

你的位置: 首页 >> 科研论文 >> 罗杰斯的心理研究方法

罗杰斯的心理研究方法

发表时间: 2006-6-19 15:52:31 推荐指数: ☆☆☆

项宗萍

在心理学史上, 内部意识活动能否凭借主观意识经验体验得描述方法进行研究的的问题一直悬而未决。本文介绍人本主义心理学罗杰斯对此的矛盾、思考及其解决的尝试, 并简要探讨主观经验体验的描述与报告在心理科学研究中的地位。

一、罗杰斯心理研究方法的形成与应用

卡尔 罗杰斯(Carl R.Rogers 1902-)是当代美国人本主义学家的主要代表并以当事人中心心理治疗(Client-Centered Therapy)而驰名。罗杰斯对于人类自我实现的潜能、人的积极主动性的坚信; 对于人的主观经验体验整体描述的现象学方法的提倡与应用都明确地显示出人本主义心理学家的立场。然而, 罗杰斯还有他的另一面。1957年, 他荣获了美国心理学会首次颁发的杰出科学贡献奖。表彰他“发展了一套将心理治疗过程的描述与分析客观化的新方法, 提出了一个可对心理治疗及其对人格行为作用进行检验的理论以及为显示这一方法并探索检验这一理论的意义而进行的广泛系统的研究”[1]。总之, 不是他闻名遐迩的心理治疗或疗效, 而是他对治疗与理论加以客观检验的方法为他赢得了科学心理学的承认。对此罗杰斯曾写道: “这一奖励在某种意义上是我所获得的最纯正的承认。多少年来, 我一直在为一个似乎无人问津的潜在的科学领域内知识的客观化而奋斗……我几乎达到了我所期望的那种真正科学家的水平。”[2]

罗杰斯早年曾想当农业科学家, 为此还在威斯康星大学农学院攻读过二年。也许正是这些科学的训练与素养使他形成了与众多人本主义心理学家的不同点: 尊重科学方法并努力付诸实施。不过这些也曾使他深感困惑与矛盾。他说: “这是深受我尊重的逻辑实证主义与主体定向的存在主义思想的冲突, 前者得自我所受的教育, 后者由于看来极其适合我的治疗经验而扎根于我心中。”[3]那么, 罗杰斯的心理治疗实践怎样导致他在方法论上的矛盾, 他又是如何解决的呢?

(一)当事人中心心理治疗的启示

当事人中心疗法原称无导疗法(non-directivetherapy)。两个名称反映同一思想: 患者或当事人自身内部具有自我定向的潜能而无须咨询者的心理诊断或行为指导。这是罗杰斯在心理咨询中的一次偶然事件后逐渐形成的信念。

罗杰斯任纽约罗彻斯特儿童指导中心主任时, 一位妇女领着专爱捣蛋的儿子登门求助。罗杰斯亲自询问了情况后认为症结在于母亲对儿子的拒绝态度。尽管罗杰斯费尽心机向这位妇女解释原因, 但十几次的咨询会而毫不见效。当双方都无可奈何地打算结束这番无效努力时, 这位妇女突然向罗杰斯倾诉起自己与丈夫间的不和及其各种颓丧的心理感受。她所说的一切与罗杰斯诊断间的风马牛不相及给了罗杰斯当头一棒。他说, “这对我是关键的一课。……我听她讲着, 再也不想设法使她来理解我所得出的诊断。”这次治疗获得“极大成功”。以后罗杰斯逐渐体会到“正是当事人自己知道鞋子在什么地方卡脚, 应该朝什么方向走, 什么问题最关键, 什么体验被埋于心底。我开始感到: 除非我需要显示自己的才学, 否则依靠当事人自己定向效果将会更好些”[4]。

这就是当事人中心疗法的起源，它使罗杰斯得到两点启示：(1)人是根据自己的知觉与体验行动的。(2)这个体验的内心世界“从任何真正完整的意义上说只有个体自己才了解。”无论怎样以心理测验或生理测验的方法测定刺激或测试进行知觉的有机体，事实仍是，个体是唯一能够最生动、完整地体验到挨针扎或考试不及格是什么滋味的人。[5]

因此，当事人中心疗法没有任何特殊的技术。治疗者既不诊断也不评价，而仅仅创造一种真诚、无条件接受与进入当事人角色式的理解气氛，从而使当事人将自己全部体验、尤其是被压抑的体验开放。

