

# 试论人本心理学

林 方

(中国科学院心理研究所)

人本心理学是在当代存在主义哲学思想影响下兴起的一个心理学流派，也是以心理学资料论证人的价值、为人的道德观念提供自然科学基础的一种尝试。

人本心理学强调心理学应该关心人的尊严和提高，应该研究对个人与社会富有意义的问题，强调个人对未来的选择、创造能力和自我实现运动，反对近代传统心理学中贬低人性的生物还原论和机械决定论，现已发展成为西方心理学中的一支新兴力量。

人本心理学最初兴起于美国，1961年，美国人本心理学会作为美国心理学会第32分会正式成立，并出版期刊。七十年代举行过国际邀请会议，在英国和 西欧都有广泛影响。尽管欧美人本主义者在观点上有所不同。由于他们的学说涉及人的价值、心理健康与社会道德等为公众与社会所普遍关注的问题，他们的观点不仅在心理学界内部而且在一般学术界和社会上都已引起了广泛的响应。

美国人本心理学的主要创始人是马斯洛 (Abraham Maslow)，共同的发起人还有戈尔德斯坦 (K. Goldstein)、奥尔波特 (G. Allport)、弗洛姆 (E. Fromm)、霍尼 (K. Horney)、比勒 (C. Bihler)、罗杰斯 (C. Rogers) 和梅 (R. May) 等。马斯洛于1970年逝世，近年美国人本心理学的主要发言人是罗杰斯。马斯洛是比较心理学家和社会心理学家，他的理论称为自我实现论 (Self-actualization theory)。罗杰斯是心理病理学家、心理治疗专家和教育改革家，他的理论称为以人为中心的理论 (person-centered theory)。以下我们首先研究人本心理学与近代传统心理学两大流派——弗洛伊德心理分析学说和行为主义学派的分歧，然后试以辩证唯物论观点对人本主义观点进行初步的分析。

## 马斯洛\* 与弗洛伊德

在西方心理学理论中，一个长久争论的问题是遗传与环境对人类心理的相对作用问

\* 本文对人本心理学观点的介绍部分大体与提供中国心理学会基本理论1980年学术会议的论文一致，但评论部分有所修改。关于人本心理学的兴起背景、基本观点及美国心理学界的一般评价反应并请参看近期《心理科学通讯》另文介绍。

• 这一节关于马斯洛理论的评述主要根据马斯洛的一部专著《动机与个性》<sup>1</sup>和马斯洛主编的文集《人类价值新知识》<sup>2</sup>。这两部文献是马斯洛生前概括提出人本心理学观点的主要文献。

题。当然今天已没有那一位心理学家采取极端的立场，绝对肯定某一方面否定另一方面的作用，但何者为主导的问题仍然存在。

我们知道，弗洛伊德的理论是强调遗传因素或生物因素的。他认为人的本能本质上是自私的，是反社会的，社会要保持某种表面的秩序就必须对无节制的本能加以约束，所谓人的社会意识不过是对社会的一种顺应作用。弗洛伊德关于本我(id)、自我和超我的人格三分法所描绘的就是这样一种心理社会的冲突模式，在这一冲突中，由于个人的弱小和社会的强大，因而人注定要成为自己内驱力和本能的牺牲品，这是人生悲剧的根源。他认为：“人甚至不是他自己家宅——自己心灵的主人。”<sup>8</sup>

