

社会的发展，人们观念的变化
其他领域研究的新发展、新成果
也给心理科学的发展带来了巨大的影响。
在世界范围内，心理学的众多领域都发生了突破性变化……



心理 学

后现代心理学思想
超个人心理学
联结主义
自我效能理论
自身心理学理论
新皮亚杰学派理论

的

建构主义学习理论
认知智力理论
质的研究方法
联结主义
认知神经科学
「儿童心理理论」的理论

新 进 展

郭本禹◎主编
山东教育出版社

江苏省省级重点学科基础心理学资助项目

当代心理学的新进展

郭本禹 主编
山东教育出版社

导 言

自 20 世纪 80 年代以来，整个人类社会的发展极为剧烈动荡、纷繁复杂、变化难测，特别是社会发展到所谓后工业时代或称信息时代，则更是如此。信息的传播畅通快捷，无处不在；技术的发展日新月异，高新精尖。人们的观念也因此经受着涤荡冲击，磨砺组合。社会的发展，人们观念的变化，许多领域研究的新进展，都给心理科学的发展带来了巨大的影响。反映在心理科学领域内，就表现为：无论是指导心理学研究的哲学方法论，还是具体的研究技术；无论是传统的心理学理论，还是新兴的学科领域都有着突破性发展。心理学领域内的这种发展具体体现为，一些重大理论流派和一些重要专题理论均有新进展。这种新进展究其原因而言，一方面是心理学借鉴了其他领域的发展成果，如科学哲学研究的新成果、后现代文化思潮、人文社会科学的研究方法以及自然科学的新技术等，才导致了这种结果的出现；另一方面也是心理学内部各种思想观点、理论流派相互冲突斗争和吸收融合，也即心理学内部发展的综合化趋势所造成的。

当新行为主义者所信奉的方法论基础——逻辑实证主义遭受到新一代科学哲学家的挑战时，就使得行为主义心理学再次陷入危机；与此同时，认知心理学又在蚕食着行为主义的阵地，为摆脱危机，以班杜拉为代表的新的新行为主义者吸收了认知心理学的一些观点，建立起了社会学习理论。随着社会学习理论研究的进一步深入和拓展，又逐渐走上了自我现象的研究道路，即建立起自我效能理论，重视自我信念等个体内部因素的重要作用。这是一条与人本主义心理学目标渐趋一致的自发之路，也是科学与人文渐趋融合之路。与行为主义在心理学中的地位可相提并论的，便是精神分析心理学。精神分析学派的后继发展可谓异彩纷呈，哈特曼等人的自我心理学派和克莱因等人的对象关系学派不断从古典精神分析学派中脱胎而出。在这些人物及其



理论之后，一个很重要的人物——科赫特，从传统精神分析阵营中崭露峥嵘之角。他先后发展了狭义自身心理学理论和广义自身心理学理论，其自身心理学理论成为继驱力理论、自我心理学理论和对象关系理论之后的又一个精神分析的新范式，它澄清了精神分析的实质，拓宽了精神分析的治疗范围，是当代精神分析的新发展。自诩为心理学中自行为主义、精神分析之后的第三势力的流派，是人本主义心理学。与行为主义开始关注自我现象学特征的突破性发展不同，在人本主义心理学内部原本就有着重视人的价值、潜能、意义、自我体验等非理性特征的传统。而这种传统已向极至发展，便在其内部开始建立起自称是心理学第四势力的超个人心理学。它不仅关注个人潜能的充分实现，而且更加关注超越个人的经验和精神生活，即更为关注个人生命与外部世界和意义相联系的精神领域。它试图将世界各民族的精神文化传统——传统宗教和哲学与现代心理学结合起来，进行创造性综合，试图建立起一种身体—心理—精神相结合的模式，以此来深刻地认识人自己。在现代西方心理学内部，作为反对行为主义的革命运动而兴起的认知心理学，其内部也在发生着深刻的变革。认知心理学内部的联结主义的兴起可以说老树焕发二春，是一次复兴，也可以说是认知心理学研究范式的一次转换。联结主义以大脑的生物神经网络运行模式来说明人类的认知，以“心理活动像大脑”为其隐喻基础。它与“人—机类比”的符号信息加工理论即认知主义，是认知心理学内部同时出现的两种研究范式，但却因种种原因而被忽视。直到20世纪80年代中期，借助脑科学和神经科学的重大研究成果对神经网络的改进才得以复兴。由于它对大脑的模拟更接近真实的大脑，对认知活动的解释更具有说服力，因而被认为是“认知解释方面的一场哥白尼式的革命”。如果我们从广义的认知心理学框架来考察，那就必须提及在解释人类认识问题上有极大贡献的皮亚杰学派。皮亚杰学派的发展已经进入后皮亚杰时代，针对皮亚杰理论中所存在的两个缺陷，即忽视教育和社会因素、忽视认知发展的个体差异和微观规律的研究，形成了狭义新皮亚杰学派（日内瓦新皮亚杰学派）和广义新皮亚杰学派（认知发展的新皮亚杰学派），它们对皮亚杰的理论进行了修正和补充，使之有了变革性发展。

