

自尊只有高低之分吗？ ——高自尊的异质性及其启示

张向葵 田录梅

(东北师范大学 心理系, 长春 130024)

摘 要:传统观点认为,高自尊者比低自尊者有更好的适应性,但越来越多的研究者认为这种自尊水平的二分法过于简单,因为每种水平内部,尤其是高自尊内部还存在质的差异,即高自尊的异质性。该文对此进行了简要介绍并指出了它对来自尊研究及教育的重要启示。

关键词:自尊,高自尊异质性,启示

中图分类号: B848.8

文献标识码: A

文章编号: 1003-5184(2006)03-0020-03

1 前言

近年来,自尊是心理健康的核心^[1,2]逐渐成为一种共识,国内外学者围绕自尊水平与心理健康、认知、动机等变量的关系展开了大量研究并得出了基本一致的结论:高自尊者具有更好的适应性。尽管如此,仍有研究者发现,高自尊者相互之间的表现似乎比低自尊者更复杂,他们内部可能也有质的差异。例如,有研究者指出,有些高自尊者更容易产生攻击行为和暴力行为而另一些高自尊者却不这样^[3-5];也有人从感性层面上提出“自尊越高越好吗”这样的疑问。人们开始怀疑:自尊水平的高低划分是否过于简单?自尊尤其是高自尊本身有没有质的差异?至此,高自尊的异质性问题开始受到人们的重视并得到越来越多的研究。但是,相对而言,目前国内学界对这一问题尚缺乏关注,对自尊的研究领域还比较片面和传统。随着自尊研究的不断深入以及重视自尊教育、提高自尊水平的要求越来越高,有必要对高自尊的异质性问题进行梳理并指出它对未来研究和教育的重要启示,以为国内学界的自尊研究和自尊教育提供一定的参考。

2 高自尊的异质性

所谓高自尊异质性(heterogeneity of high self-esteem)是指高自尊(high self-esteem, HSE)的性质不是单一的,而是存在多种类型,高自尊者的行为比低自尊者的行为更复杂。

2.1 高自尊异质性的提出

早在上个世纪五六十年代,就有人发现高自尊的个体之间差异很大^[6],到七八十年代,研究者也先

后发现并报告了各种类型的自尊,如假自尊(pseudo SE)、防御性自尊、不稳定高自尊、表面上的高自尊等^[7,8]。但这一现象在当时并未引起研究者的重视。

二十世纪九十年代,有关自尊与攻击性关系的研究产生了非常矛盾的结论并引起了学者们的关注。传统观点认为,低自尊者更易发动攻击行为,但越来越多的研究却发现更易实施攻击行为的是高自尊者,也有人发现自尊与攻击之间并无显著相关^[9]。这促使研究者去寻找背后的原因,高自尊的异质性假设由此产生^[9]。根据该假设,攻击与高自尊有关,但只是某一类的高自尊者才易于攻击^[3-5]。

此外,Baumeister等人指出,尽管当前有些学者倾向于使用和界定外延较窄、内涵较为精确的自尊概念,但自尊的概念在很大程度上还是可以被归结于一种有利的整体性自我评价。这种局限于效价的概念界定就使高自尊与许多相近概念如骄傲、自满、自恋等难以区分,因为后面这些概念其内涵也涉及有利的自我评价^[5]。因此在这个意义上,高自尊本身就可能是异质的。

也有学者从自尊的测量方法角度支持了高自尊异质性的存在^[3,8]。他们认为,根据目前的自尊测量方法,测得的高自尊分可反映出多种可能性:1)真正接纳自己和感到自己有价值;2)想给别人一种自己很好的印象,尽管自己并不真正这么认为(和感受);3)根据社会赞许性回答;4)含有自我欺骗的成分;5)防御性地保持一种高自尊的感觉等等。因此,同样高的自尊分数可反映出不同的人格特点和表现

