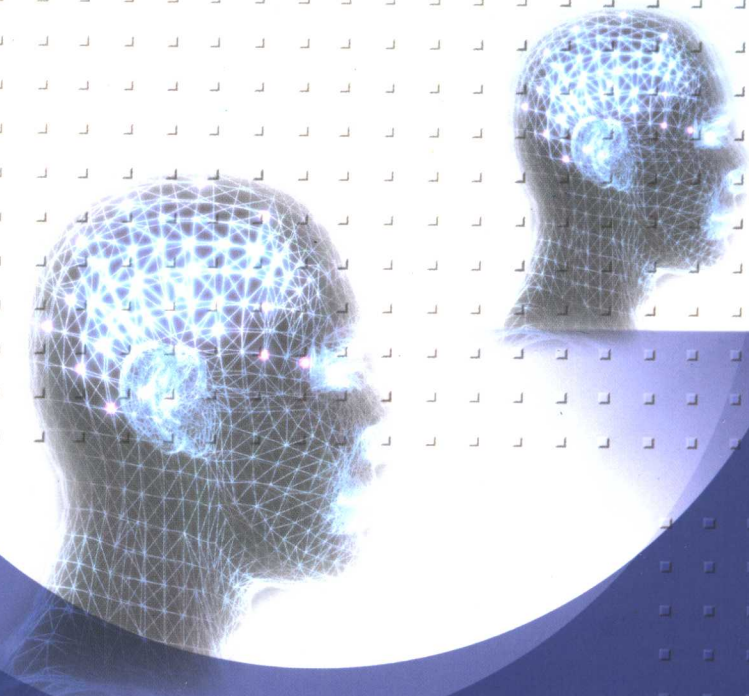


# 动机心理学：

## 理论与实践

主 编 郭德俊

副主编 李燕平



人民教育出版社

# 动机心理学：理论与实践

主编 郭德俊  
副主编 李燕平

人民教育出版社  
· 北京 ·



**图书在版编目(CIP)数据**

动机心理学：理论与实践/郭德俊主编. —北京：人民教育出版社，2005

ISBN 7-107-19134-9

- I. 动...
- II. 郭...
- III. 动机—心理学—研究
- IV. B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 127683 号

人民教育出版社出版发行

(北京市海淀区中关村南大街 17 号院 1 号楼 邮编:100081)

网址: <http://www.pep.com.cn>

山东新华印刷厂德州厂印装 全国新华书店经销

2005 年 10 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

开本: 890 毫米×1 240 毫米 1/32 印张: 16.125

字数: 406 千字 印数: 0 001~1 500 册

定价: 27.00 元



## 前 言

动机心理学是一门理论性、实用性很强的心理学分支学科。数十年来，国内外学者在动机领域，特别是对成就动机进行了广泛的研究，取得了丰富的研究成果。20世纪80年代以来，国内已先后出版了一些动机心理学，对我国心理学人才的培养和教育工作的指导，作出了重要的贡献。

随着人们对教育和科技发展的重视，如何将动机的基础研究成果转变为教育实践中切实可行的策略，成为许多教育学家和动机心理学家关注的焦点。近年来，在教育部和各级部门的支持下，我们在一些中小学开展了一系列以激发学生学习动机为目标的教学实验活动，取得了良好的效果。鉴于这种情况，我们不揣浅陋，撰写了这本著作，希望将我们多年来在教育的动机领域学习的心得和研究的成果介绍给广大的教育工作者和学生家长，为他们的教学和实践提供一定的参考。

本书可作为全日制高等学校心理学和教育学的本科生和研究生、中小学教师培训的教材或参考书，也可作为教育管理工作者和家长的参考读物。

在编写中，我们力求全面、系统地介绍近三十年来教育领域最新的动机理论和实验研究成果，力求结合我国学校教育的特点，提出课堂激发学生学习动机的可行性建议和具体的操作策略，使其内容具有科学性和实用性。本书分为两大部分。第一部分主要介绍了动机心理学的基础知识和早期的一些学习动机理论；第二部分着重阐述了当前动机研究的热点问题及相关成果，为教育教学如何激发学生的动机提供了一定依据和策略。对学生形成积极的归因方式、

