

学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

二十一世纪中小生素质教育文库(71)

人格的培养



人 格 的 培 养

人格概述

人格概念

如果说性格是由各种性格特征结合而成的复杂结构，那么人格则是包含性格在内的复杂结构。每一个人都有比较系统、完整的关于自己以及对接触的人的行为、品行的看法，不论你是否意识到它的存在，它实际上就是一种潜在的“人格理论”，这种理论帮助你随时随地解释和预测他人的行为并控制自己的行为。那么究竟什么叫人格？明确阐明这一概念并不是一件很容易的事。有许多概念多与人的行为风格相联系，诸如气质、性格、个性等。因此，对人格概念的理解最好通过与之有关概念的相互对照、把握它们的相似性与区别而获得。

人格

人格一词的英文 personality 是从拉丁文 persona 演变来的。拉丁文的原意是面具。面具是用来在戏剧中表明人物身份和性格的，而这也就是人格最初的含义。早在古希腊时期，人们就已使用“人格”的概念，并引申出较复杂的含义，包括：一个人的外在行为表现方式，他在生活中扮演的角色，与其工作相适应的个人品质的总和，声望和尊严。在现代英文词典里，仍然可以在“人格”（personality）这一词条下看到上述含义的影子。

心理学家们对人格的定义并不完全一致。阿尔波特（G. Allport）曾列举出 50 种不同的定义，足见人格概念中的分歧，同时还表明人格的复杂性。但众多定义有一个基本相似的看法，即认为人格是与人的行为风格或行为模式有关的概念。从以下各种定义可以看到这种共识：“人格是个体由遗传和环境决定的实际的和潜在的行为模式的总和”（艾森克，1955）；“人格是一种倾向，可借以预测一个人在给定情境中的行为，它是与个体的外显的和内隐的行为联系在一起”（卡特尔，1965）；“人格的稳定的心理结构和过程，它组织人的经验，形成人的行为和对环境的反应”（拉扎勒斯，1979）；“人格是个人心理特征的统一，决定（内隐，外显的）行为，同他人的行为有稳定的差异”（米歇尔，1980）。如果把诸多界说总结起来，可以这样概括：人格是心理特征的整合统一体，是一个相对稳定的结构组织，在不同时空背景下影响人的外显和内隐行为模式的心理特性。人格标志一个人具有的独特性，并反映人的自然性与社会性的交织。

这个定义反映了人格的复杂性与多维性，它包括：

1. 整体性

人格标志一个人表现在行为模式中的心理特性的整合体，它是一种心理组织，构建成一个人内在的心理特征结构。它不能被直接观察，但却经常体现在人的行为之中，使个体表现出带有个人整体倾向的精神风貌。

2. 稳定性

由许多个性特征组成的人格结构是相对稳定的，在行为中恒常地、一贯地予以表现。这种稳定性具有跨时空的性质，即通过个体人格，各种情境刺激在作用上获得等值，产生个体行为上广泛的一致性。但是这种稳定性是可变的、发展的而不是刻板的。这是因为：各种人格特征在某个人身上整合的程度（如稳定性）不同；一个人可能具有相反性质的特征，在不同情境中可

反映它们不同的方面；暂时性地受情境的制约，表现出来的并非个人的稳定特性。

3. 个体性

由于人格结构组合的多样性，构成了不同人之间的个体差异性。尽管不同人可以有某些相同的个别特征，但他们的整体人格不会是完全相同的。

4. 动机性与适应性

人格“支撑”行为，它驱使人趋向或回避某种行动，寻找或躲开某些刺激，人格是构成人的内在驱动力的一个方面，它的动机性与内驱力或情绪不同，它似乎是“派生的”，情境刺激通过人格的“折射”引导行为，致使行为带有个体人格倾向的烙印，成为一定的行为模式。人格的这种驱动力反映着人格对人的生活活动具有适应性的品质。

5. 自然性与社会性的综合

人格蕴含着人的自然属性和社会文化价值两方面。人格是在个体生活过程中形成的，它在极大程度上受社会文化、教育教养内容和方式的塑造，然而它以个体的神经解剖生理特点为基础。

由于翻译上的原因和中文的习惯，人们也常用“人性”一词代替人格，它们在概念含义上是一样的。不过，在日常生活中，使用个性一词常常更强调个体的独特性。而对人格一词，日常又往往在贬意上使用，（如“某人人格太差”），这样的使用把人格完全归结为道德范畴，就违背了其科学含义。

人格概念注重人的独特性，但是，这并不意味着人格心理学家们不关心普遍性规律。实际上，心理学家们相信：存在着一定的共同规律，它们可适用于所有人类个体；揭示人的共性与说明人之间的差异（即人的特殊性），以及通过揭示人的个别性来得到共同规律，同样重要。因此，人格心理学家肩负着双重任务：既要解释人的行为的共性，又要解释人之间的个体差异。前者是一般规律研究（nomothetic approach），后者是个体化研究（idiographic approach）。实际上，二者是密切联系着的，共性从个性而来；个性中体现着共性。

需要说明的是，许多心理学家在概念上把人格规定为人惯常表现出的具有一贯性、稳定性的行为模式或心理特性。也就是说，人格具有跨时间、空间（情境）的一致性。由于这种一致性，我们才能识别出每一个人，把他同别人区别开来。这种在不同其他人之中寻求一致性的认识倾向，是人知觉恒常性的一种扩展形态，前者针对人，后者针对客观事物，但都是人的认识的一种特点：寻求规律，从而使世界看起来更有序、更容易预测，使我们的认识更为简捷、经济。然而，就像人们的知觉恒常性并不总是百分之百地可靠一样，我们关于人格一致性的看法，也会有其片面性，而并非总是可靠。

气质

气质（temperament）的概念和人格概念一样古老。早在古希腊时期，人们就把行为风格同人的体液相联系，以此说明、预测行为。在以后的认识发展中，人们又把气质同其他体质因素如腺体、体格（体型）、血型等相联系。现代心理学的一种看法是：气质是由生理尤其是神经结构和机能决定的心理活动的动力属性，表现为行为的能和时间方面的特点。如行为的强度、反应的速度、活动的持久性和稳定性等。比如，人们常说的“冲动”与“文静”、“敏感”与“迟钝”、“急性子”与“有耐性”等，都是描述的气质，都是

指行为的动力与时间特点。

不难看出，气质和人格一样，是与行为模式相联系的一个概念。然而，由于气质被定义为较多、较明显地与人的体质因素相关，因此又与人格有一些区别：（1）气质更多同生理因素而不是环境因素相联系，因此较为固定而不易受外因左右；（2）既然同生理因素关系密切，从种系发展来看，气质更多同生物进化相联系，而人格则更多受社会文化历史背景的影响；（3）由于更多依赖于生理基础，从个体发展来看，气质出现得较早，而人格则是在个体生长过程中逐渐形成的。

广义地说，气质是人格形成的基础，是人格发展的自然基础和内因，它使人格带有一定的气质色彩。是构成人格的一个重要部分，是人格中较多由生物性决定的方面，是人格的先天预置结构，它对环境的依赖性较小，不带有道德价值和社会评价的内涵。

人格的形成和发展

众所周知，一个人的思维能力是在他的一生中通过学习讨论和解决问题时所取得的经验的基础上逐步发展的。人格也是这样，它是个人参与各种社会交互活动，通过同别人的接触，把这些社会交互作用时取得的经验加以内化所形成的。下面我们对人格形成中的某些因素作一番简要的分析。

机体的状况

一个人的身高、体重和外貌以及后天造成一些缺陷等，对他的人格会产生某些影响。符合社会所赞许的体格标准的人往往具有较好的社会反应，反之则可能会产生较多的个人问题。这是因为机体的状况中有些因素有助于社会上所认可的那些技能的发展，而有些因素则有碍于这些技能的施展。有些身体特征符合或不符合当时当地的社会文化价值观念，往往会对一个人的自我敏感性产生重大的影响。有的人逐渐养成了娇矜自恃的习性，有的人则产生自愧不如人的自我感觉。但应该指出的是，一个人的人格物质并不直接来自机体的因素。人的本性不是抽象的自然性和生物性，而是人类历史中形成的社会性。人的生物性（包括遗传的各种特点）并不能直接决定人的心理特点，人的人格物质，只有在社会关系中才能决定。先天跛足的人不一定产生自卑的感觉，只有在遇到周围人的贬低和排斥时，才有可能形成自卑心理。个性，在其现实性上，必然是一定社会关系的总和。马克思主义的这一出发点是颠扑不破的，不可动摇的。

家庭和学校的影晌

伦理道德观念和态度是人格的重要组成部分。家庭对儿童的道德面貌的影响是很大的。有人把儿童的公正观念与父母、教师和同伴的加以比较，结果发现，父母与其子女的观念之间的相关要比同其他人的相关高得多，而母亲与其子女的道德信念之间的关系比父亲与其子女之间的更为接近。但是，父母与其子女之间的相似性随着年龄的增长而递减。这意味着，儿童成长后，他的信念和态度受他家庭以外的群体以及正规教育等社会因素的影响更多了。

儿童进入学校后，影响他的人格发展的因素就更广泛了。学校中最重要的一个影响因素就是集体态度和集体情感，即人们常说的“班风”或“校风”。

很多人认为，一个人读些什么书对他的性格和人格的发展有重要影响。

作家相信文学名著的影响价值，艺术家看重音乐、绘画名作的感染力量，那些宗教教徒们则强调阅读教义经典著作的重要意义。事实上，要确定阅读某种材料对一个人性格和人格的某个方面的影响是很困难的。一般说来，文学作品、电影、电视等传播媒介以及其他艺术形式对一个人人格发展的影响，主要是通过强烈的情感发挥作用的。因此，有人曾认为，患偷盗癖的人，他们的偷盗行为是与满足感相联结着的，如果使之与烦恼感相联结，就可成功地治好这种癖性。但若解决一个比这要复杂得多的问题，这种做法就太简单了。

社会学习和社会规范的内化

一个人的人格特征不是自发产生的，而是习得的结果。一般说来，同获得知识和技能的原理并无多大区别。一个人的道德标准和价值系统，部分是在教育过程中学会，但更多的是在不知不觉中偶然习得的。这实质上是一种社会学习。特殊文化中的道德信念和价值观念一旦被人在潜移默化中所吸收，它们就被逐步内化，组合成为“自我”，构成人格的一个部分。个体对自己人格核心部分的防卫尤为严密，不到万不得已决不会轻易泄露其隐私的。

个体的信念和态度经过高度抽象化和概括化，就形成了他想往自己成为具有一定道德面貌的人的道德理想，这些理想又会升华为观念上的道德命令。当一个人的行动背离社会道德标准时，他便会受到“良心的谴责”。

道德信念和价值系统内化为“良心”是一个缓慢的历程，即使成年人也往往只是部分地完成了这种过程。

人格的稳定性与人格差异

在不同时间和不同情境中个体的人格特征在多大程度上能保持一致性？也就是说，人的人格有多大程度的稳定性呢？一个关于性格和人体稳定性的典型研究作出了解答。这项研究最初由哈维赫斯特(R. J. Harvighurst)和泰伯(Taba)于1949年进行。在《青少年的性格和人格》一书中，他们指出，要评价一个人的道德声誉，由和这个人长期接触的非专业心理学工作者来作，比由不了解他的专业心理学人员来作更切合实际。因此，他们采用“声誉评定法”进行研究。这一研究的范围相当可观，美国伊利诺斯州普莱利城全城10~16岁的少年都是他们的研究对象。

哈维赫斯特和泰伯把一个人的道德声誉分解为诚实、负责、义勇、忠诚和友谊等五项主要指标，由被研究的青少年的教师、家长、邻居和同伴广泛地进行评定，获得了大量的个案材料。他们在研究中发现，性格和人格上的不一致和前后矛盾是所有被试都具有的特征，但他们又认为，在青少年的成熟过程中仍然可以找到行为上的一贯的模式。他们把青少年的性格分为五种类型：能够自我管理的人；能够适应环境和周围人的人；顺从的人；违抗的人；不能适应的人。

50年代末和60年代初，佩克(Peck)和哈维赫斯特参考了哈维赫斯特和泰伯的研究材料和结果，用观察、记录、调查等方法，对十年前曾经研究过的对象进行追踪研究，以考察其一贯的道德态度和作风。他们把研究的重点放在探索青少年人格发展的持久性和预见性上。在对大量材料进行分析后，他们认为，在性格研究中采用经验性的描述和总结方法并非完全不恰当，

而取样的连续性有助于获得儿童性格发展的全貌，并且可以作出某些预见。

佩克和哈维赫斯特在他们的《性格发展心理学》一书中的结论是：人的性格结构具有相对的稳定性，就是说，一个人外表的举止行为变了，一个人性格的基本结构却是不变的。人的性格发展中有动和静两种因素，性格发展的各个连续阶段就是动的因素，性格类型始终保持相对稳定就是静的因素。这两种因素是相互依存的。在任何一种道德行为中，两者都是固有的。

每个人的人格都有其稳定性的一面，这是在同一文化环境下各个体之间的共同特性。我们所说的人格差异，指的是各个人所具有的这种共同特性上的不同质量。这方面的差异可以从人格的类型上去作分析，也可以从人格的特质上去作分析。因此我们可以说，一个人的人格问题，同智力一样，也是一个个别差异问题。

人格的研究方法

人格研究是心理学中的难点之一。要想研究人格，首先要有可靠的方法。现代科学研究的特点是：使用实验法而不是思辨推理；通过直接观察来收集数据；使用可重复的方法和结果，以便对所作出的假设或结论予以证明、修定甚至否定。

个案法

在人格研究中，个案法是大量收集有关个人的资料的理想方法。它通过谈话、测验、观察、各类文字作品，组成关于个体的传记，深刻描述所研究的对象，建立起一个把个体的外部行为与内在主观状态相联系的整合模型，既说明其外在行为的原因，也说明外在表现与内在动力的差别。尤其是，个案法搜集和提供有关个人历史的较全面的材料，对于考察一个人在各种自然生活情境中的人格变化十分有用，对预测行为有一定的价值。

个案法也存在一些明显的缺点。一方面，它对观察的内容缺乏控制，特别是它的资料有时采于事后，对内容的可靠性难于把握。另一方面，由于它针对具体的个体，所得到的结论难于比较和推广。

一般来说，心理学家用个案法进行个体化的特殊规律的研究。在这种研究中，每一种心理特征被看成是某种人格所特有的，因为它的作用取决于所有特质的总体模式。比如，一些临床心理学家通常请病人以各种方式，如口头的、文字或图画的方式，自由描述自己的思想和感受，以此研究特定人的特性。这就是说，一种心理特征在不同人身上可能有不同的意义。与此相反，一般化的普遍规律研究认为，存在基本的人格结构，这种结构体现于每个人都共有的普遍性的特征维度上；不同的人只是在所具有的人格特征（维度）上有程度的不同。比如，有些心理学家让人们对指定的特征用一定的评分尺度评定适用于自己的程度。这是把一种特征看作对于所有的人来说只是程度上的差别的一种观点和做法。

