

自我肯定研究述评*

石伟 刘杰

(西南大学文化与社会发展学院, 重庆 400715)

摘要 自我肯定是指通过肯定与威胁信息无关领域的自我价值, 来维持自我整体性, 从而降低防御反应。它可以通过完成自我价值观量表、描述重要的个人价值等方式来进行实验操纵。经过自我肯定的个体能更加客观、公正地处理威胁自我认同和群体认同的信息, 促进个体的成长。这些作用可能是通过系统地思考说服信息的中央路径的认知加工来实现的。在未来的研究中, 对个体最重要价值威胁情况下的自我肯定效应、自我肯定效应的多种机制的共同作用、自我肯定效应与群体肯定效应的区分以及自我与群体肯定效应的跨文化比较等方面还有待进一步的研究。

关键词 自我肯定; 自我整体性; 群体肯定; 中央路径加工

分类号 B848

1 引言

面对威胁自我的信息, 人们可能会有三种反应。一是虚心接受, 改变自己的态度或行为。但接受威胁到核心自我概念的信息就意味着承认自己的错误, 可能造成自我同一性混乱。另外, 威胁自我的信息常常会启动个体的心理防御系统, 因此, “有则改之, 无则加勉” 实际上是很难做到的。二是在心理防御系统的作用下, 个体采取歪曲、忽视等方式来降低信息对自我的威胁。这些防御反应的确可以在一定程度上保护自我, 维护身心健康。但同时也使个体失去了从中获得重要知识的可能性, 失去了提升自我的机会, 甚至至于破坏人际关系。三是通过自我肯定 (self-affirmation), 即思考与威胁领域无关的其他重要的自我价值, 或从事与这些重要的自我价值有关的活动来维持自己在总体上是好的、是适应社会的, 即所谓自我整体性 (self-integrity) (Steele, 1988)。由于是对与威胁无关领域的自我价值的肯定, 人们就能够以更宽广的视野来看待自己。或者说由于重要的自我价值被锚定, 威胁自我的信息就失去了威胁的能力, 因为人们关注的不再是信息的威胁性, 而是信息本身的价值。

因而能够以更加开放、公正、客观的方式来处理和接受威胁信息, 这样既保护了自我, 又不会失去从中学习知识、改正错误的态度或行为的机会。这就是自我肯定 (self-affirmation) 理论的基本思想。该理论自 Steele 于 1988 年提出以来, 得到了越来越多的实证证据的支持, 研究方法日趋丰富, 研究领域不断扩大, 本文将对此加以回顾与评价。

2 自我肯定的实验操纵

自我肯定的实验操纵是通过描述或思考重要的个人价值, 参与可以肯定重要的个人价值的活动来实现的 (McQueen & Klein, 2006), 这种操纵既可安排在自我威胁之前 (Martens, Johns, Greenberg, & Schimel, 2006; Correll, Spencer, & Zanna, 2004), 也可在其之后 (Sherman, Nelson, & Steele, 2000)。

完成价值观量表是最常见的一种自我肯定的实验操纵, 肯定的价值大多取自 Allport 等 (1960) 价值观量表所列举的理论的、经济的、美学的、社交的、政治的和宗教的 6 种价值 (Sherman et al., 2000; Correll et al., 2004; Creswell et al., 2005)。首先让被试对所列出的价值观按对自己的重要程度进行排序, 然后随机地把被试分派到自我肯定组和无肯定组。随后自我肯定组的被试完成一个有关其最重要的价值观的测验 (若 “理论的” 是其最重要的价值, 则完

收稿日期: 2009-03-27

* 教育部哲学社会科学研究 2008 年度后期资助项目 (08JHQ0023)。

通讯作者: 石伟, E-mail: shiwei@swu.edu.cn

成一个理论价值观测验,依此类推),这一测验由10道二选一的选择题组成,其中一个选项涉及那个最重要的价值,另外一个选项由其余的几个价值(如艺术、宗教等)按照一定的比例分配。例如,“(1)哪个人对人类的贡献更大一些:亚里士多德还是林肯;(2)如果你要在房间里待一段时间,而只有两种杂志可供阅读,你会选择:《科学时代》还是《艺术与装饰》”。这样把理论作为最重要价值的人,就有10次机会肯定自己。另外一种更直接的自我肯定的方法是,对价值观进行排序后,要求被试写出为什么那一价值对他而言是最重要的(Spencer, Fein, & Lomore, 2001),或者举例说明它的重要性(Sherman, Kinias, Major, Kim, & Prenovost, 2007)。