风格,简单地把高分者都划归一类显然是不合适的。

正是基于这些思考,越来越多学者认可了高自尊异质性的存在并从不同角度进行了论述。

2.2 有关高自尊异质性的论述

Kernis 等人(1993,1993)区分了稳定的高自尊和不稳定的高自尊^[10,11]。自尊的稳定性(stability)在这里指当前的自我价值感随时间和情境波动的程度,波动越大,自尊越不稳定,它反映的是立即的、基于情境的变化幅度。稳定的高自尊有积极的和架构良好(well-anchored)的自我价值感,很少受具体的评价性事件的影响,对威胁性信息较少防御性和极坏反应。相反,不稳定的高自尊拥有有利的但却脆弱的和难以防守(voluntary)的自我价值感,易受具体的评价性事件影响。

也有研究者把高自尊区分为防御的高自尊(defensive HSE)和真诚的高自尊(genuine HSE),例如, Schneider 和 Turka(1975)认为,有些人出于被他人接受的强烈愿望,不愿意承认拥有消极的自我感受,这种内隐的消极自我感受和公开表现的积极自我感受的结合就是防御的高自尊。与此相反,真诚的高自尊反映了公开表现的积极自我感受和私下持有的内在积极自我感受的结合^[8]。Jordan 等人(2003)把高自尊区分为安全的高自尊和防御的高自尊^[6]。

两者都拥有积极的自我观,但安全的高自尊者对这些自我观很自信,而防御的高自尊者拥有较少意识的自我怀疑。

Deci 和 Ryan(1995)根据自尊是否依赖于特定结果区分了相倚的高自尊(contingent HSE)和真正的高自尊(true HSE)^[12]。前者是指对自己的感受来自——实际上取决于——符合某些优秀标准或不辜负某些人际的或内心的期望。后者是一种架构良好的和安全的自我价值感,它不依赖于具体结果的获得,也不需要持续的验证。

根据自尊发生的意识水平又可将自尊分为外显自尊(explicit SE)和内隐自尊(implicit SE)。有关研究^[13]发现,内隐自尊和外显自尊是两个独立的结构,有些外显自尊测量得分很高的人内隐自尊测量得分却很低,说明他们在有意识的水平上持有积极的自我观,而在无意识或较少意识的水平上却持有消极的自我价值感。这些高外显低内隐自尊的人由于拥有潜在的自我怀疑而对潜在的消极的评价性信息很敏感,表现出防御性反应。而外显自尊和内隐

自尊都高的个体则没有这种很强的防御性和反应性。

Kernis(2003)把上述高自尊区分为脆弱的高自尊(fragile HSE)和安全的高自尊(secure HSE)两大类^[14]。前者的特征是持有积极的自我感受,但对自我威胁很脆弱和难以防守,他们会熟练使用各种类型的自我保护或自我增强策略。相反,安全的高自尊其自我价值感是积极的、架构良好的和安全的,它与广泛的心理调节和幸福指标有正相关。

综上所述,尽管学者们对不同类型高自尊的命名及描述不尽相同,它们各自也都存在一些不足,比如,防御的高自尊与真诚高自尊的区分问题、真正的高自尊是否存在的问题等都尚未得到很好的解决。但有两点是可以肯定的,第一,他们都认可高自尊存在多种类型,第二,并非所有类型的高自尊者都是适应良好的。这对于未来的自尊研究和教育无疑具有重要启示。

