

自尊的本质探寻与教育关怀*

张向葵 丛晓波

[摘要] 自尊是个体生命存在状态的机源,它构成个体人格的核心,具有本体论的意义。自尊水平直接影响人现实的社会生活。在关系世界中生成的自尊才是真正的自尊,只有在自尊的调节下才会生成和谐的关系世界。自尊的教育引导人去反思自我保护,自尊的教育调节人去学会适应,自尊的教育关爱人去形成健全人格。

[关键词] 自尊;自尊的本质;教育关怀

[作者简介] 张向葵,天津师范大学心理与行为研究中心兼职教授,东北师范大学教育科学学院副院长、教授、博士生导师;丛晓波,东北师范大学政法学院副教授,东北师范大学心理学系博士研究生(长春 130024)

自尊是指人对自我行为的价值与能力被他人和社会承认或认可的一种主观需要,是人对自己尊严和价值的追求。研究表明,自尊不仅与学业成绩、归因、人际关系等因素呈高相关,而且是个体心理健康的核心。自尊除有高低外,还具有异质性差异,即人存在高自尊异质性问题。近半个世纪以来,高自尊异质性问题得到广泛关注,如假自尊、防御性自尊、稳定与不稳定高自尊、表面上的高自尊、相倚的高自尊和真正的高自尊,等等。那么,人的自尊只有高低水平之分吗?自尊越高越好吗?抑或自尊研究仅仅进行测量而无视其本质探讨就足够了?

本文通过探讨、追问、论证自尊的本质,探索自尊原动力的关系世界,寻求教育关怀的必要性与可行性。

一、自尊本质的生命意蕴

自尊是人类所特有的、决定人之所以是人的

核心内在品质。自尊本质的真正内涵在于对人的生命的解读中,只是在有生命之处才会有自尊,因此,生命性是把握自尊本质的根本。

(一)自尊起源的生命启示

自尊的产生需要两个生命前提:一是我与非我意识的建立,二是挫折与死亡对生命的危机。人在生命初始是以本能反应外界环境的。在他的世界中,没有自己也没有他人,更没有自己与他人的区别,因此也就没有自尊。随着认知能力的不断发展,个体的社会认知能力也开始出现(如依恋等),其最初表现是在意熟悉的人(如母亲等)对自己的态度,并根据环境及人的状况表现自我的情绪体验。就个体整个生命历程而言,这就是最简单、原始的自我认可,这意味着个体自尊的萌生。由此可见,自尊形成于“我”与“非我”意识的建立,即个体能够区别自己与他人的不同,并因这种区别而产生情绪反映和行为变化。一旦个体确证了自己与周围世界的不同,他就开始以所有努力企图弥合这种由意识造成的不和谐。然而,人只能

* 本文系教育部人文社会科学研究重大项目(项目批准号:02JAZJDXLX005)、教育部高等学校优秀青年教师教学科研奖励计划项目和东北师范大学青年基金项目研究成果。

部分地消除“我”与“非我”的冲突,于是,注定要陷入永不停息的自我确证之中。自我确证的实质是追问自我存在意义的过程,无论其形式如何,“人是这样的一种动物,他们毕生都在努力使自己相信其存在不是荒谬的”,他们毕生都在确证自我的合理性与价值性。

在人类的社会生活中,自尊构成个体人格的核心,是个体生命存在状态的机源。由于自尊的存在,人作为个体存在才可能具有价值和意义,人才能成为真正意义上的人。自尊的这种特性又源于人另一个生命的前提:只要活着,每个人都要面临挫折和死亡,任何人都无法逃避。这是生命的悲哀,却成就了人的自我认可、自我拯救的本能,因为人必须“超越”挫折和死亡才能确证生命的意义。在自尊的鼓励和支撑下,人才有勇气真正地面对挫折和追求生命精神的永恒存在。挫折是对个体生命存在的暂时否定,挫折来源于外界,他人、他物与自我产生的冲突有时被个体体验为某些特定的伤害;死亡来自个体本身自然,是对每个个体都必然存在但又不明确何时存在的“永久否定”。挫折和死亡是对生命的否定,由于不能实现生命的永恒存在,个体就只能以自尊的方式保存自己,这种努力便是他真正的本质。个体企图永远保存自己是生命的本性,它形成了以自我认可为中心的人的整个实践过程和结果,形成了人最丰富生动的社会生活,人在自我认可中实践着生命精神的永恒,又在永恒的生命精神中发展和不断升华自我认可的境界,实现人自身生命的尊严。

