

论自我尊重是“尊重的教育”的心理基础

张向葵¹, 孙天威¹, 张林²

(1. 东北师范大学 教育科学学院, 吉林 长春 130024;

2. 吉林大学 社会心理学系, 吉林 长春 130012)

[摘要] 自我尊重是“尊重的教育”的心理基础问题, 自我尊重需要是人类需要的核心, 是人抗衡文化带来焦虑压力的“缓冲器”, 更是人生命价值的最高形式。在形成过程中, 它受特定社会文化中的信仰保持制约, 尤其受“尊重的教育”实施效果的影响; 在发展过程中, 它又表现出强烈的、持久的与富有弹性的对行为的调节作用, 是人心理机能的具体化, 生命价值的社会化的必然结果, 更是“尊重的教育”的心理基础。

[关键词] 自我尊重; “尊重的教育”

[中图分类号] B 84 [文献标识码] A [文章编号] 1001 - 6201(2002)03 - 0107 - 07

纵观古今中外学者们对“尊重的教育”研究的事实表明, “尊重的教育”是以实现对受教育者的身心健康成长及和谐发展的精神关怀、人文关怀及终极关怀为目的的。这个目的恰恰是教育培育人、发展人与塑造人最重要的根基。这个根基的坚固程度直接关系到一个民族的兴衰与存亡。任何有价值与充满生机的教育, 都应该是使受教育者积极、快乐地去接受教育。然而, 目前有相当一部分学生不愿意到学校读书。关于这个问题, 江泽民同志在 2001 年 2 月 1 日《关于教育问题的谈话》中指出, 这种现象与读书做官和棍棒式教育有关。正是由于这两点, 学校除了教育模式单一外, 还建构了一个僵死的、乏味的、扼杀受教育者个性的教育环境^[1](P7)。在这种背景下, “尊重的教育”应运而生是有现实意义的。

东北师大校长史宁中教授在谈“尊重的教育”时指出, 教育应该是主动的。因为人的特性中有一点是共同的, 那就是每个人都有教育的欲望, 也都有受教育的欲望, 这是人的天性, 是人类生存的需要^[2]。要开发人的这个天性, 就必须考虑到受教育者自身获得教育的心理基础。因为任何受教育者的一切活动都是在其心理这块沃土上发生与发展的。忽视了这一点, 对“尊重的教育”研究将成为无源之水、无本之木。那么, 什么是“尊重的教育”的心理基础呢? 从目前国内外的研究中, 虽然还寻觅不到直接的理论基础, 但透过一些相关研究发现, 自我尊重作为“尊重的教育”的心理基础是有理由的。为此, 本文试图从

[收稿日期] 2002 - 01 - 16

[作者简介] 张向葵(1958 -), 女, 黑龙江伊春人, 东北师范大学教育科学学院副院长, 教授, 博士生导师, 哲学博士; 孙天威(1976 -), 辽宁丹东人, 东北师范大学心理学系硕士研究生; 张林(1973 -), 男, 吉林长春人, 吉林大学社会心理学系讲师, 东北师范大学教育科学学院博士研究生。

什么是自我尊重,人为什么需要自我尊重,自我尊重是如何在社会中形成以及如何影响社会行为这四个方面来揭示这个问题,以期使教育工作者体验到返璞归真的感觉,寻觅到“尊重的教育”的心理内核。

一、什么是自我尊重?

所谓自我尊重(Self - esteem)是指人对自我行为的价值与能力被他人与社会承认或认可的一种主观需要。这种需要是人类需要的核心(Greenberg, J. & Solomon, S, 1986)^[3]。就这一点,西方心理学家的说法是迥然的。如Eednar, R. (1989)^[4]等人认为,人都有一种保持积极的、健康的、向上的自我想象的原始动机。该动机的机制在于防止与避免生存环境带给人的不同伤害与压力,以保持一种心理上的平衡,即减少焦虑。Greenberg, J (1992)^[5]等人将这种避免焦虑的心理机制视为人对恐惧的管理。人对管理恐惧的主要目的在于他/她都具有强烈的、神圣的自我尊重需要。