3 高自尊异质性与未来研究及教育的重要启示

3.1 深入研究自尊的基本理论问题

高自尊的异质性揭示了目前自尊研究领域内存在的一个根本问题,即自尊的本质及其概念界定问题。尽管自尊的研究已经有一百多年的历史,但什么是自尊却见仁见智,难以统一。如前所述, Baumeister 等人认为,目前自尊的概念在很大程度上可以被归结于一种有利的整体性自我评价^[5]。但这种主要从效价出发界定自尊的方法很容易使人混淆高自尊和自恋、自我中心等相邻概念(同样,也容易使人混淆低自尊和自卑等概念),无法揭示自尊(尤其是高自尊)的准确内涵,从而使高自尊表现出异质性。换言之,以上所揭示的脆弱的高自尊在本质上都不是真正的高自尊而很可能是由于概念界定过于宽泛造成的。这提示研究者应当对自尊的本质进行更深入的探讨以期对自尊的概念作出更准确的界定。当然,如果从非本质主义的角度出发,自尊的概念也可能是多层次多水平的,这也需要未来研究的进一步探讨。

3.2 继续探讨自尊的测量方法问题

除自尊的概念本身,自尊的测量方法问题也可以从高自尊的异质性中得到启示。目前国内外学界广泛使用的自尊测量工具是自陈式问卷,如罗森伯格(1965,1979)自尊量表。如前所述,这样测得的一个高自尊分反映的不仅是自尊的积极或消极之维,

也包含其它多种可能性,如,印象管理、社会赞许性等^[3,8],从而使测量结果复杂化。那么,是否可以发展出一种能测量出真正自尊的工具呢?或者,是否可以用一种工具区分出不同的自尊类型呢?这也是 Kernis 等人(2003)所期待解决的问题^[14]。

上述两个问题实质上表明,就目前的自尊概念和自尊测量来说,高自尊确实存在异质性。但这种异质性到底是真的存在的还是仅仅由于概念界定或测量方法的缺陷所导致还需要未来研究的深入探讨。

3.3 进一步细化对自尊的实证研究

在自尊概念和自尊测量尚没有得到更好完善之前,高自尊的异质性提醒研究者在进行有关自尊的实证研究时应当考虑自尊的各种类型,尤其是在下结论时必须谨慎。比如,传统观点认为,自尊是心理健康的核心^[1,2],我们的研究^[15]也曾支持这一观点,但有关高自尊异质性的研究却提示这种结论过于简单,因为自尊不仅有高低之分,每种水平内部也有质的区别。比如,内隐自尊和外显自尊与心理健康的关系就不一致^[14]。因此,科学的研究态度应该考虑高自尊的异质性问题,这将有助于自尊研究的深化和细化。

3.4 理性对待自尊教育

传统观点认为,高自尊者心理更健康、能更好地适应社会,所以,随着自尊研究的逐渐增多和不断进展,重视自尊教育,提高自尊水平的要求也越来越高。然而,高自尊的异质性却提示人们,不能盲目提高个体的自尊,重要的是要提高或培养人们真正的、安全的高自尊。此外,通过现有自尊测量工具测出的高自尊者未必不存在适应问题,因此不能盲目迷信高自尊分数。教育工作者应该结合经验和科学的测量手段区分不同类型的高自尊并因材施教,对于安全的、真正的高自尊者应予以肯定和鼓励,但对于脆弱的、防御的高自尊则应当加以引导,使之朝着安全高自尊转化。