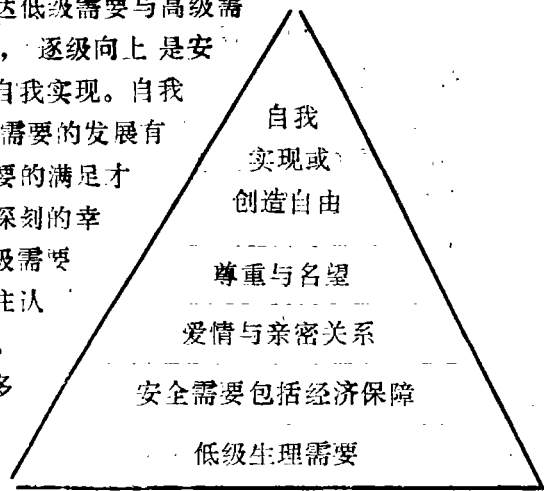
马斯洛在遗传与环境的相对作用问题上并不反对弗洛伊德的观点，宁可说，他在这个问题上要比弗洛伊德看得更深一些。马斯洛不是一般地强调人的遗传因素，而是强调这种遗传因素的内在价值。在人类遗传因素中，马斯洛看到的是人类的希望而不是弗洛伊德所说的“人类悲剧的根源”。

生物特性的延续有赖于遗传，人类也不例外。但马斯洛强调人类遗传因素的进化差异，强调人类特有的内在价值，或人类特有的一些类似本能的潜能或基本需要。正如健壮的人喜欢运用他们的肌肉，有爱的能力也就有爱冲动和爱的需要，有智力则必然趋向运用智力或进行创造活动。马斯洛概括这一基本事实的说法是：“能力要求被运用，只有发挥出来才会停止吵嚷。”<sup>9</sup>

但是，马斯洛的潜能论遇到一个难题。因为学术界已普遍接受一种说法，即某些本能在生物系谱中随等级的上升而渐趋削弱并因学习、交往等能力的提高而为适应能力所取代。马斯洛承认上述事实，但他同时指出，当沿系谱上升时，也可以发现还有另一些新的冲动出现。这一类冲动在人类或某些近似人类的动物中是相当明显的。他并举出克劳福德(Crawford)、耶基斯(Yerkes)和他自己的实验资料说明，在黑猩猩中就有明显的友爱、合作、甚至利他行为的证据。其他这一类在人类中表现较为强烈的冲动或需要还有对信息理解和美(或对称、秩序、完美)的需要。马斯洛说，人类历史已经证明，这些新的冲动或需要是向顶峰发展而不是逐渐衰退，人是一切动物中最科学、最哲学、最富于幻想、也最富于艺术性的动物。这些冲动或需要虽然不同于低等动物中的本能，但它们是在生物进化中先天决定的这一点则与本能的性质相同，它们是一些潜能，不是经由后天学习才获得的，虽然有赖于学习才能得到充分的发展。

于是，在马斯洛的人类价值体系中就有了两类需要：一类是沿生物系谱上升方向逐渐变弱的本能或冲动，称为低级需要或生理需要，一类是随生物进化而逐渐显现的潜能或需要，称为高级需要或心理需要。高级需要包括爱或亲密关系、尊重或名望和自我实现或创造自由等，这些也称之为社会需要。这就否定了弗洛伊德的人只有一类本能即动物本能的说法。马斯洛认为，低级需要或本能是人和动物所共有，高级需要只有一部分近似人类的动物才和人所共有，如爱只见于猿猴和人类，而自由创造的需要或自我实现，则仅为人类所独有。越是高级需要越带有人性特征。

马斯洛并以金字塔的梯级形式表达低级需要与高级需要的关系。金字塔的底部是生理需要，逐级向上是安全、爱、尊重等，顶部即创造自由或自我实现。自我实现马斯洛又称之为顶峰经验。高级需要的发展有赖于低级需要的满足，但只有高级需要的满足才能产生更令人满意的主观效果，即更深刻的幸福感和内部生活的丰富感。因此，高级需要和低级需要两者都得到过满足的人往往认为高级需要比低级需要有很大的价值。这样的人会为高级需要的满足做出更多的牺牲，并能更有准备地忍受低级需要的剥夺。



