

吴漾◎著

自我矛盾性

THE SELF-CONTRADICTION:
Psychological Research
on the Self

关于自我的心理学研究



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

自我矛盾性

THE SELF-CONTRADICTION:
Psychological Research
on the Self

关于自我的心理学研究

吴漾◎著



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

图书在版编目(CIP)数据

自我矛盾性：关于自我的心理学研究 / 吴漾著. --
北京：社会科学文献出版社，2019.5
ISBN 978 - 7 - 5201 - 4283 - 0

I. ①自… II. ①吴… III. ①心理学 - 研究 IV.
①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 028278 号

自我矛盾性

——关于自我的心理学研究

著 者 / 吴 漾

出 版 人 / 谢寿光

责任编辑 / 张小菲

出 版 / 社会科学文献出版社·群学出版分社(010) 59366453

地址：北京市北三环中路甲 29 号院华龙大厦 邮编：100029

网址：www.ssap.com.cn

发 行 / 市场营销中心(010) 59367081 59367083

印 装 / 三河市龙林印务有限公司

规 格 / 开 本：787mm × 1092mm 1/16

印 张：15.25 字 数：231 千字

版 次 / 2019 年 5 月第 1 版 2019 年 5 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 5201 - 4283 - 0

定 价 / 89.00 元

本书如有印装质量问题，请与读者服务中心(010-59367028)联系

 版权所有 翻印必究

1 引言

上篇 自我矛盾性的理论建构

2 自我的概念、形成及功能

2.1 中西方关于自我的思想渊源 / 011

2.2 自我的含义 / 018

2.3 自我的形成 / 026

2.4 自我的主要功能 / 047

3 关于自我评价的研究及反思

3.1 对自我一致性的重视 / 054

3.2 自我验证理论 / 055

3.3 安静的自我：超越自我的暗面 / 057

4 自我矛盾性的理论构建

4.1 自我矛盾性的定义 / 062

4.2 自我矛盾性的来源 / 066

4.3 自我矛盾性与矛盾寻求 / 088

5 以往研究的启示与局限

5.1 研究启示 / 094

5.2 研究局限 / 095

下篇 自我矛盾性的实证探索

6 研究设计

6.1 研究问题与研究意义 / 101

6.2 研究设计 / 102

6.3 主要研究内容及框架 / 103

7 研究1：自我矛盾性概念的测量与验证

7.1 被试 / 105

7.2 测量工具 / 105

7.3 程序 / 108

7.4 数据分析与结果 / 108

7.5 讨论 / 118

8 研究2：自我矛盾性的积极影响研究

8.1 研究2a：自我矛盾性在个体内层面的影响研究 / 120

8.2 研究2b：自我矛盾性在个体间层面的影响研究 / 125

9 研究3：矛盾寻求与自我矛盾性关系的初步探索

9.1 研究3a：《矛盾寻求问卷》的编制 / 136

9.2 研究3b：自我矛盾性与矛盾寻求关系的初步探索 / 144

9.3 研究3c：自我矛盾性与矛盾寻求关系的纵向证据 / 151

10 研究4：自我矛盾性对矛盾寻求的影响

10.1 研究4a：自我矛盾性操纵对矛盾接触意愿的作用 / 156

- 10.2 研究 4b: 矛盾寻求的中介效应检验 / 161
- 10.3 研究 4c: 个体自我矛盾性的调节作用 / 170

11 研究结论与反思

- 11.1 自我矛盾性的基本观点及其检验 / 179
- 11.2 自我矛盾性与矛盾性寻求的维度结构 / 181
- 11.3 自我矛盾性的积极作用及其机制 / 183
- 11.4 自我矛盾性与矛盾寻求的关系 / 187
- 11.5 本书的创新与不足 / 192

参考文献 / 195

附录 研究 2b 的材料 / 232

后 记 / 237

1

引言

精神之力只能像它表现出来的那样强大，它的深度也只能像它在它的展示中敢于扩展自身和敢于丧失自身时那样的深邃。

——黑格尔《精神现象学》

在形式逻辑的语境下，矛盾常常被理解为一种消极的事物。然而，昔日浸润在老庄哲学中，近代又受到马克思主义唯物辩证法熏陶的国人，对矛盾的理解一般不会如形式逻辑中那样简单。许多人对这样的说法几乎习以为常：矛盾是事物运动、变化、发展的内在原因与动力。矛盾仿佛是尚处在孕育状态中的新生命，一旦给予合适的时机，便可能破卵而出，带来质的改变。矛盾的发展、积蓄力量直至最终的爆发，如果对应自然科学的方式描述，可观察到的现象往往是：平平无奇的、可以通过各种基于最小二乘法（ordinary least square, OLS）的统计技术加以估计的线性变化（linearity）持续一段时间后，当所有人都习以为常，默认未来的统计数字依然可以通过拟合出的线性方程组加以清晰预测时，一个戏剧性的、完全不符合这些方程组的巨大变化出现了，随着这一变化，人们对现象的理解常发生革命性的改变，一些先前被忽视的变量开始受到重视，从先前方程的“伊普西龙”（ ε ）中剥离出来，成为未来的线性方程组中新的预测变量；此外，预测模型的设定（specification）往往也会变得日益复杂，甚至用更高深的模型取而代之，如动力系统模型（dynamic system modeling）。这种惊人的变化，常被称为“非线性变化”（non-linear change）。

