

人格科学研究书系

主 编 黄 希 庭

“十一五”国家重点图书

“211”工程国家重点学科建设项目研究成果

# 自立的

# 法则与培养

The law and shaping  
of self-supporting

夏凌翔 著



时代出版传媒股份有限公司  
安徽教育出版社

人格科学研究书系  
主 编 黄 希 庭  
“十一五”国家重点图书  
“211”工程国家重点学科建设项目研究成果

# 自立的 法则与培养



时代出版传媒股份有限公司  
安徽教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

自立的法则与培养 / 夏凌翔著. —合肥:安徽教育出版社, 2010. 6

(人格科学研究书系 / 黄希庭主编)

ISBN 978-7-5336-5582-2

I. ①自… II. ①夏… III. ①人格心理学—研究②成功心理学—研究 IV. ①B848

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010)第 109560 号

---

书名:自立的法则与培养

作者:夏凌翔 著

---

出版人:朱智润

策划编辑:杨多文

责任编辑:杨多文

技术编辑:王 琳

装帧设计:何宇清

---

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽教育出版社 <http://www.ahep.com.cn>

(合肥市繁华大道西路 398 号,邮编:230601)

营销部电话:(0551)3683010,3683011,3683015

排版:安徽创艺彩色制版有限责任公司

印刷:合肥华星印务有限责任公司 电话:(0551)5535368

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂商联系调换)

---

开本:650×960 1/16

印张:20.25

字数:240 千字

版次:2010 年 7 月第 1 版

2010 年 7 月第 1 次印刷

---

ISBN 978-7-5336-5582-2

定价:40.00 元

版权所有,侵权必究

## 序

这套《人格科学研究书系》是我校国家重点学科基础心理学人格方向的部分研究成果。

我们对人格的研究始于1982年秋承担中国社会科学院“六五”科研规划的一个科研项目“大学生心理研究”，从那时算起迄今已有26个年头了。这期间我们已完成了12个国家级和省部级有关人格研究的人文社会科学项目，取得过一些成绩，也走了不少弯路。

人格是十分复杂的。从词源上看，我国古代汉语中没有“人格”这个词。中文中的“人格”这个术语是对英文“personality”一词的意译。英语中的“personality”一词源自拉丁文的“persona”，它的本意是指面具。把面具指义为人格，实际上包含着两层意思：一是指个人在生活舞台上表演出的各种行为，即表现于外给人以印象的特点或公开的自我；二是指个人蕴藏于内、外部未表露出的特点，即个人

内在的自我。西方心理学家对于人格的概念,无论是从内在人格还是从内在人格与外在人格的结合上来下定义,都强调个人的独特性。

在我国文化中,“人格”的含义明显不同于西方。从词源上看,“格”字的含义,依据《说文》,“格”是“木长貌”,意为树木长出“枝”,从树干上长出枝,形成了树的形式,格就是分枝而有“格局”的意思;另据《广韵》,“格”是“度也、量也”,即衡量的准绳,于是引申为“规格”。在我国的文化中,说一个人“有格”、“无格”或“格的高低”,是把“人格”视为一种“做人”的方式,属于道德规范的范畴,不是指个人的独特性。

在我国传统文化中“做人”的最高境界称为至德。孔子把“中庸”视为至德。“不偏之谓中;不易之谓庸。”所谓中庸,就是“中和可常行之德”,即不偏不倚、无过无不及,恰到好处并始终守住、实行这一点。“中庸”就是“用中”,强调的是不走极端,体现着公正、务实、协调。《中庸·第一章》说:“中也者,天下之大本也;和也者,天下之达道也;致中和,天地位焉,万物育焉。”天地“位”于和谐,万物“育”于和谐,没有和谐,万物不存。为人中庸就是要维护天人和諧。就个人的修养而言,是“执其两端,用其中也”,如孔子所说的“乐而不淫,哀而不伤”,以及他的弟子对他的评价,“温而厉,威而不猛,恭而安”。为人中庸就是要达成自我和谐。就从人际关系而言,中庸也就是和,即团结,就是具有不同生存背景、不同生活方式、不同价值观念的人们能够和平共处、互惠互利。“君子和而不同,小人同而不和。”为人中庸还应达成人际和谐。