这种需要的形成、发展与变化受人所生存的文化环境的影响。例如,积极的环境影响能增进人的自我尊重,消极的影响则对人产生伤害,并降低人的自我尊重,使其产生恐惧。所以,Greenberg, J. 认为,自我尊重是指人对在其生存的文化环境中把自我作为一个基本的、有意义的与有价值的客体的感受。依据该理论,人不仅是通过他们移植的、获得的观念来维持他们的价值,形成自我尊重,同时也依靠文化生成的价值观念标准来判断其行为。重要的是,人还能够积极主动地通过自我调节,如自我心理表征、自我图式操作与自我效能感等机制来应对环境的挑战。正因为如此,人需要自我尊重就不单纯是因为它可以抵御外界环境对个体有意义、有价值的生命造成的压力与侵犯,而是通过有效的自我调节降低、缓解焦虑与恐惧的压力,最终形成有弹性的心理空间。

人的有弹性的心理空间是自我尊重的归属。它应该由能力、行为的价值与应对环境挑战三部分组成。就能力来讲,它至少涉及成功的能力、管理的能力及生存的能力(Chris, M. 1999)^[6]。美国心理学家James(1890)^[7]在分析能力与价值的关系时指出,在人的自我尊重形成中能力比价值更重要,因为它是形成自我尊重的基础。例如,一个能力较低的学生很难完成学业,由此会降低他/她的自我评价及自我尊重。因此,在学校中那些学习能力差的学生总有低人一等的感觉,极易产生自卑、自责或自弃等心理体验。这表明人的能力直接关系到成功,而成功又决定着自我尊重。人的管理能力与生存能力也直接影响人的自我尊重。换句话说,一个人不仅要同化他/她赖以生存的物质环境、人际环境及文化环境,而且还要顺应其发展与变化。做到这一点,就必须具备管理、控制与应对环境挑战的能力。因为这些能力越强,其行为对环境的影响就越大,其生存的价值也就越能展现出来;人的价值越高,其自我尊重感也就越强。毋庸置疑,人的这三种能力都直接影响着他/她的自我尊重。但要强调的是,能力只是人自我尊重的一个行为方面,即人们的能力通过个体的行为表现出来的。能力高的人,做事容易获得成功,也容易获得他人的尊重,而对于能力低的人情况却恰恰相反。但无论如何,自我尊重不仅仅由个人的能力所决定。假设自我尊重仅包括能力的话,那些善于说谎的人、高明的骗子或者老练的杀手等,因为他们极易获得成功,他们应该具有很高的自我尊重。但事实恰恰相反,他们是我

们生存的文化标准、道德规范,甚至是法律所不容忍的。他们的行为对我们的社会、他人都是消极的、无价值的,甚至是有害的。所以说,自我尊重还与人行为的价值有密切的关系。

人行为的价值在获得自我尊重与丧失自我尊重中起着重要作用。其显著特点是自我尊重是衡量一个人是否值得他人与社会称赞、产生好感或愿意接受的标尺,也被称为人的主观知觉判断。这种判断具有两大特点:一是外控性(外向性),即人对自我评价在很大程度上受社会文化、道德规范及他人评价的影响与制约,例如,老师对学生的表扬或批评等,直接影响着学生对自我做出高评价或低评价,由于评价不同,产生的自我尊重感亦不同;另一特点是内控性(内向性),是指人偏爱使用一个狭小的、自我感觉合适的“过滤器”过滤他/她对现实世界中与自我相关信息的认识与感受。这种认识与感受是人精神世界的需要,反映了人对相关自我价值的外界刺激的有意识、有目的认知、感受与评价。比如,老师批评学生多数情况是因其行为不符合老师要求造成的,但学生却倾向产生自己是无能的、不受欢迎的、无价值的,甚至是不受人尊重的认知。这显然是不符合逻辑的,但它却有相当强的普遍性。这说明人的主观“过滤器”具有减低、丧失自我尊重的作用。但当人受到奖励或表扬时,人却倾向把这与有能力或有价值联系起来,从中获得高度的自我尊重。这又显露出人的主观“过滤器”具有提高、保持自我尊重的作用。无论主观“过滤器”如何随客观事件变化,它在自我尊重中扮演着一个重要角色的事实是不容否定的。

