

- 妄想型
- 癫痫型
- 歇斯底里型
- 情感增盛型
- 精神分裂型

心理类型 与 交际策略

Xinli Leixing yu Jiaoji Celve

张杰 丁静梅 关秀娟 / 译

〔俄〕阿尔卡吉·叶季捷斯 / 著

C912.1

434

Xinli Leixing

yu Jiaoji Celue

心理类型 与 交际策略

[俄]阿尔卡吉·叶季捷斯/著

张杰 丁静梅 关秀娟/译

黑龙江人民出版社

责任编辑：刘海滨 陈 愚

封面设计：于克广

心理类型与交际策略

Xinli Leixing yu Jiaoji Celüe

〔俄〕阿尔卡吉·叶季捷斯 著

张 杰 丁静梅 关秀娟 译

出版发行 黑龙江人民出版社

通讯地址 哈尔滨市南岗区宣庆小区1号楼（150008）

网 址 [www. longpress. com](http://www.longpress.com) E-mail hljrmchs@yeah. net

印 刷 黑龙江省教育厅印刷厂

开 本 850×1168 毫米 1/32 印张 10

字 数 250 000

版 次 2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-207-06169-2/B·204

定价：17.00 元

（如发现本书有印制质量问题，印刷厂负责调换）

绪 论

我们所有的人都希望自己能够正确地识别别人的心理类型。但是,要想做到这一点,首先应该努力学会识别汽车。司机们都知道,货车不如小汽车灵敏,但是却能装运更重的货物;“六轮车”牌轿车瞬间就能提高速度,而“莫斯科—2141”上坡却很困难;有一种型号的汽车,它通过传动杠杆向前移动而使车身后退,而另一种型号的汽车则恰恰相反,是通过传动杠杆向后移动来使车身后退的。

总之,识别任何事物都应该了解它的属性,了解我们要利用它来做什么。分辨汽车的属性看起来并不困难,而要区分龙纹蜥和游蛇就困难多了,但是这又很有必要。与人相处也是如此。

当然,这种推论有些牵强,但是它却给了我们解决问题的方法。我妻子的头发很长,几乎能同围巾一起随风飘扬。而我一个朋友的妻子,头发却很短,短得几乎像个秃子,但她很聪明,把头发烫了。很显然,无论我的妻子,还是我这个朋友的妻子都是歇斯底里型的女人,她们同我的另一个朋友的妻子不同。这个女人中长发,梳成两条小辫,戴着一个深色的发卡。她不是歇斯底里型,而是癫痫型。这一点我和我的同事们不用通过细致的心理分析,也不用进行心理测验就能看得清清楚楚。如果你也希望学会这样来识别人的个性,比如通过发型、纽扣、俏皮话、手势和其它细节,就像古生物学家能够根据一根骨头来恢复古代动物的原貌一样,

那么,请你读一读这本书。

1991年,在我同尼·沙·苏格罗鲍娃为建立“小王子”交际俱乐部进行合作期间,我出版了《如何学会分析人的个性》一书(阿拉木图“商队”出版社)。这本书很快就销售一空。现在我有时还会在地铁里见到一些人在潜心阅读这本书。这本书的封皮是一个天真可爱、有些怪诞的猿人,他的两只手各握着一个。他试图分清这两个人的个性,而那些已经被他摸清性格的人都从他的手指缝中滑了下来,拼命地逃离开这个猿人……我把柳比奇的这幅画稍微做了改动,把它用在了我的那本由“飞鳞”出版社1999年至2000年出版的《交际迷宫》一书的封皮图案中。而在您手中的这本书和另一本新出版的《交际心理漫谈》(2002年)的封皮上没有这个图案。但是,这幅画已经构成了我书的一部分,被用在了这两本书绪论的前面。这两本书是人们之间相互交流的纽带。所以,我建议你们也读一读《交际心理漫谈》这本书。