(二)自尊完善的生命历程

自我认可是一切生命维持的前提,而自我保护方式的不同却表征了不同的生命境界,也区分了不同的生命层次。为呈现自尊本质的真实面目及与之密切相关的现实世界中人的生活状态,有必要区分自尊的类型。根据个体对自身和周围世界关系的意识程度,以及相应的对自身合理性的维护方式,可以把自尊分为自在的自尊、自为的自尊、自由的自尊。

自在的自尊即一切生命的本然性自我关注。生命个体对自身及周围世界的意识处于一种“自然而然”的状态,对自身合理性的维护方式是直白的、素朴的、也是最容易改变的,它是生命最初的自我保护形式。自然人一般表现于生命的初期,

随着实践的深入和对现实生活的改变,人会逐渐地提升自己的生命意识,自觉思考生命问题,越来越主动地摈弃自在本能,并形成自我保护的第二种类型:自为的自尊。它是以自我为中心的生命关注。个体自觉到自我的唯一目的性,并由此确定自我价值的选择标准,自己是自己存在的合理性根据。从广义上说,西方文艺复兴以来的现代理性主义就是建立在这种意识基础上的。通过它获得启蒙的现代人彻底挣脱理想与现实的樊篱而实现了完整的独立,从此,无节制的主体性成为彰显“万物之灵”唯一的凭证,人的存在等同于人的自由意志,人的自我保护等同于唯我保护。“个体是某种全新的东西和创新的东西,某种绝对的东西,他的一切行为都是固有的。”在生活中,处于这一自尊水平的人较多地表现为认知上的自我辩解与自我维护,或自大自满、自卑自闭,这都是狭隘的自我中心主义。这种自尊状态虽有意识,却是尚未经过反思的意识。与自在的自尊相比,自为的自尊标志了人的价值及合理性,使人的生命获得了自我拯救的希望。然而,由于这种拯救的片面性和极端性,使人在遗忘了自我本性的羊肠小路上越走越远,最终遗失生命的家园。自在的自尊与自为的自尊是自尊完善过程中的两个阶段,因生命成长的过程性特征而很难简单超越或避免。两者都在对自身及世界的不同意识程度和维护自身生命合理性的不同方式中实践着人的现实生活,并且都是缺乏完整人性的自我保护,是丧失自尊本质的自我保护。如果按照黑格尔“扬弃”的观念,自我保护的表现形式应有第三种类型:自由的自尊,即在现实生活世界中追求自身合理性及价值的动态平衡。自由是人所特有的自在自为活动,它是对具体关系的自觉,在适应一定环境的同时又以人的尺度去改造世界,并在实践活动中生成并提升自己。这样的自我保护是有“我”又有“他”的,在与现实生活世界的诸关系中呈现平衡—不平衡—再平衡的动态发展。

自尊呈现的三种类型就是自尊发展的三个阶段,个体呈现出什么样的自尊类型与其对生命和生存意义的意识程度相关。或者说,对生命和生存意义的诠释构成了自尊的全部内涵。怎样的生存意识产生怎样类型的自尊,与个体客观状况(如年龄、身份等)不相关;每一种类型的自尊只代表

自尊发展的不同阶段,因而不完全稳定地表现在一个人身上,个人可能在某一阶段更突出地呈现出某一种类型。自尊的三个阶段呈逐渐成熟趋势,拥有较为成熟的自我保护方式是完美人格的关键。一般说来,前两个阶段是第三个阶段的准备,三者顺序是不可逆的。

二、自尊原动力的“关系世界”

