

# 普通心理学第九章

讲师 王一



高途学院APP下载



高途学院公众号



# 动机在统考中的分布

年份	选择题	简答或论述
2021	16、17	
2020	14、15	77自我价值
2019	13、14、68	78自我决定
2018	14、15	
2017	15、68	
2016		
2015	16、17、18	
2014	16	
2013	15	
2012	11、12、69	
2011	10	
2010		78成就目标理论81马斯洛
2009	69	
2008	14、15	
2007	16、17	



# 动机

## 本章重点

概述

含义，功能，过程，种类，**动机与行为之间的效率**  
(选择，名解和简答)

理论

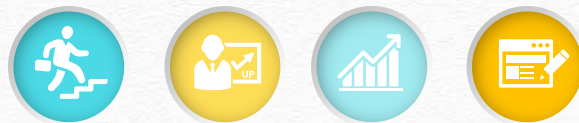
**早期理论，认知理论**  
(选择，名解和简答，论述)

需要

含义，种类，**需要层次理论**  
(选择，名词解释和简答)

意志

含义，特征，意志的行动过程，**动机冲突，品质**  
(选择和简答)



# 第一章 概述







# 动机的概述

1、含义：是由目标或对象引导、激发和维持个体活动的一种内在心理过程或内部动力。

## 2、作用和意义

激活：发动行为。

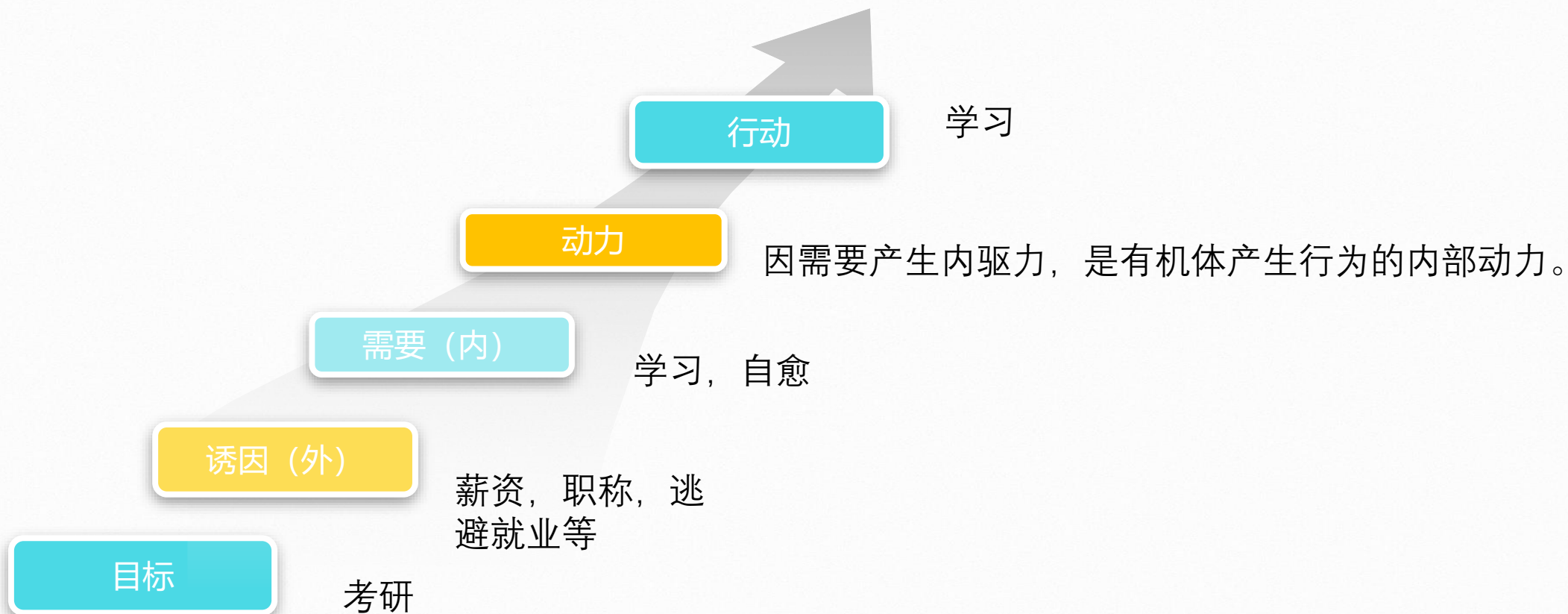
指向：动机能使个体的行为指向某个特定目标。

维持和调节：维持体现在坚持性。



# 动机的概述

## 3、动机的过程





# 动机的概述

## 4、生理动机和社会动机

**生理动机**也成为驱力，以有机体自身的生物学需要为基础的动机。包括饥饿，渴，性和睡眠，母性等。

**社会动机**是以人的社会文化需要为基础的动机，如权力动机、交往动机、成就动机、认识性动机等。

**兴趣**：探究某种事物或从事某种活动的心理倾向

**成就动机**：希望成功和避免失败。

