1. 有些心理学家将决策中的启发式（Heuristic）和偏差（Bias）看成“认知错觉”，有些心理学家则者认为，如果给予人们足够的时间和经验，人们就可以控制或者消除这些直觉或者偏差。你对这些观点有何评价？
2. 错误一致性效应（false consensus effect）是易得性启发式（availability heuristic）还是锚定和调整（anchoring and adjustment）的产物？
3. 试述自我服务偏差的可能根源。
4. 我们如何通过他人形成自我概念？自我概念又是如何由我们所处的文化所塑造的？
5. 大多数时候我们的态度直接决定我们的应为，但有时候却不是。什么时候我们的态度和行为最不可能一致？为什么？
6. Benjamin Franklin曾经说过：“主动帮过你忙的人比被迫帮你忙的人更有可能帮你另一个忙”。对此，认知失调理论如何解释？而自我知觉理论又会怎样解释？
7. 试从社会心理学的理论出发，阐述哪些策略可以减少社会中的性别偏见。

参考答案：

1. *有些心理学家将决策中的启发式（Heuristic）和偏差（Bias）看成“认知错觉”，有些心理学家则者认为，如果给予人们足够的时间和经验，人们就可以控制或者消除这些直觉或者偏差。你对这些观点有何评价？*

答：

启发式和偏差可以被看成认知错觉。

所谓认知错觉， 是指人们在从事判断 、推理、决策等智力活动过程中所犯的系统错误和偏差。在日常生活中，人们在利用信息资料从事推理，判断，决策等认知活动时， 经常无视或违反逻辑规则与统计原理，如： 忽略有关信息，亳无根据地受无关信息的影响，未把应该综合起来考虑的若干信息加以整合，不考虑样本大小的意义。

决策中的启发式是指人们加工信息时倾向于不使用标准的逻辑推理过程，而是依据自己的直觉经验对事件采用一些启发性策略，例如代表性启发式、可得性启发式，锚定和调整启发式。而偏差则是指某些知觉规律（如首因效应和近因效应、顺序效应等）的影响，人们对人和社会群体的知觉发生偏差的现象。由此决策中的启发式和偏差都是人们决策中所犯的系统错误和偏差。

即使给予人们足够的时间和经验，人们也很难完全控制或者消除这些直觉或者偏差。

人们可以对事件进行自动化分析和深思熟虑的分析。启发式和偏差通常是我们被自动化分析所影响的产物。拥有足够的时间与经验意味着人们认知资源会显著增加，深思熟虑的分析过程会增加，有意识的分析可以抑制自动化的反应。但这种抑制存在局限下，使得启发式直觉和偏差不能被完全消除。例如我们对刻板印象的有意控制也不能消除刻板印象对我们决策带来的影响，并且对刻板印象的压抑甚至会导致反弹。

1. *错误一致性效应（false consensus effect）是易得性启发式（availability heuristic）还是锚定和调整（anchoring and adjustment）的产物？*

答：

错误一致性效应是指人们倾向把自己的思维方式投射向他人，假设所有人以同一方式思考。这种逻辑谬论来源于团体或个体高估公众与他们看法、信仰和嗜好的相似度。

错误一致性效应也可以由**易得性启发式**解释。易得性启发式是指人们常常依据某类事情是否容易被想起来以判断该类事情发生的概率，容易知觉或回想起来的被判定为常出现。人们更容易回想起的自己的观念与大多数人相同的时刻，而不容易回想起自己与大众观点相悖的时刻，这导致人们倾向于认为自己的观点和外界总是一样的，从而导致错误一致性效应。

错误一致性效应可以由**锚定和调整**解释。锚定和调整启发式指在不确定条件下做判断时个体从最初的参照点即锚定开始进行调整，以减少模糊性和做出判断。人们认为，自己与其他人有着大量相似的“身体构造”和相似的经历，所以回答“我认为是什么”，“我想怎样”或者“我希望如何”等问题，是推测他人意图的最近似估计和合理锚定，在此基础上做出不充分的调整，导致错误一致性效应。

*3. 试述自我服务偏差的可能根源。*

答：

我们倾向于把成功归因于自己的努力而否定自己对失败负有责任。我们经常将我们在考试中得到的好成绩归因于自己的努力、技巧或智力，而将不及格归因于考试太难、我们准备的东西恰好没考、运气不好，或老师讲的比较糟糕。这种把成功归因于自己而否定自己对失败负有责任的倾向性称为自我服务偏差。

自我服务偏差存在着两方面的原因: **认知的和动机的解释。**

认知模型认为，自我服务偏见起源于我们加工社会信息模式的某些倾向，认知模式特别指出，因为我们期望成功，所以将肯定的结果归因于内部原因，而将否定的结果归因子外部原因。

此外，动机模式的解释认为自我服务偏见来源于我们保护和提高自尊的需要，或在他人面前表现好形象的愿望。

认知和动机这两种因素都有可能在这种归因错误中起作用。

*4. 我们如何通过他人形成自我概念？自我概念又是如何由我们所处的文化所塑造的？*

答：

自我概念是人们对自身所持的信念、价值、原则的一些自我的看法。自我概念通过他人形成可能由反应评价、社会影响和社会认同这三部分构成：

➀反应评价。即从他人对自己行为的即时评价直接得到有关自我信息，是人知觉到其他人对自己的反应，反馈积累形成自我概念。

➁社会比较。人们在生活和工作中往往与他人比较来确定衡量自己的标准，人们会以与自己相似的他人比较来评估自己。

➂社会认同：自我概念来自于所属团体身份(家族、团体、种族)，以及属于此团体的价值与情感。

文化对自我的塑造是重要的，尤其体现在自我与他人、社会环境的互动环节之中。东方社会的集体主义文化将人的自我孕育于社会关系之中，因此自我只有在人际互动与关系中才能体现出自我的价值，在这种环境之中的自我会更加具有弹性，也会随着社会情境而逐步发生调整，在具体表现上，集体文化主义的自我会表现互助、羞耻、谦虚、拘谨与等级观念。西方文化中，自我与外界的人都是独立的个体，两者的影响比较微弱，即使是互助也建立在平等的关系上，这种自我会保持一定的独立性稳定性，个人主义文化也会表现出自主、自信与平等观念。