自尊是在关系世界中生成的。同时,拥有真正自尊的人又生成新的关系世界。自尊对于人的本体论意义是通过人对生活世界的理解与建构来实现的,自尊的现实品质是通过选择与言说生活来表达的。只有在关系世界中,人才会拥有自我保护的真实内涵,拥有真正自尊的人才更主动地建构和谐的生活世界。

(一)解读“关系世界”

“关系世界”是人通过实践活动创造和形成的现实生活世界。人的关系世界就是构成人的生活世界的诸多关系。关系性是人在实践活动中生成的标志人的存在样式和存在根据的属人特性,“凡是有某种关系存在的地方,这种关系都是为我而存在的,动物不对什么发生‘关系’,而且根本没有‘关系’。”人与人意识到的对象构成人现实的生活世界,并且人与人意识到的对象及其关系状态就是人现实的生活状态。人作为个体,不是唯一的和孤零零地独自存在着的,它通过对象性的活动来实现人的本性。如果说,人与动物的区别在于人的意识活动,那么,这种活动也是关系意识的活动。从关系角度说,人的生活世界基本由四种对象性活动构成:一是人与自然的关系,表现为人对自然界的认知态度、改造方式及自然对人的影响;二是人与人的关系(社会关系),表现为人与人之间的交往互动行为;三是人与自身的关系,主要指人对自我的认知评价、情感体验及调节控制;四是人与“神”的关系,即人对生命终极意义的关怀与信仰。四种关系统一于人现实的生活实践,它既通过生活实践表现出来,又同时通过生活实践生成具体而丰富的本性。其中,人与自然的关系是人的关系世界中第一层涵义,是其他诸关系的前提。因为,人直接地是自然存在物,只有在自然的内在“需要”得到尊重时,人所实现的自我需

要的满足才会是健康的。社会关系是人的关系世界中最集中表征人的本质特征的部分,是人的关系世界的现实化,其他诸关系及其状态都要通过现实性的社会关系展示出来,它直接反映人的社会性力量,即人的力量。能够满足他人需要的人,就是能够与他人和睦相处的人,同时,越是能够满足人内在精神深层需要的人,越容易被更多人接纳、认可并获得更多的尊重。人与自我的关系状态是人的关系世界中的关键部分。人怎样获得自然力和怎样对待他人,在一定程度上取决于人怎样认识自我,即对自我的内在本性、需要和自我在外显环境中的地位、特征的意识。对人现实的生活世界给予终极意义的追寻和神圣意象的体味,是形成人的关系世界健康和谐的根基,它是前三种现实性关系所要达到的理想彼岸,是三种现实关系的行动指向。

自尊是生活在现实关系世界中的人的自我保护,是在人的对象性实践中体现的理性思想与经验活动的统一。因此,自尊是一个现实生活问题,又是一个超越现实生活的理论意识问题,它需要生命自身精神的省思,也需要在生活世界中围绕实践而展现。人的自尊在现实的“关系世界”中生成,只有在现实的“关系世界”中生成的自我保护才会生成合乎人完整需要的现实生活世界。因此,作为个体的人的自尊应该是以个体为中心,向现实关系世界的态度和行为的辐射,现实世界的关系状态又同时反馈并影响个体的自我保护。任何单一关系所构成的自尊都是虚假自尊,凭借虚假自尊维护自我的人也不是真正意义上的人,因此也不可能有健康、幸福、和谐的生活。

(二)“关系世界”的调节方式

自尊是在关系世界中生成的自我保护,而人一旦在关系世界中保护自我,就意味着人与其他一切存在在本质上区别开来,并开始生成新的关系世界。关系是以“我”为根据,并围绕“我”发生意义的对象,是个体生命意识的主观设定,个体意识到的关系状态怎样,就在怎样的水平上维护自我保护,个体现实世界的生活也就怎样。自尊对个体现实世界的生活发生作用是在被意识到的关系状态下,通过个体具体的调节过程来实现的。自尊水平不同,调节自我保护的方式就有消极与积极之分。

