

2 人格理论

人格理论(theory of personality)是心理学家对人性及其差异进行描述和解释所使用的概念体系。这些理论曾经就是人格心理学本身。尽管这种情形已经发生了很大的改变,但由那些伟大的心理学家所创立的宏大理论仍然是并将继续是我们从整体上和本质上了解人格的最重要的知识。

人格理论要回答的问题就是我们从哪几个方面去了解一个人,即他(她)是一个什么人;他(她)是如何变成这个样子的;他(她)为什么会成为这个样子;他(她)是健康的吗;他(她)会不会改变,如何帮助他(她)改变。因此,人格理论所关心的问题通常包括:第一,人格的实质和结构;第二,人格的发展历程及影响因素;第三,人格的动力;第四,人格的健康与改变问题。

由于不同的心理学家对这些问题有不同的看法,因而出现了不同的人格理论。已有的人格理论种类繁多,可供我们专门开设一门内容丰富的人格理论课程。为便于把握,通常将各种人格理论划归到不同的理论取向。综观已有的人格理论,可以拿它们分别划归到以下六大取向中:类型—特质理论、生物学理论、行为主义、认知理论、精神分析和人本主义。每个取向中又包含若干种理论。不同的理论不仅对以上四大问题的观点不同,而且对这些问题关注的程度也不同,如有的理论更关注人格的结构问题,而对人格的发展和动力等问题则缺乏系统的探讨。但总体而言,所有人格理论都是围绕以上四大问题展开的。下面我们分别来了解这六大取向的人格理论,但本章仅着重评述每个取向最具代表性的或学派创始者的理论,其他重要理论将在本书其他章节的有关研究主题中论及。

2.1 类型—特质理论与生物学理论

科学研究的基本任务是描述和解释,本节将评述的两大取向的人格理论,一个重在描述,另一个则重在解释。人格描述包括划分类型和分析结构两种方式,前者为**类型理论**(type theories),后者为**特质理论**(trait theories),但都是根据特征来描述人格,因此可以合称为**类型—特质理论**。但人的求知欲不会停留在现象描述的水平,还要求进一步去探求原因,即探求这些现象产生的根源。**生物学理论**(biological theories)就是关注解释的理论。但实际的理论形态,并未将描述和解释分开的,类型—特质理论和生物学理论一开始就有密切的关系,甚至是一体的,它们是人格理论中联系紧密、历史悠久的两种传统取向。

2.1.1 气质类型理论

将人划分为不同的类型,是最便捷的一种方法,也是人格理论中最古老的一种取向。社

会大众也特别容易接受类型的观点，甚至可以说类型的观念是植根于大众之中。人格类型是指在一类人身上所共有的相同或相似人格特征的独特结合。对人格进行分类的关键是所依据的标准或则。由于人格的复杂性，不同的学者依据不同的标准或原则将人格分为不同的类型，因此，心理学中有很多种有关人格类型的理论，其中包括根据生理特征的分类、根据心理机能的分类和根据价值观念的分类等。这些理论将人格分为两种、三种、四种、八种以至几十种类型。这里只探讨早期的从生理学角度分析人格的几种类型理论，即气质类型理论。

气质(temperament) 主要是指那些与生俱来的心理和行为特征，即那些由遗传和生理决定的心理和行为特征。气质实际上是指人格中最稳定的、早年就表现出来的、受遗传和生理影响较大而受文化和教养影响较小的那些层面，类似于日常话语中的脾气、性情、秉性。具体是指人的如下特点：(1)感受性，即对刺激的敏感程度；(2)耐受性，即在时间和强度上经受刺激的能力；(3)反应敏捷性；(4)可塑性，即适应新环境的难易程度；(5)情绪兴奋性；(6)外向性，即内向还是外向。还有人(Buss & Plomin, 1984, 1986)将气质特征概括为三种：(1)情绪性(emotionality)，指一个人情绪反应的强度；(2)活动性(activity)，指一个人是好动还是好静；(3)交际性(sociability)，指一个人是否好交际。这种理论被称为 EAS 模型。大量研究证明，人的基本气质特点早在一岁左右就表现出来并保持终生。

古希腊医生 Hippocrates(约公元前 460~前 377)认为，人体内有四种体液，即血液、粘液、黄胆汁和黑胆汁，不同的人体内占优势的体液不同。后来古罗马医生 Galen(130~200)用这种体液学说来解释气质，认为某种占优势的体液决定一个人的气质。后人正是在此理论的基础上，逐步形成了气质类型学说。根据这一学说，每一种体液都具有热—寒、干—湿两种性质，不同的人体内占优势的体液不同，因而有四种类型的人：多血质的人血液占优势，而血液具有热而湿的性质，所以这种人像春天一般热情；胆汁质的人黄胆汁占优势，而黄胆汁具有热而干的性质，所以这种人像夏天一般暴躁；抑郁质的人黑胆汁占优势，而黑胆汁具有寒而干的性质，所以这种人像秋天一般忧伤；粘液质的人粘液占优势，而粘液具有寒而湿的性质，所以这种人像冬天一般冷漠。

多血质的典型特点是活泼好动，反应快，善交往；胆汁质的典型特点是急躁，莽撞，情绪变化快；粘液质的典型特点是反应迟缓，沉默寡言，沉静，忍耐；抑郁质的典型特点是敏感，孤僻，忧郁，常在内心经历暴风骤雨。假设有四个分别属于不同类型的人一起去看戏，但到了剧院门口被门卫挡住不让进，因为他们迟到了。这时四个人的典型表现可能是：多血质的人会笑嘻嘻地与门卫搭讪，以获得门卫的好感并放他进去；胆汁质的人可能会与门卫争吵起来，甚至大打出手；粘液质的人可能按照门卫的指示，规规矩矩地坐在那里等下一场；抑郁质的人则可能唉声叹气地回家去，并一路感慨自己总是遇到倒霉的事。

用四种体液来解释人的类型，用现代的眼光看，是缺乏科学依据的。但四种类型的用语一直沿用至今，原因是这四种类型的划分为人们认识自己和他人提供了便利，而这种划分在相当程度上确实是有效的。

德国精神医学家 E. Kretschmer(1888~1964)根据临床观察总结，将人的体型主要分为肥胖型(pyknic)、瘦长型(asthenic)、健壮型(athletic)和畸异型(dysplastic)四类，人的体型不同，气质也不同，患精神病的可能性也不同。

划分体型的指标主要包括身高、体重、骨格、肌肉、脂肪、皮肤、毛发、腺体及身体各部位的长度和周围的幅度、颜面和头型等。依据这些标准,各种体型的特征为:肥胖型:身材矮胖,圆肩阔胸,躯干尤其是腹部堆积大量脂肪;瘦长型:瘦高纤弱,体重轻,身体各部分幅度小,皮肤缺乏血色,腹部脂肪少;健壮型:骨格匀称,肌肉发达,肩宽,胸肌突出;畸异型:身体各部位比例不协调,属于发育异常的情形。

Kretschmer 发现,在躁狂症患者中,肥胖型占多数,而肥胖型和健壮型较少;在精神分裂症患者中,瘦长型、健壮型和畸异型较多,而肥胖型较少。他调查了 85 例躁狂症患者,发现其中有 58 例属肥胖体型;而 175 例精神分裂症患者中,有 81 例属瘦长体型,31 例属健壮体型,34 例属畸异体型。

Kretschmer 还将体型与气质联系起来。他认为,躁狂症和精神分裂症患者的行为,其轻度的症候就是气质的表现。这些气质特点,在精神病发病前,或者在患者的近亲中可以很容易观察到。因此,在某种程度上可以说,躁狂症患者具有躁狂性气质,精神分裂症患者具有分裂性气质。后来, Kretschmer 专门探讨了健壮型体型与粘着性气质的相关关系,这种气质与癫痫症患者的症状是一致的,也可称其为癫痫性气质(表 2-1)。

表 2-1 体型与气质及其特征

体 型	气 质	特 征
肥胖型	躁狂性气质	善交际、表情活泼、亲切热情
瘦长型	分裂性气质	不善交际、孤独、神经质、多思虑
健壮型	粘着性气质	固执、认真、理解问题慢

Kretschmer 调查了 150 名身心健康的人发现,躁狂性气质者之中肥胖型者居多,在分裂性气质者中瘦长型者居多。他后来还发现,在三种典型的体型中,粘着性气质者较多地属于健壮型体型,只是这种相关不如前两种对应关系的相关高。因此,他认为,在气质特征上,精神病患者与正常人只有量的差异,只不过是某种气质类型的极端状态而已。

Kretschmer 的研究激起了人们对体型与人格间关系的兴趣,而他发现的体型与精神病类型之间的关系也得到了一些研究的支持。但他未能建立一套标准或方法来测量体型和气质。

美国心理学家 W. H. Sheldon(1889~1977)则一开始就研究正常人的体型与行为特征之间的关系,并形成了一系列测量体型和气质的方法。他曾在 Jung 处学习,也拜访过 Freud 和 Kretschmer。他虽然受到了 Kretschmer 的影响,但却认为 Kretschmer 的方法是不恰当的。他的研究依据三大原则:第一,没有截然划分的体型,只有连续变异的维度,因此,研究者可以根据多个维度来测量体型,而不是简单地分类。第二,人的体型与人的气质之间存在相关。第三,一个人的体型具有长时间的一致性,尽管在不同年龄体重差异很大,但这种差异不会导致体型分类上的变化。

为了建立一套方法来对人的体型进行测量和分类,Sheldon 分别从正面、侧面和背后三个角度对四千名男大学生的裸体进行拍照,然后逐一研究这些照片。他提出决定体型的基本成分是胚叶。胚叶又称胚层,是指构成动物早期胚胎的细胞层。人有外、中、内三层胚叶,

在发育过程中，各胚叶又分化为一定的组织和器官。外胚叶发育成表皮、神经组织等；中胚叶发育成肌肉、骨骼等；内胚叶发育成内脏器官等。胚叶的内、中、外三种成分的发展程度(比例分配)决定了人的体型。由内胚叶分化出的内脏器官得到较好的发育，就形成了肥胖的体型或内胚型(endomorphy)；由中胚叶分化出的骨骼和肌肉得到较好的发育，就形成了健壮的体型或中胚型(mesomorphy)；由外胚叶分化出的皮肤组织和神经系统得到较好的发育，就形成瘦长的体型或外胚型(ectomorphy)。但 Sheldon 认为，要测量一个人的体型，不应只是简单地根据一种成分看他属于哪种体型，而应该测量他的身体在这三种成分上各占比重的多少。每一成分均以七点量表来评量，由三个成分的评量结果来衡量一个人的体型。

身体类型是由一系列三个数字组成，每一数字表示身体其中一个成分的近似强度。第一个数字表示内胚型，第二个数字表示中胚型，第三个数字表示外胚型。因此用七点量表时，7-1-1 表示极端的内胚型，1-7-1 表示极端中胚型，1-1-7 表示极端外胚型，而 4-4-4 则表示在三个成分的量表上都居中。(Sheldon & Stevens, 1942, p.539)

这些都是客观的评量，并且不易改变。“内胚型的人通常很胖，有时也会瘦一些，但是即使变瘦，也不会变成中胚型或外胚型……他们只是变成瘦的内胚型而已。”(Sheldon & Stevens, 1942, p.540)一些教科书经常批评体型论者，认为人的体型在一生中的不同年龄阶段是不同的，而气质则是稳定的，因此，体型与气质之间并不存在确定的相关关系。显然，这种批评中所说的体型变化，在 Sheldon 看来并不是真正的体型变化，而只是胖瘦的变化而已。

Sheldon 还设计了一套测量气质的方法。他从书报文章中搜集到 650 个描述人格的项目，将意义相同或相近的加以合并删减，得出 50 个项目。然后又对 33 位男性被试进行了为期一年的观察和访谈等研究，然后用这 50 个特征去描述他们。通过分析这些描述结果，发现一些特质总是聚合在一起，构成特质群。最后得出了三个特质群，Sheldon 称之为三种气质，即内脏型(viscerotonia)(舒畅、闲适、乐群)，肌肉型(somatotonia)(好活动、竞争、果决)，脑髓型(cerebrotonia)(压抑、约束、好孤独)。Sheldon 还编制了气质量表以测量个人在三种气质上的得分。

找到了分别测量体型和气质的方法，就可以验证体型与气质之间的关系了。研究结果发现，体型与气质之间关系很密切，体型变量与气质变量之间存在着显著的相关。对 200 位被试的研究结果表明，体型评量与相应的气质评量之间呈高的正相关，而与不对应的气质评量之间呈负相关(表 2-2)。这意味着，内胚型的人往往愉快乐观，具有内脏型气质；中胚型的人往

表 2-2 体型与气质之间的相关

	内脏型	肌肉型	脑髓型
内胚型	.79	-.29	-.32
中胚型	-.23	.82	-.58
外胚型	-.41	-.53	.83

N=200

往精力充沛，攻击性强，具有肌肉型气质；外胚型的人往往内向、压抑，具有脑髓型气质。还有研究发现，体型类别与精神病类别、犯罪类别之间也存在相关(Pervin, 1995, p.13)。

