

无意识目标追求的成败对自我提升的影响

谢继红^{1,2}, 刘华山¹, 谢亚静¹, 王卉¹

(1. 青少年网络心理与行为教育部重点实验室, 华中师范大学心理学院,
武汉 430079; 2. 天水师范学院心理健康教育咨询中心, 天水 741001)

【摘要】 目的: 探讨无意识目标追求的成败对自我提升的影响。方法: 采用 2(目标: 无意识目标/无目标)×2(任务难度: 容易/困难)的组间设计, 120 名被试依次完成杂乱句子任务(The Scrambled Sentence Task, SST) 和字母排序任务(Anagram Task)后, 立刻测量其自我提升。结果: 目标主效应显著, $F(1, 104)=6.551, P=0.012$; 任务难度主效应显著, $F(1, 104)=9.257, P=0.003$; 目标和任务难度的交互作用显著, $F(1, 104)=5.351, P=0.023$ 。结论: 激活无意识的“成功”目标和执行困难任务可以影响自我提升; 相对于无意识目标追求的成功, 无意识目标追求的失败可以增强自我提升。

【关键词】 无意识目标追求; 自我提升; 失败; 成功

中图分类号: R395.1

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2013)04-0545-04

Influence of Success and Failure of Unconscious Goal Pursuit on Self-enhancement

XIE Ji-hong, LIU Hua-shan, XIE Ya-jing, WANG Hui

Key Laboratory of Adolescent Cyberpsychology and Behavior(CCNU), Ministry of Education,
School of Psychology, Central China Normal University, Wuhan 430079, China

【Abstract】 Objective: To explore the influence of success and failure of nonconscious goal pursuit on self-enhancement. **Methods:** This research adopted a 2(goal: nonconscious goal/no goal)×2 (task: easy/difficult) between groups design. 120 subjects were asked to perform the Scrambled Sentence Task (SST) and Anagram Task (AT), and their self-enhancement were investigated immediately with questionnaire. **Results:** ①The main effect of goal was significant, $F(1, 104)=6.551, P=0.012$; ②The main effect of task was significant, $F(1, 104)=9.257, P=0.003$; ③The interaction of goal and task was significant as well. **Conclusion:** Self-enhancement is influenced after priming of nonconscious “achievement” goal and difficult task performance; Self-enhancement is exacerbated following nonconscious goal failure, as compared with nonconscious goal success.

【Key words】 Unconscious goal pursuit; Self-enhancement; Failure; Achievement

自我提升(self-enhancement)是人肯定自我、寻求积极自我形象的驱力,与个人适应及人际适应关系密切,对个体发展具有重要作用^[1]。有人指出自我提升是道德伪善(一种认为自己比他人道德,但却无法达到自己声称的道德水准的倾向)的心理机制之一^[2]。临床咨询心理学的研究者认为,和积极错觉相似,自我提升可以间接地促进个体的适应性、心理弹性和成长^[3],从诸多方面促进心理健康。人的心理健康状况一般都和个人生活经历有关,而个人经历也会对自己提升产生影响,有研究发现,当经历了失败之后,个体更加倾向于表现出自我提升偏向(self-enhancement bias),比如,和成功的人相比,在语言智力或推理测验上失败的人会认为自己拥有更多其他的积极品质^[4],但是对他人的消极偏见更严重^[5],这些成败经历对自我提升的影响都是可以意识到的。

目标(goal)是个体期望达到的状态或结果在大脑中的表征,它可能潜在地影响人的评价、情感和行为

为^[6,7]。通常认为,目标的设置和追求是有计划的意识行为^[8,9]。然而,目标也可以被和目标密切相关的线索自动激活,并引导个体的注意、认知、行为倾向等从先前状态指向将来的期望状态(结果),个体随之自动追求和实现该目标,但完全不知道目标对自己行为的导向作用^[6,10],这就是无意识目标追求(unconscious goal pursuit)。众多研究证明了无意识目标追求的存在^[11,12],特别是 Custers 和 Aarts 依据大量的研究报告,总结归纳前人的研究成果,提出了无意识目标追求的机制模型后^[13],将该领域的研究推向了高潮,学者们在无意识目标追求的行为特征、影响因素等方面也做了诸多探讨^[14]。