在人格动力问题上,西方心理学家把自我看作是个人的活动动因,而自我是自主的、不受他人影响的。个人自己的期望、愿望、兴趣和能力是自我的主要因素。个人要充分发挥潜能、达到自我实现

就必须表达和发展自己的期望、愿望、兴趣和能力,就必须在不受他人的影响下不断作出自己的选择。在西方心理学家看来,个人活动的动力就是“因为我想要”,自由就是不受限制的选择。如果个人的活动不是基于自由、自主的选择,那就是不真实的、不充分的或不成熟的,就会阻碍个人成为一个机能完善的人。西方心理学家认为,个人行为的原因不是个人承担的责任、义务和社会角色而是自我决定。个人行为的动因越自主、越自我决定,其结果和态度就越正面,个体就越表现出高的自我实现、高的生命力和高的主观幸福感;如果一个人行为的动因受外部因素(例如,社会责任、义务、他人期望或社会角色的期望)的影响,其结果和态度就越负面,就越表现出低的生命活力和低的主观幸福感。

中国人的人格动力显然不同于西方心理学家的观点。我国的文化传统重仁义。“义以为上”,是中国人的人生追求。我国传统文化强调个人的人生要把道义放在第一位,生死、利害的取舍,是非善恶的判别,都要以道义为准绳。孟子曰:“鱼,我所欲也,熊掌亦我所欲也;二者不可得兼,舍鱼而取熊掌也。生亦我所欲也,义亦我所欲也;二者不可得兼,舍身而取义者也。”“义以为上”是我国千百万仁人志士的最高人生追求。中国人讲气节,既表现在为民族、为社会、为国家鞠躬尽瘁、坚贞不屈、成仁取义的人格特点,也表现在把个人的发展与群体的发展结合在一起,在社会、民族、国家的发展中实现自我的价值;为社会、为国家、为民族、为个人的人格尊严,不惜杀身成仁,舍生取义。“义以为上”,代代相继,在我国近现代又得到了进一步的发展,不同的时代具有不同的特点。

当今的中国人既受中国传统文化的影响也受中国社会的现代化的影响。传统文化对中国人人格的影响是多方面的,例如重人

情、孝道、爱面子、讲缘分等；同样，中国社会现代化对中国人人格的影响也是多方面的，例如求真务实、改革创新、公平竞争、民主法治等。显然，中国人和西方人在文化、社会及历史渊源上是很不相同的。因此，怎样从中国人自身的文化、社会及历史根源中来理解中国人的人格就显得十分必要。因为在西方文化背景下发展出来的人格概念和理论不适宜于用来理解中国人的人格，我们所研究的对象、所探讨的问题与西方人格心理学所指的内容是不同的。这就要求我们应当从中国的实际出发来研究中国人的人格，而不是生搬西方的人格概念和理论。在研究中国人人格时，我们应当批判性地思考西方人格心理学的概念和理论，转变观念，用中国人的视野和思路来研究中国人的人格和社会行为问题。

当然，人格研究中国化也不是“白手起家”，排斥西方人格心理学的所有概念和理论。因为中国人和外国人毕竟都是“人”，他们有许多共通性。西方人格心理学的概念及理论虽然不尽能描述中国人的情况，但是它们往往可能帮助我们看到许多“人”之常情。借助于这种比较研究，我们也可以看到自己与外国人的不同，因而也有助于我们理解中国人的人格。

