

基于个人成长和自我实现的创造性

——卡尔·罗杰斯的创造观

豆宏健

(甘肃联合大学 经济与管理学院, 甘肃 兰州 730000)

【摘 要】人本主义心理学家卡尔·罗杰斯关于创造性的观点独树一帜,认为创造性是自我实现的人的本真表现,培养创造性的过程就是人的和谐成长过程;对经验保持开放、内源性评价、把握基本要素和概念的能力是创造性的内在条件,而心理安全和心理自由则是培养创造性的基本土壤;在教学上必须树立学生自我主动学习观,建立教师和学生之间的真诚真实、尊重理解的助益性态度关系。

【关键词】创造性;经验开放;内源性评价;心理安全;心理自由

【中图分类号】G305 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1672-707X(2006)04-0110-04

Creativeness of Individual Growth and Self-Fulfilment

——Carl R Rogers' Idea of Creation

DOU Hong-jian

(School of Economic and Management, Gansu Lianhe University, Lanzhou 730000, China)

Abstract: Carl R Rogers is humanistic psychologist, whose view is the best about creativeness. It is true features that the course of developing creativeness is course of harmonious growth, the ability of keeping open up, autogenous valuation, master basic elements and idea for experience are inner conditions of creativeness, but mental safety and mental freedom are basic soil of developing creativeness. We must establish self-initiative idea of students studying in teaching, set up relationship with the utmost sincerity and cordiality between students and teachers.

Key words: creativeness; open experience; autogenous valuation; mental safety; mental freedom

我国正在建设创新型社会,而建设创新型社会的关键在于培养具有创造性的人才。因此,创造性及其培养对个人和国家的重要性不言而喻,创造性已成为一个现代社会的大众话语,受到政界、学界、商界等社会方方面面的关注。对创造性的研究历来是心理学家所关注的,心理学研究创造性自然和其他领域与学科不同,心理学主要研究创造性的微观过程即个人的内在特征和心理过程。

在心理学众多的关于创造性的理论中,人本主义心理学家卡尔·罗杰斯的观点独树一帜,蕴含着丰富而深刻的思想。因为罗杰斯主要的工作是心理学的临床实践,所以他关于创造性的见解并没有引起人们的太多注意。罗杰斯关于创造性研究的最大特点是,他没有象其他的心理学家一样,把创造性看成个体为特定目的而进行的一种的思维活动和社会行为,没有静止的、孤立的、狭隘的看待创造性。他从个人成长和自我实现的整体的发展的角度,把创

造性看成是健康、本真、自然的人性表现,是个人潜能解放、自我价值实现和人际关系和谐的结果。概括起来,罗杰斯认为,创造性是人的天性,是人的存在价值,是人和谐健康发展的必然结果。创造性的培养过程就是培养自我实现的人的过程,是培养创造性自我的过程。罗杰斯的创造观对于我们今天关于创造性的教育理念和培养实践具有现实的启发意义,值得人们深思。

作为一个专注于心理治疗实践的人本主义心理学家,罗杰斯显然敏锐的意识到了创造的重要性。他说,作为个人,作为一种文化,今天自然科学的发展向我们提出了严峻的要求,如果我们想要生存下去,就必须依靠创造性的行为适应我们面对的世界,缺乏创造性对于任何一个民族来说都是一个不可容忍的选择,否则人类的文明之光就会

【收稿日期】2006-07-08

【作者简介】豆宏健(1968—),男,甘肃镇原人,甘肃联合大学副教授,主要从事心理学研究。

熄灭。

罗杰斯以严厉的态度批评了我们的社会中种种缺乏创造性的现象。在教育领域,我们培养的是一些“完成了”学业的人,而不是具有原始创造性的思想家;在科学界,我们拥有的是为数众多的技术操作员,而能够提出富于想象的假设和理论的人却凤毛麟角;在产业界,创造性只是少数人的专利,甚至在我们的个人生活中,人们的休闲娱乐、吃穿住行、阅读和观念都有强烈的趋同倾向。缺乏创造性,不仅我们的知识和技术无法增长,难以应付各种问题和考验,而且会使个人适应困难,幸福感降低,团体关系紧张。罗杰斯对创造性的重视,超越了科学和技术的工具价值,他同时把创造性看成是个人成长和社会和谐的手段,带有强烈的人本色彩。