“无意识”目标追求的成功或失败通常用下述方式进行实验操纵^[15-17]:首先,在“没有意识到”的情景下激活目标(比如激活“成功”目标),从而启动被试的“无意识”目标追求(即追求“成功”目标);然后,让其执行困难任务或容易任务,执行困难任务的结果被认为是“无意识”目标追求的失败,执行容易任务的结果被认为是“无意识”目标追求的成功。利用该

范式,操纵了“无意识”目标追求的成败后,让被试完成“成功的自我偏向界定”(Self-Serving Definition of Success, SSDS)测验,该任务用来测量自我提升。研究发现,“无意识”目标追求失败组被试的自我提升分数显著高于成功组^[15]。

自我提升的内涵丰富,外延广泛,并且具有多种表现形式^[3],比如,自利归因偏向(self-serving attribution bias),即认为成功是自己的功劳,而失败却应由他人或环境来承担责任;优于平均效应(above-average effect),即认为自己比“一般人”拥有更多的积极品质和更少的消极品质。那么,这些不同表现形式的自我提升是否也受无意识目标追求成败的影响呢?目前还少有研究探讨该问题。此外,有学者认为自我提升具有文化差异性,它更多的存在于崇尚个人主义的西方文化中^[18,19],有人却坚持自我提升并非文化特异性的产物,具有跨文化的普适性^[20]。鉴于以上考虑,如果操纵无意识目标追求的成功或失败,那么在东方文化背景下个体的自我提升倾向是否有变化?如果有,是否与已有的研究结果一致呢?这正是本研究的出发点。

1 方 法

1.1 实验设计

采用2(目标:无意识“成功”目标/无目标)×2(任务难度:容易/困难)的完全随机设计,目标和任务难度均为组间变量,因变量为被试的自我提升分数。

1.2 被试

实验中涉及英语词汇知识,为了有效操控无意识目标追求的成功和失败(见实验材料和实验过程),选取某高校非英语专业大学一年级学生120人,其中男101人,女19人,平均年龄20.7岁,此前从未参加过类似实验。将所有被试随机分配到上述设计的4种实验条件,每种条件下各30人。实验结束后剔除掉没有完成全部三个实验任务及在任务报告部分不符合实验要求的被试数据,最后106名被试数据有效,其分配见表1。

表1 被试分配表(括号内为女性被试数)

	容易	困难
无意识“成功”目标	25 (4)	29 (4)
无目标	25 (6)	27 (3)

1.3 实验材料

1.3.1 杂乱句子任务(The Scrambled Sentence Task, SST) SST任务来源于Srull和Wyer的研究^[21],众多研究者在无意识目标追求研究中运用SST任务激

活被试的无意识“成功”目标^[15,16]。该任务有21个句子组合任务,每个任务用杂乱的顺序呈现5个词(或短语),要求用其中的4个词组成一个符合语法语义习惯的句子。例如:用“飞翔,在空中,飞机,老鹰,四处”中的4个词,可造成如下句子:“老鹰在空中四处飞翔”。在启动无意识“成功”目标条件下,21个组合任务中的19个包含有和“成功”意义相近的词汇,如“成功”,“胜利”,“赢得”等,其余2个任务中的词是中性词;在不启动目标条件下,所有21个句子组合任务中的词汇都是中性词。

1.3.2 字母排序任务(Anagram Task) 该任务用来操控个体完成任务或无意识目标追求的成功或失败^[15,16],要求对组成英文单词的字母从新排序,变成另一个新的英文词,比如,把dome调整字母顺序后变成新单词mode。本实验中对原材料单词的数量和难度进行了调整,在困难任务条件下,总共有10个单词,排序产生新词较困难;在容易任务条件下,也有10个单词,但排序产生新词较容易。