这套《人格科学研究书系》记录了我们这个学术团队对人格研究中国化的思考和对中国人人格特征的探索。

是为序。

黄希庭谨识

于西南大学心理学院

2008年5月

# 目录

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>第一章 自立的相关概念辨析</b> .....      | 1   |
| 第一节 西方的独立与中国的自立 .....           | 2   |
| 第二节 西方的自主与中国的自立 .....           | 18  |
| 第三节 自立与独立、自主的区别与联系 .....        | 51  |
| 第四节 自立与自强的区别与联系 .....           | 59  |
| <b>第二章 文献中的自立概念</b> .....       | 65  |
| 第一节 古籍中的自立概念 .....              | 66  |
| 第二节 现代文献中的自立概念 .....            | 83  |
| 第三节 自立的含义与特点 .....              | 97  |
| <b>第三章 领域自立、自立风格与自立动机</b> ..... | 111 |
| 第一节 领域自立 .....                  | 111 |
| 第二节 自立风格 .....                  | 126 |

|                               |            |
|-------------------------------|------------|
| 第三节 自立动机 .....                | 137        |
| <b>第四章 自立人格的结构 .....</b>      | <b>145</b> |
| 第一节 典型自立者的人格特征 .....          | 145        |
| 第二节 青少年学生的自立人格观 .....         | 152        |
| 第三节 基于人格特质词的自立人格结构探索 .....    | 155        |
| 第四节 基于中国人人格量表的自立人格结构研究 .....  | 173        |
| <b>第五章 自立人格的测量 .....</b>      | <b>187</b> |
| 第一节 青少年学生自立人格量表的编制 .....      | 187        |
| 第二节 青少年学生自立人格量表的信度与效度 .....   | 207        |
| <b>第六章 自立人格与心理健康的关系 .....</b> | <b>216</b> |
| 第一节 自立人格与心理健康概述 .....         | 216        |
| 第二节 大学生的自立人格与心身症状的关系 .....    | 219        |
| 第三节 大学生的自立人格与疏离感的关系 .....     | 226        |
| 第四节 大学生的自立人格与自我和谐的关系 .....    | 232        |
| <b>第七章 自立人格与人格因素的关系 .....</b> | <b>236</b> |
| 第一节 自立人格与自我概念的关系 .....        | 236        |
| 第二节 自立人格与时间管理倾向的关系 .....      | 242        |
| <b>第八章 自立的培养 .....</b>        | <b>252</b> |
| 第一节 西方自主支持的研究与启示 .....        | 253        |
| 第二节 父母教养方式与自立培养 .....         | 276        |
| 第三节 学生自立人格培养的研究现状 .....       | 291        |
| 第四节 自立培养的系统与方法 .....          | 301        |
| <b>后记 .....</b>               | <b>315</b> |

## 第一章 自立的相关概念辨析

自立是中华民族精神的精华,自古就被视为一种重要的品质。从春秋战国时起,自立一词就开始出现在各类文献中。陆游曾写过“吾儿早自立,所惧非饥寒”的诗句。近现代以来,在内忧外患的背景下,自立就更被视为需要弘扬的民族精神,值得培养的品性。陶行知曾专门创作了《自立歌》。在《中共中央关于加强社会主义精神文明建设若干重要问题的决议》、《公民道德建设实施纲要》、《自尊自信自立自强为夺取改革攻坚阶段的胜利建功立业——在中国妇女第六次全国代表大会上的工作报告》以及《在新时期保持共产党员先进性专题报告会上的讲话》等文件与领导人的讲话中都提到了发扬自立精神、增强自立意识的问题,并将之与发展社会主义市场经

济联系起来。《九年义务教育小学思想品德课课程标准(试行)》、《思想品德课程标准(实验稿)》与《普通高中思想政治课程标准(实验)》等德育文件中则将自立作为学生思想品德的内容和目标。可见,发掘和弘扬自立精神,进行自立教育具有重要意义。

虽然自立受到重视,但是至今仍是一个模糊概念,不同学者对其有不同的理解,一些概念还易与自立这一概念相混淆,其中比较典型的三个概念是独立、自主和自强。为了初步澄清自立的观念,本章将试图厘清自立与这三个概念的关系。

## 第一节 西方的独立与中国的自立<sup>\*</sup>

独立(independence)是西方文化中的一个重要概念。Reindal<sup>①</sup>指出,西方人对独立的理解受根植于启蒙运动哲学的主体观念和个人自主思想的影响。Freeman 也指出,粗野的个人主义价值观和新教工作伦理(Protestant work ethic)是包括经济自立(economically self-supporting)在内的自我满足的推动力,人们被视为独立的存在,可以变得在经济上自我满足并且能够不需要社会支持<sup>②</sup>。对于西方人来说,独立似乎是一种必备的人格特征,如许多学者将发展独立