有批评者指出，尽管 Sheldon 的研究比起 Kretschmer 的研究更有说服力，但仍然存在问题。如体型评量与气质评量两套数据是否独立？体型评量和气质评量的方法和结果均出自同一研究者。体型评量固然客观，而气质评量则可能会因理论假设而出现偏差，即某一被试可能会因其体型属于中胚型而被评量为勇敢、果断和刚毅，如此等等。后来有其他研究发现，体型与气质测验分数之间的关系，并不如 Sheldon 的研究结果那样密切(Fiske, 1944)，这就使这一疑问更加凸现出来(普文, 1995, p.14)。但体型与行为方式的相关研究，还有一些有趣的发现，例如，与一般男性人群相比，选择做警察的男性中更多的是健壮体型者，而违法犯罪者的胸部比一般男性人群更宽阔(Eysenck & Gudjonsson, 1989; Larsen & Buss, 2002, p.68)。

气质的体型理论，听起来总给人一种趣闻或笑谈的印象，殊不知 Kretschmer 和 Sheldon 等人从事的是严格的科学研究。如果我们不关注其研究过程和方法，仅看其结论，似乎会认为它与古代 Hippocrates 和 Galen 的理论停留在同一水平上。但即便我们了解了他的研究过程和方法，也相信他们的数据，仍然会对其结论半信半疑。其中根本原因可能在于，即使这种理论所依据的数据是可靠的，它也只是揭示了体型这一种身体因素与气质的相关。这意味着：第一，体型与气质之间的相关，是否还隐含着其他身体特征(如神经系统的特征、内分泌系统的特征等)与气质的相关？也就是说，Kretschmer 和 Sheldon 等人看到的只是体型这一易于观察的指标与气质的相关，却没有看到体型与其他身体特征的可能联系，而这些其他身体特征才是真正与气质关系密切的生理因素。这就需要寻求体型与神经系统和内分泌系统等身体特征的关系，以及神经系统和内分泌系统的特征与气质之间的关系。如果将体型与神经系统和内分泌系统联系起来去解释气质，可能会更令人信服。第二，体型可能只是一种表面的指标，如果它与气质确实存在很高的相关，是否应该从更深处去寻求解释，如从基因上去解释？也就是说，体型可能只是基因的表现，体型与气质的相关可能只是基因与气质的相关关系甚至因果关系的反映。如果我们从基因去解释气质的差异并找到这种解释的依据，无疑会使这类研究的科学性得到革命性的提升。当然，这在 Kretschmer 和 Sheldon 的时代还做不到，但在当代和未来却是有可能实现的。第三，体型与气质之间的相关研究，只是揭示了体型这一种身体特征与气质这一人格结构中生理关系密切的部分的联系，也就是说，影响气质的因素是多样的，影响人格的因素更是多样的，体型与气质的相关研究，只是寻求一种单一的可能还是表面的因素与人格这一复杂结构中的一部分之间的相关，切不可将这种研究结果的适用范围放大。试图到肥胖型的人群中寻找“机智的组织者”，到健壮型的人群中寻找“勇敢的战士”，到瘦长型的人群中寻找“浪漫的诗人”，恐怕有些怪异和滑稽。第四，体型理论揭示的是体型特征与气质特质之间的相关关系，相关关系不能解释为因果关系。首先，相关关系本身不能确定何者为因，何者为果，可能因为体胖所以心宽，也可能因为心宽所以体胖，因果关系难以确定；其次，二者之间相关，可能是由于共同受到第三种因素的影响，而这第三种因素才是原因，如果心宽和体胖都是共同的基因作用的结果，共同的基因才是真正的原因。总之，要进行因果推论，必须获得相关研究以外的新证据的支持。体型理论在当代人格心理学中没有得到发展，Sheldon 之后没有新的进展，似乎它只是一种历史上的理论，这种现象本身就

很能说明其局限性。当然，也许有一天它能有所突破，到那时它才会显出新的价值。

2.1.2 Allport 的人格特质论

心理学家研究人格特质(personality trait)实际是探讨人格的结构，即应该从哪些维度去分析人格或人格由哪些因素构成。按照这种观点，每个人的人格都可以从相同的维度去分析，不同的人只是在同一维度上所处的位置不同罢了。如可以把外向性看作一个维度，每个人都可以在这同一维度上找到一个位置，可能偏高一些(较外向)，也可能偏低一些(较内向)，也可能居中(内外向特征不明显)，这就不同于类型论的观点。在类型论者看来，一个人不是外向就是内向。当然它也承认中间或混合状态，但只是存而不论，更没有有效的方法去描述这些普遍存在的中间状态或混合状态。特质理论试图了解一个人在多大程度上具有某一特质。由于不同的特质理论家所找到的特质不同，故而出现了不同的特质理论。

Gordon W. Allport(1897~1967)是在他哥哥、著名社会心理学家 Floyd H. Allport(1890~1978)的影响下考入哈佛大学学习心理学的。他曾在一个有著名心理学家在场的研讨会上介绍自己的人格特质论(trait theory of personality)，但他发言后，全场一片沉默。他没有气馁，并于1937年出版了《人格:一种心理学的解释》一书。两年后，他就当选为美国心理学会主席。

Allport 认为，特质是人格的基础，是心理组织的基本建构单位，是每个人以其生理为基础而形成的一些稳定的性格特征。Allport 将人格特质区分为共同特质(common traits) 和个人特质(personal traits)。共同特质是人所共有的一些特质，所有人都具有这些人格特质，人与人之间都可以在这些特质上分别加以比较，如外向性，任何人都具备这一特质，个体之间的差异只在于不同的人具备此特质的多寡或强弱不同而已。

个人特质是个人所特有的，代表着个人的独特的行为倾向。Allport 将个人特质视为一种组织结构，每种特质在这个人的人格结构中处于不同的地位，处于与其他特质不同的关系之中。因而，他区分了三种不同的个人特质:(1)首要特质(cardinal trait)，是指最能代表一个人特点的人格特质。它在个人特质结构中处于主导性的地位，影响着这个人行为的方方面面。小说家往往将某种特质集中体现在某个人物身上。一谈到这个人物，我们就联想到某种特质，如诸葛亮的足智多谋，林黛玉的多愁善感，阿Q的精神胜利法等。但在现实生活中，首要特质突出的人并不多。(2)中心特质(central trait)，是指能代表一个人性格的核心成分。我们往往用5—10个特质来描述一个人，如乐观的、活泼的、宽厚的、真诚的、进取的等等，如果这些词确实描述了一个人的主要特点，那么这些词所代表的就是他(她)的中心特质。我们也可以用几分钟时间做个游戏，先自己列出自己的中心特质，然后几个朋友之间依次列出对方的中心特质，最后将那些公认的特质确定为某人的中心特质。(3)次要特质(secondary trait)，是指一个人某种具体的偏好或反应倾向，如偏好某种颜色的衣服，闲暇时喜欢收拾房间等等。显然，某种特质是一个人的首要特质，是另一个人的中心特质，而在第三个人身上可能只是次要特质。人们通常使用中心特质说明一个人的性格。

以后的大多数特质心理学家更关注 Allport 所说的共同特质，因为这些特质适合于定量分析，并且可用于个体间的相互比较。

2.1.3 Cattell 的人格因素论

Raymond B. Cattell(1905~1998)出生于英格兰,在英国长大并接受教育。他先在大学学习化学和物理学,获得理学学士学位,后来决定改学心理学。他考取了伦敦大学心理学研究生,尽管在当时的英国,心理学仍被视为一门怪人们从事的学科。Cattell 的研究引起了美国同行的关注,被邀请到美国任教,并在美国定居。

Cattell 将人格特质区分为表面特质(surface trait)和根源特质(source trait)。表面特质是指从外部行为能直接观察到的特质。我们通过平时的观察评价某人忠厚老实或奸诈狡猾,就是指人的表面特质,是通过观察得出的一些评价。表面特质可能会随着环境的改变而改变。根源特质则是内在的、决定表面特质的最基本的人格特质,是那些稳定的、作为人格结构基本因素的特质。根源特质需要通过严格的科学方法才能获得。

Cattell 研究目的就是要确定究竟有哪些根源特质。长期以来,特质论者都在力求寻找人格中普遍存在的一些维度。从哪里着手呢?人类自然语言中描述人的词无比丰富,人格心理学家们想到使用自然语言分析人格特质和维度,由此提出了特质论的词汇假设:某语言中说话写作所用的语言应能包含描述这一文化中任何一个人所需的观念;那些非常突出的、与人的社会生活密切相关的个体差异都会被人的自然语言所编码、表征。在心理学史上, Galton 首先提出了词汇假设。具有开创性意义的词汇研究工作是 Allport 和 Odbert 于 1936 年对英语语言所做的深入研究。他们从《新韦氏国际词典》选出表示人类行为差异的形容词 17953 个,将其分成 4 大类:表示稳定人格特点的词、描述暂时心境和活动的词、对性格进行评价的词和一些混合术语以及含义不清的术语。其中表示稳定人格特点的形容词为 4504 个,如忠实的、夸耀的、事后聪明的、攻击性的、注意的。Allport 对特质术语的分析,为 Cattell 进一步发展特质理论创造了条件。

Cattell 大学本科主修过化学,后来他又师从著名统计学家 Spearman,这使他想要用因素分析的方法建立类似于化学元素周期表的人格特质量表。1943 年他主要对 Allport 的词表中表示稳定人格特点的特质术语进行了聚类分析,将 Allport 找到的形容词进一步删减到近 200 个,再使这些形容词两两对立,如自信的—一无把握的、自大的一谦卑的、攻击的一顺从的、责人的一责己的等等,每一对形容词代表一种特质。下一步是将每一对形容词具体到日常情境,编出一些问卷题目,如“你在社交场合总是倾向于躲在人后吗?”等等,要求被试以此评定自己和朋友,评定结果就得出每个被评定者在各种人格特质上的分值,然后用统计分析方法求出每一特质与其他各特质之间的相关系数,将彼此相关程度较高的一些特质归为一组,并用一个概括性名称来标志。如以上几对形容词所代表的特质彼此的相关程度高,就可用“好强性”来概括,也就是一种根源特质。Cattell 一共找到 16 种根源特质,并编制出“Cattell 16 种人格因素问卷”(Sixteen Personality Factor Questionnaire,简称 16PF)。具体内容如表 2-3。Cattell 认为,每个人的人格都可以用这 16 种特质来描述,只是不同的人在各种特质上所得的分数有高低差异而已。

表 2-3 Cattell 的 16 种人格特质

	人格因素	低分者特征	高分者特征
A	乐群性	沉默孤独	乐群外向
B	聪慧性	愚钝、抽象思维能力差	聪慧、抽象思维能力强
C	稳定性	情绪不稳定、无耐心	情绪稳定、有耐心
E	好强性	温顺、随和	支配、好斗、有己见
F	兴奋性	严肃、谨慎、安静	轻松、热情、活泼、幽默
G	有恒性	权宜、敷衍、轻视规则	有恒、负责、遵守规则
H	敢为性	畏怯退缩	冒险敢为
I	敏感性	粗心、迟钝	细心、敏感
L	怀疑性	信任、接纳	怀疑、警觉
M	幻想性	实际、合乎常规	幻想、不实际
N	世故性	直率、天真	精明能干、世故
O	忧虑性	安祥沉着、有自信心	不安、多疑、自责
Q1	求新性	保守、传统、抗拒改变	自由、批评、求新
Q2	独立性	依赖群体	自立
Q3	自律性	冲动、无法自制	克制、自律、严谨
Q4	紧张性	放松、沉着、欲求低	紧张、迫切、欲求高

Cattell 开展这样的研究有一个重要的前提假设，假定基于相关性研究的因素分析法能使大量的特质词得以简化，抽取的因素能代表人格的基本维度。这就是因素分析法的适用假设。从此，因素分析法成了人格特质研究的一大法宝，Cattell 的后继者们使用这一方法开展了许多深入的研究。

2.1.4 Eysenck 的“大三”因素论

英国心理学家 Hans J. Eysenck(1916~1997)出生于德国，1934 年离开纳粹统治的德国，去了英国。他的学术生涯大部分是在伦敦大学度过的。他是一位非常多产的学者，共出版了著作 50 多本，发表文章 600 多篇。他还以善辩著称，例如，他反对精神分析治疗，认为与其接受精神分析治疗，还不如不接受治疗(Burger, 2000, p.180)。他还主张 IQ 主要来自遗传，为此他与 Leon Kamin 展开了一场激烈的辩论(Phares, 1994, p.289)。他在人格心理学研究方面受到了多方面的影响，如 Spearman 的因素分析统计方法，Jung 和 Kretschmer 等人的人格类型理论，遗传学等等。

Eysenck 在 Cattell 的基础上对人格特质进行进一步的统计分析，找出了更稳定的特质。这就是说，与 Cattell 一样，Eysenck 也使用因素分析的方法对人格特质进行了研究，但他对那些更高组织层面上的特质更感兴趣。他将这个层面上的特质称为类型(type)。但类型这一概念在 Eysenck 的理论中应该被理解为人格的基本维度(basic dimension)，即存在高低两极的连

