

人格与社会适应

REN GE YU SHE HUI SHI YING

陈建文 著

人格与社会适应的概述

社会适应的心理机制

社会适应的心理结构

社会适应的心理功能

压力应对人格的研究

压力易感性人格的研究

人际适应性的研究

社会适应取向的心理健康研究

国家“十一五”重点图书

国家重点学科西南大学基础心理学人格研究成果

人格科学研究书系

主编 黄希庭



安徽教育出版社

国家“十一五”重点图书

国家重点学科西南大学基础心理学人格研究成果

人格科学研究书系

主编 黄希庭

人格与社会适应

RENGE YU SHEHUI SHIYING

陈建文 著

 安徽教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

人格与社会适应 / 陈建文著. —合肥: 安徽教育出版社,
2008.12

(人格科学研究书系 / 黄希庭主编)

ISBN 978-7-5336-5182-4

I. 人… II. 陈… III. ①人格—研究②社会生活—适应
能力—研究 IV. B825

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第178399号

策划编辑: 杨多文

责任编辑: 杨多文

装帧设计: 何宇清

技术编辑: 王琳

出版发行: 安徽教育出版社

地 址: 合肥市繁华大道西路398号

邮 编: 230601

网 址: <http://www.ahep.com.cn>

经 销: 新华书店

排 版: 安徽创艺彩色制版有限责任公司

印 刷: 合肥芳翔印刷有限责任公司

开 本: 650 mm×960 mm 1/16

印 张: 25

字 数: 350 000

版 次: 2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

印 数: 1 000

定 价: 48.00元

发现印装质量问题, 影响阅读, 请与我社出版科联系调换
电 话: (0551)3683078

序

这套《人格科学研究书系》是我校国家重点学科基础心理学人格方向的部分研究成果。

我们对人格的研究始于1982年秋承担中国社会科学院“六五”科研规划的一个科研项目“大学生心理研究”，从那时算起迄今已有26个年头了。这期间我们已完成了12个国家级和省部级有关人格研究的人文社会科学项目，取得过一些成绩，也走了不少弯路。

人格是十分复杂的。从词源上看，我国古代汉语中没有“人格”这个词。中文中的“人格”这个术语是对英文“personality”一词的意译。英语中的“personality”一词源自拉丁文的“persona”，它的本意是指面具。把面具指义为人格，实际上包含着两层意思：一是指个人在生活舞台上表演出的各种行为，即表现于外给人以印象的特点或公开的自我；二是指个人蕴藏于内、外部未表露出的特点，即个人

内在的自我。西方心理学家对于人格的概念,无论是从内在人格或是内在人格与外在人格的结合上来下定义,都强调个人的独特性。

在我国文化中,“人格”的涵义明显不同于西方。从词源上看,“格”字的涵义,依据《说文》,“格”是“木长貌”,意为树木长出“枝”,从树干上长出枝,形成了树的形式,格就是分枝而有“格局”的意思;另据《广韵》,“格”是“度也、量也”,即衡量的准绳,于是引申为“规格”。在我国的文化中,说一个人“有格”、“无格”或“格的高低”,是把“人格”视为一种“做人”的方式,属于道德规范的范畴,不是指个人的独特性。

在我国传统文化中“做人”的最高境界称为至德。孔子把“中庸”视为至德。“不偏之谓中;不易之谓庸。”所谓中庸,就是“中和可常行之德”,即不偏不倚、无过无不及,恰到好处,并始终守住、实行这一点。“中庸”就是“用中”,强调的是不走极端,体现着公正、务实、协调。《中庸·第一章》说:“中也者,天下之大本也;和也者,天下之达道也;致中和,天地位焉,万物育焉。”天地“位”于和谐,万物“育”于和谐,没有和谐,万物不存。为人中庸就是要维护天人和谐。就个人的修养而言,是“执其两端,用其中也”,如孔子所说的“乐而不淫,哀而不伤”,以及他的弟子对他的评价,“温而厉,威而不猛,恭而安”。为人中庸就是要达成自我和谐。就从人际关系而言,中庸也就是和,即团结,就是具有不同生存背景、不同生活方式、不同价值观念的人们能够和平共处,互惠互利。“君子和而不同,小人同而不和。”为人中庸还应达成人际和谐。

在人格动力问题上,西方心理学家把自我看作是个人活动的动因,而自我是自主的、不受他人影响的。个人自己的期望、愿望、兴趣和能力是自我的主要因素。个人要充分发挥潜能、达到自我实现

