



变态心理学理论与应用系列丛书

丛书主编◎刘新民

人格与健康

PERSONALITY AND HEALTH

主 编 赵静波



人民卫生出版社

PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

变态心理学理论与应用系列丛书

人格与健康



丛书主编 刘新民

主 编 赵静波

副 主 编 赵久波

编 者 (以章节先后为序)

赵久波	赵静波	侯艳飞	耿永红
邢 军	高 娟	马健文	陈 瑜
肖 蓉	李 艳	徐碧云	欧碧阳
陈建斌	徐瑞好	孙 录	

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

人格与健康/赵静波主编. —北京:人民卫生出版社,
2009. 6

ISBN 978-7-117-11800-2

I. 人… II. 赵… III. 性格-影响-健康-研究
IV. B848.6 R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 056548 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.hrhexam.com	执业护士、执业医师、 卫生资格考试培训

人格与健康

主 编: 赵静波

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 中国农业出版社印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 11.5

字 数: 285 千字

版 次: 2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11800-2/R · 11801

定 价: 29.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

变态心理学理论与应用系列丛书

编写委员会

主任委员:刘新民

副主任委员:王 伟 张理义 李荐中 潘 丽

委 员(以姓氏笔画为序)

王 伟 孙 红 刘 薇 刘新民

李荐中 李功迎 赵静波 张理义

徐 斌 徐又佳 程灶火 熊吉东

潘 丽

序 言



人的心理不仅包含纷纭复杂、绚丽多姿的正常活动,也包括桀骜莫测、光怪离奇的异常活动。我们将这些表现各异且程度不等的非正常的心理活动统称为异常心理,研究这些异常心理的科学被称之为变态心理学。

变态心理学(abnormal psychology)又称为异常心理学或病理心理学(pathological psychology),是心理学中一门研究异常心理与行为及其规律的分支学科。变态心理学从心理学角度出发,研究心理障碍的表现与分类,探讨其原因与机制,揭示异常心理现象的发生、发展和转变的规律,并把这些成果应用于异常心理的防治实践。

随着人类社会的发展与进步,竞争激烈,人际关系微妙,导致心理障碍和心理问题不断上升。在世界范围内,各种心理困扰已成为影响人们生活、工作和健康的重要因素。根据 WHO 的统计,心理障碍占全球疾病的 10.5%(中低收入国家)和 23.5%(高收入国家)。在心理疾患如此突出的今天,对异常心理的认识和干预已成为维护人类健康的重大课题,研究变态心理学具有重要的现实意义。变态心理学是心理健康专业人员极为重要的知识结构,也是健康心理学、临床心理学、咨询心理学、心理治疗学和精神病学的共同基础。

另一方面,社会经济状况的改善、生活水平的提高和对生活质量的追求,促使人们更加关注心理健康与精神安宁。变态心理学为人们提供了解决心理困扰、适应环境和改善自我的途径,



不管这些问题是发生在生活中、工作中、学习中或人际关系中。变态心理学探索心理障碍如何产生、如何被诊断以及怎样得到预防和治疗,使我们对自己和他人的心理状态能够做出判断,并了解导致心理障碍的生物学因素、心理因素、生活环境和家庭背景的特点,从而提示我们应该注意的问题,消除异常心理的原因,减少心理障碍的发生。因此,变态心理学知识对所有人都具有重要意义,对每一个人的身心健康都有帮助。

在日常生活中,变态心理学还为人们提供了考察人类经验的历史与当代视野。例如,恺撒(Julius Caesar)的癫痫干扰了他对征服罗马人战争的指挥,林肯(Abraham Lincoln)的抑郁症影响了他在美国南北战争中的军事领导。可见,心理障碍也同样折磨着伟人或非凡的人,他们的心理痛苦严重到足以影响历史的进程。因此,变态心理学提供了洞悉人生和社会的新视角,使我们能够获得对历史、社会与人性的深刻洞察,如此丰富着我们对人类各种生活现象的解读,并对医学、教育学、社会学、人类学、管理学,甚至对军事、法律、文学艺术以及促进社会和谐等产生广泛而深远的影响。

