



心理学



一门人生哲学的课程



北京师范大学 心理学部
许燕



PERSONALITY

第一章 人格心理学概述



人格界定与特性



人格的学科特点



人格心理学的特色与发展趋势



人格心理学的要义

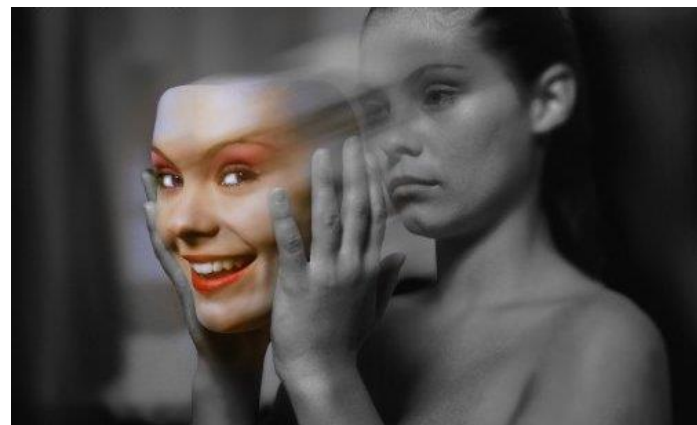
引读：人格与面具

外在言行



- 一个人在人生舞台上所表现出来的种种言行，人遵从社会文化习俗的要求而做出的反应，也是展现出来的公众形象。

内在特征



- 一个人由于某种原因不愿展现的内隐人格成分，即面具后的真实自我，是人格的内在特征。

人物印象



人格心理学家群像

- 严谨的理论思考能力
- 熟练的统计分析能力
- 独特的临床咨询技术

第一节



人格界定与特性

一、人格界定

- 人格（personality）是在遗传与环境的交互作用下，个体所具有的典型而独特的心理品质组合系统。



- 人格、个性、性格的区别

二、人格特性

- (一) 独特性

独特性 (uniqueness of personality) : 人格的最重要特征, 表现出一个人的典型行为与特征, 展现了世上独一无二的个体。

- 1. 典型性
- 2. 差异性
- 3. 独特性与共同性



优柔寡断的哈姆雷特总是徘徊在“做或不做”之间。

二、人格特性

- （二）稳定性

稳定性（stability of personality）：一个人经常表现出来的稳定的心理与行为特点。



1. 人格形成的稳定性
2. 人格表达的稳定性
3. 稳定性的影响因素
4. 稳定性与可变性



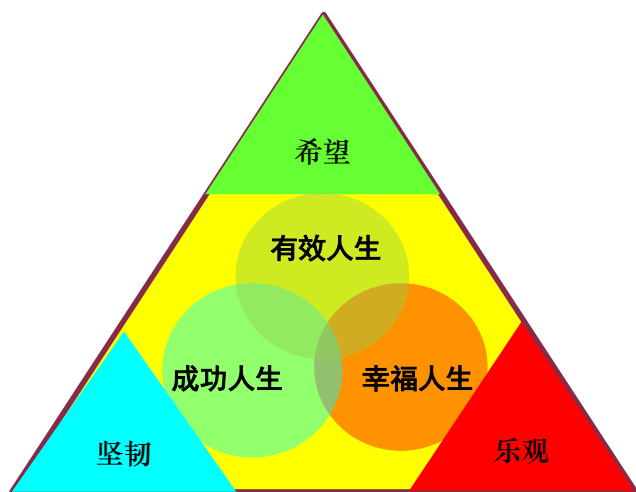
心理实验室：特质焦虑是一种稳定的内在人格倾向？

- 斯皮尔伯格（C.N.Spieberger）提出的状态-特质焦虑理论。他认为焦虑分为两种：特质焦虑和状态焦虑。
- 特质焦虑（trait anxiety）是一种稳定的人格特质，具有个体差异性。
- 状态焦虑（state anxiety）只是短暂的焦虑情绪状态，用于描述一种因压力情境而产生的紧张、恐惧、焦躁、忧虑和神经质等复杂情绪体验，它局限在一种特定情境下的短暂心理体验。
- 二者的区别在于特质焦虑是一个人稳定的心理特征，对各种压力情境均表现出焦虑情绪；而状态焦虑是即刻的、某一特定事件或特定事件的情绪感受，如高考焦虑。
- 《状态-特质焦虑问卷》是测量这两种不同的焦虑水平的常用工具。