除了把价值观作为自我肯定操纵的资源外,有的研究还采用填写自尊量表的方法来操纵高自尊者的自我肯定(Steele, Spencer, & Lynch, 1993),或者直接让被试写下对自己最重要的和使自己感到骄傲的身份、才能、关系和价值等(Blanton, Pelham, DeHart, & Carvallo, 2001)。另外,由于东西方文化的差异,还有的研究者强调相依我(interdependent self)的肯定操纵。例如,Hoshino-Browne等人(2005)要求被试写出自己和家庭共享的最重要的价值及理由。

3 自我肯定的效应

自我肯定操纵会导致个体在认知、情绪及行为倾向上发生许多重要的变化,激发人们客观、公正、冷静地处理威胁自我认同和群体认同的信息,促进个体以进取的方式成长发展。当然,自我肯定效应的出现是有条件的,有时甚至会产生自我肯定的反效应。

3.1 自我肯定的客观性效应

自我肯定的客观性效应主要表现在经过自我肯定的个体更可能客观地评价和解释威胁自我认同和群体认同的信息。

3.1.1 自我肯定激发客观评价威胁信息

自我肯定可促使人们更客观地评价威胁自己已有观念的信息,减轻偏性同化偏差。所谓偏性同化(biased assimilation)是指个体具有将不符合自己观念的信息看得比符合的信息更不可靠或不可信的倾向性,该偏差主要源于人们维护重要的自我认同的动机(Munro & Ditto, 1997)。

因为固守的信念与重要的自我认同有紧密的联系,因此,放弃自己的信念就意味着否定自我认同。因此,即使自己的信念与事实、逻辑、自己的物质利益相冲突,人们仍然会坚守自己的信念。然而,当遇到威胁其信念的信息时,如果人们能够提取出其他重要的自我价值,就应该能够以更少防御、更加开放、更客观的方式来评价威胁信息。在一项研究(Cohen, Aronson, & Steele, 2000)中,让支持死刑的被试阅读一篇反对死刑的文章,反对死刑的被试阅读一篇支持死刑的文章。在阅读文章之前,一半的被试为自我肯定组,一半的被试为控制组。结果显示,控制组的被试对相反态度的文章更加挑剔,更加怀疑作者态度的主观偏向性,他们仍然坚持自己原有的对死刑的态度。而经过自我肯定的被试,出现了不同的结果。即,无论是支持还是反对死刑的被试,对文章及文章作者的批评和指责都较少。甚至死刑的支持者赞成少一些死刑惩罚,而死刑的反对者赞成多一些死刑惩罚。这一效果还出现在对堕胎的态度改变上。即经过自我肯定后,那些原来认为堕胎是个人自由选择的被试倾向于认为不应该堕胎,而原来认为应该尊重生命反对堕胎的被试则认为应该给人选择的自由。另外,经过自我肯定的被试对与自己态度相同或不同的人的评价更加客观、均衡,不同于那些未自我肯定的被试比较喜欢与自己信念相同的人(Cohen et al., 2000)。在另外一项研究里(Cohen et al., 2007),经过自我肯定的被试,在谈判中就自己的堕胎态度做出了更多的让步,更相信谈判对手的客观性和可信性,但这一结果受到认同的突显性和信息的重要性的调节。

人们的健康认同也常常受到要求其改变不健康行为习惯的信息的威胁,尽管接受这样的信息有利于自己的健康,但人们往往会拒绝接受这样的信息,继续其不健康的行为习惯。因为接受这样的信息,改变自己不健康的行为,在某种意义上就意味着否认“我是健康的”的自我认同,意味着否认自我的完整性。但是,如果能够肯定自我的其他方面,维护自我整体性的安全,人们也许就会以更加开放的态度来看待这些具有潜在威胁性的信息。几项研究(Reed & Aspinwall, 1998; Sherman et al., 2000; Harris & Napper, 2005)都证实了这个假设,例如,在阅读了咖啡

摄入量过多或饮酒过量容易罹患乳腺癌的文章后,自我肯定操纵减少了高摄入量者的防御加工偏向,她们知觉到了更高的患病风险,想要少喝咖啡、少饮酒。对吸烟者的研究也出现了类似的效果(Armitage, Harris, Hepton, & Napper, 2008)。并且这种自我肯定效应可能具有跨时间的稳定性,至少可以保持 1 周(Harris, Mayle, Mabbott, & Napper, 2007)或 1 个月(Harris & Napper, 2005)。