20世纪80年代以来，除了这些理论流派的突破性进展外，在一些专题研究上也有研究路线的转换。这首先体现在心理学的哲学方法论和一般方法

论的变革上。在后现代文化思潮的冲击下，人们开始怀疑现代心理学的“合法性”问题，结果在西方心理学界兴起和传播着一种新的心理学思想，即对现代心理学（特别是对以实证主义、个体主义、还原主义为特征的科学主义心理学）予以反叛和消解的后现代心理学思想。后现代心理学是思考心理学的一种新视野和新趋势。它以其整体论、建构论、去客观化等思想，消解着科学心理学的方法论基础；它重视人与社会文化的关系、重视人的价值和地位、重视人的主观性和能动性，主张从人文科学的角度来真实、全面地揭示人的心理和行为的实质。作为心理学中一般方法论上的变革则表现为质的研究方法的兴起。这种研究方法的兴起，既是心理学内部人文研究传统的推动，也是多学科发展和后现代文化思潮的促进。作为一种与量的研究方法不同的研究方法，质的研究方法迎合了不满科学主义心理学研究的后现代研究者的需要，为其提供了研究工具，但同时，它也势必促进和完善心理学的研究方法，为正确揭示人类的心理作出了贡献。在心理学的智力理论、学习理论和认知发展理论等专题领域，也有着引人注目的进展。当代智力理论的发展从传统的计量学研究和认知加工过程的研究已经发展到了整合的、复杂系统的模式。这主要表现为斯腾伯格的三元智力理论及其后继发展的成功智力理论、戴斯等人的智力 PASS 模型。学习理论的新近发展主要表现为建构主义学习理论的兴起，以及以其为背景而建立的各种教学模式。建构主义原本是一种认识论，但在 20 世纪 80 年代之后，迅速渗透进各学科，被认为是一种方法论和研究范式。作为学习理论、教学理论的建构主义被视为是对传统学习理论和教学理论的一场革命，可见其在教育教学领域影响之大。在儿童认知发展领域，儿童心理理论是最近最为重要的研究领域，是一个前景看好并取得长足进展的探究热点。所谓儿童心理理论是指儿童具有一种按照“信念”、“意图”、“愿望”等来解释人的心理和行为的常识心理学。从发展的角度，对儿童如何理解自己和其他人心理和行为的研究，即对儿童心理理论的研究和阐释，就可称之为“儿童心理理论的理论”。无疑，这一领域的研究成果对揭示儿童的认知发展意义重大。近 10 多年来，随着对人类心理活动的脑机制研究的发展，出现了一门新兴的学科——认知神经科学。认知神经科学是建立在认知心理学的发展和神经科学研究技术的突破性进展之基础上的。认知神经科学以阐释心理、揭示人类心理活动的神经机制为己任，在认