我简单地告诉你们,应该怎样读这本书。要想使自己的阅读达到最佳效果,就要认认真真地去读,也就是说,不能浏览一遍就束之高阁。最好像读小说一样,从头到尾把它读透。不要纠缠细节,也无需做什么注释。如果有什么地方没有立刻弄明白(一些术语或论点),也不要就此停下来:读到后面的时候自然会豁然开朗。在重读的时候,一些内容之间的必然联系本身就会很清楚,但还会出现一些模糊不清的东西,这时你就可以有选择地进行阅读了,也可以详细地就某一细节进行分析。在这个阶段应该寻找出相似的东西,进行比较,把比较结果记录下来,再把这些知识运用到与人的交往中。这样,你就可以看清很多人,你也可以更好、更成功地处理与周围人的关系。

为了让读者读起来更感兴趣,我信马由缰,想到什么就写什

么,所以这本书的结构体系并不严密。其实,过分追求结构的严谨性是徒劳无益的。你没有注意吗?许多人都认为自己具有独特的、严密的阐述体系,但是如果你对他们的体系进行一下对照,你就会发现,这些体系千差万别。因此,最好还是不要过分追求体系的严密与否,应该努力使书中的内容有趣、易懂。至少,我现在决定这样做。

更何况,我必须追求简单明了的原则。因此,将会有一些夸张的说法,也许这会令读者费解。但是,最终各种心理类型都将被完全刻画出来,因为有很多细节都是一目了然的——当然,一目了然只是针对内行人而言的,他们通过细心观察就能辨别出来。

我在写作中将逐渐增加信息量。而那些对于分析人的心理十分重要的信息,我会在不同的章节中多次重复。我还将在不同的心理类型之间架起一座桥梁,使人们明白,这些心理之间有哪些相似之处,有哪些不同。比如说,在谈到癫痫型的特征时,我们会返回到前面,与妄想型进行比较,甚至回到最前面,与歇斯底里型相对比。

我们简单地回顾一下历史。在彼得大帝时期帕·波·甘奴什金曾研究过有关性格类型的问题。于是,所有这方面的研究就从精神病学开始了。如果性格类型影响了你和他人的生活,那么这就是心理变态。但是,后来精神病学家发现,人的性格特点很可能不像精神变态那么明显。这种特点可能只是影响这个人本身的生活,而对其他人的影响并不大。然而,这样的特点还是很引人注目,被人们认为很特别,甚至被认为是怪癖,但这似乎还没有达到精神变态的地步。这些观点非常重要,因为它们讨论的焦点是性格,而不是人的精神类型。列奥喀尔达针对某一种性格特点而写的书籍是很有名的。圣彼得堡的心理医生阿·叶·利奇科教授研究



了一些重要的青少年的性格特点。但是,也提出了关于正常范围内的个性差别问题。于是,莫斯科心理医生玛·叶·布尔诺教授在自己的著作及讲座中就开始提出要绘制人的个性特点的问题。在这里,人的性格特点只有在人们仔细寻找之后才能发现。所有被发现的性格特点都被容纳到这幅素描当中。在心理学方面的书籍中至今仍然认为进行个性分类在现实生活中是不可思议的事情。但是,布尔诺绘制的个性素描的想法在一定程度上为解决个性分类问题奠定了基础。我不能说这个方法是惟一正确的,但是这个方法在今天却是最有效的。

现在,不仅进行心理类型分类和专门的性格研究已经成为可能,而且也可以在整体上划分心理类型。心理类型学是研究个性表现图示、特别的性格特点和心理变态等问题的综合学科。这几方面的内容并不是泾渭分明,毫发可鉴,它们之间是没有明确界限的。总之,当一个人想强迫自己去做一些事情,以便实现自己梦寐以求的愿望,成为市长或国家领导,或者成为明星,那么我们就说这是妄想型的心理表现。而如果某个人为了达到这一目的而强迫自己的朋友、孩子、妻子来为他做某些事情,那么这已经是高度妄想型了。而当某人利用很多人,把他们作为实现自己愿望的工具,甚至使用武力,这就是妄想型的心理变态。但是,再说一遍:所有这些特点都很相似,相互之间的界限也不是十分明确,区分时难免会出差错。个性表现图示中表现出的心理特点是正常的,心理变态则是病态的,而表现较特别的性格特点则是介于二者之间。