尽管能力与价值在人的自我尊重中发挥着举足轻重的作用,但人能否应对环境挑战是至关重要的。因为当人在现实社会受到能力要求与价值评价时,能积极、正确地认识自我、管理自我与控制自我是一件很困难的事情,它不仅要求人能对自我做出公正的判断与评价,而且也要求对自我进行合理的解释与说明。就此而论,应对环境挑战是自我尊重的“心脏”。一方面,随着个体的成长,其成功与失败的经验给自我尊重描画了一幅综合肖像,使人保持了一种稳定的挑战生存环境的状态,如帮助个体形成了防御机制与自我同一性等能力;另一方面,当生存环境长期使人处于恐惧、压抑与焦虑的状态时,自卑、自责与自怨就会趁虚而入,侵害人的身心健康。为此,人保持一种应对环境挑战的能力是实现自我尊重的有效心理成分。概括上述观点不难发现,自我尊重不仅是人需要的核心,而且还是一个复杂的、充满弹性的并与其生存环境具有密切关系的主观调节系统。

二、人为什么需要自我尊重?

人的这个调节系统是独一无二的。因为人与动物的最大区别就在于人有意识,有自我调节能力。心理学家 Becker, E(1962)^[8]认为,人不仅能够意识到自我的存在、自我的价值与自我的意义,还能认识到自我受尊重的程度。因为人具有使用语言符号、表征现实世界与自我反省的能力。事实上,尽管这些能力极大地提高了人应对环境的质量,但与此同时,也使人陷进了某些独特的问题困境之中。众所周知,人会反省自己为什么要存在,为什么要承担变化莫测的、任何事情都可能随时发生的责任,为什么要面对在前进路上那些不可避免的,有时又要把人赶到毁灭之途的灾难。这些反思会自觉、不自觉地人的心理上留下恐惧的烙印,但随着人认知能力的不断发展,一种新的感觉就会弹抹掉恐惧

的阴影。那就是人会在丰富的文化背景上着染上对世界充满光明的、有意义的和永久的爱恋。因为所有文化都为人描绘了一幅世界是美好的、祥和的、充满无限希望的画卷。例如,在天人合一的我国文化中,人们祝福每一对夫妇都是白头偕老、天长地久,每一位长者都是寿比南山、福如东海等等。这些存在于文化中的美好期盼,对人去追求一个美好、快乐与幸福的明天,去热爱、眷恋这个世界起到了积极的作用。但同时它与个体对生命的短暂性或有限性的认识发生了冲突,使个体承受一种新的压力,即使人产生了拒绝承认他或她可能要面对不幸或意外的观念。从这一点看,人不仅是社会动物,更是文化动物。人使用语言来表达他们文化中共同的关于世界的知识、思想及精神,这样人就形成了一种关于对其文化理解的现实表征。随着这种理解的升华,文化带给人的意义将渗透到他/她的生命里。故此,人对其存在的文化有了积极的、可以依赖的,甚至是充满热情的态度倾向。随之而来的是,与这种文化相一致的自我尊重的要求也戏剧般地出现了。

为什么人会不顾一切的,甚至带有普遍性地追求其自我价值被承认的需要呢?从儿童出生到他们长大,从父母那里得到的关爱奠定了他们安全需要满足的基础。安全需要的满足减少了他们的焦虑。随着儿童的成长,尽管自我意识在不断提高,但水平较低。例如,他们对自己是好孩子还是坏孩子的认识,主要来自其“全能”父母对他们做出的评价。他们还将这种评价与父母是否关爱联系起来,并以此建构起自我尊重的内核。这表明人的积极的自我意识与其安全感有关,而消极的自我意识与恐惧有关。就后者而言,儿童为了回避恐惧的感受,他们必须相信自己是好孩子,是受父母重视的、尊重的。只有这样,他们才能获得爱护、关照,产生安全感。因此说,人社会化刚刚起步,自我尊重需要的心理机制就表现为减少或抵御恐惧的压力。