1.3.3 自我提升测量问卷 采用优于平均效应(above-average effect)的问卷测量分数作为自我提升的指标,该问卷在东方文化背景下做过前期测量^[22,23],具有较好的信效度。让被试在七个方面(受尊敬的、友好的、有能力的、谦虚的、有恒心的、负责任的、重视友谊的)分别对“自己”和“你所在学校的大多数学生”进行评价,并用Likert 7点量表进行评定,1表示完全不符合,7表示完全符合。采用对“自己”的评价总分减去对“你所在学校的大多数学生”的评价总分作为自我提升的测量指标。数据分析表明,对“你自己”在七个项目评价的内部一致性系数 $\alpha=0.769$,对“你所在学校的大多数学生”在七个项目评价的内部一致性系数 $\alpha=0.894$ 。

1.4 实验过程

将杂乱句子任务、字母排序任务和自我提升问卷依次按顺序装订好,随机发放给被试,实验在安静的课堂上完成。

1.4.1 无意识目标启动 首先告诉被试完成“句子组合认知测验”,测验材料为杂乱句子任务(SST)。其中一半被试做启动无意识“成功”目标的SST测验,另一半被试做不启动任何目标的SST测验。

1.4.2 无意识目标追求的成败操纵 完成SST测验后,紧接着让被试完成字母排序任务(Anagram Task)。指导语中说明,该测验只是为了完成后面的问卷而“消除杂念”,如果不能很快完成某个单词排序,就跳过去做下一个,并要求被试尽快完成任务,不要花费过

多的时间,因为无意识目标追求的启动效应在 5 分钟左右^[11,24]。前测数据表明被试做完字母排序任务的实际时间均在 5 分钟以内。

1.4.3 自我提升测量 完成字母排序任务后,让被试立即填写优于平均效应(above-average effect)的测量问卷。

1.4.4 任务报告 最后,用报告程序的两个问题(你是否知道我们的实验目的? 你是否知道整个实验不同部分的相互关系?)测试被试对实验的意识程度。如果被试对这两个问题或其中的某一个问题的回答为“是”,则不进行数据分析,对这两个问题回答均为“否”的为有效被试。

2 结 果

2.1 字母排序任务(Anagram Task)的前测结果

对字母排序任务(Anagram Task)中的困难和容易任务的难易操纵效果进行前测。被试完成困难任务的平均正确率为 32% ($n_1=10$ 人),完成容易任务的平均正确率为 92.5% ($n_2=10$ 人),两者差异极为显著, $Z=8.83$, $P<0.001$;同时,让他们对任务难度进行主观评价,从“很容易”到“很困难”的 6 点计分数据表明,被试对困难和容易任务的难度评价平均分别为 $M_{困难}=4.6$ 和 $M_{容易}=1.8$,两者差异极为显著, $t(18)=6.261$, $P<0.001$ 。字母排序任务的正确率和主观评价数据说明,任务难度操纵是有效的。

2.2 无意识目标追求成功和失败情况下自我提升的差异分析

不同目标和任务难度下的自我提升分数见表 2。

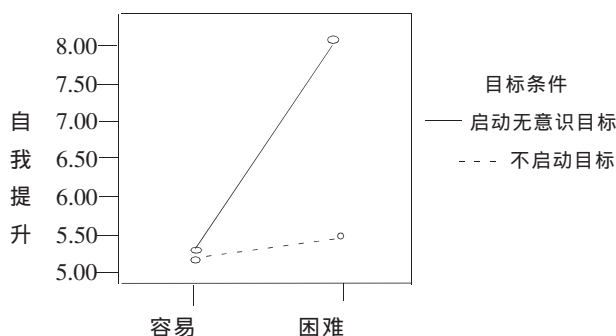
以自我提升分数为因变量,目标条件(启动无意识“成功”目标或不启动目标)和任务性质(容易或困难)为自变量进行方差分析,结果表明,目标条件主效应显著, $F(1, 104)=6.551$, $P=0.012$,与不启动目标的被试相比,启动无意识目标条件下被试的自我提升分数更高;任务难度主效应显著, $F(1, 104)=9.257$, $P=0.003$,与执行容易任务的被试相比,执行困难任务被试的自我提升分数更高;目标条件和任务性质的交互作用显著, $F(1, 104)=5.351$, $P=0.023$ 。