罗杰斯拒绝对创造性的范围、社会价值、水平高低作出限制和评判,他相信所有的人都具有创造的潜能,创造力并不限于特殊的内容,各种创造过程没有根本的区别,创造性表现在发明发现、绘画作曲、文学写作、人际关系以及日常生活的各个方面。罗杰斯反对对创造性的社会价值作出即时性评价,认为真正具有重要影响的创造,最初都容易被看成是错误的、愚蠢的、有害的,只有在多年之后才最终被评价为创造性的贡献。同时代的任何人都不可能在创造性成果形成的当时作出令人满意的评价,尤其是创造性的成果越新奇独特,就越不容易被人们所接受。哥白尼、加利略和达尔文的创造性发现,在当时被当作是亵渎神灵和大逆不道,但后来都成为划时代的具有基础性和建设性的伟大创造。罗杰斯也不愿意对创造性的程度高低作出区分,在他看来爱因斯坦提出相对论和小孩发明一种团体游戏、家庭主妇发明一种新的烹饪方法具有同等的意义。

二

创造动机是研究创造性不可回避的问题,罗杰斯没有过多地寻找导致创造性的外在因素,他对创造动机的理解源于他的人本主义的自我理论。他深信生命是一个发生在机体和环境之间的自发的动力事件,生命的过程不仅仅是自我保存,而且倾向于超越机体现状,生命的意义在于个人不屈不挠的把握自己的意志。每个人存在于以他自己为中心的不断改变的体验世界中,机体有一个基本的倾向,即实现、维持、强化自己的体验组织,因此,罗杰斯相信创造性的原动力来自于个体内部的成长趋势,是人自我实现的必然要求,是个体扩展、延伸、发展自我和追求成熟的欲望和倾向。创造性是与生俱来的,由于各种原因,创造倾向可能会潜伏于个体心理防御的深层,但它存在于每一个人身上,当个体努力成为他自己并与环境构建新型关系时,就可以释放和表达出来,成为创造的主要驱力。创造是人的成长和发展的内在需求,是机体自我超越的表现。

和其他心理学家一样,罗杰斯也认为就外在表现而

言,创造性必然包括某种看得见的成果,能够用语言符号或其他形式表达出来,而且创造性的成果必须有新颖的结构。这种新颖不是指经验材料的新颖,而是指个人和他的经验材料之间发生了独特的与众不同的相互作用,创造成果深刻地打上了个人的印记。相同的经验有些人会熟视无睹,视若必然,而有些人则会看到令人惊奇的、不可思议的一面,从而引发思考、探索 and 发现。罗杰斯进而认为,从本质上看,创造不是一个有外在目的的行为,个人之所以创造,是因为创造使他感到满足,使他体验到一种自我实现和成长快乐。历史已经证明,具有伟大社会价值的创造发现,更多来自于个人的兴趣和自我满足,而不是社会价值的激励。

三

那么,创造性的内在条件又是什么呢?罗杰斯从个体和环境之间的关系,也就是从人的成长过程中机体和环境之间的互动方式寻找答案,他认为创造性的内在条件有以下三个方面。

(一)对经验保持开放

罗杰斯认为,个体存在于以他自己为中心的不断改变的体验世界中,知觉阈对个体来说就是“现实”,个体总是实现、强化和维持自己的体验组织。在与环境互动的过程中,整个知觉阈的一部分逐渐分化成了自我。任何与自我结构不一致的体验都会被认为是一种威胁,从而导致心理防御。心理防御是创造性的最大障碍,在心理防御中,个体为了保护自我结构,把新颖独特的经验不是加以歪曲,就是挡在意识之外。

而经验的开放性意味着对个体来说,所有的外在和内在的体验都能与自我概念保持一致,能够被个体觉察、检查、修订、吸收和容纳,个体的自我概念、信念、认知和假设都不是僵化的,其界限是可以逾越的。当真正存在模糊不清的意义时,个体能够容忍其存在,有能力接受矛盾的信息。一个人越是允许自己所有方面的体验都被敏锐的意识到,他就不是在一个预先设置好的范畴中进行思维,就能够捕捉到超出常规的体验,感受到与众不同的思想,就越容易有建设性的创造力。

(二)内源性评价

创造成果评判的标准是来自机体内部或是他人?罗杰斯认为内源性评价即来自个人内部的评价是影响创造性的最重要的条件。在真正的创造活动中,创造成果的价值是由创造者自己决定的,创造者只是关心在创造中是否表达了自己的思想和感情,是否有潜能实现的感受。创造者当然也会关注他人的评判,但他人的评判并不能改变创造者自身的机体反应和机体评价。

相反,过分关注或屈从他人的评价会抑制个体的创造性,这是因为一方面过分关注他人评价,为了不引起非议和争论,会唤醒个体的心理防御,从而歪曲、抵制本真经验;另一方面,正象前面所述,真正具有重要影响的创造,