---

<sup>\*</sup> 根据夏凌翔、黄希庭在《西南师范大学学报(人文社会科学版)》2006年第2期发表的论文《西方独立研究的现状与思考》修订而成。

- ① S M Reindal. Independence, dependence, interdependence: Some reflections on the subject and personal autonomy[J]. Disability & Society, 1999, 14(3): 353-367.
- ② J Propp, D M Ortega, F NewHeart. Independence or interdependence: Rethinking the transition from "ward of the court" to adulthood[J]. Families in Society New York: Apr-Jun, 2003, 84(2): 259.

和自我统治 (self-governance) 视为青年早期、中期的关键发展任务<sup>①</sup>。Beyers 和 Goossens<sup>②</sup>认为,在青年晚期和成年初期,独立也是一个关键发展任务。有学者还将独立生活视为人类机能的基本,并认为其能促进身体和心理健康<sup>③</sup>。此外,帮助残疾人重新获得独立也是西方学者和社会工作者关注的问题。

虽然在西方文化中独立概念非常重要,但是独立从没有被明确定义过,因为在西方人看来,独立这一概念是无须定义的,它的含义已被清楚的了解和普遍的接受<sup>④</sup>。但是研究发现,不同的人对独立的理解并不相同,独立的定义是多样化的,可用多种方式解释<sup>⑤⑥⑦</sup>。为了对比西方的独立概念与我国的自立概念,首先需要了解西方的独立概念的含义和结构。

## 一、西方独立的概念主要含义

通过对文献的整理分析我们发现,西方学者对个体独立的界定

- 
- ①② W Beyers, L Goossens. Psychological separation and adjustment to university: Moderating effects of gender, age, and perceived parenting style[J]. *Journal of Adolescent Research*, 2003, 18(4): 363—382.
  - ③ E L Deci, R M Ryan. The support of autonomy and the control of behavior[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987, 53: 1024—1037.
  - ④ M A M Gignac, C Cott. A conceptual model of independence and dependence for adults with chronic physical illness and disability[J]. *Social Science and Medicine*, 1998, 47(6): 739—753.
  - ⑤ S M Reindal. Independence, dependence, interdependence: some reflections on the subject and personal autonomy[J]. *Disability & Society*, 1999, 14(3): 353—367.
  - ⑥ M M Ball, M M Perkins, Whittington F J, Hollingsworth C, King S V, Combs B L. Independence in assisted living[J]. *Journal of Aging Studies*, 2004, 18: 467—483.
  - ⑦ A Vernon, H Qureshi. Community care and independence: Self-sufficiency or empowerment?[J]. *Critical Social Policy*, 2000, 20(2): 255—276.

主要从需要、自我满足(self-sufficiency)与自我依靠(self-reliance)、依赖的反面、自我控制与决定、自我五个方面进行。

### 1. 需要

马斯洛的需要层次理论就提出个体有独立的需要,其属于自尊需要这个层次。Mirsky<sup>①</sup>也指出个体有独立和依赖的需要。Kaufman将独立定义为照顾个人的身体和情绪的需要<sup>②</sup>。Nagurney等<sup>③</sup>人将独立界定为自己照顾自己的愿望和自己去解决问题,独立的愿望涉及依靠自己而不是他人。

### 2. 自我满足与自我依靠

在西方文化中自我满足和独立被视为可以交替使用的概念<sup>④</sup>。Vernon和Qureshi<sup>⑤</sup>指出,独立可以用不同方式解释,主要的混淆就是把独立作为自主还是自我满足。Propp等人<sup>⑥</sup>则指出,独立就是个人不感激他人、不被他人影响、不被他人控制或不需要他人的支持,自我满足就反映了独立的样子。

---

① J Mirsky. Psychological independence among immigrant adolescents from the former soviet union[J]. Transcultural Psychiatry, 2001, 38(3): 363—373.