相关研究

相关方法在人格研究中被用来确定在同样条件下所观察到的一组对象的两种或多种行为之间是否有一致性关系。比如，一些心理学家用这种方法考察某些人格特性与患心血管疾病的关系，发现具有高竞争性、时间紧张感等特点的人，冠心病发病率要高。由于这种方法可以针对大样本实施，易于得到大量精确资料，故而被相当广泛地使用。

相关方法也有其缺陷，它不能说明两个相关对象的关系方向，不知道谁是原因、谁是结果，或者也可能根本没有因果关系。因此，由这种方法得到的结论虽然可以推广、适用于较大的群体，但其深刻性却不如个案法。

实验法

在现代心理学中，越来越多地采用实验方法来研究人格。比如，我们在有关知觉一章中曾介绍了知觉与场依存性的关系。这既是知觉特点的研究，也是有关人格的实验研究。这个实验揭示：具有场独立人格的人在知觉时更多依据个人的内在标准，而不是轻易地被环境条件所左右。实验法给人格研究注入了新的生机。实验法的优点在于，可探索刺激条件与种种对人格具有标示性的行为之间的因果关系，检验有关人格的假设。实验法之所以能够做到这一点，是因为它可控制变量，具有精确化、可信度高等特点。

然而，实验法同样也有其不足。由于实施高度控制化、精确化、具体化，收集的信息量也大大缩小，与现实生活中的真实情境差异较大，可推广性也就较差。

人格类型的差异

人格类型差异研究概况

在很早的年代，有些医学家和哲学家就有把人的性格和气质分成有各种不同的类型的企图。我国古代医学哲学家提出的阴阳五行说，古代希腊和罗马医生提出的气质四体液说均属此类。这些区分都缺乏坚实可靠的科学根据，我们可不必讨论。这里只将近代的几种重要的人格类型学说作一简要介绍。

荣格的分类

瑞士精神病学家荣格（C. G. Jung）把人的性格分为外倾和内倾两种类型。他认为，精神活动的根本力量是生命力，这种活动的力量如果趋向于事物，便形成外倾型人格，若是趋向于主观自身，便形成内倾型人格。而精神活动有思考、感情、感觉和直觉四种根本机能，由此而推演出8种人格类型，即思考的外倾型、感情的外倾型、感觉的外倾型、直觉的外倾型和思考的内倾型、感情的内倾型、感觉的内倾型、直觉的内倾型。后来他又提出介乎这两种类型之间还有中间型。值得我们注意的是，荣格的分类标准并不是一致的，初次分类是以自我与环境的关系而定，而派生的分类却又是以心理机能为标准。

克雷奇默尔的分类

精神病学家克雷奇默尔（E. Kretschmer 和 S. N. Kretschmer）测量精神病患者的体质时发现，躁郁狂者大多属于圆胖型，早发痴呆症患者多数属于瘦长型或强壮型。他们更对这几种体型的健康人加以研究发现，圆胖型的人多半有躁郁病人所有的行为特征。而瘦长与强壮型的人有早发痴呆病人所具有的行为特征。所以，他们将人格可分为两大类型，即躁郁狂型和早发痴呆型。前者大多是健谈的乐观者，冷静的幽默者，正直的负责者，好享乐者，讲求实际者。后者大多是高傲的爱美者，超越的理想家，冷酷的支配者，利己主义者，以及极端孤独的人。克雷奇默尔将人格类型建立在现代生物学形态的基础上是一个重要的进步，但这一理论由对精神病患者的观察推及正常人就未必可靠了。

杨施的分类

德国心理学家和内科医学教授杨施兄弟（E. R. Jaensch 和 W. Jaensch）先从心理方面以遗觉象为出发点研究人的心身组织，认为个体可分成两大类型，即类手足搐搦性型（Tetanoid type，简称T型）和类甲状腺病型（Basedow type，简称B型）。T型人与手足搐搦性精神病的情形相类似，其遗觉类似于后象，行为特征是隐的，非社交的，好独处，精神活动少。B型人类似于精神病中的甲状腺病，其遗觉类似于忆象，行为特征是对事物有兴趣，好变动，多想象。

斯普兰格的分类

德国哲学家和心理学家斯普兰格（E. Spranger）从文化学的观点出发来划分人格类型。他认为人类的精神活动，不外知识、经济、艺术、社会、政治、宗教六个方面；个人精神活动的意义，即可从这些方面的表现中去估量。这些方面的活动构成六种理想的人格类型，即理论型、经济型、艺术型、社会型、权力型、宗教型。斯普兰格的人格分类并非依据归纳的结果，而是从

文化价值中演绎而得的。有人认为这种分类完全依据主观臆断，也不无道理。

人格的类型不能单从行为上看，还须从生理方面来看。近代有许多生理学家、心理学家和精神病学家还在这方面努力，想从生理学方面找出人格类型的基础。

柏尔曼的分类

美国心理学家柏尔曼（L. Berman）根据人的某种腺体分泌激素的多少，把人分成：

甲状腺型。如果分泌物多，表现为精神饱满，感觉灵敏，意志力强；分泌物少则表现为迟钝、缓慢、可能发生痴呆症。

肾上腺型。精神健旺，雄壮有力，情绪易激动，好斗。

脑垂体型。如果分泌物增多，表现为性欲强，脑力发达，有自制力；分泌物减少，则肌肉萎弱，精力不足。

副甲状腺型。分泌物多，表现为易激动，缺乏控制力；分泌物少，则表现为精力不足，缺乏生活兴趣。

性腺型。分泌物多，表现为进攻性，行为猛烈；分泌物不足，则进攻行为很少，容易对文学艺术感兴趣。

古川竹二的分类

日本学者古川竹二根据血型把人的气质划分为四种类型：A型气质的人，内倾保守、温和、老实稳重、多疑、怕羞、顺从、依赖他人、情感易冲动；B型气质的人，外倾积极、感觉灵敏、镇静、不怕羞、喜社交、好管闲事；AB型气质的人，兼有A、B型的特征，O型气质的人，对己对人都是积极的，志向坚强、好胜、霸道、不听指挥、喜欢指使别人、有胆识、不愿吃亏。

路德莱姆的分类

医学家路德莱姆（D. W. Ludlem）曾把精神病人的血液、唾液、汗水及尿液加以化学分析，发现躁郁狂病人的唾液均呈碱性反应，汗水与尿液则酸性与碱性都有，随时变化而不固定。早发痴呆病人的血液均呈酸性。后来莱希（G. J. Rich）对正常人作了同样的研究，结果完全相似，即感情易激动者的体液呈酸性，而性情沉静者呈碱性。由此可知，体内的化学变化与个人人格也有一定的关系。

总之，人格类型差异的研究，曾风行一时，赞成的人固然把它看作是了解人的行为的钥匙，但诋毁的人则认为它缺乏科学的根据。

个人的人格是否有一定的类型

这个问题包含两层意思：一是个人的人格是否仅仅是一些社会行为倾向的集合体，人格本身是否有一定的特殊的性质？二是假如我们承认每个人的人格都有一定的特殊的性质，那末个人间的差异是否只有量的差异，而无质的不同？

先说第一个问题。我们认为，对于人格差异的研究，如果只是注意于人格组成成分的分析，就难免重犯注重心理元素分析方法的错误，对整个人格的了解帮助不大。假如我们从整体性去了解人格，则类型的观点就不能不采用。科学的任务重在分类。个人的人格虽有差异，但也有其共同点。人格类型研究就是要在这一千差万别之中找出其共同点，把属于这一共同点的归为一类，属于另一共同点的又归成另一类。这种归类不仅有逻辑上的需要，社会

实践也是需要的。例如，我们说某人“忠厚”，某人“圆通”，并不纯是道德的意义，而是指整个人格而言，戏剧中常用脸谱和服饰以代表某类人格，文学作品中也常有对某类典型人物的描写。所以心理学所研究的问题如果不是抽象的概念，而是具体的事实，则类型的观点就是必要的。

再说第二个问题。有不少心理学家根据常态分布的事实来反对人格类型，认为个人间的差异只是量的，而没有质的不同。伍德沃斯曾经说：“我们可以断定，不能把人分为若干性质不同的集团，只能按一种中数或平均数分布，集中在中数的个人为最多，由中数至两端的个人逐渐减少。”然而，类型学所研究的问题恰恰就是一个性质的问题，而不是数量的问题，例如色觉，只问红与绿有什么不同的性质，而不去问红有多少种，绿有多少种。在类型学看来，无论何种红都是属于红这一类型的。所以，人格的差异，是性质的差异，决不能用常态分布去表示，我们姑且承认人格在某些方面的差异是属于量的，但殊不知这种差异到了一定的程度就起质变了。如果懂得了量与质的辩证关系，那末人格类型差异问题就迎刃而解了。

人格类型差异研究的途径

把握人格类型差异研究的正确观点

现代关于人格类型的研究大多偏重于生理方面，如杨施的遗觉象研究，本来是从纯心理现象出发，但后来也把它推演到生理方面去了，同时又似乎承认各种类型都是固定不变的。若用这种观点推演下去，就很容易把人格类型看作是一种先天的产物。其实，人格的类型也是发展着的，不断改变的。一个儿童，如果身体不十分健壮而又处在一个同伴很少并且十分不幸福的家庭，其社会行为必然是退缩的，极容易形成一种内倾型的人格。后来，如果他的身体强健了，又受到各方面的种种鼓励，也很容易成为一个乐观进取，即所谓外倾型的人。有时候，可能由于“刺激的束缚”，使那些“问题儿童”显现出所特有的顺应不良的行为方式。例如，有一个在多数场合下非常内倾的男孩，在一次野营活动中担任某项领导职务后，马上就变得格外积极。由于这个男孩有高超的航行知识和技能，他在划船方面的经验远远超过别的儿童，他有了自信心，在水上表现出很积极的领导才能，后来就被评为很外倾的人了。这证明，他原先的内倾就是一种顺应不良的行为反应。

这种人格类型的先天性观念在某些心理学实验中也会出现。例如有一个实验情境，将儿童先后引到一间房中来，房中的桌子前坐着一个陌生人，手里拿着玩具玩着，看儿童对玩具作什么反应。结果是有些儿童见了生人羞涩不前，而有的儿童则毫无顾忌，见了玩具就要。研究者根据这类实验认为，那些羞涩不前的儿童，便是内倾型的，而那些毫无顾忌的便是外倾型的；而且还认为女孩多属内倾型，而男孩多属外倾型。一个人的性格类型在四岁或五岁，甚至更小的时候就已经形成了，并且一开始就存在性别上的差异。但这个实验是值得怀疑的。儿童对于一种情境的态度受过去行为习惯的影响很大，在未经考虑每个儿童过去的生活习惯的情况下，怎能断定儿童性格类型的差异以及性别上的差异呢？更何况这个研究没有把同一儿童在受生活环境变动后再加以重复实验，因此，我们不能据此断定人格的类型差异是不变的。

总之，在人格类型差异研究中，我们应把握住这样一个观点，即人格特征并不是直接来自机体的因素，但它们确有生理学的根源。婴儿最初是作为

一种有机体而生活的，后来发展成为一个社会的人，这就说明一个人的人格类型是在他所处的社会关系中不断发展变化的。

应该确立人格类型的分类标准

人格类型的研究几乎人各一说。尽管有些人的研究结果大致相同，如杨施的 T 型与克雷奇默尔的早发痴呆型和荣格的内倾型相类似，B 型与躁郁狂型和外倾型相类似，但与斯普兰格和柏尔曼的分类对照起来就相差很大了。如果我们承认人的人格可用类型来表示，而所表示的又是具体的事实，则不应该有这样的分歧，因为真相只有一种。现在人格类型差异研究之所以有这样的分歧，是由于：各人的出发点不同；各人所着重行为种类不同；各人分类的标准不同。这些分歧现象当然是科学发展中的必然现象，何况整个心理学也还在分歧状态之中，属于心理学一部分的人格类型研究当然也不会例外。因此，在人格类型差异研究上要求有一个统一的标准必须从逐步的研究中摸索前进，但不能希望在目前就达到这个地步。

气 质

我们生活的世界是纷繁多样的。为了更好地把握事物，我们总要对事物进行概括和分类。这使得我们对事物的认识变得经济、简捷。我们对人的认识也不例外。心理学家对人格研究所作的努力之一，就是试图对人的行为品质进行概括、归类，以期达到对人的了解。

气质类型学说

所谓气质类型，是指气质特征的特殊组合模式。类型说研究主张：可根据特殊的相似性对人进行分类，这些类别应当互相不重叠，也就是说，类型是全或无的现象，非此即彼，在各种类型中必具其一，而且不同类型之间并无交叉重合。这种设想是可以理解的，否则分类也就失去了意义。从历来的类型理论来看，气质类型大多是被设定用来说明某些简单的、极为显见或易于确定的特征与行为之间的关系的。

体液说

最早的类型理论是在公元前 500 年左右由希腊医生希波克拉底（Hippocrates）提出来的。希波克拉底认为，人体内有 4 种基本体液：血液、粘液、黑胆汁、黄胆汁；每种体液对应于一种气质；人体中的 4 种体液可以有不同的配置，其中占优势的体液主导着人的气质类型。500 年后，罗马医生盖伦（Galen）对希波克拉底的 4 种类型分类采用了气质概念，这就是近代气质概念的来源。这 4 种体液与气质的对应关系是：

- 血液—多血质：活泼，快乐，好动；
- 粘液—粘液质：沉静，情绪淡漠，不好动；
- 黑胆汁—抑郁质：忧郁，不快活，易哀愁；
- 黄胆汁—胆汁质：兴奋性强，急噪易怒。

希波克拉底的体液说的科学性受到后人的怀疑和批评。一来，把人体内的体液划分为 4 种的做法并不合理；二来，并不存在不同体液的主导关系，体液同人格的关系也并不明确。然而，希波克拉底的理论对后世的影响却很大，原因是虽然体液与气质的关系并不那么可靠，但他对气质的 4 种划分本身却是有道理的，这 4 种类型在人们之中很容易看到。后来，人们对这 4 种类型作了进一步探讨，给出了较为明确的界定，对 4 种气质类型的特征作了如下说明：

- 多血质：敏感性低，反应性、主动性强，兴奋与抑制过程的平衡较好，情绪兴奋性高，可塑性高，外倾。
- 胆汁质：敏感性低，反应性、主动性强，行为较刻板，情绪好冲动，抑制力差，外倾。
- 粘液质：敏感性低，反应性低，反应迟缓，行为刻板，兴奋性弱，情绪平和，内倾。
- 抑郁质：敏感性高，反应性和主动性低，反应迟缓，刻板，情绪抑郁，内倾。