应用启示录：人格金三角



人格金三角模型（许燕，2014）

- 人格教育提倡加强其积极人格品质的稳定性、以及消极品质的改变性或可塑性。学龄前是儿童人格教育的重要时期，人格金三角模式说明了儿童人格教育的核心要素是什么？希望、乐观和坚韧是三个核心人格要素。
- 核心人格的特点是：一旦确立将成为“内源性人格”——已经转化为人的内在稳定的并自觉发挥积极功能的核心人格。确立了这三种核心人格的孩子，其未来将是身心健康的有为者。
 - 核心人格1：希望决定了一个人未来的有效人生
 - 核心人格2：乐观是决定一个人未来的幸福人生
 - 核心人格3：坚韧是决定一个人未来的成功人生

二、人格特性

- （三）统合性

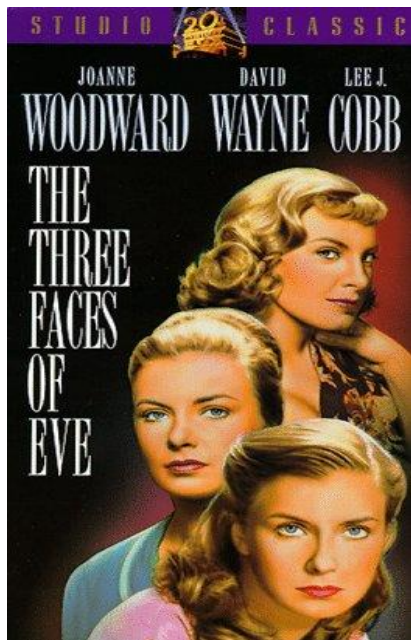
人格的统合性（integration of personality）体现了人格的组织功能、匹配与健康功能。

- 1.组织功能
- 2.匹配功能
- 3.健康功能





生活视野：多元人格与分裂人格是一回事吗？



《三面夏娃》是第一部反映分裂人格的电影

- 多元人格是说明人格系统构成的多维度、多层次、多元素的特征，是正常人所具有的人格结构特征。它使得人的行为表现出可以应对不同情境的特征。
- 分裂人格则是失去统合性下的混乱人格，是异常人所具有的人格结构特征。
- 例如《三面夏娃》

二、人格特性



• （四）功能性

功能性（function of personality）。人格是一个人生活成败、喜怒哀恨的根源。人格决定一个人的生活方式，甚至有时会决定一个人的命运。

- 1.力量感
- 2.影响力
- 3.决定力



心理实验室：失败后的成功者其人格机制解读

- 失败后还会成功吗？不同人格的人用言行回答了这一问题。心理学研究发现：智力水平相同的孩子，由于人格不同而在挫折后的问题解决成绩明显不同。



- 控制定向 (mastery oriented) 的儿童倾向于将问题看作一种挑战，在遇到困难时他们更能采取坚持的态度，因此他们不会将失败视为终结，而会继续努力争取成功，最终获取成功；
- 无助定向 (helpless oriented) 儿童倾向于自我中伤 (self-denigration)，产生消极情绪，在困难中屈服，一旦失败就认为自己一无是处，彻底放弃，不再寻求成功的机会，最终只能成为失败者。

第二节



人格的学科特点

一、在研究内容上侧重于心理差异

- 与认知心理学相比，人格心理学并不以研究人类所具有的共同心理现象为主要研究内容，而是以研究个体心理差异为主，它注重的不是共同特征而是典型特征。
- 人格心理学家研究的不是心理过程，而是心理风格人格研究注重的心理风格。