(二)实证与体验的矛盾

当体验在罗杰斯的治疗中逐步占据主导地位时，他早年的科学实证观开始受到冲击。一切实证主义都强调科学命题的经验可检验性。其中孔德的实证主义最为素朴。他断言科学不讨论事物的本质这类不可能共同观察的东西，而只描述可共同观察事物间的函数关系。逻辑实证主义则汲取了现代物理学的思想方法，主张不可能直接观察的科学。理论、概念，只要可以对依其推演的可观察命题进行检验仍有意义。

罗杰斯是兼孔德与逻辑实证主义的观点而有之。当他意识到科学与体验间的矛盾时，代表科学一方的主要是孔德的实证主义。他说：“应该明了，无论科学研究多么深入，我们绝不可能通过科学发现绝对真理……我们只能描述可观察事物间的关系。”[6]

矛盾由此而生：主体体验尽管在当事人中心治疗中如此重要，用罗杰斯的话说“心理治疗的某些最深奥部分的实质似乎是一个体验着的整体”[7]。但由于它的高度私有性而无法共同观察因此在科学中就没有立锥之地。罗杰斯头脑中科学一方讥讽说：“如果将主观体验视为关于人类关系或改变人格的真理，那么瑜伽、基督教、神话、甚至精神病人自以为耶稣化身的幻觉岂不也同样是真实的吗？”[8]体验一方则反驳道，既然治疗的实质从某种意义上说是体验，科学对此却不闻不问，这意味着“科学只是以一种与真正发生的事情本身无关的方式在研究……正是由于这个原因，治疗者通常是直觉地意识到，治疗中的任何进展、任何创见以及任何有关治疗的有意义的假设都必须来自治疗者与当事人的体验，而绝非起自科学”[9]。

在罗杰斯头脑中，自我体验与客观观察的冲突就在于：以共证为宗旨的科学一方怀疑自我体验结果的可靠性；以自我体验为自我定向的一方乃谴责客观观察对了解人的真实内心活动这样的心理实质无能为力。罗杰斯承认自我体验有发生错误的可能，但他更相信自我体验在人为定向和认识内心活动中的主导作用，这就决定了他在调和这一矛盾中的基本的立场。

(三)统一于主体体验的方法论思想[10]

罗杰斯经过几年的思考，最后以主体体验将体验与科学方法融为一体。罗杰斯感到，体验与科学的矛盾出于自己以往的科学观，总以为科学是一个外在于人的“水库”——一个任何人只要放下桶就保证能打到纯度为99%的水的水库。而事实上，科学存在于人之中，植根于人的体验。这表现在科学理论发展的以下阶段。

1. 科学的发展阶段

罗杰斯认为科学理论发端于科学家的个人体验。科学家为自己感兴趣，对自我有意义的目标而投入科学的发现；科学家是在整个有机体的感受(而不仅仅是理智的思考)中形成了对未知关系的模糊的认识；当这种认识逐渐明确并用言语表达后，创造性的思想便构成了科学家自己相信的假设。在罗杰斯看来，源于个人体验的科学发现阶段是科学的最重要的阶段。

2. 科学假设的检验阶段

罗杰斯不否认源于自我体验的假设命题含有个人偏见，因此有必要对假设进行客观检验。在这里，罗杰斯更多地受到逻辑实证主义与操作主义的影响。他说：“心理学中最先进的思想方法已远远超出原始行为主义。人们已认识到，心理学的客观性不在其研究内容，而取决于方法。因此，最主观的情感……只要予以明确的操作定义也可进行科学研究。”[11]尽管如此，罗杰斯仍坚持认为，检验中选用哪种假设，实验如何进行、采用何种统计检验依旧取决于主体的选择。有时当检验结果与假设不符时，科学家宁可信赖自己的体验而不是以科学方法进行检验的结果。此外，检验结果能否得到其他科学家的承认往往取决于他们有无接受这一发现结果的主观定势。

总之，在罗杰斯的方法论思想中，主体体验成为统一的根基。体验是科学发现的泉源，科学检验虽为避免个体体验的片面性所必需，但实质上也是具有相同定势的主体间的体验交流，而且个体体验有权判定是否接受检验的结果。罗杰斯曾直言不讳地说：“科学与心理治疗乃至人的一切方面都植根于、奠基于人的直接主体体验。科学源于内在的、整体的、机体的，只能部分得到交流的机体体验。科学是主观生活的一个方面。”[12]

(四) 罗杰斯的具体研究方法

罗杰斯有关当事人中心疗法的理论的提出与检验是他研究方法的具体应用。

他的治疗理论大都来自他对治疗过程的体验，这包括他对当事人自我体验的报告、整个治疗条件以及治疗效果的体验与感受。如前所述，关于当事人具有自我定向潜能的理论就是他对是否倾听当事人，信任当事人所产生的不同效果得到的体验。