高级神经活动类型说

原苏联生理学家巴甫洛夫对人的高级神经活动特点进行了大量研究，提出了描述神经活动的 3 种维度：（1）神经细胞工作能力的兴奋和抑制过程的

强度；（2）神经系统的平衡性，即兴奋与抑制过程一致性的程度；（3）神经过程的灵活性，即兴奋与抑制过程转换的快慢难易。巴甫洛夫指出：这3种维度上的不同表现可以组合成4种神经系统活动类型。这4种气质类型与体液说的4种类型有很好的对应关系。这种殊途同归的现象本身意味着这4种气质可能是的确存在的。

1. 强、平衡、灵活型（活泼型）

相当于多血质。这种类型的个体能根据刺激调整自己的活动，适应性较好。巴甫洛夫认为这是一种健康、顽强、充满活力的神经系统类型，对恶劣的心理、社会环境有较高的抵抗力。

2. 强、平衡、迟缓（不灵活）型（安静型）

相当于粘液质。这种类型与多血质有许多类似之处，不同的是，这种类型的个体行为惰性较强，因此不太容易适应迅速变化的环境。

3. 强、不平衡型（冲动型）

相当于胆汁质。这种类型的人兴奋强度胜过抑制强度，易冲动，神经质，对自己的行为常常难以控制。

4. 弱型

相当于抑郁质。这种类型的个体的神经细胞显得很脆弱，即使是正常强度的刺激对它们来说也嫌太强，导致神经细胞产生保护性抑制；外在刺激的迅速而频繁的变化会使个体行为紊乱。因此，这种类型的个体在适应生活方面有一定困难，容易表现出神经官能症病状。

巴甫洛夫的理论最初是以其在动物身上进行的研究实验而著名的，后来他与他的学生在儿童身上进行了推广研究，同样取得了重要成果。他们发现：多血质的儿童大脑各个部分较协调，语词能力发展迅速，言语清晰流畅，声音宏亮，并伴有活泼的体态、手势，有良好的模仿性。粘液质的人也很容易适应社会环境，言语能力发展迅速，但这类人言语速度较平缓，伴随的体态、手势较少。胆汁质的儿童在学校里常常难于遵守纪律，言语发展较前两者都要慢一些。抑郁质的儿童情绪低沉，言语缓慢，声调低弱，较易疲劳。

巴甫洛夫的研究与理论为古老的体液说的分类找到了新的生物依据，尤其是它把人格的生理基础由体液转到神经系统的活动上来，无疑要合理得多。

调节说

调节说是由波兰心理学家斯特里劳（Strelau）提出来的。这一理论吸取了巴甫洛夫高级神经活动学说的基本思想，前苏联心理学的活动论，同时引入了西方心理学有关唤醒的激活的观点。作为一名东欧的心理学家，斯特里劳把气质单独区分出来，将其定义为：有机体的、主要由生物因素决定的相当稳定的特点，由反应的外部特征表现出来。这些特质构成了行为的能量水平和时间特点。

斯特里劳认为，行为的能量水平是气质的主要成分，是一些人格维度的共同指标。诸如巴甫洛夫体系中的神经系统活动的强弱，艾森克理论中的内、外倾，唤醒水平的高低等，都是能量水平的反映。更具体的说，能量水平反映为两个方面。一个是反应性，指人对刺激（情境）的感受性、耐受性和反应强度。感受性高、耐受性低、反应强烈的个体，是高反应性个体；感受性低、耐受性高的个体为低反应性个体。能量水平的另一个反映是活动性，指

个体对一定数量和范围的刺激的组织和调节。通过活动，个体可以接近具有刺激意义的各种环境，或者逃避某些情境任务和其他环境因素的刺激影响。这种调节的目的在于使有机体的状态达到最佳水平，如最佳激活水平、最佳刺激水平、最佳适应水平等。这些最佳水平是活动性执行调节功能的标准。

斯特里劳提出的另一个行为指标是时间特性，包括反应速度、灵活性、持续性、反应节奏和节律性。反应速度体现为对刺激作出响应所需要的时间。灵活性是指根据环境变化而迅速改变反应方式的能力。持续性指刺激停止作用后仍继续保持反应的能力。反应节奏指一定时间内作出相同反应的能力。节律性是指相同反应之间的间隔规律。

斯特里劳认为，行为的反应性、活动性及时间特性等品质，是生物进化的产物，它们在人与环境的相互作用中起着重要的调节作用，既满足有机体对刺激的需要，又保护个体免受刺激的伤害。

体型说

与体液说相比，体型说则是一种很“现代”的观点。人们试图把人格同人的外部相貌、体征联系起来。这种把复杂的现象同简单、明显的事物相联系的做法，显然是过于简单化了。

体型说的观点在日常生活中很流行。比如，体态丰满往往被视为具有豁达、开朗的性格；眼睛小、眉毛低而短，被视为“贼相”，有心术不正之嫌；天庭饱满、大耳垂轮，被视为富于智慧；剑眉高竖、膀阔腰圆，被视为具有英雄气概。总之，人们习惯在相貌、体格与人格之间寻找对应，以至把相貌、体格看作是人格标志，是决定人格的因素。

体型说不仅见于民间，学术界也多有尝试。德国精神病医生克雷奇米尔（E. Kretschmer）发现，病人精神失常的类型与他们的体型有关。他确定了4种基本体型：矮胖型，虚弱型，强壮型，发育异常型。他总结了自己的临床经验，发现躁狂-抑郁症患者往往是矮胖型，精神分裂症患者往往是另3种体型中的一种。这意味着，不同体型的人患不同疾病的机率不一样。

最著名的体型说要算美国医生威廉·谢尔登（W. Sheldon）的理论。他区分出3种体格：内胚层型，中胚层型，外胚层型。与克雷奇米尔不同的是，谢尔登并没有把人绝对划归为某一类体型，而是用一个人多大程度上表现出某种基本体型的特征来说明其人格。由此，他划分出3种人格类型：内胚层型占主导体格的人为“内脏优势型”，中胚层型占主导体格的人为“身体紧张型”，外胚层型占主导体格的人为“大脑紧张型”。这3种类型的人的体格与人格对应特征如下：

内胚层型： 柔软、丰满，消化器官过度发达；	内脏优势型： 悠闲，好吃，喜社交，宽宏大量；
中胚层型： 肌肉发达，呈矩形身材，强壮有力；	身体优势型： 自信，大胆，健壮，精力充沛；
外胚层型： 瘦长、虚弱，头大，神经系统敏感。	大脑优势型： 内向，拘谨，胆怯，爱好艺术。

体型说看起来很简明，但这些理论对人格并没有很高的预测效度，并不

能从人的体格上预见行为和判定人格。这些人格划分在具体应用时失败的情形远多于成功的情形，却助长了人们的刻板印象甚至偏见，因此并没有被科学界接受。

激素理论

激素理论是由伯曼(L. Berman)提出来的。这个理论认为，内分泌腺的活动与气质有密切的关系。由于人的情绪性、活动的反应性和冲动性与内分泌因素有关，伯曼把气质分为下列4个类型：

甲状腺型：感觉灵敏，坚持性强。例如甲状腺机能不全的人，感觉、智力发育比较迟钝；

垂体腺型：智慧聪颖；

肾上腺型：情绪激动；

性腺型：性别角色突出。

把内分泌腺同气质联系起来，是一种很有意义的尝试，它进一步深化了人们关于气质同生理因素相关联的认识。不过，这种学说孤立地强调了内分泌腺的活动，过分夸大了内分泌腺的作用。现代生理学的研究表明，内分泌腺的活动，激素的合成和分泌，都直接或间接地受神经系统所支配，而内分泌腺的活动又反过来影响神经系统的活动。因此，不应把气质看作是仅由内分泌腺决定的。

气质维量说

近几十年来，人们开始思考不用古老的类型说而采用维量来说明气质。托马斯(Thomas)和切斯(Chess)进行了一项很著名的“纽约纵向追踪研究”(MYLS: New York Longitudinal Study)。该研究采用维量化方法对气质进行评定，更突出了气质作为心理活动或行为的动力(能量和时间)特点的本质。他们鉴别出的9个维量是：

活动水平：指行为活动的量；

心境性质：指生活中主导的具有相对持久稳定性情绪状态；

趋避性：对新异刺激是否乐于接近或躲避；

规律性：行为活动是否有规律；

适应性：对新环境是否能很好地适应；

反应阈限：引起反应的刺激水平有多高，即是否很灵敏；

反应强度：对刺激作出多大强度的反应；

注意转移：注意力是否能灵活地转换；

注意时间与维持：注意能维持多长时间。

维量理论的一大突出优点，是以9个方面的量化评定的整体组合来说明气质的，涉及了更全面的内容。而且这9个方面都是针对行为或活动的，直接反映了气质所蕴含的动力特征，能帮助人们更直观地了解气质概念。

气质的意义

由于气质反映了人的活动的能量和时间方面的动力特点，它对人的日常生活、工作有一定的影响。因此，了解气质的意义是很重要的。

气质类型无好坏之分

可以把人们相对地分为不同的气质类型，但却不能据此就把人区分为优劣、好坏，因为气质类型并不是人品的标签。任何一种气质类型在此一种情况下都可能是具有积极意义的，而在另一种情况下则可能是具有消极意义的。因此并不能说这种气质是好的，那种气质是坏的。举例来说，多血质的人情绪丰富，工作能力较强，容易适应新的环境，但注意力不稳定，兴趣容易转换。抑郁质的人工作中耐受力差，容易感到疲劳，但感情比较细腻，作事审慎小心，观察力敏锐，善于体察到别人不易发觉的细小事物。有谁能说多血质就是绝对优良的，而抑郁质则是彻底劣质的呢？

气质不决定人的社会价值和成就高低

在气质和社会价值、成就之间，同样没有对应关系。据研究，俄国的 4 位著名作家分别就是 4 种气质的典型代表：普希金是明显的胆汁质气质，赫尔岑是典型的多血质，克雷洛夫属于粘液质，果戈里则是抑郁质。他们各自具有不同的气质类型，但他们同样都在文学上取得了令人瞩目的成就，气质并没有决定他们的社会价值的高低。同样气质的人可以是对社会贡献差别极大的人，而不同气质的人也可能在成就上相差无几。“气质只是属于人的各种心理品质的动力方面，它使人的心理活动染上某些独特的色彩，却并不决定一个人性格的倾向性和能力的发展水平。”（曹日昌）

当然，不同特性的工作或职业对人的心理品质有不同的要求，这决定了不同气质可能适合于不同的工作。比如，有些工作要求具有灵活、机敏的反应能力，这对于多血质和胆汁质很适合，而对于粘液质和抑郁质的人则是勉为其难了。相反，有的工作要求持久、细致的操作，在这方面，粘液质和抑郁质就更容易胜任。

需要说明的是，虽然在心理学中尝试对人的气质进行分类，但这种分类只是相对的。很少有人是绝对的某种气质类型。现实中绝大多数人都是介于两种甚至多种类型之间的。其实这种混合形态使人们更容易适应多种环境的要求。因此，在看待人的气质时，不要作绝对化的类型判断。

人格特质论

人格特质理论把人格认定为是由诸多特质构成的。所谓特质，是指人拥有的、影响行为的品质或特性，它们作为一般化、稳定而持久的行为倾向而起作用。特质被看作为一种神经心理结构，也是一种先在的倾向，使个体以相对一贯的方式对刺激作出反应。

然而，对人格特质进行分类并不容易。比如，在英语中有大约 18000 个形容词可用于描述人格特质。这是不是说就有 18000 种人格？是否可对这些特质归并分类？该怎么分？或者，这些特质是否又可以相互不同地组合，形成更多种构型？为了回答这些问题，特质学家们作了长期的探索。特质研究是最早开展的人格研究，但直到今天，这方面的研究仍在持续，理论界并没有就现存的各种模型达成完全一致的意见。可见这是一条多么漫长而艰难的道路。

特质论并不是把人格分为绝对的类型，而是通常认为存在一些特质维度，每个人在这些特质上有不同的表现。比如，慷慨是一种特质，每个人都可在不同程度上具备这种特质，成为其人格的特色之一。而人之所以有差异，就在于不同的人有着不同的特质表现程度，形成不同的特质构型，以此来解释人的行为差异。

特质论的另一个特点是，它的研究大都采用人格测验和因素分析的统计技术，其结果又转化为人格量表，借以测定人格、预测行为。这对人格研究的量化和应用起到了推动作用。

阿尔波特的特质论

阿尔波特是人格特质论的创始人，他认为：特质是人格的构造单位，是真实存在于人内心的“一般倾向”，是对个别行为习惯整合的结果。特质具有相对持久性和动力性，能引导行为，并造成行为的一贯性，是个体独特性的来源。

阿尔波特尤其强调特质本身而不是环境因素决定着行为。他举例说，这个道德就像“火既可以熔化黄油，也可以固化鸡蛋”一样，虽然环境条件一样，但结果却不同，这是由不同事物的本质属性造成的。

人格特质的类别

阿尔波特指出，特质之间是相对独立而又彼此重叠的，一系列特质相互交织整合在一起，就构成了人格。然而，对于不同人来说，不同特质在人格中扮演的角色和起的作用并不相同。阿尔波特研究认为，每一个人都具有 3 种类型的特质：根本(cardinal)特质、核心(central)特质、次要(secondary)特质。

根本特质又称枢纽特质。这种特质主导着整个人格，渗透于人的一切活动之中，使所有的行为都反映出它的影响。比如吝啬就是“吝啬人”的根本特质，他的所有行为都反映出他吝啬的品质。

核心特质也是具有概括性、弥散性的行为倾向，是人格的重要组成部分，是描述人格的基本要素，只是其渗透性逊于根本特质。阿尔波特发现，描述一个自己所熟悉的人的核心特征，平均只需要 7.2 个特质，他概括到：人格

的主要特征大约由 5 到 10 个核心特质组成。

次要特质是指对于描述一个人来说显得并不很重要，或者在一个人身上并非经常、一贯性地表现出的人格特质。这些特质常常因人的习惯、态度、趣味以及环境刺激因素而改变或转换。

统我与人格发展

阿尔波特认为，各种特质并不是散在地堆积在一起的，而是有机地组织在一起的。他假定存在一个人格组织者，叫作“统我”（Preprium），统我不是生来就有的，而是逐渐发展起来的，先后经历了 8 个发展过程：

1. 躯体“我”的感觉（1 岁）

一岁左右的婴儿开始感觉到自己躯体的存在和可控制性，对于属于本身的部分有熟悉感，对本身以外的部分则产生陌生感和厌恶感。这种躯体感是自我意识发展的基础，由此人们开始认识自身。

2. 自我同一性感觉（2 岁）

当有关自己躯体的感觉保持一定的一致性时，儿童开始意识到自己始终区别于躯体之外的事物，自己总是同一个人。这个阶段的儿童的言事能力开始发生和发展，他们知道自己有一个名字，无论在什么时候、什么场合，这个名字都是指的自己。