换言之，对于一个事物、一个理论而言，在矛盾尚不突出、不受重视的时刻，未来是可预测的，是现状的简单有序延伸；而矛盾带来的“非线性变化”最终会深刻地改变这个事物，也会为理论带来革命性的变化。人类千年来的科技发展，正是在近两三百年来一次次的革命中，从最初平缓的线性增长变成了近代以来接近指数增长的模式。矛盾带来的对原有科学观念的否定，与其说是科学的灾难，不如说是科学的爆炸——它炸毁了旧模式，带来的是一场场科学革命。因此，如果说“非线性变化”是推动人类在求知之路上不断前进，不断修正自己的认识，以求更好地描述、解释并预测世界的内在力量，应该不为过。

与一味维持现状、抱残守缺、惨淡经营相比，接纳矛盾的存在，主动寻找矛盾，寻找那些既有格局边缘的罅隙、寻找那些被忽视的和被掩盖的事物，充分利用这些矛盾中孕育的力量，是更为积极主动、拥抱变革的表现。承认与拥抱矛盾，非但不是弱小、不自信的表现，反而是勇气与智慧的标志。

“精神之力只能像它表现出来的那样强大，它的深度也只能像它在它的展示中敢于扩展自身和敢于丧失自身时那样的深邃。”在黑格尔的哲学思想中，矛盾和辩证法扮演了核心的角色。在辩证法的逻辑中，任何概念或者理念首先是一种潜能，一种理性上的可能性，并不等同于现实，但是这种潜能往往蕴含着无穷的力量，在合适的场合能够推进一项伟大的事业、引发惊世骇俗的变革，使曾经的一个抽象判断中蕴含的潜能变为具有外在性的现实。一个人的自我，也是如此。很容易想到，一个在自我概念中认为自己是天才的人，通过不懈努力，最终创造出天才的成果，就展现了这种潜能向现实的转换。正如弗兰克尔所言：“生命中真正短暂的是潜力，一旦潜力得到了实现，那么在实现的那一刻它就成为现实。它们被保存下来，成为历史，在那里它们得到了救赎，免除了短暂性。”潜能与现实这两个对立的哲学范畴，至少可以追溯到亚里士多德的时代，但两者之间彼此缠裹依存的关系，只有在黑格尔的辩证法中才得到最为明晰地展示。

根据其辩证法，任何概念的规定性都是对丰富事物的某一方面性质的一种界定（definition），即将事物的某一方面特性囊括在一个概念之

中。随着概念自身的展开与发展，丰富的现象无法为其所完整地囊括，暴露出这一概念最初规定性的单面性（one-sidedness）与局限性，因而，在逻辑自身发展必然性的角度上，随之而来的是不确定性的不断积累，最终导向概念的自我否定或扬弃（self-sublation），形成一个更高层次的规定性。这种自我否定和扬弃恰恰是一个概念在不断从潜能走向现实，不断试图扩大自身的适用范围，从而提高自身的现实性的过程中必然发生的。在自我否定的过程中，先前概念的内涵或规定性被否定，成为新的规定性的对立面。一般情况下，否定容易被理解为消极的，但在黑格尔的辩证法中，与其说这种否定是消极的，毋宁说是概念自身发展的必然要求和产物，是在更高层次上的展开。因此，可以这样理解，一个概念的不断展开、内涵的不断深化、边界的不断澄清——试图囊括尽可能多的事物在其规定性之中——最终会从逻辑上迫使人们否定这一概念的规定性，寻求一个更高层次的理解，即寻求概念的自我否定。这种自我否定因而也带上了积极的、肯定的力量——一个概念的对立面，表面上是对概念本身的否定，但其存在却恰好既肯定了先前概念忽视的、存在局限的部分，又在其新的规定性中暗示了先前概念的存在，即所谓“在结果中，本质上就包含着结果所从出的东西”（邓晓芒，2008，第220~221页）。一个饱经尘世沧桑的人返璞归真，“觉今是而昨非”，否定了过去自我的那些争名夺利，开始追求简单的生活，与那些未经人事、直接过着简单生活的人，对于“简单生活”的理解显然是不同的。前者的“简单生活”中，似乎已经蕴含了对尘世争名夺利动机的一种本质上的肯定，即这种对“简单生活”的肯定，正是先前争名夺利的岁月的结果，而不是某种随意出现的东西。

