



# 马库斯的自我社会认知论

郭本禹<sup>1</sup>, 修巧艳<sup>2</sup>

(1. 南京师范大学教育科学学院, 南京市 210097; 2. 南京航空航天大学人文与社会科学学院, 南京市 210016)

**摘要:** 马库斯关于自我图式、可能自我、工作的自我概念等观点形成了自我的社会认知理论。自我图式是个体对源于过去经验的自我的认知类化, 能够组织和引导个体与自我有关的信息加工过程。可能自我代表了个体可能成为的、喜欢成为的、担心成为的自我, 它具有联系自我认知与动机、与自我情感的重要作用。工作的自我概念是在当前的思维和记忆中处于活跃状态的自我概念。马库斯及其同事的跨文化研究表明, 文化与人格是相互建构的。

**关键词:** 自我图式; 可能自我; 工作的自我概念; 文化

**中图分类号:** B848 **文献标识码:** A **文章编号:** 1000-2677(2007)01-0017-05

自我概念是人格心理学领域研究最多的主题之一。从1890年威廉·詹姆斯把自我概念引入美国心理学到随着行为主义的兴起, 人们对自我的兴趣逐渐减弱, 再到认知革命取代了行为主义而成为心理学的主导势力, 自我在心理学领域也几经浮沉。在自我的研究历史中, 黑兹尔·罗斯·马库斯(Hazel Rose Markus)发挥了不可忽视的作用。

1975年, 马库斯在密歇根大学获得哲学博士学位, 随后在密歇根大学心理学系工作。1994年, 她成为斯坦福大学的心理学教授。马库斯致力于研究自我在调节行为中的作用, 发表了大量关于自我图式、可能的自我、自我对知觉他人的影响、自我在成人发展中的建设性功能等方面的著述, 形成了关于自我的社会认知理论。近几年, 马库斯又将研究的视角转向了文化心理学领域, 探讨心理结构和过程与社会文化环境之间的相互依赖关系、社会环境塑造自我的方式等问题。马库斯曾在美国国家心理健康研究所、国家科学基金会担任过职务, 也是美国心理学会、美国心理学协会、麦克阿瑟成功中年发展研究网络的成员。1995年, 她被选入国家艺术与科学研究院, 被授予斯坦福大学行为科学戴维斯—布莱克教授(Davis-Brack Professor Behavioral Sciences)荣誉。2006年, 马库斯获得了美国心理学会斯塔茨讲座(Arthur W. Staats Lec-

ture)的资格<sup>[1]</sup>。

## 一、自我图式

在认知思潮的影响下, 马库斯认为, 自我应被看做一种认知结构或图式。1977年, 她首先提出了自我图式(self-schemata)的概念。自我图式是个体对源于过去经验的自我的认知类化, 能够组织和引导个体的社会经验中与自我有关的信息加工过程。也就是, 当个体试图组织、概括或解释他在特定领域的行为时, 就产生了个体关于自我的认知结构, 这种认知结构就是自我图式。

自我图式既包括个体和周围他人对个体行为的反复分类和随后评价而形成的一般表征, 也包括对与个体有关的特定事件和情境的认知表征。自我图式一旦建立, 就会起到选择机制的作用, 影响到与自我有关的信息输入和输出, 决定了个体是否关注和如何建构信息、信息的重要性程度如何以及随后对信息的处理。当个体积累了某种类型的反复经验之后, 他们的自我图式就会逐渐阻止不一致的或矛盾的信息。可以认为, 自我图式反映了人们在其社会行为中发现的一致性, 它们代表了个体反复遵循的行为模式, 有利于人们在信息不足时做出推论或者快速简化并解释复杂的事件序列。