知心理学的实验范式基础上,大量采用神经科学的 PET 和 fMRI 等技术,在短短几年里取得了巨大进展,被誉为 20 世纪最后 10 年心理科学发展的突出代表。

16 年前,先师高觉敷先生曾主编过《西方心理学的新发展》一书,介绍了西方心理学在 20 世纪 80 年代之前的新发展。但近 20 多年来,国际心理学界在上述诸多领域又取得了一些突破性的进展。对此,我国心理学界虽有一些评介性的文章,但还没有进行系统的理论研究。因此,对国际心理学界的这些突破,我们应作出自己的理论回应。现在编写这本《当代心理学的新进展》,正是意欲弥补这方面的不足。通过系统总结和评述 20 世纪 80 年代以来国际心理学界在诸多方面的重大进展,以期对我国心理科学的理论建设和实践应用有所帮助。全书共分为两大部分,第一部分论述心理学主要流派的新进展,包括社会学习理论(新的新行为主义)、精神分析心理学、皮亚杰学派、认知心理学、人本主义心理学等流派的最新发展和动态;第二部分论述心理学的研究方法论、智力理论、学习理论、认知发展理论、认知神经科学等专题研究的最新进展和前沿。当然,本书未能也不可能穷尽心理学所有领域研究的新进展,只是评述了当代心理学界一些重大理论流派和重要专题理论的新进展。

编写本书的另一个动因,是缘于教学的需要。我自 1993 年毕业留校以来,一直给我校心理学专业硕士生开设“当代心理学的新进展”课程,但苦于没有系统的教学参考资料,只好使用一些零散的文章,给这门课程教学带来了极大的不便。多年来,我一直在思考这门课程的教材建设问题。随着我国研究生招生规模的不断扩大,心理学专业硕士生逐年增多,学习这门课程的人数也在不断增加,因此,这门课程的教材建设也就更是提到议事日程上来。同时,随着近几年来我国理论心理学界研究成果的积累,编写本书的条件已经初步成熟。在与一些学界同仁多次沟通和交换意见之后,编写本书的设想,得到了大家的赞同。本书可以作为心理学专业硕士生专业基础课的教学参考书,也可以作为心理学专业本科生高年级选修课的教学参考书。

全书由我负责编写框架的设计、各章节撰稿人的邀请和书稿的最后修改与统定,我的博士生姜飞月同志协助我做了许多具体工作。本书各章节的作者如下:第一章,姜飞月(博士生)、郭本禹(博士、教授);第二章,蔡飞



(博士、副教授);第三章,郭本禹;第四章,贾林祥(博士、副教授);第五章,郭永玉(博士、教授);第六章高峰强(博士、教授);第七、九章,秦金亮(博士、教授);第八章,吴国宏(博士);第十章,熊哲宏(博士、教授);第十一章,刘昌(博士、特聘教授)。

本书的出版得到了江苏省省级重点学科基础心理学学科、南京师范大学“新世纪教育教学改革工程”二期建设项目的大力资助,山东教育出版社编审温玉川先生和责任编辑李广军先生,为本书的出版给予了极大的支持并付出了辛勤的劳动,在此一并致谢!

郭本禹

2003年3月于南京师范大学

目 录

导言	1
第一章 社会学习理论的新进展——自我效能理论	1
第一节 从社会学习理论到自我效能理论	1
第二节 自我效能理论的基本观点与原理	8
第三节 自我效能理论的主要应用	27
第四节 自我效能理论的前景透视	38
第二章 精神分析心理学的新进展——自身心理学理论	45
第一节 自身心理学的社会、思想背景	45
第二节 科赫特的精神分析方法论	47
第三节 广义自身心理学	49
第四节 对自身心理学的评价	64
第三章 皮亚杰学派的新进展——新皮亚杰学派理论	72
第一节 日内瓦新皮亚杰学派	72
第二节 智力发展的新皮亚杰学派	80
第四章 认知心理学的新进展——联结主义	93
第一节 联结主义的历史渊源及发展	93
第二节 联结主义的基本理论观点及特征	99
第三节 联结主义对心理过程的说明	111
第四节 对联结主义理论的评价	121
第五章 人本主义心理学的新进展——超个人心理学	127
第一节 从第三势力到第四势力	127
第二节 超个人心理学的主要理论	130
第三节 超个人的心理治疗	154
第四节 对超个人心理学的评论	157



