

学生情商与非智力因素培养训练丛书

9

自我意识与兴趣



中国物资出版社

学生情商与非智力因素培养训练丛书⑨

江苏工业学院图书馆
藏书章

自我意识与兴趣

中国物资出版社

图书在版编目(CIP)数据

自我意识与兴趣/孙永清,马仁真主编. —北京:
中国物资出版社,1998.12
(学生情商与非智力因素培养训练丛书)
ISBN 7-5047-1027-X

I. 自… II. ①孙… ②马… III. ①自我意识
②兴趣 IV. B848.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 33613 号

学生情商与非智力因素培养训练丛书

自我意识与兴趣⑨

主编 孙永清 马仁真

中国物资出版社出版发行

(社址:北京西城区月坛北街 25 号 邮编:100834)

*

全国新华书店发行

北京密云胶印厂印刷

*

787×1092 毫米 32 开 120 印张 2600 千字
1998 年 12 月第 1 版 1998 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-5047-1027-X/G · 0250

印数:1—3000 定价:168.00 元(全 30 册)

出版说明

一个国家、一个民族、一个单位甚至一个家庭的发展与成功关键取决于人材,取决于人的素质,而人的素质是由两个脑、两颗心、两种智力——理性与感性决定的,生命的成就同时取决于两者,决非智商 IQ 可单独主宰。情商与非智力因素的教育培养已成为本世纪最重要的心理学研究成果。情商 EQ 的研究和应用对提高人的素质无疑有着划时代的重要意义。

情商概念的提出和强调,赋予了情绪应有的价值,有助于转变人们对情绪的偏见,促使人们对它的重视、引导、调适、开发与完善,并且有助于将智慧引入情绪,把感情融入智力,实现情感与理性的结合,使情绪表达富有理性、充满智慧。

知识的巨人,生活的白痴,思维领域雄才大略,人际关系浑浑噩噩,正是某些高智商者的真实写照。社会的发展对人才提出了更高的要求——很强的社交能力、外向快乐、对人热情,充满爱心,敢负责任、积极向上、具有旺盛的生命力,远离恐惧与忧思……这些展示了健康人生的基本要求,也是情感智力的基本要求。

为适应学生情商与非智力因素的教育培养的客观需要,由知名专家学者联袂推出了这本《学生情商与非智力因素培养训练丛书》。该书集情商研究之大成,结合运用了多种学科知识,深入研究情商心理及行为规律;语言流畅生动,内容丰富多彩,理论与实践并重,对于加强学生素质教育,开发学生的心理潜能,将产生深远的影响。

开发你的情商吧,你会发现一个全新的自我!

编者

1998. 12

《学生情商与非智力因素培养训练丛书》

编委会名单

主 编：孙永清 马仁真

编 委：田晓娜 刘 霞 田 野 邓斌艺
孙永清 马仁真 何曼青 冯克诚
于 明 崔雪松 周德明 赵树林
罗方平 蒋卫杰 王波波 杨邵豫

目 录

自我意识与兴趣

一、动 机	(1)
动机概述	(1)
动机的性质	(2)
相关概念	(3)
(一)均衡作用	(4)
(二)需求与驱力	(5)
(三)本能	(5)
(四)诱因	(6)
动机体系	(7)
生理动机	(18)
社会心理动机	(21)
(一)成就动机	(21)
(二)亲和动机	(28)
(三)权力动机	(29)
动机理论	(31)
(一)驱力理论	(32)
(二)认知、期望论	(35)
(三)动机自我归因论	(36)
学习动机	(42)
(一)学习动机的一般概念	(42)
(二)学生学习动机的分析	(44)
(三)影响学习动机形成的因素	(48)
(四)动机的培养与激发	(53)
(五)对学业成败正确归因	(65)

