



学术之星文库
XUESHUZHIXINGWENKU



岳彩镇◎著

镜像自我研究 理论与实证

JingXiang ZiWo YanJiu LiLun Yu ShiZheng



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press



岳彩镇◎著

镜像自我研究 理论与实证

JingXiang ZiWo YanJiu LiLun Yu ShiZheng



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

镜像自我研究:理论与实证 / 岳彩镇著. —北京:
中央编译出版社, 2014. 8

ISBN 978-7-5117-2265-2

I. ①镜… II. ①岳… III. ①心理学—研究
IV. ①B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 189155 号

镜像自我研究:理论与实证

出 版 人:刘明清

出版统筹:董 巍

责任编辑:张树相 隋建文

责任印制:尹 君

出版发行:中央编译出版社

地 址:北京市西城区车公庄大街乙5号鸿儒大厦B座(100044)

电 话:(010)52612345(总编室)(010)52612363(编辑室)

(010)52612316(发行部)(010)52612315(网络销售)

(010)52612346(馆配部)(010)66509618(读者服务部)

传 真:(010)66515838

经 销:全国新华书店

印 刷:北京彩虹伟业印刷有限公司

开 本:710 毫米×1000 毫米 1/16

字 数:134 千字

印 张:12

版 次:2014 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

定 价:58.00 元

网 址:www.cctpbook.com 邮 箱:cctp@cctphome.com

新浪微博:@中央编译出版社 微 信:中央编译出版社(ID:cctphome)

淘宝店铺:中央编译出版社直销店(<http://shop108367160.taobao.com>)

本社常年法律顾问:北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

凡有印装质量问题,本社负责调换。电话:010-66509618

作者简介

岳彩镇 博士，多年来致力于镜像自我研究。在《心理学报》、《心理科学》、《心理发展与教育》等刊物上共发表研究论文14篇；参编教材2部；参研国家级、省部级课题4项。

重庆文理学院学术专著出版资助项目

目 录

CONTENTS

第一章 绪 论	1
一、镜像自我的含义	1
二、镜像自我的结构	3
三、镜像自我研究历史	6
第二章 镜像自我研究进展	16
一、反思评价存在的证据	16
二、反思评价的功能	18
三、反思评价的准确性	23
四、反思评价的形成机制	26
第三章 反思评价问卷的初步编制	31
一、问题提出	31
二、量表编制	32
三、结果分析	37
四、总的讨论	40

第四章 自我评价、他人评价和反思评价的关系研究	43
一、问题提出	43
二、研究方法	46
三、研究结果	47
四、总的讨论	53
 第五章 信息不对称在自我评价、他人评价和反思评价 差异中的作用	 57
一、问题提出	57
二、研究目的	62
三、明确情境中信息不对称在他人评价和反思评价 差异中的作用	64
四、模糊情境中信息不对称在他人评价和反思评价 差异中的作用	76
五、总的讨论	82
 第六章 具体他人反思评价的记忆效应	 88
一、问题提出	88
二、研究目的	93
三、初中生对具体他人反思评价的记忆效应	97
四、高中生对具体他人反思评价的记忆效应	105
五、大学生对具体他人反思评价的记忆效应	111
六、总的讨论	115

第七章 概括化他人反思评价的记忆效应	120
一、问题提出	120
二、研究目的	121
三、初中生对概括化他人反思评价的记忆效应	122
四、高中生对概括化他人反思评价的记忆效应	128
五、大学生对概括化他人反思评价的记忆效应	134
六、总的讨论	139
 第八章 反思评价的 ERP 研究	 151
一、问题提出	151
二、研究目的	153
三、对具体他人反思评价的 ERP 研究	153
四、对概括化他人反思评价的 ERP 研究	162
五、总的讨论	168
 参考文献	 172
 后 记	 182

第一章

绪 论

一、镜像自我的含义

在个体的成长过程中,社会环境起着至关重要的作用,一旦个体脱离了社会环境,将很难成为社会人。“狼孩”的例子最为典型。“人们只有在人中间才能认识自己;只有生活才能教会人去认识自己。”这表明社会环境对于自我的重要性。从自我的早期研究至今,研究者都强调社会过程在自我形成和发展中的作用。James (1890)明确指出自我中的社会成分,主张自我是社会生活的产物和反映。

我们在人际沟通过程中认识自己,通过人际互动,我们逐步理解自己与他人的关系、理解了自己的社会角色、理解了自己是集体中的一员;通过人际交流,我们知道了自己的社会地位、知道了自己的特点、也开始认识了自己。正是在这种人际交互过程中,我们才逐渐发展出自我。