续维度。任何一个人的人格都可能位于维度的某一点上,但这些维度应是最具有概括性的。如外向型和内向型在 Eysenck 看来是连续体的两极,而不是像 Jung 那样将其视为两个类别,然后又去补充说明还存在许多中间状态。

与 Cattell 不同的是, Eysenck 对人格结构有一种层次性的构想。他将人格因素区分为四个等级水平,依次是特殊反应水平、习惯反应水平、特质水平和超级特质水平(类型水平)。以下是从一个例证来说明人格因素的这四个等级水平:

表 2-4 Eysenck 人格结构观举例

人格因素的等级水平	举例(假如有这样一个人.....)
特殊反应水平	一个晚上都在与朋友说笑。
习惯反应水平	一周内有好几个晚上都是与朋友共度的。
特质水平	长期观察此人,发现此人在周末和晚上等闲暇时间基本上都花在社交、聚会一类的活动上,显示出好交际的特质。
超级特质水平	你会发现此人除了好交际,还表现出冲动、主动、活跃和兴奋等倾向,所有这些特质就构成了外向型这一超级特质。

特殊反应水平 (specific response level) 是指在某一情境中观察到的个体的具体反应,可能是个体的属性,也可能不是个体的属性。习惯反应水平 (habitual response level) 是指那些在同样的情境中会重复发生的特殊性反应。特质水平 (trait level) 是个体习惯性反应的有机组合。类型水平 (type level) 是由许多相关特质有机组合而成的一般行为模式,具有高度概括的特征,对人的行为有广泛的影响。如前所述,这里 Eysenck 虽然用的是“类型”一词,但我们不应从类型论的立场理解,而应将其视为基本的人格维度。既然是维度,就是连续的,而不是非此即彼的。

如果某人是外向型的,那他在选择工作和生活场所时,就会选择那些能使他的社会性、冲动性、活动性、兴奋性和活泼性等特质得以体现和发挥的地方。在 Eysenck 看来,人格是一种层次结构,各层次特质对行为的影响程度不同。某些特质只在特殊情境下对行为发生影响,就处于特定的反应水平;而当特质对行为有普遍作用时,就处于类型水平了(图 2-1)。

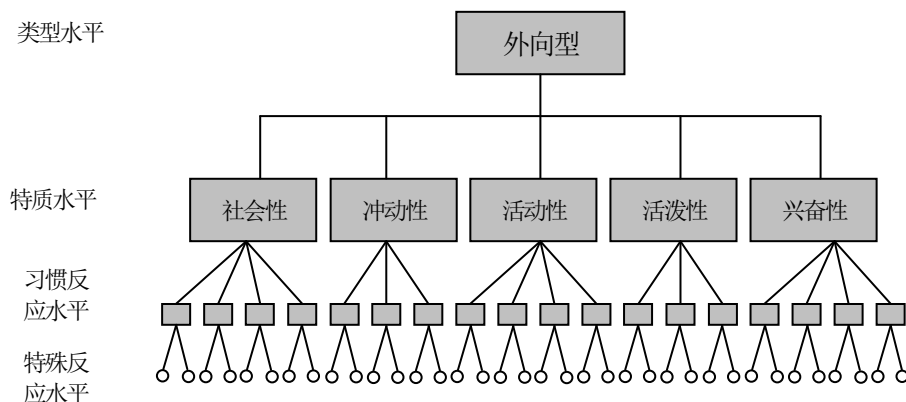


图 2-1 人格层次结构图示(Eysenck,1970,p.13)

Eysenck 使用因素分析的方法将 Cattell 的 16 因素进一步聚类，提出外向性(Extraversion)和神经质(Neuroticism)两个基本维度。外向性上得分高者为外向，得分低者为内向；神经质性上得分高者为情绪不稳定，得分低者为情绪稳定。这两种特质在不同的人身上就可能形成四种典型的组合:外向—稳定、外向—不稳定、内向—稳定、内向—不稳定。与古希腊的体液假说对应，这四种组合分别相当于多血质、胆汁质、粘液质、抑郁质。这样，就把现代的特质论与古代的类型论结合起来了(图 2-2)。

Eysenck 的这一模型无论从科学性上还是从审美形式上都是难得的好模型。从科学性上讲，我们随后就会谈到，外向性和神经质这两个基本人格维度，经过后来的许多重复研究，现在可以说已经得到了充分的验证。也就是说，它们确实是两个相互独立的(不具有相关性的)基本人格维度。从审美形式上讲，这一模型简明、对称、圆满，给人一种很好的科学美感。

根据特殊反应、习惯反应、特质和超级特质(类型)四级水平的人格层次模型(hierarchical model of personality), Eysenck 找到了构成外向性和神经质性两种类型的一些特质。也就是说，一些特质之间存在着明显的相关，聚集在一起，Eysenck 就用外向性来概括它们；而另一些特质之间存在着明显的相关，也聚集在一起，Eysenck 就用神经质性来概括。但两组特质之间却不存在相关。

构成外向性的特质包括:好社交、活泼、好动、武断、寻求刺激、快活、好支配人、感情激烈、好冒险。可用这些形容词描述外向性得分高的人，而用这些形容词的反义词来描述外向性得分低(内向)的人。典型外向的人好社交，喜欢聚会，有很多朋友，好热闹，凭冲动办事。内向的人则较安静，好反省，谨慎，深思熟虑，很少冲动的行为，喜欢有规律的生活，不喜欢充满偶然性和冒险性的生活。内向的人对疼痛更敏感，更容易疲倦，喜欢单独度假，较少受暗示，但更多地接受了社会禁忌因此更受抑制和约束。在学习上，外向的人更多地受表扬的影响，内向的人更多地受惩罚的影响。即外向的人学习中会更多地追求表扬，内向的人则更多地在避免惩罚(Eysenck, 1990)。

构成神经质的特质包括焦虑、抑郁、内疚、低自尊、紧张、不理性、害羞、喜怒无常、易动情。这些形容词可用于描述神经质得分高的人，而用这些形容词的反义词则用于描述

神经质得分低的人。高神经质的人情绪易变，经常抱怨说很苦恼、焦虑，并且常常感到身体不适(如头痛、头昏、胃痛等)。他们是情绪不稳定或情绪化的人，在情绪上往往表现出高度反应，对很小的挫折和问题也有很强的情绪反应，并且体验到一种情绪以后，要经过较长的时间才能恢复常态。而低神经质的人则很少情绪失控，很少有大起大落的情绪体验。

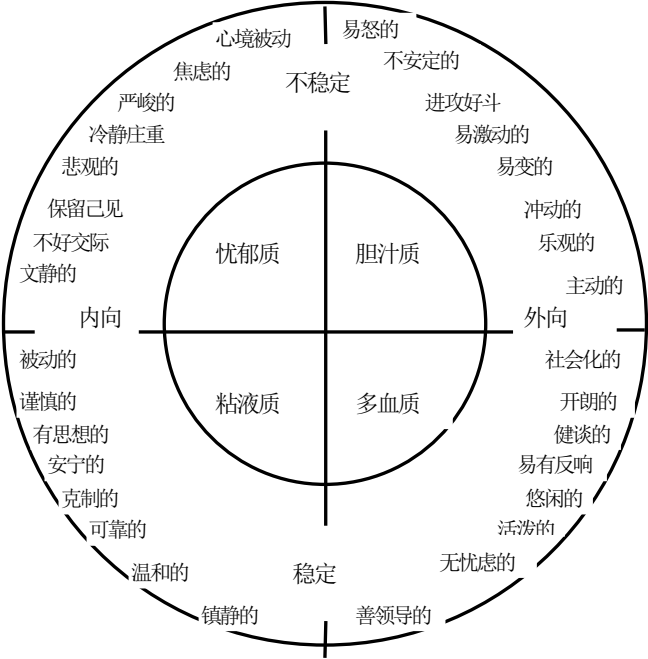


图 2-2 Eysenck 的二维度人格结构模型(Eysenck,1967)

外向性和神经质两个维度虽得到了充分的验证，但 Eysenck 后来发现仅仅用这两个维度来描述人格还远远不够，于是他提出了第三种特质，即精神质(psychoticism)。构成精神质的特质包括好攻击、冷漠、自我中心、不关心人、好冲动、反社会、无同理心、顽固、有创造性。可用这些形容词描述高精神质的人，而用这些形容词的反义词描述精神质得分低的人。Eysenck 认为，许多形式的社会异常都有精神质的遗传气质，包括精神病倾向的性欲、犯罪行为、酒精依赖、毒瘾 (Eysenck, 1992)。尽管这些描述大多使人联想到精神病，但人们在这一维度上的个体差异仍呈正态分布 (Pervin, 1996/2001, p.46)。这就是说，每个人的人格结构中都有这一特质，只是程度不同而已。当然，处于这一维度两极上的人具有截然相反的特质，这一点也适合于外向性和神经质两个维度。为了避免人们将精神质与精神障碍混为一谈，有人 (Zuckerman, Kuhlman & Camac, 1988) 认为最好将第三个维度称为“社会性异常”或“不顺从”。在这个维度上，艺术家的得分往往比精神病患者还高，因为这一维度上的高分与创造性有关(Eysenck, 1993)。此外，精神质还与虔诚性呈负相关 (Francis, 1992)。

但是，Eysenck 后来加上的这个基本维度并没有像前两个维度那样得到公认，它究竟不是一个基本维度及其确切性质是什么，都仍存在着争议。但是，Eysenck 还是强调人格的

结构包括三个基本维度：外向性(extraversion)、神经质(neuroticism)和精神质(psychoticism)，可用首写字母 E、N、P 分别代表三个维度。为了方便，通常用缩写词 PEN 来指称 Eysenck 的三维度模型。后人也将之称为“大三”(big three)人格模型 (Saggino, 2000)，

2.1.5 “大五”和“大七”人格因素论

心理学家们用 Cattell 的方法对人格特质进行进一步的分析，使人格结构的研究取得了突破性的进展。不同的研究者从各自的研究中得出了大体相似的结论，即人格由五个基本维度构成。心理学家们称这五个基本人格维度为“大五因素模型”(the big five factors model)。

“大五”的发现可以追溯到 1961 年，Tupes 和 Christal 对 Cattell 的特质变量进行了重新分析，发现了五个相对显著且稳定的因素，分别为：(1)精力充沛；(2)宜人；(3)依赖性；(4)情绪稳定性；(5)文化。这可以说是人格心理学史上首次较正式地提出“大五”，但由于当时他们的论文没有得到广泛的发行，因而这一研究并未引起重视。1963 年，Norman 又采用 1961 年版的《韦氏国际词典》重复了 Cattell 的所有程序，提出了自己的大五因素模型。他的工作被许多人格心理学家看作是“大五”历史上的里程碑。但是，Norman 的“大五”遭到了 Cattell 方法论上的严厉批评，致使“大五”研究停滞了一段时间(Wiggins, 1997)。

直到 20 世纪 80 年代，Goldberg 开展大量的“大五”研究，才重新燃起了人们对“大五”的热情。Costa 和 McCrae 就深受 Goldberg 的影响，对“大五”进行了深入的研究，成为当代大五模型的代言人。他们对五因素的表述(McCrae & Costa, 1987)最为著名，即神经质(Neuroticism)、外向性(Extraversion)、开放性(Openness)、随和性(Agreeableness)、尽责性(Conscientiousness)。将这五个词的首写字母组合起来就是“OCEAN”(海洋)，恰好可用来代表“人格的海洋”。

大五模型的主要优势在于它对人格结构做出了良好的描述。长期以来，许多研究者感到主要人格因素的数目应该少于 16 个，多于 3 个。随着研究的不断深入，人格五因素已被不同的被试组、不同的项目组合、不同的测量工具、不同的因素分析方法和不同的语言和文化证明基本是稳定的。由此，大五模型研究者乐观地认为“大五”可能是人格心理学中的转折点。

但它也受到了一些质疑和批评。首先，它受到了所有特质研究都受到的批评。大五模型仍停留于描述水平，而非解释水平。这一模型远未揭示各因素如何与情境交互作用、各因素之间又存在怎样的交互作用以及各因素如何决定个体的行为表现等关键问题。大五模型充分体现了人格的静态结构，然而人格最富魅力的动态过程毫无涉及，只是为人格过程提供了一些标签而已。批评者还认为，研究中使用的因素分析也有纯技巧的嫌疑。

另外，特质论者内部对大五模型仍然众说不一。比如，人格因素到底是几个？如果是五个，究竟又是哪五个？对这些问题并未完全达到共识，还有研究者认为，人格因素应该是七个。但究竟是哪七个因素，不同的研究者说法也不一致。一种有代表性的研究指出，大五存在多种理论和方法上的局限，其中最突出的一点是所选的词表最初就排除了评价性的词汇。Tellegen 和 Waller(1987)采取了非限定的选词标准，在自然语言中按原貌进行分层抽样，从《传