为了考察自我图式对与自我有关的信息选择

\* 收稿日期: 2006-11-13

作者简介: 郭本禹(1964-), 男, 安徽肥西人, 南京师范大学教育科学学院, 教授, 博士生导师, 主要研究理论心理学、心理学史和德育心理学。

和加工的影响,马库斯进行了实验研究。通过前期问卷测验,她选取了独立—依赖维度作为进一步研究的维度,并确立了三组被试——独立组被试、非独立组被试、非图式化(aschematics)组被试。在第一个实验阶段,研究者设计了三个独立的认知任务来评价关于独立的自我图式对自我信息加工的影响。这三项任务包括:第一,自我描述的内容和反应期。呈现给被试许多与独立—依赖有关的特质形容词,让每个被试指出它是否是自我描述性的,记录被试每一次判断的反应期;第二,为自我描述提供行为证据。让被试选择自我描述性的特质形容词,然后从自己的过去行为中引用事例来支持自我描述;第三,预测行为的可能性。呈现给被试对独立行为和依赖行为的一系列描述,让他们判断自己以这些方式行为的可能性。

结果发现,自我图式有助于对与自我有关的信息的加工,帮助个体做出与自我有关的判断和决策,使个体能够很容易地回忆起与自我图式一致的行为证据,对自己的行为做出更为自信的预测,并使个体拒绝与自我图式相冲突的信息<sup>[2]</sup>。

马库斯指出,自我图式对人格和行为的跨情境一致性具有许多意义。在特定行为维度上拥有图式的个体最有可能在自我描述和行为之间表现出一致性,并在该维度上表现出跨情境的一致性。相比之下,那些没有明确自我图式的个体不可能表现出这种行为一致性。个体差异可能主要源于个体概括和解释自己行为的方式不同。自我图式概念也影响到了自我知觉和归因理论。

后来,马库斯扩展了其研究范围,考察了自我图式在理解他人的思想、情感、行为中的作用,也就是考察了自我图式在社会认知中的功能。研究表明,自我图式能够影响到个体整个的知觉过程,包括对他人行为的知觉、组织、记忆、推论和评价。在人际知觉中,我们往往会把自我作为认知参照点,根据自我图式来对他人的行为做出判断<sup>[3]</sup>。这也是偏见、态度同化、自我中心思维等许多心理现象产生的原因。1992年,马库斯等人研究了性别与自尊的关系,证明了在自我图式上存在性别差异,进一步说明了自我图式是如何组织、引导与自我有关的信息加工的<sup>[4]</sup>。Cross与马库斯也证明了自我概念对大学生能力发展的影响<sup>[5]</sup>。

马库斯在自我图式概念基础上,进一步提出了可能自我和工作的自我概念。

## 二、可能自我

为了补充关于自我知识的观点,1986年,马库

斯提出了可能自我(possible selves)的概念。可能自我代表了个体可能成为的、喜欢成为的、担心成为的自我,它既包括了个体对过去自我的表征,也包括对未来自我的表征。可能自我与现在自我不同却又与之密切相关,它既是个体化的结果,同时又具有明显的社会特征。在马库斯看来,每个人都可以产生各种各样的可能自我,但这些可能自我源于个体特定的社会文化和历史背景,源于个体直接的社会经验和大众媒体所提供的榜样、偶像、符号等。

马库斯等人认为,所有个体都有可能自我,并很容易显示出可能自我。当然,可能自我的性质、对个体的意义、其认知和情感阐述的程度、与特定计划和行为策略的关系,因个体在一生中所处位置的不同而不同。马库斯与其合作者通过问卷研究证实了可能自我的存在。她们采用了150个描述自我可能性的词汇,这些项目源于六大类:(1)在自我概念调查中发现的一般描述性词语或形容词,如自私、聪明;(2)身体描述,如漂亮、失明、有皱纹;(3)生活方式可能性,如拥有积极的社交生活、癌症患者、酒精依赖者;(4)一般的能力,如能修理东西、有好厨艺、能够影响他人等;(5)可选择各种职业的可能性,如高级法院法官、出租车司机、艺术家等;(6)与他人观点直接相关的各种可能性,如被感激的、被爱的、不受欢迎的。在每一类可能性中,积极的、消极的、中性的词汇各占三分之一。研究者询问被试:这些项目是否描述了他们的现在和过去,这些项目是否曾被认为是他们的可能自我,这些可能自我对他们来说实现的可能性有多大,他们在多大程度上希望这些项目成为现实。结果表明,个体都表现出了可能自我,而且这些可能自我与被试对现在自我的描述不一样。