总体来说,我国的变态心理学教学、研究和临床起步较晚、发展较慢。新中国成立前,国内只有个别非专业人员编译过变态心理学书籍。新中国成立后直到1985年才由北京大学陈仲庚教授编译出版了一部《变态心理学》参考书。1986年,张伯源教授和陈仲庚教授编写出版了《变态心理学》,是国内第一部变态心理学教材,对促进该学科的教学具有重要意义。1993年王登峰教授编撰出版了一部《变态心理学》。21世纪初,我国出版了几部国外变态心理学教材的中译本,对推动国内变态心理学教材建设很有价值。此时,我国高等院校为满足社会对心理健康专业人才日益增长的需要,心理学和应用心理学专业迅速增多,变态心理学作为核心课程之一,其教材建设问题显得十分突出。2002年,杜文东教授等组织国内近20所医学院校组成“全



国医学院校心理学专业教材编写委员会”，开始了15部心理学系列教材的建设，我和李建明教授主编了《变态心理学》（2003年出版）。接着，顾瑜琦教授和胡佩诚教授组织编写了应用心理学系列教材和参考书，其中大型教科书《变态心理学》由我主编（2005年出版）。2005年，张伯源教授出版了第二部《变态心理学》教材。以后其他学者陆续出版了几部变态心理学教科书，如刘毅副教授（2005），王建平教授（2005），钱铭怡教授（2006），王登峰教授（2008）等。2006年，我国教育部首次将变态心理学列入普通高等教育“十一五”国家规划教材。我主编的国家“十一五”规划教材和卫生部“十一五”规划教材《变态心理学》由人民卫生出版社出版（2007），接着又主编了其配套教材《变态心理学复习考试题解集》，由人民卫生出版社出版（2008）。新世纪以来，我国变态心理学的教学基本建设和学科建设进入了较快的发展阶段。

但是，由于变态心理学内容的广泛性和异常心理的复杂性，仅有教科书还是难以满足日益增长的理论和实践的需要。因此，作者认为有必要对各类异常心理与行为专题进行系统和深入的总结。为此，我们邀请国内十余位专家教授成立了“变态心理学系列丛书编写委员会”，拟编写一套变态心理学系列丛书，以便能够较为系统和全面地反映心理障碍理论与应用的最新成果。

本套丛书选择了变态心理领域18个专题形成单行本，包括《心理障碍的紧急处理》、《进食障碍与肥胖症》、《应激障碍》、《人格与健康》、《人格障碍》、《性障碍》、《神经症》、《睡眠障碍》、《躯体形式障碍》、《情感障碍》、《自杀与自伤》、《心身疾病》、《智力障碍》、《儿童多动障碍》、《慢性疲劳综合征》、《职业倦怠》、《青春期心理障碍》和《青少年违法与犯罪》等。

作者在编撰本套丛书过程中力图体现以下特色：一是科学性。这套丛书是对异常心理与行为研究和临床成果的总结，遵



序 言

循科学的基本原则和途径,着重于其学术价值,而不是经验心理学的方法与结论;二是系统性。丛书的每一部都较为全面地反映了该类心理障碍的历史来源、发展过程、流行病学、原因与影响因素、理论机制、临床表现、诊断与鉴别诊断、预防和治疗等;三是实践性。本套丛书以解决问题为目的,强调应用价值,提供诊断和防治方法,注重理论与实践的结合;四是开放性。全套丛书力图反映国内外研究的最新成果,并以生物心理社会整体模式为指导,广泛吸收多学科的相关知识与研究资料,从不同角度反映异常心理的性质与特点。总而言之,作者试图为心理健康专业人员和广大对变态心理学有兴趣的人们提供一套既有理论又有实践、既能体现历史又反映进展的参考书。

本套丛书从设计到完成经历了一年多的时间,很荣幸地得到多方面的帮助。首先,人民卫生出版社领导的远见卓识,为本套丛书的立项给予了最大的支持,他们组织专家对丛书逐一论证,潘丽编辑热情地予以全程指导。其次,中华医学会行为医学分会和全国教育研究会医学心理学分会的专家给予大力支持并提出许多建设性意见,使编者受益匪浅。再次,丛书作者克服诸多困难,精诚合作,辛勤投入,较好地完成了编写任务。对此,我深表感谢!