表 2-5 大五人格因素

高分者的人格特征	维度(因素)	低分者的人格特征
烦恼、紧张、情绪化、不安全、不准确、忧郁	神经质性(N)	平静、放松、少情绪化、安全、果敢、自我陶醉
好社交、活跃、健谈、乐群、乐观、好玩乐、重感情	外向性(E)	谨慎、冷静、无精打采、冷淡、乐于做事、退让、寡言
好奇、兴趣广泛、有创造力、富于想象、非传统	开放性(O)	习俗化、讲实际、兴趣少、无艺术性、非分析性
心肠软、脾气好、信任人、助人、宽宏大量、轻信、直率	随和性(A)	愤世嫉俗、粗鲁、多疑、不合作、报复心重、残忍、易怒、好操纵别人
有条理、可靠、勤奋、自律、准时、细心、整洁、有抱负、有毅力	尽责性(C)	无目标、不可靠、懒惰、粗心、松懈、不检点、意志弱、享乐

(Costa & McCrae, 1985, p.2)

统英语美语词典》(1985年版)中抽取了400个人格描述词。通过因素分析获得的七个维度分别是正价(positive valence, PVAL)、负价(negative valence, NVAL)、负情绪性(negative emotionality, NEM)、正情绪性(positive emotionality, PEM)、因袭性(conventionality, CONV)、适意性(agreeableness, AGR)和可靠性(dependability, DEP)。其中,前两个维度是新的人格维度,其余五个维度依次与上述“大五”模型的维度有大致的一一对应关系。属于描述正价的词语包括:优秀的、老练的、机智的、勤劳多产的等等;描述负价的词语包括心胸狭窄的、自负的、凶暴的、邪恶的、可怕的、令人生厌的、遭人憎恨的、道德败坏的等等。他们批评大五研究从一开始就删去了这些重要的词汇,而McCrae和Costa的研究表明,正价和负价也可以在大五因素模型中得到解释(McCrae & Costa, 1995)。Widiget(1993)也认为,正价和负价包含在“大五”中,负价实际上是低随和性的极端形式;正价的解释更加复杂,与“大五”中的外向性、神经质性、开放性、尽责性等均有关系。

特质论者主要从事的是实证研究,即运用综合观察、自陈问卷、实验和因素分析等方法直接从个体的行为特点出发探讨人格问题。对研究变量操作化来检验人格结构,是符合当代科学研究逻辑的。这与Freud和许多精神分析论者依赖临床观察和主观判断的做法不同。特质论者如Cattell和Eysenck特别注重用客观的方法建立自己的理论架构,认为只有这样得出的结论才经得住进一步的检验。特质法自诞生以来已经引发了大量的研究,人格心理学的有关期刊充满了各种关于人格特质的调查;另外,每年都有新的人格特质量表被编制出来并投入实际应用。

特质论者关注人与人之间量的差异,并指出个体在人格上的差异是可以测量的。这些测量一般都具有公认的价值,这为特质研究的结果开辟了广阔的应用领域,这也正是特质研究的另一生机所在。不论是临床心理学家、社会心理学家、工业与组织心理学家,还是教育心

理学家或发展心理学家，在各自的研究和工作中都常常会使用特质测量。

毫无疑问，心理学家们将会继续使用特质概念，也会一如既往地开展人格特质测量方面的研究。然而，研究者们对本章提到的那些特质研究中的理论问题还是应该有清醒的认识。特质研究所面对的质疑必然会促进研究的深入，并发展出更精细、更完善的研究模型以及测量个体差异的更好方法。

人格研究应该将类型的观点和特质的观点结合起来。因为人格特质和类型的观点是紧密联系的，一些典型的特质聚集在一起，就构成一种人格类型。从认识逻辑上讲，应该先了解特质，然后再划分类型，特质是类型的基础。类型理论上也是用特质来描述类型的，只是他们描述的特质大多根据直接经验或观察到的现象得到的，即 Cattell 所说的表面特质，而对特质的科学研究则是后来发展起来的。所以，在人格心理学领域，是先有类型论后有特质论。事实上，已经有研究者将特质论与类型论结合起来描述人格。如 Eysenck 就在 Cattell 的基础上对人格特质进行进一步的统计分析，找出更稳定的特质，即外向性和神经质，并将两个维度的四种典型结合与古代的四气质类型对应起来。

特质论和类型论为我们了解人格提供了知识和方法的基础，但这两种理论本身所关注的都只是些现存的、静止的东西，只是描述人格而不是解释人格，只是揭示内容而不是探讨过程，只是分析结果而不去寻找原因，总之，是静态的研究而不是动态的研究。心理学家们(包括特质论者)往往要从特质的范畴之外去探索特质的原因，生物学理论就是这种探索的成果。

2.1.5 生物学理论

早期的气质类型理论本身就包含着生物学理论，即用生理来解释类型。在现代的特质理论中，也有理论与生理学有密切的关系，如 Eysenck 就试图从生理学的角度解释特质。他不仅致力于人格结构的分析，而且试图寻求人格形成的原因，并将这种原因归结为生理。Eysenck 认为，人格的个体差异主要是遗传造成的。他的主要根据是：第一，人格的三种基本特质(他所说的“类型”)在一个人的一生中具有相当的稳定性。一项研究表明，被试在 45 年内的内外向性均保持在一定水平上。第二，跨文化研究表明，在不同国家和文化背景中，不同的研究者运用不同的方法都发现了人格的三种基本特质，即内外向、神经质和精神质。如果不是生物因素起主导作用，就不能解释这种跨文化一致性，因为不同的国家、不同的文化背景意味着显著的环境和教育差异。第三，人格的三种基本特质，都可以进行生理学的解释。

关于外向性的生理基础，Eysenck 借鉴 Pavlov 的有关大脑皮质兴奋和抑制理论，提出了一种抑制理论 (inhibition theory) 解释外向者与内向者在行为上的差异。外向者大脑皮质的抑制过程强而兴奋过程弱，神经系统属于强型，因而忍受刺激的能力强；内向者大脑皮质的兴奋过程强而抑制过程弱，神经系统属于弱型，因而忍受刺激的能力弱。外向者大脑皮质的抑制过程较强，反应慢而弱，所以他们希望通过过多地接触外界环境(如参加聚会、进行冒险活动等)来寻求感觉刺激。而内向者兴奋过程强，抑制过程弱，大脑皮质对刺激所做出的反应强而快，仅能忍受微弱的刺激，所以他们总是避免从外界环境中获得刺激。Eysenck 曾

通过一项实验研究证实这一观点。他让外向者和内向者接受同等强度的痛觉刺激，并要求他们忍受尽可能长的时间。结果发现，外向者比内向者能够忍受的时间更长。Eysenck 认为这是由于外向者抑制过程更强的原因。Eysenck 后来使用唤醒 (arousal) 概念来解释外向与内向的差异。唤醒，即个体身心随时准备反应的惊觉状态。一般认为，唤醒状态与中枢神经系统中的上行网状激活系统有关。外向者喜欢社交、喜欢刺激较强的活动，内向者不爱交往、喜欢安静的环境，是因为大脑皮层的生理唤醒水平不同。外向者的皮层唤醒水平比内向者低，所以他们要去寻求更强烈的刺激，缺少刺激对他们而言意味着枯燥、沉闷和无聊；内向者的皮层唤醒水平较高，面对同等强度的刺激，内向者体验到的强度比外向者高，因而更敏感。微弱的刺激就足以维持他们的兴奋，所以较强的刺激很快就会使他们感到疲劳。因此，外向的人喜欢嘈杂的聚会而内向的人却希望早点离开。

至于神经质的生理基础，Eysenck 最初认为是自主神经系统。自主神经系统包括交感神经和副交感神经，它们在功能上是拮抗的。交感神经有增强兴奋的作用，副交感神经则有抑制兴奋的作用。自主神经系统受边缘系统的调节来控制人的情绪。因此，Eysenck 认为，在神经质维度上得分高的人，在心率、呼吸、皮肤电反应、血压等方面的反应会更为强烈。但这一观点遭到其他心理学者的质疑。后来，Eysenck 将边缘系统看作神经质的生理基础。他认为，高神经质者的边缘激活阈值较低，交感神经系统的反应性较强，因此，即使是微弱的刺激，也能使他们做出过度的反应。Eysenck 还认为，焦虑与神经质有许多相似之处。焦虑源于神经质与内向的混合产物，是在神经质量表中得分很高的内向者的典型特征。

精神质是 Eysenck 人格理论中较晚才提出的一个维度，Eysenck 对其生理基础的揭示不如外向性和神经质有把握。但是，通过人格问卷测量，Eysenck 发现男性在精神质维度的得分总是高于女性。罪犯和精神病患者精神质维度的得分较高，而这些人多半也是男性。男性比女性更不易患精神分裂症。依据这些研究发现，Eysenck 推测，精神质可能与雄性激素的分泌有关。但是，这种推测至今还没有获得确切的证据支持。

至于人格发展问题，由于 Eysenck 把人看成是生物社会性的人，因此，Eysenck 认为，人格发展是遗传和环境交互作用的结果。不过，他认为，遗传的生物因素在此过程中起着更大的作用。为了验证文化对个体人格的影响，Eysenck 及其妻子曾在许多国家进行 Eysenck 人格问卷调查，做跨文化研究。这些国家包括希腊、埃及、法国、冰岛以及中国的香港地区等。结果表明，虽然被调查者间存在着文化上的差异，但他们的人格类型仍然表现出三个主要的维度，即外向性、神经质和精神质。Eysenck 还用青少年 Eysenck 人格问卷对许多国家的儿童进行了测查，得到的研究结果与成人结果相似 (Eysenck & Eysenck, 1985)。Eysenck 还进行了一系列纵向研究，结果表明，从童年到成年，虽然时间间隔很长，在此过程中，个体可能受到各种文化因素的影响，但是他们的人格维度仍然保持稳定。此外，Eysenck 分析许多同卵双生子和异卵双生子以及一起领养和分开领养的双生子的相关研究资料发现，外向性、神经质和精神质主要是遗传的。

虽然 Eysenck 强调人格的稳定性，但他也认为，人格是可以发展变化的。尽管遗传因素决定某些行为倾向，但环境因素也能使个体的行为发生改变。外向的人如果遭遇较多、较大的不幸，也会变得内向；内向的人经常处于较活跃、友好的环境中，也可能变得外向。但典

型的外向者变成典型的内向者，或者典型的内向者变成典型的外向者，并且这种改变不是暂时的，而是形成新的、稳定的人格特质，则是难以想像的。

关于人格的生物学理论，这里仅仅谈及 Eysenck 的生理学理论。其他生理学理论、行为遗传学理论和进化心理学，将在本书的随后章节中介绍。

2.2 行为主义与认知理论

科学通常被理解为对规律的探索，而规律是事物之间的确定关系。生物学理论试图揭示人格与生物因素间的确定关系，以下介绍的行为主义(behaviorism)则致力于人格与环境间关系的研究，认知理论(cognitive theories)关心的是认知这一主体的内部因素与人格之间的关系。由于以上任何一种关系都是非常复杂的，心理学家不得不有所侧重地加以探讨，这正是一个学派的贡献，当然同时也是其局限。如果有一种理论试图加以整合，对两个以上的变量间的关系进行考察，就显得尤其难能可贵了。社会认知理论(social cognitive theories)就是这种努力的成果，它将人格、环境和认知三个变量联系起来，提出了一种整合性的理论框架。

2.2.1 行为主义理论

行为主义心理学家们认为，环境是人格形成的决定因素。环境塑造人，一个人成为一个什么样的人，取决于他生活在什么样的环境中，而不是取决于他有什么样的遗传特征。行为主义的创始人 J. B. Watson(1875~1959)相信，人生来是一块白板。除了那些有先天生理缺陷的人，绝大多数人生来并没有什么区别。“个体在其出生以后发生的事情，使得一个人或成为干苦活的人，或成为外交家，或成为贼，或成为成功的商人，或成为著名的科学家”(华生，1998, p.266)。Watson 试图用条件反射的原理来解释所有的行为。我们知道，俄国生理学家 Ivan Pavlov(1849~1936)最早系统地研究了条件反射。在 Pavlov 看来，狗见到食物流口水，是无条件反射，食物是无条件刺激物；但狗听见实验员脚步声而流口水，是条件反射，实验员脚步声是条件刺激物。因为实验员走过来，意味着给它喂食。实验员脚步声与食物多次相继出现后，狗只要听见实验员脚步声(还没看见食物)就会流口水。Pavlov 将实验员脚步声换成灯光、铃声或其他任何刺激物(这个实验环节叫做强化)，只要这个刺激物与食物同时或相继出现，狗都可以形成同样的条件反射，即形成了对特定刺激做出特定反应的习惯。Watson 认为，人格不过是人的习惯系统而已。由于不同的人生活在不同的环境中，有着不同的经历，接受不同刺激物的作用，因而形成了不同的条件反射系统或习惯系统，即形成了不同的人格。例如，一个在学校经常受某位老师批评的学生，可能会变得一见到学校就害怕，甚至一想到上学就害怕，这种情形被心理学家称为学校恐惧症(school phobia)或教室恐惧症(classroom phobia)，这是因为学校与受批评这两个刺激总是联系在一起，到后来即使不受批评，学校这一个刺激也会使他害怕。而这种情绪无疑会影响他的人格形成。