自我肯定不仅可以使人们更客观地评价威胁自我认同的信息,而且还可以促使人们更客观地评价威胁国家认同的信息。在一项的研究里(Cohen et al., 2007),要求被试阅读并评价一篇很有说服力的批评美国外交政策的报告,报告认为伊斯兰恐怖主义的盛行与美国在中东地区的外交政策有关。结果显示,在无肯定条件下,相对于国家认同程度低的不爱国的美国人,国家认同程度高的爱国者对此报告持强烈的批评态度,产生了防御性反应。而在自我肯定条件下,爱国者对此报告的防御性反应降低,变得更开放和客观,而不爱国者对此报告的怀疑和批评增加。

3.1.2 自我肯定促进客观解释成败经验

人们常常把自己或所属群体的成功归因于自己或所属群体,而否认自己或所属群体对失败的责任,这种自我服务或群体服务的归因偏差表明,人们对成败经验的解释是选择性或防御性的。自我肯定是否可以减弱或消除这种防御性的自我服务和群体服务偏差,更加客观的解释成败经验呢? Sherman 和 Kim (2005) 的研究发现,运动员对比赛输赢存在着自我服务和群体服务归因偏差。即,相较于失败者,胜利者倾向于认为他们的胜利更多的是由他们个人的成绩(自我服务偏差)、团队绩效和团队合作(群体服务偏差)所决定。而经过自我肯定后,这种自我服务和群体服务偏差消失了,人们可以客观的解释成败,坦然面对自己的不足。研究者随后又将自我肯定扩展到群体肯定,即通过肯定群体的最重要的价值来达到肯定群体的目的。结果发现,经过群体肯定的被试,也可以降低群体服务偏差,并且降低的效果比自我肯定更好(Sherman et al., 2007)。

3.2 自我肯定的公正性效应

自我肯定的公正性效应主要体现在经过自我肯定的个体更可能公正地看待弱势群体成员,

公正地评价存在于自身的种族偏见与歧视。

优势群体成员通常判断弱势群体成员具有负向的刻板特征,而经过自我肯定后,这种判断的负向性程度降低(Zarate & Garza, 2002; Shira & Martin, 2005)。Fein 和 Spencer (1997) 的研究发现,没有经过自我肯定的被试,对犹太女性求职者资格的评价比意大利女性求职者更负向,并且贬低犹太女性求职者的人格。而自我肯定组的被试,对犹太和意大利女性求职者表现出同等程度的喜欢,表现出更加公正的态度。

优势群体成员的不公正性不仅表现在对待弱势群体成员的态度上,还表现在对自己及所属群体存在的种族偏见与歧视的无意识上。他们通常会防御性地否认自己存在着特权和种族歧视。这可能是因为如若承认存在种族歧视,就意味着承认自己的群体拥有不公平的特权,自己所得到的利益是通过间接或直接压榨弱势群体而得到的,这样就会威胁到优势群体成员自我的整体性(Lowery, Knowles, & Unzueta, 2007)。他们还不愿意承认种族歧视是制度的产物,只承认是个别行为(Unzueta & Lowery, 2008)。而自我肯定有可能降低对这种威胁的知觉,从而更公正地评价自己的种族偏见与歧视。

在此逻辑基础上,一些研究检验了自我肯定对种族歧视知觉的效应。Adams、Tormala 和 O'Brien (2006) 的实验结果发现,没有经过自我肯定的欧裔美国人否认种族歧视的存在,而自我肯定者则知觉到了更多的种族歧视,认为欧裔美国人低估了种族主义对其日常生活的影响。还有研究(Lowery, Knowles, & Unzueta, 2007; Unzueta & Lowery, 2008)发现,经过自我肯定之后,优势群体对于自己所拥有特权的报告增加了,更多地承认种族歧视来自于制度。因此,自我肯定有助于人们警醒种族偏见与歧视的存在。

3.3 自我肯定的情绪缓解效应

自我肯定理论的提出源自于对认知失调后态度改变的研究。Steele, Hopp 和 Gonzales (1986; 引自 Steele, 1988) 让被试对 10 张唱片进行偏好等级评价,然后只允许他们在第 5 和第 6 等级的 2 张唱片中选择 1 张,致使其产生认知失调。随后进行自我肯定实验操纵,最后让所有被试再次评定唱片等级。结果显示,未实施自我肯定的被试出现了一种常见的合理化效应,他们夸大 2 张