3. 自尊的感觉（3 岁）

这个阶段的儿童能独立完成一些活动，从而会因为事情完成的好坏而感到满意或沮丧。由此，儿童发展出自尊、自爱的人格倾向。

4. 自我扩张的感觉（4 岁）

这时儿童已经知道除自己之外，还有许多属于自己的事物，如“我的”玩具、衣服、妈妈等。这是儿童的自我感觉扩展到外界事物上。

5. 自我意象的感觉（4~6 岁）

这个阶段儿童能对自己及自己的行为形成一般印象，并能将这种印象与别人对他的期望进行比较。因此，这时儿童开始有一些道德意识，并能根据自己的愿望规划未来。

6. 作为理性应付者的自我感觉（6~9 岁）

在这个阶段，儿童开始发展出一些理性思维能力，能对一些事物作出理性的思考或判断，不再简单地听信成人的观点。

7. 自我统一的追求（12 岁~青年期）

处于这一发展阶段的个体开始形成长远的生活目标，并以此为追求目标或自我的一部分。在阿尔波特看来，长远目标的确立与否，是人与动物、成人与儿童、健康人与病人之间的区分标志。

8. 作为认识者的自我（成人 4 期）

自我既是认识者又是被认识者。这时的自我综合了前此 7 个阶段的机能，而所有 8 个方面整合起来，就是统我。

从上面的介绍可以看到，阿尔波特实际上在试图说明人格（而不仅是统我）的发展过程。

卡特尔的特质论

卡特尔（R. B. Cattell）是另一位重要的人格特质理论家。他的理论研究特点是，用因素分析来进行特质的筛选和分类。卡特尔认为，人格就是那

种使我们有可能对某人在一定情境中的行为进行预测的东西；根据一个人的人格特点，加上对情景因素的考虑，我们可以预测一个人的行为反应的性质甚至量值。

与阿尔波特不同的是，卡特尔并不过分强调个体自身的特性，而是容纳了环境因素的影响。他认为，在构成人格的特质中，有些是人皆有之的，有的是个人独有的，有的是遗传决定的，有的则受环境影响。另一个区别是，卡特尔把特质分为“表面特质”和“根源特质”。表面特质就是指由每个具体的行为所体现出来的人格特点。根源特质反映一个人整体人格的根本特质方面，表面特质是从根本特质中派生出来的。一个根源特质可以影响多种有形的表面特质。卡特尔在多年测查、筛选工作的基础上，找出了他的 16 种根源特质（表 1），认为它们就是人格的真正构造物，根据这些特质，我们就可以预测一个人的行为反应。表 1 是以卡特尔 16 人格特质测验得出的 3 组被试的人格因素轮廓。

表 1 卡特尔 16 性格维量

根源特质	低分特征	高分特征
开朗性	缄默、孤独	乐群、外向
聪慧性	迟钝、学识浅薄	智慧、富有才识
稳定性	情绪激动	情绪稳定
支配性	谦虚、顺从	好强、固执
兴奋性	严肃、谨慎	轻松、兴奋
有恒性	权宜、敷衍	有恒、负责
勇敢性	畏缩、退怯	冒险、敢为
敏感性	理智、着重实际	敏感、感情用事
怀疑性	信赖、随和	怀疑、刚愎
幻想性	现实、合乎成规	幻想、狂放不羁
机敏性	坦白直率、天真	精明能干、世故
忧虑性	安详沉着、有自信心	忧虑抑郁、烦恼多端
实验性	保守、服膺传统	自由、批评激进
独立性	依赖、随群附众	自主、当机立断
自律性	矛盾冲突、不明大体	知彼知己、自律谨严
紧张性	心气和平	紧张、困扰

特质的名称表示用大数量等级评定的因素分析得来的 16 种人格因素。因素以两个名字标定：一个高分数，一个低分数。用 16 人格因素的测验对每一因素的水平进行测定，得分能用图表表示出（一个人或一个组的）一个轮廓。（1）表示一组飞行员的平均分数，（2）代表一组艺术家，（3）代表一组作家。图中表明作家和艺术家表现相似的特性，而与飞行员有些不同。

艾森克的维度说和类型的概念

最近的一种较为流行且被接受的理论，是艾森克（H. J. Eysenck, 1970, 1975）提出来的。他把复杂的人格化简为两个重要的维度：内外倾性、稳定性。这两种维度可以构成一个直角坐标系，两个维度上不同程度的表现，可组成 4 种类型的人格，对应于坐标系上的 4 个象限，而每一个象限里都组织

有许多有一定相互关系的特质。

艾森克以大量人格测验资料为基础，采用数理统计方法分析数据，筛选、区分出用以描述人格的特质。他发现，很难找出绝对独立的特质，一些特质之间有着一定的联系和连续性。因此他主张用特征群而不是以散在的特质去描述人格。他主张采纳类型的概念，因为他认为：（1）特质不是各自独立的，相互之间有很高相关，因此不易作系统的描述和准确的探讨，而分出类型则无此问题。（2）前人在特质水平上所做的研究，虽用同样的方法，却常常遇到不能重复出同样结果的情况。而从类型的概念所做的实验和测试，大都可重复做出。艾森克通过运用因素分析的统计方法，找到4大特质群，它们正好落在二维坐标系的4个象限上。于是他建立了维度理论。

有意味的是，艾森克的理论与巴甫洛夫的理论有异曲同工之妙。艾森克划分的4个人格类型，正好也与古代的4种气质类型相吻合。这种一致虽不是出自艾森克的研究原意，艾森克本人也未作出这样的联系和对比，不过，这种不同理论在不同方法下取得同样或类似结果的现象，本身就为不同的理论提供了相互支持的效度证据。看来，4种类型的分法是有一定合理性的。

对类型说及特质论的评价

人格理论中特质论和类型说是现代心理学中最早系统探讨人格的理论，它们的价值是不可抹煞的。它们与人们的日常生活经验和习惯认识最为接近，为人们提供了认识人的基本方面的观点，而且它们提供了对人的现时人格状况的精确描述。尤其是，特质理论开创、采用了人格测量技术及科学的统计分析方法，这对于有关人格的临床实践和应用是有帮助的。

人格类型说的特质论也遭到严厉批评。它们常被批评为“不是真正的人格理论”，因为它们没有解释具体的行为是如何被引发的，只是鉴别和描述了一些被认为与行为有关的特征，给它们贴上标签，然后归因为遗传塑造和环境影响。而且，这些理论虽然强调人格结构及其元素，但并没有说明它们的起源以及那些构成人格的特质之间的动力关系。此外，这些研究过多依赖被试自我报告，对环境因素没有具体分析其作用，它们在建立“测试-特质-人格”的联系上有所不妥。即使这些方法提供了人格测验分数，通常也不能很有效地预测某人在给定情境中的行为。

通观上述各种理论，它们实际上把眼光放在生物或遗传因素上，几乎都把人格看作是固有的倾向，至于人格的发生、发展、变化，其间的冲突力量的作用，则很少涉及。这些方面只是在后来的心理动力学研究中才得到强调。

由于类型说的特质论强调人格的固有倾向性，因而都主张人格是相对稳定的、一贯的、具有跨时间和情境的一致性的。然而，以常规化特质为基础的人格研究并没能预测不同情境下的相关行为。这导致近年来对整个命题的怀疑：与人格相关的行为是具有一贯性的吗？哥伦比亚大学的沃尔特·米歇尔（W. Mischel）是对人格特质的一致性、普遍化的概念的最强烈的反对者之一。他认为，行为的情境特异化才是更为合理和典型的。比如，一个在学校作弊的孩子并不一定会在家里说谎，在商店里偷东西。因此，米歇尔指出：最好把人格理解为具有时间上的稳定性，而不是空间上（跨情境）的一致性。

我们曾经说过，人类知觉及认识的突出特征之一，是赋予我们多样化的经验以稳定性和一贯性，使我们更经济、方便、简捷地认识事物。而我们寻

求人格一贯性的努力是不是我们这种普遍的，组织我们的世界使之更连续、有序、易于预测的认识特性的一种扩展？如果是的话，那么，它在多大程度上反映了人格本身的特性，又在多大程度上掺杂进我们认识本身的特性？

人格的心理动力学理论

自达尔文使用本能概念以后，心理学家很快借用过来，由原来用于说明动物行为的固化模式，转为用以说明支撑所有人类行为的动因的概念。这甚至也成为了一种流行而时髦的做法：如果心理学家有一种行为要解释，就给它假定一种新的本能。尽管人们知道命名并不等于解释，但这种给行为寻找原因的方法确是在相当的时期被许多人接受。

弗洛伊德给人类本能赋予了新的含义，由此改革了人类人格的概念，正如达尔文改革了人类进化观一样。为此，弗洛伊德的传记作家琼斯(E. Jones)写道：弗洛伊德是“心灵的达尔文”。

弗洛伊德的心理分析

弗洛伊德的人格理论规模十分庞大，内容丰富。他精心建立了一个庞大的理论体系，大胆地尝试解释人格的起源、人格的发展进程、人格的结构、心理的本质、人格的变态以及如何通过治疗改变人格。

心理分析理论认为，人格的核心，是人内在的心理事件，这些事件发动了行为，或是构成了行为的意图，它们可以被意识到，但主要是在无意识水平上起作用。这也就是弗洛伊德理论的心理动力学本质：强调行为的内在源泉和动因。弗洛伊德认为，所有行为都是有动机的；每一种行为都有自己的目的和原因，它们可以通过分析人的思维、联想、梦、失误及其他行为因素而被揭示。

弗洛伊德的概念

心理动力学研究的核心由 4 个主要的概念框架构成，它们是心理决定论，早期经验，驱力与本能，无意识过程。

心理决定论 (psychic determinism)

弗洛伊德是一位神经病学医生。他在早期的治疗实践中接触过许多癔病患者，他注意到其中有不少人没有任何器官或神经损伤，对此他无法用一般的医学概念进行解释。经过分析推敲，他发现，这些病人的病症同他们生活中被遗忘的早期经验有关，或是由这些经验直接所致。换言之，病症源于心理因素。他的临床实践不断支持了他的观点，以至他后来对心理决定论坚信不疑。而他在个案法疗中采用的临床观察和理性分析，则被他认为是揭开病理学及正常人格的神秘的钥匙。

1. 早期经验

弗洛伊德认为，从母体子宫到坟墓，人的发展是一个连续体；在这个连续发展的过程中，人的过去经验总要对现时的人格发生影响。而在所有的过去经验中，早期经验，也就是婴儿期与儿童早期的经验，最为重要。他的这一强调同他的临床经验密切相关。正如前面所说，他发现并相信，神经症的产生原因之一就是早期经验所产生的心理印记或创伤。

弗洛伊德虽然强调早期经验，但他并没有去直接观察、研究儿童，他的理论是对成年病人的回忆和对早期经验的描述为基础的。这样即使他的理论给人留下天才想象的印象，也使他的理论有许多不严谨、不科学的地方。

2. 驱力与本能 (drive and instinct)

弗洛伊德假定心理异常有其生物基础。他认为：人类行为的动机来源于心理能量，这些能量又出自先天的驱力和本能，它们是躯体器官产生的紧张系统。这些能量一旦被激活，便可以各种不同的形式表达出来。

最初，弗洛伊德假定有两大类基本的驱力：（1）同自我或自我保护有关的驱力，包括饥、渴及其他与生存有关的生理需要，它们是使个体生存所必须满足的。（2）性爱（Eros）的驱力，同性欲望和种系的繁衍有关。弗洛伊德更看中性欲望，并把这个概念极大地扩展为既包括性欲望，又包括所有其他的需求快乐或与他人进行身体接触的欲望。弗洛伊德把性欲的能量源泉叫作里比多（libido），认为这是驱使人寻求各种感官快乐的心理能量。

以上两类驱力都叫作“生本能”，与个体或种系的生存有关。后来，弗洛伊德又提出“死本能”（Thanatos）的概念。所谓死本能是指人有被驱去攻击、侵略等的行为本性。他之所以加上了这种本能，是因为他在第一次世界大战中看到人类之间的互相残杀，有感而生一个概念，这也是他对人类命运持悲观态度的原因之一。

3. 无意识过程

与本能一样，无意识是弗洛伊德理论中最重要的概念之一。他提出这一概念也是同他的临床经验有关的。在治疗癔病时，他发现只有在催眠状态中才能回忆起一些过去经验，而这些内容在清醒时完全不能被意识到，就好像它们从没有发生过一样。他认为，某些经验和与之相伴随的情绪体验被推到意识之外，是致病的原因。由此他假设，在意识之外，还存在一个心理结构，即无意识。他假设，人的心理是由意识和无意识构成的。它们就好像一座水中的冰山，在水面上的是意识，在水面下的是无意识；也正像实际中看到的冰山一样，（水面上的）意识只是心理结构中的一小部分，而（在水面下的）无意识则是一个相当大的构造。弗洛伊德非常看重无意识，认为它是人类思想、情感和行为的重要决定因素。

进一步地，弗洛伊德把无意识定义为包括原始冲动和本能以及其他欲望，这些内容因为同社会道德准则相悖，因而无法直接得到满足，它们被挤出意识之外，被压抑到无意识中。前面提到的早期经验被遗忘的现象，按照弗洛伊德的看法，它们不是消失了，而是被推入无意识领域。无意识里的内容并不是被动的、僵死的，而是积极活动着，时刻寻求满足。这就像是被压入水的皮球，由于浮力的作用，时刻都在争取浮出水面。然而，无意识中的这些毕竟是与社会准则或个人理念相冲突的，人们必须设法禁止它们进入意识。一旦人的这种努力失败，就会导致各种病变，这就是弗洛伊德以无意识过程创立的病因学。

人格结构

在上面的概念基础上，弗洛伊德创建他的人格结构理论。在这个结构中有3个成分：本我（id，又音译作“伊德”），自我（ego），超我（superego）。其中，本我、自我和超我处于不断的对立冲突过程之中。弗洛伊德以此来说明人处理自身基本驱力的方式。为了明确起见，我们把这3个概念对照如下：

1. 本我

（1）本我是原始的无意识的本能，是基本的驱力源，包括性、攻击等。

（2）以非理性的方式工作，发动冲动，寻求表达和直接满足而不考虑愿望是否有现实可能性、社会接受性和道德性。

(3) 遵从快乐原则，寻求不受约束的性、躯体和情绪快感。

2. 自我

(1) 是人格中现实性的一面。自我是在本我的冲动与实现本我的环境条件之间的冲突中得到发展的一种心理组织。是本我与外界关系的调节者。

(2) 在超我形成之后，自我还调停本我的冲动与超我的要求之间的矛盾，并在判断哪些行为既能满足本我又不违反超我中起作用，协调本我、自我和超我 3 方面的要求。

(3) 按现实性原则行事，面对愉快需要作合理的选择。

3 超我

(1) 是个人价值观的源泉，是习得的社会道德态度，包括良知 (conscience) 和自我理想 (ego ideal)。

(2) 随着儿童对父母及其他成人规定的、针对被社会不接受的行为的禁忌的内化，并在克服自我的要求中而发展，超我约束人的行为，使其遵从社会规范。

(3) 按道德原则行事，是人的社会性的代表和反映。

由上述对比可见，人格结构中的 3 个成分各行其职，扮演不同的角色。本我寻求快乐，寻求欲望的即时的直接的满足，反映人的生物性一面，好比“原始的人”。自我则探测现实性，探测实现本我冲动的可行性，是人格的执行者，充当本我要求与环境间的调解员的角色，是“现实的人”。超我则寻求完善，代表人的社会性一面，是“道德的人”。