提出人类具有低级与高级或生理与社会两类需要的论点，马斯洛便有力地反驳了弗洛伊德的心理与社会冲突模式。马斯洛认为，就人类两类需要的发展方向而论，人的心理并不是反社会的，而宁可说是社会性的。就某种意义说，需要的等级越高，必然也越少自私，越具有社会价值。满足生理需要是满足自己；但追求爱和尊重则涉及别人，并涉及别人的满足，这便倾向于发展忠诚、友爱和公德等品质，使人成为好的父母、夫妻、教师和公仆等等。因此，人与社会并无本质上的冲突。人类的前景充满希望，是非常乐观的。人不仅是自己心灵的主宰，而且必然要创造出新的文化。结论是：“社会文明的主要职能不在于控制和统治人类的本能冲动，作为替代的健全文化及其各种机构的主要功能应该是促进普遍的自我实现”。

### 罗杰斯\* 与斯金纳

在遗传与环境的相对作用问题上，人本心理学家实际是强调内因的作用，这从马斯洛的观点已经可以看得比较清楚。罗杰斯的个人中心论在这方面同马斯洛的看法完全一致。但罗杰斯理论的特征是强调人的自我指导能力，这在近年来已同行为主义当代发言人斯金纳的行为控制理论形成尖锐对立。

我们知道，早期行为主义者通过动物实验所取得的成果以简单的刺激反应模式解释人的行为现在已不能使人信服。当代行为主义者则运用设计精巧的实验阐明复杂的操作条件作用以及有机体所处环境变化与行为变化之间的函数关系，但得出的结论和早期的行为主义结论并没有什么本质的不同：人的一切行为都依赖于现在或过去的环境和刺激。

罗杰斯则支持戈尔德斯坦的机体论和马斯洛的自我实现论或整体一动力论，反对行为主义的综合一原子论，强调人人“都有一种在有助于保持和增强机体的方式中发展他

\* 这一节关于罗杰斯理论的评述主要根据罗杰斯的专著《患者中心疗法》<sup>6</sup>和霍尔德与罗杰斯的专文《个人中心论》<sup>7</sup>。

或她的一切能力的内在倾向”，并认为这是一切有机体遗传构成的一部分。他并认为人还具有一种内在的“躯体智慧”使人有可能区分有利于和不利于实现潜能的经验。婴儿就凭借躯体感受分辨好坏，如对食物的选择、睡眠总量、活动的需要等等。这种选择或分辨能力是机体的而不是意识的。机体的评价不是一个低级的过程，而是由内部指导并以复杂的反馈系统为基础。这种以复杂内部动机系统为依据的人性形态是同行为主义贬低人性的外因决定论机械形态直接对立的。罗杰斯强调，人的行为不能认为是由环境和过去所注定。个人所处的物质、社会和文化环境只能促进或限制人的潜在在或大或小的范围内实现。除遗传与环境的因素以外，人的自我实现以及由自我实现所激发的人的创造力是决定人的行为的关键因素。

罗杰斯对于社会对个人的影响也进行了探讨。他认为在个人生命期内，不仅有由遗传所支配的生物演变阶段，如神经元发展的完成，肌肉的成熟等等，而且有由社会制约的阶段，如开始入学，进入职业环境等。儿童成长以后，其经验活动开始超出躯体感。通过自我机体的体验和同别人的复杂相互作用，自我概念逐渐形成，而一旦自我概念形成，一种从他人得到积极关注的需要，例如对爱和尊重的需要便发展起来。由于这种需要只能从他人得到满足，自我概念也不断在他人的影响下分化。这是因为来自他人的积极关注可能是无条件的，也可能是有条件的，而有条件的积极关注一般地说总是生活的常规，这就不能不影响一个人的自我概念和价值概念。

在这里，罗杰斯论述了一个马斯洛虽已涉及但未展开讨论的问题，即自我的异化。马斯洛曾提及健康概念与适应概念的区别，认为健康的人或自我实现的人应该为自身人格的完整性而抵制社会邪恶势力，并认为“那些对社会邪恶势力积极逢迎的人，即‘善于适应’的人可能比罪犯和精神病患者更不健康。”<sup>9</sup>因为前者的精神脊梁骨已经折断。罗杰斯则从心理发生的角度提出一个更广泛的自我异化理论。他认为在同别人交往中当条件考虑取代机体评价时，个人便同机体潜能失去接触，自我异化现象也随之产生。于是，自我概念变得越来越不准确，不真实，并越来越僵化。为了得到别人的赞许，个人开始歪曲某些经验到的价值观念并仅仅依据这些观念对别人的价值去理解这些观念。当这种经验与自我之间的分裂过大时，焦虑或紊乱行为便随之发生。

