

张林 著

自尊： 结构与发展



ZIZUN JIEGOU YU FAZHAN

中国社会科学出版社

自尊：结构与发展

Self-esteem: Structure and Development

张林 著

中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

自尊：结构与发展/张林著. —北京：中国社会科学出版社，2006.7

ISBN 7 - 5004 - 5739 - 1

I . 自… II . 张… III . 人格心理学 IV . B848

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 081647 号

责任编辑 丁玉灵
责任校对 周 昊
封面设计 王 华
版式设计 王炳图

出版发行 **中国社会科学出版社**

社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号 邮 编 100720

电 话 010 - 84029450 (邮购)

网 址 <http://www.csspw.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京奥隆印刷厂 装 订 三河鑫鑫装订厂

版 次 2006 年 7 月第 1 版 印 次 2006 年 7 月第 1 次印刷

开 本 710 × 980 1/16

印 张 13.375 插 页 2

字 数 242 千字

定 价 26.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书，如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究



张林，男，1972年2月出生，吉林长春人。1995年获东北师范大学心理学学士学位，1998年获东北师范大学心理学硕士学位，2004年获东北师范大学教育学博士学位。现为华东师范大学心理学系博士后，主要从事社会心理、学习心理和心理压力等方面的研究工作。近年来先后在《心理科学》、《心理科学进展》、《心理发展与教育》、《心理学探新》和《应用心理学》等杂志发表学术论文20余篇，参编著作2部。

浙江省哲学社会科学规划课题成果

(课题编号：NQ05JY04)

内容简介

自尊是教育心理学、发展心理学、社会心理学和临床心理学领域的核心问题。对自尊的心理结构、成分和机能的剖析，能使人们更好地理解 and 认识自我，有效地监控和调节自我行为。本书内容包括三部分：首先，在整合以往自尊研究理论观点的基础上，构建了自尊的“倒立金字塔”结构模型，详细阐述了自尊结构的成分、特点与机能；其次，通过内隐联想测验的修订和自尊测量问卷的编制，建立和发展了本土化测量工具，对自尊的成分和结构模型进行了测量与验证；最后，全面考察了青少年自尊各成分的发展特点和影响青少年自尊发展的相关因素。本书为我国青少年社会性发展问题提供了有价值的研究资料，为更好地促进学生自主、全面、和谐发展提供了科学依据。

责任编辑：丁玉灵
封面设计：王 华

序

此书是张林在他的博士论文《青少年自尊结构、发展特点及其影响因素的研究》基础上修改补充而成。因此，总体上是研究自尊的结构与发展的。众所周知，自尊是人自我认识的一种表现形式，是人精神需要的一种表达与欲求，是人能超越自我与完善自我的一种内在动力。因此，自尊的问题是几千年来人们在社会生活中一直苦苦探寻答案的一个人生难题。同时，它也是社会心理学领域中一个长盛不衰、耐人寻味的研究课题。詹姆斯在 1890 年出版的《心理学原理》中首次提出自尊概念以来，研究者们一直在意识层面上对自尊的构成要素问题争论不休，而进入 20 世纪 90 年代后期，由于内隐社会认知研究范式的提出，人们开始关注于无意识层面的自我认识问题，这也使得内隐自尊成为当代学者们争相关注的一个新的研究主题。本书主要从以下几个方面对自尊问题展开了研究与探讨。

首先，他采用了历史文献分析法对国内外相关研究文献进行了系统的回溯与梳理，并从文化学、社会学和心理学的研究视角深入剖析了各种自尊观点的理论背景、核心内容及其产生的后期影响。在整合以往研究观点的基础上，他详细阐述了我所提出的自尊结构的“倒立金字塔”模型，以及自尊“倒立金字塔”结构诸成分的主要特点、内在逻辑关系和心理机能。这从心理学的理论层面上整合了以往研究者对自尊结构的不同观点，澄清了人们对自尊结构的模糊认识，进一步拓展了有关青少年自尊发展的理论观点。

其次，他采用了内隐联测验法、心理测量法和问卷调查法分别对自尊结构的三种成分进行了测量，并运用验证性因子分析技术对自尊的结构模型进行了验证。其中，根据格林武德（Greenwald, 1998, 2000）的内隐联想测验技术（IAT）基础上修订了内隐自尊的测量工具，并对该测验的内容和测验信、效度进行了考察；采用修订或自编的外显自尊量表和元自尊问卷考察了外显自尊和元自尊成分，并对测验工具进行了试用和修订，以保证工具的可靠性和有效性。本书通过内隐自尊测验工具的修订和元自尊测量问卷的编制，建立并发展了本土化的自尊测量工具，同时也尝试将心