由于时间和能力的限制,本套丛书肯定存在着很多缺点和不足,甚至是错误,我们恳切地希望广大读者不吝赐教。本套丛书也未能够反映变态心理学的全部,只讨论了其中部分专题。作者期待着更多学者的参与,产出更多更好的专著,以推动我国变态心理学学科建设,促进其科学研究、教学水平和临床质量的提高。

刘新民

2008年12月

前言



假如你是一位喜欢穿梭于丛林之中的探险家,来到了地球的某个角落。这里有两片广阔茂密的丛林,每片丛林里都长满了各种生物,有些是你认识的,但更多的却是不认识的,每片丛林都是一个复杂的令人称奇的生态系统,有太多需要探索的未知的东西吸引着你,让你兴致勃勃的想知道其庐山真面目。这本身就是一个难题,但不巧的是,这两片丛林又有很大的部分长在了一起,让你分不清它们的界限,甚至会让你在感叹其复杂和奇妙之余却无计可施。这两片丛林紧密联系着,相互影响着,彼此依赖着,如同两张交织在一起的大网。从某个角度来看,它们最终成为了一个统一的生态系统。

这两片丛林一个代表人格领域,一个代表健康领域,而我们就像是穿梭于这两片丛林之中的探索者。这个比喻很能说明人格与健康的复杂关系和我们面对人格与健康这个主题时的感受。两个本来十分复杂的东西密切交织在一起,乍一看简直就是“剪不断、理还乱”,而我们的工作却是需要理清它们之间的关系。

人格与健康之谜是人类一个永恒的话题,不论是人格领域,还是健康领域,都是跨越多个学科的研究主题,研究者们都会为其广阔宏大的规模和纷繁复杂的内容吸引。面对人格与健康这样一个极具挑战性的主题,虽然自知知识有限、学业尚浅,但如古人所云“天地生才有限,不宜妄自菲薄”,因此我们不敢怠慢,只有勤奋补拙,通力合作,竭力而为,以期本书出版,能将我们的拙见见诸于读者,也敬请各位同行多多批评指正!

在查阅资料和整理思路的过程中,我们也试图从多个视角



前言

理清两者的关系,进一步确定了指导思想,既要关注宏观的理论构建,也要关注微观的精细探索。如同丛林探索者一样,目的要明确,方法须得当,既要有探索的宏观地图和鸟瞰全局的视角,也要有对细节的深入考究,最终将这些信息整合为一体。在此基础上本书的框架渐渐清晰,并突出如下特点:

1. 紧跟前沿 我们试图将关于人格与健康这个主题既往和新近的研究成果进行综述、整合,按照我们构建的框架呈现给读者,使读者了解人格与健康领域的研究现况、进展及趋势。内容涉及人格心理学、健康心理学、行为医学、心身医学、精神病学、神经科学、心理测量学、遗传学(包括行为遗传学与分子遗传学)、进化心理学、积极心理学等多个学科领域。本书的许多资料也来自于这些领域新近的著作、综述和研究报告。

2. 紧扣主题 虽然当今人格领域和健康领域的研究都取得了令人瞩目的丰硕成果和激动人心的进展突破,但是本书中我们更加关注的不是人格,也不是健康,而是它们紧密交织在一起的那一部分——人格与健康的关系。因此,尽管两者的关系十分复杂,令人眼花缭乱,但本书重点的笔墨用在从不同的角度探讨人格与健康之间的密切联系上。

3. 框架简洁 本书的结构上并未涉及太多单纯人格或健康领域的有关研究,而是从两者的关系视角出发,整合出与此关系密切相关的内容作为综述的大框架,这在一定程度上也避免了本书与人格心理学、精神病学、健康心理学等书在内容上的大量重复,使人格与健康的复杂关系在一定程度上得到突出和澄清。我们对人格这一复杂的概念未做结构上具体的划分,而是在对人格与健康及其理论关系模型探讨的基础上,进一步深入分析了人格的生物学基础,之后重点突出了与人格关系密切的几个健康/疾病维度(心理健康/幸福感、心理疾病、躯体疾病)与人格之间的关系,来构成本书的主体部分。最后对人格与健康的测量方法进行了紧扣主题的有针对性的介绍。



本书的内容分为6个部分:

第一章,人格与健康概览。首先对人格和健康这两个极具争议的概念进行了探讨和界定,综述了一些关于这两个概念的观点,介绍了当今人格领域的研究进展和趋势以及人们对健康认识的不断发展。最后重点探讨了人格与健康的一般关系模型以及在理解人格与健康/疾病之间关系方面的理论解释,并进一步指出了人格与健康关系研究的局限性。

第二章,人格的生物学基础。作为当今人格领域与心理健康/疾病、躯体疾病关系密切的自然科学基础,该领域取得了令人瞩目的成果,极大地丰富了人格心理学的内容,提供了许多有价值的观点。这部分从当今人格生物学基础研究主要集中的三个领域,即人格的神经科学、人格遗传学和进化人格心理学研究3个方面进行了介绍。

第三章,人格与心理健康。本章从心理学历史发展的视角介绍了各理论流派及其代表人物对人格及心理健康的认识,并通过学者们的观点来探讨人格与心理健康的关系。结合当代积极心理学的最新进展,探讨了人格与主观幸福感的关系。

第四章,人格与健康的研究方法及应用。人格测验及健康评定量表是应用最为普遍的测验方法。在人格与健康的研究中,研究者关注到个体的行为与健康 and 疾病的关联,提出了A、B、C、D型性格特征并编制了相应的评定量表进行量化研究。此外,艾森克人格问卷(EPQ)、明尼苏达多相人格量表(MMPI)、大五人格测验(NEO)、卡特尔16种人格因素问卷(16PF)在临床工作也得到广泛应用。本章对目前常用的与人格与健康这一主题密切相关的心理测验进行了介绍。

第五章,人格与躯体疾病。在生物-心理-社会医学模式指导下,人格与躯体疾病的关系已经逐渐被重视,且研究也越来越多,如心血管科、神经科、消化科、内分泌科、肿瘤、妇科、儿科等相关疾病的患者均具有明显的人格特征。我们查找了近10年



前 言

的文献,结合我们的临床实践和当今心身医学、行为医学等领域的研究成果,试图找出人格与躯体疾病的联系,为更好地理解躯体疾病打开一个更加宽阔的窗口,拓宽干预手段。

第六章,人格与心理疾病。本章在综述众多研究成果的基础上,得出人格与心理疾病互相影响、互为因果这一基本结论,即一方面,人格在心理疾病的发生、发展、转归和预后等各个环节都可能发生作用,有些时候甚至是至关重要的决定性作用;另一方面,心理疾病的产生也会影响甚至改变一个人的人格特征。在此基础上进一步探讨了人格与几种常见心理疾病——精神分裂症、心境障碍、神经症、人格障碍的关系。

通书落笔成形之时,衷心感谢所有参加本书编写工作的同行们,正是大家的不辞劳苦、通力合作才使本书得以成形。

特别感谢本书所引成果的作者们!本书的成形得益于诸位学者们丰硕的研究成果。我们更多的是研究成果的综述者,不妥之处,恳请斧正!

由于编者知识、水平有限,本书中不足、不妥乃至错误之处,恳请各位读者多多批评指正,我们将不胜感激!

有关此书的意见请发至: mingtian@fimmu.com 或 zhjb@fimmu.com。

编 者

2008年12月于广州

目 录



第一章 人格与健康概览	1
第一节 人格的界定	1
一、人格的定义	2
二、人格的不同层次	4
三、人格的共性与差异	5
四、人格研究的基本单元	8
五、当代人格心理研究的新趋势	9
六、当代人格研究范式的新进展	12
七、人格定义和人格理论述评	17
第二节 健康的界定	20
一、健康概念的发展	21
二、WTO 提出的健康的标准	22
三、健康商数	22
四、心理健康的概念及标准	24
第三节 人格与健康的关系	27
一、人格与健康关系的一般模型及理论解释	28
二、人格与健康/疾病的关系	32
三、人格在疾病的诊断治疗过程中的变化及 作用	37
四、人格与健康关系研究的局限性	41
第二章 人格的生物学基础	45
第一节 人格的神经科学研究	45
一、人格的生物学模型	46