就必须表达和发展自己的期望、愿望、兴趣和能力,就必须在不受他人的影响下不断作出自己的选择。在西方心理学家看来,个人活动的动力就是“因为我想要”,自由就是不受限制的选择。如果个人的活动不是基于自由、自主的选择,那就是不真实的、不充分的或不成熟的,就会阻碍个人成为一个机能完善的人。西方心理学家认为,个人行为的原因不是个人承担的责任、义务和社会角色而是自我决定。个人行为的动因越自主、越自我决定,其结果和态度就越正面,个体就越表现出高的自我实现、高的生命力和高的主观幸福感;如果一个人行为的动因受外部因素(例如,社会责任、义务、他人期望或社会角色的期望)的影响,其结果和态度就越负面,就越表现出低的生命活力和低的主观幸福感。

中国人的人格动力显然不同于西方心理学家的观点。我国的文化传统重仁义。“义以为上”,是中国人的人生追求。我国传统文化强调个人的人生要把道义放在第一位,生死、利害的取舍,是非善恶的判别,都要以道义为准绳。孟子曰:“鱼,我所欲也,熊掌亦我所欲也;二者不可得兼,舍鱼而取熊掌也。生亦我所欲也,义亦我所欲也;二者不可得兼,舍身而取义者也”。“义以为上”是我国千百万仁人志士的最高人生追求。中国人讲气节,既表现在为民族、为社会、为国家鞠躬尽瘁、坚贞不屈、成仁取义的人格特点,也表现在把个人的发展与群体的发展结合在一起,在社会、民族、国家的发展中实现自我的价值;为社会、为国家、为民族,为个人的人格尊严,不惜杀身成仁,舍生取义。“义以为上”,代代相继,在我国近现代又得到了进一步的发展,不同的时代具有不同的特点。

当今的中国人既受中国传统文化的影响也受中国社会的现代化的影响。传统文化对中国人人格的影响是多方面的,例如重人

情、思孝道、爱面子、讲缘分等；同样，中国社会现代化对中国人人格的影响也是多方面的，例如求真务实、改革创新、公平竞争、民主法治等。显然，中国人和西方人在文化、社会及历史渊源上是很不相同的。因此，怎样从中国人自身的文化、社会及历史根源中来理解中国人的人格就显得十分必要。因为在西方文化背景下发展出来的人格概念和理论不适宜于用来理解中国人的人格，我们所研究的对象、所探讨的问题与西方人格心理学所指的内容是不同的。这就要求我们应当从中国的实际出发来研究中国人的人格，而不是生搬西方的人格概念和理论。在研究中国人人格时，我们应当批判性地思考西方人格心理学的概念和理论，转变观念，用中国人的视野和思路来研究中国人的人格和社会行为问题。

当然，人格研究中国化也不是“白手起家”，排斥西方人格心理学的概念和理论。因为中国人和外国人毕竟都是“人”，他们有许多共通性。西方人格心理学的概念及理论虽然不尽能描述中国人的情况，但是它们往往可能帮助我们看到许多“人”之常情。借助于这种比较研究，我们也可以看到自己与外国人的不同，因而也有助于我们理解中国人的人格。

这套《人格科学研究书系》记录了我们这个学术团队对人格研究中国化的思考和对中国人人格特征的探索。

是为序。

黄希庭谨识

于西南大学心理学院

2008年5月

目录

第一章 人格与社会适应的概述	1
第一节 人格的概述:适应的观点	2
第二节 适应的概述	24
第三节 社会适应的概述	44
第二章 社会适应的心理机制	52
第一节 社会适应的过程	53
第二节 社会适应的方式	74
第三章 社会适应的心理结构	108
第一节 社会适应心理结构的有关理论	109
第二节 社会适应心理结构的系统分析	141
第四章 社会适应的心理功能	165
第一节 社会适应功能的实质	166

第二节	社会适应与心理健康	181
第三节	社会适应与人格	200
第五章	压力应对人格的研究	221
第一节	压力应对人格的一般概述	222
第二节	基于理论文献分析的压力应对人格研究	234
第三节	基于大学生内隐词汇观的压力应对人格研究	251
第六章	压力易感性人格的研究	268
第一节	压力易感性人格的理论研究	269
第二节	压力易感性人格结构的实证研究	300
第七章	人际适应性的研究	318
第一节	人际适应性结构的建构	319
第二节	大学生人际适应性问卷的编制	329
第三节	大学生人格适应性的群体特征	346
第八章	社会适应取向的心理健康研究	356
第一节	社会适应取向的大学生心理健康的理论分析	357
第二节	社会适应取向的大学生心理健康的实证研究	370
后记	390