**交往动机**：社会文化价值鼓励；情感依赖；得到认可。

**权力动机**：个人权力动机：善于利用机会表现自己；追逐权位，不达目的不罢休；物质条件为最高价值

社会权力动机：不参与活动但传播观念造福社会；参与活动，不盈利；公而忘私，以服务为主

学习动机

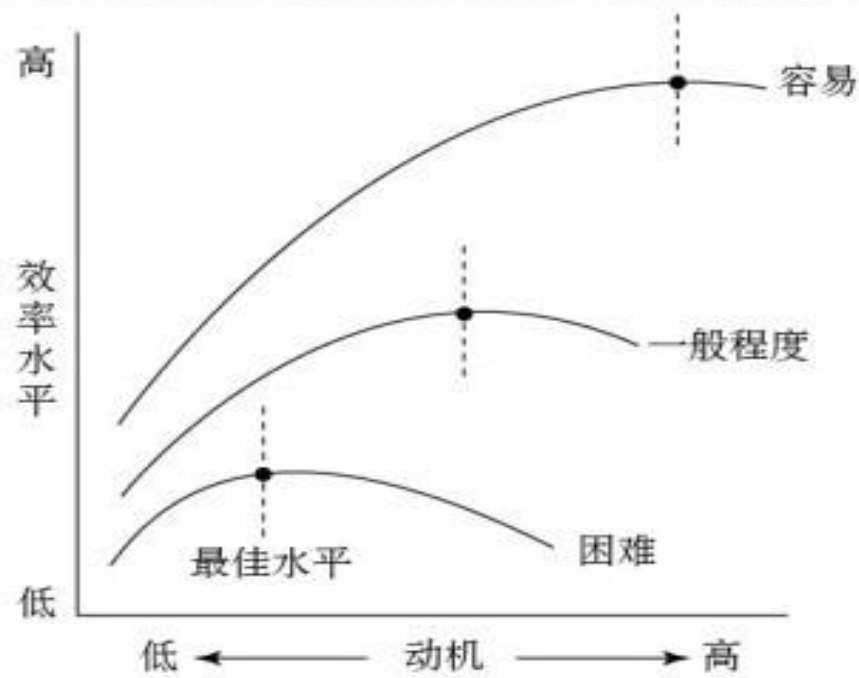




# 动机的概述

## 5、动机与行为效率的关系

耶克斯-道德森定律



- 1) 动机强度与行为效率之间的关系是倒u;
- 2) 中等强度的的动机最有利于任务的完成;
- 3) 动机的最佳水平随任务性质的不同而不同:

在较容易的任务中，行为效率随动机的提高而上升，随着任务难度的增加，动机的最佳水平逐渐下降。





## 真题再现

68.根据耶克斯-多德森定律，下列表述正确的有（）（2019.68多选）

- A.动机强度水平对问题解决有重要影响
- B.动机强度水平与操作绩效之间的关系大致呈倒“U”曲线
- C.在解决简单问题时，较低的动机水平会带来最佳操作绩效
- D.在解决复杂问题时，较高的动机水平会带来最佳操作绩效

【答案】AB

10、按照耶克斯-多德森定律，在描述唤醒水平与绩效水平之间的关系时，必须说明（）（2011.10）

- A.任务难度
- B.任务参与
- C.被试年龄
- D.被试性别

【解析】本题考察动机与工作效率。

耶克森多德森定律，各种动机都存在一个最佳的动机水平。动机不足或过分强烈，都会使工作效率下降。动机的最佳水平随任务性质的不同而不同。A



# 动机

## 本章重点

概述

含义，功能，过程，种类，**动机与行为之间的效率**  
(选择，名解和简答)

理论

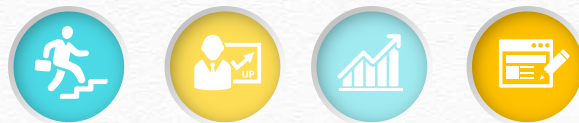
**早期理论，认知理论**  
(选择，名解和简答，论述)