最初都容易被看成是错误的、愚蠢的、有害的，只有在多年之后才最终被评价为创造性的贡献。

(三)把握基本要素和概念的能力

创造性还需要个体能够自然灵活的把握、理解和转化经验中的要素和概念，用一种新鲜的有意义的方式看待事物，尽可能的去尝试和探索。如试着提出近乎疯狂的假设，把事物的一种形式转化成另一种形式，把已经确定的东西表达成荒唐可笑的问题等。

如果具备以上三个条件，创造性行为就会自然发生。创造过程在本质上是不可描述的，但创造性行为通常表现出以下特点。

自我渗透。几乎在所有的创造性成果中都可以看到创造者对事物本质的追求，个体对自我和纷繁复杂的现实之间的关系赋予一种新的结构，以自己独特的方式对经验进行选择 and 抽象，表现出“我的”影响和“我的”特点。

孤独焦虑。在重要的创造性成果的形成过程中，个体会有一些压力性的体验：以前没有人这样做过，我很孤独，我是在无人区独自冒险，我可能是愚蠢的、错误的，我迷失了方向。这正是山重水复疑无路，柳暗花明又一村的创造境界。

交流欲望。创造过程伴随着孤独和焦虑，为减少焦虑，创造者往往把自己的理论和思想记在日记中，把自己的诗作锁在抽屉里，或把自己的画作束之高阁。但当创造成果一经完成，创造者又有强烈的与人交流的欲望，渴望与一个能够理解他的群体和个人进行交流，与别人分享自己的创造成果。

四

罗杰斯描述了创造的本质，说明了具有创造力的当事人的特点，提出了创造性行为所依赖的内在条件以及伴随创造过程的心理特征。那么如何使个体的创造动力满足社会需要，对创造性进行培养呢？罗杰斯认为，从创造性的本质和内在条件看来，创造性是个体的自然行为，不是一个强迫性行为，就象农民不能强迫种子发芽、家长不能强迫孩子成长一样，我们唯一所能作的就是提供种子发芽和个体成长、实现自身潜能所需的营养条件，培植创造性产生的适宜土壤，最大限度的提高创造力产生的可能性。因此，他没有像其他心理学家一样，罗列一些如何培养创造性的所谓条件，而是试图为我们提供一个让个体创造的种子发芽生根的气候和土壤；创造的空气、温度、水分和营养。

(一)营造心理安全感

首先，把人作为无条件的价值。无论在什么时候，教师、家长、管理者或心理治疗师都应该从个体的权利和表现出发，意识到个体的潜能并无条件的相信他、关注他，真诚的认为自己的对象是个有价值的人。如果这样，那么教师、家长等就是学生和儿童创造力的促进者，就是在培养创造性。而当个体意识到教师、家长、管理者或心理治疗

师的这种态度时，他就体验到安全的心理气氛，摆脱心理防御，减少概念僵化，消除伪装和虚假行为。个体会认识到，不论自己作了什么，他都会被看着是有价值的人，他就能发现真实自我的意义，以新鲜自然的方式实现自我、表现自我，走上创造之路。

其次，提供没有外部评价的气氛。当人们尤其是权威者不再从自己的立场对其他个体做出判断的时候，他就是在培养创造力。对一个人来说，如果发现自己处于一种不受评价的环境和气氛中，那将是很大的解脱。外在的评价总是一种威胁，意味着某些体验和观念会遭到意识的抵制。如果不存在强制性的按照外部标准所作的评价，个体的自我体验会更加开放，能更深刻更敏锐的认识自己的好恶，以自己内部的着眼点对客观材料作出反应。需要指出的是，对他人不作评价并不是说不做反应，反应和评价是不同的。反应是表明自己的观点但允许别人坚守自己的评价源，即我不欣赏你的观点但它存在正确的可能性。

再次，共情理解。把人作为无条件的价值，提供没有外部评价的气氛，再加上共情理解，最终就可以给个体营造心理上的安全氛围。所谓共情理解，就是从他人的立场来看待和接纳个体的感受和行为，通过语言和非语言的沟通表达对别人的理解。在共情理解的氛围中，个体能允许真实的自我以变化和新颖的方式显露出来。

(二)保持心理自由度

心理自由是指教师、父母和管理者允许个体能够象征性的充分的去思考，完全表达他的感受，充满乐趣的自发的把玩感知对象的概念和意义。象征性表达的自由，并不是指在所有情况下个体都用行动来表达情感、冲动和欲望，在生活中，人的行为会受到社会规范的约束。象征性的表达是一种符号性的表达，是一种概念和意义的表达，并不等同于真实的行为表达。