理测量技术与心理实验技术相结合、理论建构与实证检验相结合，突破了以往研究中单一研究模式的局限。

第三，根据整群分层取样法的原理，他选取了小学高年级、初中、高中和大学低年级四个年龄段的被试群共计 1043 人，运用内隐联想测验法 (IAT)、心理测量法、问卷调查法和深入访谈法对青少年自尊各成分的发展特点进行了系统考察，综合使用多元线性回归分析和结构方程模型等统计技术全面揭示了影响青少年自尊发展的心理机制，并进一步丰富了前文提出的青少年自尊心理结构的理论构想。本研究为我国青少年社会性发展研究提供了有价值的研究资料。同时，也为青少年发展过程中心理问题的诊断和解决提供了有益的借鉴，为教师更好地尊重青少年的个体差异，促进学生自主、和谐、健康发展提供了科学的依据。

张林，是我的第一位博士研究生。虽然毕业离开了我，但他留给我的印象是深刻的。他做人、做学问都可以用“谦虚、塌实、勤奋、向上”这八个字来概括。正是这种精神，使他在学术上有了点滴收获。其表现形式之一就是向读者捧出了他的学习体会：《自尊：结构与发展》这部著作。他希望我能为本书提序，作为导师我自然欣然接受了。在序言中写些什么？这个问题一直萦绕在我的脑际。今天突然顿悟，觉得从“美言”与“夸奖”的角度下笔比较合适。因为这能使读者感到是老师对学生的“爱护”，也是老师为学生的进步而欣慰。

上述的“美言”与“夸奖”不知适度否，如果过之，请读者恕谅。但无论如何，本书是作者的“处女作”，存在许多问题是难免的，例如研究整体框架较庞大，研究思路有些稚嫩，得出的某些结论还显牵强附会等等。我想，这些问题随着作者对自尊研究的深入会逐渐得到修正与改进。张林在毕业的时候，我曾勉励他“志存高远，海纳百川，聪明睿智，天道酬勤”四句话，但我在心里还默默地希望他能做到“读万卷书，行万里路，破万重关”。现在，正好利用这个作序的机会，以表达我的心愿与张林共勉。在我看来，人的自尊是高贵的，对它的认识与追求是永无止境的，今天的认识只能反映我们今天的思想水平与研究能力，更高的理想境界永远在前面召唤我们。“自尊”正是人类对自我认识的不懈追求，也是对我们为学、为人的有益昭示。

张向葵

2006年3月20日于东北师范大学田家炳书院

内容提要

随着 21 世纪人们对自身存在的意义与价值的关注，自尊的需要越来越成为人们追求实现自身价值的一种高层次需求。本书从文化学、社会学和心理学的视角系统阐述了自尊的理论，提出了自尊结构的“倒立金字塔”理论模型，剖析了自尊成分的特点、内在逻辑和心理机能。同时，作者采用本土化的研究工具测量了自尊的结构特点，调查了家庭教育、同伴关系、学校环境等因素对青少年自尊发展的影响，全面揭示了当代青少年自我认识发展的一般规律和存在的问题。

全书从心理学理论的层面整合了以往自尊研究的分歧，澄清了人们对自尊结构的模糊认识，拓展了青少年自尊发展的研究空间，尝试将心理测量技术与心理实验技术相结合，突破了以往单一研究模式的局限。本书为我国当代青少年社会性发展问题的研究提供了有益的补充，为青少年心理问题的诊断提供了科学依据和可操作的解决方案，也为学校教育实践中更好地尊重学生的个体差异，促进学生自主、全面、和谐发展提供了理论借鉴。

本书语言流畅、构思独特，逻辑清晰。与同类读物相比，在内容上有理论观点的整合与建构，也有研究技术的探讨与创新，更强调对教育现实问题的关注与解决。该书的理论观点对青少年社会性发展研究具有拓展性，研究结论对学校心理健康教育的实践工作具有一定的指导意义。