需要

含义，种类，**需要层次理论**  
(选择，名词解释和简答)

意志

含义，特征，意志的行动过程，**动机冲突，品质**  
(选择和简答)



## 第二章 理论







# 早期理论

## (1) 本能论

人的行为由**本能**来决定。

- ①詹姆斯：动物本能，社会本能（爱，社交，同情，诚实等）
- ②麦独孤：所有行为以本能为基础，本能是人类一切思想与行为的基本源泉和动力，18种本能
- ③洛伦茨：本能是遗传决定的，提出印刻，行为是本能与学习交互作用的结果。
- ④弗洛伊德：生本能和死本能。





# 早期理论

## (2) 驱力理论

赫尔：驱力：由于生理需要引起的紧张状态。所以需要满足后，消除紧张状态（驱力）。

①要生存就有需要，需要产生驱力，驱力供给力量或能量，需要满足，驱力减少

②驱力给行为提供能量，而习惯决定着行为的方向；原始驱力（原始性），获得性驱力（继发性内驱力：钱）

③驱力（D）、习惯强度（H）共同决定了个体的行为潜能（P），即 $P=D \times H$ 。

缺点：忽视了外在情境（比如诱因）的作用，不能解释暴饮暴食，节食等内驱力增加的行为



# 早期理论

## (3) 唤醒理论（增加内驱力）

①唤醒是指大脑皮层的兴奋状态。一般来说人们喜欢中等程度的刺激

### ②三个原理

第一：人们偏好最佳的唤醒水平。

第二：简化原理，刺激的重复使得唤醒水平降低。

第三：个人经验对于偏好有影响。

## (4) 诱因理论

诱因指满足个体需要的刺激物。积极诱因：具有吸引力的刺激物；消极诱因：个体回避的刺激物

斯彭斯认为诱因也是激发人行为的重要因素， $P=D \times H \times K$ 。



# 认知理论

## (1) 期待价值理论

期待：预测性的认知

**托尔曼**认为行为的产生不是由于强化，而是由于个体对目标的期待，即行为的动机是期待得到某些东西或企图躲避某些讨厌的事物。

### 阿特金森提出成就动机的期望-价值理论

成就动机：激发个体乐于从事自己认为重要的或有价值的工作，力求取得成功的一种内驱力。主要有追求成功，和避免失败的动机。成就动机涉及到对成功的期望和对失败的担心两者之间的情绪冲突。

追求成功的动机乃是**成就需要**、对行为成功的**主观期望概率**以及取得成就的**诱因值**三者乘积的函数。其公式为：

$$T_s = M_s \times P_s \times I_s$$





# 认知理论

## (2) 归因理论【2011, 2017】

**海德**（内部和外部），**罗特**提出“控制点”（可控、不可控），**韦纳**稳定性（稳定【能力，任务难度】、不稳定【努力，运气】）

韦纳系统提出了动机的归因理论：

- 1、人们倾向于将活动成败的原因归结为能力高低、努力程度、任务难易、运气好坏等因素，
- 2、这些因素又能分别纳入**内部归因和外部归因、稳定性归因和不稳定归因、可控制归因和不可控归因**等三个维度之中。努力：内，可控，不稳定；能力：内，不可控，稳定；难度：外，不可控，稳定；运气：外，不可控，不稳定
- 3、归因的内外源维度影响个体对成败的情绪体验，稳定性维度影响个体对未来成败的预期，可控性维度影响个体今后努力学习的行为。





# 认知理论

## (3) 自我功效理论(自我效能感理论)

- 1、班杜拉认为，期待是决定行为的先行因素甚至是决定性因素。
- 2、强化的效果存在于期待奖赏或惩罚之中，是一种期待强化；期待分为结果期待和效果期待。

结果期待是对行为结果的**估计**，效果期待是对自己能否完成某一行为的**推测和判断**，即自我效能感，它的高低直接决定个体进行某种活动的动机水平。

自我效能感的影响因素有：成功和失败的经验、替代性经验、言语说服、情绪唤起。



# 认知理论

## (4) 成就目标理论

德韦克，以内隐能力理论。成就目标有两种，一种是掌握目标，一种是成绩目标。

**持能力增长观**的个体认为，能力是可以改变的，随着学习的进行而提高。倾向于确立掌握目标、任务目标和自我标准。【掌握目标】

**持能力实体观**的个体则认为，能力是固定的，不会随学习而改变。倾向于确立表现目标和他人标准。【成绩目标】

## (5) 自我决定理论

- 1、德西认为，自我在动机过程中起能动作用，自我决定是一种涉及经验选择的人类机能品质，它组成内在的动机。
- 2、自我决定是人的一种选择能力，不仅是一种能力，还是个体的一种需要，**人们具有基本的内在自我决定的倾向。**
- 3、人们行为的因素是自我决定，而不是强化、驱力或其他任何力量。