马库斯等人认为,可能自我对于个体非常重要。首先,它是希望、恐惧、目标、威胁的认知成分,可以指导未来行为,并为个体的行为、改变、发展提供动力。其次,可能自我为个体当前的自我观念提供了评价和解释背景。因而,可能自我是联系自我认知与动机、自我认知与自我情感的桥梁<sup>[6]</sup>。

马库斯等人关于可能自我与青少年不良行为之间关系的研究充分说明了可能自我的重要意义。研究者让具有不同程度不良行为的青少年描述他们的可能自我。结果表明,尽管这些青少年在希望成为的自我上存在许多相似,但他们在预期的自我和害怕成为的自我的性质上存在显著差异。并且,无不良行为的青少年很可能在预期自我和害怕成为的自我之间表现出平衡,而不像大多数行为不良

的青少年<sup>[7]</sup>。该研究进一步证实了可能自我的动机功能以及可能自我与行为之间的关系。

### 三、工作的自我概念

传统观点将自我概念描述为统一的、完整的结构,具有跨时间的一致性,包括了从个体以往行为中抽取出的某些身体特征或心理结构作为核心特质。并且,大多数自我概念问卷只问你当前是谁,而不考察你想成为谁或你担心会成为谁。然而,马库斯指出,自我概念反映了成长和变化的潜在可能性,也反映了与这些可能的未来状态相联系的所有价值。她认为,如果我们思考的不是那个单一的、概括化的自我观念,而是当前的或工作的自我概念(working self-conception),那么我们思考可能自我的性质和功能的价值就会最显而易见了。当我们思考自我的时候,并非所有的自我知识在任何时刻都会出现。工作的自我概念就是在当前的思维和记忆中处于活跃状态的自我概念,它是自我概念总体中的一个子集,可以被看做持续活跃的、不断变化的一系列可获得的自我知识。当一个人体验到内部状态或社会环境的变化时,这一系列的自我知识就会产生变化。因而,工作的自我概念的内容也是不断变化的,其有赖于以下因素:在此之前激活的自我概念,特定社会环境中激活的或主导的自我概念,由个体对特定经验、事件或情境做出反应而有目的地引发的自我概念<sup>[8]</sup>。

马库斯等人的研究表明,个体可能会有多方面的自我观念。个体的自我概念和自我意象是一个大的集合体,可以包括好的自我、坏的自我、希望成为的自我、害怕成为的自我、非我自我(not-me selves)、理想自我、应该自我等。这些自我概念的差异主要体现在三个方面:第一,它们在情感、认知和行为细节上会有很大差异;第二,不同的自我概念的效价也不同,例如,有的自我概念被认为是积极的,而有的则是消极的;第三,自我概念的“时态”不同,有的是当前自我的意象,有的是不再能体现个人特征却在某些情况下会再次发生联系的可能自我,有的是还没有实现但期望实现或害怕实现的将来自我。

在这些众多的自我概念中,有些自我概念对于辨别或界定自我具有重要意义,往往在很长时期内都可以获得,并标志着个体的特征,这些自我观念就是“核心”自我。核心自我相对稳定,类似于马库斯所说的自我图式,而其他自我概念的可获得性则会随着个体的情感或动机状态、主导的社会条件而

变化,这些自我概念就是工作的自我概念。例如,当个体遭遇失败时,工作的自我概念就会被消极观念所支配;当个体受到表扬或奖励时,工作的自我概念在很大程度上会被积极观念所占据。因而,马库斯认为,对工作的自我概念的这种描述吸取了记忆启动的观点,这种观点认为,对某个特定自我概念的激活会激活与之密切相关的其他概念,并增加其被再次激活的可能性。