运用这种思路理解心理学中的“自我”概念，给人带来许多启发。

自我是心理学的核心概念之一，也是贯穿哲学、社会学、伦理学等多个领域的核心概念。一个自我认识清晰而明确的、有主见的、有能动性的人是西方文化环境中期待的理想人格（ethos）（Joffe & Staerklé, 2007）。而知道自己是谁、想要什么，是实施能动性的首要条件。所以毫不奇怪，多年来在关于自我的理论和研究中，自我的矛盾、模糊、不确定几乎是最糟糕的一种情况，它代表了一个人没有形成自我认同、自

我探索的失败，甚至可以理解为无法界定自己的边界。从各种研究中可以看出，自我的冲突或不一致都是一种病态的表现，如果出现冲突，人们会有极强的动机去追求自我的一致、重建清晰而明确的自我认识 (Abelson & Rosenberg, 1958; Heider, 1958; Lecky, 1945; Osgood & Tannenbaum, 1955; Swann Jr & Buhrmester, 2012a)。基于这种取向，自我的一致性、连贯性成为人们不断努力追求的“圣杯” (Shrauger, 1975)，而自我矛盾与不一致成为人人避之唯恐不及的邪恶轴心，这一认识贯穿了心理学多年以来的研究。虽然有很多证据支持，并且显得很有道理 (apodictic)，但这种将人的一生定义为对一致性的追求真的是自我的全貌吗？当一个人得到了自我一致的“圣杯”之后，他的人生将朝何处去？

在自我的研究中，自我一致性固然一直是受到研究者关注的问题，然而早期心理学家 Allport 在他的著作 *BECOMING* 中提到关于人的动力系统时的描述，颇为耐人寻味：

我们虽然希望稳定，但也渴望变化。我们学习可靠的消除紧张的模式，同时我们也会抛弃旧的习惯，冒着风险寻找新的行为模式。只有通过冒险和变化，才可能获得成长 (Allport, 1955, p. 66)。

从这段话可以看到，自我不仅需要通过驱力降低动机的过程达到自我一致性，也需要在适当的时机追求自我的不一致性，挑战新的自我领域，因为只有面对不一致、矛盾、风险的信息，个体才有可能获得成长。很多情况下，人们需要保持自己还有成长空间、可能性的信念；否则，缺少机会和前景的自我会使个体失去生活的意义 (Markus & Nurius, 1986)。

确实，在诸多相关的研究中，与对一致性的追求相平行的是另一条时隐时现的研究线索，人的自我除了追求清晰明确之外，始终无法回避的是人们还拥有一种打破现状、挑战自我、探索自我、尝试新鲜事物的冲动 [Allport (1955) 称之为 *proprium striving*]。这种对新鲜事物的追求则蕴含着不一致、矛盾与冲突 (Pyszczynski, Greenberg, & Arndt, 2012)。实际上，许多人性的光辉与深邃往往体现在这里。许多研究都

认为艺术家、英雄（Becker, 1973; J. Campbell, 1949/2004）、克里斯玛型的领导（Flynn, 2010）、企业家精神包含的正是对现状的挑战和对自我否定的勇气。对于谦卑（Kesebir, 2014）与敬畏（Keltner & Haidt, 2003; Shiota, Keltner, & Mossman, 2007）的研究也引起人们对自我超越体验，如灵性体验的关注。可见，人不仅有自我防御的动机，也有自我挑战的动机。但是一个人具体什么时候捍卫自我、什么时候挑战自我，则在理论解释中往往不太明确、不太系统。

然而，在以往自我理论中，自我往往是个阴暗的存在物：为了维护自我概念的一致性，人们会扭曲对关于自己的信息以及对他人的反应的认知，为的是使自己显得“自己的理论、预测永远正确”。虽然人的自我可能确实有这一面，但主观的体验告诉我们这似乎不是全貌。对于积极努力的、上进的人，寻找自己的缺点，直面自己的不足，追求不断提高似乎是非常正常的现象。但是，由于不断追求完美、追求挑战的过程有时候显得是在“自虐”，这些行为在自我理论的视角下显得很难解释。已有的自我理论会倾向将这样的行为解释为自我不确定、不安全的表现，即由于当事人自尊受挫，故而在学习、工作上超人般地努力以弥补低自尊带来的消极体验。与之类似，不断追求完美也被贴上“完美主义”的标签，从潜藏的语义上看隐隐带有贬义，有将这一现象病态化的倾向。中国传统文化中理想人格“君子”的典型表现——“吾日三省吾身”——在当代自我理论中被概念化为“自我批评”（self-criticism），属于低自尊的一种体现。