提高学习的内在动机、提供诱因与奖励、设置恰当的任务目标、引导掌握目标定向、培养良好的自我概念、自我调节学习、发挥社交动机的积极作用和激发适宜情绪的教学模式等重要问题的理论基础和实施的策略等，进行了较详细的论述。

本书由郭德俊主编、李燕平副主编，集体撰写完成。各章的撰写人如下。郭德俊（首都师范大学心理系）：第一、二章，汪玲（首都师范大学心理系）：第三章，罗铮（首都师范大学心理系）：第四、十一章，李原（中国社会科学院社会心理研究所）：第五、十章，李燕平（中国青年政治学院社工系）：第六、七章，马庆霞（北京双高人才研究中心）：第八章，马庆霞和方平（首都师范大学心理系）：第九章。最后由郭德俊和李燕平统稿。

本书为国家攀登计划项目（95—专—09）“儿童脑高级功能开发与素质教育若干重要问题的研究”资助。

最后，我们感谢人民教育出版社曾红梅副编审和王莉编审为本书的编辑及出版所做的大量工作，也感谢其他所有在我们撰写此书过程中给以帮助的朋友们。同时，我们由于水平有限，未必能达到预期愿望，不当或错误之处，恳请专家、同行及广大读者批评指正。

郭德俊

2005年6月于美国佛罗里达

本书为国家攀登计划项目（95—专—09）  
“儿童脑高级功能开发与素质教育若干重要问题的研究”资助。

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系调换。  
（地址：北京市海淀区中关村南大街17号院1号楼 邮编：100081）



## 作者简介

**郭德俊** 1939生于湖北安陆。1962年毕业于北京师范大学心理学研究生班。1980~1996年任北京师范大学心理系讲师、副教授、教授,1991~1995年任心理系主任。1996年7月至今,任首都师范大学教科院心理系教授、博士生导师。曾任中国心理学会理事、教育心理学专业委员会副主任。

主要研究方向是动机与情绪。承担过全国教育科学规划“八五”、“九五”教育部重点课题、国家自然科学基金、国家攀登计划、国家基础教育课程改革和国家人事部考试中心项目。在心理学期刊发表论文九十余篇。主编了《教育心理学概论》、《小学儿童教育心理学》,参编了《普通心理学》、《人类情绪》等。曾获三项省部级科研成果一等奖、两项部级教学成果一等和二等奖。曾获得“宝钢教育奖优秀教师”和“全国先进教职工工作者”等称号。



责任编辑 王 莉  
审 稿 诸惠芳  
魏运华

封面设计 张 蓓



## 目 录

|                              |      |
|------------------------------|------|
| <b>第一章 绪论</b> .....          | (1)  |
| <b>第一节 动机概述</b> .....        | (2)  |
| 一、动机的涵义.....                 | (2)  |
| 二、动机的特征.....                 | (3)  |
| 三、动机的种类.....                 | (6)  |
| <b>第二节 动机研究的发展概况</b> .....   | (18) |
| 一、动机研究的哲学与生理学基础 .....        | (18) |
| 二、动机的早期研究 .....              | (21) |
| 三、动机研究的近代发展 .....            | (25) |
| 四、动机的现代研究 .....              | (27) |
| <b>第三节 动机研究的途径与方法</b> .....  | (30) |
| 一、动机研究的主要途径 .....            | (30) |
| 二、动机研究的模式 .....              | (32) |
| 三、动机的评价 .....                | (36) |
| <b>第四节 动机研究在教育中的意义</b> ..... | (44) |
| 一、学习动机的涵义 .....              | (45) |
| 二、学习动机与学习 .....              | (45) |
| 三、学习动机的基本成分 .....            | (49) |
| 四、学习动机的分类 .....              | (52) |
| 五、年龄特征与学习动机 .....            | (54) |
| 本章主要观点 .....                 | (55) |
| 思考题 .....                    | (56) |