另一位行为主义者 B. F. Skinner(1904~1990)发展了 Watson 的理论。他将 Pavlov 和 Watson

所讲的条件反射称为**经典条件反射(classical conditioning)**，而用自己发现的**操作条件反射(operant conditioning)**来解释行为。操作条件反射的实验情境如下:将一只老鼠关在一个设计好的笼子里，老鼠就会在笼子里四处乱跑，当它偶然踩到一个机关后，就会有一粒食物从一个自动装置掉进笼子，经过几次试验，它就会自己去踩机关。在这种情境下，动物的反应是一个新的有效行为(踩机关)，而不是先前就有的反应(流口水)；强化跟随在这一有效行为之后，是针对这一行为的，也就是说，在反应之后，而不是在反应之前，将条件刺激物和无条件刺激物先后或同时呈现。因此，这种强化实际上是一种奖励。但在 Pavlov 那里，强化不是在反应之后，也不是针对具体行为的强化，因此不具有奖励的作用。而且在经典条件反射中，动物学习到的是刺激物之间的信号联系，而不是有效的行为。两种条件反射之间的不同点见表 2-6。

表 2-6 两种条件反射的区别

	经典条件反射	操作条件反射
反应的性质	早先就有的反应(流口水)	新的有效行为(踩机关)
反应的主动性	被动	主动
反应的类型	S-R 型	R-S 型
强化的顺序	在反应之前(灯光—食物—口水)	在反应之后(踩机关—食物)
强化的作用	建立条件刺激物与无条件刺激物之间的联系(灯光—食物)	奖励有效的行为
学习的内容	刺激物之间的信号关系(灯光是食物出现的信号)	有效的行为

在 Skinner 这里，强化是行为建立的关键。所谓强化，是指跟随在一个行为之后，并使该行为出现的可能性增加的条件。强化又分为正强化和负强化。正强化是指在一个行为之后呈现某种刺激，从而使这种行为出现的可能性增加，如踩机关—食物；负强化是指在一个行为之后撤除或减弱某种刺激，从而使某种行为出现的可能性增加，如踩机关—撤销电击。所以，负强化也是一种奖励，与惩罚不同。惩罚是指在一个行为之后呈现某种刺激，从而使这种行为出现的可能性减少。正负强化的区别仅仅是，正性刺激(如食物)在行为之后呈现，还是负性刺激(电击、病痛、噪音等)在行为之后撤除。而惩罚与负强化的相同之处在于，都使用负性刺激，但惩罚是呈现负面刺激，负强化则是撤销负面刺激。如果被试的一种行为导致了已经施加的惩罚被撤除或减少，这时，惩罚的撤除或减少就是负强化。如因犯有立功表现，就对其减少刑期，这就是将惩罚转变为负强化。

人格也是操作条件反射的结果，人格不过是个体独特的强化史的产物。正是不同的强化经历塑造了个体的行为模式，而人格也不过是个体适应环境的特殊模式而已。如果一个孩子在家里帮妈妈做事而受到奖励，这种行为就可能泛化到幼儿园和学校；如果继续受到奖励，那么这种泛化的反应就可能延伸到其他社会情境中，进而形成了他的行为模式，这就是人格。

如果某种行为只在特定情境下受到强化，而在其他情境下没有得到强化，个人就能学会在那些强化情境中表现出这种行为，而在非强化情境中不表现出这种行为，这一过程叫做分化。如一位教授在一般性讲座中穿插较多的故事产生了很好的效果，而在学术报告中以同样的方式却未能产生较好的效果，以后在这两种情境中他的行为就会截然不同。因此行为主义强调人格只是由于强化的经验而形成的一贯的行为模式，但它也强调同一行为在不同情境下的变异性，所以它反对将个体区分为不同的类型，或将人格视为稳定特质的集合。

2.2.2 Kelly 的个体建构论

人格的认知理论认为，人格的差异是由人们信息加工方式的不同造成的。也就是说，人的思维方式决定自己的人格。人格心理学中的认知理论主要有 Gorge Kelly(1905~1966)的个人建构理论(personal construct theory)和认知信息加工理论(cognitive information processing theory)，这里只介绍 Kelly 的个人建构理论，认知信息加工理论将在本书认知主题一章介绍。Kelly 于 1955 年出版了《个人建构心理学》一书，奠定了认知理论在人格心理学中的地位。这种理论认为，即使处于相同的情境，不同的人也会有不同的行为；即使经历了同样的事件，不同的人也会有不同的感受或看法，并会对以后生活产生不同的影响：这些人格的差异都是由不同的人建构(construct)世界的方式不同造成的。Kelly 提出了“人是科学家”的命题，意即每个人都像科学家一样，总是试图认识世界，而科学家工作的主要目的就是获得确定性或减少不确定性。Kelly 的这一理论是在心理治疗工作中形成的。他在治疗工作中发现，人们最需要的也是对周围世界的解释、对未来的预测和对事物的控制，即需要获得确定性或减少不确定性。这正好与科学家所做的事相似。人一来到这个世界，就要接受各种刺激，他必须去理解这些刺激，理解这个世界，进而预测和控制有关的事物。如果我们不理解这个世界上所发生的事，不理解自己和身边的人的所作所为，不能预料未来会发生什么，对事件的发生发展无能为力，即生活在不确定的世界中，我们就会感到不安。因此，我们与科学家一样，要不断地提出假设，进行实验，进而检验假设，以减少自己对世界的不确定感。

每个人都像科学家一样，不断地对自己经验加以概括。通过概括，我们就能够发现一些事物彼此具有相似之处，而可以与另一些事物区分开来。如有的人高，有的人矮；有的东西是白的，有的东西是黑的；一些东西在生长，另一些东西在死亡。这种对事物的相似性和相异性的认识，就形成了我们对世界的建构。Kelly 认为，任何建构都是双极的或二分性的，如友好—敌意、热情—冷淡、善良—邪恶。

这种建构要得以形成，至少需要对三个事物加以比较，即两个相似的事物和一个相反的事物。例如，要形成硬—软这一建构，就要有两个硬的东西和一个软的东西，或两个软的东西和一个硬的东西。通过对三个东西的比较，方能形成相似性和相异性的认识，即形成一个建构。

面对同一事物，不同的人可能会形成不同的建构。例如，同是与第三个人(他)交往，你可能用聪明—愚蠢、文雅—粗俗、有趣—无趣等建构来看待他，而我可能用友好—不友好、男人气—女人气、自信—自卑等建构来看待他。因此，他在你眼里可能是一个聪明、文雅、

有趣的人，而他在我眼里则可能是一个不友好、女人气、自卑的人。不同的建构导致我们对同一事物做出不同的反应。每个人都有一套相对固定的建构系统，正是这种相对固定的建构系统，决定着我们的行为模式。个人的建构系统使人能够对世界进行解释、预测和控制。

对同一事物可以做出不同的解释，即对同一事物可以有多种建构，各种建构无对错之分。没有绝对客观的事实，也没有绝对正确的真理，只有不同的建构。我们从多种建构中选择自己的建构，从而形成自己的建构系统。因此，个人在创立自己的建构系统时是自由的，他可以自由地选择自己的建构，但已经形成的建构就会影响个人预期事件的方式，进而决定个人对待世界和人生的方式。“两个人从监牢的铁栅栏中向外看，一个人看到泥土，而另一个人则看见星星。”(赫根汉，1986，p.364) Kelly 将以上的观点称为**建构选择论**或**建构多元论**(constructive alternativism)。

由此，Kelly 提出了个体建构论的基本假设：在心理学意义上，个人的历程是由他预期事件的方式所引导的。个人用已有的建构解释和预期事物，而这种已有的建构便界定了他的世界。实际上，一个人的人格就是他的建构系统。

2.2.3 社会认知理论

社会认知理论(social cognitive theory)是当代的一种整合性人格理论。它试图将以上影响人格形成的各种有关因素综合起来加以考察，特别注重环境和认知的交互作用，因此可以将社会认知理论视为行为主义和认知理论的整合。这种理论的主要代表人物有 Albert Bandura(1925~)、Julian Rotter(1916~)和 Walter Mischel(1930~)。这里只简述 Bandura 的理论，后二者的理论将在本书认知主题一章介绍。Bandura 发现，并非所有的学习都依赖于 Skinner 式的直接强化。在很多情况下，即使没有直接的强化，个体也可以学习，一个人通过观察他人的行为及后果也可以从中得到学习。这颇类似于中国人所说的“见贤思齐”。因此，学习不是被动的、外部因素直接强化的结果，而是一个主动的过程。如儿童在游戏中的行为、在流行歌曲传播等社会情境中的人的大多数行为都是通过观察或模仿获得的。Bandura 将这种通过观察和模仿他人的行为而获得的学习称为**观察学习**(observational learning)。由于观察学习是在人与人之间的社会情境中发生的，所以这种学习也被称为**社会学习**(social learning)，这种理论就叫做**社会学习理论**(social learning theory)。

观察学习中的强化往往是**替代强化**(vicarious reinforcement)而不是直接强化，即由于看到别人的行为受到强化，自己的相应行为倾向受到间接的强化。如 Bandura 让三组儿童分别观看一段电影故事，电影的前半部分是相同的，是讲一个成人的攻击行为(对一个充气的橡皮人拳打脚踢)，但电影的后半段则不同：第一组儿童看到那个成人受到奖励，第二组儿童看到那个成人受到惩罚，第三组儿童看到那个成人的行为既未受到奖励也未受到惩罚。看过电影之后，三组儿童分别被带到有玩具(如橡皮假人)的游戏情境中。研究者发现，第一组儿童在游戏情境中对玩具施加的攻击行为最多，第二组最少，第三组介于第一组和第二组之间(Bandura et al,1963)。通过观察学习，儿童会学到不良行为，成为了一些人士提出限制电视节目中的暴力镜头的依据。

深入研究观察学习就会发现，从观察到学习有一个复杂的过程，特别是认知过程，包括注意、保持、动作复现和动机等。首先，要注意到他人的某种行为，而注意是有选择性的。在相同的情境中，不同的人可能会注意到不同的信息，从而获得不同的学习。第二，人在没有示范线索的情况下仍能在头脑中保持原先观察到的信息，表象、言语符号等就起着重要的作用。正所谓“看在眼里，记在心里”。第三，这些记在心里的表象和言语符号又能转化为动作，使过去观察或学习过的动作得以复现。第四，一个人虽能通过观察别人的行为而学习一种行为，但他是否愿意仔细地注意观察，或是否将学习到的行为表现出来，则取决于动机，而动机则与是否合适、是否值得等认知判断有关。如一个女孩子可能看到男孩子们打架，也在电视上看到各种武打镜头，但她却不一定也表现出相应的攻击行为。

观察学习中的认知因素还包括:当一个人模仿他人(榜样)的行为时，就会依据榜样的行为确定自己行为的一个标准，并用这个标准要求自己、评价自己，这就是**自我规范或自我调节(self-regulation)**。如果自己的行为符合这一标准，就会感到满足，这种满足就是对相应行为的强化，Bandura 将这种强化称为**自我强化(self-reinforcement)**。人由于具有思维和想象力，在行动前就能够预料可能的后果，能够事先设定目标并制订多种解决问题的方案，因此，人的模仿或学习往往不是先盲目行动才看得到的奖励还是惩罚。尽管过去的奖惩经验会影响当下的判断和行动，但这些经验只是影响行为的因素之一，而且多与其他许多内在因素联系起来起作用的。因此，在外部强化减少甚至消失的情况下，人的相应行为不仅不会减少或消失，反而会更为坚定。Watson 和 Skinner 的行为主义相信，环境能够塑造任何行为，显然不能有效解释这一事实，即古往今来世界各地都有人不顾并宁愿忍受来自环境的打击而坚持自己的信念不动摇。人有时做事只是为了实现自己的目标，并不在乎是否能得到外在的奖励。实现了自己的目标，自我效能感就会增强。当我们的某种行为不符合自己的标准，即使别人不在意，我们也会自我指责、自我惩罚。因此，人的行为既受外部环境的影响，又受内部因素的影响，但行为又不是两种因素影响简单叠加的结果。实际上，外因、内因和行为三者是交互作用的(图2-3)(Burger, 2004, p.268)。

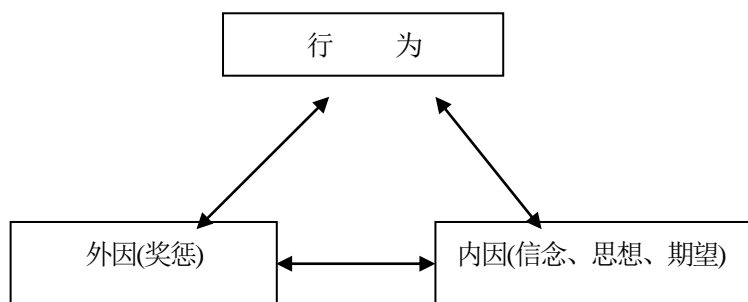


图 2-3 Bandura 的相互作用论模型

环境(奖惩)塑造人格，但人也选择和改造环境(行为)以适合自己的需要(信念、思想、期望等)。人格只有在这种交互作用中才能得到解释。由于 Bandura 强调发生在人际之间的社会学习，