第六章 科学主义心理学的消解——后现代心理学思想	163
第一节 心理学的后现代视野	163
第二节 后现代心理学思想的方法论与研究取向	172
第三节 后现代心理学思想的理论构建与争论	182
第四节 对后现代心理学思想的评价	190
第七章 心理学研究方法的新进展——质的研究方法	199
第一节 质的研究的历史与现状	199
第二节 质的研究方法的操作	212
第三节 质的研究方法的哲学基础	230
第四节 心理学质的研究的人文精神	237
第八章 智力理论的新进展——认知智力理论	244
第一节 智力概念的重构	244
第二节 斯腾伯格的智力理论	258
第三节 戴斯的智力 PASS 模型	284
第九章 学习理论的新进展——建构主义学习理论	295
第一节 建构主义学习理论的兴起	295
第二节 建构主义学习理论的基本主张	308
第三节 建构主义学习理论的主要教学模式	315
第四节 建构主义学习理论的未来发展	325
第十章 儿童认知发展理论的新进展——“儿童心理理论”的理论	329
第一节 儿童心理理论研究的起源和背景	329
第二节 儿童心理理论研究的三大理论取向	332
第三节 对儿童心理理论发展研究的方法论问题的反思	348
第十一章 人类心理活动的脑机制研究新进展——认知神经科学	359
第一节 认知神经科学产生的历史背景	360
第二节 认知神经科学的学科分支、基本观点和具体研究方法	364
第三节 人类心理活动脑机制的主要研究介绍	372
第四节 总结	380
参考文献	383
英汉人名索引	399



第一章 社会学习理论的新进展^{*} ——自我效能理论

当行为主义处于困境和危机之时，心理学中一场新的革命——认知革命的潮流席卷而来。面对这一局面，班杜拉等人试图突破行为主义的局限，大胆吸收认知革命的成果，从而建立起社会学习理论。随着研究的深入，特别是班杜拉的以观察学习为主的社会学习理论的发展，逐渐突破了行为主义学习理论的范畴，开始关注自我现象世界，重视人的内部因素的研究，进而于20世纪70年代末开始提出自我效能的概念，建立自我效能理论。自我效能不仅是一种主体性因素，而且是一种介乎动机和行为之间的因素，具有动力激发作用，同时也是一种自我生成能力，随着个体的成长而发展。自我效能理论有着广泛的应用价值，在学校教育、临床心理学、体育运动、职业指导等领域都有应用。自我效能理论的发展趋势主要是进一步完善和应用推广，特别是利用自我效能原理对个体行为的干预。

第一节 从社会学习理论到自我效能理论

从社会学习理论到自我效能理论，班杜拉的学术思想并非是一种突变，而是经历着对行为主义的继承与批判，对认知心理学的吸收与并蓄，从而得以实现思想的突破与创新。其表现即为行为主义之逻辑延伸的社会学习理论，标志其思想之转折的社会认知理论，对自我现象之研究的自我效能理论。本节主要分析班杜拉从社会学习理论到自我效能理论的思想转变过程。

^{*} 本章的写作得到江苏省教育厅高校人文社会科学研究重点项目（02SJBX1X001）的资助。



一、社会学习理论：行为主义之逻辑延伸

(一) 社会学习理论

社会学习理论是在对传统行为主义的继承与批判中逐渐形成的，是多种学习理论体系的统称。早期的社会学习理论有米勒和多拉德的社会模仿学习理论。现代社会学习理论以班杜拉的社会学习理论最为系统，也最有影响。稍早于班杜拉的有罗推尔的社会行为学习理论，与班杜拉同时代的还有米契尔的认知社会学习理论。