与消极调节的方式维持自我保护相对应的是自在和自为两种自尊水平。自在自尊类型的人一般不在意自我形象,往往是明显地遭到否定后才产生本能的反应。关于自我保护事件的归因往往直接而简单,能引起个体主动维护自我的事件是个别的,只涉及其维持基本生命存在的少部分需求。陷入自我中心主义的自为自尊由于太看重自己和过分维持自我而忽视了现实的“关系世界”。这种人往往很敏感,也因此极容易受伤害,虽然能洞察生命或生活世界的某些现象,但无法把握自我与现实的关系世界的本质而表现出两种相反的生活态度和行为倾向。一种是自恋式。这种人具有天生的自我优越感、极为牢固的自我保护防御系统和自我辩护的完美途径,能顺利地缓冲由生活中的挫折引发的焦虑,但容易把问题归咎为环境和他人,攻击性强、性格冷傲、不负责任。另一种是自怜式。这种人有着一切由我、一切归我的认知方式,因意识到所有问题都源于自己而形成自哀自叹、自暴自弃、自卑自怜的人格特点。这两种倾向都由于割裂了自我与“生活世界”的关系而无法正确对待他人的评价,不能适当地对社会环境做出反应。

与自由自尊相对应的行为调节方式是积极调节。积极调节对个人生命价值的提高及生活意义的实现具有积极的推动作用,其关键在于这种自尊根源于人的关系本性,从人的关系和谐的基本原则出发,去实现自我认可的生命追求。因此,这种人也一样具有自我保护和维护自我存在的生命本质,但他们能够根据现实世界的诸关系调节并控制自己的认知态度和行为方式,合理判断、评价自己。目标和理想的设定与行为能力的实际使个体能够通过自我努力适应并建构自己的生活世界,在调控自身活动的过程中生成健康人格。自由自尊生成的过程就是个体人格完善的过程,也是个体心理走向成熟的过程。

(三)“关系世界”的文化特质

自尊问题既是个体人格特征问题,也是社会文化问题。“社会实际上是先于个体而存在的。不论在社会中生活的个体,或者因为自我满足而无需参与社会生活的个体,不是野兽就是上帝。”社会对自我而言就是他人或者说是作为人的其他存在,自我的生命首先以其他人为前提,自

我的生活状态也首先取决于非我。没有哪一个人在哪一刻能实现绝对的孤立,否则它就不再具有人的本质特性,也就不能再称为“人”。社会是人的群性组织,文化就是活动的规则。这些规则由一群人相约而成,其中有些是生活自然形成的结果,有些是为了维系群体而指定的章法。规则作为一种“公设”和先在的背景假设,是群体的标志,也是群体中个人身份的象征。文化是人的群体性意识活动的产物,人是文化的存在。这样看来,自尊决不仅仅是个人的问题,更是社会的问题和文化的问题。个人保护自我的内容和方式取决于他所生活的那个世界其他人的特性与规则,因此,在不同社会文化前提下自尊的内容和方式也明显不同,甚至全然相反。

概言之,西方文化中的自尊注重自我的先在性与绝对性,追求自我需要的满足。自我保护的内容是个人的自由,是通过我、为了我、完成我的自我实现。他人和环境状况只是自己选择生活的一种参考,他们可以在其他人完全不理解的情况下仍继续坚持自我选择,实现自我价值的保护。因此,西方人总能创造出古怪、冒险的生活方式。日本文化则拥有相互依赖的自尊感,如1993年小和田雅子放弃她的事业和独立的生活嫁给日本德仁太子一事,许多西方观察者感到迷惑不解,然而日本人却认为雅子的选择是好的、自然而然的决定。不同文化背景下的自尊不仅在内容上具有极大差异,而且表现方式上也各具特色。如美国人极为看中自我感受、自我选择;中国人的自尊是与极强的承受、忍耐力粘和在一起的,其自我保护的方式相当隐蔽和委婉。

社会文化先在地决定自尊的内容及形式,形成个体自我认可的普遍一致性表现。这种决定可以是自觉的引导、疏通,也可以是个体不自觉的被动接受,而个体成长中诸多的影响因素使这种决定表现出明显差异,每个个体的自我认可又具有特殊性。自尊本身是一个不断成长的过程。这种成长不会自然地能顺利进行,它既需要个体自己的觉醒,更需要社会文化适宜的催化与哺育。