唱片中被选唱片的价值, 贬低未选唱片的价值, 前、后选择的价值评价的差异扩大, 即所谓选择扩散效应 (spreading of alternatives effect), 而自我肯定组的被试没有出现这一效应, 他们仍然高度评价其最初的选择。因此, 自我肯定理论认为, 只要自我整体性通过另外一个领域的自我认同而得到维护, 人们就能够忍受心理的不一致性, 降低失调带来的不舒服感, 从而降低认知歪曲以及态度或行为改变的可能性。

后来对认知失调的一些研究支持该理论的这一假设。例如, Matz 和 Wood (2005) 的研究发现, 当自己所属团体的成员不赞成自己的意见时, 往往会产生一种厌恶的失调状态, 而这种失调状态可以通过自我肯定来减轻。还有研究 (Rydell, McConnell, & Mackie, 2008) 发现, 外显态度和内隐态度的不一致也会造成认知失调, 促使人们消耗更多的认知资源来加深对态度对象的认识, 从而降低失调。而经过自我肯定的被试, 失调引起的这种不舒服感较轻, 认知消耗较少。

自我肯定不仅可以降低认知失调, 还具有减轻身心压力的作用, 削弱交感神经系统反应 (Sherman, Bunyan, Creswell, & Jaremka, in press), 使高自尊者知觉到的压力显著下降 (Creswell et al., 2005), 甚至可以调节乳腺癌 (Creswell et al., 2007)、高血压 (Charlson et al., 2007) 的治疗效果。因此, 自我肯定的情绪效应对身心健康的研究及治疗有重要的意义。

3.4 自我肯定的成长促进效应

自我肯定不仅会影响优势群体成员对弱势群体成员的刻板印象判断, 而且还会影响弱势群体成员自己对刻板印象威胁的感知。刻板印象威胁是指群体成员知觉到他人根据自己所属群体的负向刻板印象来评价自己的潜在可能性。这种知觉会使个体在完成任务时感受到压力, 似乎承担着证实群体负向刻板印象的风险, 因而导致其绩效下降 (O'Brien & Crandell, 2003)。一些研究发现, 自我肯定可以降低对刻板印象威胁的感知, 从而降低压力, 提高业绩不佳群体成员的绩效 (Steele & Aronson, 1995)。Schimel, Arndt, Banko 和 Cook (2004) 及 Martens 等人 (2006) 的研究结果都表明, 自我肯定可以提高处于刻板威胁条件下的女性在数学或空间旋转任务上的

成绩。而一项现场实验研究也发现, 经过自我肯定的非洲裔美国学生的学习成绩在 1 学期后有显著提高, 他们与欧裔美国学生的学习成绩的差异缩小了 40% (Cohen, Garcia, Apfel, & Master, 2006)。研究者在后续的一项 2 年期追踪研究 (Cohen, Garcia, Purdie-Vaughns, Apfel, & Brzustoski, 2009) 中还发现, 这一自我肯定干预具有长期的效应, 第一年的干预效应至少可持续到第二年。自我肯定不仅提高了非洲裔学生的学习成绩, 并且还使其产生了学习胜任感。这项发表在《科学》杂志上的具有深远意义的研究成果, 增强了自我肯定理论的应用价值。

当遭遇威胁自我的信息时, 人们常常采用下行社会比较来恢复自我的整体性。如果下行社会比较只是为了补偿受到威胁的自我形象, 那么自我肯定就有可能减弱下行社会比较的倾向, 甚至可能会促使个体采取更为积极的上行社会比较。在一项研究 (Spencer et al., 2001) 中, 大学生被试完成一项智力测验后被告知其成绩仅处于第 47 百分位数, 以威胁其自我形象。随后一半的被试进行自我肯定, 另一半为控制组。然后告诉所有被试要为下一阶段的一项访谈做准备。准备工作就是听两段以前的访谈录音。首先听录音的一个片断, 其中一个录音片段里的被访谈者说话语无伦次, 会给人留下极差的印象, 而另一个录音片段里的被访谈者说话流畅清晰, 会给人留下极好的印象。然后让被试自由选择听哪一片段的全部录音, 这一选择实际上为他们提供了上行社会比较和下行社会比较的机会。结果显示, 在无肯定条件下, 被试更愿意选择听表现较差的被访谈者的全部录音, 进行下行社会比较。而在自我肯定条件下, 被试更愿意选择听表现较好的被访谈者的全部录音, 进行上行社会比较。这说明, 尽管上行社会比较对自我有潜在的威胁, 但经过自我肯定, 人们更可能看到这种比较具有的促进成长的另一面。