然而，人格结构不是生来完善的。弗洛伊德认为，本我是最初的原始结构，是一种原始的力量来源，是遗传的，是人的各种生物性冲动。由于生物需要是始终存在的，因此本我在人格中是永存的部分。自我是人格结构的表层，在人与环境的接触过程由本我发展而来，作为本我的对立面而检查、监督本我，使得满足本我需要的活动更有目的性，更有效，更适应外界的要求。超我也是在人与环境的交往中由自我发展起来的，但它反映的是正误、是非的标准，也就是行为准则。超我是人习得社会道德规范的结果。这时，自我需要考虑本我、现实、超我 3 方面的要求，担负着协调 3 个方面、满足三者需要的职责。这样，本我、自我、超我 3 种力量相互之间形成了特定的人格动力关系。而一个人的一切心理活动，在弗洛伊德看来，就是由这种动力关系来阐明的。

自我防御机制

在弗洛伊德看来，自我防御机制 (self-defensive mechanism) 是指自我所运用的心理策略，以此保护自己避开日常生活中体验到的种种冲突。自我防御机制对于心理上适应来自本我、超我、现实之间的冲突非常重要，因为它能帮助个体回避矛盾、自我安慰、自我开脱，起到维持一种可以令人接受和满意的自我形象、保护自尊、维系心理平衡的作用。在弗洛伊德看来，每个人都在一定程度上使用自我防御机制，因为每个人都不可避免地要面对本我、自我和超我之间的冲突，因此自我防御是正常的、合理的、必要的。

自我防御机制有许多种，这里简要介绍一些主要的形式：

1. 压抑 (repression)

是最重要的防御机制，也是弗洛伊德的重要概念之一。它是一种心理工具，借助压抑，本我的强烈冲动被排除出意识域，使它们的外显表达被控制。

2. 投射 (projection)

是指把自己内心不被允许的冲动、态度和行为推向别人或周围的事物上。这使得此方被压抑的内容在彼方反映出来，因而具有第二位的重要性。

3. 合理化作用 (rationalization)

合理化作用又称“文饰”作用，指通过歪曲现实来为需要得不到满足进行开脱，从而保护自尊心。通常所说的“酸葡萄”心理和“甜柠檬”心理都属这种防御机制。

4. 反向作用 (reaction formation)

是指自我为了控制或防御某些不被允许的冲动而有意识地作出相反方向的举动。诸如“矫枉过正”、“欲盖弥彰”、“此地无银三百两”，都是这类防御机制的表现。

5. 升华作用 (sublimation)

是指改换原来的冲动或欲望，以社会许可的思想和行为方式表达出来。这种防御机制使人能改变冲动的目的和对象而并不抑制它们的表现。

6. 转移作用 (displacement)

是指用另一个目标作为替代品，从而安全地释放或满足冲动。所谓“找替罪羊”就是这种防御机制的例子。

然而，自我防御并不总是万能的。压抑可以使人不意识到某些观念，但人们仍可体验与之相伴随的情感。当被压抑的冲动日益强烈地寻求表达和满足，以至压抑机制难以奏效时，被压抑的冲动就有冲破制约、进入意识域的危险。当人在潜意识里觉察到这种危机时，就会产生焦虑。换言之，焦虑体验是一种信号，警告人们：压抑不起作用了。需要更大强度的压抑。但是，人能施加和承受的压抑是有限的。尽管人会有不可接受的欲望，都需要压抑，但压抑并不总是有效的，人们总会有这样、那样的焦虑，这可能造成人们过度使用压抑，进而导致病态的神经官能症。通常，那些神经症病人花费过多的精力歪曲、掩饰、排解那些不可接受的冲动，以减轻焦虑，以至很少有精力去营造有建设性的生活和现实。

弗洛伊德认为，每一个社会都要教导它的儿童禁忌他们的绝大多数基本的欲望，因此，每一个人都不得不随时随地防御这些冲动，心理病态也就不可避免。于是，他对人、对人类社会的命运持悲观主义的看法。

人格发展

弗洛伊德理论的另一个重要内容，是他的人格发展学说。弗洛伊德认为，人格各成分处于动态冲突与平衡的过程之中。其中本我所代表的无意识冲动主要是性需要（即快乐需要）的满足，这种满足总要通过身体的某一个部位或区域的快感来实现，而这个区域在个体发展的不同时期是不同的，这就形成了人格乃至整个心理的发展阶段。

弗洛伊德认为有 5 个发展阶段：

1. 口唇期 (oral stage)

出生至一岁左右为口唇期，这时儿童主要通过吃奶和吸吮等口唇动作来获得满足快感。由于口唇活动是应付焦虑、获得满足的唯一方式，如果过早或过迟断奶，口唇快感满足不够或过度满足，在口唇期后，就会遗留某些口唇期的行为方式。弗洛伊德把这种现象叫作“固着” (fixation)。我们常常看到有的儿童很大了还吃手指、咬笔头，有的成人过分好吃、嗜烟、爱唠叨等。这些人被弗洛伊德认为具有“口唇人格”。

2. 肛门期 (anal stage)

肛门期在 2~3 岁间。弗洛伊德认为, 这时幼儿以肛门的忍、排便行为为快感来源。这时也正是对儿童进行便溺训练的时期。如果训练过严或过松, 会导致肛门期的固着作用。结果是, 到了成年期, 要么过分拘谨, 小气, 固执, 高度有条理性, 过分注意清洁和小节, 表现为“肛门期停滞”人格; 要么过分杂乱无序, 邋遢, 没有条理, 不拘小节, 表现为“肛门期排斥”人格。

3. 生殖器期 (Phallic stage)

大约 4 岁左右, 儿童进入生殖器期, 以生殖器为快感的主要来源。弗洛伊德认为, 在这个时期, 出现一种特殊的现象: 儿童恋慕父母中异性的一方, 以同性的一方作为“情敌”。男孩子恋母, 这称为奥狄帕斯情结 (Oedipus complex), 取名自希腊神话里奥狄帕斯恋母杀父的故事。女孩子恋父, 成为厄勒克特拉情结 (Electra complex), 取名自希腊神话勒克特拉杀母报父仇的故事。然而, 这种“乱伦”的情感不能被接受, 而且儿童也惧怕来自父母中同性一方的惩罚, 因此通过对父母中同性一方“认同” (identification), 即在行为、思想和体验上以父母中的同性为榜样, 与榜样相一致, 来解决矛盾。这样, 一方面可以“取代”同性一方而获得异性一方的情感, 一方面可以因效仿同性一方而得到赏识而不是惩罚。

4. 潜伏期 (latency stage)

从七八岁左右开始一直到青春前期, 儿童进入潜伏期, 这时儿童不对性感兴趣, 也不再通过定位于躯体的某一部位而获得快感。这时, 儿童的兴趣转向外部, 注意发展各种为应付环境所需要的知识和技能, 这也正是儿童进入初等教育的时期。

5. 生殖期 (genital stage)

这一阶段起于青春期贯穿于整个成年期。如果前面的几个心理—性欲阶段发展顺利, 这时就可建立持久的性爱关系。这时, 虽然快乐源仍指向生殖区, 但人们不只是寻求自我满足, 而是考虑他人需要, 在性爱基础上建立爱情关系。

新弗洛伊德主义的人格观

弗洛伊德不仅自己享有世界性盛誉, 也培养出许多颇有名望的弟子。这些弗洛伊德的门生在许多方面修正以至改变了弗洛伊德的经典理论的宗旨和信条: 不再过分注重本我, 而是更强调自我以及该范畴下的防御机制、思维与控制; 重视社会环境包括文化、家庭、同伴等人格塑造因素; 不过分强调泛性欲和里比多; 把人格的发展推展至整个一生。

在新心理分析学派中, 有较大成就的有: 荣格 (C. Jung), 阿德勒 (A. Adler), 艾里克森 (E. Erikson), 霍尔妮 (K. Horney), 弗洛姆 (E. Fromm), 萨利文 (H. S. Sullivan), 马勒 (M. Mahler) 等。其中霍尔妮、弗洛姆试图修正经典的心理分析学说, 而弗洛伊德最出名的两位弟子——荣格和阿德勒, 则直接向传统的心理分析理论发起挑战。

阿德勒的理论

和弗洛伊德一样, 阿德勒也接受无意识的概念, 认为人格是由无意识指引的, 然而, 阿德勒更多地是强调意识域中的活动。不仅如此, 阿德勒在许多方面都与弗洛伊德有分歧 (表 2)。

表 2 阿德勒与弗洛伊德人格理论的对照

阿德勒的理论	弗洛伊德的理论
强调意识	强调无意识
未来目标是动机的重要源泉	未来目标无关紧要
以社会动机为本原	以生物动机为本原
对人类持乐观态度	对人类持悲观态度
利用梦解决问题	利用梦分析无意识内容
人格同个人努力有关	人格完全由遗传与环境决定
不强调“性”的重要性	夸大“性”的重要性
治疗是鼓励人们以社会利益为基础确立生活方式	治疗是发掘受压抑的早期经验

阿德勒最有代表性的一个概念是“自卑情结”(inferiority complex)。他认为,人自一出生起就处于弱小、卑微、幼稚、依赖和无助的境地,都体验着自卑。随着在家庭、学校和整个社会中的不断成长、发展,人始终努力克服自卑、追求优越,这一过程构成了人的整个生活方式。阿德勒指出,人格就是围绕这一潜在的基本努力而构造起来的,每个人克服自卑、寻求优越而获得补偿的方式,决定了他的生活风格,而当外界压力与内在努力自强的愿望不协调时,就发生人格冲突。

人们对待自卑的方式可以有很大的差别,由此形成不同的生活风格和人格。当一个人面对自卑而积极地寻求补偿,追求优越时,自卑感反而是一种促人向上的动力,这时人会开拓和体验积极的生活。但如果面对卑微、无能、弱小、自救无措而消沉,深重的自卑感就会把人吞没,放弃自我改善的念头,陷入消极的人生。另一方面,在克服自卑的过程中,人们也表现出很大的个体差异。有的人为了使自己摆脱卑微,不顾别人的需要和社会的需求,只专注追求个人优越,导致过分补偿,过分自我表现,专横跋扈,好大喜功,甚至贬低他人的后果。

总之,阿德勒强调克服自卑、追求优越是人格发展的基本动力,后来他又进一步指出,人是为完善社会而奋斗的,这种重视人的经验、社会需要和向善的品质的积极人格观,同弗洛伊德的观点形成鲜明对照。

荣格的理论

荣格是弗洛伊德最得意的门生,是心理分析学派的“加冕王子”,然而他却是经典学派最大的“离经叛道”者。荣格的理论的突出特点在于它从几个方面改变了经典的理论。

1. 里比多的新概念

荣格也使用里比多的概念,认为它是心灵背后的推动力,是个人心理发展的能源,但荣格对里比多的工作机理提出了一种新颖的看法,认为里比多能量的活动遵循物理学中的热量守恒定律和熵的原则。从此,他一方面否定里比多是性欲、攻击等欲望受压抑的产物;另一方面,他的原始生物性冲动之外,补充了“创造”和“自我实现”等欲望,在人的本性中加入了社会性内容,这对后来的人本主义理论的产生起了很重要的作用。

2. 无意识的新概念

荣格也把心理分为意识和无意识两个范畴,然而他对两部分的内涵以及在人格中的作用提出了不同的看法。一方面,关于意识,他认为“自我”是意识域的中心,是我们所意识到的一切心理活动,如思维,记忆,情绪,感

知觉等。自我的职能是维持日常生活，使我们体验到自身的同一性。另一方面，关于无意识，他又分为两个部分：“个人无意识”和“集体无意识”，从而大大扩展了无意识的内涵。他指出，无意识不仅限于人格独特的生活经验，而且充满了基本的、普遍性的心理真理观。这些内容为所有的人所共有，因而称作“集体无意识”（collective uncon-sciousness），其意义在于，使所有的人以同样的方式对刺激作出反应。比如，人共有同样的历史，生活于同样的文化之下，接受同样的事物，如太阳与月亮，白日与黑夜，天与地，食物与水等，这使人们带上共同的认识背景，或是对事物有同样的反应，而这种作用是在不知不觉中发生的。

3. 原型的概念

荣格提出了“原型”（archetype，或译为原始意向）这一新概念。原型是指一种特定的经验或客体的原始的象征性标志或表征；每一种原型都伴随一种以特定方式思考、体验此种经验或客体的本能倾向。比如，人、男人和女人、宇宙，都有相应的原始的基本形式并被人们所认识。女性可以体验到男性的原型，荣格称之为“阿尼玛斯”（Animus）；男性可以体验到女性的原型，称之为“阿尼玛”（Anima）。人也有自我的原型。荣格从东方哲学与宗教中得到启发，认为自我的原型就是“曼陀罗”（mandala）。曼陀罗是印度秘教中关于宇宙形式的概念，是指宇宙对称的、统一的、整体化的构造或境界。因此在做法事时，法场也按照想象中的宇宙的格局布置，以求自身与宇宙相融合。荣格认为，这就是人的自我的原型，象征人寻求统一、和谐与完美。

4. 人格的概念

按照里比多无意识、原型的新概念，荣格开始构造他的人格结构理论。他认为：人格中包括许多概念，每一概念都反映了一种内部的力量；每一个概念都有与之对立的另一个概念，如意识与无意识，内倾与外倾，思维与情感等。对立的双方构成一个人格单元；按照热量守恒定律，其中一个方面发展了，另一个方面就相对削弱。人格就是这些处于动态平衡中的各种（阴阳）对抗的内在力量形成的“集群”（constellation）。而人的生活目标，就是按照熵的原则在各个人格单元的两个对立方面之间寻求平衡。这也就构成了人格的运动，这种运动的目标就是达成各个对立成分的完美统一——构成曼陀罗。荣格把自己的这种对人的内在动因（集群）的分析的心理学，叫作分析心理学（analyt-ic psychology），以区别于弗洛伊德的心理分析（psychoanal-ysis）。