“社会学习”概念最早是由米勒和多拉德提出的。米勒和多拉德的社会学习是一种机械的模仿学习。就其学术关系而言，作为耶鲁小组的核心成员，他们与斯彭斯同属于新赫尔学派。相对于斯彭斯坚决捍卫赫尔理论的立场而言，“米勒和多拉德在坚持赫尔行为主义方面表现得较为灵活和温和”^①。在心理学的研究中，他们强调学习原理的重要性，坚持以动物为研究对象，并将结论推广到人类身上，认为强化是学习不可缺少的环节，不管社会设计如何，只要强化存在，学习就能发生，就能塑造人的行为。他们提出的驱力—线索—反应—奖赏的学习心理原则，在本质上，不过是赫尔驱力降低理论的发展。因此，早期社会学习理论仍然属于传统行为主义学习论范畴。

现代社会学习理论在总体上有别于早期社会学习理论。尽管在理论体系上，各个社会学习理论家的侧重点不一，但有其共同点。如，大胆地研究行为主义所摒弃的领域，探索认知、思维等在行为调节中的作用；强调行为与认知的结合；强调自我调节的作用，强调主体的积极性和主动性，但坚持行为主义的客观化立场，心理学研究的最终目的仍是为了说明、预测和控制行为。因此，现代社会学习理论本质上是对行为主义的继承和批判，是传统行为主义陷入危机后的反应之一，是行为主义的逻辑延伸。在各种现代社会学习理论中，最主要的是班杜拉的社会学习理论，它最为典型，最为开放，最有生命力。本章的社会学习理论的新进展主要是指班杜拉的社会学习理论的发展。

(二) 班杜拉的社会学习理论

班杜拉早年在依阿华大学攻读临床心理学研究生期间，受在此工作的斯

^① 杨鑫辉主编：《心理学通史》（第四卷），山东教育出版社 2000 年版，第 363 页。



彭斯的影响很大,为其严谨、客观的科学方法所吸引。在学习期间,班杜拉还接触了米勒和多拉德的学术思想,而且他的导师本顿也热衷于社会学习理论的应用。这些都给予了班杜拉以学术思想的来源和灵感。毕业后在斯坦福大学心理学系工作时,适逢西尔斯担任系主任。西尔斯当时研究的是儿童的社会行为和认同学习。这为一直不满传统学习论的班杜拉创立理论提供了一个偶然契机。他正是以西尔斯的研究为范型,与他第一个博士生沃特斯开始了对儿童的社会学习和攻击行为的实验研究。1963年,他们合作出版了《社会学习和人格发展》,首次提出了观察学习和替代强化。1977年,班杜拉又出版了《社会学习理论》一书,这是其社会学习理论走向成熟的标志。

班杜拉的社会学习理论突破了传统行为主义的理论偏见,受认知心理学的影响,将认知和行为联系起来考察社会学习。这首先表现在他的一般学习论观点中。传统学习理论通常以内部动因或外部动因来解释行为,如把人的行为原因归结为需要、内驱力和冲动等个体内部力量,或者认为行为的决定因素是环境,人是环境的产物,控制了环境就控制了人的行为。班杜拉则以他的三元交互决定论来解释学习的人性基础和行为的因果关系。他指出,行为、人的内部因素和环境影响三者彼此相互联系、相互决定。在班杜拉看来,心理机能就是个体(内部因素)、行为以及环境影响这三种决定因素之间的一种连续不断的交互作用。这些相互依赖的因素在不同的场合,对不同的行为,其影响是各不相同的。有时环境因素对行为产生决定性作用;有时行为可能成为三者中的决定因素;同样,人的认知因素也可能成为三者中的决定因素。在这三因素中,班杜拉特别注重人的因素在行为中的决定作用。这一行为的因果决定模式使班杜拉有别于一般行为主义者,他把行为和人的主体因素如认知等区分开,赋予认知因素在行为决定中以重要地位,从而避免了行为主义机械的环境决定论。

班杜拉正是以其对行为的因果决定模式的理智把握为基础,强调观察学习的重要性。班杜拉认为:“观察学习是社会学习的最主要形式之一,社会学习与观察学习几乎被看成同义词。”^①实际上,班杜拉将学习分为两类:

^① 叶浩生主编:《西方心理学的历史与体系》,人民教育出版社1998年版,第261页。



反应后果的学习和示范行为的学习。前者以直接经验为基础,后者以间接经验为基础。班杜拉认为直接经验的学习已研究得较为透彻,而对更为普遍、更有效的间接经验的学习——观察学习则被忽视了。他的志趣就在于“要弥补传统行为主义的这一疏忽”^①。

班杜拉将观察学习界定为:“一个人通过观察他人的行为及其强化结果而习得某些新的反应,或使他已经具有的某种行为反应特征得到矫正,同时,在这一过程中,观察者并没有对示范反应做出实际的外显操作。”^② 观察学习的发生必须要有以下理论前提:(1)人有符号化能力。只有人具有符号化能力,才能通过观察获得和保存替代经验(间接经验),并对以后的行为产生影响。(2)必须进行认知建构。个体必须对获得的间接经验进行认知表征,转化为自己认知结构的一部分。(3)承认学习可以在间接经验的基础上发生。(4)必须承认个体受他人影响。观察要有观察对象的存在,替代经验的获得需有对象来源。这就承认了个体学习的社会影响,学习不再是个体孤立地发生,而是真正的社会学习。(5)学习不一定需要强化。班杜拉在构建其社会学习理论时正是这样做的。他用信息加工的理论来说明观察学习的主体内部操作,假设了人的符号化操作能力的存在,超越了传统行为主义的直接经验的学习和学习的个体水平的局限。他还认为,强化只是观察学习的一个促进因素,而不是必要条件,观察学习可以在没有强化的条件下进行。

诚如班杜拉自己所论述的,整个社会学习理论有三个特征:(1)人的思想、情感和行为也能像受直接经验影响一样显著地受观察活动的影响;(2)人类具有应用符号去应对内部和外部各种事件的能力,并以符号为中介来预见行为、改变行为;(3)赋予自我调节能力以突出的地位,认为人不是单纯的反应者,他本身就是自己改变的动因。

在20世纪70年代末之前的很长一段时间,班杜拉的学术活动主要集中在以观察学习为中心的社会学习理论的建构上。他这一时期的学术思想,尽管超越了传统行为主义的理论局限,表现出了重大理论观点的突破,但是,

① 叶浩生主编:《西方心理学的历史与体系》,人民教育出版社1998年版,第261页。

② 转引自高申春:《人性辉煌之路》,湖北教育出版社2000年版,第124页。



他不过是想“走一条不同于传统行为主义，又不同于认知心理学的中庸之路，成为一名新的新行为主义者”^①。尽管他强调人在行为决定中的作用，但他的研究重心和目的仍然是行为，并没有给认知因素以应有的地位，也没有放弃强化观，对认知机制也只是进行了一般性的分析，对人的内在动机、内心冲突等领域重视不够，而且，他此时尽管强调社会因素对人的行为的影响，但重视的仍是外部环境的作用。因此，他此时的学术思想仍然未摆脱行为主义师承关系的影响，仍然是行为主义的逻辑延伸。

二、社会认知理论：班杜拉学术思想之转折

如果说 20 世纪 70 年代末之前，班杜拉的研究精力主要集中在以观察学习为中心的社会学习理论的建构上，那么他此后的研究方向则发生了改变。直接导致他研究方向转变的是源于两项研究。第一项是个合作项目，研究的是在应激情境下，个体对自己应对威胁的能力知觉如何影响神经递质和血液中荷尔蒙的释放。研究发现，个体是通过自己应对威胁的能力信念来调节生理激活水平。这一发现使班杜拉开始关注人类的自我调节能力的研究。另一项研究是 1977 年做的一个关于示范行为在治疗“恐蛇症”中的作用的实验。实验发现，治疗的效果是通过个体自我效能感的提高而获得的，自我效能感影响了人们的行为改变和恐惧唤醒。这引起了班杜拉研究自我参照思维影响心理机能的兴趣。这两个项目的研究促使班杜拉开始转向自我能力、自我调节、自我参照思维等主体因素的研究。