第一章 人格与社会适应的概述

如果说适应是生物有机体(包括人类)在长期的进化过程中获得自然生存的基本法则,那么,社会适应就是人们在现代社会中获得社会生存的基本法则。无疑,在激烈竞争和节奏快捷的当代社会中,社会适应是每个人(尤其是即将走向社会的年轻大学生)面临的重要人生主题。个体只有适应社会了,才有生存空间;适应社会了,才有事业的发展和自我价值的实现;适应社会了,才有个人的幸福生活和心理健康。当然,也有人认为,适应社会是媚俗,是同流合污,是向庸俗的社会低头,是向破坏道德的坏人弯腰。这个问题也值得讨论。传统的观点认为,生物有机体主要是凭借基于先天基因设计的本能来适应自然生存环境,而人类则是凭借基于先天基因设

计和后天社会实践交互作用而形成的智能因素来适应社会生存环境。但是,现代心理学研究表明,光有智能因素,人们并非一定获得适应、成功和幸福,智能之外的其他人格因素(比如情绪智力)也是社会适应的重要心理资源。俗话说,性格决定命运。笔者认为,把个体的各种心理要素整合起来的人格系统才是人们适应社会的完整的工具。人格是一种美的东西(人格魅力),人格具有审美价值;人格更是一种工具性的东西,人格具有适应功能。那么,接下来要问的三个基本问题就是:人们凭借什么样的人格要素才能较好地适应社会呢?人们是怎样凭借这些人格要素来适应社会的呢?如何评价人们的社会适应状态呢?我们试图在界定人格、适应和社会适应三个基本概念的基础上,在本书中从理论分析和实证调查两个角度系统地研究上述三个问题。

第一节 人格的概述

人格是什么?每个人都知道,但是并非每个人都说得清。于是,每个人都有自己关于人格涵义的理解,当然心理学家也有自己关于人格的各不相同的定义。其原因在于,人格现象复杂而奇妙,不同的人站在不同的角度,看到人格的不同侧面,于是就会有关于人格的不同描述。尽管对人格本身的描述和理解是一件很有意思的事情,但是人格的科学研究似乎更应该关注人格功能价值问题,于是,诸多研究者自然关注人格与适应关系。适应强调个体与环境的互动关系。那么站在适应的角度去理解人格的现象就是许多研究者持有的观点。不过从适应的角度理解人格的内涵,较为深刻和

富有启发的是进化心理学的观点。进化心理学(evolutionary psychology)认为,人类是进化而成的,那么,作为标榜人类独特性的人格属性也是进化的结果。从人类进化的角度看,人格作为长期进化适应的结果,可以理解为人类的本性和个体差异两个方面^①。人类的本性是指人类成员的共同心理特征,即相同的动机、目标和普适性的心理机制。而个体差异则是指人们利用共同的心理机制解决适应问题时,在哪些最基本的、最重要的方面存在着彼此的差异。因此,系统地探讨人格的内涵,也应该从这两个方面进行。人类本性的揭示可以使我们真正明白人类是如何与其他生物种类区分开来的,从而理解人类是如何适应环境的;而个体差异的揭示可以使我们明白人们之间是如何进行区分的,从而也理解哪些个体能够更好的适应环境。

一、作为人类本性的人格

(一)共同的心理机制的进化来源

万物皆有本性,人类更是如此。人类的本性使人类在自然界中变得独一无二。那么,人类的本性是什么呢?对弗洛伊德而言,人性由强烈的性冲动和攻击冲动所组成。对詹姆斯而言,人性则包括几十种或者几百种本能。对马斯洛而言,人性就是自我实现的动机。即使是最狂热的环境决定论,也认为人类确实拥有一种本性,比如斯金纳的激进行为主义,也承认人类拥有少数几个一般性的学

^① Buss D M. Evolutionary biology and personality psychology: Toward a conception of human nature and individual differences[J]. American Psychologist, 1984, 39: 1135-1147.