他人对自我的影响显而易见,以至于离开他人,我们甚至无法

形成自我。Cooley(1902)强调了自我发展中他人观点的重要性,他认为自我不能与社会影响相分离,并提出自我是通过反思他人对自己的看法而构建成的。Cooley(1902)将其称为镜像自我(looking-glass self)或投射自我(reflected self),它是指人们根据他人对自己的看法而产生的自我认知。

例如,小李同学一直认为自己不擅长物理,甚至有些讨厌物理。在某次课堂上,物理老师出了一道题目,说要找一位在物理方面很有天赋的同学来回答问题,并点名让小李回答。自此以后,小李觉得物理老师认为自己擅长物理,因而再也不认为自己不擅长物理,甚至会认为自己在物理方面有很高的天赋。这个例子能够很好地诠释镜像自我,小李对自己是否擅长物理上的认识来自于物理教师的看法,因为他觉得教师认为自己在物理方面很有天赋,因而自己也会如此看待自己。Cooley认为,在很多情况下,我们的自我认知依据于他人对自己的看法。

从童年早期开始,个体就在关注他人对自己的看法,学着去推断他人怎样看待自己,观察他人对自己的行为反应等。“人们彼此都是一面镜子,映照对方”,于自我而言,他人就像一面镜子,每个人都试图去了解他人眼中的我的形象,并在这一过程中进行自我建构,使之与他人眼中的看法相一致。

Cooley认为镜像自我有三种元素。首先,个体想象自己在他人心目中的形象;其次,个体想象他人会如何评价自己的这一形象;最后,个体体验到有关他人评价的情绪性反应,如产生害羞或骄傲等情绪体验。

二、镜像自我的结构

在上述小李的案例中,至少包涵着三个方面。首先,物理老师(有意或无意地)表达了对小李在物理学科上的看法;其次,关于物理老师对自己的看法,小李进行了推断;最后,在物理知识上,小李也存在着自己的看法。心理学家认为,镜像自我包含三个要素,即他人评价、反思评价和自我评价。

1. 他人评价

他人评价(others' appraisals)指他人对自己的实际评价,也就是说他人对于我们的真实看法是什么样的,也称为他人实际评价(others' actual appraisals)。

在他人评价中,存在着不同类型的他人。有关系紧密的亲密他人,如父母、配偶、好朋友等;有关系紧要的重要他人,如导师、教练、顶头上司等;有关系普通的一般他人,如普通同学、一般朋友等;也有关系疏远的不熟悉他人,如点头之交等。

在他人评价中,他人对个体评价的领域也十分广泛。例如,他人可能关注个体的行为表现,如言语表达、身体姿势等;或者关注个体的人际关系,如社交广泛、独来独往等;或者关注个体的个人特质,如外貌特征、勤奋程度、性格特点等;或者关注个体的能力,如运动能力、数学能力、空间能力等。

他人可能对个体进行直接的、明确的评价。例如,有时候我们会直接听到“你长得好漂亮”、“你太能干了”等这样的赞美。这样的直接评价可以让我们明确他人是怎样看待自己的。但有时候,他人对个体的评价更多是含蓄的、模糊的,尤其当这些看法对个体

带有不利的、伤害性的结果时。例如,有个女孩穿了一件不太合体的衣服,并且询问别人的感受时,别人通常只是一个模糊的回答(如“挺好的”)。别人之所以如此说,更多是因为如果直接表达真实看法,可能会引起这个女孩的尴尬或者有损双方关系。在中国文化中,更是强调人际沟通的含蓄性,在人际交流中,他人更多表达积极看法,很少甚至不会表达负面看法。

有时候,他人会有意识地表达对个体的看法。例如,当师范生在试讲练习之后,小组成员会专门针对其讲课中的表现进行评价,在这个过程中,他人是积极主动地表达看法,通过这种方式来促进个体的自我调整,提升师范生的专业技能。但也有很多时候,他人对个体的看法是无意中传递的。如果我们不喜欢某个人,即便在和这个个体交流过程中,我们不会用言语表达任何负性看法,但或许会通过表情或身体语言流露出自己的真实感受。这样,通过无意中的表情表达,人际之间就会传递出不同的信息。

2. 反思评价

反思评价(reflected appraisals)是指个体对于他人如何看待自己的知觉,也就是个体推断他人对自己的看法,也称为反思自我评价(reflected self-appraisals)。反思评价是镜像自我的核心内容。