② M M Ball, M M Perkins, F J Whittington, C Hollingsworth, S V King, B L Combs. Independence in assisted living[J]. Journal of Aging Studies, 2004, 18: 467—483.

③ A J Nagurney, J W Reich, J T Newsom. Gender moderates the effects of independence and dependence desires during the social support process[J]. Psychology and Aging, 2004, 19(1): 215—218.

④⑥ J Propp, D M Ortega, F NewHeart. Independence or interdependence: Rethinking the transition from “ward of the court” to adulthood[J]. Families in Society New York, Apr-Jun, 2003, 84(2): 259.

⑤ A Vernon, H Qureshi. Community care and independence: Self-sufficiency or empowerment?[J]. Critical Social Policy, 2000, 20(2): 255—276.

Reindal<sup>①</sup>认为在西方工业社会,独立指能够为自己做事、自立(self-supporting)和自我依靠(self-reliant),意识形态将独立等同于不需要帮助或协助而做事的能力,例如烹饪、洗涤、穿衣、上厕所、收拾床、书写、说话等等。Oliver指出,专业护理人员倾向于将独立定义为自我照顾(self-care)的行为<sup>②</sup>。Stephenson等人<sup>③</sup>也认为,独立生活就是单独生活或只有最少的协助。

### 3. 依赖的反面

Gignac和Cott<sup>④</sup>指出,从效价和定义上看,一般都认为独立和依赖是反义词,人们要么独立要么依赖。依赖被描绘为消极的,反映了独立的缺乏。同时独立被视为期望的目标,个体不需要协助也不接受协助就是独立。Chirkov等人<sup>⑤</sup>根据自我决定理论指出,依赖的反面不是自主而是独立,即不依靠他人的支持、帮助或供给的情境。

### 4. 自己控制与决定

许多学者都指出独立的定义强调个人的特征,如自我调节、控

①② S M Reindal. Independence, dependence, interdependence: Some reflections on the subject and personal autonomy[J]. Disability & Society, 1999, 14(3): 353—367.

③ P H Stephenson, N Wolfe, R Coughlan, S D Koehn. A methodological discourse on gender, independence, and frailty: Applied dimensions of identity construction in old age[J]. Journal of Aging Studies, 1999, 13(4): 391—401.

④ M A M Gignac, C Cott. A conceptual model of independence and dependence for adults with chronic physical illness and disability[J]. Social Science and Medicine, 1998, 47(6): 739—753.

⑤ V I Chirkov, R M Ryan, Y Kim, U Kaplan. Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations, gender, and well-being[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 2003, 84: 97—110.

制和作出关于自己生活的重要方面的决定的能力或机会<sup>①②</sup>。Barnes 也指出,独立是指某人能够控制自己的生活并且选择生活应该如何被引导<sup>③</sup>。Oliver 则提出,独立应该从身体独立的实现扩展到生活、心理决定的作出<sup>④</sup>。

### 5. 自我

Rock<sup>⑤</sup>认为,独立是一种易变的自我观念,对于个体是独特的,其关注控制和选择但并非任何(客观的)绝对的能力测量。Hoffman<sup>⑥</sup>编制的心理分离调查(psychological separation inventory, PSI)中的态度独立是指独特存在的自我形象,有自己的态度、信念和情绪支持。

## 二、西方独立的结构与测量

人格构念的结构与测量通常是密切联系在一起的。根据研究对象的不同可以将西方学者对独立结构与测量的研究区分为儿童、青少年独立的结构与测量以及失能(disability)者、病人与老人独立的结构与测量两个部分。此外,一些人格量表中也有测量独立性的

---

①③ M A M Gignac, C Cott. A conceptual model of independence and dependence for adults with chronic physical illness and disability[J]. Social Science and Medicine, 1998, 47(6): 739—753.

② H W Wahl. Dependence in the elderly from an interactional point of view: Verbal and observational data[J]. Psychology and Aging, 1991, 6: 238—246.

④ S M Reindal. Independence, dependence, interdependence: Some reflections on the subject and personal autonomy[J]. Disability & Society, 1999, 14(3): 353—367.