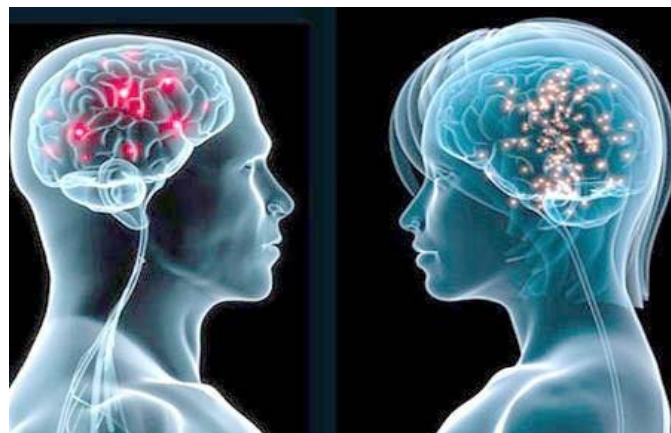


- 认知风格
- 情绪风格
- 行为风格



生活视野： 生活风格

- 风格是心理差异的一种表现形式。在人格的心理风格系统中包含了知、情、意的成分。
- 在认知风格中：
 - 古典主义——浪漫主义
 - 客观主义——主观主义
 - 辐合思维——发散思维
 - 逻辑严密性——富于幻想性
- 在情绪风格中：
 - 超然主义——移情主义
- 在动机风格中：
 - 父权主义——母权主义