艾里克森的人格理论

同前面介绍的两位学者一样，艾里克森也在相当程度上背叛了经典的心理分析理论。一方面，他也和弗洛伊德一样，认为人格结构是本我、自我和超我3个部分，其中的本我是人格的原动力。另一方面，他强调自我的重要性，认为自我是个人本体意识同一性的源泉，是个人适应社会环境的保证。艾里克森尤其注重个人与社会环境的交互作用对人格的影响，认为个体人格是在与环境的不断相互作用中发展、成长，建立起来的。

艾里克森的突出贡献之一，是他构造了一个庞大的乃至整个心理的人格发展模型，命名为“心理社会性发展”（psychosocial development）模型。这个模型用他的新心理分析的观点和概念说明人的发展，并把这一发展过程扩展到人的整个一生。他把这个发展过程划分为8个阶段，对每一个阶段，

他都鉴别出一种核心的对立过程，指出了其中存在的心理社会危机，分析了这一危机正常的解决（增强自我的力量，导致人格的健康发展）和解决失败（阻碍人格发展）的不同后果，并给出了引导每一阶段走出危机、成功发展的方法。

艾里克森的心理社会性理论对心理发展所作的阐释，给人们带来了新鲜的认识和极大的启发。他的理论对现代心理学，尤其是发展心理学、临床心理学和教育心理学，产生了深远的影响，并且同皮亚杰的认知发展理论一道，构成现代发展心理学两大最重要的派别。

霍尼的人格理论

霍尼也像弗洛伊德一样重视儿童早期经验在人格发展中的重要作用，但她更同意阿德勒的说法，相信儿童在生命之初就有一种无助感。儿童的安全和满足冲动，都只有依赖于他们的父母才能获得满足。父母的行为不当，可能使儿童需要受到挫折，影响儿童人格的正常发展。所以她主张神经症病人的行为根源应该从他们在儿童时期与父母的关系中寻找。这些看法构成了霍尼与众不同的富有特色的人格发展观点。

1. 基本敌对和基本焦虑

与阿德勒不同，霍尼认为每个儿童的无能和自卑的感觉并不是一定引起补偿或过补偿作用。儿童需要父母，依赖父母，但不可能都产生心理问题。儿童与父母的关系有二种基本类型：儿童从父母那里得到真正的慈爱和温暖，安全的需要得以满足；父母对儿童漠不关心，厌恶甚至憎恨儿童，儿童的安全需要受到挫折。在前一种情况中，儿童正常发展，而后一种情况则会引起神经症。所以霍尼认为，儿童的无助感是神经症产生的必要条件，但不是充分条件。

霍尼举出了一些使儿童安全需要受挫的父母行为，如：对孩子漠不关心，遗弃，厌恶子女，明显偏爱某个孩子，惩罚不公正，奚落，愚弄，羞耻孩子，行为怪异，不守信用，不许孩子与他人接近，等等。如果父母以这样的行为对待儿童，他们就会产生对其父母的一些特殊体验，称为“基本敌对情绪”（basic hostility）。这样，一方面孩子依赖父母，一方面又对父母抱有敌意，心理冲突由此产生。但儿童无力改变这种不幸的局面，他只得压抑敌对情绪，以期得到父母的照顾，生存下去。这种压抑是受无助感、恐惧感、爱或罪恶感驱动的。由于无能为力而压抑基本敌对情绪的儿童似乎这样说：“因为我需要你们，所以我不得不压抑我对你们的敌意。”由于恐惧而压抑敌对情绪的儿童似乎在说：“因为我怕你们，所以我必须压抑我的敌意。”

霍尼认为，在某些家庭中，缺乏对孩子真心实意的关怀和慈爱，但是，即使在这种家庭中，也会有或多或少的满足儿童欲求的表示。例如，父母可能只把对孩子们爱的表示停留口头上，孩子当然能准确地觉察口头的关怀与实际的关怀的区别，但他们必须依赖于这种空洞的毫无内容的“爱”，因为他们只能得到这些。并且孩子必须压抑他们因得不到实际的关心而产生的不满，否则他们连这种口头的爱也保不住。另外，在许多文化背景中，孩子对父母抱有敌意，被认为是犯罪的，所以他们必然要压抑那样的情感。

那么“基本焦虑”又是什么呢？霍尼说：“在我提到过的条件下成长的孩子就会产生一种孤立和无助之感，这种感情可能在内心中不断增长，渐渐对周围世界都怀有一种敌意……这种态度虽然不是神经症，但它却是一块时刻都能滋生神经症的肥沃土壤。因为这种态度构成神经症产生的基础，我们

给它冠以一个特定的名称：基本焦虑（basic anxiety），它与基本敌对情绪不可分离的交织在一起。”所以，所谓基本焦虑就是儿童所具有的，觉得自己是孤立的、无能为力的生活在这个危机四伏、充满敌意的世界上的一种感情。产生这种不安全感因素甚多：奴役孩子，对他们漠不关心，父母行为怪异，不注意孩子的个人需求，对孩子不是善意地指导，而是嘲笑歧视他们，过多的赞美，缺乏值得依赖的温暖，溺爱，袒护，等等。

总而言之，按照霍尼的说法，神经症源于儿童与父母的相互关系。如果儿童真正地得到了父母的慈爱与家庭的温暖，就会感到安全，从而正常地发展。如果他从小就没有享受父母的关怀与爱护，就会产生不安全感，对父母抱有敌对情绪，这种态度最终又将投射到周围的任何事物及人身上，进而转变为基本焦虑。一个具有基本焦虑情绪的儿童很容易在成年时表现出神经症。

2. 控制基本焦虑的策略

既然基本焦虑的根源是无助感和恐惧感，很自然有这种焦虑的人总是想方设法使它减弱到最低的程度。霍尼提出了十种控制基本焦虑的策略，其实也是十种神经症倾向或神经症性的需要（neurotic trends or neurotic needs）：

（1）对友爱和赏识的需要。具有这种神经症性需要的人依靠他人的友爱而生存，需要得到他人的赏识。

（2）对支配其生活的伴侣的需要。这种人需要和别人生活在一起，要别人保护他，使他免于危险，并满足其需要。

（3）对狭窄的生活范围的需要。这种人极为保守，不愿尝试什么以避免失败。

（4）对权力的需要。这种人羡慕强者，轻视弱者。

（5）利用他人的需要。这种人生怕别人沾了自己的光，他们总认为自己没有从别人那里得到一点好处。

（6）社会认可的需要。这种人需要别人承认才能生活，如在报纸上出现了他的姓名。最后的目标是获得威望。

（7）赞美的需要。这种人需要别人吹捧和恭维，才感到满足，他们希望别人按照他自我想象的形象看待他。

（8）志向和成就的需要。这种人极力避免对任何人负责，不愿有任何束缚。

（9）自我满足和独立的需要。这种人对批评极为敏感，总是千方百计地寻求尽善尽美。

（10）对完美无疵的需要。这种人对名望、财富或举足轻重的作用怀有强烈的兴趣，他们为之奋斗，不顾后果。

事实上，正常人也有上述的需要。但是正常人的需要是适当的，或者适可而止的，不像神经症人那样，一种需要发展得如此强烈，以至于排斥了别的需要。正常人不是把自己的生活完全束缚于一种需要上；当条件变化时，他们会入乡随俗地改变自己的需要。神经症患者却不同，他们把某一种需要作为“生活习惯”，把全部精力都投入到满足这种需要的活动中。但是各种需要对正常生活来说都是存在的，所以霍尼称神经症都陷入了“恶性循环”。他们越是想通过某一策略（满足某一需要）从基本焦虑中解脱出来，其他的需要就越难以满足，基本焦虑就会越来越多。因此，他们愈是想摆脱焦虑，

愈是顽固地越来越深地陷入这一策略之中而不能自拔，以致形成恶性循环。

在霍尼的那个时代，敢于反对弗洛伊德学说并不是轻而易举的，它需要勇气、智慧和创造力。霍尼虽然受到传统的精神分析训练，但可贵的是她并不因此而受束缚，相反，却勇敢地举起了自己的旗帜，把文化因素引进了精神分析学说。她的学说虽然有自己的特色，但作为一种理论缺乏具体分析，并且更为遗憾的是霍尼本人也承认她只是想通过对弗洛伊德学说的批判，更好地发现弗洛伊德学说的建设性意义。然而，有一点很清楚，她的人格发展观点，更接近于阿德勒的学说，而不是与弗洛伊德的学说有更多的联系。

对心理分析理论的评价

弗洛伊德开创的理论，改变了对人的观念。这个规模庞大的理论有十分丰富的内涵，既有对意识层次的剖析，又有对无意识本能的深刻挖掘；既有对人格结构的分析，又有对它的内部组织的动力关系以及发展历程的阐释。而且，从实践角度来看，他的理论既出自临床经验，又对治疗工作起了重要的指导作用。所有这一切，使弗洛伊德的理论在不长的时间里很快被当时的人们所接受，一时引起了轰动性的反响和相当普遍的支持。

当然，弗洛伊德的理论之所以赢得了大众的拥戴，另一个主要的历史背景，是因为当时处在维多利亚女王的禁忌主义历史时期，人的许多本性受到严厉压制，这使弗洛伊德的泛性论的本能观和无意识理论在解释病因方面获得了被接受的机会。在当时，弗洛伊德的理论俨然是对人本性的肯定，这使他赢得了世界。

弗洛伊德的理论所引起的轰动和热潮，与它受到的批评成正比。

一方面，心理分析的理论很快在世界范围内流行，尤其在美国，弗洛伊德赢得了极大的声誉，有关心理分析的书籍纷纷入市。而另一方面，心理分析理论中几乎没有哪一部分不受到强烈的批评。

对心理分析的首要批评，是认为它模仿模糊，非操作化，无法进行控制和检测。

弗洛伊德有许多概念是他头脑的想象的产物，这些概念难以接受科学的测量和评价。弗洛伊德本来并不是心理学家，这就无怪乎他构造理论的方式和结果不合乎现代心理学的“科学”标准。

对弗洛伊德理论的另一类批评，是认为这一理论“是出色的历史，糟糕的科学”。弗洛伊德让病人用事后回忆的方法，然后他对其内容提供解释，这就无法可靠地预测未来。他过分强调历史根源（早期经验），偏离了引起、维持现时行为的现实刺激。他过分看中生物驱力，忽视个人期望、目标、努力的作用。

最后，由于弗洛伊德的理论主要是以他对病人的临床经验为基础的，他对健康的生活风格所言甚少，没有充分肯定人的积极的一面，没有提供关于健康人格寻求愉快、实现潜能的见解。

他对人的本性持悲观的认识，恰似给人贴上“人之初，性本恶”的标签，着眼于人不断产生矛盾、创伤、固着、焦虑，更加上“死本能”的概念，人被推上了一条在自我否定中走向死亡的道路。

人格的人本主义理论

本世纪 50 年代以来，人本主义学派对人格进行了不少研究，其主要特点是关心个体的有意识经验的整合和成长潜能。该理论特别看中自我实现 (self-actualization) 的概念，认为自我实现的愿望是一种基本驱力，是人所具有的多样化力量，而这些力量的不断的交互作用就塑造了人。人本主义认为，行为的各种驱动力量来自个人独特的生物的和习得的倾向，这些倾向促使人向着自我实现的积极目标发展、变化。由此可见，自我实现是一种建设性、指导性的力量，发动人的积极行为去追求完善。

在方法上，人本主义学派还具有一些明显的特点。一是整体论 (holistic) 观点，主张把人看作一个统一体，从人的整体人格去解释各个行为。二是倾向论 (dispositional) 观点，把自我实现看作是一种先天的倾向，与“人之初，性本善”的观点如出一辙。三是现象学 (Phenomenological) 观点，主张个体的参照框架，认为应从个体自身的主观现实角度而不是分析者的客观角度去观察。四是存在主义 (existential) 观点，注重个人的意识的高度理性过程，以此解释现时经验和生存的各个方面。

个人中心式研究

卡尔·罗杰斯 (Carl Rogers) 是人本主义学派的开创者，也是最重要的人物之一。他的主要贡献是他的“病人中心式治疗” (client-centered treatment) 和个人中心式人格理论 (person-centered theory)。

所谓“个人中心”，是指要倾听人的内在心声，个体的内在世界——他的现象学领域正是心理学家们要去探究和理解的。

罗杰斯的理论核心是自我实现的概念。他把这一概念定义为：不断努力实现固有的发展能力和才能，从而最大限度地发挥、表现个人潜能。然而，罗杰斯发现，不幸得很，在现实生活中，人的自我实现的努力常常与寻求赞赏的需要相抵触。在现实中，儿童为了获得奖赏，必须遵从父母、社会规范，否则奖赏、爱就会被取消。罗杰斯把这样的奖赏叫作“有条件的正性奖赏” (conditional positive regard)。罗杰斯指出，这种奖赏促成一种不良的现象：儿童学会以特殊的行为和感受方式以获得别人的赞赏，而不是获得内在的满足。通俗地说就是，人们只是在为别人的评价而活着，而不是为了自己的追求、价值活着。而这就形成了人们一贯的生活风格。为此，罗杰斯主张，要给予人们无条件的奖赏，鼓励人们为了自己的生存目标去努力，实现自己的潜能。

罗杰斯的理论极大地改变了传统的医患关系，病人成了治疗的中心，人的本性在心理治疗的理论和实践中得到了充分的重视，对美国的社区健康服务和现代治疗模式产生了巨大影响。

“自我”理论

历史上，有不少学者探讨过自我 (self) 的概念。威廉·詹姆斯曾认为自我有 3 个成分：物质的我 (material me)，指自我的躯体内容；社会的我

(social me)，指对别人对自己的看法的意识；精神的我(spiritual me)，指自我中监视内在思想、情感的部分。

很多年以后，罗杰斯重新唤起了人们对“自我”概念的兴趣。他把自我定义为人格的连续性、稳定性所赖以产生的最小单元。罗杰斯把自我概念划分为两个部分：实际自我(actual self)，这是人对自我现状的知觉；理想自我(ideal self)，指人对自己将要成为怎样的人的理想。罗杰斯认为，人格一致性并不是指人格各个部分之间、或特质与行为之间、或过去与现时机能之间的一致性，而是指现实的自我与理想的自我之间的一致性。现实的自我总会与理想的自我有距离，这促使人们努力追求理想。而如何追求个人理想就构成了不同人的生活风格。

另一个与自我有关的概念的是同一性(ideal self)。罗杰斯认为，这是独特的人格感的核心，包括认识到自我与他人的区别，认识到其他与自我有关的内容，认识到其他与自我相异的内容。罗杰斯还论述了自尊(self-esteem)的概念，这是指对自我的概念化的评价性态度，影响着人的心境和行为。

马斯洛的理论

马斯洛(Abraham Maslow)是另一人本主义心理学的创立者和倡导者，他把这一心理学派称为“第三势力”，以取代心理分析学和行为主义心理学，因为心理分析更像是病人的心理学，行为主义更像是动物的心理学，而人本主义才是还人性以其本来应有的地位，是真正的人的心理学。