而且这种学习离不开内在的信息加工，所以 Bandura 称自己的理论为**社会认知理论**。

但 Bandura 似乎不重视遗传的作用。如果将遗传也作为一种重要的内因加以探讨，这种相互作用理论将能更加完整地解释人格。

2.3 精神分析与人本主义

2.3.1 Freud 的精神分析

Freud 是一位医生，是心理治疗的开创者，但他的理论对 20 世纪思想文化的很多方面都产生了深远的影响。他的一些概念，如潜意识、压抑、恋母情结等早就进入人们的日常话语。但他的思想极其深邃复杂，他的理论也历来受到各种批评。这里我们简要介绍他人格理论的基本观点，也涉及精神分析学派的发展情况。

精神分析的产生

Sigmund Freud(1856~1939)毕业于维也纳大学医学院，并获得博士学位，他在大学的研究兴趣是神经生理学和神经病理学，但当时在大学做实验室研究收入不高，于是他就离开大学开私人诊所。Freud 本来受过全面的医科教育，但到他诊所看病的人却有很多神经症(neurosis)患者。神经症是一种心理疾病，其主要特点是没有任何可以证明的器质性病变，有长期的焦虑和心理冲突，能意识到自己的问题并试图解决(有自知能力)，日常的工作、学习和社会生活虽受到损害但能基本维持。神经症可以分为歇斯底里症(癔症)、抑郁性神经症、恐怖性神经症、强迫性神经症和神经衰弱等(许又新, 1993, pp.23~24)。这些病在当时没有有效的治疗方法，这就迫使 Freud 去研究神经症的病理学 and 治疗方法。

这种研究的初步成果是 Freud 与 Joseph Breuer 合写的《癔症研究》(1895)，书中详细探讨了他们接触的一个病例——安娜·欧(Anna O, 化名)。安娜在 21 岁时(1880 年)找 Breuer 看病，那时她已患病两年了，病情发作后的主要症状是右侧肢体感觉丧失，强直性痉挛，不能用母语(德语)讲话，但能说英语，意识不清，不认识熟人，自言自语，嗜睡等。各种检查均未能发现其器质性病变，被诊断为歇斯底里。医生用过许多治疗方法，均不见效。一天，安娜病情发作，Breuer 在病床边听见病人在朦胧中似乎在讲什么事，便记录下来，随后 Breuer 就使用催眠术。病人进入催眠状态后，就将先前记录下来的话念给她听，她居然能接着话茬往下讲，讲了许多过去的事和感受。催眠结束后，与讲话内容有关的症状就消失了。这说明每一症状背后都有相应的创伤经验，但在清醒时没有意识到，使用催眠术使其回忆起过去的创伤经验，并渲泄相应的情感，症状就会消失。Breuer 称这种方法为“渲泄疗法”。

原来，安娜是一个独生女，自幼很爱父亲。两年前(1878 年)，父亲身上长了个大脓肿，发高烧，她和母亲轮流守护。有一次她母亲不在，她一个人守在床边，等待外科医生做手术。这时，父亲问她几点了，她本来想好好看表，但眼里却充满泪水，看不清表，又怕父亲看见她流泪，便努力克制自己。从那以后，她就出现了视力模糊的毛病。又有一次，她坐在父亲

病床边的椅子上，感到疲倦，右臂放在椅背上在幻想着什么，忽然她好像看见一条蛇从墙上爬到病床要咬父亲。她非常恐惧，想站起来把蛇赶走，但放在椅背上的右臂怎么也抬不起来，人也站不起来，同时右侧肢体失去了知觉。她想焦急地祷告，但说不出话，只想起了小时候读过的几句英文诗，便背了出来。以后她发病后就只能讲一些简单的英语，而不会讲德语。

安娜生病后不能喝水，口渴时拿杯子，见了水就怕。后来在催眠状态下，安娜讲了一件事：她小时候，一个英国女人带着一条狗来她家做客。当着安娜的面，那条狗喝了杯子里的水，当时她很恶心，但出于礼貌，只好把怒气压了下去，什么话也没说。当她回忆起这件事并讲出来之后，立即喝下大量的水，而且不能喝水的症状也从此消失。

从安娜的病例可以得到如下启示：第一，神经症的病因与某种焦虑情境有关；第二，童年的创伤经验存留于潜意识中，可能成为一种病因；第三，将潜意识中的经验和情绪说出、发泄出，可以使症状消失；第四，神经症症状与梦境有某种相似之处(如赶蛇，右臂抬不起来)，后来 Freud 将症状和梦都视为被压抑欲望的象征，因此，释梦是精神分析治疗的重要环节。

于是 Freud 开始使用催眠术治疗歇斯底里，经常获得成功，但逐渐发现疗效不巩固，有些病人不能接受催眠。那么，不催眠能否回忆起创伤经验呢？Freud 想起在法国学习时见到的一个病例：精神科医生 Bernheim 的一个病人从催眠状态醒来后，完全忘记了催眠过程中的发生的事、说出的话，但 Bernheim 坚持说他没忘，并让他努力回忆。Bernheim 将一只手放在病人前额上，果然病人慢慢将催眠状态的事回忆起来了。

Freud 也试用这一方法，让病人半卧在躺椅上，放松全身肌肉，闭上双眼，Freud 把一只手放在病人前额上，让他(她)心里注意一个症状，回忆与这个症状有关的经历，果然成功了。Freud 称此法为集中注意法，或按压技术。不久，Freud 又发现，用集中记忆法让病人回忆时，有时并不顺利，病人常常感到无话可说，好像不知道从何说起，实际上是一种没有意识到的力量在阻碍病人将早期的创伤经验回忆起来，Freud 将这种现象称为**阻抗(resistance)**。病人并不是有意隐瞒或不愿说出那些经验，他们也知道说出来对治疗有好处。Freud 发现，用集中注意法不能较好地克服阻抗，于是决定不引导病人的思想，不限定回忆的范围，只告诉病人必须遵守一个规则：随时将心里的任何想法立即说出来，不论多么荒谬、愚蠢、难为情，或令人伤心，或可能遭到别人的批评、耻笑或非难，只要在头脑中浮现，就将其说出来。

病人斜卧在躺椅上，Freud 坐在侧后方病人看不见的地方(不让病人面对医生，医生也不看病人的脸)，Freud 不再用手按压病人的前额，也不加暗示和干扰，只是让病人自由表达联想。用此法治疗费时，但疗效较好。Freud 称此法为**自由联想(free association)**。自 1896 年起，Freud 完全放弃催眠术而用自由联想法。

自由联想法不仅提高了神经症的疗效，而且使 Freud 从中洞察到心理疾病的病理机制，从而创立了精神分析学说。自由联想法的创立是 Freud 一生科学实践中最富决定意义的一件事，它标志着精神分析的诞生。Freud 的心理病理学也就是他的人格理论，就是在这种心理治疗实践中形成的(钟友彬，1988，pp.37~43)。

本能与压抑

Freud 深受能量守恒定律的启发，将人的身心组织也看成一个能量系统。能量可以被压

抑但不能被消除，它必须寻找释放的途径。这些能量就是与生俱来的本能。Freud 早期把本能分为性本能和自我本能。自我本能是回避危险，使自我不受到伤害的本能。第一次世界大战后，他又把本能分为生本能和死本能。性本能和自我本能统称为生本能。生本能使人倾向于爱和建设，死本能使人倾向于恨和破坏。死本能表现于外，使人去破坏、攻击、侵略、战争；向外表现受挫折，就可能退回到个人内部成为一种针对个人自己的力量，使人自虐甚至自杀。

Freud 最重视的是性本能，他将性本能的能量称为力比多(libido)，把它看成人类行为的最重要的动力。力比多寻找满足的过程通常是不顺利的，往往与社会文化相冲突，冲突势必导致焦虑。人为了缓解焦虑，就会不自觉地形成一些**防卫机制(defense mechanism)**，即一些防卫自己以减少焦虑的方式。防卫机制有很多种，主要有：**(1)压抑(repression)**，指力比多冲动被排除在意识之外，进入潜意识(unconscious)之中。真正通过两性活动得以释放的力比多能量仅仅是一小部分，大部分力比多能量是被压抑的，压抑可暂时减轻冲突，但能量还在，可能通过做梦、玩笑、变态行为等形式释放出来。神经症就是压抑的结果。一些症状就是性冲动通过化装，以看上去不具性色彩的方式来得到满足，因此，神经症是性欲的象征性满足。如有一位成年女性，发病后的症状之一是要把自己卧室和父母卧室之间的门半开着才能睡觉，Freud 的分析是病人潜意识中希望偷听父母房间里的声音。**(2)退行(regression)**，就是以儿童的方式行动，从而避免成人角色所导致的焦虑。如上例中的病人小时候就以害怕为由，睡觉时要求将自己卧室的门与父母卧室的门半开着，后来的那种症状实际就是一种退行。**(3)合理化或文饰作用(rationalization)**，就是以社会认可的好理由，取代个人内心的真理由，所谓“吃不到葡萄说葡萄酸”。**(4)投射(projection)**，就是将自己内心的不为社会认可的冲动加在别人身上，认为是别人有这种冲动，如不承认自己对某人有非分之想，而说别人在引诱自己。**(5)反向作用(reaction formation)**，就是以与真实欲望相反的方式行事。如本来很想接近异性，却表现出回避或疏远。**(6)转移(displacement)**，就是将某对象的强烈感情转移到另一个对象上，如受了丈夫的气，却冲着孩子发火。**(7)升华(sublimation)**，就是将本能欲望以符合社会要求的高级形式表现出来，如艺术、科学等创造性活动就被 Freud 视为性欲的升华。这些防卫机制，对当事人而言，往往是无意识、自动地形成的。它们能够起到暂时缓解焦虑的作用，但不能从根本上消除焦虑。在 Freud 看来，焦虑与冲突是人生而不可避免的，只不过不同人的程度不同而已。

人格的内在冲突

Freud 将人格划分为三个部分，分别称为**本我(id)**、**自我(ego)**和**超我(superego)**。本我是人格最原始的部分，由一些与生俱来的冲动、欲望或能量构成。本我不知善恶、好坏，不管应该不应该、合适不合适，只求立即得到满足，所以本我受**快乐原则(pleasure of principle)**的支配。新生儿就处于这种状态。自我是出生以后，在外部环境的作用下形成的。儿童需要的满足依赖于外界的提供，有时能及时得到，但很多时候不能及时得到，在这种个体与环境的关系中，儿童就形成了自我这种心理组织。自我遵循**现实原则(reality principle)**，使本我适应现实的条件，从而调节、控制或延迟本我欲望的满足。同时，自我还要协调本我和超我的关系。所谓超我是人格的最高部分，是个体在社会道德规范的影响下形成的，特别是在父母的管教

下将社会道德观念内化而成的。超我又包括自我理想(ego-ideal)和良心(conscience),自我理想是自己行为的理想标准,良心是使自己行为免于犯错的限制。如果自己的行为符合自我理想,个体就感到骄傲;如果自己的行为违反了自己的良心,个体就会感到焦虑。因此,超我遵循的是完美原则(perfection principle)。由于人格中的三个部分分别代表三种不同的力量,本我追求快乐,自我面对现实,超我则追求完美,所以冲突是不可避免的。有些人能经常使它们保持相对的平衡与和谐,我们就说这些人的性格是健康的;有些人不能使三者保持相对的平衡与和谐,如一味地放纵本我,或者超我过分严厉和完美,都可能导致生活适应的困难,甚至心理失常。所以,一个充分有效发挥作用的自我,对人格健康来说,是至关重要的。

人格的发展与健康

Freud 理论中争议最大也是最令人难以接受的观点就是儿童性欲论。他通过自由联想疗法发现病人回忆起的那些被压抑的童年经验常常与性有关,于是就认为,人一出生就有性欲,只不过不是以成人的方式表达而已。人在不同的年龄,力比多通过身体的不同部位获得满足, Freud 称这些部位为性感区(erogenous zone),并以性感区的变化来划分人格发展阶段。人生全程可划分为五个发展阶段,其中前三个阶段(从出生到六岁)的发展状况对以后一生的发展都起着关键作用, Freud 的这种观点被称为早期经验决定论。在前三个阶段,如果力比多的满足过分放纵或过分限制(通常是后者),就会导致人格发展的停滞,这种现象叫做固着(fixation),即人的生理年龄虽然在增加,人格却没有相应地成长,即使到了成年,心理上还停留于儿童水平。Freud 将人的一生划分为如下五个阶段:

(1)口唇期(oral stage, 0~1岁): 婴儿欲望的满足主要通过口唇的吮吸、咀嚼和吞咽等活动。婴儿即使不饿,也喜欢含着奶不放,喜欢吸自己的手指也是常见的婴儿行为,所以婴儿的快感多来自口唇的活动。如果人格发展停滞在这一阶段,就形成口唇性格(oral character)。这种人往往贪吃、抽烟、酗酒,过于依赖,总希望被照顾(被喂养),以自己的需要为中心(自恋),强求别人,缺乏耐心,贪婪,多疑,悲观。