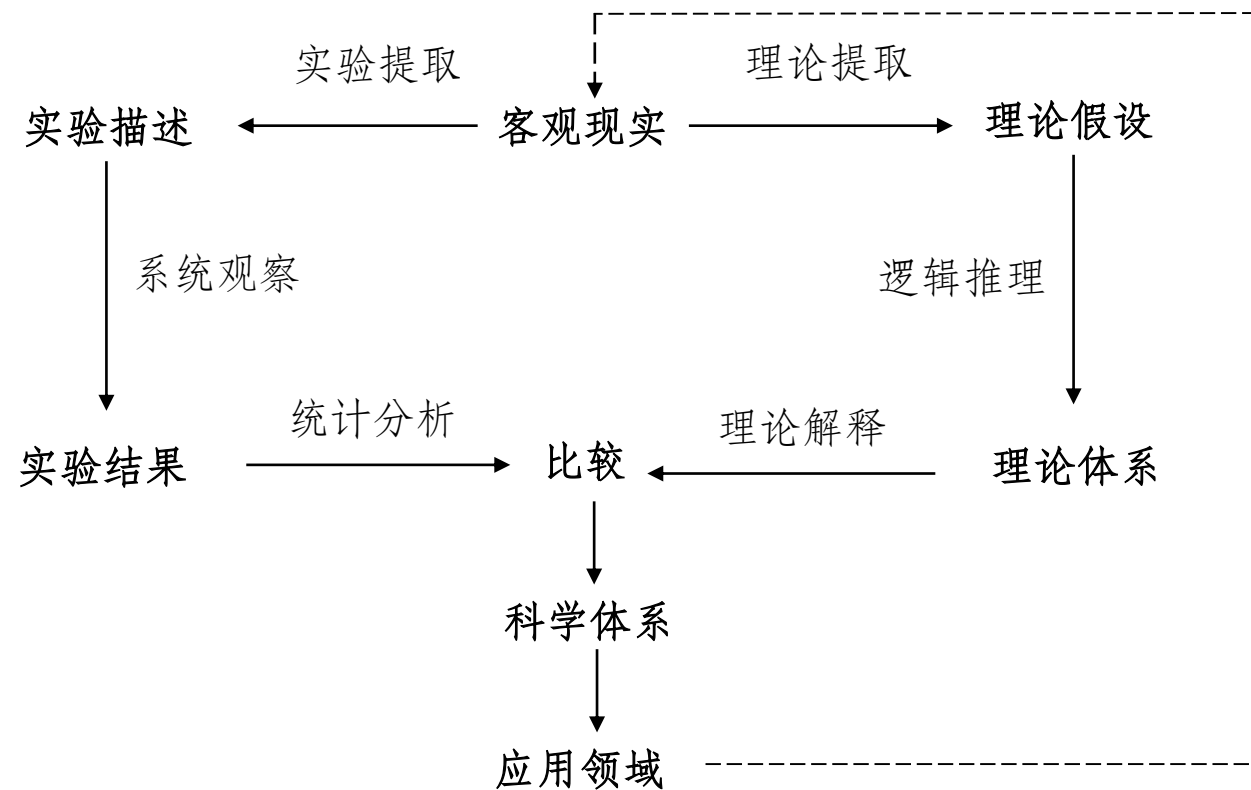


男女认知差异是最直观的表现特征。男性偏好于数理机械的信息加工，女性偏好于文学社会的信息加工。

二、在研究策略上强调人的完整统合性

	微观研究策略	宏观研究策略
研究领域	认知心理学的主导研究策略	人格心理学的主导研究策略
研究思路	从下至上的路径	从上至下的路径
研究单位	小单位	大单位
研究系统	各单元的分割与独立	各单元的联系与统合
研究方法	注重客观分析与实验室中进行的方法	注重主观分析与自然情境中，把人作为一个整体人来研究进行的方法