*5. 大多数时候我们的态度直接决定我们的应为，但有时候却不是。什么时候我们的态度和行为最不可能一致？为什么？*

答：

根据Ajzen 和Fishbein（1980）提出的理性行为理论（Theory of planned Action），决定人的行为的是行为意图（behavioral intention）。意图由指向某行为的态度、行为的主体规范、行为的控制知觉构成。指向某行为的态度包括行为结果发生的可能性与对行为结果的评价；行为的主体规范包括重要他人对该行为的赞成程度以及顺从他人期望的动机程度；行为的控制知觉指感知到的行为可控性。指向某行为的态度是决定我们行为的一个因素，由此多数时候，态度和行为是一致的，但一些情形下两者并不一致，因为，态度并不是决定行为的唯一因素。

当行为的主体规范程度低，如他人完全不赞成该行为，并且本人顺从他人这种不赞成的期望的动机程度很高时，或者他人赞成该行为，但是本人顺从他人这种赞成的期望的动机程度很低时，态度与行为的一致性下降。此外，行为的控制知觉低，如对该行为感到完全不可控时，态度与行为的一致性也会下降。

*6. Benjamin Franklin曾经说过：“主动帮过你忙的人比被迫帮你忙的人更有可能帮你另一个忙”。对此，认知失调理论如何解释？而自我知觉理论又会怎样解释？*

答：

认知失调理论，由费斯廷格提出，是指个体认识到自己的态度之间、或者态度与行为之间存在着矛盾。费斯廷格认为一般情况下，个体对于事物的态度以及态度和行为间是相互协调的；当出现不一致时，就会产生认知不和谐的状态，即认知失调，并会导致心理紧张。个体为了解除紧张，会采取各种的方法，以减少自己的认知失调：➀改变认知➁增加新的认知➂改变认知的相对重要性➃改变行为等方法来力图重新恢复平衡。

主动帮你忙的人在帮你的过程中付出了努力和心血，在这过程中他的认知因素出现不协调，为设法减轻这种不协调关系，他会更倾向于为这个行为对自己进行说明和心理暗示，提高对行为的认可程度；而被迫帮忙的人中，被迫的心理降低了帮忙举动产生的认知失调，进而不会产生前述情况。

自我知觉理论是考察行为是否影响态度的理论。该理论认为，当问一个人关于某事物的态度时，个体首先回忆他们与这种事物有关的行为，然后根据过去的行为推断出对该事物的态度。

自我知觉理论认为态度是在事实发生之后，用来使已经发生的东西产生意义的工具，而不是在活动之前指导行动的工具。主动帮助别人的人会因为帮助行为而对该态度和行为予以强化，从而更愿意帮助。而被迫帮助别人的人则知觉到自己的行为于情境的关系时矛盾的，所以接下来可能不会提供帮助。

1. *试从社会心理学的理论出发，阐述哪些策略可以减少社会中的性别偏见。*

答：

偏见是对某一个人或团体所持有的一种不公平、不合理的消极否定的态度。是人们脱离客观事实而建立起来对人和事物的消极认识与态度。性别偏见是对于性别角色认识存在偏差而对他人存在不公平的看法或态度。

以下策略和方法可以减少社会中的性别偏见：

1. 社会认同理论：人们借助于认同特定的社会团体来增强自尊，将社会分为内群体和外群体，并形成内群体偏好效应。因此，应该避免将两性群体对立起来，而是将两者内化为一个集体，增加社会认同感，构建共同命运体。
2. 减少人们的易得性启发：易得性启发式是指人们常常依据某类事情是否容易被想起来以判断该类事情发生的概率。新闻媒体、报刊，肥皂剧等无处不在地会在无意中物化女性，捧高男性，这种影响使得人们日积月累地形成女性比男性弱的社会偏见，根深蒂固，难以消除，因此要对媒体内容进行管控。
3. 诱导伪善

诱导伪善提出，如果想改变他人的态度，必须让当事人公开支持他所赞同的行为，诱发个体产生认知失调，使得个体不得不为了维护自己的承诺而做出更正确、合理的行为。因此，对于存在性别歧视的个体，可以要求他们向集体宣读反对性别歧视的宣言，对于企业，可以要求他们在网页上发布反对性别歧视招聘的信息，使得他们不得不为了维护承诺而有意识地做出维护女性的事情。

1. 接触假说：接触假说认为不同社会群体的成员之间接触的增加会有助于减少群体之间的偏见和歧视。
2. 重新归类：重新分类是指对于“我们”和“他们”界限的重新认定，研究发现之前属于外群体的人如果被重新分类为内群体的一员，会更加受人喜爱。内群体身份认同模型发现，如果不同组别的个体认为他们属于一个大的社会实体，群体间的偏见就会相应减少。因此当分属不同团体的成员为共同目标合作时，会开始认定彼此属于同一个团体。
3. “Say No”训练：通过反复对刻板印象的否定，可以一定程度上消除刻板印象。
4. 公众教育和宣传：在学校教育和媒体宣传的过程中加入对于性别刻板印象的教育，可以让大众知道自己对于不同性别的人有哪些刻板印象，并努力做出一些改变。

……