⑤ P J Rocle. Independence: what it means to six disabled people living in the community [J]. Disability, Handicap of society, 1988, 3(7): 27—35.

⑥ J Hoffman. Psychological separation of late adolescents from their parents[J]. Journal of Counseling Psychology, 1984, 31: 170—178.

分量表如 16PF 中的独立分量表,不过这样的人格量表较少,专门应用其来测量独立的研究也很少见。

### 1. 儿童、青少年独立的结构与测量

在独立的结构方面,Raeff<sup>①</sup>使用半结构化访谈发现,欧美父母在讨论其孩子的独立性时提到了分离/独特性、独立行为、(自我)实现(fulfillment)、信心、自我知识(self-knowledge)。Iglehart 提出了 18 种“硬”的和“软”的独立生活技能(independent living skills),包括工作技能、寻找和保持工作、获得医疗、买个人用品、精明地使用金钱、抚养小孩、在市镇走动、找到一个住的地方、照顾自己住的地方、获取帮助、担负责任、选择朋友、毒品和酒精导致的问题、安全的性行为、生育控制、娱乐、设置目标和做计划以及应对孤独。硬技能(hard skill)是指那些涉及操作(perform)的技能,如寻找/保持工作、找到一个住的地方和使用金钱;软技能(soft skill)指思考和情感领域的技能,如,作出决定、担负责任和设置目标<sup>②</sup>。

西方学者还编制了不少测量儿童、青少年独立的工具,这些工具的维度也反映出学者们对独立结构的划分。例如,Hoffman 编制的心理分离调查是测量青少年独立最常用的工具之一。这是一个包括 138 个项目的自陈量表,涉及独立于父母的四个维度,即情绪的、冲突的(conflictual)、功能的和态度的独立。其中 69 项用于评价

① C Raeff. European-American parents' ideas about their toddlers' independence and interdependence [J]. Journal of Applied Developmental Psychology, 2000, 21(2): 183-205.

② A P Iglehart. Readiness for independence: Comparison of foster care, kinship care, and non-foster care adolescents[J]. Children and Youth Services Review, 1995, 17(3): 417-432.

对父亲的心理分离,另外 69 项用于评价对母亲的心理分离。功能性独立指没有母亲或父亲帮助而管理和指导个人的实践和个人的事务。包括对父亲和母亲的各 13 个项目,共 26 项。其项目如“我的父母帮助我做我的预算(反向题)”。态度独立指独特存在的自我形象,有自己的态度、信念和情绪支持。包括对父亲和母亲的各 14 个项目,共 28 项。其项目如“我关于抚养小孩的信念与我父母的信念类似(反向题)”。情绪独立指没有过多的亲密需要,没有过多的来自父母的赞成和支持。包括对父亲和母亲的各 17 个项目,共 34 项。其项目如“我渴望远离我的母亲/父亲”、“在这个世界上我的母亲/父亲是对我非常重要的人(反向题)”、“我似乎比大多数人更亲近我的母亲/父亲(反向题)”。冲突独立指对父母没有过多的内疚、焦虑或敌意。这个分量表包括对父亲和母亲的各 25 个项目,共 50 项。其项目如“有时我的母亲/父亲是我的负担(反向题)”、“我必须很小心以免伤害我的母亲/父亲的感情(反向题)”、“我与我的母亲/父亲就微不足道的事争论(反向题)”。问卷要求被试用 5 点量表(从完全错误到完全正确)回答每个项目描述他们与父母关系的程度,在该量表得分越高表示独立水平越高。

Mesibov 等人编制了青少年和成人心理教育剖面图(adolescent and adult psycho educational profile, AAPEP)来测量对成人生活很重要的技能,即职业技能、独立功能、休闲技能、职业行为、功能性沟通和人际行为。该量表其实也就是对个体生活的独立性、技能和品质的测量。该量表包括三个分量表,即直接观察(包括 12 个项目)、家庭量表和工作/学校量表(各包括 8 个项目,通过访谈测量)。每个项目都使用通过、显现或不通过来评定。所谓“显现”指被试显示