习机制。几乎所有的心理学理论都提出了自己的人性观作为其研究人格的前提。但是,在这些理论中,只有新近发展起来的进化心理学理论探讨了人性的来源问题。进化论认为,自然选择的进化过程是产生人性基本组成部分的唯一可知的原因,除此之外,没有其他任何的因果过程可以揭示人性的产生。那么,顺着这个逻辑思路,我们可以探讨人性的产生过程,自然也能把握真正的人性。

人性是什么?人性就是被设计出来解决人类生存、繁衍和发展等适应性问题的身心机制。比如,如果你总是光着脚走路,脚底板受到反复摩擦,它会生成大量新的皮肤细胞,从而长出厚厚的茧子,这层茧子能让你的脚底板免受伤害;与之相比,汽车轮胎却不会反复摩擦而变厚。于是有人把这种人类(也指其他有机体)解决适应性问题的机制称作适应器(adaptation)^①。在过去的几个世纪,研究者提出无数理论来揭示这种适应器的起源。而在过去的20世纪,三种理论最有影响力^②。一种理论叫“特创论”(creationism),这种理论认为,地球上所有的生命体,从单细胞变形虫到复杂的人类,都是上帝创造出来的。另一种理论叫“播种论”(seeding theory),这种理论认为,外星生物体把生命的种子撒在地球上,这些种子经过长期的进化过程,从而演化成人类以及其他现成的生命形态。无论是特创论还是播种论,在现代科学研究中都没有得到丝毫验证,因此没有得到多少科学家的支持。而实际上,科学家一直赞成和坚持的

① Tooby J, Cosmides L. On the universality of human nature and the uniqueness of the individual; The role of genetics and adaptation[J]. *Journal of personality*, 1990, 58: 17-68.

② Daly M, Wilson M. *Homicide*[M]. Hawthorne, NY: Aldine, 1988.

一种起源理论是自然选择的进化理论。

自然选择的进化理论(evolution theory by natural selection)认为,适应器的产生过程基于遗传和变异的过程与基因设计的形式。首先,个体在很多方面存在差异。就单个个体的独特性差异而言,它是发生在个体身上的变异。毫无疑问,有些变异不利于个体的生存和繁衍,从而可能破坏有机体的现状;而有些变异则有助于个体的生存和繁衍,于是它就可能被整合到有机体的现存基因设计中去并以较大数目遗传给下一代。这样下一代的个体就会拥有在单个个体身上开始是突变的那种特征。经过若干代后,它仍然是有利于生存和发展的,即是适应性的,那么这种特征就会扩展到所有成员,所以物种内成员都会拥有这种特征。这个发生在无限延展的时空中的自然选择过程就是适应器的产生过程,也是有机体生命结构和功能设计的机制,当然也是人类本性的进化来源。人类共同的生理机制是这样产生的,人类成员的共同的心理机制(包括基本的人格倾向)也是这样产生的。

(二)人类成员的共同心理机制

人类是自然界最高级的动物。人类不仅进化了许多解决适应问题的生理机制,也进化了许多解决更复杂环境中的适应问题的心理机制。生理机制主要以生理结构和功能表现出来,展示适应的价值(譬如脚底长出的茧子),而心理机制则是通过行为的结构和功能表现出来,展示适应的意义。进化心理学认为^①,人类共同的心理机

^① 巴斯. 人类的本性与个体差异:人类人格的进化[M]. //Pervin L. A., John O. P. 人格手册:理论与研究. 黄希庭,主译. 上海:华东师范大学出版社,2003:41—74.

制应该具有以下特征:(1)进化了的心理机制是针对具体的适应问题的。不存在泛化的适应问题,适应问题都是具体的,因此也不存在通用的心理机制。(2)人类拥有许多进化了的心理机制。其原因在于,与许多有机体一样,人类也面临许多适应性的问题。(3)进化的心理机制发挥作用有赖于环境的刺激输入。以脚底板上茧子的产生机制为例,这种进化了的生理机制可以保护皮下组织。但是,如果你的脚底板不被置于反复摩擦的环境中,脚底生茧子的机制就不会被激活。也就是说,这一机制的激活依赖于来自环境的背景输入。同理,所有的心理机制的激活也需要相应的环境输入。

那么有哪些人类共同的心理机制呢?巴斯认为,作为人类的本性,人类动机是人类解决适应性问题的力量来源,它们应该构成人类共同心理机制的重要组成部分,譬如对地位的追求、交配动机、养育动机、普遍的情感等方面人类动机的重要成分。也有些研究者认为,这些人类动机还包括发展友谊关系^①、帮助亲戚的愿望^②、形成和加入较大联盟的动机^③等。当然正如对人类心理现象的探索还远远没有结束一样,对人类的共同的心理机制的探讨也还有一个漫长的探索过程。毫无疑问,作为人类进化适应成果的显著标志,人类智能也是共同心理机制的核心组成成分。尽管进化心理学坚持认为,人类成员拥有大量解决具体适应问题的心理机制(包括具体的

① Bleske A, Buss D M. Function of friendship. Manuscript submitted for publication. 1999.

