的结构和功能有了更多的了解，从而也就更加说明了生物因素对于人格所起的作用。



此外，人类学家提供了关于人类进化及其文化差异的基本信息。人类的一些特征（诸如社会性）都是跨越时间和空间而存在的；人们倾向于群居（族群和文化群）。另一方面，一些问题（诸如对个性关注的程度）在不同的文化背景下都有极大的差异。例如，美国人欣赏个人功绩和个性自由，但日本人的价值观却崇尚和谐，不提倡个性的张扬。任何成功的人格取向都必须要考虑人类学的方面。

实际上，几乎所有的人格理论都和这些路径的某些因素有关。所有理论的形成都部分地通过演绎法，部分地通过归纳法，部分地通过类推法。有些时候，对这个事实的误判就会导致一个有趣的误解发生。例如，在第3章中，我们将会介绍弗洛伊德理论的一个基本原则是男孩子们都有“干掉”父亲而“娶”母亲的情结。这个冲突的解决对成人人格有直接的影响。关于人格的种种有趣的推断都可以追溯到这个原则或假设上来。学过人格心理学课程的年轻父母经常会惊愕于看见他们四岁的儿子走进父母的卧室，企图爬到床上、命令父亲出去！这多么有意思啊！

父母们可能会发出：“天哪！弗洛伊德太伟大了！”这样的感叹。于是这个男孩的行为被作为证实弗洛伊德理论的依据。然而父母们没有意识到，其实弗洛伊德当年就是通过这种观察来提出他的论点的，因此后来其他人能观察到同样的现象一点都不值得奇怪。（像大部分人格心理学家一样，弗洛伊德也是一位专家型观察者。）

有一点是能够达成共识的：各种各样的人格理论都能够预测和揭示一些相同的问题。想要证明一个研究取向是“错误的”，并不容易。在自然科学中，就拿物理学来说吧，以前的认识都可能被颠覆，一个理论框架——如爱因斯坦的相对论，可能会被修正。因为

年轻一代的科学家接受新知识、新事物很快，会在经典的基础上建立自己新的理论（Kuhn, 1962）。但是，截至目前，人格心理学还没有一个为大家所广泛接受、认可的，包罗万象的理论框架。这意味着，对于人格现象的相互冲突的解释有必要做出检测，确认究竟哪种解释才是正确的。但这同时也表明人格心理学具有一套富有启发性的竞争模式，这是人格心理学的特征之一。此外，相对于其他学科的理论而言，人格心理学理论更具有普适性，可以被运用于其他一些研究领域。由于这些原因，我们就能够清晰地了解各种理论在解释人格上的优劣所在。一个完整的理论应该是综合的（能解释各种现象）、简明的（解释清晰明了）、可证伪的（能够检测其正确性）和富有成效的（能够产生新观点、新假设，发现新问题）（Campell, 1988）。

## 1.2 人格理论预览

几乎每个人都听说过西格蒙德·弗洛伊德的理论，你或许知道弗洛伊德说，在梦中，下列物体象征着男性生殖器官：锤子、步枪、匕首、雨伞、领带、蛇等。你或许也听说过，在梦中，通往灌木丛的小径或者一座花园象征着阴道。脱离当时的时代背景，上述种种观点都是无稽之谈，然而弗洛伊德却极大地影响了20世纪的学术思想。我们将试图阐述为何弗洛伊德理论会有如此深远的影响。

尽管还有许多其他的人格理论家和研究者也做出了重要贡献，但是关于人格最经典的阐述来自于围绕以下主题展开的系统研究，它们是自我的本质、精神生物学、学习理论、特质论、存在取向以及社会心理学等。接下来我们先对即将要介绍的概念及心理学家进行一个概述，并将每种人格取向的主要特征归纳于表1-1中。