3.5 自我肯定的反效应

自我肯定既有可能产生积极的效应, 也有可能没有效应, 甚至于产生消极的效应。例如, 自我肯定会提高对中性群体的刻板印象 (Shrira & Martin, 2005); 自我肯定不能降低个体的威胁免疫 (threat immunity) (Menon & Thompson, 2007)。这说明自我肯定效应的出现应该是有条件的。

具体而言,有 3 种情况可以导致自我肯定的无效应甚至反效应。

一是当肯定的是与威胁信息同一领域的自我价值时,反而会加重认知失调,这可能是因为自我肯定使受到威胁的个人标准突显,提高了自信和对事件的把握,从而产生更加强烈地抵触威胁信息的反应。有研究证实了这一假设,当肯定的是与先前的决策无关的特质(如创造性)时,此时的自我肯定可以降低承诺续扩(escalation of commitment),而当肯定的是与之前的决策相关的特质(如决策能力)时,则会提高承诺续扩(Sivanathan, Molden, Galinsky, & Ku, 2008)。所谓承诺续扩是指当决策者得到了先前的决策的负反馈后,为了证明自己之前的决策是正确的,而出现的继续增加投资的行为。如果个体在得到负反馈之后,能够有机会肯定自己的决策能力,那么他们就不会认为自己的决策是有问题的,就会继续增加投资,这样就出现了承诺续扩提高的现象。

二是当人们事先知道肯定操纵所起的作用时,肯定效应就会降低或消失。检验觉察对自我肯定效应影响的一项研究(Sherman et al., in press)表明,如果人们事先知道自我肯定操纵可以提升自尊或影响对威胁信息的判断时,自我肯定操纵就会失效。造成这一现象的原因之一可能是客观性错觉(illusion of objectivity),即人们通常认为自己比一般人评价信息更理性客观,更少偏差。因此,一旦被告知会受到自我操纵的影响,就可能会不由自主地去抵制那种影响,以显示自己比别人更理性。另一个原因可能是,尽管人们拥有许多朴素理论(naive theory),但几乎不可能拥有“肯定一个领域的自我就可降低对另一个领域的自我的威胁反应”这样的朴素观念。因此,当人们怀疑、觉察或被告知了自我肯定操纵的作用后,就会试图去修正或消除这种影响。这就如同人们知道了天气会影响随后的判断后,就会最大限度地减小这种影响。还有一种可能是,对外在目的的追求会破坏由内在动机本身所激发的效果,如同在自尊(Crocker & Park, 2004)研究中所发现的一样,当人们刻意地去肯定自我的外在方面,就很可能达不到所预想的效果。Schimmel 等人(2004)的研究就发现,肯定内在自我可降低自我设限,提高具有威胁性的数学作

业的成绩,而肯定外在自我则不会产生这样的效果。这些研究结果对心理咨询与治疗的实践有重要的启示意义。

三是当人们肯定的是与道德相关的行为时,也会出现自我肯定的反效应。例如,当对不道德的行为进行了肯定之后,人们会觉得自己整体还是不错的,是不会受到惩罚的,因此会出现自我肯定的反效应(Tsang, 2002)。在另一项研究(Brown, 2000; 引自 Sherman & Cohen, 2006)里,那些经过道德自我肯定的被试,更容易接受外国留学生会危及国家安全、进行间谍活动、偷窃科学机密的不实宣传。他们倾向于采取惩罚性的政策来对付外国留学生,甚至于要求驱逐美国大学里的所有留学生。道德肯定似乎让这些被试心安理得地以保护国家安全的名义进行肆无忌惮的不道德的歧视。为了能够进一步认识以上这些现象,必须探讨自我肯定的作用机制。

4 自我肯定效应的机制

为什么自我肯定会产生上述效应呢?最符合常识的假设是,自我肯定会引发积极的情绪,而积极的情绪导致人们客观、公正地评价威胁信息。然而,大多数研究都表明,自我肯定并不能引发积极的外显情绪(Sherman et al., 2000; Spencer et al., 2001; Shrira & Martin, 2005),而且引发积极的情绪所产生的效应与自我肯定效应不同(Schmeichel & Vohs, 2009)。另外,如果自我肯定是通过积极情绪而起作用,那么就可以预期,不管论据的说服力是强还是弱,经过自我肯定的个体都会同等程度地接受它。然而研究结果并不支持这一假设,因为经过自我肯定的个体更可能接受说服力论据强的信息(Correll et al., 2004)。因此,外显情绪机制似乎并不能解释自我肯定效应,一些研究者转而探讨自我肯定的认知加工机制。例如,Correll 等人(2004)认为,自我肯定的作用是通过说服的中央路径加工(central route processing)来实现的。由于自我肯定维护了自我整体性,因而促发个体理性、系统地思考说服信息。因此,对于论据充分的反对意见,自我肯定后的个体更有可能接受;同理,对于论据不足的相同意见,自我肯定后的个体更有可能怀疑、拒绝、甚至于改变自己的立场。研究结果证实了这一假设。因此,自我肯定有助于减小个人信念对加工信息(特别是不一致信息)