下面重点介绍他对理论假设进行客观检验的方法。

罗杰斯根据他的治疗实践提出以下理论：通过治疗，当事人的自我概念与他的理想自我概念趋向一致。在这一命题中，自我概念是不可能共同观察的。罗杰斯说：“如果像某些理论家那样提出一个其中既包括个体意识到也包括他没有意识到的事件的理论构造，那么在现阶段仍无令人满意的方法给自我概念下操作定义，但是如果把自我概念局限于意识到的事件，那我们可以通过Q技术，对会面纪录的分析等方法给自我概念以日益精确的操作定义。”[13]根据这一思想，罗杰斯以当事人对自我知觉、自我体验的报告作为自我概念的客观指标。检验步骤如下：[14]

1. 量表设计

从当事人中心治疗的大量会面录音中挑选出当事人对自我知觉、体验的100种具有代表性的陈述报告。如“我时常感到怨恨不满”、“我是一个顺从的人”、“我感到轻松。”……从理论上讲，这100种陈述代表个体对自我知觉的各种可能性。

2. 测验程序

a) 将被试分为实验组与控制组，对两组在年龄、性别、社会经济地位施行等组控制。

b) 两组的安排分别是：两组成员都等待60天，然后实验组接受治疗，控制组无治疗。

c) 将印在卡片上的上述100个条目在等待前、治疗前、治疗后几个时间点上呈现给两组被试，要求他们按照最符合本人现状到最不符合本人现状的顺序将100个条目分为九类，然后再要求他们从这100个条目中选出符合他们理想中自我的条目。

3. 结果处理与假设

a) 将实验组在治疗前与治疗后所选的自我概念条目进行相关处理。高相关表明当事人的自我概念在治疗后变化不大；相关越小则变化越大。

b) 分别将实验组疗前与疗后自我概念与理想自我概念的选条进行相关比较。如果疗后的相关系数比疗前的相关系数有统计学意义的提高则说明疗后当事人的自我概念与理想自我概念比疗前趋于一致。

c) 分别将控制组疗后点与疗前点的自我概念、理想自我概念的选条进行相关比较；将实验组在等待前与治疗前所测得的自我概念与理想自我概念的选条进行相关比较。如果均无显著差异，且b)项又得到肯定结果，则说明自我概念与理想自我概念趋于一致的变化是由治疗变量所引起的。

为了证实自我概念的变化是向社会适应方向发展，罗杰斯又附加了如下一个测验：[15]

让一组不知内情的专家在上述100条目中选出良好社会适应者应选的条目。然而将所选条目与当事人在治疗前、治疗后所选的自我概念条目分别进行相关比较。如果疗后的相关程度比疗前的有显著性提高则说明疗后自我概念的变化向社会适应方向发展。

罗杰斯并不是仅仅注意治疗给当事人内部心理带来的变化。他提出这样的假设：通过治疗，当事人心理上的变化应该引起相应的行为改变。表现为较少的防御反应、社会化程度提高以及更能接受自己与社会的现实。罗杰斯与他的同事们采用了威洛比 (Willoughby) 的情绪成熟量表对此假设进行了检验。[16]检验包括对实验组与控制组的疗前、疗后与随访的三次量表测验。同时将量表寄给实验组与控制组每位成员的两位朋友填写。如果实验

组疗后所测得分(包括当事人与他们的朋友根据对当事人的观察所填的量表得分)均显著高于控制组得分,则表明治疗使行为趋于社会化与成熟化。

二、探讨

罗杰斯思想上的方法论冲突反映了心理学史上行为主义与现象学方法的对立:心理学是否可以凭借主观经验体验的描述研究内部心理。激进的行为主义根本取消对意识的研究。从新行为主义到当代认知心理学逐步恢复了意识的地位,但他们坚持以可共同观察的素材推论验证意识。有人说当代认知心理学深化了行为主义的方法论。行为主义的方法是对常规科学方法的效仿。在常规科学中,用以推论验证不可直接观察的事物及其联系的素材必须有受共证的可能。与此相对,心理学中从布伦塔诺经格式塔心理学至当今的人本主义心理学则主张以主观经验体验的整体描述这些无法共证的素材说明人的内部心理。