目 录

第一章 前 言	(1)
第一节 自尊研究的时代背景	(1)
第二节 自尊研究的理论背景	(3)
第二章 自尊的理论回溯与评价	(7)
第一节 自尊的概念界定	(8)
一 自尊涵义的辞源学分析	(8)
二 自尊涵义的不同理解	(9)
三 关于自尊内涵的理解	(15)
第二节 基本理论观点	(16)
一 从文化学视角对自尊的研究	(16)
二 从社会学视角对自尊的研究	(18)
三 从心理学视角对自尊的研究	(21)
第三节 心理结构的理论分析	(29)
第四节 自尊的发展与影响因素	(37)
一 自尊发展的年龄特点	(37)
二 自尊发展的性别特点	(38)
三 自尊发展的家庭环境与人际特点	(39)
第五节 研究中的问题与解决路径	(42)
一 自尊研究中存在的问题	(42)
二 研究要解决的问题与假设	(44)
三 研究方法与研究路径	(48)
四 本研究的创新与意义	(50)
第三章 自尊心理结构的理论建构	(52)
第一节 自尊心理结构的基本成分	(53)
第二节 自尊的“倒立金字塔”模型	(54)
第三节 “倒立金字塔”模型诸成分的关系	(56)

第四节	“倒立金字塔”模型诸成分的机能	(57)
一	潜在自尊的驱动性功能	(57)
二	外显自尊的发展性功能	(58)
三	元自尊的调节性功能	(58)
第四章	自尊心理结构的测量与验证	(59)
第一节	自尊内隐测验的修订与使用	(60)
一	研究目的	(62)
二	研究方法	(62)
三	测验结果	(65)
四	分析讨论	(67)
五	研究小结	(68)
第二节	外显自尊测验的修订与使用	(68)
一	研究目的	(72)
二	问卷修订	(72)
三	研究预测	(75)
四	预测结果	(75)
五	研究小结	(78)
第三节	元自尊测验问卷的编制	(79)
一	研究目的	(81)
二	问卷编制	(81)
三	问卷预测	(82)
四	预测结果	(83)
五	研究小结	(85)
第四节	自尊心理结构的测量与验证	(85)
一	研究目的	(86)
二	研究方法	(87)
三	研究结果	(90)
四	分析讨论	(103)
五	研究结论	(105)
第五章	青少年自尊发展特点与影响因素	(106)
第一节	青少年自尊发展的基本特点	(106)
一	研究目的	(109)
二	研究方法	(109)

三 研究结果	(111)
四 分析讨论	(130)
五 研究结论	(134)
第二节 青少年自尊发展的影响因素	(135)
一 研究目的	(139)
二 研究方法	(139)
三 研究结果	(142)
四 分析与讨论	(152)
五 研究结论	(156)
第六章 青少年自尊发展的反思与展望	(158)
第一节 本研究的自我反思	(158)
一 关于自尊的内涵	(158)
二 关于自尊的心理结构	(159)
三 关于青少年自尊的发展特点	(160)
四 影响青少年自尊发展的相关因素	(161)
五 研究的设计与技术方法	(163)
第二节 未来研究的展望	(164)
第三节 本研究的总结论	(165)
一 自尊的内涵	(165)
二 自尊结构及其各成分的关系	(165)
三 青少年自尊发展的特点	(165)
四 青少年自尊发展的影响因素	(165)
参考文献	(167)
附 录	(179)
附录 1 青少年外显自我评价量表	(179)
附录 2 青少年自我认识的访谈提纲与开放式调查问卷	(183)
附录 3 青少年外显自尊的测量问卷	(185)
附录 4 青少年元自尊测量问卷	(189)
附录 5 青少年家庭教养方式问卷	(192)
附录 6 青少年师生关系满意度问卷	(195)
附录 7 青少年同伴关系满意度问卷	(196)
附录 8 家庭环境和谐感问卷	(197)
附录 9 青少年心理孤独感问卷	(199)

附录 10 状态元认知问卷·····	(200)
附录 11 Coopersmith (1967) 的自尊调查表 ·····	(201)
后 记 ·····	(204)

第一章 前 言

“人，认识你自己。”这是铭刻在古希腊德尔斐神殿里的一句古老的神的箴言，也是千百年来人们在时时追问自己灵魂的内心声音。生于公元前470年的古希腊哲学家苏格拉底在其哲学思想中曾提出：“认识你自己，是人类的最高智慧。”公元前571年的中国古代思想家老子在《道德经》中曾有论述：“知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。”（《道德经·第三十三章》）公元前551年的中国古代思想家孔子在《论语》中也有论述：“吾日三省吾身：为人谋而不忠乎，与朋友交而不信乎，传不习乎？”（《论语·学而》）然而，作为当代心理学研究领域中一个最本质的命题——“自我认识”，时至今日依然是长期困扰着东西方心理学工作者的一个未解之谜。“人，认识你自己”这一神圣而又难解的命题，既是推动整个人类社会不断向前发展的基本驱动力之一，也是激励个体逐渐走向成熟、不断完善自身的内在心理源泉。