## 真题再现

15.根据维纳(B. Weiner)的归因理论,能力的归因属性是()(2020.15)

A.内部、稳定、可控 B.外部、不稳定、可控 C.内部、稳定、不可控 D.外部、不稳定、不可控

【解析】 C

15、动机的本能理论和驱动理论共同强调的是 (2018.15)

A.环境因素

B.社会因素

C.生物因素

D.认知因素

【解析】 C， 本能理论认为人的行为是由本能决定的。伍德沃斯提出行为因果机制的驱力概念，以代替本能概念。





## 真题再现

17. 个体的目标定位在获得知识和提高能力上, 认为达到既定目标就是成功, 根据成就目标理论, 该个体所持有思维成就目标属于 ( ) (2015.17)

A. 掌握目标      B. 成绩目标      C. 效能目标      D. 表现目标

答案A。

16. 概括成就目标理论, 下列说法不正确的是 ( ) . (2021.16)

A. 成就目标分为掌握目标和成绩目标 B. 成就目标不同个体有不同的能力观 C. 具有掌握目标的个体, 具有较高的焦虑水平 D. 不同的成就目标对应不同的动机和行为模式

【正确答案】 C





# 动机

## 本章重点

概述

含义，功能，过程，种类，**动机与行为之间的效率**  
(选择，名解和简答)

理论

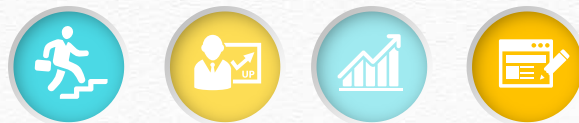
**早期理论，认知理论**  
(选择，名解和简答，论述)

需要

含义，种类，**需要层次理论**  
(选择，名词解释和简答)

意志

含义，特征，意志的行动过程，**动机冲突，品质**  
(选择和简答)