起码儿童对自己生命属性的最初认识,对其父母的最初评价等都反映了这一点。因为儿童早期对生命属性、对父母的“全能”作用的认识是一致的。他们没有关于死亡或丧失的概念^[9,10],仅仅具有关于人、事与物是永恒的概念,如认为父母能永远保护他们。随着儿童认知能力的发展,儿童开始意识到父母对他们的保护是有限的,父母及他自己的生命也都是有限的。在这种情况下,儿童对“生命堡垒”理解的根基受到了致命的冲击与挑战,即确定生命的最高价值标准就成了刻不容缓的需要。有幸的是,我们生存的文化与教育为儿童的这种需要提供了具体指导,并使他们对生命的重新认识找到了“家园”,即将自我尊重作为生命的最高价值。

自我尊重作为一种最高价值,父母及其他人和教师对儿童评价的意义就变得举足轻重了。一方面,在家庭与社会中,父母及其他人将其获得的文化潜移默化地传送给儿童,使他们获得了关于世界是美好的、幸福的知识,减少了他们对死亡的恐惧;另一方面在学校中,教师通过系统的文化知识与技能的传授,使儿童接受、认可及赞同所处的文化的意义与价值变得积极、主动;使儿童升华自己的生命价值与产生自我尊重感变得灵活、多姿。因此,我们可以说自我尊重是人在特定文化背景下减少焦虑的“缓冲器”。

三、自我尊重是如何在社会中形成的?

如果说,自我尊重是人在特定文化背景下减少焦虑的“缓冲器”,那么,它是如何在社

会文化中形成的呢?我们认为,在任何一种特定的文化中人的自我尊重形成都离不开信仰的保持与教育的实施。

就信仰来说,如同上述所描绘的那样,在不同的文化背景上人们愿意将人类生活绘制成一幅有意义的、永恒的或美满的画卷,使人对这个世界充满了期盼的目光与探索的脚步。这是文化对人前进与发展的驱动力(或原动力)。就教育来说,它使受教育者在特定的文化背景中获得知识、能力与技巧等。这些知识、能力与技能是保证受教育者在这个社会中得到他人认可、社会接受,实现自我价值,产生自我尊重的基本条件。除此之外,教育要能够考虑到受教育者的学习欲望与能量,考虑到引导与激发这种欲望与能量的策略与方式,尊重受教育者的人格、认知风格、兴趣与需要等,教育将如明媚的阳光照耀着每位受教育者,课堂将普降甘露、如沐春风滋润着每位受教育者,他们怎么会不愿意到学校读书呢?

但很明显,“尊重的教育”是有条件的,当受教育者有缺点时,也是要受到指责或批评的。这时,自我尊重就受到了一定程度的威胁。事实上,任何文化的“脚本”并不是绝对地写着表扬与惩罚的条文。问题的关键是,如果人自己被罩在了这个庞大的、不透气的文化网中寸步难行的话,才会真正感到自我尊重出现了问题。也就是说,人的社会行为的核心部分是直接趋向两个目标:一是要保持人在文化环境中的信仰,因为它能够提供给我们自我尊重的基础,二是通过教育获得我们在文化环境中自我存在的价值与意义。

就第一目标来说,能够使人在文化环境中保持信仰,影响人自我尊重实现的主要因素是文化标志与文化仪式。人们可以看到我国的文化标志,如国徽、纪念碑、国旗、货币、历史遗产等,生活中举行的主要文化仪式,如唱国歌、参观历史遗址、去公园、听新闻、看体育报道及欣赏时尚与娱乐等。这些文化标志和文化仪式对于我们文化保持与延续都起到了积极的重要作用。一方面,它们客观地再现了我国人民追求祥和、幸福与光明的历程,另一方面,它也激励着年轻的一代沿着前辈文化的足迹去创建新的生命价值。就第二个目标来说,教育的终极目的是使受教育者愉快地接受教育。为此,任何形式的、直接的或间接的教育都在传播知识、培养技能与发展潜能中去实现对受教育者的精神关怀、人文关怀与生命关怀。因为这些关怀是受教育者获得自我尊重的奠基石。例如,教师在教育中能尊重学生的个体差异,能理解个性特点及年龄规律等,就能使学生感到温暖与快乐,产生被关注、有价值的感觉,最终获得自我尊重需要的满足。