另外,马库斯还指出,工作的自我概念的内容的不断变化具有重要意义,它对于个体的情绪调节、维护自尊以及随后的思维和行为都具有巨大的影响。

### 四、对自我的跨文化研究

从20世纪90年代初开始,马库斯和日本学者Kitayama对自我概念进行了大量的跨文化研究。马库斯等人认为,必须依据文化考察人格<sup>[9]</sup>。他们发现,人们内隐的自我观念具有文化差异性。处于不同文化中的个体对自我、他人以及自我与他人之间的关系有着明显不同的解释。这些解释能够影响,甚至在许多情况下能够决定个体经验的性质,包括认知、情绪和动机。例如,许多亚洲文化的个体观念强调个体与他人的基本关系,强调关注他人,并与他人建立融洽和谐的相互依赖关系;而美国文化则强调个体相对于他人的独立性,个体关注自我,注重发现并显示出自己独特的内在品质<sup>[10]</sup>。所以,在他们看来,个体关于“自我”的观点,即关于自己的身份、在家庭和社会中的角色、个人的目标、个体的生活目的,都是从社会中获得。个体是通过与家庭、社区、乃至更广泛的文化中的个体交互作用而获得自我感的。

1999年,Kitayama和马库斯提出了自我的“集体建构理论”(collective-constructionist theory),阐述了不同的自我观念在历史上是如何产生的、如何保持的等问题。该理论假设,社会情境被集体建构的方式明显调节了文化模式对心理功能的影响。集体建构理论阐述了三个相互联系的因素:(1)在特定文化中产生的广泛的哲学传统,它提供了社会群体和个体在其中运行的一种框架;(2)体现出特定文化特征的社会实践,并且这些社会实践在该文化制度中产生意义;(3)通过与那些社会实践的相互作用而得以发展的个体的心理过程和心理结构<sup>[11]</sup>。同时,马库斯等人还从文化的角度探讨了人格的一致性问题。

在跨文化研究方面,马库斯研究最多的是对比

美国文化和日本文化对自我的影响。她及其同事的研究表明,在日本文化和美国文化中,自尊的性质和功能存在着显著差异。在美国,大多数人具有相对较高的自尊,这与人本主义心理学家罗杰斯所预测到的一致,即人们似乎倾向于保持积极的自我观念。但是在日本,并没有任何迹象表明存在着这种倾向,研究发现,在日本人中,报告低自尊的人数与高自尊的人数相当。日本文化使其个体倾向于自我批评。在日本,自我批评不是“坏”事,它不是抑郁的表现,也不是“怨恨自己”。相反,它可以发挥有意义的个人和社会功能,它激发人们进行自我提升,同时也是使个体与周围文化相融合的有效的、有价值的方式。在美国,倾向于自我批评、体验到实际自我与理想自我之间的不一致,往往预示着抑郁,但是在日本自我批评等与抑郁的联系并没有这么强<sup>[12]</sup>。

罗杰斯认为,所有的人都有积极关注的需要,人们会主动寻求积极的自我关注,并倾向于拥有、提升和维护积极的自我观点。在他看来,不管个体有什么样的缺点,对个体的无条件关注和接纳是保持心理健康的条件。因为这种无条件的关注可以使个体产生价值感,认为自己是“值得尊重的”人。如果缺乏这种积极关注,个体可能就满足不了积极的自我观念的需要,陷入心理困境。但是马库斯等人的跨文化研究指出,人类学、社会学、心理学的分析表明,日本文化的许多因素与这些动机不一致。由于对自我和关注的建构不同,自我关注需要也必定存在文化差异。他们的研究表明,很少有证据支持日本人具有积极的自我关注的需要,自我批评更是日本人的特征。所以,马库斯等人认为,积极的自我关注并不是普遍的;对积极的自我关注的传统解释过于狭窄,没有包括日本的经验<sup>[13]</sup>。