人格科学的研究体系



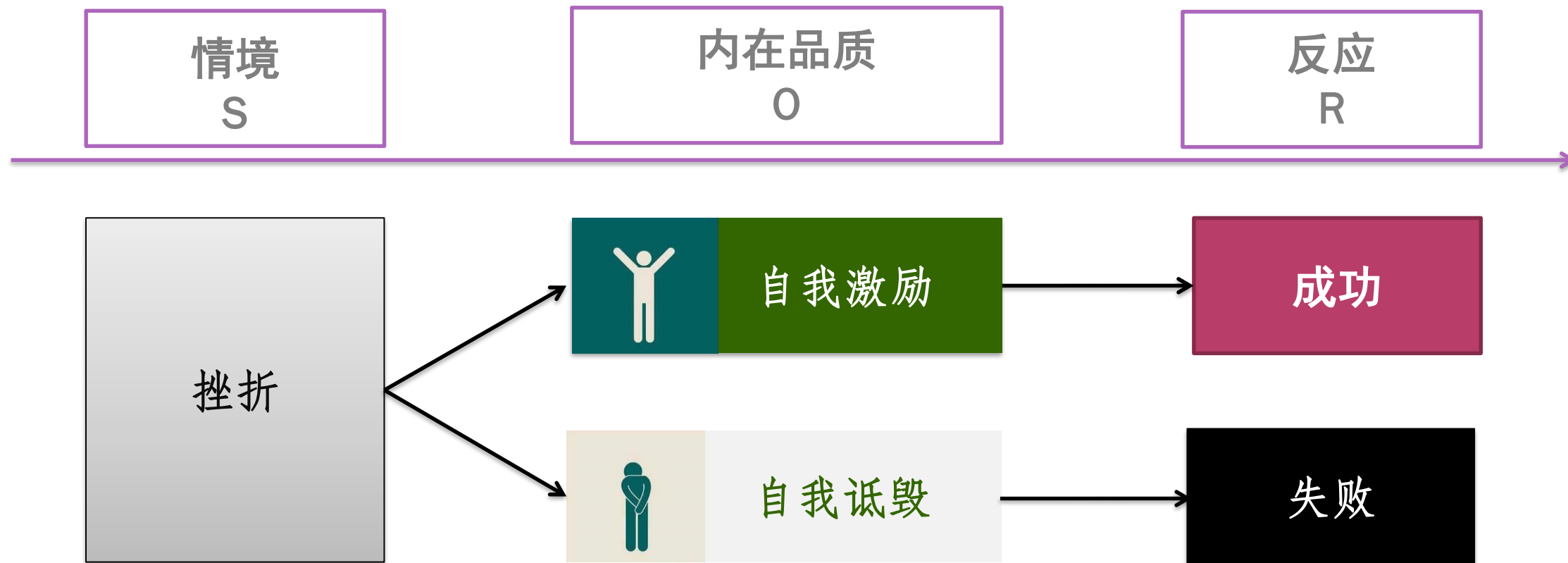
三、在研究特征上注重人的内部稳定性

- 人格特征是由一组稳定而内化的心理品质所组成，行为只是人格的外在表现。



- 人格是个体内部逐渐形成的一种稳定的结构成分，它是人与外部世界的相互作用中，使客观现实逐渐“内化”成为人格结构的。

挫折的S-O-R模式



焦虑特质的S-O-R模式

压力情境S

稳定特质O

功能等值的行为反应R

考试
竞聘
走夜路
公众讲演
吵架

焦虑

认知干扰
出冷汗
肌肉颤抖
口吃
肠胃不适

第三节

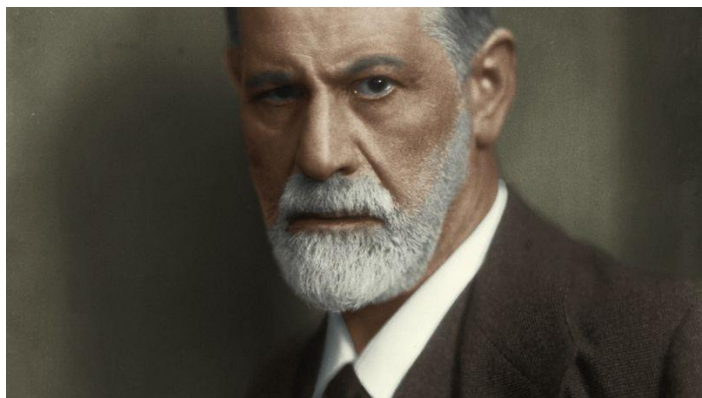


人格心理学的 特色与发展趋势

一、人格理论的价值与特色

- 人格理论（Theories of personality）是对人类行为所提出的一套有系统的假设，是对人格的定义、结构、发展、动力、测量等重要概念所做的系统性的理论解释，它有一个比较严谨的结构，包括基本假设，具有层次结构的原理，其中有形式的成分，也有现实的成分。

（一）人格理论的价值



- 1. 回答“什么”的问题
- 2. 回答“如何”的问题
- 3. 回答“为何”的问题
- 4. 回答“怎样”的问题

(二) 人格理论流派纷呈

不同人格理论流派的观点比较

	人性哲学	人格结构	影响因素	人格改变
精神分析理论	性恶论	三我结构	童年经历	不变
新精神分析理论	性恶论	自我	社会因素	不变
行为主义理论	无善恶论	行为	环境	可变
人本主义理论	性善论	自我	自我	可变
认知理论	善恶兼具	建构	认知因素	可变

二、人格心理学的发展趋势

• （一）人格理论研究的交融趋势

➤ 人格心理学发展表现出两个特点：

- 理论的发展
- 理论的应证

➤ 人格心理学发展的整合趋势：

- 人格实证研究的整合趋势
- 人格研究方法的多样化趋势
- 人格研究的动态化趋势



理论思考：人格心理学发展经历了哪些阶段？

- 从人格心理学学科的发展来看，可分为三个发展阶段：
 - 第一阶段是理论昌盛时期
 - 第二阶段是理论反抗时期
 - 第三阶段是理论提升时期

第四节



人格心理学要义

一、具有描述、解释与预测人心理的功能

• (一)人格描述



- 三个层次：
 - 首要特质：多愁善感
 - 中心特质：清高、率直、聪慧、孤僻、内向、抑郁、敏感、坚毅
 - 次要特质：冷酷

一、具有描述、解释与预测人心理的功能

- (二)人格解释

- 人格心理学家的工作是剖析人的心理，进而达到科学解释人的心理的目的。他们一直在寻找有效的人格解释单元，提出了许多人格理论，但是每一种理论都有其解释的特点。
- 在近三十几年来年中，人格心理学界非常流行的大五人格模型（FFM）对人格描述与解释提供了基础的、广泛的、简洁的框架，被称为是人格领域中“一场静悄悄的革命”。

一、具有描述、解释与预测人心理的功能

• (三)人格预测

- 人格具有预测的功能
- 预测是指向于人格发展的未来
- 人格预测是以把握人格影响因素为前提条件
- 人格预测是以抓住稳定人格特征为原则



二、提供了其它领域的基础知识

- 人格心理学是一门渗透性很强的基础性学科，其跨学科性的特征决定了它为心理学或其它学科领域提供了知识基础。
- 与人格心理学关系最密切的心理学领域有：
 - 临床心理学、变态心理学、司法心理学、社会心理学、发展心理学、教育心理学、管理心理学、职业心理学、军事心理学、心理测量学等

三、有助于提高理论逻辑思维的能力

- 人格心理学以理论见长，人格心理学家建构的不同流派的理论体现里，都展现了大师们厚重的逻辑思考力。学习人格心理学理论，如同站在巨人的肩膀上俯视人生百态。
- 学习人格理论有助于提高读者的理论思维水平。