三、自尊的教育关怀

教育在文化认同的过程中延续着生命的文

明,成为人类自身生命发展和生命创造的根本源泉。由于自尊对于人的生命及生活世界、生活状态的本体性价值,笔者提出“自尊的教育”。自尊的教育追求的是对人类生命本性的诠释和生命未来的珍爱,是教育对人性的关怀。

(一) 引导人去反思自我保护

从自尊呈现的三种类型可以看出,自我保护的成熟并非一蹴而就或水到渠成。在个人的生命历程中,可能有人一生都处于自然状态,也可能有人一生都停留于自为状态,还有人可能在短时间里在现实的关系世界中保持自我保护的和谐。自尊的教育就是要适时、适当地引导学生形成良好的自我保护内容与形式,启发他们的生命意识,让他们在对自然、他人、终极信仰的尊重和关注中实现自我保护,并通过引导来改变学生纯粹本然的生存状态,自觉到自我保护的关系性与现实性。一般地说,从儿童期到青春期,教育引导的重心是超越自然原始的自我保护,摆脱本能的关系调节方式,学会认知关系世界的存在。青春期初期,学生自我保护获得初步确立,但极易陷入个人神话和自我中心主义的漩涡,用自己单一的尺度去衡量一切。青春的热情与冲动会让他们所向披靡,成长的懊丧与失意也会使他们意乱心迷,他们的自我保护经常表现得极端化和绝对化。因此,此阶段的教育应引导学生意识到现实生活世界的诸关系,要启发学生回答类似“我的世界里存在哪些关系,这些关系与我的生活有什么必然联系”的问题,引导学生形成合理的自然观、社会观、信仰及价值观、自我观;让学生懂得学习既是实现有关自我的关系世界现在和谐的中介,也是实现未来自我关系世界和谐的中介;学习不仅是知道自然知识的过程,更是理解、尊重他人,树立人生信念,提升自我的过程。

(二) 调节人去学会适应

教育的过程是师生共同成长的过程,学生自尊水平的提高依赖于教师教育策略的完善,教师教育策略的完善本身又促进教师自尊水平的成熟。自尊的教育关注学生与教师作为教育主体的自主发展、自我完善,它强调教育实践过程的互动性。教师与学生只能在相互作用的前提下才能共同完成课堂教学,他们相互作为对方的关系世界而存在,教育的结果由双方互动的程度和内容决

定。因此,自尊的教育绝不仅仅是教师尊重学生、学生尊重教师的单向度或单一的关系,它包含了教师与学生在关系世界中维护自我的一切实践。教师行为的关系性是教师角色的基本内容,自尊水平是教师角色能力的根据。自尊水平高的教师具有较强的调节自我与生活世界诸关系的能力,包括积极地关爱学生、追求真理、自我完善。自尊的教育强调教育的平等性和学习的选择性。平等不是完全没有差异的绝对平等,这种平等只是一种理想,在现实中是不存在的。教育的平等是一种相对的人格平等,它摒弃人格权威或人格主宰,重视对话与合作。学习的内容与形式对每位学生来说都是可选择的,而选择的能力就是自我保护的水平。学生在选择中可以获得有关自我与生活世界的认知,由自我选择而获得的自我的充实和提高是实现成熟自尊的本质性力量,对自我发展的目标设定及选择实现目标的手段的过程就是学生发展自尊的过程。

(三) 关爱人去形成健全人格

“人的心理态度、价值观和生活方式的发展状况才是衡量‘发展’的最深层的指标。这是一种人道主义的转变。”^④自尊的教育是以现实的方式真实地关注人生命状态的社会影响,是用心灵铸造心灵的生命艺术。它强调从心处着眼,育心育灵,出发点和整个过程都在于成长,在于调节关系世界的自由意识不断生成延续和维护生命存在的无穷力量,使每一个学生都能在心智的成长中拥有和谐的生活世界及健全的人格。