然而,由于所有的研究都是从精神病学的角度开始的,因此,当我们进行规范化的心理分类时,我们还是要借用约定俗成的名称。像癫痫型和精神分裂型,它们既可以是心理变态者,也可能是一般的心理表现形式。



同时,我们需要指出,一般的心理类型特点可以发展成为一些特殊的表现形式,甚至是心理变态。

不错,一些心理学家和精神病学家认为,哪怕是心理变态也是一般的心理类型的极端表现形式。而另一些精神病学家则认为在某些情况下它们的是相同的,按照他们的主要表现倾向来说,它们都属于精神病类型。但是,这样一来,心理变态就不是非正常的现象了,它是个性的退化。也就是说,在心理变态的范围内,个性特点被看作是深层的个性表现形式,是某种环境培养教育的结果。

应当指出,在这里,我们对所有的心理变态基本上都是在个性表现图示中加以探讨的,即在表层范围内。

我不是上述那些心理类型分类的创始人。它的创始人是甘奴什金、列奥喀尔达、利奇科和布尔诺。我做了些什么呢?我是向读者介绍每一种心理变态的,就是说,让读者读了这本书以后,能够不再阅读专门的材料,不用任何的调查表以及其它的心理分析就能够识别心理变态的类型。对此不需要与创始人及经验丰富的专家进行多年的合作,也不需要多年的经验积累。通常在俱乐部里,在20~30小时的学习之后,我们还会安排一些诊断性的课程。我们让一个人坐在20个学员面前。这些学员都是第一次看见这个人。学员们向这个人提一些问题,同他交谈,在谈话中观察他的一举一动,要求他读一段诗歌,唱歌,跳舞,把掉到地上的书起来……然后,我再让学员们人把自己对此人的心理分析写在一张纸上,而且学员们不能商量,不能偷看他人所写的内容。当我数到“3”时,大家要把写好的纸条交上来。一般来讲,大家的分析还是比较一致的。再往后就是实践了。

这里没有任何秘密。我从不同的角度来确定每一种心理类型的特征:爱情、金钱、形象、处事方式、坐立姿势、面部表情、工作、学



业、仕途、决策、爱好、言语、思维、道德标准、对性生活的态度等等。

于是,我根据以上所选择的角度对不同的心理类型进行比较。比如,癫痫型的人更喜欢井井有条,情感增盛型的人喜欢毫无秩序,而精神分裂型的人则喜欢自己“杂乱无章的秩序”。

心理类型应该在各种各样的生活事件中、在很多问题上、在待人接物时、在与人及社会的关系方面表现出来,同时也表现在一个人如何对待各种规律及传统上。如这个人的价值取向如何,他对待文明的态度怎样,他的家里都有什么,他的房子是什么样的,他是保守还是开放,他是否爱惜自己的身体?要知道,所有的人都会在某些方面表现出自己的个性特点。

因此,如果每种心理类型都能表现出自己的特点,那么就会为诊断学提供诊断依据。最主要的是,这些依据,即在每一种情况中所表现出来的性格特点,可能不仅仅被专家们很清楚地分辨出来,而且不具有心理学知识的普通人,只要拥有合理的分析能力和一般的生活体验,也可以很容易地看出来。要发现一个人上衣纽扣几乎要掉下来了,已经连续两个月只连着两根线,在衣服上搭拉着,这根本不需要进行专门的测试,也不需要做对比性的分析,只要你稍加留意就可以了。当你读完这本书以后,你就会注意到,你已经不知不觉地在自己的熟人身上发现了以上所描写的特征,之后还会在你不熟悉的人身上发现这些。这恰恰说明我们的方法是实用的。我们就这样一步一步地描写每一种心理类型,甚至可能会有大量的个性征兆,即使这样,你也不要指责我,了解这些个性征兆也是有用的。