|                              |       |
|------------------------------|-------|
| <b>第二章 早期的动机理论</b> .....     | (57)  |
| <b>第一节 需要理论及其应用</b> .....    | (58)  |
| 一、需要的一般概念 .....              | (59)  |
| 二、需要的种类 .....                | (62)  |
| 三、需要的理论 .....                | (64)  |
| <b>第二节 强化理论及其应用</b> .....    | (72)  |
| 一、强化的一般概念 .....              | (72)  |
| 二、强化的理论 .....                | (74)  |
| <b>第三节 期待价值理论及其应用</b> .....  | (93)  |
| 一、期待的涵义 .....                | (93)  |
| 二、期待价值理论 .....               | (94)  |
| 三、期望价值理论对教师的启发 .....         | (103) |
| 本章主要观点 .....                 | (105) |
| 思考题 .....                    | (107) |
| <br>                         |       |
| <b>第三章 形成积极的归因方式</b> .....   | (108) |
| <b>第一节 归因与归因理论</b> .....     | (109) |
| 一、归因的基本概念 .....              | (109) |
| 二、重要的归因理论 .....              | (110) |
| <b>第二节 归因研究的综合模型</b> .....   | (119) |
| 一、原因知觉与原因维度 .....            | (120) |
| 二、影响归因的因素（归因的前因） .....       | (126) |
| 三、归因的后果 .....                | (142) |
| <b>第三节 归因理论在教育中的应用</b> ..... | (149) |
| 一、归因与教育的关系 .....             | (149) |
| 二、引导积极的归因方式 .....            | (161) |
| 本章主要观点 .....                 | (173) |

|                       |              |
|-----------------------|--------------|
| 思考题                   | (173)        |
| <b>第四章 提高学习的内在动机</b>  | <b>(175)</b> |
| 第一节 内在动机的一般概念         | (176)        |
| 一、内在动机的定义             | (176)        |
| 二、内在动机的测量             | (177)        |
| 三、内在动机的发展             | (179)        |
| 第二节 自我决定及激发策略         | (180)        |
| 一、自我决定的性质             | (180)        |
| 二、支持学生的自主行为的积极结果      | (186)        |
| 三、创建自主性的课堂            | (190)        |
| 四、对支持学生的自主性的批评        | (192)        |
| 第三节 胜任力及激发策略          | (193)        |
| 一、胜任力的理论              | (193)        |
| 二、增强学生的胜任力的策略         | (197)        |
| 第四节 兴趣及激发策略           | (201)        |
| 一、兴趣的性质               | (201)        |
| 二、提高课堂中的学习兴趣          | (204)        |
| 本章主要观点                | (206)        |
| 思考题                   | (207)        |
| <b>第五章 提供诱因与奖励</b>    | <b>(208)</b> |
| 第一节 外在动机的一般概述         | (209)        |
| 一、什么是外在动机             | (209)        |
| 二、外在动机与内在动机的关系——折扣性原则 | (210)        |
| 三、外在动机与内在动机的相对作用      | (213)        |
| 第二节 外在动机的理论基础         | (216)        |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 一、经典条件反射学说         | (217) |
| 二、斯金纳的操作性条件反射与强化学说 | (219) |
| 第三节 课堂环境的设置：目标奖励结构 | (225) |
| 一、课堂目标奖励结构         | (226) |
| 二、目标奖励结构所激发的三种动机系统 | (227) |
| 三、目标奖励结构对成就的影响     | (231) |
| 四、合作的课堂教学模式        | (234) |
| 第四节 外在动机在教学环境中的应用  | (236) |
| 一、正确运用奖励           | (237) |
| 二、慎重使用惩罚           | (239) |
| 三、恰当使用表扬与批评        | (242) |
| 本章主要观点             | (246) |
| 思考题                | (246) |