自尊的教育是超越单一文化,形成丰富人格的生命奠基。人发展的根本动力是自我发展。自我发展的内在机制是自我保护与生活世界诸关系的持续互动,在关系世界中生成自我保护,自我保护又生成新的关系世界。自尊的教育受制于文化传承的要求。社会文化先于自尊的教育而存在,自尊的教育不能完全脱离社会文化独立进行,因此,自尊的教育表现为一种特定社会的文化传统。在此意义上,传统文化是自尊的教育所能依据的最重要的线索,自尊的教育本身即是一种特定的文化规则。然而,虽然每一种文化都具有自己的特色,并因为这种特色而具有独立的存 在价值,但文化自身也有一个不断丰富的问题。文化没有高低贵贱之分,却有贫瘠与丰盈、单一与多彩之别,

不同文化样式生成不同特点的人格,因此,丰富文化的过程也就是丰富人格生成的过程。在世界文化交融的趋势下,中西方文化的相互了解与渗透加快了单一文化样式走向丰富与成熟的脚步,中西方文化传统中维护自我认可的方式都会在文化差异、冲突中整合,这种时代精神所支撑的完整人格正是自尊的教育追求的生命境界。在自尊的教育中,学生被启迪的生命意识逐渐成为发展自我的生命冲动,自尊的日益成熟将成为他们创造和谐世界的基础。

注释:

张向葵,吴晓义. 自我尊重:学校教育中不容忽视的心理资源[J]. 教育研究,2003,(1).

丛晓波,等. 自尊:心理健康的核心[J]. 东北师大学报(哲学社会科学版),2005,(1).

Jordan C H, Spencer S J, Zanna M P et al. *Secure and Defensive High Self-esteem*. Journal of Personality and Social Psychology, 2003, 85(5): 969 - 978.

Mruk C. *Self-esteem: Research, theory and practice*.

New York: Springer publishing, 1999; Schneider DJ, Turkat D. *Self-presentation following success or failure: Defensive self-esteem models*. Journal of Personality, 1975, 43(1): 127 - 135; Kernis M H, Cornell D P, Sun C R et al. *There's more to self-esteem than whether it is high or low: the importance of stability of self-esteem*. Journal of Personality and Social Psychology, 1993, 65(6): 1190 - 1204; Kernis M H. *The role of stability and level of self-esteem in psychological functioning*. Baumeister R F (Ed.). *Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard*. New York: Plenum Press, 1993. 167 - 182.

Deci E L, Ryan R M. *Human autonomy: The basis for true self-esteem*. Kernis M H (Ed.). *Efficacy, agency, and self-esteem*. New York: Plenum, 1995. 31 - 49.

康健. 生命之约——重读尼采[M]. 四川:四川人民出版社,1996.

马克思恩格斯选集(第一卷)[M]. 北京:人民出版社,1972.

埃利奥特·阿伦森. 社会性动物[M]. 北京:新华出版社,2001.

Elliot Aronson,等. 社会心理学[M]. 北京:中国轻工业出版社,2005.

朱小蔓. 教育的问题与挑战[M]. 南京:南京师范大学出版社,2002.

The Nature of Self-Esteem and Education Care

Zhang Xiangkui & Cong Xiaobo

Abstract: Self-esteem is an organic source for the existence of individual life and it constitutes the core of individual personality. It is also of ontological significance. The level of one's self-esteem will directly influence his real social life. The self-esteem shaped only in a correlative world is real self-esteem, and only with the regulation of self-esteem can there be a harmonious correlative world. Self-esteem education leads to people's reflective protection of oneself; self-esteem education regulates people into adaptation; self-esteem education cares for people and enables them to form sound personalities.

Key Words: self-esteem, nature of self-esteem, education care

Authors: Zhang Xiangkui, concurrent professor at Psychology and Behavior Research School of Tianjin Normal University and professor, Deputy Director & tutor of doctoral candidates at Educational Science School of Northeast Normal University (Changchun 130024); Cong Xiaobo, associate professor at Politics & Law School of Northeast Normal University and doctoral candidate at Psychology Department of Northeast Normal University (Changchun 130024)

[责任编辑:金东贤]