自我与人际关系作业

一、简答题（每题20分）

1. 试述自我积极性的表现形式和可能原因，并分析文化对自我积极性的可能影响。

（1）自我积极性的表现形式

* 超出平均水平效应：绝大部分的人都认为自己的能力要超出一般水平。
* 控制错觉：人们夸大自己产生预期结果的能力。
* 计划谬误（planning fallacy）现象：人们对自己未来的计划往往过于乐观，低估完成任务所需的时间。

（2）可能原因

①自尊。自尊是指个体对自我价值的感受。自尊的社会计量理论提出，对自尊的需求源于希望能够与他人连结和得到他人认同。个体在社会中需要与他人联结并且渴望被他人认同，首先就需要较高的自我评价来肯定自我价值，以此获得较高水平的自尊。

②自我服务偏差。自我服务偏差对个体总体而言具有积极作用。相信自己比其他人拥有更多积极品质和更高的能力，能够让我们对自己保持愉快的感受，提供了心理上的安全感和掌控感。从自我与动机的角度来看，自我服务偏差实质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。

（3）文化对自我积极性的可能影响

西方文化中的自我更多涉及个体的自我认同问题，而东方文化中则更多涉及自我与他人的关系问题。此外，中国人还持有区别于西方人的辩证自我的观念，即同时存在着对自我的积极和消极评价。在中国文化中谦虚规范实际上是一种自我提升策略，但在美国文化中则并非如此。

1. 试述影响人们自我提升动机/自我一致性动机的情境及个体差异因素。

答：

个体差异因素如低自尊。对于高自尊的人来说，积极生活事件验证了他们已有的积极自我观点，此时，他们的自我提升动机与自我一致性动机是一致的，从而有利于其身心健康。但对于低自尊个体，其自我提升动机与自我一致性动机是分离的。积极生活事件反而会破坏低自尊个体的自我一致感。此外，认知需求高的人可能倾向于寻求足够信息以对自我形成准确了解，由此导致其自我提升动机与自我一致性动机的冲突。

情境差异因素：（1）心情。心情好的人为了避免破坏积极情绪，从而忽视那些与自我不一致的信息。（2）时间压力。对自我一致的寻求需要认知资源与时间，当两者匮乏时人们更可能受到自我提升动机的影响。

1. 试从关系类型理论出发，分析高校师生关系的类型及促进师生融洽的可能策略。

答：答案不需要统一，但需要依据关系类型理论加以说明

（1）高校师生关系的类型可能是》

权威等级关系：部分教师享有优先获取资源的权力，并且凭借这种权力享受学生的忠诚和尊敬；而学生则获得保护，接受建议和领导。

平等匹配关系：关系中的任何一方不论强弱和需求都享受平等的资源交换和分配，师生平等分享、相互回报。

共有共享关系：更关注对他人需求的回应，师生共享资源、按需索取并相互照顾。

（2）促进师生融洽的可能策略（不唯一）

首先，认识并承认双方在角色、个性上的差异。

其次，创造共同的目标（教学相长）彼此共同促进，创造共同命运感。

第三，彼此以成长的心态看待关系。

1. 简述人际吸引中的得失效应，并说明导致该效应的社会认知过程。

答：人际吸引中的得失效应：人们最喜欢那些对人们的喜欢程度不断增加的人，最不喜欢那些对人们的喜欢程度不断减少的人。理解人际吸引中的得失效应需要把握：决定对赞美者喜欢程度的不仅是赞美的总量，还有量的变化；这种改变属于同一性质；这种改变是渐进式的。

首先，最初否定的评价使个体产生焦虑、自我怀疑等消极情绪，当评价逐渐变得肯定时这一转变过程本身即为奖励，减少了个体的消极情感。因此，后来的肯定评价实际上比先前没有消极情感、一直作肯定评价有着更多的奖励。

其次，这可能涉及个体对他人的知觉方式。当他人很快表达对个体的喜欢并且表示一直喜欢时，个体可能会怀疑他人是否真诚、是否具有鉴别力，甚至怀疑他人是否对任何人都喜欢。而当他人以否定评价开始时，给个体的印象是他敢于说出令别人不愉快的话且善于思考，最初的批评反而使他人显得更有鉴别力、更可靠。之后，当个体被夸奖时，他人的观点就变得更有分量，从而给予了个体更多的奖励。

1. 亲密关系中矛盾根源在于双方的社会认知过程，试从归因出发加以说明。

答：亲密关系中一方对另一方采用的归因方式不仅影响着归因者的认知和情绪，也影响者被归因者的回应方式。将伴侣的积极行为归因于外部的、不稳定的、特定的原因，而将伴侣的消极行为归因于内部的、稳定的、普遍性的原因，这就导致了矛盾的产生。

这种归因方式可能反映出归因者的自我投射，将对自己的负面看法用于解读伴侣的行为。不幸福的伴侣可能将对方的无心之失解释为刻意为之，是其内在本质的一贯反应，会以消极的方式加以回应。因此，归因方式在亲密关系发挥着反馈的作用，幸福的伴侣经过促进关系的归因方式让彼此关系更好，而不幸福的伴侣经过苦恼维持的归因方式则让关系不断恶化。

此外，自我服务偏差同样会反映在伴侣的归因过程中。伴侣中任何一方的成功都离不开另一方面的支持与帮助，如果一方过高估计自己的作用而忽略另一方面的贡献，可能会导致彼此的矛盾和冲突。