的偏向作用,对不同意表现出更客观的认知反应和更宽容的情感反应(Cohen et al, 2007)。如果自我肯定是通过中央路径的加工来促使态度改变的(Correll et al, 2004),那么它的效应就应该是长期的。前述 Harris 等人(2007)的研究证实了自我肯定效果的跨时间的稳定性,这也间接支持了中央路径加工的假设。

尽管外显情绪不能解释自我肯定效应,但也不能排除内隐情绪可能在其中所起的作用。Koole, Smeets, van Knippenberg 和 Dijksteruis(1999)的研究就发现,自我肯定可以产生积极的内隐情绪,提高内隐自尊水平。对觉察与自我肯定效应关系的研究中也发现,对自我肯定操纵的觉察程度越高,自我肯定效应就越不明显(Sherman et al., in press)。这些证据表明,自我肯定效应似乎与潜意识过程有着某种联系。然而,潜意识过程对自我肯定效应的作用过程仍然不清楚。

5 研究展望

自我肯定理论得到了越来越多的包括各个领域实证研究证据的支持。尽管存在无效果和反效果的情况,但自我肯定确实能够在相当程度上降低人们在面对个体和群体领域威胁时的防御反应。然而,该主题的研究仍有许多问题有待澄清。

首先,从理论本身来看,Steele(1988)认为,只有肯定资源等于或大于被威胁的自我资源时,才能起到维持自我整体性的目的。由此推测,当个体最重要的价值受到威胁时,人们就找不到足够的资源去肯定自己,也就无法维持自我整体性,自我肯定效应就不可能出现。然而,综观这个领域的研究,未发现对此重要假设的检验。因此,检验以下两个假设,对自我肯定理论的发展有重要的意义。假设 1:在个体最重要的价值受到威胁的情况下,去肯定其他的价值,是否会出现自我肯定效应?假设 2:在个体最重要的价值受到威胁的情况下,去肯定受到威胁的最重要的价值,是否会出现既有研究发现的“对相同领域的肯定会自我肯定出现反效果”?

其次,从目前的研究来看,对于机制的探讨才刚刚起步。虽然不同的研究从情感、认知、潜意识角度各自为自我肯定效应的潜在机制提供了一定的证据支持,但都不具有充分的说服力,有的还自相矛盾。这可能是由于自我肯定并非只

有一种机制在起作用,而是多种机制共同作用的结果。但如何探讨多种机制的共同作用,似乎是一个有待解决的难题。

再次,群体肯定是由自我肯定延伸的一个新的研究领域,但二者的关系似乎错综复杂。群体肯定的实验操纵与自我肯定类似,只是让个体选择自己所认为的群体最重要的价值,并给出理由和例子。但群体中的个体对群体最重要的价值的认识很可能存在着个体差异,个体的群体肯定与自我肯定也可能出现重叠现象,这些都会造成群体肯定效应与自我肯定效应的混淆,使二者难以进行有效的比较。

最后,自我肯定的跨文化研究结果表明,西方文化背景下的个体比东方文化背景下的个体更可能出现明显的自我肯定效应(Heine & Lehman, 1997)。如果说这是由于东方人(包括中国人)的自我增强动机所具有的隐蔽性和关系性造成的,那么如何进行自我肯定的操纵才能达到自我肯定的效果?是否肯定相依我就可以产生自我肯定效应?与此相联系的是,群体肯定效应是否存在着类似于自我肯定效应的文化差异模式?