总之,自我概念的跨文化研究表明,似乎是美国和日本的文化教给了人们不同的评价自我的方式。但是,罗杰斯当初在阐述他的自我和人格理论时,似乎并没有预料到自我评价和自尊的性质与功能会存在文化差异。

心理动因和自我特征不仅存在着文化差异,在美国国内进行的研究表明,即使是在同一种文化内部的不同地区之间也存在差异。Plaut 和马库斯等人进行了一项全国性调查,研究了具有代表性的美国中年人(平均年龄在 45 岁左右)的幸福感和自我的普遍特点及地区特征。研究 1 发现,大多数美国人相信他们拥有高水平的控制感、目标、社会满意感、健康、家庭和工作责任、配偶和家庭支持。研究

2 发现,幸福感具有独特的地区特征。美国不同地区有着非常独特的社会模式和社会背景,从而影响到人们的心理健康,产生了不同的心理经验模式。例如,美国西部洛基山脉地区居民的典型特征是,具有特别强的个人主义精神和成长的潜能,关心对环境的控制。自从他们的先驱者历尽艰辛来到这里的那一刻起,这种精神就普遍存在了。美国的东南部地区具有优雅、热情并崇尚过去的传统。因为东南部地区的社会文化条件会让人容易回忆起过去,而不是预测未来,这种条件不会培养起强烈的个人成长感,再加上该地区最明显的历史特征就是在南北战争中的失败,这些条件可能都会培养出比较低的自我接纳感。新英格兰各州的美国人同西部山区的人一样,报告了高水平的自主性和个人成长感,相比之下,该地区的人喜欢不受他人的限制;西南中部地区关注个人的成长、快乐与幸福感;西北中部地区注重平静、安宁和满意感;东南中部地区关注为他人的幸福作贡献。研究 3 发现,特定地区的自我剖面图与幸福剖面图是一致的<sup>[14]</sup>。

## 五、结 语

在自我心理学研究领域,历史上曾出现过两大学说。一种学说以精神分析为代表。新精神分析的自我心理学强调自我在心理结构中的地位,强调自我与本能、与客体的关系,尤其是客体关系学派强调亲子关系对个体成长的影响。另一种学说以存在主义为代表,包括现象学的自我发展理论。这一学说强调自我的临床心理咨询,强调自我与爱和意志的关系,尤其是强调社会氛围,包括社会性理解、尊重和关怀对个体自我发展的影响。存在主义理论关于社会氛围的研究,对卡尔·罗杰斯后来倡导自我实现理论产生过启发性的作用。

与上述两大学说不同,第一,马库斯的自我观是一种社会认知理论的观点,她提出的自我图式既具有认知的成分,也具有情感和动机的功能,她把自我概念看作情感—认知结构体系。第二,在思考文化与人格的关系问题上,马库斯认为文化与人格是“相互建构”的,即文化的实践与意义、文化中每个成员的心理过程和结构是相互建构的。不存在脱离文化的人格,也不存在脱离个体的文化。然而,无论是精神分析的自我心理学与客体关系学派的观点,还是罗杰斯的自我观大都只局限于探讨个体的发展过程,而没有给予文化、社会环境以足够的重视。虽然精神分析的社会文化学派开始认识到了社会文化对人格发展的影响,但除了卡丁纳的文

化人类学取向之外,其他精神分析学家更多关注的是人际关系、社会环境、社会制度等对人格的影响。

在某种程度上,马库斯对于自我的跨文化研究结果与罗杰斯理论的基本阐述是一致的。正如罗杰斯预期的那样,社会交互作用模式预测了自我报告的健康模式。另一方面,马库斯及其同事的研究强调了广泛的社会文化因素的影响,而这却是罗杰斯很少关注的问题<sup>[15]</sup>。