交互作用的简单效应分析表明,不同目标启动条件下,被试执行不同难度任务的自我提升分数不同,见附图。具体来讲,在启动无意识目标条件下,任务难度的效应显著, $F(1, 104)=14.860$, $P=0.000$,执行困难任务被试的自我提升分数比执行容易任务被试的自我提升分数更高;在不启动无意识目标条件下,任务难度的效应不显著, $F(1, 104)=0.180$, $P=0.668$,

执行困难任务和容易任务被试的自我提升分数没有显著差异。

表 2 不同目标条件和不同难度任务下的自我提升分数 ($M\pm SD$)

	容易	困难
启动无意识目标	5.32 ± 2.32	7.93 ± 2.47
不启动无意识目标	5.20 ± 2.87	5.56 ± 3.14



附图 目标条件与任务难度的交互作用

3 讨 论

本研究的结果表明,当采用优于平均效应的指标测量自我提升时,目标条件和任务难度的交互作用显著,也就是说在追求无意识“成功”目标和不追求无意识“成功”目标条件下,个体执行不同难度任务(即无意识目标追求成功或失败)后自我提升分数是不同的。进一步的交互作用分析说明,在启动无意识“成功”目标条件下,困难任务组被试的自我提升分数高于容易任务组,也就是说无意识目标追求的成败对自我提升有显著的影响:相对于无意识目标追求的成功,无意识目标追求的失败更能增强个体的自我提升倾向;而在不启动无意识目标条件下,困难任务组被试的自我提升分数和容易任务组没有显著差异,也就是说,如果没有“成功”目标的无意识追求,困难和容易任务的执行不会产生“目标追求”的失败或成功,因此也不会影响自我提升。

无意识目标追求失败引发自我提升增强,其原因或机制可能是目标追求失败产生的消极情绪及其转移^[25]。由于目标追求是无意识的,所以个体不知道自己的消极情绪来源于何处,但是这种无意识的目标追求失败对自我形象产生了威胁,当个体有机会在其他方面追求积极的自我意象时,就会在别的领域肯定自我,表现出自我提升偏差,从而转移消极情绪。但是,在不启动“无意识”目标条件下,困难任务组被试的自我提升分数和容易任务组没有显著差异,也就是说,如果没有“成功”目标的“无意识”激活(追求),困难和容易任务的执行不会引发“无意识”目标追求的失败或成功,因此也不会影响自我提升。

本研究以优于平均效应作为自我提升的指标,从另一个角度进一步充实和证明了“无意识”目标追求成败对自我提升的影响:与意识到的任务失败对自我提升的影响相类似,无意识情境下目标追求的失败可以增强人们的自我提升倾向。也说明,在东方文化背景下,“无意识”目标追求的成败也影响个体的自我提升。虽然有研究认为自我提升具有跨文化的差异性,但是,优于平均效应作为自我提升的典型表现形式,在东方文化中被认为也是广泛存在的^[18]。另外,不管是西方人还是东方人,人们总是想拥有被社会认可和称赞的良好特质^[22],因此就会产生自我提升的需要和动机,而满足这些愿望的方式之一,就是个体主观的认为自己比他人具有较高的多种能力,具有很多优于他人的积极品质。由此看来,本研究结果和西方文化下的研究结论相一致也就在情理之中了。