罗杰斯既感到仅以行为推论人的内部意识活动的局限性,又认为仅凭主观经验的描述不足以成为科学。为解决这一矛盾,他在实践上是将主观经验体验的描述划给科学假设的提出阶段,而将共证方法用于假设的检验。但需指出的是,他关于自我概念的操作定义依然是主观经验的报告。这一报告的本身是无法共证的。事实上,主观经验报告不仅存在于罗杰斯的检验中,而且被广泛地用于包括认知心理学的许多实中。心理学史家波林说得好:“自省仍然跟着我们,在不同的别名下继续干它的事。”[17]那么无法共同观察的主观经验报告究竟是否可以作为心理科学研究的素材呢?对此,罗杰斯在理论上的综合并不能令人满意。但是他在其中揭示出的客观方法中的主体干预的事实却为我们解决这一问题提供了某种启示。

科学认识中主体因素的干预问题是当今科学哲学中一个引人注目的议题。不少科学哲学家以大量科学史实与心理研究成果说明:观察渗透理论,即科学家在以可观察的事实推论验证不可直接观察的事物及其联系时,不可避免地要受到认识者主体的倾向、已有知识结构的影响。这就启示我们,共证都非绝对客观,因为经过共证的理论所阐述的事物间的联系未必与事物间客观存在的联系一致。

但在心理学中,当我们以主体可意识到的心理现象是什么为认识对象时,主观经验体验的描述与报告就不存在上述问题。这是因为这种心理现象不须推论而是直接体验到的。更重要的是,这些心理现象是什么恰恰依赖主体的意识体验而存在、而有意义的(例如,错觉、幻觉)。这部分心理现象是什么,只有体验者了解得最生动、最完整。这就意味着,当需要了解这部分心理现象是什么时,主观经验体验的报告比通过刺激或行为进行推论能更准确地把握它们。既然如此,心理学在研究这部分心理现象是什么时,为什么摆着直路不走偏要绕道而行呢?

但是心理学的研究对象绝不仅仅是意识经验本身。了解意识经验是为了揭示意识经验与其产生的条件、它所调节的行为间的联系(即心理活动的规律)。要寻找三者间不可直接感知的内在联系,仅凭对主体意识到的体验进行描述显然不够。这时通过环境、心理、行为等各项已知因素对三者间的联系进行推断并付之共证的方法就显示出无可比拟的优越性。在这其中,主观经验体验的报告可以是且仅仅是一部分心理素材的来源。

由此可见,心理学不是能不能使用主观经验体验的描述与报告,而是怎样正确地使用这一方法。罗杰斯在检验中使用口头报告并非不客观。如果它让人感到不够客观,那是因为他的检验方法,还未能像心理物理学那样严格到足以令人信服地说明他的被试的报告的前后变化,是由于且仅仅是由于治疗变量所引起。不过罗杰斯毕竟在心理治疗这一变量错综复杂的领域内迈出了客观检验的第一步。但需要指出的是,罗杰斯在理论上调和主客观方法时却过分强调了科学认识中主体选择的作用。罗杰斯的人本主义立场使他只看到人的自主性的一面,而忽视了人对科学研究主题、科学方法、科学检验结果的选择受到人类科学实践以及被认识的客观事物制约的一面,这不能不使他的方法论思想蒙上主观唯心主义的色彩。

* 原载《心理科学通讯》，1985年第4期，第35~39页。

[1] American Psychologist, 1957.1.

[2] C. Rogers: 《A Way of Being》P. 52, P. 37.

[3] C. Rogers: 《On Becoming a Person》P. 199,

[4] C. Rogers: 《On Becoming a Person》P. 12,

[5] C.Rogers: Client-Centered Therapy, P. 483.

[6] C.Rogers: On Be coming a Person, P. 206.

[7] C.Rogers: On Be coming a Person, P. 202

[8] C.Rogers: On Be coming a Person, P. 209

[9] C.Rogers: On Be coming a Person, P. 212.

[10] C.Rogers: On Be coming a Person, PP. 215~221

[11] C.Rogers: On Be coming a Person, P.207附注。

[12]C.Rogers: On Be coming a Person, P.222

[13]C. Rogers: On Becoming a Person, P.245~246.

[14]C. Rogers: On Becoming a Person, P.256~258.

[15] C.Rogers: On Be coming a Person, P.235

[16] C.Rogers: On Be coming a Person, PP.258~262

[17] 转引自沈德灿：《试评冯特心理学的古典内省》，《心理学报》1980年第2期，第178页。

* 作者原为我校研究生，1985年毕业。本文是硕士论文的一个部分。



打印本文



推荐本文



加入收藏



返回顶部



关闭窗口

❖ 心理学史精品课程论文发布系统 v1.00❖

Powered by 心理学史 论文集粹 © 2005-2006 , 现代教育技术中心技术支持 (alycon)

15.625 ms