## **第六章 设置恰当的任务目标** (247)

|                   |       |
|-------------------|-------|
| 第一节 目标的一般概述       | (248) |
| 一、目标与目标设置         | (249) |
| 二、目标的类型           | (252) |
| 三、目标的动机作用机制       | (254) |
| 第二节 目标设置的理论与研究    | (256) |
| 一、主要理论观点          | (256) |
| 二、目标设置与工作效率的关系    | (262) |
| 三、高绩效循环模型         | (268) |
| 第三节 目标设置原理在现实中的应用 | (268) |
| 一、目标设置的原则         | (269) |
| 二、目标设置的程序         | (271) |
| 三、需要注意的问题         | (274) |
| 本章主要观点            | (276) |

|                      |              |
|----------------------|--------------|
| 思考题                  | (277)        |
| <b>第七章 引导掌握目标定向</b>  | <b>(278)</b> |
| 第一节 成就目标理论概述         | (279)        |
| 一、什么是成就目标            | (279)        |
| 二、理论起源               | (281)        |
| 三、德韦克的成就目标理论         | (284)        |
| 四、成就目标的类型            | (286)        |
| 五、成就目标与其他动机变量的关系     | (295)        |
| 第二节 成就目标的形成          | (299)        |
| 一、个人因素               | (299)        |
| 二、社会环境因素             | (302)        |
| 第三节 成就目标理论的应用        | (305)        |
| 一、TARGET 教学模式        | (306)        |
| 二、与传统教学模式的区别         | (310)        |
| 三、掌握定向课堂结构的设计原则      | (313)        |
| 本章主要观点               | (319)        |
| 思考题                  | (320)        |
| <b>第八章 培养良好的自我概念</b> | <b>(321)</b> |
| 第一节 自我概念             | (321)        |
| 一、自我                 | (321)        |
| 二、自我的结构              | (325)        |
| 三、自我的适应功能            | (330)        |
| 四、自我概念的形成与发展         | (336)        |
| 五、自我研究的新趋势           | (340)        |
| 第二节 自我效能感            | (343)        |

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 一、自我效能感概述             | (343) |
| 二、自我效能感的测量            | (344) |
| 三、自我效能感的功能            | (346) |
| 四、自我效能感的维度            | (348) |
| 五、影响自我效能感形成的因素        | (348) |
| 第三节 培养学生良好的自我概念与自我效能感 | (351) |
| 一、提高学生自我概念与自我效能感的教学干预 | (351) |
| 二、提高学生自我效能感的心理干预      | (358) |
| 本章主要观点                | (361) |
| 思考题                   | (362) |

## **第九章 自我调节学习** (363)

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 第一节 自我调节学习理论       | (363) |
| 一、自我调节学习的含义        | (363) |
| 二、自我调节学习的特征        | (364) |
| 三、自我调节学习的主要理论      | (365) |
| 四、自我调节学习的维度        | (372) |
| 五、自我调节学习的测量        | (374) |
| 六、自我调节学习与其他心理建构的关系 | (376) |
| 第二节 自我调节学习的教学模式    | (380) |
| 一、自我调节学习的条件        | (381) |
| 二、策略内容学习指导教学模式     | (382) |
| 三、策略内容学习指导教学模式的应用  | (383) |
| 四、评价               | (389) |
| 第三节 使学生成为自我调节学习者   | (392) |
| 一、自我调节学习的步骤        | (392) |
| 二、形成促进自我调节学习的背景    | (395) |
| 三、自我调节学习中的学习策略     | (396) |