同时，自由也意味着责任，一个充分享受自己创造成果的人，也会为自己的行为负责。自由和责任相辅相成，正是责任心生成的自由，才能促进个体内部评价源的发展，使建设性创造的内部条件得以形成。个体体验到的自由度越大，心里就越健康，就能够在思想和行为的取舍过程中，在没有压力和压抑的状态下进行选择，正所谓天高任鸟飞，海阔凭鱼跃。只有享受个人权力感的人，才相信未来是自己创造的，而非幻想和环境所赐予。

五

罗杰斯十分关心学校教育和学生的学习，认为教育的目标应该是促进学生的发展，培养能够适应变化、具有内在自由特性的人。他们能够自发的进行活动并作出理智的选择，具有自我抉择和自我负责的勇气；他们是批判性的学习者，并不完全驯服和遵从，能够客观评价他人作出的贡献；他们不仅能够获得知识，而且能够创造性地应用知识，灵活的处理新问题，适应新情境；他们能够有效的和他人合作，不只是获得他人的赞许，而是为了自己的社会

化目标。

正因为如此,在对创造性的培养上,罗杰斯对传统的教育持批评的态度,认为由于存在政治和文化的压力,传统的教育要求学生驯服和遵从,学校培养的是能够复制某些知识材料、能够进行某些特定智力技能和继承教师思想的学生,这其实是一种消极的、低效的、短期的教学和学习。长期以来,我们的教育只是强调认知,割裂了认知和学习过程中的情感联系,忽略了学生自身的成长。学习是以学生经验的生长为中心、以学生的自发性、主动性为动力的。只有躯体、情绪和心智高度融合,才会促进学生实质性的整体发展,学生才会释放出创造性的潜能。因此,罗杰斯强调学生的学习必须是一种自我主动学习,教师只是一种灵活的助益性的学习资源,教师和学生之间的关系应当有一种真诚真实、尊重理解的态度品质。

实际上,罗杰斯和其他几乎所有的人本主义心理学家对创造性的理解是一致的。现代著名的人本主义精神分析学家佛罗姆就认为,我们一直对创造性存在误解,人们习惯性的倾向于从物质生产、艺术、思想的角度理解创造性。在佛罗姆看来,创造性的思想、物质、艺术只是创造性的副产品,创造性最重要的产品就是创造性的自我即创造性的人。佛罗姆把健康成熟的人格定义为创造性定向,包括创造性的爱、创造性思维、幸福感和道德心等。创造性不仅和传统意义上的成功有关,而且和个人的主观幸福感有关。人本主义心理学的另一位代表人物马斯洛也认为,创造性是自我实现者的一个特征,是健康人格的一个定势,创造性不仅仅涉及科学家、艺术家,也不仅仅涉及科学艺术的产品和作品,在广泛意义上,人人都会表现出创造性,处处都有创造性。

归根到底,在以罗杰斯为代表的人本主义心理学家眼中,创造性是一种成熟健康、自然真实的人格特性,各种可见的有形的创造成果只是充分发展、充分起作用的人的一种副产品,创造性培养的本质其实就是在培养和谐的人的过程。在当前大力提倡素质教育的理论和实践中,人们强烈的意识到了创造性及其培养的重要性,但对如何有效的培养却仍然处于思索和探索中。虽然有一些具体的做法,但成效并不显著,这可能与我们对创造性本质的理解不无关系,罗杰斯等基于个人成长和自我实现的创造性理念应该给我们以启发和思考。

【参考文献】

[1] 赫根汉(郭本禹等译).心理学史导论:第四版[M].上海:华东师范大学出版社,2004.

[2] 叶浩生.西方心理学的历史与体系[M].北京:人民教育出版社,2003.

[3] 艾森克(阎巩固译).心理学——一条整合的途径[M].上海:华东师范大学出版社,2000.

[4] 郑雪.人格心理学[M].广州:暨南大学出版社,2003.

[5] 玻文(周榕等译).人格科学[M].上海:华东师范大学出版社,2001.

[6] 卡尔·罗杰斯(杨广学等译).个人形成论[M].北京:中国人民大学出版社,2005.

[7] 卡尔·罗杰斯(李孟潮等译).当事人中心疗法[M].北京:中国人民大学出版社,2004.

[8] 舒尔茨(李文滢译).成长心理学[M].北京:三联出版社,1988.

[责任编辑:马争朝]