在描写不同心理类型时,其名称经常会出现吻合的情况,这就更容易发现各种类型之间的相似之点和不同之处。顺便说一句,这样的规则不是经常被反映出来的。



任何一种心理类型的征兆都不是绝对的。

搭拉在两根线上的纽扣首先说明了这个人是精神分裂型的人,但是,这也不排除他是一个妄想者,或者是个情感增盛型的人,或者是歇斯底里者:歇斯底里的人可能会特意别出心裁,或者试图让周围人感到难堪。但是,99%可以排除精神衰弱的可能性,90%可以排除癫痫型。

对所有的个性征兆都应该进行全面综合地分析。我们给出一个公式——66:33。也就是说,大多数的征兆只有66%是某种心理类型所特有的,而33%则可以在其他类型的人身上表现出来。我的一个学生曾经提出疑问:还有1%呢?我不得不失望地告诉他:1%是故意丢掉的,这也是在强调这个规则的相对性。当然,这个比例也可能是70:30或者80:20。我确实不能准确地指出,在每一种具体的情况下,属于某种心理类型特点的系数,因为,所有这些都是很不稳定的。同时还有某种征兆向某种心理类型靠近的趋势,这种趋势我们通过“66:33”这个比例来表达。

我想强调一点,这不是心理分析的测试题。作为心理学家,当然是要掌握这些的。但是,对于非心理学家,或者说,对于心理学家也一样,最重要的是要学会不用进行复杂的心理诊断方式就能判定人的个性心理类型。既然心理学家自己能够不通过心理诊断就能够分清某人属于哪种心理类型,那么,他也能够教会不懂心理学的人这样做。要知道,心理诊断实验是要在专门的实验室里进行的。而在你同每一个需要做心理类型诊断的人接触时,谁也不能把实验室搬到他的面前。有些人可能不想接受这样的心理测验,哪怕有时他已经调整好了情绪。那如果他很警觉呢?如果他



是你的上司呢？总之，当我们开始同某人进行交往时，是不便对其进行心理测验的。

在生活中经常需要做一些迅速的判断。我们乘坐公共汽车同乘坐轿车是不一样的。为此，我们应该瞬间识别它，否则就会有麻烦。而如果在路上疾驰着一些汽车，你可能无法准确地判定它们是什么牌子的车，而判断“日古力”牌轿车就很容易。你想让自己像识别汽车牌子，或像区分香蕉和橘子那样来识别人的心理类型吗？这里我描写一些特征，你可以在观察别人与你的相互关系，或者观察他与其他人的关系中，用你那双犀利的眼睛（哪怕不经过实验室里的测验）在他们身上发现这些特征。发现了这些特征之后，你就可以决定你该如何行事了。如果一个歇斯底里的女人对你叫喊，说她恨你，然后离开了你，这时你应该知道，她走了以后还会回来的。你应该更加爱惜她、关注她。但是，如果一个癫痫型的人很生气地收拾起自己的东西，那你们是要彻底分手了。

任何人都可以学会运用这一点。了解了人的心理类型，你可以更好地把握局势，发现别人身上对他自己、对社会、对你有利的东西，使自己和他人免遭伤害。

我们不反对那些在实验室里进行严谨的心理学研究。但是，前提是这些研究必须为现实所需要，必须能够指导我们的实践。而在通常条件下，面对复杂的人际关系，掌握一些诊断依据是必要的。

一种心理的基本特征在每一个具体的人际关系范围内，在每一个人与物关系的体系中都会出现几乎相同的表现形式。

精神分裂型的人，就像我们在后面将要提到的那样，他在做学问上具有精神分裂特质，在性生活上也是如此。癫痫型的人在整理物品方面喜欢井井有条，在各方面的关系及组织个人生活方面