(2)肛门期(anal stage, 1~3岁): 这时父母要求孩子定时大小便(这在 Freud 所处的那种社会文化中的中产阶级家庭特别普遍),另一方面本能又要求及时排泄以获得快感。由于要求控制而儿童又具有一定的控制能力,所以这个阶段的快感主要来自排泄时肛门扩约肌的伸缩。如果父母的管制过严,导致人格发展的固着,就形成肛门性格(anal character),表现为过于守秩序、爱清洁,吝啬,固执,报复心强等。

(3)性器期(phallic stage, 3~6岁): 这个阶段的儿童开始关注身体的性别差异,甚至偷看异性同伴或异性父母的性器官,而且触摸自己的性器官以获得快感。这时的儿童会对异性父母产生爱恋,并对同性父母产生嫉恨。这种感情,在男孩为恋母情结(Oedipus complex),在女孩则为恋父情结(Electra complex)。男孩由于嫉恨父亲,又发现女孩没有那个小器官,以为是父亲割掉了,于是产生阉割恐惧(fear of castration)或阉割情结(castration complex)。为了克服这种恐惧,男孩就转而向父亲学习,以父亲为榜样,这种现象叫做认同(identification)。女孩由于发现男孩有的器官而自己并没有,于是产生自卑感,并心怀嫉妒,这叫做阳具妒羨(penis envy)。如果这个阶段的以上问题不能顺利解决,这些问题(如恋母情结)就会固着在潜意识,

成为以后心理疾病的根源。人格发展停滞在这一阶段，就会形成**性器性格(phallic character)**。在男性，表现为好炫耀自己的男子气概和能力，自夸、好胜、好表现；在女性，为了对抗恋父情结，可能会过分认同母亲和女性形象，一方面以引诱或挑逗的表现吸引男性，另一方面又否认自己有性意图并表现出天真无邪的样子。

(4)**潜伏期(latent stage, 7岁至青春期)**：这一时期的儿童，注意力从自己的身体和对父母的感情转向外部环境，转向学习和游戏，更多地与同性同伴相处，因此性心理的发展处于潜伏期。

(5)**生殖期(genital stage, 青春期以后)**：性需求朝向年龄接近的异性，并希望与其建立两性关系，性心理的发展走向成熟，人格也趋向成熟。

Freud 的发展理论也是其病理学的组成部分，我们要将其与固着和退行两个概念联系起来才能理解其要义。固着使发展停滞在早期的某一个阶段，退行虽发展到后期，但有一种倒退的力量，要回到以前的停滞点。因此，固着与退行密切相关。退行意味着早期发展的某种程度的固着，固着则意味着将来有一天又会回到这一点。如果固着是完全的，就不会有退行，但完全的固着十分罕见。退行常常在压力与焦虑的情况下发生，所以我们常常能看到人们在这种心境下会表现出贪吃、抽烟或酗酒等行为。我们可以不同意 Freud 的**泛性论(pansexualism)**，但这样的意识对我们的人格健康发展还是有益的：过分依赖、过分固执、或过分自夸都是人格不够成熟的表现。例如，遇到挫折，我们很容易退回到婴儿的被照顾、被呵护的状态，表现出无能为力的样子，这是人类共同的弱点；但 Freud 的理论明确告诉我们，这是与人格健康发展的趋势是背道而驰的。

精神分析学派自 Freud 创立，经过 100 年的发展，已形成许多理论并分裂成不同的学派。这些理论或学派围绕潜意识、冲突和焦虑等心理病理学问题修正和发展了 Freud 的人格理论。这些理论或学派包括：Alfred Adler(1870~1937)的个体心理学(individual psychology)，Carl Gustav Jung(1875~1961)的分析心理学(analytic psychology)，Anna Freud(1895~1982, S. Freud 最小的女儿)、Erik Homburger Erikson(1902~1994)等人的自我心理学(ego psychology)，Karen Horney(1885~1952)、Harry Stack Sullivan(1892~1949)和 Erich Fromm(1900~1980)等人代表的社会文化学派(socio-cultural school)等。

2.3.2 Rogers 的自我论

在 20 世纪五、六十年代兴起的人本主义心理学指责精神分析学派过多地关注那些心理疾病患者。人本心理学家认为，一个人仅仅免于心理疾病还远远不够，还应该向更高的水平成长，去充分实现人所具有的潜能，成为真正健康的、富于创造性、具有自由意志并能发现生命意义的自我实现的人。因此，他们关注的问题是：什么是健全的人格和如何实现健全的人格。以下我们主要了解 Carl R. Rogers(1902~1987)和 Abraham H. Maslow(1908~1970)这两位人本心理学派代表人物的理论。

Rogers 认为，自我实现是生命的本性。由于他是心理治疗的大师，因而关注的焦点是如

何帮助人自我实现，这种帮助性工作主要是心理治疗和教育。无论是心理治疗还是教育都是以健全人格的培养为目的的活动，从这个意义上，我们可以将 Rogers 的理论视为一种培养健全人格的理论。

Rogers 的理论是以个体的自我为核心展开的，因此称为自我论(self theory)。所谓自我或自我概念(self-concept)是指个人经验中关于自己的所有知觉、认识和感受。这些经验是围绕如下问题而形成的，即“我是谁？”、“我是什么样的人？”或“我能干什么？”等。自我概念的内容包括自己的特点和能力、自己与他人以及环境的关系。自我概念是在个体与环境互动的过程中形成的。在这种互动中，个体从自己感受中获得的直接经验与从他人那里获得的间接经验(往往是他人对自己的评价性经验)往往不完全一致，如父母给儿童买玩具，儿童也喜欢这些玩具，但儿童会不由自主地在满屋子里到处摆弄他的玩具，他因此很得意，这是他的直接经验，但父母告诉他只能在房间的某一特定范围内摆弄他的玩具，在这个范围内，父母会高兴，孩子自己也高兴。这样，儿童的自我概念中就接受了来自父母的观念，Rogers 称这些观念为**价值条件(conditions of worth)**，即个体获得积极的自我体验必须要满足的条件。

如果儿童在这一范围内摆弄玩具果真既能感到愉快，又能得到父母的称赞，那么他的自我就是协调的。所谓**自我协调(self congruence)**就是一个人的自我概念中没有互相冲突的经验。在这种情况下，儿童会形成“我是好孩子”、“我是愉快的”等自我概念。如果儿童的直接经验与来自父母的评价性经验不一致，就会出现自我不协调。例如，孩子如果觉得父母划的范围太小，空间越大才会越愉快，在这种情形下，孩子就陷入了自我不协调。自我不协调导致焦虑，于是，个体就采用各种防卫机制以阻止与自己直接经验相左的经验进入意识层面。如**歪曲(distortion)**，今天父(母)的心情不好；或**否认(denial)**，父(母)没有不高兴，即对父母的反应视而不见，听而不闻。歪曲和否认都是为了避免自我不协调，即使一个好的评价性经验，对于一个自我概念中缺乏相应经验的人而言，也可能也会使他(她)产生不协调从而导致焦虑。如一个自认为缺乏吸引力的女性，当有人说她有吸引力的时候，她可能会想，这人不是出于礼貌，就是有别的企图。

自我不协调的第二种情况是个体自我概念中的**理想自我(ideal self)**与**真实自我(real self)**的不一致。理想自我是个人最希望自己是怎么样的人，或应该是什么样的人，真实自我是自我概念中对自己真实状况的知觉。如在一个时期，一个人的理想自我是大公无私，当他觉知到自己有“私心”的时候，他就会感到焦虑，因此要“很斗‘私’字一闪念”。实际上理想自我往往是来自他人的评价，如“好孩子”、“好人”等，真实自我则来自自己的直接经验，二者之间的不协调，往往使个体用理想自我歪曲或否认真实自我，从而使真实自我受到遮蔽。

如果自我不协调的情形过于严重，以至防卫机制失灵，个体就陷入严重的焦虑状态。在 Rogers 看来，心理治疗就是帮助当事人消除自我不协调，促进自我的成长，使自我走向自我实现的道路。Rogers 将自己创建的心理治疗模式称为当事人中心疗法(client-centered therapy)，后来又改称为**以人为中心的治疗(person-centered therapy)**。其要义在于，心理治疗不是传统的医生治病模式，医生是指导者，病人被动地接受治疗，而是要相信当事人自己具有自我实现的潜能，也有追求健康的动力，治疗并非指导，而是以当事人为中心，创设一种有利于当事人自我成长的条件，在一种和谐的人际关系中，帮助当事人自己消除自我不协调，使被遮蔽

的真实自我显露出来，进而重建自我概念，并实现自我的潜能。

咨询员与当事人之间的平等、信任的关系是这种“治疗”得以成功的关键。读者在理解Rogers的“治疗”概念时，不应该从传统意义上理解，而要将其视为一种促进他人成长的活动。在咨询员这一方，则应具备以下三种态度：

(1)真诚一致(congruence)

真诚一致就是指在治疗关系中，咨询员本人是一个表里一致的人。咨询员越是以自己的本来面目出现，越是不戴专业面具或个人面具，来访者就越有可能发生建设性的改变和成长。

(2)无条件积极关注(unconditional positive regard)

Rogers认为，人有一种很重要的需要，就是积极关注的需要，也就是希望别人以积极的态度支持自己，包括爱、尊重、接受、喜欢、支持、赞赏等。Rogers将积极关注分为两种，一种是有条件积极关注(conditional positive regard)，是指个体只有在自己的行为符合他人标准的条件下才能得到他人的积极关注。这里所说的他人主要指在个体成长过程中的“重要他人”，如父母和教师。无条件积极关注就是指个体在任何条件下，即便表现出弱点和错误的时候，都能得到他人的积极关注。如上面例子中的那个孩子，只有在父母指定的范围内摆弄玩具，才能得到许可和称赞，这是有条件积极关注。如果孩子满屋子摆弄玩具，父母并不说他是坏孩子，也不说如果不改正就不爱他了，而是说父母也知道他在满屋子来摆弄玩具很愉快，并让他自己体会这样做会带来的不愉快，就是让孩子明确感受到父母只是不喜欢他做的这件事，而不是因此就不喜欢他这个人，这就是无条件积极关注。Rogers认为，有条件积极关注会导致自我不协调，这样孩子会为了得到积极关注，会去取悦于父母，接受父母的价值条件，并将这些条件纳入自我概念中，那些自己的直接经验、自己内在的真实感受，就被疏远和遮蔽。这样，个人就变成了自己的“重要他人”，自动地用他人的标准要求自我。他人成了自我，真正的自我反而被排斥。我们绝大多数人就是这样长大的，我们用他人的眼光看自己，我们越来越不了解自己，甚至越来越不喜欢自己。改变这种状况的必要条件是得到无条件积极关注。在治疗关系中，咨询员对当事人的无条件积极关注，就意味着无条件地接受和尊重当事人的所有感受 and 任何表达，对其不加任何的批评或纠正。只有这样，当事人自己才能接受自己的真实经验，并将其整合到新的、和谐和自我概念中去。

(3)同理心(empathy)

同理心是指咨询员设身处地地去体会当事人的一切经验，包括欲望、恐惧、冲突等。去感受同身受这些经验，好像你自己也在经历这些体验一样。咨询员要进入到当事人的主观世界，去感受并理解当事人，既感人之所感，又知人之所感，分享他的快乐，分担他的痛苦，并将自己的这些感受有效地表达出来。

显然，以上三方面是有内在联系的，这三个条件共同构成一种治疗情境。来访者越能充分感受到这三个方面，获得的成长就越多。

2.3.3 Maslow 的自我实现论

Maslow(1954)指出，人有五种基本需要，分别是：(1)生理需要，如对食物、水、睡眠、

性的需要；(2)安全需要，如对稳定、秩序、免受惊吓的需要；(3)归属和爱的需要，如需要被所在的群体接纳、需要得到周围人的关心、爱护和支持和异性爱等。(4)尊重的需要，包括对实力、成就、优势、胜任、自信、独立和自由的需要，对地位、声望、荣誉、支配、赞赏的需要等等。(5)自我实现的需要，即充分发挥自己潜力的需要，如对求知、审美和创造的需要。

Maslow 认为人的基本需要具有层次性。在通常情况下，以上五种需要按由低到高的顺序依次排列，形成需要的层次结构。生理需要是最低层次的需要，自我实现的需要是最高层次的需要。需要的层次性以力量的强弱和出现的先后为根据。越是低层次的需要，越力求优先得到满足。只有较低层次的需要得到一定程度的满足之后，较高层次的需要才会出现。当较低层次的需要占优势（即要求最为强烈）时，必须得到基本满足之后，较高层次的需要才能占优势。所以，占优势的需要也是依次出现的。占优势的需要支配人的行为。层次较高的需要成为优势需要后，层次较低的需要对行为的影响就减弱了。

越是高级需要，越能体现人的特征和人的价值。自我实现是最高层次的需要，是指一个人希望自己的潜能得以发挥，希望干适合于自己干的事情，希望成为他能够成为的那种人。一位作曲家必须作曲，一位画家必须绘画，一位诗人必须写诗，否则他无法安宁。这是人生的一种最高境界，为求知而学习，而不是为任何功利目的而学习就是这种境界的体现。