## 第三章 需要





# 需要

## 1、含义：

需要是有机体内部的一种**不平衡状态**，是活动的源泉、动机产生的基础。

## 2.需要的种类

①生物需要和社会需要（按起源）

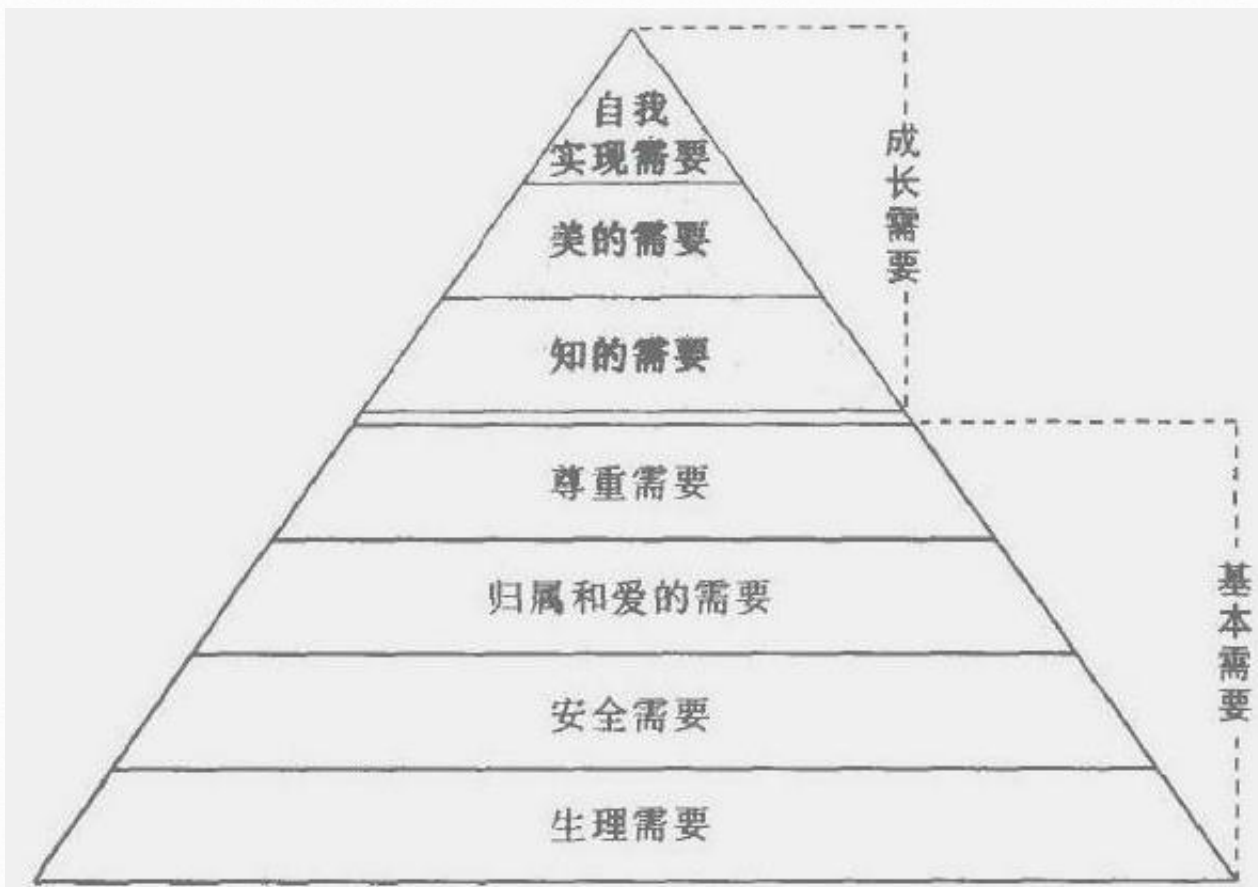
②物质需要和精神需要（按指向对象）





# 需要

## 3、需要层次理论







# 需要

- 1) 5种需要都是天生的**与生俱来的**，但自我实现的需要是成人后才出现。
- 2) 层次越低的需要出现的早，力量越强，叫做**缺失性需要**；越高的出现的晚，它并不是生存所必须的，但有益于成长，叫做**成长性需要**。在某一特定的时间和条件下往往有多种需要，但有一种占优势，它决定人们的行为。
- 3) 只有低层次需要得到满足才会出现高层次需要，并成为推动个体活动的主要动力。
- 4) 一种需要获得满足后，其作用就逐渐减弱，另一种需要就上升为优势需要，成为行为的新动力。
- 5) 新的需要的产生经历了一个从无到有、从弱到强、逐步演进的波浪式前进的过程。



## 真题再现

14.下列有关“需要”的表述,不正确的是()(2020.14)

A.需要具有社会性 B.需要是个体动机产生的基础 C.需要是个体行为积极性的源泉D.需要是生理或心理的平衡状态

【解析】 D,需要是机体内部的一种不平衡状态,它表现在有机体对内部环境或外部生活条件的一种稳定的要求,并成为有机体活动的源泉。

12、根据马斯洛的需要层次理论, 人的需要从低级到高级的正确排序() (2012.12)

- A . 生理需要、安全的需要、尊重的需要、归属与爱的需要、自我实现的需要
- B . 生理需要、安全的需要、归属与爱的需要、尊重的需要、自我实现的需要
- C . 生理需要、归属与爱的需要、安全的需要、尊重的需要、自我实现的需要
- D . 生理需要、归属与爱的需要、尊重的需要、安全的需要、自我实现的需要

答案: B



# 动机

## 本章重点

概述

含义，功能，过程，种类，**动机与行为之间的效率**  
(选择，名解和简答)

理论

**早期理论，认知理论**  
(选择，名解和简答，论述)

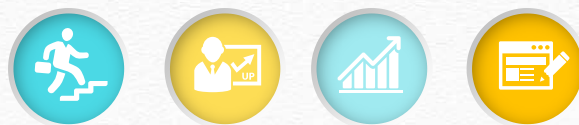
需要

含义，种类，**需要层次理论**  
(选择，名词解释和简答)

意志

含义，特征，意志的行动过程，**动机冲突，品质**  
(选择和简答)





