性格(personality):

定義:

一個人內部相對持久的特質、性格或特徵，使得這個人的行為顯示一致性。

特性:

1.獨特性:每個人皆是獨特的個體，性格各有所不同。

2.穩定性:個人的性格，隨著時間的變動，仍然有某種程度的穩定。

3.一致性:個人的性格，在不同時、地、情境，皆某種程度的一致。

影響因素:

1.遺傳與生物因素:

如遺傳、演化、生物、化學、體質等等。

2.心理社會因素:

如外在物理環境、早期的家庭經驗等等。

3.社會文化因素:如社會階層、文化因素等等。

重要性格理論與觀點:

性格的相關理論:

1.心理動力論。

2.人本論。

3.認知-行為論。

4.特質論。

5.互動論。

性格理論-心理動力論:

1.代表人物:Sigmund Freud。

2.強調:

(1)生物性驅力(特別是性方面)與心理決定論(psychological determinism)。

(2)過去經驗(past experience)。

(3)潛意識動機(unconscious motivation):

無意識或潛意識:

心智中個體無法察覺，也無法將其帶入意識中的部分。

3.研究方法:臨床研究。

Freud-心理分析論:

1.意識層次:

(1)意識:是性格的最上層，能被人知覺，如我們覺察的記憶、思考和情緒等。

(2)潛意識:性格結構的下層，作用比意識大，它包含一切被遺忘的記憶、知覺和被壓抑的經驗、夢及幻想等。

(3)前意識:

前意識(preconscious)歷程:

是指某些訊息的內容，雖然當下仍無法被覺察到，但它們卻會處在一種準備的狀態，它們會比其他的訊息內容更容易被覺察或提取。

2.性格結構:

(1)本我(Id):

生物層面，依循快樂原則(pleasure principle)，不顧客觀的現實，要求立即的滿足，如新生嬰兒或沸騰的水。

˙被欲望牽著鼻子走，常顯現不合理、不實際與自私的性格。

(2)自我(Ego):

心理層面，依循現實原則(reality principle)而活，在本我與超我間協調溝通，以社會許可方式尋求滿足本我的慾望，如情色或色情。

(3)超我(Superego):

社會層面，依循理想原則(idealistic principle)而活，道德感與良心的譴責，如我不能...，我應該...。

˙本我的原始需求可以暫時被抑制，不過它所有的能量必須有宣洩的途徑。

˙會以喬裝或間接方式來達成的宣洩的效果。

˙並以偽裝的方式來表達衝動。

3.性心理發展階段(erogenous zones):

(1)口腔期(oral stage):從0~2歲，嬰兒從吸吮獲得滿足，會將各種物品放入口中。

(2)肛門期(anal stage):約在2~4歲，慾力能量會轉移到排泄器官，兒童會由糞便的排泄與保留獲得快感。

(3)性器期(phallic stage):在性器期(約為4歲至童年中期)，兒童從撫摸性器官甚至是自慰獲得快感。

(4)潛伏期(latency stage):從七歲一直到青春期，將注意力集中在學習適應環境所需的技能。

(5)生殖期(genital stage):青春期至成人性需求再度浮現，能夠以較成熟的方式與人建立親密關係。

˙未順利度過時:

(1)過多的口腔活動，貪食，喋喋不休等。

(2):

(a)過度潔癖等。

(b)情緒化，不修邊幅。

(3)自戀、自大、傲慢、過度自信、過於專注。

(4)性昇華或性壓抑。

4.防衛機制(defense mechanism):

保護自己免於不可接受的思想(來自超我)或衝動(來自本我)，或某些令人焦慮的訊息。

退化(Regression):

1.退回到發展早期較不成熟的行為反應。

2.以較不成熟的行為掩飾不安或尷尬感，如裝可愛、尿床、吐舌、孩子氣的聲音、剛入學的小孩出現尿床的行為。

否認(Denial):

1.不承認自己有不好的思想或行為存在。

2.拒絕承認不愉快的或會令人害怕的現實。

3.拒絕承認事實。

4.睜眼說瞎話:酗酒與小酌。

壓抑(Repression):

1.本我出現無法接受或危險的衝動。

2.將會引起焦慮的痛苦的經驗或記憶從意識排擠到前意識。

3.不記得創傷經驗。

Ex:不記得性侵害。

投射(Projection):

1.把自己的不能接受的思想認為是別人的，甚或是對手。

2.將個人無法接受的感覺、想法或衝動歸因於他人。

Ex:惡人先告狀:

(1)反色情，步步推向學妹的身邊。

(2)丈夫外遇指妻子變心。

轉移/替代(Displacement):