那么，什么样的条件才有助于自我与经验之间的协调呢？重要的是要在人与人之间建立某些能够使人感受到无条件积极关怀与尊重的关系，使人觉得是依据自己的存在而不是依据另一个人的存在而受到承认。罗杰斯的信念是：“在完全成为你自己时，你会同别人更接近而不是更疏远。”<sup>9</sup>

这便涉及对理想社会的看法问题。这方面，罗杰斯与斯金纳也是尖锐对立的。

斯金纳在《超越自由与尊严》一书中系统阐述了他的理想社会方案。他承认财富与繁荣、技术进步等未能解决社会问题，但他的解决方案是强调对环境和行为的控制，主张设计一种以环境选择作用为基础塑造合理行为的新文化。他的理想是建立一种可以在力量和准确性方面同物理学与生物学相媲美的行为技术。<sup>10</sup>

罗杰斯则强调理想社会应依赖人类内部动机系统的自我指导原理。他在近几年曾针对斯金纳的方案反复阐述人本主义的社会理想。他说：“我们的文化，愈益依赖于对自然的征服和对人的控制，正处于衰落中。在废墟上涌现的将是新人，高度觉醒的，自我

指导的，一位对内部空间或许比对外部空间更为注意的探索者，蔑视对习俗惯例和权威教条的遵奉。他不相信可以在行为上被塑造或塑造别人的行为。他肯定无疑是人本主义而不是工艺技术的。”<sup>11</sup>

“这一涌现着的新人最终将培育出一种文化，它在一切人与人的关系中趋向无防范的开放，加强对作为一种身心统一体的自我的探索，更珍视他或她作为一个人的本来面目。”<sup>12</sup>

## 人本心理学与马克思主义\*

对于人性和人类社会，弗洛伊德持悲观态度；斯金纳虽然抱有一种理想，但他的行为控制论是一种没有出路的循环论证，因为控制者的行为由谁来控制的问题无从解决。人本心理学则不同，他们提出人性与社会一致的内在价值论，对人类社会的前景满怀信心，这似乎很符合马克思关于人类发展的乐观看法。

人本心理学家自己也这样认为。例如，人本心理学的主要发言人之一弗洛姆曾为马克思《1844年经济学——哲学手稿》英译本在美国出版写过一篇评论文章，题目是《马克思关于人的概念》，强调了人本心理学与马克思主义对人性理解的一致性。他并明确表示：“就马克思主义的人道主义的存在主义而言，我没有不同的看法。”<sup>13</sup>

但是，外表的近似并不等于本质的相同。对两者的不同进行分辨将有助于看出人本心理学体系的缺陷和马克思主义关于人的概念的真意，也将有助于进一步探讨价值论问题。

的确，马克思也提到人的两类基本需要——生存需要和社会需要，但他是把需要与生产联系起来进行研究，把人的异化与私有制联系起来进行研究，而不是孤立地研究两类需要之间的关系和人与人之间的关系，因此，他的结论和人本心理学的自我实现金字塔根本不同。马克思认为，人首先是以生产来满足他的生存需要，这时，需要是生产的尺度，当他的生产超过了他自己能够直接消费的程度时才有同他人交换产品的需要，才发生人与人的社会关系，但这时，这种剩余产品并没有超出自利的需要，或者说，这时产品的占有是衡量能够在多大程度上使需要得到满足的尺度。这种社会关系或人与人在生产产品上的相互补充，从一开始就只能是生存需要的延伸，只能是一种以相互掠夺为基础的假象。所以，马克思说：“当然，我们彼此同对方产品的观念上的关系是我们彼此的需要。但是，现实的、实际的、真正的，在事实上实现的关系，只是彼此排斥对方对自己产品的占有。”<sup>14</sup>