四、帮助人们自我探索、自我完善



- 人格发展与完善是一个人一生都要面对的内容
- 人格心理学的学习过程是一种自我探索的过程



思考题

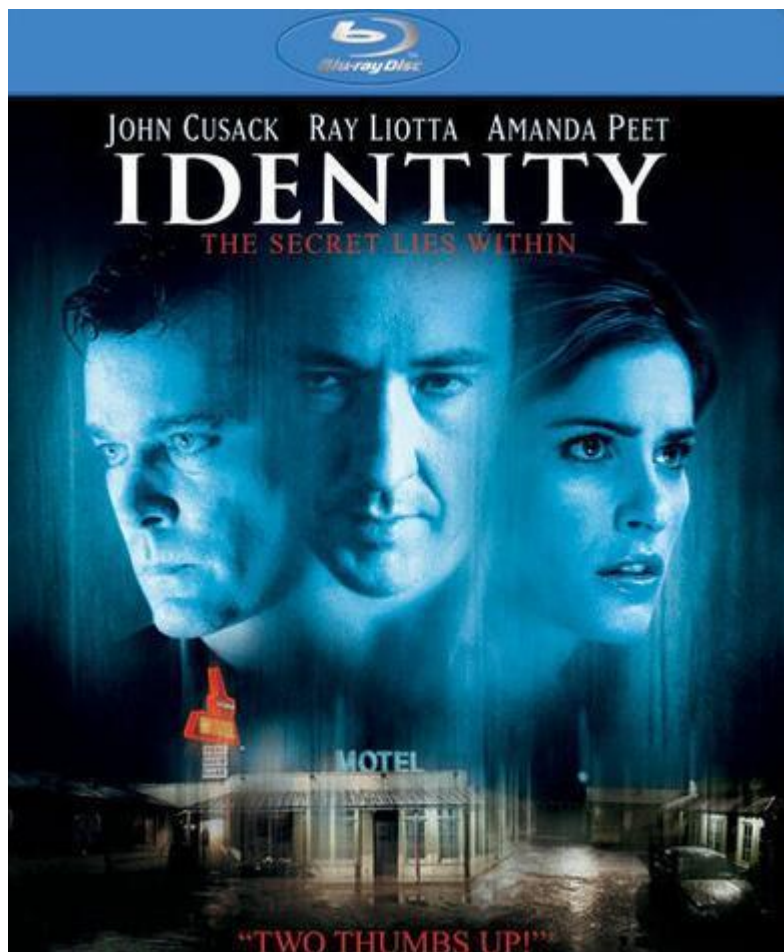
1. 归纳不同学科对“人格”一词的界定，比较心理学与其它学科对人格的理解差异，心理学对人格界定有哪些特色点？
2. 人格具有哪些特性？运用这些特性如何分析一个人的人格？
3. 人格是一门什么样的学科？对于你理解自我和他人有何功效？
4. 学习人格对你未来人生有何意义？
5. 初学人格心理学的感受是什么？
6. 还有哪些需要解答问题？

推荐阅读书目



- **The Personality Project**
 - 美国西北大学心理学系所建立的一个大型信息类网站。内容包括了对主要人格理论的讨论、阅读书目推荐、学术和非学术性链接、对学生的建议以及关于人格测试的信息。
- **Great Ideas of Personality**
 - 内容包括研究项目、杂志和专业学会信息，以及为学生提供的专业术语和自测试题。
- **Society for Personality and Social Personality**
 - 人格和社会心理学会的官网。有给学生提供的信息以及与其它相关网址的链接。要获得这些网址的直接链接，可以登陆本书的学生手册网站www.cengagebrain.com。

视频资料



- 《致命ID》（2003）

— 由美国导演詹姆斯·曼高德推出的一部以杀人游戏为主要内容的惊悚剧情电影，该片剧情结构严谨，情节一气呵成，结尾部分出人意料。11个此前相互完全不了解的陌生人，被迫聚集在破旧的汽车旅馆中。而这11个人都是麦肯·瑞夫的11个分裂人格，其中善良人格和一个邪恶的人格在较量。



第一章 人格心理学概述

END