## 第四章 意志





# 需要

## 1、含义

有意识地支配、调节行为，通过**克服困难，以实现预定目的**的心理过程。

## 2、特征

目的性：有意识有目的。

坚韧性：通过克服困难表现出来。

随意性：通过行为表现，**受意识支配**。

3、意志行动过程：意志通过行动表现出来，可分为采取决定（准备）和执行决定（关键）阶段。

**准备阶段**：确立行动的目的，选择方案并做出决策；解决动机冲突。

**执行决定阶段**：坚定执行，克服阻碍，及时修订。



# 意志

## 4、动机冲突

双趋式冲突：两个都有吸引力，但不可同时获得。

双避式冲突：两个都想避开，但只能避开一个。

趋避式冲突：同一个物体既有吸引力又有排斥力。

多重趋避式冲突：多个目标，每个都有吸引力和排斥力。

## 5、意志的品质（独自吃坚果）

**独**立性：相反是受暗示性（不独立）和武断（乱独立）

**果**断性：优柔寡断（不果断）和草率（乱果断）

**坚**定性：动摇性（不坚定）和执拗（乱坚定）

**自**制性：任性（不自制）和懦弱（自制到委曲求全）





## 真题再现

13.小宋因为调换工作单位的事情犹豫不决，新单位虽然待遇优厚，但是工作压力大；原单位虽然待遇较差，但是工作压力小，这种动机冲突是（ ）（2019.13）

A.双趋式冲突 B.双避式冲突 C.趋避式冲突 D.双重趋避式冲突

【答案】D

14、有两所幼儿园可供家长选择，一所幼儿园离家远，但设施条件很好，另一所幼儿园离家近，但设施条件一般。家长在做决定时犹豫不决，这种冲突是（2018.14）

A.双趋冲突 B.趋避冲突 C.双避冲突 D.多重趋避冲突

【解析】D

18．小张在填报高考(课程)志愿时，有两所学校可选择，其中，一所是名牌大学，但专业不理想；另一所是一般大学，但专业理想，小张犹豫不决，这种动机冲突是（ ）（2015.18）

A．双趋式冲突 B．双避式冲突 C．趋避式冲突 D．多重趋避式冲突

答案D。



## 真题再现

16.下列选项中，不属于意志行动特征的是（2014.16）

A.预定目的 B.克服困难 C.随意运动 D.习惯活动

【答案】 D。

11、人对同一个目的同时产生两种对立的动机是()（2012.11）

A . 双趋冲突          B . 双避冲突  
C . 趋避冲突          D . 多重趋避冲突

答案： C

15 . “鱼，我所欲也；熊掌，亦我所欲也；二者不可得兼……”所反映的动机冲突是（）（2008.15）

A . 双趋冲突          B . 双避冲突  
C . 趋避冲突          D . 多重趋避冲突

【解析】 本题考查普通心理学中意志动机中的冲突类型。

接近-接近型冲突，也叫双趋冲突，指的是当两种同样具有吸引力的目标同时存在，但人们不能同时达到，只能选择其中一种目标而放弃另一种。鱼和熊掌都想要，但不能同时得到，反映了这种冲突，选A。



## 练习题

1、“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱”，反映了人的需要具有（）(2007)

A.整体性    B.选择性    C.层次性    D.动力性

2、与自制力相对立的意志品质（2009）

A.任性    B.犹豫    C.独断    D.执拗

3人对同一个目的的同时产生两种对立的动机，这种动机冲突是（2012）

A.双趋冲突    B.双避冲突    C.趋避冲突    D.多重趋避冲突

4、持能力增长观的个体倾向于建立的成就是目标是（）(2017)

A.社会目标    B.绩效目标    C.表现目标    D.掌握目标

5、下列属于内部动机的有（2016）

A.对工作的的好奇    B.获取丰厚的报酬    C.避免受到惩罚    D.对学习的兴趣





## 练习题

1、“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱”，反映了人的需要具有（）（2007）

A.整体性    B.选择性    C.层次性    D.动力性

2、与自制力相对立的意志品质（2009）

A.任性    B.犹豫    C.独断    D.执拗

3人对同一个目的的同时产生两种对立的动机，这种动机冲突是（2012）

A.双趋冲突    B.双避冲突    C.趋避冲突    D.多重趋避冲突

4、持能力增长观的个体倾向于建立的成就是目标是（）（2017）

A.社会目标    B.绩效目标    C.表现目标    D.掌握目标

5、下列属于内部动机的有（2016）

A.对工作的的好奇    B.获取丰厚的报酬    C.避免受到惩罚    D.对学习的兴趣



## 第九章作业

论述：

两个学生参加考试，一个考的满分，一个考试不及格，考满分的说是因为自己努力了，不及格的说自己没有数学细胞，请用维纳的归因理论分析两个学生将来学习的行为及其原因。

简答：

- 1、简述动机与作业的关系
- 2、动机冲突的形式有哪些？【安徽师大2015】
- 3、简述马斯洛需要层次理论

名词解释：趋避冲突，成就动机，外在动机，内在动机，自我决定