这就是说，从现实中人性发展的过程看，人本心理学关于人的需要由低级而高级的理想发展从一开始就是不真实的。人的自然本质是一回事，现实社会的发展运动又是一回事。现实的发展恰恰相反，不是由生存到爱和尊重，而是由生存到占有，到私有制。

\* 这一节有关马克思主义关于人的概念的阐述依据马克思的三篇著述：《詹姆斯·穆勒〈政治经济学原理〉一书摘要》<sup>13</sup>，《1844年经济学哲学手稿》<sup>14</sup>和《关于费尔巴哈的提纲》。<sup>15</sup>

在今天，人性的发展也并不象人本心理学家所设想的那样只有一条发展路线，在生理需要满足以后，自然趋向爱和尊重的追求。应该看到，生活享受、金钱、权力与野心的欲望也是无止境的，很多人在这方面的追求往往胜过“自我实现”的追求。这种状况马斯洛自己也不能不承认：“我们仍然面对着一个可悲的事实，只有极少数人达到了（自我实现的）目标。”<sup>18</sup>。“今天我们在世界上同过去一样有那么多的流氓，而且有或许比过去任何时候都更多的神经病患者。”<sup>19</sup>

当然，马克思并不认为这就是人类终极价值的表现，而是认为这是人的本质在现实运动中不可避免的异化，但他对人类终极价值的理解宁可说是一种发展的理解，一种实践活动的理解，而不是直观的理解。因此，马克思说：“共产主义是私有财产，即人的自我异化的积极的扬弃，因而是通过人并且为了人而对人的本质的真正占有，因此，它是人向自身、向社会的（即人的）人的复归，这种复归是完全的、自觉的而且保存了以往发展的全部财富的”。<sup>20</sup>他指出，“不把感性理解为实践活动，至多也只能做到对“市民社会”的单个人的直观，”<sup>21</sup>并强调新唯物主义的立脚点是人类社会或社会化了的人类。也就是说新人的出现是现实运动的结果，是人类社会化的结果。

罗杰斯强调人的自我指导能力，他的新人的特点是着重对“内部空间”的探索；马克思则不同，他清楚地看出，人的价值的完成或人类的社会化首先是一个现实的运动过程，思想上的认识仅仅是这个艰巨过程的开始。因此，马克思强调，自我异化的扬弃即私有财产的扬弃，而为了消灭现实的私有财产，则必须有现实的共产主义的行动。“历史会带来这种共产主义的行动，而我们在思想中已经认识到的那个正在进行自我扬弃的运动，则实际上将经历一个极其艰巨而漫长的过程”。<sup>22</sup>

可见，马克思主义对于人类发展的乐观和人本心理学的乐观也是迥然不同的。人本心理学的乐观宁可说脱离社会发展实际状况的，因而是不现实的，马克思主义的乐观则是以对现实的深刻理解为前提并有充分思想准备的乐观。

最后，作为在西方哲学影响下兴起的一个心理学学派，人本心理学在理论体系上尽管有上述一些缺陷，但他们以心理学资料论证人的价值所做出的积极贡献则是不容忽视的，特别是他们对近代西方传统心理学中贬低人性倾向的批评应该说是击中要害的，这方面对于我们以辩证唯物论观点建立真正的科学心理学则有许多值得借鉴和进一步探讨的地方。

### 参 考 文 献

- 1 Maslow ,A.:Motivation and personality. New York:Harper, 1954.
- 2 Maslow, A.(Ed): New knowledge in Human Values. New York: Harpers, 1959.
- 3 同 上, P.121.
- 4 Freud, S.: A General Introauction to psychoanalysis.P. 252. New York, Garden City publishers.1943.
- 5 同 2, P.127.

(下转第83页)