也是如此。当你开始读这本书时,你就要首先领悟作者的思想,并同他一起设想其中的所有细节。

我们要习惯于所有心理类型的称呼,熟知一些术语。心理类型主要有:妄想型、癫痫型、歇斯底里型、情感增盛型、精神分裂型、神经衰弱型、心理变态型、保守型、虚弱型、性情不稳定型。我是根据侵害程度,由高向低排列的。玛·叶·布尔诺教授建议把人分成侵略型和自卫型。

可以认为,在以上所列的心理类型中,自卫型的心理类型是从精神分裂型开始的。但这是有条件的,之所以这样说,是因为情感增盛型的人也会产生自卫反应,但是,我还要说,他的自卫是用来侵略的手段。就连精神分裂型的人也有可能是侵略性的。在以后我们要讲,这到底是怎么回事。现在对我们来说,最重要的是要把心理类型排列一下。

所有的心理类型都能得到人类的接受。精神分裂型的人能够左右别人的思想,包括社会思想。妄想型的人从许多模糊的、未经加工的思想中提炼出一些具有重要社会意义的思想,赋予它们以力量。他们就像宣传员或者是合作者,他们组织活动来维护这些思想。癫痫型的人则使妄想型的思想日臻完善,让更多的人了解他们的思想,将这些思想传播开来,使其更加完美。他们随后再组织一些妄想型的人和非妄想型的人参与到他们的圈子,加入到他们的团体当中。人类需要妄想型和癫痫型的人。他们推动历史的发展。没有他们,就不可能有历史发展,社会就会完全停滞。但是,他们也可以把这个过程推向很危险的方向。精神分裂型的人经常不负责任地编造一些莫名其妙的东西,就像布尔加科夫《不祥的蛋》中的别尔西科夫一样。然而,当出现真正研制氢弹和细菌武器的学者们的时候,别尔西科夫又算什么呢?歇斯底里的人歌颂



妄想型的领袖,颂扬癡病型的首领。他们为别人歌功颂德,盛赞激赏。而情感增盛型的人在这些人当中转来转去,他们是售货员和汽车修理工,是游手好闲者和武艺高强之人。

宗教是表现人的性格的特殊领域,在其中,我们能发觉所有的心理类型。有妄想型的预言家,他周围是癡病型的信徒。在他的随从中有许多歇斯底里型的女人,她们在忏悔,同时又在违背着教规。在他的教堂里有许多情感增盛型的、被免去教职的神甫和精神衰弱的教文抄写者、圣像画家和出版者。在上帝的天国里所有这些人都有自己的位置。

在每一章中,我们都会详细阐述各种心理类型在历史舞台上所起的作用和它们之间的相互关系等有趣的问题。

心理学家通常都在研究理论,对最基本的概念进行阐释。有时你会很懊恼地发现,所有这些仅仅是对特殊现象的一般性看法(很空泛的看法)。心理学家和有实际经验的心理医生应该切实而具体地帮助人们解决心理上的问题。我想以某种方式把自己的实验体系与理论化的东西进行对比。25年以前,我开始研究所谓的没有什么心理问题的人们,但实际上,他们只是表面上没有问题而已。在莫斯科市中心契诃夫大街9号楼有一个舒适的地下室。这个地下室曾被媒体极力渲染,多次在电视上播放过。这就是“小王子”交际俱乐部。人们曾在这里进行过资料的推敲和整理工作。这些资料是我所写的一些书籍的基础。在同学生进行激烈的争论中我端正了生活态度,完善了新的、更成功的行为模式的训练方式。俱乐部就是我和学生们的实践场所。我也与国立莫斯科师范大学进行合作。《交际心理漫谈》和这本书的主要资料是作为学生教科书出版的。实际上,这两本书在整体上可以看作是实践心理学的教材。