如果问题如此,我们就有理由肯定,文化中的信仰保持与“尊重的教育”的实施是满足与实现人自我尊重需要的两条重要社会通道。如果比较二者,我们认为,“尊重的教育”作用更大。因为它是有目的的、有计划的、系统的教育,是符合人生存与发展的文化需要与社会需要的教育;是追求“以人为本”的教育,或者说是“人化”的教育。因此说,用“尊重的教育”去塑造受教育者的生命、精神与灵魂,怎能不凝练出人关注自我、实现自我与完善自我的最高追求?怎能不展示出人对理性彼岸期盼的风采?怎能不折射出人对生命价值的社会化光芒?

四、自我尊重又是如何影响社会行为的？

如果说人的自我尊重是人社会价值的具体表现形式,并通过其生存文化的激励与教育的关怀得以实现,那么,形成了的自我尊重又是如何影响社会行为的呢?

虽然目前该问题还无直接的理论说明,但一些相关的研究可为参考。自我尊重影响社会行为的心理机能在于它的具体弹性的调节作用。尽管人的心理调节作用不是万能的,但当外界压力与威胁因素增多、增强时,缺乏调节心理机能的人就比善于采取调节策略的人易受伤害。确切地讲,人如果能够将消极的生活事件、压力带来的痛苦与伤害减到最低,就有助于自我尊重对行为的指导。关于这一点,可从“关系”与“实验”两个方面来看。考虑前者,“关系”是指积极的自我尊重与身心健康有较高相关,而消极的自我尊重则与问题焦虑相关。考虑后者,“实验”研究是最好的“佐证”,即当恐惧、压力或应激降临时,人总是忙于使用策略去抵御自我尊重受到的威胁或重新储备自我尊重。这说明这些防御策略能够对个体产生恐惧自我尊重的因素进行调节。我们认为,人对压力或应激的心理调节作用主要在于:(1)自我对失败的外归因。采用这种心理调节可以减少主观的自责、自贬与自惩等,以此帮助自我积极从困难事件中摆脱出来,增强应对信心,提升自我尊重感;(2)当一个人失败后,神经资源减少导致他/她抵御焦虑的倾向降低,这一体验却鼓励他/她去唤醒其他一切可利用的资源(Paterson, R., & Neufeld, R. W. J. 1987)^[11],如物质资源、人际关系资源等,这些资源是人恢复自我形象、自我价值的外在标准,例如我们在研究下岗人员他人不支持行为对其身心健康影响时发现,下岗后能积极主动得到他人(如家人、邻居与朋友等)支持的人其抗拒压力事件的信心更足,再就业的动机更强,自我尊重感更高,否则相反;(3)唤醒水平的增长,提高了他/她抵御焦虑的能力与水平,这表现为当人处于压力状态下,生理与心理机能都在提高,比如人的内分泌系统、激素水平与大脑活动都处于高的临界状态,大脑中枢神经系统控制能力的增强使其心理的评价倾向、态度与认知风格等能有效地控制压力事件的蔓延;(4)当处于恐惧中的个体能抵御其自我尊重不被伤害时,焦虑减少。其机制是人能够积极主动地建构自我图式。所谓自我图式(Markus, H., 1980)^[12]是有关自我的认知结构,是关于自我的认知概括。^[13](P106)它既依赖人的过去经验,也依靠对个体社会经验中与自我有关的信息加工进行的组织与指导。人能够形成某一自我,关键因素在于这一领域对其具有重要意义。一方面,人企图通过可能的自我,即个体关于其潜能的信念和未来的知识,塑造自我成功的形象、受人尊敬和爱戴的自我等,同时也在拒绝孤独的、无能的、不受人尊敬的自我;另一方面,人还利用自我图式调节人际冲突,给人更多关于自我形象整饰的技术,使人不仅关心外在的自我形象,而且更注重受社会、他人认可的并与自我感觉一致的自我。无论二者的机制在操作层面上差异有多大,但它们的核心是保护了人的自我尊重,驱使人产生积极的、健康的与向上的行为。