目 录

二、人格的神经解剖学基础	56
三、人格的神经电生理研究	59
四、人格的神经化学基础	63
第二节 人格的遗传基础	65
一、人格的行为遗传学基础	65
二、人格的分子遗传学机制	69
三、人格与环境	72
第三节 人格的进化心理学研究	77
一、从进化观看人格一致性与行为多样性	77
二、从进化观看人格的稳定性	78
三、进化人格五因素理论	79
四、人格差异的进化观	82
五、大五人格模型的进化论解释	91
第三章 人格与心理健康	98
第一节 当代人格理论与心理健康观的历史 发展	98
一、西方人格心理学的产生时期—— 20 世纪 30、40 年代	98
二、西方人格心理学的发展时期—— 20 世纪 30、40 年代至 50 年代	109
三、西方人格心理学的再发展时期—— 20 世纪 50 年代以后	117
四、人格理论与心理健康的关系评述	137
第二节 人格与主观幸福感	138
一、研究人格与主观幸福感关系的困难	139
二、人格与主观幸福感关系的理论模式	142
三、各种人格特质与主观幸福感关系的研究	144
四、人格与主观幸福感未来研究的方向	149



第四章 人格与健康的研究方法及应用	152
第一节 A、B、C、D 型性格(行为)研究	152
一、A 型、B 型行为研究	152
二、C 型人格量表	164
三、D 型人格量表	171
第二节 艾森克人格问卷(Eysenck Personality Questionnaire, EPQ)	176
一、EPQ 的理论基础与修订	176
二、EPQ 的结构和维度	178
三、EPQ 的实施与计分	179
四、EPQ 的解释	179
五、EPQ 的应用与评价	182
第三节 明尼苏达多相人格问卷	183
一、概况	183
二、测验的结构与内容	186
三、实施与计分	189
四、结果分析与解释	192
五、MMPI 的应用与评价	196
第四节 NEO 人格问卷	198
一、“大五因素”人格模型概述	198
二、NEO-PI-R 的内容与实施	199
三、NEO-PI-R 的标准化	207
四、NEO-PI-R 的结果分析及应用	209
五、大五人格测验的临床应用及评价	213
第五节 卡特尔 16 种人格因素测验	217
一、概述	217
二、内容与实施	218
三、结果与分析	220



目 录

第五章 人格与躯体疾病	231
第一节 人格与消化系统疾病	231
一、人格与消化不良	232
二、人格与消化性溃疡	234
三、人格与胃食管反流病	236
四、人格与炎症性结肠病	236
五、人格与肠易激综合征	237
六、人格与慢性丙型肝炎	238
第二节 人格与心血管系统疾病	239
一、人格与冠心病	240
二、人格与高血压	246
第三节 人格与呼吸系统疾病	248
一、人格与哮喘	249
二、人格与慢性阻塞性肺病	251
第四节 人格与内分泌系统疾病	252
一、人格与代谢综合征	252
二、人格与糖尿病	253
三、人格与肥胖症	255
第五节 人格与神经系统疾病	257
一、人格与偏头痛	257
二、人格与眩晕	258
三、人格与癫痫	259
第六节 人格与妇儿科疾病	261
一、人格与妇科疾病	262
二、人格与儿科疾病	267
第七节 人格与肿瘤	269
第八节 人格与其他系统疾病	273
一、人格与骨骼肌肉系统疾病	273
二、人格与皮肤系统疾病	276



三、人格与男性性功能障碍疾病	277
四、人格与慢性疲劳综合征	278
五、人格与语音障碍	279
 第六章 人格与心理疾病	287
第一节 人格与精神分裂症	287
一、精神分裂症简介	287
二、人格与精神分裂症的关系	291
第二节 人格与心境障碍	299
一、人格与抑郁症	299
二、人格与双相情感障碍	310
第三节 人格与神经症	314
一、神经症患者共有的人格特征	315
二、人格与焦虑症	316
三、人格与强迫症	319
四、人格与恐怖症	324
第四节 人格障碍患者的个性特征	326
一、人格障碍概述	327
二、边缘型人格障碍	330
三、偏执型人格障碍	332
四、反社会人格障碍	334
五、表演性(癡症性)人格障碍	335
六、强迫型人格障碍	337
七、自恋型人格障碍	338
八、分裂型人格障碍	340
九、分裂样人格障碍	341