参考文献

- 1 丛晓波,田录梅,张向葵.自尊:心理健康的核心——兼谈自尊的教育意境.东北师范大学学报(社会科学版),2005,(1):144-148.
- 2 林崇德,李虹,冯瑞琴.科学地理解心理健康与心理健康教育.陕西师范大学学报(哲学社会科学版),2003,32(5):110-116.
- 3 Salmivalli C. Feeling good about oneself, being bad to others? Remarks on self-esteem, hostility, and aggressive behavior. *Aggression and Violent Behavior*, 2001, 6(3):375-393.
- 4 Baumeister R F, Campbell J D, Krueger J I, et al. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier life-styles? *Psychological Science in the Public Interest*, 2003, 4(1):1-44.
- 5 Baumeister R F, Smart L, Boden J M. Relation of threatened egotism to violence and aggression: the dark side of high self-esteem. In: Baumeister R F, Ed. *The Self in Social Psychology*. Philadelphia: Psychology Press, 1999. 240-279.
- 6 Jordan C H, Spencer S J, Zanna M P, et al. Secure and Defensive High Self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003, 85(5):969-978.
- 7 Mruk C. *Self-esteem: Research, theory and practice*. New York: Springer publishing, 1999.
- 8 Schneider D J, Turkat D. Self-presentation following success or failure: Defensive self-esteem models. *Journal of Personality*, 1975, 43(1):127-135.
- 9 倪凤琨.自尊与攻击行为的关系述评.心理科学进展, 2005, 13(1):66-71.
- 10 Kernis M H, Cornell D P, Sun C R, et al. There's more to self-esteem than whether it is high or low: the importance of stability of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1993, 65(6):1190-1204.
- 11 Kernis M H. The role of stability and level of self-esteem in psychological functioning. In: Baumeister R F, Ed. *Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard*. New York: Plenum Press, 1993. 167-182.
- 12 Deci E L, Ryan R M. Human autonomy: The basis for true self-esteem. In: Kernis M H, Ed. *Efficacy, agency, and self-esteem*. New York: Plenum, 1995. 31-49.
- 13 周帆,王登峰.外显和内隐自尊与心理健康的关系.中国心理卫生杂志, 2005, 19(3):197-199.
- 14 Kernis M H. Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*, 2003, 14(1):1-26.
- 15 张向葵,田录梅.自尊对失败后抑郁、焦虑反应的缓冲效应.心理学报, 2005, 37(2):240-245.

10 董大年. 现代汉语分类词典. 上海: 汉语大词典出版社, 1999.

11 Pollatsek A, Well A D. On the use of counterbalanced designs in cognitive research: a suggestion for a better and more powerful analysis. Journal of Experimental Psychology: Learning Memory and Cognition, 1995, 21(3): 785 – 794.

12 Rayner K. Eye movement, cognitive processes, and reading. 心理与行为研究, 2004, 2(3): 482 – 488.

13 Rayner K, Pollatsek A. The Psychology of Reading. NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 1989. 268 – 289.

Antecedent Frequency Effects during Processing of Pronouns
On Eye Movements in Reading Chinese

Wang Wenjing Yan Guoli Bai Xuejun
(Research Center of Psychology and Behavior ,Tianjin Normal University ,Tianjin 300074)

Abstract :The present experiment investigated whether the processing of pronouns is affected by the lexical frequency of their antecedents. The data showed reading times following pronouns with infrequent antecedents were as same as following pronouns with frequent antecedents. This was consistent with a lemma reaccess account which claimed that reader accessed part of the lexical properties of the antecedent during the processing of pronouns.

Key words :pronouns ; anaphors ; antecedents ; lexical frequency ; eye movement

(上接第 9 页)

The Past ,Present and Future of Chinese Psychology

Yan Guocai
(Psychology Department of Shanghai Normal University ,Shanghai 200234)

Abstract :The author of this paper briefly analyses the development of Chinese psychology ,included three questions :the history of Chinese psychology, the present of Chinese psychology and the trend of Chinese psychology.

Key Words : Chinese psychology ,the past of Chinese psychology ,the present of Chinese psychology ,the future of Chinese psychology

(上接第 22 页)

Is There Only High and Low Division in Self – Esteem ?
—Heterogeneity of High Self – esteem and Its Revelation

Zhang Xiangkui Tian Lumei
(Department of Psychology , Northeast Normal University , Changchun 130024)

Abstract :Traditional view proposed that people with high self – esteem had better psychological and social adaptation , but more and more researchers believed this dichotomy of self – esteem too simple because of differences in nature in each level of self – esteem especially in high self – esteem , i. e. heterogeneity of high self – esteem. The article introduced it simply and suggested the important revelation for future self – esteem study and education.

Key words :self – esteem ; heterogeneity of high self – esteem ; revelation