|                             |              |
|-----------------------------|--------------|
| 四、培养自我调节学习者的教学原则·····       | (398)        |
| 本章主要观点·····                 | (403)        |
| 思考题·····                    | (404)        |
| <b>第十章 发挥社交动机的积极作用·····</b> | <b>(405)</b> |
| 第一节 社交动机的一般概述·····          | (407)        |
| 一、什么是社交动机·····              | (407)        |
| 二、社交动机与学习·····              | (408)        |
| 三、儿童的社交状况与退学现象·····         | (410)        |
| 四、社交动机的性别差异·····            | (410)        |
| 五、社交动机的文化差异·····            | (412)        |
| 第二节 社交动机的理论基础·····          | (413)        |
| 一、社交动机的本能观·····             | (414)        |
| 二、社交动机的学习说·····             | (415)        |
| 三、社交动机的恐惧—亲和说·····          | (415)        |
| 四、社会比较理论的解释·····            | (418)        |
| 第三节 课堂中的沟通：满足学生的社交动机·····   | (420)        |
| 一、师生沟通·····                 | (420)        |
| 二、同伴沟通·····                 | (429)        |
| 第四节 印象管理：社交动机在人际关系中的体现····· | (431)        |
| 一、什么是印象管理·····              | (431)        |
| 二、印象管理研究的发展历程·····          | (432)        |
| 三、有关印象管理的一些问题·····          | (434)        |
| 四、印象管理策略·····               | (436)        |
| 五、作为教师如何运用印象管理技术·····       | (439)        |
| 本章主要观点·····                 | (441)        |
| 思考题·····                    | (441)        |

|                                |       |
|--------------------------------|-------|
| <b>第十一章 情绪与动机</b> .....        | (442) |
| <b>第一节 情绪的一般概述</b> .....       | (443) |
| 一、情绪的定义.....                   | (443) |
| 二、情绪的种类.....                   | (445) |
| 三、情绪的机能.....                   | (450) |
| 四、情绪的大脑机制.....                 | (455) |
| <b>第二节 情绪的动力性质</b> .....       | (457) |
| 一、情绪与动机.....                   | (457) |
| 二、主张情绪具有动机性质的理论.....           | (458) |
| <b>第三节 情绪对认知的组织与瓦解作用</b> ..... | (463) |
| 一、情绪对认知的影响.....                | (464) |
| 二、情绪作用的理论.....                 | (468) |
| <b>第四节 激发适宜情绪的教学模式</b> .....   | (474) |
| 一、情绪调节教学模式.....                | (475) |
| 二、愉快教育模式.....                  | (480) |
| 本章主要观点.....                    | (483) |
| 思考题.....                       | (484) |
| <br>                           |       |
| <b>参考文献</b> .....              | (485) |



## | 第一章 |

## 绪 论



1999年秋天，一个阳光明媚的日子，在育新学校初中二年级的语文课堂上，一个学生边用实物投影仪演示着同学们画的简笔画，边生动地讲述着“狼”的故事。其他同学聚精会神地听着，时而皱眉，时而发出笑声，时而小声地议论着，哪儿讲的好，哪儿讲的不太好，课堂气氛热烈而有序。课程结束时，全班同学非常有兴趣地齐声背诵了“狼”这篇课文，圆满地完成了教学任务。

这是一堂学习文言文的语文课。文言文对于初二的学生是比较困难和乏味的。这个班的语文教师意识到了动机的价值，她建构了一个能激发学生多方面动机的教学单元。通过学生的想象来帮助他们理解课文的内容，并发挥集体的智慧，采用简笔画的形式把课文内容表达出来，引起了学生的兴趣。为了这一堂课，学生们花费了几周的时间，在一起讨论，理解课文，设计简笔画的构思，准备绘画的工具，完成连环画的制作并一起准备演讲等等。通过这些活动，学生不仅理解了文言文的内容，而且对语文产生了浓厚的兴趣。同时，以小组为单位评价学生的工作表现，促使学生为取得小组的胜利而互相鼓励。

可见动机是有效教学的重要组成部分之一。学生只要想学习，就能掌握很多东西。但是怎样使每个学生都想学习并且付出必要的努力去学习复杂的材料呢？动机心理学家经过百年的努力，探索动机的奥秘，提出了许多理论、观点、策略和方法，这些理论、观点、策略和方法对于提高教学的效率具有重要的意义。