当个体进行反思评价时,如同他人评价一样,可以是各个具体领域。在人际互动过程中,个体会推断他人如何看待自己的行为表现、工作能力或者人格特征等。反思评价也可以是整体性评价。个体会猜测在别人眼中自己是什么样子的,也会推断他人对自己的整体感受是怎样的等等。

反思评价是个体认为他人会怎样看待自己,当涉及不同他人时,其反思评价可能存在着差异。在日常生活中的人际互动,我们

通常会推断某个具体他人 (specific other) 对自己的看法。例如,对于学业成绩,个体或许会猜测父母认为自己是聪明的;而猜测教师对自己的评价则极为普通。随着个体的成长,个体还会将诸多具体他人或群体加以整合,形成一个抽象的、普遍的他人,即“概括化他人”(generalized other)。个体还会采用概括化他人的角度来看待自己。例如,一个人在演讲完之后,试图了解听众对自己的表现有何评论。此时,该个体并不是关注某个具体他人如何看待自己,而会想象整个听众群体会如何评价自己的表现。

在思考别人对自己的看法时,一方面,我们推断别人是怎么想的,他人会如何评价自己;另一方面,我们也在猜测别人对自己的感受是怎样的,他人对自己的喜爱程度如何。这反映了反思评价的两个特点:认知性和情绪性。例如,在开始恋爱之前,个体会积极表现自己,一方面,个体试图知晓对方对自己的看法(认知性反思评价);另一方面,也是更为重要的一点,个体更想知道对方对自己的情感态度(情绪性反思评价),对方是喜欢自己还是讨厌自己呢?

反思评价对外承接着他人评价,对内密切联系着自我评价,因而它是镜像过程中最为重要的元素。

3. 自我评价

自我评价 (self-appraisals) 是指个体对于自己的看法,也就是说,我们是如何评价自己的。

自我的内容极为繁杂,如 James 认为自我包括物质自我、社会自我和精神自我。因而,自我评价的内容也十分广泛。但在镜像过程中,主要关注与人际互动中关系较为紧密的自我评价。例如对于自己人格特质 (Arbright, Forest, Reiseter, 2001; Carlson, Vaz-

ire, Furr, 2011)、运动能力(Amorose, 2002; Weiss, 2010)、学业自我(Bouchey, Harter, 2005)、身体特征(Croson, Muller, 2004)的评价等。

他人评价、反思评价和自我评价作为镜像自我的三个成分,它们之间的关系是怎样的?从理论思考到实证研究,众多心理学家对此进行了深入探讨。这些内容也成为镜像自我领域中的一个焦点问题。

三、镜像自我研究历史

1. 库利与镜像自我

在詹姆斯的基础上,库利(1902)也对社会与自我的关系进行了深入分析。库利首先探讨了个人与社会的关系。在库利看来,社会具有三层意义。第一层意义是指人类集体的一面,也可指任何个别的社会组织;第二层意义指的是“人们直接的交流,包括交谈和有具体对象的同情——简言之,就是交际”。关于这一点,库利论述说:“正是在人际关系中个性才最明显地存在和表现出来。”第三层意义主要表示增进社会福利。关于个人与社会,库利认为“(两者)之间的关系是一种有机的关系”,从个人的角度看,个体是社会整体的一部分,“个人是与人类整体不可分割的”;从社会的角度看,“社会整体也在某种程度上依赖每一个个人”。

然而,个人与社会是怎样联结起来的呢?库利认为,个人是通过初级群体(primary group)来学习社会、走向社会的。所谓初级群体是指个体间面对面的交往与合作的群体,是一个直接的、自然的世界,如一个家庭,儿时的游戏伙伴,大学的班级或者一个社区群

体等。关于初级群体对个体的影响,库利表述道:“在初级群体中,人性逐渐产生。人性不是人生来就有的,人只有通过交往才能得到人性,而人性又可以在孤立中失去。”

库利认为自我是一种自我感觉,“‘我’最初是作为一种感觉或者我们思想中的感觉组成材料而为我们的经验所知”。比如,当我们用“我”或“我的”来表达某个意思或想法时,“自我感觉就会通过联想而出现”。在库利看来,当我们在社会中的应用自我概念时,并不会经常地想到自己的身体,它更多是指观点、目的、愿望、声明等等。库利认为“普遍用语中的‘我’总是或多或少地和讲话者及其他人有着特殊的联系”,因而在其自我研究中,他将焦点主要集中在社会自我这个方面。他也认为“社会自我只不过是意识对自身产生于交流生活的某种思想或者思想体系的认识和感觉”。