自我实现的体验是一种**高峰体验(peak experience)**。这是自我实现的人所体验到的一种心灵上的满足感、完美感和极度的幸福感，包括创造性活动中的忘我投入状态。

Maslow 指出，应当研究那些最健康的人，即人类的优秀分子，他将这样的人称为自我实现的人，因为这些人代表着人性的极致，也应该是每个人所能达到高度的参照。Maslow 研究了他所能接触到的一些杰出人物，包括一些著名的科学家和优秀的大学生。同时他还研究了一些历史人物，包括 Spinoza(斯宾诺莎)、Goethe(歌德)、Lincoln(林肯)、Einstein(爱因斯坦)等人。通过这些研究，Maslow 归纳出自我实现的人所具备的如下 16 种人格特征(Maslow, 1954/1987, pp.174~211)：(1)客观地认识现实。自我实现的人能客观地看待周围的人和事，而不是把世界看成自己想要的样子。他们对事实、对真伪具有很强的洞察力。(2)全面接纳自己、他人和周围世界。自我实现的人能接受自己的天性，宽恕他人的缺点，但对阻碍人格成长的缺点很敏感，并力图克服它们，如懒惰、思想贫乏、嫉妒和偏见等。(3)自然地表达思想感情，而不是矫揉造作。(4)专注并热爱工作，有责任感和献身精神，很少考虑金钱、名望和权势等个人利害得失。(5)有独处和独立的需要。自我实现的人不回避与人接触，但不依附于任何人。他们不害怕孤独，有时会主动寻求独处，而不是一味地粘连于他人。(6)自主地活动。较低层次需要(生理、安全、归属与爱、尊重)的满足主要依赖于外部条件，自我实现者依靠的则是自己内在的潜能。由于受自我实现的需要所驱动，他们能超越环境和传统的限制，自主地去实现自己的目标。(7)永不衰退的鉴赏力。对平凡的事物不觉厌烦，对日常生活永感新鲜。(8)经历过高峰体验并受到震撼，感受到这种体验对于自己的人生具有重要意义。(9)爱人类，并认同自己是全人类的一员。(10)与为数不多的人有深厚而亲密的关系。(11)民主的态度和作风。(12)明确地分辨善恶，区别手段和目的，在不同的情境下一贯地坚持自己的道德标准。(13)富于哲理、善意的幽默感。(14)富于创造性。(15)抵制适应现存文化。在重大问题上不随波逐流、墨守陈规，但并不故意违反社会准则以示独立自主。(16)能弥和各种分裂和对

立从而达到整合协调的状态。

但自我实现的人并不是完美无缺的，他们有时也可能愚蠢、固执、蛮横、自负，也有内疚、焦虑、烦恼和冲突，只是相比较而言，自我实现的人比大多数人更接近完善罢了。

那么，怎么做才能走向自我实现呢？Maslow 指出了通向自我实现的八条途径(Maslow, 1971/1987, pp.52~57)：(1)充分、活跃、忘我地体验生活。(2)面临选择时，总是做出朝向成长的选择，而不是做出趋向倒退的选择。(3)倾听自己内心的呼唤，让自己的天性自发地显现出来，而不是做权威或传统的传声筒。(4)不隐瞒自己的观点。诚实地说出来意味着承担责任，承担一次责任就是一次自我实现。(5)敢于面对真实的自己，敢于与众不同。(6)用一流的标准要求自己，并通过勤奋的努力去达到这一标准。自我实现不只是一种结局状态，而且是一个过程。(7)创造条件去经历高峰体验。(8)善于识别并有勇气放弃自己的防卫心理，揭去压抑和遮蔽生命的层层屏障，但不是否认任何神圣的价值，而是能从生命本身的存在中发现神圣、永恒、象征和诗意。

2.4 人格理论简评

人格理论体现了心理学家从不同的角度或层面对人性及其差异所做的系统性解释。在对这些理论进行了一番全面的了解后，读者很可能依然充满疑惑。究竟什么是人格？人格究竟是如何形成的？人格是可以改变的吗？我们如何去改变人？为什么要去改变人？对于这些问题，我们的疑惑并不会因了解了人格理论而有所减少。因为人格理论如此之多，理论之间的分歧如此之大，各自讲一套。这些理论的价值何在？一种观点认为，人格理论如此之多，可能表明学科的不成熟，随着学科的发展，派别会逐步减少，逐步形成学科共同体的共识，即范式(paradigm)。也就是说，心理学(包括人格心理学)还处于科学的早期发展阶段，或前科学阶段，等到形成了范式，就达到规范科学(normative science)阶段，到那时，心理学就是一门成熟的科学了。但这种观点有一个前提，即心理学与物理学具有同样的性质和发展逻辑，而这一前提恰恰是值得怀疑的。也许，心理学就其本性而言就是多学派的，多学派并存并非是不成熟的标志，反而是成熟的标志。人是如此之复杂，人性是如此之丰富，如果只有一种理论来解释，即便这种理论看起来很完善，也只能说明这个学科的贫乏。人对自身的研究不仅仅在于得出了什么现成的结论，更在于探索过程本身充满着无限的可能性和巨大的挑战性，因而能给人带来智慧的乐趣。

因此，这些理论各有各的贡献，一种理论的作用是另一种理论所不可替代的。类型—特质理论帮助我们描述人，即初步认识一个人的特点；生物学理论帮助我们了解生理、遗传甚至进化的方向上去解释人的特征；行为主义揭示了环境是如何塑造人的；认知心理学则指出人的内在判断和评价会使不同的人在同样的环境中具有不同的感受，做出不同的反应；精神分析理论挖掘人的潜意识动机，探索了心理疾病的病理机制以及免于心理疾病的方法；人本主义则向我们呈现出健康生活的状态和途径，促使我们去探索生命的价值，实现人际之间的平

等和关爱,进而走向自我实现的高峰。

由此,我们可以清楚地看出,不同的人格理论侧重于人格不同层面问题的探讨,尽管它们也探讨同样的问题,但也是从不同的方向去寻求解决途径的。未来也许会有更完整的理论,但这种理论的基础一定是现存的所有理论成就。

本章参考文献

- 乐国安(1999): 从行为研究到社会改造——斯金纳的新行为主义。武汉: 湖北教育出版社。
- 叶浩生(主编)(1998): 西方心理学的历史与体系。北京: 人民教育出版社。
- 江光荣(1999): 人性的迷失与复归——罗杰斯的人本心理学。武汉: 湖北教育出版社。
- 许又新(1993): 神经症。北京: 人民卫生出版社。
- 钟友彬(1988): 中国心理分析。沈阳: 辽宁人民出版社。
- 高申春(2000): 人性辉煌之路——班杜拉的社会学习理论。武汉: 湖北教育出版社。
- 高峰强、秦金亮(2000): 行为奥秘透视——华生的行为主义。武汉: 湖北教育出版社。
- 黄坚厚(1999): 人格心理学。台北: 心理出版社。
- 黄希庭(2002): 人格心理学。杭州: 浙江教育出版社。
- 彭运石(1999): 走向生命的巅峰——马斯洛的人本心理学。武汉: 湖北教育出版社。
- 斯金纳(Skinner, B. F.)(谭力海译, 1989): 科学与人类行为。北京: 华夏出版社。
- 熊哲宏(1999): 心灵深处的王国——弗洛伊德的精神分析学。武汉: 湖北教育出版社。
- Atkinson, R. L.等(车文博、孙名之等译, 1994): 心理学导论(下册)。台北: 晓园出版社。
- Bandura, A. (林颖、皮连生等译, 1986/2001): 思想和行动的社会基础。上海: 华东师范大学出版社。
- Burger, J. M. (陈会昌等译, 2004): 人格心理学(第6版)。北京: 中国轻工业出版社。
- Hergenhahn, B. R. (何瑾、冯增俊译, 1980/1986): 人格心理学导论。海口: 海南人民出版社。
- Kelly, G. A. (郑希付译, 1955/2001): 个人结构心理学。杭州: 浙江教育出版社。
- Maslow, A. H. (林方译, 1971/1987): 人性能达的境界。昆明: 云南人民出版社。
- Maslow, A. H. (林方译, 1971/1987): 人性能达的境界。昆明: 云南人民出版社。
- Maslow, A. H. (许金声等译, 1954/1987): 动机与人格。北京: 华夏出版社。
- Maslow, A. H. (许金声等译, 1954/1987): 动机与人格。北京: 华夏出版社。
- Pervin, L. A. (黄希庭主译, 1996/2001): 人格科学。上海: 华东师范大学出版社。
- Pervin, L. A. (洪光远、郑慧玲译, 1995): 人格心理学。台北: 桂冠图书公司。
- Phares, E. J. (林淑梨、王若兰、黄慧真译, 1994): 人格心理学。台北: 心理出版社。
- Watson, J. (李维译, 1998): 行为主义。杭州: 浙江教育出版社。
- Carducci B. J. (1998). *The psychology of personality: Viewpoints, research, and applications*. Pacific Grove: Brooks/Cole Publishing Company.
- Larsen, R.J., & Buss, D. M. (2002). *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature*. New York: McGraw-Hill.
- Mayer, F. S., & Sutton, K. (1996). *Personality: An integrative approach*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Schultz, D. & Schultz, S. E. (2001). *Theories of personality. (7th ed.)* Belmont: Wadsworth Thompson Learning
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Holt Rinehart & Winston.
- Almagor, M., Tellegen, A., & Waller, N. G. (1995). The Big Seven model: A cross-cultural replication and further

- exploration of the basic dimensions of natural language trait descriptors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 300-307.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1975). *A temperament theory of personality development*. New York: Wiley.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1986). The EAS approach to temperament. In R. Plomin & J. Dunn (Eds.), *The study of temperament: Changes, continuities and challenges* (pp.67-79). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cattell, R. B. (1965). *The scientific analysis of personality*. Baltimore: Penguin Books.
- Cattell, R. B. (1974). Autobiography. In G. Lindzey (Ed.), *A history of psychology in autobiography* (Vol. 6, pp.59-100). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Cattell, R. B. (1990). Advances in Cattellian personality theory. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp.101-110). New York: Guilford Press.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1985). *The NEO Personality Inventory manual*, FL: Psychological Assessment Resources.
- Eysenck, H. J. (1970). *Dimensions of personality*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Eysenck, H. J. (1970). *The structure of human personality*. London: Methuen.
- Eysenck, H. J. (1993). Creativity and personality: Suggestions for a theory. *Psychological Inquiry*, 4, 147-178.
- Eysenck, H. J., & Gudjonsson, G. H. (1989). *Causes and cures of criminality*. New York: Plenum Press.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, M. W. (1985). *Personality and individual differences: A natural science of approach*. New York: Plenum Press.
- Eysenck, H. J. (1990). Biological dimensions of personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp.244-276). New York: Guilford Press.
- Eysenck, H. J. (1992). Four ways five factors are not basic. *Personality and Individual Differences*, 13, 667-673.
- Francis, L. J. (1992). Is psychoticism really a dimension of personality fundamental to religiosity? *Personality and Individual Differences*, 13: 645-652.
- Goldberg, L. R. (1981). Language and individual differences: The search for universals in personality lexicons. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology* (Vol. 2, pp.141-165). Beverly Hills: Sage.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative "description of personality": The big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216-1229.
- Hall, C. S., & Lindzey, G. (1978). *Theories of personality*, 3rd ed. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Kretschmer, E. (1921/1925). *Physique and character*. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1990). *Personality in adulthood*. New York: Guilford.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52, 509-516.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1995). *Positive and negative valence within the five-factor model*. *Journal of Research in Personality*, 29, 443-460.
- Norman, W. T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. *Journal of Abnormal Psychology*, 66, 574-583.
- Saggino, A. (2000). The big three or the big five? A replication study. *Personality and Individual Differences*, 28, 879-886.
- Sheldon, W. H., Stevens, S. S., & Tucker, W. B. (1940). *The varieties of human physique*. Oxford, England: Harper.

- Sheldon, W. H., & Stevens, S. S (1942). *The varieties of temperament: A psychology of constitutional differences*. New York: Harper.
- Skinner, B. F. (1971). *Beyond freedom and dignity*. New York: Bantam.
- Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism*. New York: Vintage Books.
- Tellegen, A., & Waller, N. G. (1987). *Re-examining basic dimensions of natural language trait descriptors*. 95th annual convention of the American Psychological Association.
- Tupes, E. C., & Christal, R. C. (1961). Recurrent personality factors based on trait ratings. *USAF ASD Technical Report*, No.61-97, U.S.Airforce Lackland Air Force Base, TX.
- Wiggins, J. S. (1997). In defense of traits. In R. Hogan, J. Johnson, & S. R. Briggs (Eds.), *Handbook of Personality Psychology* (pp.95-115). San Diego: Academic Press.
- Zuckerman, M., Kuhlma, D. M., & Camac, C.(1988). What lies beyond E and N? Factor analysis of scales believed to measure basic dimensions of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 96-107.

引自郭永玉著《人格心理学：人性及其差异的研究》，中国社会科学出版社 2005 年版，第 35—80 页。