马斯洛的人格理论的基础，是他的“健康的创造性的人”的概念。他指出，人运用所有的才能、潜力、技能，努力发展潜能至极限；人不是与他人竞争，而是努力成为我所能成为的理想的我。

马斯洛把人的基本需要划为两大类，一类是缺失需要，一类是成长需要。成长需要是人的高级需要，尤其是其中的自我实现的需要，它是人努力的最高境界，而人自我实现的追求，就构成了一个人的生活主题，人的生活风格就是在这个过程中体现出来。

马斯洛的另一个重要概念是“高峰经验”(peak experience)，这是指当人感到与世界完全和谐时的微妙的瞬间体验，这时人们处于高度自律、自然自在、敏感、忘却时空的境界。这种境界正是在人们自我实现的过程中取得成就时体验到的。

对人本主义理论的评价

人本主义理论给人们描绘了一幅关于人性、关于人的未来的美好画卷。在心理分析曾经喧嚣一时、行为主义统治几十年后，的确给理论界带来焕然一新面貌。

然而，对人本主义理论同样也存在不少批评。一个主要的批评意见是认为，人本主义理论不够科学化，主观性强，概念模糊，没有明确的定义，其理论很多是基于科学上无法证明的推论，而这些推论又是以不准确的方式描述的，如“自我实现”。

还有人批评到：人本主义理论难以说明人的特殊品质，它主要的本性和品质都是普遍性的、一般化的，是人皆有之的，并没有说明个体差异。

人本主义理论的另一个致命弱点，是它缺乏“中立性”。它主张“人之初，性本善”，认为人先天都是向善的。这一观点虽然赋予人好的先天品行，却使自己在科学性上“先天不正”。例如，它很难解释为什么世界上有那么多战争，有那么多种族残害，有那么多街头暴力，有那么多罪恶。

对人本主义理论的另一一些批评还有，认为它过分简化了人格的复杂性，只是用简单的自我实现的先天倾向概括人的整个生活风格；忽视个人独特生活历史和过去经验的影响以及人格的发展性；不能预测特定的人在给定的情境中如何反应。

人格的学习理论

与心理分析及人本主义理论强调人的内在本能或过程相反，学习理论注重外在条件，强调环境因素对人格的影响。

严格的行为主义理论

严格的行为主义的人格观认为：行为和人格基本上是由外在环境塑造的；人格是外显与内隐反应的总和，这些反应是作为个人被强化了的历史的结果而被可靠地引发的；人之所以有个体差异，是因为他们有着不同的被强化了的历史。不难看到，行为主义理论实质上把人格等于行为，而这些行为是通过环境条件作用的强化而被固定下来，并形成具有个人独特性的模式的。

由于行为主义理论把人格看作是环境输入作用下的输出物，它相对地忽视个人本身在人格塑造中所起的作用。它受到的一个批评是，既然行为决定环境刺激条件，那么怎样解释对同样的刺激，不同的人会有不同的反应？行为主义的回答是：一方面，虽然刺激一样，但对于具有不同强化经验史的人来说，它对人的意义并不一样；另一方面，不同的人的行为处于不同的强化时序中，反应自然可能不同。总之，行为主义学者关心的是行为如何随着环境改变而变化，而不是像其他派别那样，关心具有持久性的特质、本能和自我。

行为主义之所以有这样的人格观，源自它的哲学和方法学。它强调心理研究的科学性，认为这种科学性是只能通过客观的、可重复的、量化的精确说明来实现和保证的。因此，它认为只能去研究那些外显的或可以凭可控制的手段准确测量到的内隐的行为；同样，在对行为的解释中，也不允许，而且也不需要采用内在心理状态、假定的倾向等概念，认为这些概念只不过是理论家的主观杜撰，除了增加理解、认识上的困惑之外，毫无益处。行为主义理论反对任何虚构人格结构的说法，而它自己也被这些禁忌所约束，以至它也并没有什么真正的人格理论。

行为主义学派的科学化努力在它的实验研究中有突出的表现。和它的基本宗旨相一致的是，行为学派对传统的测验、问卷、投射技术等方法的可靠性表示怀疑，主张通过在实验室采用观察和实验方法，定量地描述环境刺激与行为变化之间的关系。

行为学派与心理分析派的调和

为了把弗洛伊德的心理分析理论与行为理论的严格概念整合起来，耶鲁大学的学者道拉德(John Dollard)和米勒(Neal Miller)采纳了赫尔(Clark Hull)的理论，在行为主义理论框架中接受诸如驱力、习惯等概念。弗洛伊德和赫尔的理论有一些共同点，他们都同意：紧张的动机作用；紧张的解除具有强化效果；防御机制是解除焦虑的反应；早期经验对日后行为有重要影响。

在上述背景基础上，道拉德和米勒构造起了自己的理论。他们把理论的核心确立在学习或习惯形成的过程上。这个过程有4个主要成分：驱力：负

责推动有机体的行动；线索：对那些是适宜的可缓解驱力的行为提供建议；反应：这就是行为本身；强化：负责加强线索与反应之间的联结。不难看到，这4个概念和相应的过程是心理分析与行为主义概念的混合。

行为主义的调和派在研究对象中增加了内在过程，使学习理论拓宽了严格行为主义对人性的认识，从而丰富了行为派的研究，使它在严格的“科学性面孔”上增添了一些“人性的温热”。

社会学习理论

班都拉的概念革新

新行为主义学派对传统的理论作了大量革新。其中最著名的，是斯坦福大学的班都拉（Albert Bandura）的工作。他以学习理论为基础，补充以人自身的能动作用，强调人与社会环境的相互作用，从而提出了新的人格研究方法，形成了行为主义新流派：社会学习理论。

社会学习理论认为：人类既不是由内力驱动，也不是环境的摆布物。人有自己独特的认知过程，它们参与行为模式以至人格的获得和维系。由于人的认知活动首先是人们能够从符号，思考外部事物，可预见行为的可能的结果，而不需要实际去经验它们。这种学习叫作替代学习（vicarious learning）或观察学习（observational learning）。这是社会学习理论中最重要的概念之一。其次，人们可以评价自己的行为，为自己提供自我强化（自我奖赏或批判），而不必依靠外部强化。第三，人们可以调节、控制自己的行为，而不是被外界左右。

不难看出，社会学习理论的改良拒绝了经典行为主义的环境决定论观点，强调个体、环境、行为三因素之间的复杂的交互作用。因此，社会学习理论又被称作“交互决定论”（reciprocal determinism）。在这个理论中，所有的成分对于理解行为、人格、社会生态来说，都是重要的。

新行为观对行为的获得和维持作了系统的说明。首先，人们可以通过观察来进行学习，获得大量信息，了解社会环境，从而获得行为。行为一旦获得，便由3个方面调节与维持：刺激：特定的刺激可以决定某些特定的行为在适宜的时间出现；强化：在个体以特定方式进行活动时予以奖励；认知：把行为同内在标准相比较，提供自我强化或惩罚，从而指引行为。

班都拉的另一个重要概念是自我效能（self-efficacy），它是班都拉理论的核心内容。所谓自我效能是一种信念，相信自己能在特定环境中恰当而有效地作出行为表现。这种信念不同于一般意义上的自信。它是对能力的一组特殊的评价，是一种复杂的自我认识。自我效能以多种方式影响着人们的知觉、动机，影响活动、任务的效果，也影响环境，因此是重要的人格组织因素。

米歇尔的人格理论

米歇尔（Walter Mischel）是社会学习理论的另一位有特色的学者。他认为，可以用5个相互重叠、相互交错的概念解释行为的独特性和一致性：能力：在过去学习的基础上，构造起对不同情境作出反应的行为程式，它们具有个人独特性和相当的稳定性。编码：以独特的方式认识、划分经验。预见：经过学习，形成关于不同行为的奖惩期望。结果：有两种，一种是环境

作用造成的结果，一种是基于个人能力的结果。计划：计划或规定在特定情境中的行为，这种计划具有相当的个人独特性。米歇尔认为，这5个方面构成人格的5个元素，它们个人过去学习的结果，并指引着未来的学习，因此，它们个人生活的结果，也规定了未来生活的风格。

米歇尔假设，一般而言，当环境中的线索较弱或模糊时，个人因素就对行为起较大的影响，当情境要求明确而强烈时，个人反应的变异性就较小，多是遵从情境的规定。

从以上介绍的两种理论的内容来看，社会学习学派虽然继承了行为主义的衣钵，但都肯定了个人的能动性和认知所扮演的角色，已经同认知学派有许多共识。

对行为主义理论的评价

行为主义学派主要人格理论的客观内容，用明确界定的语言研究，描述可测量的行为，其结论、观点可以被检验、再检验，符合普遍的科学性标准。而且由于其方法以客观测量、操作化定义下的实验为基础，所得到的结果有长效价值，经得起时间的考验。尤其是，行为学派提供了很好的行为矫正的方法，见效快，疗效巩固。

然而，就像人们对行为主义理论予以很高评价一样，人们对行为主义理论也给予最严厉的批评。批评之一是指责它过分强调环境而失去人心理本身的内容。这种理论认为人的所有行为都是环境作用的产物，都是靠刺激引发和外界强化维持的。如果人格真是建立在学习的先前曾受过强化的反应的不断重复的基础上，那么，所有的新的行为的起源又是什么？人的创造性成就、新奇的观念、发明、各种艺术独创又是怎么来的？

行为主义考察研究的绝大多数动物在学习中所进行的操作，都是因有机体处于缺失动机状态而被强化的。行为主义很少去关心人的高层次需要。这一学派拒绝研究任何使人和动物有区分的内容，所揭示的原理或规律势必过于简单而未必适合于人类。

通观行为主义的研究成果，我们很少看到它们对人的本性、对人的生活风格的生动描述，更多地是看到环境刺激与行为反应之间的数量描述。的确，行为主义是一场革命，但也是一场灾难。它捡起科学性，却抛弃了人性，这其间的得失并不能获得平衡与互相抵消。而且，一味追求所谓科学性，以至面对活生生的人而不能直视它的本性，只因为有严格的定量化戒律，那么，执着于这样的方法，等于作茧自缚。

人格的认知理论

人格的认知理论是新近产生的一种最年轻的理论。这一理论的特点是强调人把感知内容转换为有组织的现实认识的过程，强调个体参与构造自身的人格。

个人构念理论

乔治·凯利 (George Kelly) 在 50 年代中期提出了较有影响的人格认知理论，称为个人构念理论 (personal construct theory)。这一理论突出强调人对自身主观世界的主动的认知性的构造。凯利指出，人不是环境的牺牲品。环境事件本身虽不可改变，但人可以自由地选择如何对它进行解释。人总是不断地以不同的方法重新构造 (认识) 自己的过去 (反省历史)，定义自己的现时问题 (检验现实)，预测未来的环境。

凯利认为，每个人都像是个科学家，建立种种理论来理解和预测周围的世界，特别是人际环境。这些理论就叫作个人构念。具体地说，一种个人构念就是人关于两个事件如何相似而区别于第三个事物的观念。它并不是简单的标签，用来给观察到的行为做标记，它指引人们在巡视环境时应去了解哪些方面，并影响人们对这些方面的反应。

凯利认为，一套个人构念组合起来就构成一个人的观念系统，这个系统决定着如何去思想、体验、行动和认知新情境。换言之，整个系统就是人的人格；构念系统完全是个体性的，每个人都有独特的构念系统，内容不同，数量不同，构念之间相互联系的方式以及复杂性均不同。因此，要想理解人，就必须努力以对方的方式看世界，以对方的构念系统而不是以自己的构念系统为基础。

对认知理论的评价

迄今为止，沿袭凯利理论的研究为数并不多，也许因为它过于强调个体性，然而这对临床医生却很有影响。

认知理论的突出贡献是确定了人的理性活动在人格中的位置，强调人的主动的认知活动对行为的指引作用。人是有头脑的人，有思想的人，是受观念指引而不是被本能驱使的。这就明确了人与动物的区别，使人格研究的确是“人”格的研究。

然而，人不仅是理性的人，也是有感情的人。认知理论在强调认识的作用的同时，忽视了动机和情绪在人格中的作用，只是注重理性，只着眼于信息加工，情绪被降低到思想和行为的副产品的地位，这未免使人格显得太“严肃”了。

对凯利理论的另一个批评是，它对人格概念的由来的解释很模糊，而且，它也没有说明如何运用个人构念预测行为。

以上介绍了 5 类人格理论。正如已看到的，没有哪种理论是十全十美的。或许要想全面理解人格，最好的办法是把这些理论统合起来。斯坦福大学教授金巴多 (P. G. Zimbardo) 曾作过一个生动的比喻。他说，如果我们把人

比作一部汽车，那么：

特质理论描述了它的所有部件和构造；心理分析理论为它添加发动机和燃料；学习理论提供了车轮、指标信号和其他操作仪器；人本主义把人请到了驾驶座上，这个人意欲驶向一个独特的目标，并从达到目标和旅途本身中汲取快乐；认知理论则为旅行加上种种注释，使所计划、组织的旅行方式符合人为实现目标所选择的心理地图。

人格测评

人格测评是人格研究中的一个重要组成部分，它不仅具有理论意义，而且有很大的应用价值。从理论上说，人格测评是我们了解人格本质、结构的重要手段；从实践上看，人格测评是医疗诊治、职业咨询、人事甄选等方面需运用的重要工具。

人格评定的基本方法

人格测量的基本原则

人格测评有一些基本原则，其中大部分同能力测验一样，因为，实质上能力也是人格的一个组成部分。

人格测量的一个重要原则，是测评结果必须具有信度和效度。这同能力测验的要求是一样的。在考察人格测评的信度时，常用的方法是重测信度和分半信度。重测信度是指一个测验重复施测得到的结果是否具有很高的一致性。分半信度是指测量同一内容的两部分题目的测验结果之间是否有很高的一致性。至于人格测评的效度，有许多方法可考虑。一种是一致性效度，这是把目前的测验结果同一个已知的测量同样内容且有效的测验的结果相比较，如果有很高相关，则一致性效度高。另一种方法是考察预测效度，即考察测验结果是否同被测人实际的行为表现相一致。还有一种是考察内容效度，即检查一下测验的内容是否同想要测验的内容有逻辑上的关系。

人格测评通常是把一些问题通过文字或图形或交谈的形式呈现给被试来进行的。一般说来，对这样的问题的回答，本身并没有好坏、优劣之分，也没有绝对的答案可言，只是通过这些回答间接地判断人的人格。因此，对这些回答，必须制订一个评判标准，以确定什么样的回答反应了什么样的人格。通常，这种标准是在一个标准群体中预行试测（这个群体的人员同本测验将要实施的对象在各方面是一样的，并且是由随机抽样方法产生的），取得该群体对所有问题的反应模式（即所得分数的平均趋势和离散度），也就是常模。