② Burnstein E, Crandall C, Kitayama S. Someneo-Darwinian decision rules for altruism: Weighing cues for inclusive fitness as a function of the biological importance of the decision[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1994, 67: 773 — 789.

③ Tooby J, Cosmides L. The evolution of war and its cognitive foundations (Technical Report # 88-1)[C]. Santa Barbara, CA: Institute for Evolutionary Studies, 1988.

智能机制),但是由于人类在进化发展的过程中,不断地被置身于不确定的信息环境中,需要解决许多不可预知的、新颖的、易变的问题,于是,人类也渐渐发展了可能变通地解决各种不同适应问题的一般的智能机制。人类的智能机制是一种全新的适应机制,它为人类适应环境赢得巨大的时空上的优势和效率。面对全新的适应问题,对于只用具体的、固定的生理机制和行为机制的动物来说,也许需要若干代的遗传变异的进化适应过程,才能得到解决,而对于拥有灵活的智能机制的人类,也许短暂的学习就能解决问题。比如,面对大树上较高位置的食物,长颈鹿经过若干代进化适应,才发展出得到这些食物的生理机制,而人类凭借自身的智能系统,经由学习过程,通过采用现成工具和发明新的工具,在非常短的时间就能解决这个适应问题。

(三)作为共同心理机制的基本人格倾向

有研究者认为,作为对人类成员基本行为倾向的概括性描述,人格的大五因素模型(big-five factor model)虽然被看作是评估人们的个体差异的最重要、最基本的维度,不过,它也可以被看作是与解决人类的生存和繁衍问题密切相关的心理机制。他们结合神经科学的相关研究,从功能主义观点出发认为^①,人类心理与哺乳动物具有连续性,人类的人格要素的行为功能也在这些动物身上表现出来。动物的行为功能系统对应于人类身上的五个基本人格要素。也就是说,人格的五个基本因素不仅是人类共同的心理机制,也是

^① MacDonald K B. Personality, Evolution and Development[M]. // R Burgess & K B MacDonald, Evolutionary Perspectives on Human Development. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2005: 207-242.

哺乳动物共同所具有的行为机制,具有广泛的普遍性。每个人格要素表现不同的心理机制和行为策略,具有从动物到人类的适应意义。这五个基本人格要素的心理机制的具体描述如下:

①外向性。其适应性的心理和行为机制对应于行为趋向系统(behavioral approach system)。其行为的核心是支配动机、追求轰动和对酬赏的敏感。它为有机体获取资源、搜寻食物、吸引和争取配偶提供动力来源。

②宜人性。其适应性的心理和行为机制对应于抚育/爱的系统(nurturance/love system)。其行为的核心是构建亲密的和其他类型的长期关系。这个系统有利于激发直系亲属和其他重要的关系的利他行为,因此与有机体自身的繁衍密切相关的。这个系统也有利于有机体结成关系同盟从而为获取食物提供更多的机会。

③责任性。其适应性的心理和行为机制对应于行为抑制系统(behavioral inhibition system)。行为抑制系统的功能是监控危险和即将发生的处罚环境。它使用恐惧和焦虑的情绪对不确定和处罚的信号作出反应。其人类心理的衍生功能是责任感机制,即个体通过抑制暂时的冲动和愿望以满足长期利益的需要。

④情绪稳定性。其适应性的心理和行为机制对应于情感强度系统(affect intensity system)。这个系统的作用是调动行为的资源,通过恰当的唤醒以满足情境的实际需要,以服务于趋向和回避的行为。这个系统通过情绪唤醒机制保障个体行为反应对环境事件刺激的高敏感性,为个体的行为趋向(支配/追求轰动)和行为回避(责任和行为抑制)服务,无疑在其适宜的环境中具有适应的功能。