在对自我的研究中,一个真正的自我与多个自我、自我的稳定性与可变性等问题一直是许多研究者无法回避的难题。在马库斯看来,虽然个体会产生新的自我概念,但我们可以认为自我概念是稳定的,因为自我概念的总体和核心自我是相对稳定的。与此同时,可能自我是由不同的社会情境所激发的,思维和记忆中被激活的自我概念也是不断变化的,也就是工作的自我概念的内容是变化的,这就使工作的自我概念具有了更多的灵活性和可变性。因而可以说,核心自我、可能自我以及工作的自我概念在一定程度上解决了一个真正的自我与多个自我的困惑,也对自我的稳定性和可变性问题提出了新的考察视角。

参考文献:

[1] [http://www.stanford.edu/group/adolescent\\_ctr/Research/markus\[EB/OL\].html](http://www.stanford.edu/group/adolescent_ctr/Research/markus[EB/OL].html),2006-9-1.

[2] Markus H. Self-schemata and processing information about the self[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1977, 35(2): 63-78.

[3] Markus H, Smith J, Moreland R L. Role of the self-concept in the perception of others[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1985, 49(6): 1494-1512.

[4] Josephs R A, Markus H R, Tafarodi R W. Gender and self-esteem[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1992, 63(3): 391-402.

[5] Cross S E, Markus H R. Self-schemas, possible selves, and

competent performance[J]. *Journal of Educational Psychology*, 1994, 86(3): 423-438.

[6] Markus H, Nurius P. Possible selves[J]. *American Psychologist*, 1986, 41(9): 954-969.

[7] Oyserman D, Markus H R. Possible selves and delinquency[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 59(1): 112-125.

[8] Markus H, Kunda Z. Stability and malleability of the self-concept[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1986, 51(4): 858-886.

[9] Cross S E, Markus H R. 人格的文化构成[M]//Pervin L A, John O P. 人格手册:理论与研究(第二版)(上册). 黄希庭主译. 上海:华东师范大学出版社,2003:504-527.

[10] Markus H R, Kitayama S. Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation[J]. *Psychological Review*, 1991, 98(2): 224-253.

[11] Kitayama S, Markus H R. Yin and Yang of the Japanese self: The cultural psychology of personality coherence [M]//In Cervone D, Shoda Y (Eds.). *The coherence of personality: Social-cognitive bases of consistency, variability, and organization*. New York: Guilford, 1999, 242-302.

[12] Kitayama S, Markus H R, Matsumoto H, etc. Individual and collective processes in the construction of the self: self-enhancement in the United States and self-criticism in Japan [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1997, 72(6): 1245-1267.

[13] Heine S J, Lehman D R, Markus H R, Kitayama S. Is there a universal need for positive self-regard? [J] *Psychological Review*, 1999, 106(4): 766-794.

[14] Plaut V C, Hazel R M, Lachman M E. Place matters: consensual features and regional variation in American well-being and self[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002, 83(1): 160-184.

[15] Pervin L A, Cervone D, John O P. *Personality: Theory and research*[M]. John Wiley & Sons, Inc. 2005, 209.

责任编辑 曹莉

## Markus' Social Cognitive Theory on Self

GUO Ben-yu<sup>1</sup>, XIU Qiao-yan<sup>2</sup>

(1. School of Educational Science, Nanjing Normal University, Nanjing 210097, China;

2. College of Humanities and Social Sciences, Nanjing University of Aeronautics and Astronautics, Nanjing 210016, China)

**Abstract:** Markus' view on self schemata, possible selves and working self conceptions constitutes her social cognitive theory on self. Self schemata are cognitive generalizations about the self, derived from past experience, that organize and guide the processing of the self-related information. Possible selves represent individuals' ideas of what they might become, what they would like to become, and what they are afraid of becoming, and thus provide a bridge between self cognition and motivation, self cognition and self affect. Working self conception is presently active in thought and memory. Markus and her colleagues' cross cultural researches suggest that culture and personality are mutually constitutive.

**Key words:** self schemata; possible selves; working self-conception; culture