

浅析人本主义心理学的新发展

张一伊¹ 都兰军²

(1.武汉大学哲学学院心理学系 湖北 武汉 430072 2.西南财经大学马克思主义学院 四川 成都 611130)

【内容摘要】人本主义心理学发展的本质是解决“人的形象”和“科学的形象”之间的矛盾,目前人本主义心理学处于危机的境地,在方法论和实际操作层面存在着不能够统一的困境,在实现目标的方法和手段上不能够实现一致,不能够摆脱传统的心理学的研究方法。所以,应该确定“人的形象”和“科学的形象”的概念,解决两者之间的矛盾,完成人本主义心理学的发展。

【关键词】人本主义 心理学 发展 困境

中图分类号:B84-067

文献标识码:A

文章编号:1007-9106(2010)11-0116-02

一、人本主义心理学发展存在的危机

人本主义心理学于20世纪50年代在美国兴起,主要代表人物是马斯洛,之后得到了罗杰斯的传承和发展。在学术界,人本主义心理学还被称为行为学派和精神分析学派,在心理学上被称作是“第三势力”。人本主义心理学的特点在于强调人的正面的本质和价值,集中研究和试图解决人的行为的学问,同时,强调在体现人的价值的同时,深入挖掘人的潜力,促进人的发展,也就是自我实现。人本主义在美国出现的时间正是“嬉皮士”运动的时间,学者认为,人本主义心理学的发展与嬉皮士时期是平行的,所以,以年轻人作为主要对象的美国的反主流文化运动极大影响着人本主义心理学的发展,而这种具有区域性的文化特征在很大程度上限制了人本主义心理学的发展范围,正因为如此,“各种试图把人本主义心理学介绍进欧洲的努力,都受到了某种重大的抵抗,使得人本主义心理学在欧洲始终处于学术的边缘”。

人本主义心理学作为心理学的一门核心学科,不能真正地表现心里的实质性的本真属性,一般来说,心理学不是以问题为中心,而是主要以方法为中心,但是,人本主义心理学的主要研究方向却放在了以问题为中心上,限制了心理学的发展。人本主义心理学突出强调个人主义、崇尚英雄主义、追求非理性主义和现实主义,坚持人应该拒绝依赖,放弃对他人生活的所有承诺,个体自我实现才是全部价值之中心,强调自我生长、自我提升、自我发展和自我利益。

二、人本主义心理学发展困境的实质内容

马斯洛教授在他的《人性能达的境界》中阐述:“人本主义心理学处于危机的境地,……有许多方面表明,人本主义心理学甚至其后续发展,没有实现它起初点燃起的希望和期待。”人本主义的心理学虽然在本质上与心理学的发展目标具有一致性,但是,人本主义心理学发展的时间较短,缺

少雄厚的理论基础和实践经验,在方法论和实际操作层面存在着不能够统一的困境,同时,在实现目标的方法和手段上不能够实现一致,不能够摆脱传统的心理学的研究方法。也就是因为人本主义心理学不能够摆脱传统的心理学的研究方法,所以,其发展的速度是极其缓慢的,其效果也是极其缓慢的。人本主义心理学同其他心理学一样,不能够实现“人的形象”和“科学的形象”之间的矛盾,首先,因为自然科学及其派生的技术成为我们整个文化的精神主宰,人们变得崇拜科学,信奉科学至上,习惯以科学的名义解决一切问题,相对忽视人的本性与要求;其次,尽管人本主义心理学成功挑战了主流心理学中的“人的形象”,并产生出自己的相应主张,但它没有成功挑战和改变主流心理学中的“科学的形象”,更没有用有效的方式来代替主流心理学中的“科学的形象”。“包括马斯洛和罗杰斯在内的人本主义心理学家始终认为自己是科学家,却对科学信守自然法则和决定论与他们以人的目的为优先的信念之间的深刻冲突视而不见……人本主义心理学家只能对科学霸权主义提出语焉不详的抗议。”

三、解决人本主义心理学发展困境的对策

可以看出,人本主义心理学发展困境的实质性的内容就是必须解决“人的形象”和“科学的形象”之间的矛盾,坚持心理学应该是人文性的学科的精神。

首先,应该明确什么是“科学的形象”。“科学”在一般的意义上包括自然科学和人文科学两种,显然,我们这里指的科学主要是人文科学的层面。人文科学主要关注人的意义的世界,研究者应该面对的是具有真正意义上的自由的、活生生的、具有思想和意志的人的世界,它是真实的内在精神实体与外界互动的完整表达。在这个意义上,人文科学首要的任务不是发现和形成数理法则,而是寻找和展现渗透在人的存在当中的意义和价值系统,人文主义心理学首先确

* 作者简介:张一伊(1988-)女,武汉大学哲学学院心理学系心理学专业;都兰军(1970-)男,哲学博士,西南财经大学马克思主义学院副教授,主要从事中国传统哲学与近现代中西哲学思想比较研究。

定研究对象是至关重要的。

其次,明确“人的形象”的概念。从心理学的发展历史可以看出,其研究的重点不是通过普通的法则和机械的事件和规程来进行发展,重点强调的是对个体的心理价值和心理意义上的理解。所以,以“人的形象”为中心的人本主义心理学的研究方法首先应该确定真实的、全面的、细致的分析和描述生活中的大多数的人物的心理体验,通过个人访谈和其他形式研究心理事件和过程。