到了 20 世纪 80 年代中期，班杜拉初步形成了他的人类心理机能的社会认知理论。1986 年出版的《思想和行动的社会基础：社会认知论》一书，是其社会认知理论思想的系统总结。该书也是班杜拉学术思想的转折，此前，他主要致力于包括观察学习在内的宏观社会认知理论的建构和完善；此后，他就全面展开了对自我系统，特别是自我现象的研究。

社会认知理论是建立在社会学习理论基础之上，但它超越了社会学习理论，它的研究范围已经不再局限于学习论领域。社会认知论假设人类有自我反省和自我调节的能力，人类不仅是环境的消极反应者而且是环境的积极塑造者，“人们不只是由外部事件塑造的有反应性的机体，而是自我组织的、

^① 舒尔茨：《现代心理学史》，1987 年英文版，第 371 页。



积极进取的、自我调节和自我反思的”^①。在这种假设下，社会认知论研究人的认知、行动、动机和情绪。其基本观点是：人有符号表征能力；人类的绝大多数行为是有目的的或目标导向的，是受预先思维（forethought）指导的；人们有自我反省和分析、评价他们的思想和经验的能力；人有自我调节的能力；人们的学习方式主要是通过观察的替代学习，但认知等主体因素参与的亲历学习（enactive learning）同样很重要。然而，社会认知理论最重要的理论基础仍然是三元交互决定论的人性假设，并以此来解释人类的心理现象。根据这一互动的因果模型，人对环境的反应是认知的、情感的、行为的。但更为重要的是，通过认知，人们也控制着他们的行为，这不仅影响着环境，而且也影响着主体自身的认知、情感和生理状态。因此，人的能动性是其内部因素（认知的、情感的、生理的等）、行为和环境三者交互作用的产物，同时又对这三者发挥能动性作用。主体能动性的观点正是社会认知论的核心思想。社会认知论不仅强调主体的内部因素，如认知、情感、生理等因素发挥主体能动作用，而且强调个体拥有的信念“能使个体对自身思想、感受和行动进行调控，‘人们的所思所想影响着他们的行为方式’”^②。因此，对人类能动性的强调，特别是对包含自我信念在内的自我系统在自身行为调节中的核心作用的强调，是学习论所不能包容的。班杜拉自己也认为，社会认知论的观点，“从一开始，它就包含了超越学习的心理现象，如动机和自我调节的机制”，而且“学习主要被视为通过信息加工获得知识”；社会认知论“这个术语的社会部分，承认人的许多思想和行动的社会根源；认知部分承认思维过程作为原因影响对人的动机、情感和行动所起的作用”。^③

在社会认知的概念框架下，班杜拉分析了人的发展、适应和改变。他把人的能动性放在一个更为广阔的社会网络中来考察，认为社会文化主要通过

① 班杜拉：《思想和行动的社会基础：社会认知论》（中文版序），华东师范大学出版社 2001 年版，第 17 页。

② 班杜拉：《思想和行动的社会基础：社会认知论》（译者序），华东师范大学出版社 2001 年版，第 8 页。

③ 班杜拉：《思想和行动的社会基础：社会认知论》（序），1986 年英文版，第 33 页。



榜样的示范作用来传递,大量关于人的价值、思维方式、行为模式、社会机会和约束等信息是通过电子媒体用符号描述的被示范的交互作用而习得。社会、信息和技术的急速变化需要人们发展自我定向和自我更新的能力。认知等人的主体性因素在学习,特别是亲历学习中有着极为重要的作用。人们需要通过自我反思这一人类独特属性来为自己的生活提供结构、意义和连续性。在各种反思中,人的信念在对影响自己的生活事件进行控制中起着核心和普遍作用。人的效能信念是能动性的基础,它影响着人的思维、情感和行动,并产生自我激励作用。在社会发展的全球化过程中,人们在控制自己的生活事件中,不仅要发挥个体的能动性,还要重视发挥集体的能动性,而人们对集体力量的共同信念是集体能动性发挥的关键成分。