需要说明的是,本研究中女性被试的比例很小,虽然未见到无意识目标追求和自我提升研究中性别因素对二者有影响的报告,但在推广本研究结论时应持谨慎的态度。

参 考 文 献

- 1 Chang EC. Introduction to self-criticism and self-enhancement: Views from ancient Greece to the modern world. In Chang EC, et al. Self-criticism and self-enhancement: Theory, research, and clinical implications. Washington, DC, US: American Psychological Association, 2008. 3-15
- 2 孙嘉卿,顾璇,吴嵩,等. 道德伪善的心理机制:基于双加工理论的解读. 中国临床心理学杂志,2012,20(4):580-584
- 3 刘肖岑,桑标,窦东微. 自我提升的利与弊:理论、实证及应用. 心理科学进展,2011,19(6):883-895
- 4 Dunning D, Leuenberger A, Sherman DA. A new look at motivated inference: Are self-serving theories of success a product of motivational forces? Journal of Personality and Social Psychology, 1995, 69: 58-68
- 5 Fein S, Spencer SJ. Prejudice as self-image maintenance: Affirming the self through derogating others. Journal of Personality and Social Psychology, 1997, 73: 31-44
- 6 Bargh JA. Auto-motives: Preconscious determinants of thought and behavior. In Higgins ET, Sorrentino RM, et al. Handbook of motivation and cognition. Vol. 2. New York: Guilford Press, 1990. 93-130
- 7 Higgins ET, Kruglanski AW. Motivational science: Social and personality perspectives. Philadelphia, PA: Psychology Press, 2000
- 8 Gollwitzer PM. Action phases and mind-sets. In Higgins ET, et al. Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior(Vol. 2). New York: Guilford Press, 1990. 53-92
- 9 Locke EA, Latham GP. Building a practically useful theory of goal setting and task performance: A 35-year odyssey. American Psychologist, 2002, 57: 705-717
- 10 Aarts H, Dijksterhuis A. Habits as knowledge structures: Automaticity in goal-directed behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 2000, (78): 53-63
- 11 Aarts H, Gollwitzer P, Hassin RR. Goal contagion: Perceiving is for pursuing. Journal of Personality and Social Psychology, 2004, 87: 23-27
- 12 Hassin RR, Bargh JA, Zimernnan S. Automatic and flexible: The case of nonconscious goal pursuit. Social Cognition, 2009, 27: 20-36
- 13 Custers R, Aarts H. The unconscious will: How the pursuit of goals operates outside of conscious awareness. Science, 2010, 329: 47-50
- 14 谢继红,刘华山. 无意识目标追求的行为特征、机制及影响因素. 心理科学进展,2012,20(12):2069-2078
- 15 Chartrand TL, Cheng CM, Dalton AN, Tesser A. Nonconscious goal pursuit: Isolated incidents or adaptive self-regulatory tool? Social Cognition, 2010, 28: 569-588
- 16 Bongers KCA, Dijksterhuis A, Spears R. Self-esteem regulation after success and failure to attain unconsciously activated goals. Journal of Experimental Social Psychology, 2009, 45: 468-477
- 17 Chartrand TJ, Bargh JA. Nonconscious motivations: Their activation, operation, and consequences. In Stapel DA, Tesser A, et al. Self and motivation: Emerging psychological perspectives. Washington, DC, 2002. 226
- 18 Heine SJ, Hamamura T. In search of east Asian self-enhancement. Personality and Social Psychology Review, 2007, 11: 4-27
- 19 Heine SJ, Lehman DR, Markus HR, Kitayama S. Is there a universal need for positive self-regard? Psychological Review, 1999, 106: 766-794
- 20 Sedikides C, Gaertner L. Pancultural self-enhancement reloaded a meta-analytic reply to heine. Journal of Personality and Social Psychology, 2005, 89(4): 539-551
- 21 Srull TK, Wyer RS Jr. The role of category accessibility in the interpretation of information about persons: Some determinants and implications. Journal of Personality and Social Psychology, 1979, 37: 1660-1672
- 22 Brown JD, Gallagher FM. Coming to terms with failure: Private self-enhancement and public self-effacement. Journal of Experimental Social Psychology, 1992, 28: 3-22
- 23 Brown JD, Kobayashi C. Self-enhancement in Japan and America 2. Asian Journal of Social Psychology, 2002, 5: 145-167
- 24 Bargh JA, Gollwitzer PM, Lee-Chai A, et al. The automated will: Nonconscious activation and pursuit of behavioral goals. Journal of Personality and Social Psychology, 2001, 81: 1014-1027
- 25 Tesser A. On the plasticity of self-defense. Current Directions in Psychological Science, 2001, 10: 66-69

(收稿日期:2013-01-09)