库利认为自我不是独立于社会之外的某种东西,相反,它是“普遍生活中最最重要的部分”,由于自我与社会的紧密联系,因而在“普通语言中‘我’有联系他人的意义”。因而社会中的他人对个体自我的影响也就变得极为显著。

在这一逻辑的基础上,库利提出镜像自我这一概念。“在许多情况下,与他人的联系依赖较为确定的想象形式,即相信他的自我——他专有的所有意识——是如何出现在他人意识中的。这种自我感觉决定于对想象的他人的意识的态度。这种社会自我则可以被称作镜像自我。”库利认为镜像自我具有三个主要成分:“想象他人心目中我们的形象;想象他人对这一形象的判断;产生某种自我感觉,如骄傲或耻辱等。”而且在库利看来,“人们总是想象,并在想象中与另一个头脑持同一判断”。比如“我们羞于在一个坦率的人面前显得躲躲闪闪,在一个勇敢的人面前表现出胆怯,在一个优

雅的人眼里显得粗鲁”。

随后,库利从发展的角度探讨了镜像自我。库利通过对自己孩子的行为观察,发现即便是六个月大的婴儿,也会通过各种行为(如扭动,咯咯笑,伸出手臂等)进行人际互动,甚至会“过分地注重别人对她的看法”。库利发现,儿童不但关注着别人对自己的看法,而且对他人进行了区分,“一个孩子已经相当关心自己在某个人心目中的地位,而对另一个人则可以毫不在意”,并且“很快学会了在不同的人面前以不同的面目出现”。另外,库利也发现了性别差异,“女孩子的社会感觉更敏锐,她们更明显地关心和研究自己的社会形象,更多地受自己的社会形象的影响……男孩总的来说自我感觉不是那么敏锐”。

如同将自我理解为自我感觉一样,库利更多是从情绪、情感角度来理解镜像自我。库利认为“假装、虚荣等都意味着错误地受了想象他人对我们看法的影响,这些影响……打破了他的心理平衡……失去正常状态,于是变得愚蠢、软弱和卑鄙”;“意识到别人对他的观察,就会引起模糊的不舒服、怀疑和紧张的感觉……在陌生人的观察下或多或少会感到焦虑和窘迫”。

最后,库利论述了社会和他人对自我的塑造。库利认为,如果没有与其他人进行互动,则很少培养个体的社会自我感,“个人的自我只有在与其他个人的关系中才能被感觉到”,即便是群体自我,“也只有在与更大的社会发生联系时才能感觉到”。另外,如果我们在一个很重要的人面前时,我们就可能会“按他的意识中我们的形象重新塑造生活”,“一个敏感的人,在一个举足轻重的人面前,会暂时使自己符合对方心目中自己的形象”;即便是内心平衡、行动和谐的人们不知道他们在关心着他人对他的评价,但这种影

响也可能通过“潜意识或暗示”来实现。因而,在库利看来,自我就是通过猜测我们在他人心目中的形象而逐渐形成和发展起来的。

相比而言,詹姆斯所论述的自我更多是一种静态的,没有发展的自我;而库利则探讨了自我的发展问题,但由于将自我理解成自我感觉,因而从某种程度上来说,库利主要是关注人们对自身的情感是如何发展的。

2. 米德与符号相互作用理论

库利关于镜像自我的论述,强调了人们关于自我感觉的发展过程,即个体关于自己的感觉是通过想象他人对自己的看法而形成的。米德在库利的这个基础上,进一步拓展了这一思想,形成了符号相互作用理论(symbolic interactionism)。

符号相互作用理论主要强调事物的意义、符号在社会过程及在社会心理、社会行为中的作用。米德认为象征符号是社会生活的基础,人们通过语言、文字、手势、表情等象征符号进行交流,达到共同理解;心智、自我和社会是密切关联的三种结构和现象,它们的形成、维持和发展,它们之间的相互影响、制约和关联,都凭靠符号及符号互动来实现。在符号互动中,个体的反应和他人先前向他发出的行为之间有一个中介过程,即他要对别人的行为加以解释,确定其意义,然后才能确定自己适当的反应行为。米德的这一理论的主要假设是:人对外界事物所采取的行动是以该事物对他的意义为基础的;这些事物的意义来源于个体与他人的互动,而不存在于这些事物本身之中;当个体在应付他所遇到的事物时,他是通过自己的解释去运用于修正这些意义的。

米德的符号相互作用理论关注了个体的社会化过程,关注人们是如何从刚出生时与社会几乎毫无关联的生物体转变成一个社