致谢:作者衷心感谢香港中文大学黄希贵博士、University of Colorado at Boulder 的 Geoffrey L. Cohen 博士所提供的文献资料;特别感谢 University of California, Santa Barbara 的 David Sherman 博士提供的文献资料和疑难解答。

参考文献

- Adams, G., Tormala, T. T., & O'Brien, L. T. (2006). The effect of self-affirmation on perceptions of racism. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 616-626.
- Armitage, C. J., Harris, P. R., Hepton, G., & Napper, L. (2008). Self-affirmation increase acceptance of Health-risk information among UK adult smokers with low socioeconomic status. *Psychology of Addictive Behaviors*, 22, 88-95.
- Blanton, H., Pelham, B. W., DeHart, T., & Carvallo, M. (2001). Overconfidence as dissonance reduction. *Journal of Experimental Social Psychology*, 37, 373-385.
- Charlson, M. E., Boutin-Foster, C., Mancuso, C. A., Peterson, J. C., Ogedegbe, G., Briggs, W. M., et al. (2007). Randomized controlled trials of positive affect and self-affirmation to facilitate healthy behaviors in patients with cardiopulmonary diseases: Rationale, trial design, and

- methods. *Contemporary Clinical Trials*, 28, 748–762.
- Cohen, G. L., Aronson, J., & Steele, C. M. (2000). When beliefs yield to evidence: Reducing biased evaluation by affirming the self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1151–1164.
- Cohen, G. L., Garcia, J., Apfel, N., & Master, A. (2006, September 1). Reducing the racial achievement gap: A social-psychological intervention. *Science*, 313, 1307–1310.
- Cohen, G. L., Garcia, J., Purdie-Vaughns, V., Apfel, N., & Brzustoski, P. (2009, April 16). Recursive Processes in Self-Affirmation: Intervening to Close the Minority Achievement Gap. *Science*, 324, 400–403.
- Cohen, G. L., Sherman, D. K., Bastardi, A., Hsu, L., McGoe, M., & Ross, L. (2007). Bridging the partisan divide: Self-affirmation reduces ideological closed-mindedness and inflexibility in negotiation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 415–430.
- Correll, J., Spencer, S. J., & Zanna, M. P. (2004). An affirmed self and an open mind: Self-affirmation and sensitivity to argument strength. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 350–356.
- Creswell, J. D., Lam, S., Stanton, A. L., Taylor, S. E., Bower, J. E., & Sherman, D. K. (2007). Does self-affirmation, cognitive processing, or discovery of meaning explain cancer-related health benefits of expressing writing? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 238–250.
- Creswell, J. D., Welch, W., Taylor, S. E., Sherman, D. K., Gruenewald, T., & Mann, T. (2005). Affirmation of personal values buffers Neuroendocrine and psychological stress responses. *Psychological Science*, 16, 846–851.
- Crocker, J., & Park, L. E. (2004). The costly pursuit of self-esteem. *Psychology Bulletin*, 130, 392–414.
- Fein, S., & Spencer, S. J. (1997). Prejudice as self-image maintenance: Affirming the self through derogating others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 31–44.
- Harris, P. R., Mayle, K., Mabbott, L., & Napper, L. (2007). Self-affirmation reduces smokers' defensiveness to graphic on-pack cigarette warning labels. *Health Psychology*, 26, 437–446.
- Harris, P. R., & Napper, L. (2005). Self-affirmation and the biased processing of threatening health-risk information. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 1250–1263.
- Heine, S. J., & Lehman, D. R. (1997). Culture, dissonance, and self-affirmation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 389–400.
- Hoshino-Browne, E., Zanna, A. S., Spencer, S. J., Zanna, M. P., Kitayama, S., & Lackenbauer, S. (2005). On the cultural guises of cognitive dissonance: The case of Easterners and Westerners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 294–310.
- Koole, S. L., Smeets, K., van Knippenberg, A., & Dijksteruis, A. (1999). The cessation of rumination through self-affirmation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 111–125.
- Lowery, B. S., Knowles, E. D., & Unzueta, M. M. (2007). Framing inequity safely: The motivated denial of White privilege. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 1237–1250.
- Martens, A., Johns, M., Greenberg, J., & Schimel, J. (2006). Combating stereotype threat: The effect of self-affirmation on women's intellectual performance. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 236–243.
- Matz, D. C., & Wood, W. (2005). Cognitive dissonance in groups: The consequences of disagreement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 22–37.
- McQueen, A., & Klein, W. M. P. (2006). Experimental manipulations of self-affirmation: A systematic review. *Self and Identity*, 5, 289–354.
- Mennon, T., & Thompson, L. (2007). Don't hate me because I'm beautiful: Self-enhancing biases in threat appraisal. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 104, 45–60.
- Munro, G. D., & Ditto, P. H. (1997). Biased assimilation, attitude polarization, and affect in reactions to stereotype-relevant scientific information. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 636–653.
- O'Brien, L. T., & Crandall, C. S. (2003). Stereotype threat and arousal: Effects on women's math performance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 782–789.
- Reed, M. B., & Aspinwall, L. G. (1998). Self-affirmation reduces biased processing of health-risk information. *Motivation and Emotion*, 22, 99–132.
- Rydell, R., McConnell, A. R., & Mackie, D. M. (2008). Consequences of discrepant explicit and implicit attitudes: Cognitive dissonance and increased information processing. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 1526–1532.
- Schimmel, J., Arndt, J., Banko, K. M., & Cook, A. (2004). Not all self-affirmations were created equal: The cognitive and social benefits of affirming the intrinsic (vs. extrinsic) self. *Social Cognition*, 22, 75–99.
- Schmeichel, B. J., & Vohs, K. (2009). Self-affirmation and self-control: affirming core values counteracts ego depletion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 770–782.
- Sherman, D. A. K., Nelson, L. D., & Steele, C. M. (2000). Do message about health risks threaten the self? Increasing the acceptance of threatening health messages via