二、兴 趣	(68)
兴趣及其特点	(68)
兴趣与年龄	(71)
兴趣与特性	(74)
(一)兴趣与性别	(74)
(二)兴趣与个性心理特征	(75)
兴趣的作用	(76)
兴趣的品质	(78)
(一)兴趣的倾向性	(78)
(二)直接兴趣和间接兴趣	(79)
(三)兴趣的广度	(80)
(四)兴趣的稳定性	(81)
(五)兴趣的效能	(81)
兴趣的激发	(82)
(一)明确活动的目的意义	(82)
(二)多尝试多练习	(84)
(三)运用学科特点,寓教于乐	(86)
(四)创设问题情境	(87)
(五)充分利用已有兴趣的迁移	(89)
(六)针对兴趣的品质,培养兴趣	(91)
(七)培养师生感情	(94)
三、理 想	(97)
理想的概念	(97)
理想的水平	(98)
四、信 念	(101)
信念的概念	(101)
信念的形成	(102)
信念和个性	(102)
信念的来源	(103)
五、世界观	(104)

世界观的概念	(104)
无产阶级世界观的特征	(106)
(一)内容的丰富性和科学性	(106)
(二)系统性和一贯性	(106)
(三)概括性和具体性	(107)
(四)与行为的一致性	(107)
个体世界观的形成	(108)
(一)要学习各种知识	(108)
(二)自觉地学习马克思主义	(108)
(三)参加社会实践,理论联系实际	(108)
青少年世界观形成的特点	(109)
六、生命的航标	(111)
明确目标	(112)
百折不回	(115)
挑战目标	(116)
理性规划	(117)
明确目标	(117)

一、动 机

动机概述

在日常生活中,人的各种活动都是受动机支配的,人们常常使用“动机”一词来指行为的原因。“他这样做是出于什么动机”,亦即“他为什么这样做”。

在心理学上,动机(motivation)指发动、指引和维持躯体和心理活动的内部过程。在具有特定目标的活动中,动机涉及这种活动的全部内在机制,包括能量的激活、使活动指向一定的目标以及维持有组织的反应模式,直到活动的完成。

“动机”一词的最初使用是在20世纪初。古代和近代的哲学家们认为人是理性动物,人的理智能自由地选择行为方向和决定行为过程,因此人应对自己的行为负责。17世纪的一些哲学家(如霍布士、洛克和休谟)提出了另外的看法,他们认为某些行为发生的原因是我们不能支配的内部和外部力量。例如,霍布士认为一切行为的根本原因都在于追求快乐、逃避痛苦,这种思想后来演变成为心理享乐主义,对一些动机理论深具影响。

“动机”这一概念是由伍德沃斯(R. Woodworth)于1918年率先引入心理学的,他把动机视为决定行为的内在动力。伍德沃斯认为,在指向特定目标的活动中,最初的刺激激发有机体释放一种能量,这就是驱力;这种能量是未分化的,不具方向性,活动的目标由其他心理机制(如知觉、学习过程)来决定。这种观点后来导致一个普遍争议的问题,那就是动机是否具有目的性?许多心理学家认为,动机既发动行为,又确定行

为方向;另有些心理学家则认为动机只能为行为提供能量,却并不决定行为的目的或方向。在这个问题上,心理享乐主义为动机的目的论提供了支持。一些从事学习心理学研究的心理学家,如霍尔(C. Hull)和米勒(N. Miller),也从享乐主义观点出发论述了学习和动机的关系。他们认为,学习作为一种行为过程,是由机体内部追求享乐的力量所发动和维持的,没有动机的机体是消极被动的,不会去行动,不会去探索环境,因而也不会去学习行为的结果。正是由于动机的存在,强化物才会有效,伴随强化物的反应才会被动物习得。

动机的性质

心理学所研究的主题是行为与心理历程,动机与行为和心理历程是相对的概念,行为与心理历程是指个体外显的或内隐的(譬如思考)各种活动(以下将“行为与心理历程”简述为行为或行为活动),而动机则是促使个体从事各种活动的内在原因。因此,一般对动机(motivation)一词所定的界说是:动机是指引起个体活动,维持已引起的活动,并促使该活动朝向某一目标进行的内在作用。按此界说之涵义,有待进一步说明者,有以下四个要点:

1. 界说中所谓的活动,自然指的是行为活动。动机本身不属于行为活动,动机只是一种促动行为活动的内在作用。

2. 对个体的行为活动而言,动机不但具有内在的促动作用,而且在促动之后,对个体行为活动另具有导向作用与维持作用。例如:动物觅食活动是一种外显行为,而此一外显行为背后,有一个发生内在作用的动机,那就是饥饿。动物饥饿时,它的觅食活动是有目标的,它的活动始终是朝向有食物的

方向去进行。如果觅食活动没有结果,动物的饥饿不能解除,即表示原有之动机仍然存在。在此情形下,由动机促动之觅食活动,仍将继续进行。

3. 动机是行为的原因,个体某种行为活动所持续的时间,可久可暂,端视是否达到目的使动机获得满足而定。饥而觅食,渴而求饮,由动机促动的行为活动,可能为时甚短。但如就人类的求学、求职以至于追名逐利的活动而言,其由动机所促动的行为,就可能维持甚久。无论行为持续之久暂,行为背后的动机促动力是不可缺少的。由此可见动机的重要性。

4. 动机虽可视为行为发生的内在原因,动机既不属于自变项,也不属于依变项,而是处于自变项与依变项之间的中介变项。以刺激与反应两者之间的关系来看,刺激是自变项,反应是依变项。就动机的性质言,它是介于刺激与反应之间的中介,它只能促使个体在某一刺激情境下产生反应。食物是刺激,吃食物是反应,但只有在个体饥饿(动机)时才会吃食物。由于动机是中介变项,中介变项是不能直接观察测量的,只能根据自变项(刺激)或依变项(反应)去推测。推测的结果未必准确,因此,在心理学的各类主题中,动机是最不容易研究的。

相关概念

在心理学的书籍中,有很多名词用来表示与动机类似的概念。此等名词,有的与动机一词的涵义大同小异,但也有的意义相差较远;惟在实际使用上,很难找到确切的界限。有经验的读者,只有从上下文的通篇意义中,去了解作者所要表达的理念。以下几个概念是最常见的:

(一)均衡作用

所谓均衡作用(homeostasis),原意是指个体为了生存适应,在身体上生而具有某些调节机构,能够自行运作,经常保持某一适于个体生存所需的标准,藉以维持生命,从而发挥其生活上的功能。对人的身体而言,最明显的均衡作用之一,就是体温。虽然人类的体温在本身变化上只有一两度的弹性,但它却能自动调节,以适应高于体温(如洗热水澡)与低于体温(如冬泳)的环境。惟其如此,人类在四季常绿的热带可以居住,在终年积雪的寒带,也可以生存。当然,在身体上维持均衡作用时,其所能调节幅度并非没有限度。如体温计高到摄氏45°,身体细胞中的蛋白质就会凝固;如体温降至摄氏零度以下,身体细胞中的水分就会结冰。此时,因超过均衡作用所能调节的极限,个体就不能靠均衡作用来维持生命了。

除体温之外,身体上对水分的保持与食物养分的贮存,也同样是靠均衡作用来调整。然则,以生理作用为基础的均衡作用,与心理学上的动机有何关系?这问题可以从两方面来回答:其一是动机本来就具有生理的基础,像饥饿、渴、性等最原始性的动机,其产生都是由于生理上暂时失却均衡作用使然。均衡作用所维持者是一个适度的、恰好的理想状态,如因外在的或内在的原因使理想状态改变,失去均衡,生理上自会调节要求补充;于是就促使个体产生了因渴而求饮与因饥而觅食的活动。其二,均衡作用除用在生理性动机之外,也引伸用来解释心理性动机。所谓“静极思动”,意思即指个体的活动乃是由于寻求心理上的平衡。均衡作用是暂时性的静止状态,事实上它的水准时时在波动。均衡作用波动到某种程度,促使个体活动以恢复均衡的内在力量,就会产生。此种内在力量,就是动机。

(二)需求与驱力

需求(need)一词最简单的狭义解释,是指个体生理上的一种匮乏状态(如缺乏维生素、矿物质、水分以及食物营养等),而此种匮乏状态如达到体内均衡作用必须调节的程度时,个体本身就会感到需求的存在。这是需求一词在生理上的意义。不过,在现代心理学上,需求一词的涵义已不限于生理上的应用,而扩大用以表示心理上的匮乏状态;诸如:友爱的需求、隶属感的需求、被人尊重的需求等等均是。因此,如就需求一词的广义用法来看,事实上已成了动机的同义词。