將衝動或潛抑的感覺導向一個較不具威脅性或危險性的對象。

Ex:老闆罵員工，員工打小孩，小孩踢小狗，小狗咬老闆。

Ex:破壞公物，家庭暴力，校園暴力，冤死的寵物。

昇華(sublimation):

將不能被接受的衝動，轉化成可被容許、甚至被讚揚的行為。

Ex:將攻擊行為轉成運動競賽；藝術家將性能量昇華、創造出大眾讚揚的作品。

反向(Reaction Formation):

1.做一件相反的事以掩蓋真正目的。

2.將不能接受的想法或衝動，用相反的行為表現出來。

Ex:口是心非、憎恨與溺愛、愛恨情仇、笑裡藏刀。

合理化(Rationalization):

1.為自己的思想或行為想找出一個可接受的理由。

2.賦予不被接受的想法或行為一個看似合乎邏輯的解釋，使他人可以接受。

Ex:吃不到葡萄說葡萄酸、考試作弊是因為這門課根本沒有研讀的價值。

認同(Identification):

害怕或憤怒有權威或有影響力的人時，反而將自我認同與此對象結合。

Ex:受到父親嚴厲的管教，但父親是個有威望的人士，而變得認同父親並以與父親相同的觀點看待事物。

心理動力論-新佛洛伊德學派(Neo-Freudianism):

1.這些學者大都接受潛意識歷程以及心理內在衝突等概念，但反對慾力說。

2.Adler認為人的一切行為都是為了追求卓越而努力-自我改善及追求完美的原動力:

(1)此需求是為了克服兒童期所產生的自卑感。

(2)他認為兒童期有許多的是別人能做，自己卻不會做，總是意識到自己的錯誤與失敗，就會產生自卑情節。

3.Carl Jung則是對潛意識的觀點差異，與Freud決裂。認為性格包含了:

(1)意識的自我(conscious ego):

可意識到的知覺、思考感受和記憶。

(2)個人潛意識(personal unconscious):

個人無法立即覺察的心理意象，不同於佛洛伊德的潛意識。

(3)集體潛意識(collective unconscious):

(a)會代代相傳，Ex:文化。

(b)原型(archetypes):

從集體潛意識中獲得的天生傾向，某些由遺傳承襲的先天注意傾向。

(c)四種原型:面具(persona)、陰暗面(shadow)、陰質(anima)、陽質(animus)。

4.Erik Erikson-自我心理學:

(1)不強調潛意識。

(2)「自我」就是能量的來源。

(3)但與Freud一樣男性優越心態。

5.Karen Horney-心理分析論:

(1)認為文化因素才是性格發展的關鍵與基礎。

(2)兩性心理差異來自社會期許。

(3)減低基本焦慮的方式:

(a)表現愛慕與順從->親近他人。

(b)侵略、追求權力名望與財富->對抗他人。

(c)躲避->遠離他人。

人本論:

1.強調:

(1)自我決定與意識的力量。

(2)重視人性的積極面、人性本善及自我實現的潛能。

2.重要的理論:

(1)Rogers自我中心的「自我」理論。

(2)Maslow的需求層級理論。

3.Carl Rogers-自我理論:

(1)主張現象的真實及其如何被知覺:

實在reality-自我界定的真實。

(2)自我是指我們對自己的知覺與評價:

(a)自我概念:個人知覺到自我的各方面。

(b)理想自我:個人所想要從事或想表現的我。

(3)心理調適的關鍵:自我概念與理想自我的match。

(4)自我接納的關鍵:感受到他人無條件的正向關懷。

4.Maslow-需求階層論，強調:

(1)正確而有效的體認現實。

(2)接受自己別人與自然。

(3)欣賞平常事物解決大問題而不斤斤計較於小利。

(4)與一些人能形成深交。

˙根據Maslow(1987)的說法，動機的來源是某些需求，需求是生物的或本能的，它們是一般人類的特性，有其基因基礎。

˙5 needs vs 7 needs。

認知-行為論的性格觀點:

1.早期行為論:強調對環境的依仗對性格的發展與維持的影響。

2.認知論:重視人們的心智過程。

3.認知-行為學派:考慮心智與行為間的關連性。

4.代表人物:

(1)Rotter。(社會學習論)

(2)Bandura。(社會認知論)

5.Rotter-社會學習論:

(1)重視刺激與強化的意義，故強調個體對環境的知覺。

(2) 性格觀點-內外控:

(a)內控(internal control):將行為的產生或結果歸因於自己的因素，例如相信他得到獎賞主要是自己的努力與能力。

(b)外控(external control):將行為或結果歸因於環境或外在因素，例如能否獲得獎賞，是由他所無法控制的外在力量決定的。

(3)跨文化的研究-包括印度的「業」與中國的「緣」。

6.Bandura-社會認知論:

(1)自我效能:個人深信自己有能力去做某件事的信念。

(2)自我預言實現:預期自己在某事上會成功或失敗，結果預言實現。

(3)思想與行動的-相互決定論。

特質論:

1.強調性格的「結構」。

2.特質(trait):

(1)穩定的性格特性，構成獨特自我的特性。

(2)來自先天(遺傳)或後天(環境)。

3.研究方法-詞彙與因素分析。

4.兩大派別:

(1)共同特質中的個別差異理論。

(2)個人特質群組之理論。

特質論-共同特質之個別差異理論:

1.Cattell的因素分析論:

(1)在英文字典找尋與性格相關的形容詞，接著將找到的一萬八千個性格相關的英文形容詞，濃縮到170個詞。

(2)因素分析法，分離出兩類性格特質:

(a)表面特質-觀察就可得知的性格特徵。

(b)來源特質-性格結構的核心。

(3)使用問卷來測量這些特質，最後找出23個來源特質:

(a)16個主要特質，例如服從/支配，關心社會/漠不關心等。

(b)7個不確定特質，例如保守/激進。

2.Hans Eysenck-三種性格特質:

(1)內向和外向(Introversion vs extraversion):

(a)外向指善於社交、主動的、愛冒險的、喜歡與人互動、衝動的。

(b)內向則是指害羞的、被動的、小心謹慎的、喜獨來獨往的。

(2)神經質-穩定(neuroticism vs stability):

(a)神經質指常會表現出焦慮、緊張、憂鬱。

(b)穩定指顯示沉著、適應良好。

(3)精神病-無精神病(Psychoticism-nonpsychoticism):

(a)精神病指缺乏同理心、敏感度低、缺乏情感。

(b)無精神病指有同理心、敏感度夠、情感豐富。

3.性格的「大五」模型(FFM):

(1)Cattell’s 16因素理論太過複雜，而且包含了許多重複出現的因素。

(2)Eysenck的three-dimensional theory也過程簡化。

(3)研究人員在不同國家，使用不同的語言所作的因素分析，研究發現結果相當一致。

(4)使用5個特質就可以有效的描繪代表性格的主要中心特質。

(5)最早由Thurstone提出，後來不同研究所得的五個向度差異很大，其中以McCrae和Costa(1987)提出的最具代表性。

˙五大特質(Big Five):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 特質量尺(OCEAN) | 高分者特性 | 低分者特性 |
| 神經質(neuroticism) | 多慮、緊張、不安、慮病、情緒化、自卑。 | 鎮靜、放鬆、不情緒化、安全、自我滿足、堅強。 |
| 外向性(extraversion) | 社會性、主動、多話、人際取向、樂觀、熱情、愛好玩樂。 | 保守、清醒、冷漠、工作取向、靜默、少活力。 |
| 開放性(openness) | 好奇、興趣廣泛、創造、獨創、想像、非傳統性。 | 從俗化、實驗、興趣狹隘、非藝術性、非分析性。 |
| 友善性(agreeableness) | 心地溫和、好心腸、可信賴、易受騙、正直。 | 好批評、粗魯、多疑、不合作、有仇必報、殘忍易怒、好指使人的。 |
| 嚴謹性(conscien-  tiousness) | 有組織、可信賴、努力、自我要求、守時、細心、整潔、有企圖心、堅忍。 | 漫無目的、不可信賴、懶散、粗心、散漫、不小心、意志薄弱、享樂主義。 |

五大特質與工作表現:

五大特質的相關研究:

1.嚴謹性普遍可以預測各行各業的工作表現。(Barrick, et al., 2002)

2.外向性、嚴謹性、開放性對於領導有強烈的預測效果。(Judge, et al., 2002)

3.嚴謹性與工作動機呈正相關，神經質與工作動機呈負相關。(Judge & Ilies, 2002)

4.外向性與業務人員的工作表現有顯著的關連性。(Robbins, 2005)

特質論-個人特質群組之理論:

Allport的特質論:

1.基本特質(cardinal trait):最能彰顯出一個人之獨特性的特質，大多只有一個，大部分行為皆受其影響。

2.中心特質(central trait):可以描述一個人的主要特質通常有5~10餘個，對行為之影響層面不及基本特質大。

3.次要特質(secondary trait):不顯著，且對行為影響力不大的時，會隨情境而改變。

互動論:

1.對性格特質所展現出的行為與情境間相關性的質疑。

2.基本觀點:

特質之間，或特質與行為之間的相關性，需視個體所處的情境而定。