我的这本书还没有写完,呈现给读者的只是最主要的个性心理类型:妄想型、癫痫型、歇斯底里型、情感增盛型、精神分裂型。首先,为了不耽搁本书的出版,而且所积累的资料已经足够出版的了,同时也为了让读者能够早日掌握这些知识。其次,我认为,这些确实是最基本的心理类型,就是说,这些基本类型是最普遍的、最重要的,也是最有趣的。但是,在阐述的过程中也提供了许多其它心理类型的信息(精神衰弱型等)。

还需要提醒读者的是,这本书绝不是什么“黄书”,这是生活的必备读物。而且它不是“一般的建议”,这本书讲述的是心理哲学和道德问题,它扩大了普通教育的知识面。在阐述任何一种心理类型时,我都能够针对人类社会的各种话题及政治话题进行论述,提出自己对种种社会心理问题的看法。

我的绪论到此为止。我不能将全部的内容都容纳进来。我们最好回到对每一种心理类型的一般性论述上来。在论述过程中,我们将说明一些有利于完整地理解某个问题的很重要的东西。

目 录

绪论/1

妄想型/1

癫痫型/69

歇斯底里型/126

情感增盛型/225

精神分裂型/259

结尾——几点看法/320

妄想型

“妄想”一词的由来

“妄想”一词的原意是“近乎智慧的”。维尔纳茨基院士又提出了“智慧圈”的概念,类似于同温层和生物圈。根据维尔纳茨基的解释,“智慧圈”就是指地球上的智慧。因此,“智慧”就是“妄想”这个词的中心含义。但是,当我们把这个词用在心理学领域的时候,单纯地按照它的本意理解就不太合适了。

妄想型心理不存在偏离正常规范的现象,正因为如此,才把这种心理类型同丧失理智区分开来。但是,这种心理类型却有最主要的东西,它确定了很多其它的个性特点,即它表现出不同寻常的坚定的目的性。

因此,我们不要把妄想型同具有精神分裂征兆的妄想狂混淆起来。具有精神分裂征兆的妄想狂表现出来的最主要特点是妄想综合症。

坚定的目标性

我们再重复一遍,这种类型的人比其他心理类型的人更明显地表现出坚定的目标性。这个概念可能被解释为在记忆中抑制住对已经制定好了的行为计划的实施,应该从其它的记忆片段中找



出那些与坚定行为有紧密联系的东西。

也就是说,我记着那些我打算完成的事情,我时刻注视自己记忆中的这个目标,一直强迫自己为实现这个目标而奋斗。

妄想型比其它心理类型的人更好地抑制“记忆”中的行为计划。情感增盛型的人和意志薄弱的人实际上根本就不抑制自己的行为计划。精神衰弱型的人会痛苦地动摇忧郁,久久不能选定自己的行动计划。精神分裂型的人根本就不制定自己的行为计划,他们为自己创造自由,想做什么就做什么。歇斯底里型和癫痫型的人通常按照别人制定的行动计划来行事,更何况歇斯底里型的人总是在一个计划和另一个计划之间徘徊不定。而癫痫型的人却很保守,总是遵从一个计划坚持到底。妄想型的人则自己为自己制定计划,而且总是把这个计划牢记在心,还要把自己的计划强加给别人。

妄想型的人能够坚持更多的行为计划,这种人善于制定计划,喜欢计划。在这方面,他们与癫痫型相似,但是同情感增盛型、歇斯底里型、精神衰弱型的人不同。

总体来说,人与动物相比,人都会给自己制定目标,而且是制定更远大的目标,但是达到目标的策略则带有双重性:一方面能够制定目标,再选择实现目标的手段;另一方面,也可以在选定了行为方式以后,再选择他想实现的目标。在生活中可以遇见这两种策略混合在一起的情形。

例如,我们打算买一样东西,我们就要去赚钱,用赚来的钱买东西;或者相反,我们先赚了钱,然后再到市场上看一看,需要用这