- self-affirmation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1046–1058.
- Sherman, D. K., Bunyan, D. P., Creswell, J. D., & Jaremka, L. M. (in press). Psychological vulnerability and stress: The effects of self-affirmation on sympathetic nervous system responses to naturalistic stressors. *Health Psychology*.
- Sherman, D. K., & Cohen, G. L. (2006). The psychology of self-defense: Self-affirmation theory. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (vol. 38, pp. 183–242). San Diego, CA: Academic Press.
- Sherman, D. K., Cohen, G. L., Nelson, L. D., Nussbaum, A. D., Bunyan, D. P., & Garcia, J. (in press). Affirmed yet unaware: Exploring the role of awareness in the process of self-affirmation. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Sherman, D. K., & Kim, H. S. (2005). Is there an “I” in “team”? The role of the self in group-serving judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 108–120.
- Sherman, D. K., Kinias, Z., Major, B., Kim, H. S., & Prenovost, M. (2007). The group as a resource: Reducing biased attributions for group success and failure via group affirmation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 1100–1112.
- Shrira, I., & Martin, L. L. (2005). Stereotyping, self-affirmation, and the cerebral hemispheres. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 846–856.
- Sivanathan, N., Molden, D. C., Galinsky, A. D., Ku, G. (2008). The promise and peril of self-affirmation in de-escalation of commitment. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 107, 1–14.
- Spencer, S. J., Fein, S., & Lomore, C. D. (2001). Maintaining one’s self-image vis-à-vis others: The role of self-affirmation in the social evaluation of the self. *Motivation and Emotion*, 25, 41–65.
- Steele, C. M. (1988). The psychology of self-affirmation: Sustaining the integrity of the self. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 21, pp. 261–302). New York: Academic Press.
- Steele, C. M., & Aronson, J. (1995). Stereotype threat and the intellectual test performance of African American. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 797–811.
- Steele, C. M., Spencer, S. J., & Lynch, M. (1993). Self-image resilience and dissonance: The role of affirmational resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 885–896.
- Tsang, Jo-Ann. (2002). Moral Rationalization and the Integration of Situational Factors and Psychological Processes in Immoral Behavior. *Review of General Psychology*, 6, 25–50.
- Unzueta, M. M., & Lowery, B. S. (2008). Defining racism safely: The role of self-image maintenance on white Americans’ conceptions of racism. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 1491–1497.
- Zarate, M. A., & Garza, A. A. (2002). In-group distinctiveness and self-affirmation as dual components of prejudice reduction. *Self and Identity*, 1, 235–249.

A Review of Research about Self-affirmation

SHI Wei; LIU Jie

(School of Culture and Social Development Studies, Southwest University, Chongqing 400715, China)

Abstract: The researches of Self-affirmation were reviewed in this article. Self-affirmation is a method for maintaining or restoring one’s global positive self-integrity from threats, which require affirming some important aspects of the self that is unrelated to the threaten domain. It can be done by accomplishing a value scale, describing an important value, engaging in activities that remind them of “who they are”. The participants who affirmed were more openness and objective to the threaten self-identity or group-identity information, promoting personal well-being. These effects may be the result of central route processing on the persuasive information. There is ample opportunity to develop the effect of self-affirmation in the domain of the most important value had been threatened, the interaction of multiple mechanisms for self-affirmation, the differences between self-affirmation and group-affirmation, and the cross-cultural differences in the effect of self- or group-affirmation.

Key words: self-affirmation; self-integrity; group-affirmation; central route processing