驱力(drive)一词狭义的简单解释,是指个体因生理上失却均衡作用而产生需求时,为了恢复均衡,补足需求,于是乃有内在促动力量,迫使个体有所活动。如此解释,等于是把均衡作用失却理想状态而产生的需求作为原因,而驱力就是需求状态存在的结果;其连续作用则是:体内失衡而生匮乏状态→需求→驱力→行为。

上述包括需求与努力的连续作用,在现代心理学的使用上,已不再只限于以生理为基础的狭义概念;而是已经引伸做广义使用。有人爱财如命,由对钱的需求而促动追寻钱财的内在动力,也被视为驱力。

(三)本能

所谓本能(instinct),是指一种先天的生物力量,它预先确定有机体(包括动物和人)的一些行为倾向或行为方式。

例如,鲑是一种生存在海洋中的鱼,雌鲑和雄鲑逆流行程数千里到某个特定水域交配、产卵,然后死去。小鲑游回到海洋中生活,经过若干年成熟以后,又回到自己的诞生地去产卵

和交配。又如,蜘蛛结网是人们熟知的现象,有趣的是蜘蛛能吐出两种不同的丝,粘丝结网,用来捕食;干丝结网,供自己安全行走。无论是鲑繁衍后代的特定模式,还是蜘蛛结网的神奇本领,都是先天的、不学而会的。这种先天的本能行为模式在种系的每一个体达到特定的发展阶段时,被足够的刺激条件所激发而以同样的形式表现出来;本能行为一旦被引发出来后,便不再依赖外界刺激而完全自发地完成。

传统的看法认为,只有动物为本能所驱使;人是理性动物,其行为的动因完全出于理智。然而,达尔文的进化论揭示了从低等动物到人类在种系发展上的延续性,从而打破了传统的看法,使得本能概念也被用来解释人类行为。我们可以观察到,人类新生儿在出生后即有一些先天的反射行为。例如,把新生儿以俯卧姿势放入水中,他便会作出不随意的、协调的游泳动作,有的孩子非常小就能很好地游泳,正是由于这种先天的反射动作得到强化而成为一项技能。又如,用乳头接触新生儿面颊,会发现婴儿转头张嘴去寻找和捕捉,嘴接触到乳头后便开始吮吸。这一行为模式是先天的、自动化的,甚至在睡眠时也能发生。但是,一般来说,在种系发生阶梯上越高级的动物,其种属特有的行为模式就越少,而依赖于学习的行为种类就越多。

(四)诱因

以上三点所述,都是解释个体行为的内在促动原因;行为由驱力推动,驱力生于需求,而需求又由于内部失却均衡使然。此种纯由内在原因的看来,虽可用以解释多数事实,但不能用以说明所有事实。因为,有时即使个体并无内在需求,单凭外在的刺激,也会引起动机,从而产生行为。饥而求食固属一般现象,然不饥饿而美食当前时,也可能会使人食指大动。

因此,外在刺激物也可能成为引起动机的原因。凡是能够引起个体动机的外在刺激(包括人、事、物、情境等),即称为诱因(incentive)。按刺激的性质,诱因又分为正负两类:凡是引起个体趋近或接受并由之获得满足的刺激(如食物),称为正诱因(positive incentive);凡是引起个体躲避或逃离,并因逃离而感满足者,称为负诱因(negative incentive)。如此看来,构成个体行为动机的因素,事实上有两大类:一类是内发的,失衡、需求、驱力等属之;此类因素可称为“内推性因素”。另一类是外诱的,具有正负诱因的外界刺激属之;此类因素可称为“外拉性因素”。