第一节 自尊研究的时代背景

人类社会在跨入21世纪以后，科学技术的高度发展、物质财富的极大丰富使得人类探索和认识外部世界的能力有了飞跃性的提升。目前，人类可以“深入海底，开掘宝藏”；可以“克隆生命，改造基因”；可以“飞上太空，探索火星”。正是借助于科学技术的力量，人们探索和认识自然界的脚步才走得越来越远。但与此形成鲜明对照的是，人类对自身的精神和心灵世界的认识却相当匮乏，人们目前尚不能洞悉“认识的起源之谜”，尚不能解释“情绪的运作机理”，尚无法说明“言语的获得规律”。这也使得人类社会在面对大自然的挑战时，可以大刀阔斧、勇往直前，但是在面临自身的矛盾与困惑时，却常犹豫不决、一筹莫展，其主要原因是由于人们对自我的精神世界缺乏明确的认识，对自身的社会行为缺乏有效的控制调节。

当今世界科学技术的迅猛发展，经济全球化浪潮的汹涌而至，国际互联网络（Internet）的无孔不入，使得人们传统的生产和生活方式都从根本上发生了改变。在生产方式上，人们已经告别了“自给自足”男耕女织模式的农业经济时代，情愿或不情愿地被推入了大工业生产“流水线”模式的工业经济生产车间，正在追赶和期待着以“IT产业”为标志的多元化知识经济的生产模式。在生活方式上，现代人更是与过去人们对生活的追求不可同日而语，原来的人们“老死不相往来”只能困守田园，常常慨叹“海角天涯永相隔”，如今人们讲究的是“以车代步”，常常感叹“地球真是太小了”；过去人们只需要“熟读唐诗宋词”，陶醉于“吟诗作赋”，而今天的人们却不得不面对“五光十色”的文字、图片、声音等各种媒体信息的轮番刺激；计划经济时代人们惟恐自己的言谈举止与他人不一样，而今天的新人类却惟恐自己与他人一样。经济的腾飞和社会的发展就像一把“双刃剑”，在给人们带来生活舒适、交通便捷和信息丰富的同时，也使人们不得不面对观念革新、文化冲突所带来的巨大心理压力与矛盾冲击。也正是这些压力与矛盾造成了当今社会的物欲横流、道德沦丧，离婚率上升，犯罪、吸毒等社会公害日益严重，这些日益严重的社会问题迫使人们不得不反思：“今天的人们到底怎么了？”“重新审视人的能力，正确地认识人自己”，这已经成为当前人们所关注的一个时代话题。

尤为重要的是，在当前社会思想领域中强调人的主体性，追求自我价值的实现，“以人为本”的观念深入人心，这深刻地影响着人们对自身存在的意义和价值感的思索。根据马斯洛（Abraham H. Maslow, 1954）的需要层次理论，当人们对物质需要的渴望得到满足之后必然会转向对自身价值的追求，而自我尊重的需要正是人的一种最稳定、最健康的基本心理需要^①。正因为如此，21世纪人类社会的时代主题已经开始由自然物质世界的探索逐渐转向人类自身精神世界的研究。

目前，我国正处于政治经济体制改革深化、转轨的社会转型期，急剧的社会变革和追求个性的时代特点必将会给青少年的身心发展带来深远的影响。尤其是在我国的学校教育实践中，长期以来存在过分强调知识学习，忽视学生情绪、人格和社会性发展的倾向，这造成了许多学生的心理