三、自我效能理论:关于自我现象之研究

班杜拉的三元交互决定论的因果决定模式中已经蕴涵着对人的主体性因素的研究。在三元交互决定论中,探讨的是环境、行为和包括思想、认知、动机、自我评价等人的主体性因素之间的交互决定关系。有别于传统行为主义的是,班杜拉对人的主体性因素更为重视。作为实验研究中发现的主体性因素的自我效能现象更是吸引了班杜拉的注意力和研究精力的投放。自我效能理论主要关注三元交互决定论中个体的认知因素。认知不仅影响情感和行为,而且情感、行为和环境也影响认知。而个体的所有心理和行为的改变都要通过个体的把握感或自我效能感。班杜拉认为个体自我效能感是建立在个体对自身能力的认知、判断和评价的基础之上,是一个与个体能力有关的概念。作为自我系统的一方面,它是个体以自身为对象的思维形式之一,但它不是一种纯粹的能力判断,而是指个体对自己能否完成某个任务或活动的能力的信心、信念或主体对自我的感受和把握,是从动力学角度来探讨主体自我在个体心理机能或潜能发挥中的作用。它是一个在个体心理机能和潜能发挥中起关键的、决定性作用的因素。像自我概念、自尊等一样,它描述的是一种主体的现象学特征,是自我现象之一。在自我效能理论的实践应用中,班杜拉常常用操作性概念来表达理论意义上的自我效能,最经常使用的操作性概念是自我效能感(perceived self-efficacy, sense of self-efficacy)、自我效能信念(self-efficacy beliefs)或自我效能期待(self-efficacy expectance)。班杜拉正是以这些概念来阐述自我效能现象,而且,这些概念可以互换使用。



20 世纪 70 年代末,班杜拉只是开始从自我参照思维角度来探索自我效能对心理社会性机能的影响,注重研究自我效能在行动和情感唤醒中的作用,把自我效能信念作为行为调节中起核心作用的自我系统的一个极为重要的因素给予必要关注。自我效能的概念最早出现在 1977 年班杜拉的《自我效能:关于行为变化的综合理论》一文中。在 1980 年的美国心理学会杰出科学贡献奖的颁奖大会上,班杜拉作了题为《人类行为中的自我效能机制》的演讲,对自我效能作了进一步阐释。在 1986 年出版的《思想和行动的社会基础:社会认知论》中,班杜拉专门以一章总结了 1986 年之前的有关自我效能的研究。该书出版之后,班杜拉的主要精力开始集中到自我效能这一自我信念系统的研究和总结上。自我效能这一独特的自我现象领域成为班杜拉晚年的学术兴趣中心,他为此写了大量的理论文章。除了一系列论文外,他还于 1995 年主编了《社会变革中的自我效能》一书,1997 年出版了《自我效能:控制的运用》一书,对自我效能理论的研究进行了总结和系统的理论建构。

第二节 自我效能理论的基本观点与原理

基于三元交互决定论的思想基础,班杜拉认为,人们对其行为能力的自我信念,即自我效能,也决定着人们的行为表现。自我效能是一种自我生成能力,有其特定性和一定的普遍性,既有个体性也有集体性,既有其建立的信息来源,也随自我成长而发展。本节通过对自我效能概念的含义和性质、自我效能的结构和测量、自我效能的信息来源、自我效能的作用机制、自我效能的发展性分析,介绍自我效能理论的基本观点和原理。

一、自我效能概念的含义和性质

(一) 自我效能概念的含义

班杜拉自我效能概念的含义前后有所变化。20 世纪 80 年代之前,班杜拉将自我效能解释为个体对自己实施某个具体行为或产生一定结果所需行为的能力预期,知觉到的效能预期影响着个体的目标选择、努力程度等。^①

^① 班杜拉:《自我效能:关于行为变化的综合理论》,载《心理学评论》,1977 年,第 84 卷,第 191~215 页。