四、人本主义心理学新发展

罗杰斯以心理治疗和心理咨询的经验论证了人的内在建设性倾向,认为这种内在倾向虽然会受到环境条件的作用而发生障碍,但能通过医师对患者的无条件关怀、移情理解和积极诱导使障碍消除而恢复心理健康。他并把这一理论用于教育改革,强调教育中建立师生亲密关系和依靠学生自我指导能力的重要性。把欧洲存在主义心理学和存在主义心理治疗引入美国。人本主义心理学,认为人的处境虽然带有悲剧的性质,但能通过勇气的培养、焦虑的克服和自我的选择趋向光明的未来。

马斯洛和罗杰斯为一方的自我实现说和以梅及其他存在主义心理学家为另一方的自我选择说,在马斯洛逝世以后梅和罗杰斯关于人性问题开始了公开辩论,梅不同意罗杰斯关于恶是环境造成的说法,他认为恶和善都存在于人的本性中,都是人的潜能,不正视恶的问题对人本主义运动有很深的、有害的影响。

此外,代表人本主义心理学主流的自我实现理论也有不同的发展趋向。罗杰斯一派仍坚持以个体心理为中心的研究,但另一些人已开始研究超个人的心理学,探讨个体意识如何超越自身而同广阔的世界相融合。

罗杰斯认为心理学应着重研究人的价值和人格发展,他们既反对 S.弗洛伊德的精神分析把意识经验还原为基本驱力或防御机制,又反对行为把意识看作是行为的副现象。关于人的价值问题,人本主义心理学家大都同意柏拉图和卢梭的理想主义观点,认为人的本性是善良的,恶是环境影响下的派生现象,因而人是可以教育提高的,理想社会是可能的。在心理学的基本理论和方法论方面,他们继承了 19 世纪末 W.狄尔泰和 M.韦特海默的传统,主张正确对待心理学研究对象的特殊性,反对用原子物理学和动物心理学的原理和方法研究人类心理,主张以整体论取代还原论。

罗杰斯的“来访者中心疗法”被认为是“对现象学、存在主义和人本主义的一种出神入化的组合,它将观念、信仰、感觉和价值交织在一起,试图建立一个完整意义上的人”。其基本做法就是鼓励心理患者自己叙述问题,自己解决问题。治疗者在治疗过程中只是适当重复患者的话,帮助他澄清自己的思路,使患者自己逐步克服他自我概念与理想概念之间的不协调,接受和澄清当前的行为态度和情绪态度,达到自我治疗的效果。

两点新发展值得一提:

关注将来,而不片面强调过去经验。这中间又有“自为的存在”的时间性的影子。将来是非存在或存在的否定,是“自为”的一切可能性,正如过去为现在所产生,现在是为将来所产生的。因而从“人的活动趋向于一定目的”。这里把人

看作不断变化、发展、向着未来的存在物,反映了人的主观能动性。认识到这一点,我们就可以通过运用经验以真正的价值取代那些被歪曲的价值。心理调整也只有在此基础上才可以实现。

人类有选择的自由和根据本人内心体验作决定的自由。来访者中心疗法将来访者提到主角的位置,强调自我治疗,把个体选择和自由放在更明显的位置。罗杰斯认为,心理失调的人不太自由,他们的行为受到严格的约束,相对而言他们不擅长运用自由选择,并且经常感到不适的压抑和束缚,这是由于他们否定或扭曲了他们的内在体验,正如对他们的外部环境条件一样。因而来访者中心疗法的着眼点就在于来访者为控制其真实体验并形成有意义的、令人满意的生活方式所付出的努力。而治疗师的职责则是在来访者努力的过程中提供诚恳的接受和理解。罗杰斯已看到了视来访者为有选择、自由的个体的效果。这些来访者在向自由迈进的同时,对于自己的内在体验和外部社会环境的防御和扭曲已得到了减轻。这便是来访者的一个成长和自我治疗的过程。美国学者古尔德这样评价罗杰斯的以人为中心的疗法:“罗杰斯创造了一个耐人寻味的人本主义与存在主义的结合。当他选择那些能够帮助人们克服阻碍其发展的否定因素的经验时,他显然是一个人本主义者,而当他认为情感和感受对理性具有支配作用时,他又变成了一个存在主义心理学家。他坚持认为一个真正的心理治疗关系可以是一个成长经验,这种观念表明了人本主义心理学的一面,而他强调现在重于过去,又明显站在存在主义立场上。这种人本主义与存在主义似是而非的混合,为罗杰斯的工作提供了一种创造性压力,并为他开辟了新的发现和发展空间。”

总之,人本主义心理学必须紧紧围绕人文主义的核心精神:人不是物理客体和动物,人高于它们。关于人的心理学研究不是自然科学心理学所能全部完成,必须承认心理学研究还需要采取一种不同于自然科学的研究风格。

参考文献:

- [1] 邓赐平等.创造性发展的三重心理基础及其教育启示[J].上海教育科研,2002.
- [2] 赵海.创造教育中的几个问题[J].中国教育学刊,2000.
- [3] [美]马斯洛.人性能达的境界[M].林方译.云南:云南人民出版社,1987.
- [4] 朱作仁.创造教育手册[M].广西:广西教育出版社,1991.
- [5] 车文博.人本主义心理学评价新探[J].心理学探新,2005(1).
- [6] 顾克.试论罗杰斯学习理论对儿童学习研究的启示[J].学前教育研究,2000(6).
- [7] 姬兴涛,叶存春.论人本主义心理学的人格观及教育观[J].云南师范大学学报(教育科学版),2002(5).
- [8] 姜兆萍,张海滨.试论班杜拉的社会学习理论与人的发展[J].烟台教育学院学报,2003(2).
- [9] 徐浩岚.人本主义心理学的人性观和价值观在安乐死中的体现[J].医学与哲学(人文社会医学版),2006(10).
- [10] 高峰强.后现代心理学的理论与实践[D].华东师范大学,2004.