动机体系

动机是在需要的基础上产生的,是推动人的活动的内部心理过程。因此,也可以说动机是为实现一定目的而行动的原因。正如恩格斯所说:“就个别人说,他的行动的一切动力,都一定要通过他的头脑,一定要转变为他的愿望的动机。”可见,没有动机就没有人的行动,而动机这种内部心理过程的确由需要引起。动机是个体的内在过程,行为是这种内部过程的结果,引起动机的两个条件是内部条件和外在条件。内部条件就是需要,当需要达到一定水平和满足需要的对象存在时,动机才能被引发;外在条件就是诱因,它就是引起个人动机并满足个人需要的外界刺激(如饥饿时出现的食物等)。可见内外部条件的实质是一个,就是需要。彼得罗夫斯基对此强调指出:“动机,这是与满足某些需要有关的活动动力”;“需要是人的各种积极性的实质、机制,那么动机就是这种实质的具体表现。”

从不同需要的角度,动机可分为生理性动机和社会性动机(又称心理性动机);按学习在动机形成和发展中所起的作用,动机可分为原始的动机与习惯动机;根据动机水平,动机可分为有意识的动机和无意识的动机;根据引起动机的不同原因,动机可分为外在的动机和内在的动机。

从上述不同角度划分的不同类型的动机,可构成一个动机体系。可以说,这是从横的层面上看问题得到的结果。

从纵的方向看,以需要为一条主线,以满足需要的内部心理活动过程的各成分内涵为界定,即“从其积极性方面来看”,有理由把动机看作一个系统结构。它们包括兴趣、信念、意图。

以下将从横纵不同方向看自我意识与动机的关系及作用。

需要是引起动机的根本条件,动机是需要的表现形式。因此,前述对自我意识与需要的关系及作用讨论中的观点,原则上都适用于动机。

考虑到动机体系中动机类型多,内容范围太广,为突出重点,在此仅以社会性动机为例,以社会性动机的形成和成就动机中的动机强度及交往动机为重点予以说明。

1. 自我意识与社会性动机的形成

社会性动机(心理性动机)与人的心理和社会需要有关,是后天习得的,具有持久性。受社会现实关系影响,个人之间的社会性动机存在着很大的差异,这类社会性动机主要包括友谊、爱情、交往、认识、劳动、成就、奉献、赞许等动机。这类动机是现实社会关系对个人影响的表现。

社会(心理)性需要是被个人意识到的需要,社会需要反映人人脑中,一旦为意识清楚地察觉,即被意识到,就以动机的形态表现出来。可见,从需要到这类动机之间的转化,这种为意识清楚地察觉到的个人自我意识是关键。人有许多需要,

它们不可能在每一瞬间都变成相应的动机。为什么？因为是对个人而言，需要有轻重缓急之分；对社会他人而言，需要有正确与错误之别；此外，还有实现条件的具备与否等等，所有的制约条件构成个人在某一具体时刻只能被一种起主导作用的动机驱使，投入相应的活动。动机的肯定与否决、各动机的选择与排序，进而形成满足需要最重要的主导动机，是靠个人的自我意识积极的参与、调控的。

参与动机形成的自我意识作用主要是：

第一，认识作用。作为被意识的自觉心理状态的自我意识，利用已有的关于自我、物我、人我关系的内容，对现存需要进行认识，比较，对这种需要的有关信息进行处理，对该需要的后果进行评估，得出判断，对产生的需要作肯定、否定或置后，由此为需要向动机转化确定了方向。

第二，体验作用。这是与认识的比较、判断伴生的情绪反应，它强化主体作出的判断，促进需要沿认识判断的方向向动机转化。

第三，控制作用。主要体现在主导动机的形成上。主体在对需要的认识、判断基础上，伴随着情绪体验与感受的促进，运用自我意志的决断，排除形成动机过程中的干扰，实现对不同动机的选择，确立主导动机，并努力巩固、坚持业已形成的主导动机。

2. 自我意识与成就动机强度

成就动机在人类生活中，尤其在大中学生成才过程中具有重要意义。人希望有对他具有重要意义的活动，并在活动中取得完满的结果，这就是成就动机。此项动机的高低对个体活动的效率，对个体事业的成绩等都有重要意义，对个人职业选择及决策也有重要影响，因此，是动机理论中最受关注的问题之一。它是受个人自我意识影响很大的动机，其中，成就动机