综合上述观点不难发现,自我尊重需要是人类需要的核心,是人抗衡文化带来焦虑压力的“缓冲器”,更是人生命价值的最高形式。在形成过程中,它受特定社会文化中的信仰保持制约,尤其受尊重的教育的实施效果的影响;在发展过程中,它又表现出强烈的、持久

的与富有弹性的对行为的调节作用,即人需要自我尊重是人心理机能的具体化、生命价值的社会化的必然结果,而“尊重的教育”是将这一结果根植在受教育者心灵上与生命上的使者。因此说,自我尊重是“尊重的教育”的心理基础。

[参考文献]

- [1] 史宁中. 尊重的教育:基点和内涵[A]. 新世纪教育理念:“尊重的教育”笔谈[J]. 东北师大学报(哲学社会科学版),2001(5).
- [2] 史宁中. 走向尊重的教育[N]. 中国教育报,2002-01-04(3).
- [3] Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. The causes and consequences of a need for self-esteem: A terror management theory. In R. F. Baumeister (Ed.), *Public self and private self* (pp. 189 - 207). New York: Springer-Verlag, 1986.
- [4] Bednar, R., Wells, G., & Peterson, S. *Self-esteem: Paradoxes and innovations in clinical theory and practice*. Washington, DC: American Psychological Association, 1989.
- [5] Greenberg, J., Simon, L., Pyszczynski, T., & Solomon, S., & Chatel, D. Exploring the nature of mortality salience effects: Terror management, value accessibility, or aversive thought? Unpublished manuscript, University of Arizona, Tucson, 1992.
- [6] Chris, M (Ed.). *Self-esteem: Research, Theory and Practice*. Printed in the EC by J. W. Arrowsmith, Bristol, 1997.
- [7] James, W. *The principles of psychology*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1890.
- [8] Becker, E. *The birth and death of meaning*. New York: Free Press, 1962.
- [9] 张向葵等. 3.5 - 6.5 岁儿童对死亡认知的研究[J]. 发展与教育心理, 1998(4).
- [10] 张向葵等. 3.5 - 6.5 岁儿童对丧失认知的研究[J]. 发展与教育心理, 1999(4).
- [11] Paterson, R., & Neufeld, R. W. J. Clear danger: Situational determinants of the appraisal of threat. *Psychological Bulletin*, (101), pp 404 - 416, 1987
- [12] Markus, H. *Self-schemata and processing information about the self*. *Personality society psychology*, 1977.
- [13] 李晓东, 孟威佳. 自我图式理论—关于自我的信息加工观[J]. 东北师大学报(哲学社会科学版), 2001, (4).

Self - Esteem is Psychological Foundation on Education of Esteem

ZHANG Xiang-kui¹, SUN Tian-wei¹, ZHANG Lin²

(1. College of Education, Northeast Normal University, Changchun 130024; 2. Jilin University, Changchun 130012, China)

Abstract: Self-esteem as psychological foundation on “Education of Esteem” is elaborated in this paper from four aspects. The authors point out that self-esteem is not just as a core of human being needs, but also as a buffer to cope with stress and tension from their cultures. More important, it seems to be the highest form on life-value. From its forming process, self-esteem is restricted by keeping-belief in the specific social cultures, especially influenced by the effects on “Education of Esteem”. Regarding process of development, self-esteem displays strong, permanent and flexible function in order regulation to behavior. It is a specification for psychological function of human being as well as an inevitable result of socialization on life-value and a basic foundation in “Education of Esteem”.

Key words: Self-esteem; “Education of Esteem”

[责任编辑: 晨 晓]