^① [美] 戈布尔：《第三思潮——马斯洛心理学》，吕明、陈红霞译，上海译文出版社2001年版，第44—45页。

片面发展,甚至出现人格的缺陷和障碍。由于文化、社会及教育体制的原因,使得学校教育在某种程度上异化为一种以升学、应试为特征的教育。在这种教育环境影响下的学校成为了一个充满竞争、压力和紧张的地方,教师成为了一个知识的“传声筒”、教育制度的“执行官”。因而,在整个教育过程中出现了“只重分数不重人”的现象,这也造成了许多学校以“升学为本”,某些教师以“考试为本”,广大家长以“分数为本”的教育之怪现象。针对目前在我国学校教育中存在的这种忽视人的发展规律、忽视学生个性培养的教育现象,史宁中(2002)提出了“尊重的教育”这一人性化的教育理念,倡导“尊重教育规律,特别是人才的成长规律;尊重受教育者,尊重他们的人格和人性,尊重他们的学习兴趣和个性发展”的教育观点。^①“尊重的教育”的核心思想秉承的正是“以人为本”的教育理想,强调在整个教育环节中以学生的全面发展为核心、以尊重学生的身心发展规律为前提。在此基础上,张向葵(2003)等人进一步提出:“自我尊重是学校教育中不容忽视的心理资源”,自我尊重的需要为受教育者提供了接受教育、谋求发展的源源不断、永不枯竭的原动力和心理资源,^②并倡导教师在学校教育过程中要为学生营造一个个性得以张扬、智慧能得以体现的开放环境,要培养和激发学生自主发展的积极动机,要传授给学生自我认识和自我调节的有效策略,使他们能够得到真正的、充分的、自由的和全面的发展。因此,要从根本上转变当前“升学为本”的教育观念,更好地遵循“尊重的教育”的人性化教育主张,必须通过有意识地激发学生自主发展的心理资源,深入挖掘学生自我尊重的内涵与心理结构,了解青少年自尊发展的心理规律,才能真正有效地促进学生的智力、情绪、人格的全面发展。

第二节 自尊研究的理论背景

关于自尊(Self-Esteem)的研究一直以来都是社会心理学、发展心理学、临床心理学等领域中的一个核心课题。西方心理学界关于自尊的研究已有一百多年的历史,通过对美国权威心理学光盘数据库 PsychINFO 的检索发现,自1967年到1988年期间,共有7648篇研究论文直接论及自

^① 史宁中:《走向尊重的教育》,《中国教育报》2002年1月4日。

^② 张向葵、吴晓义:《自我尊重:学校教育不容忽视的心理资源》,载《教育研究》2003年第1期,第53—57页。

尊问题，有三万多篇论文与自尊间接相关（Kitano，1989），^①测量自尊的工具多达2080种（Wells & Marwell，1976）^②。研究者近期通过检索 Psych-INFO 数据库发现，自1967年至2003年可以检索到有关自尊的文章总数达13503篇，其中有6029篇在文章的题目中直接论及自尊。有关自尊的问题涉及到社会、学校、家庭和个人的各个方面，研究的内容横跨心理学、教育学、治疗学和社会学等许多不同的学科领域。在1990年于挪威奥斯陆召开的第一届国际自尊研究大会上，正式成立了国际自尊协会（National Association For Self-Esteem，简称 NASE），共有美国、英国、法国和俄罗斯等六十多个国家的会员加入，参加会议的各国研究者们对自尊在不同领域中的重要性给予了一致的肯定，并就如何从个体和社会的角度促进自尊进行了研究讨论。^③尤其到了20世纪90年代后期，美国教育界发起的“促进自尊运动”使自尊的研究掀起了一个新的热潮，研究者对学校教育环境中儿童自尊的发展进行了重点研究，并取得了大量有价值的研究成果。

在国内心理学界，研究者将自尊作为儿童社会性发展的一个重要组成部分，对中国儿童的自尊发展特点进行了一系列初步的探索性研究。例如，魏运华（1997，1998，1999）对儿童的自尊结构模型和自尊发展的相关因素进行了研究，提出儿童自尊的结构包括：外表、体育运动、能力、成就感、纪律、公德与助人6个主要因素，其中父母的教养方式、学生的学业成绩、师生关系和同伴关系对儿童自尊的发展都有显著的影响。^{④⑤⑥}张文新（1997，1998）等人对初中学生自尊的特点和自尊与教养方式的关系进行了研究，结果发现初中阶段儿童自尊的发展存在显著的年级差异，

① Kitano, H.H. (1989). Alcohol and drug use and self-esteem: A sociocultural perspective. In A.M.Mecca, N.J.Smelser & J.Vasconcellos (Eds.), *The social importance of self-esteem*. Berkeley: University of California press, 1989, pp. 294—326.

② Wells, E.I. & Marwell, G. (1976). *Self-esteem: Its conceptualization and measurement*. Beverly Hills, CA: Sage.

③ <http://www.self-esteem-nase.org/index.shtml>.

④ 魏运华：《自尊的结构模型及儿童自尊量表的编制》，载《心理发展与教育》1997年第3期，第29—36页。

⑤ 魏运华：《学校因素对少年儿童自尊发展影响的研究》，载《心理发展与教育》1998年第2期，第12—16页。

⑥ 魏运华：《父母教养方式对少年儿童自尊发展影响的研究》，载《心理发展与教育》1999年第3期，第7—11页。