按照这一思路，拥有健康自我的个体似乎是这样的一类人：拥有合适的自尊，觉得自己是价值的人，因此自我非常稳定、清晰，“一百年不变”。他会修改自己的记忆以使自己显得正确，降低自己对过去能力的评估，以显得与现在相比自己在不断提高（Sedikides & Hepper, 2009）。他会迅速忘记所有与自我概念不一致的表现，或者重新解读这些表现，以符合自我概念（自我验证）。任何人只要超过他，他就疏远与此人的关系，以免威胁到自己的自我概念（自我评价维持模型）。他并不需要努力，凡是自己表现不佳的领域他都觉得对人无足轻重，凡是自己擅长的领域则觉得是人类必备的美德（自我强化）。通过这样的认

知扭曲，他对自我非常有把握、非常自信，因而会很平静地认为自己“高大全”。

这些理论观点确实犀利地揭示了自我的一些现象与动机，但由这些理论建构起来的“自我”，似乎与我们主观体验到的自我相去甚远。如果在生活中遇见这样的一个人，估计不会有多少人认为拥有这样的“自我”的人心理是健康的。如果将这种现象解释为几乎所有人均没有认清自我的阴暗本质，或几乎所有人的自我都不健康，未免有些匪夷所思。

20 世纪 80 年代以来，自我研究中出现少数研究者开始关注“自我批评”等东方文化中与西方自我理论不符的现象。这一过程中，关于自我强化、自我验证的文化差异的研究日益增多，人们对东西方文化中自我概念的结构也有了进一步的了解。但总体而言，这一系列研究仍然有很多不足。首先，这些试图挑战西方自我理论的研究，被顺利地划入文化心理学的研究领域，表明这些与西方主流自我理论不符的现象并不会影响自我理论的正确性，至多表明在社会心理学版图的边疆地带存在一些特例。其次，即便在文化心理学领域，关于东方文化背景下的研究也尚未从理论上解释这种独特的“自我”的功能。在东方文化背景下，人们之所以进行自我强化理论视角下“消极而负面的”自我批评，似乎只是因为文化规范允许这样做。再次，这一系列研究常常倾向于夸大东西方自我的差异，同时倾向于忽视两者的共同性。事实上，自我批评、主动接受自我挑战的任务（含有大量自我威胁的信息），绝非东亚文化所独有，一个不断追求卓越的成功企业家、运动员、政治家、工程师、学者、艺术家如果完全缺少自我批评、自我挑战的精神反而是很难继续取得成就的。

因此，当前的研究需要重视目前主流自我理论存在的局限性。目前已经有少量研究在这一方向上做出了成果。比如，有研究者发现，在努力学习艰深的理工科知识时，传统上重要的自我动机（如自我强化，“学好这些知识能使我变得更好、赚更多的钱”）的激励力量实际不如超越自我的动机（self-transcendent，如“为中华之崛起而读书”“为了不辜负含辛茹苦的妈妈的期待”）（Yeager et al., 2014）。因为业已公理化的理工科知识需要大量练习，并且在初学阶段无法理解其实际应用，显

得极其枯燥、无意义，进而可能消解自我动机的基础：在自我强化动机的驱使下，一个人完全可以通过自我欺骗来获得满足，无须花精力学习；在自我提高动机的驱使下，一个人可以通过“修改”自己的过去能力水平以使自己显得有所提高，而不需要真正花时间学新知识。超越自我的动机常常指向个体外部的社会联系，会使枯燥的理工科知识具备实际的意义。

与之类似，以往自我理论中对自我一致性的追求贯穿了许多理论与现象，但自我一致性可能并不是个体自我的全貌。在特定情况下，个体很可能主动追求自我矛盾性。假设自我的概念完全确定，周边世界的反馈已经绝对无法威胁到它的连贯性，也无法进一步提高自我评价，这一情况带来的恐怕并不是安宁，而是乏味、无聊。此时，个体会试图追求新的反馈，以获得变化的可能性，即便这样的反馈可能威胁到自我概念的连贯性，可能降低自我评价。这一效应主要存在于自我概念的核心方面，对于自己并不看重的自我的侧面，这一效应可能会较弱，甚至可能不存在。

因此，我们假定对于重要的自我领域，人们的自我追求一致性，但是当自我一致性达成之后，个体便会试图追求不一致性。因为不一致的信息提供了进一步确证、扩展自我概念适用性的机会。这一过程循环往复，总体上看，个体的自我在矛盾与一致之间不断地变化。正是在这一过程中，个体才获得了成长与发展。

上篇

自我矛盾性的理论建构