人格测评中应设法避免被试的反应偏差，比如，有的人总喜欢做“是”的回答，有的人则总是答“否”，有的人则爱取中性回答，有的人对需要作复杂陈述的问题只是做简单“是”或“否”的回答，也有的人总要掩饰自己的真实反应，不愿意如实回答问题。这些都会给测评造成误差。人格测评中，通常利用一些技巧和方法避免这些偏差，或是如果无法避免的话，要测量出偏差的程度有多大。

需要说明的是，就像用尺子测量物体长度，总有一个误差的范围一样，人格测验乃至所有的心理测验，其精确度都是相对的，没有绝对准确的测验。

人格测量的类别

现有的人格测评技术有很多种，大致说来，可以分为3大类：观察法、自陈法和投射法。

1. 观察法

观察法可以说是了解一个人的人格特性的最简单易行的方法。这种方法可以在自然情境中进行，也可以在实验室的人为情境中进行。在观察过程

中，观察者可以与被观察者进行直接的接触，也可以在被观察者毫无觉察的情况下进行。比如，招募雇员的人事主管常常要同求职者面谈，目的就是要想在交谈过程中考察、了解求职者的基本情况，包括其主要的人格特征。

自然观察是在完全自然的情境中观察被试的自发行为，借以判断他的人格特征。在这种观察中，观察者并不干预、控制活动进程。实验室观察通常是事先安排一些专门的有结构的的活动，从中观察被试的行为反应，在这种观察中，观察者可以通过预先安排的条件，了解被试的某些特定方面的特点。

观察法的主要优点是简便易行，但这种方法对观察内容的控制程度小，不一定总能得到想要得到的内容。而且，观察者的经验、技巧和偏见会对观察结果和解释产生影响。

2. 自陈法

自陈法通常以让被试填写问卷的形式进行。问卷都是事先编制好的，由一系列问题或条目组成，要求被试报告自己在给定情境中可能有的行为、情绪感受和想法。这种问卷都有指定的回答方式，如“是—否”，“同意—不同意”，或是用一定的评分尺度评定某一情形在多大程度适合于自己。这种方法对被试的行为具有高度的规定性，记分也就比较简单、容易、明确。

由于自陈法不是直接观察被试的行为表现，而是通过他对问题的回答来间接判断人格的，因此这种方法尤其需要明确测定信度和效度，并排除反应偏差。

一般说来，自陈量表的编制采用3种方法。一种方法是理论推测，即由理论家们从人格概念的分析开始，找出与这些概念有关的认知、行为、情感等方面的表现，把这些表现以文字形式转化为问题，并规定供被试选择回答的方式，从而了解被试在量表上的得分情况是否符合理论期望。另一种方法是因素分析，即以书面问卷形式提供一些反应情境，假定某些情境能反映人格的一个方面，然后用因素分析的统计方法找出它们的相关方面，从而构成人格的一个基本因素。用这样的方法找出来的各种因素就是描述人格的要素。第三种方法是经验标准法，即把初步拟订的问题在某些有代表性的团体中施测。比如，如果想制定测量内外倾性格的量表，可以把订的问题分别在公认的内、外倾人群中施测，看量表是否能明确区分出这两类人（即得分上是否有明显差异）。

自陈法也是一种比较简单易行的方法，通常并不要求专家来进行，记分容易。但这种方法的量表制定却是很复杂而严格的科学工作。不过，由于问卷中规定了可选择的回答形式，限定了被试的反应范围，可能造成一定程度的失真。此外，还存在被试的反应偏差，被试可能有意敷衍，或者回避敏感问题，或者从题面猜测所谓的“好答案”。

3. 投射技术

投射法是基于这样一种心理分析的假定，即人的思想、态度、情感、愿望等个人特征，会不自觉地投射到外界事物上，通过对特定投射物的投射反应，便可了解被试的人格特征。因此，投射法以一些意义模棱两可，甚至本身可能毫无意义的图形或墨迹为刺激，让被试无拘无束地对这些刺激进行自由反应，测验者通过分析这些反应分析被试的人格特性。

投射法有3种反应方式：联想法：被试根据刺激报告出自己自由联想到的内容；构造法：被试根据所看到的图片刺激自由编出一段有关图中人或物

的故事；表达法：通常是让被试用非言语方式自由表现，借此分析其人格。表达方法有：让被试画画，捏泥塑，用玩具或图片构造一些情境，或是扮演一个社会角色。

投射法的优点是，它没有对被试的反应方式进行硬性规定，被试相对较少拘束，甚至不知测查的意图，不了解反应方式同评定方式之间的关系，测验目的具有很大的隐蔽性，因此被试的反应偏差较小。然而，有得必有失。由于被试的反应可以相当自由随意，也就没有标准的反应可言，对反应内容的评定也就很难标准化，致使结果的分析十分困难。因此，这种方法在很大程度上依赖于测验者的技术、经验、对测验结果的解释能力。

常见的人格测验

罗夏克墨迹测验

罗夏克墨迹测验 (Rorschach Inkblot Test) 是由瑞士精神病学家罗夏克在 20 世纪 20 年代创立的一种著名的投射测验。他在大量筛选基础上选定了 10 张墨迹图作为刺激材料，其中 5 张是浓淡不同的墨色图，2 张是浓淡变化的墨色再加红色斑点，3 张是由几种颜色构成的彩图，所有的图都是没有意义或情节内容的。测验时，让被试对它们逐一进行自由联想，请他们回答在图上看到了什么，然后再进一步询问被试某些问题，了解图中的哪些内容引起被试的反应。

该测验的评分与解释主要依据以下 3 个线索：(1) 被试注意的是墨迹图的局部还是全部；(2) 决定被试知觉的是哪些图形特征，是形状、颜色还是阴暗部分；(3) 被试的答案中是以人、动物，还是以部分器官、骨骼等形式出现；被试的答案是常见性的还是具有创新性。

主题统觉测验

主题统觉测验 (Thematic Apperception Test, 简称 TAT) 给被试呈现一系列画有模棱两可情景的图片，要求被试对每一幅图片想象一个故事，说出图中发生了什么，什么原因促成了这幅情景，这一情景将会如何发展或解决。

明尼苏达多项人格测验

明尼苏达多项人格测验 (Minnesota Multiphasic Personality Inventory, 简称 MMPI) 是由明尼苏达大学教授哈瑟韦 (S. R. Hathaway) 和麦金力 (J. C. McKinley) 于 40 年代制定的，是迄今应用极广、颇富权威的一种纸-笔式人格测验。该问卷的制定方法是分别对正常人和精神病人进行预测，以确定在哪些条目上不同人有显著不同的反应模式，因此该测验最常用于鉴别精神疾病。

原始的 MMPI 由 550 个问题组成，每个问题涉及一种行为或态度或认知内容。测验分为 13 个分量表，其中 10 个临床量表，3 个效度量表，它们分别是：

- (1) Hs 疑病；
- (2) D 抑郁；
- (3) Hy 癡病；
- (4) Pd 精神病态；
- (5) MF 男子气、女子气；

- (6) Pa 妄想狂；
- (7) Pt 精神衰退；
- (8) Sc 精神分裂症；
- (9) Ma 轻躁狂；
- (10) Si 社会内向；
- (11) L 说谎分数；
- (12) F 诈病分数；
- (13) K 校正分数。

另外还有 Q 分数，是被试无法回答的题目数。MMPI 十分庞大，能提供十分丰富的信息，但实施起来也较费时，尤其是对病人更为困难，往往要分段实施。后来，有许多人研究 MMPI 的新应用，总结、演化出了多达 200 种以上的量表。也有人尝试缩小这一测验的规模，减少测验题目，缩短了测验所需的时间。

卡特尔 16 人格因素测验

卡特尔建立了一个与他的理论相对应的人格测验，名为 16 人格测验 (16 Personality Factor Questionnaire, 简称 16PF)。16PF 采用了与 MMPI 完全不同的制定方法，是以正常人为对象建立起来的。卡特尔认为它们反映了人类人格的关键特征或根本特质。与 MMPI 比起来，16PF 规模较小，但提供的信息仍十分丰富，尤其是它为受测者提供一条人格曲线，并同已鉴定的不同职业的性格特征曲线相比较，对职业咨询起到帮助作用。目前普遍认为 16PF 是迄今最完善的特质评价方法。

艾森克人格问卷

艾森克人格问卷 (Eysenck Personality Questionnaire, 简称 EPQ) 是英国学者艾森克于四、五十年代建立起来的自陈量表，有成人和青少年两种形式。问卷有 4 个分量表 E, N, P, L 组成，分别测量人的内外倾、神经质(情绪性)、精神质(倔强性)、掩饰性(指被试是否真实地反映自己的感受)。与 MMPI 和 16PF 人格测验相比，EPQ 最短，只有八、九十个问题条目，测验时间较短，实施较为容易，但由该测验得到的结果也相对较为简单，提供的信息量不是很大。

人格测验中的一些问题

信度与效度问题

人格测验是一种尚未成熟的测验，其信度与效度均不及智力测验。我们使用人格测验时必须对此有清醒的认识。造成人格测验信度和效度较低的原因主要有以下几点：

从人格测验的性质看它是一种典型行为测验，即要求被试作出反映平时典型行为的反应，这些反应无正确和错误之分，只代表被试的个人意见，因此易受各种因素的影响，尤其受被试当时心向的影响。

由于至今还没有统一的人格涵义，所以各种人格测验的测量内容很不一致，结果也无法比较。

人格测验中很难避免被试的伪饰。

被试对人格测验题的理解不同和采用的标准不同而出现偏差。例如，人格测验中经常使用一些如“经常”、“偶尔”等表示程度的词，但人们对“经

常”、“偶尔”等词的理解并不完全相同，有时甚至会有很大的差异。

为了提高人格测验的信度和效度，改进测验技术是十分必要的。如测验题目尽可能意义明确；调整题目的社会赞许性以减少被试因选择社会赞许的反应而不如实作答的现象；设置一些测量伪饰的题目，以便能对被试反应态度作出评价，等等。另外，在测验前向被试讲明测验的目的和要求，尽可能争取被试的合作，以保证测验结果的客观性。

社会文化背景问题

我国目前使用的人格测验，大部分系由国外的人格测验修订而成。一个人的人格是在一定的社会文化背景中形成的，不同社会文化背景下的被试，对某些题目的理解可能完全不同。例如，在 MMPI 中有这样一个题目：“遇到同学或不常见的朋友，除非他们先向我打招呼，不然我就装作没看见。”对这一题目我国被试多数答“是”，而 MMPI 将此题划在精神分裂症量表表中，答“是”反映有一定精神分裂症倾向。结果我国被试在这量表上的得分明显高于美国人。因此人格测验的编制或修订必须考虑自己的社会文化背景，从国外引进的人格测验，只有经过仔细修订并建立自己的常模后才能使用。

关于侵犯“隐私”问题

在西方，人格测验引起争议最多的一个问题就是侵犯“隐私”问题。所谓“隐私”是指个人的婚姻、家庭、宗教和性等方面一些自己不愿公开的秘密。有人认为人格测验调查这一方面的资料是不合法的，是对个人“隐私”权的侵犯。我们认为，如果测验具有正当的目的（如为了教育或心理治疗），并限于具有一定资格的专家使用，这些专家能遵守职业道德，对测验结果加以保密，那么在征得被试同意的前提下，即使在测验中涉及个人的一些隐私也不能说是侵犯“隐私”权。当然，如果没有正当的理由，随便使用人格测验，特别让那些未受过专门训练的人使用这些测验，并将测验结果肆意扩散，就是十分不应该的了。

人格差异与教育

教育工作要针对受教育者的个性特点。心理学研究人格差异，它的实践意义也是为了能在教育和心理治疗方面解决具体问题。下面我们将从学生个性的形成以及各种行为顺应问题等几个方面论述人格差异与教育的密切关系。

在集体中形成个性

首先应该指出，集体对个性的影响，在年幼儿童的集体或班级中还不明显，因为在这期间，教育影响是直接由教师来实行的，还没有必要依靠儿童集体。从小学三四年级开始，儿童集体就逐渐成为形成个性的基本环境了。

其次，儿童在集体中可能会形成亲社会的、集体主义的、人道主义的个性特征，但也可能会形成反社会的、利己主义的人格特点，这取决于怎样组织好集体，怎样形成集体的舆论和集体的价值观念，并发挥它们对学生成员的影响作用。因为集体舆论和价值观念本身凝结着集体对个别成员和每个成员对自己的要求。

再次，形成集体的舆论和价值观念要求进行精密细致的教育工作。有经验的教师总是在低年级就着手这一工作的。对这一工作的任何细微的疏忽，都会导致形成不正确的集体舆论和价值观念。

在活动中培养个性

一个人的个性品质并不是个别特性的简单的总和，因而通过教育和教学分别地、独立地形成个体的个性品质和行为方式，如组织纪律性、个人卫生习惯等，并不总是有效的，这些人格品质和行为方式并不一定会变为他的个性的稳定品质。即使在个体理解了它的重要性和必要性，按所要求的那样去完成，并在成人的监督下进行长期的练习，其结果却仍不理想。因此，培养儿童的个性，最主要的是组织儿童的活动，让他们在自身的活动中掌握自己的愿望和志向，使这些愿望和志向成为他自己发展中的实在。

提高学生的自我教育能力

儿童个性的发展，光是让他们参与活动，仍是不够的，还得从提高他们的自我教育能力上下工夫。提高学生的自我教育能力包含着两方面的任务。一方面是培养他们认知的成熟水平，提高他们的道德判断和推理能力。这是因为人格的发展不只是让儿童吸收人类所积累的经验，而且还要使他们能改造这种经验。也就是说，让儿童把所掌握的社会规范和道德标准溶化到他们自己的经验中去，并加以加工改造。其结果有的被排斥了，有的被吸收入自己的人格中，成为决定儿童对自身要求的内部环境，成为他的道德成分。

儿童个性形成的自我教育的另一个重要方面，就是提高儿童对自己行为的意识水平，也就是提高学生的行为自觉水平。处于自觉水平上的道德行为是人的宝贵品质，因为没有支配自己愿望和完成自己意向的技能，没有支配自己行为的技能，就不可能具有个性的坚定性和克服困难的本领。

教师应具有顺应心理学的知识

人格教育的心理学意义是要培养一个能顺应环境和周围人的人。人格顺应是人格培养上至关重要的问题。因此，顺应心理学的知识对教师以至学校工作人员都是必须具备的。那些深得人心的教师，很可能就是具有深入了解学生个人问题的洞察力的人，很可能就是具有熟知学生的各种顺应问题，并能检测那些顺应不良的征兆，从而能有效地处理他们的问题的人。

在学校集体中，不是所有的学生会感到自己在各方面都是完美无缺的，在某种程度上都会具有某些潜在的顺应困难或顺应上的不适感。当这些征兆变得逾常和过分时，学校就应该加以注意，并深入考察学校教育大纲是否能满足每个学生的基本需要，及时采取措施，大力帮助学生形成人格顺应的习惯，从而培养他们都具有完整健康的人格。

