



ارائه شده توسط:

سایت ترجمه فا

مرجع جدیدترین مقالات ترجمه شده

از نشریات معتبر

انگیزه های خود افزایی و حمایت از خود

چکیده

افراد تمایل دارند مثبت بودن خود پنداره خود را به حداکثر برسانند و منفی بودن آن را به حداقل برسانند. تمایل به تحسین ویژگی های خوب یک فرد و کاستن نقاط ضعف او، نسبت به معیارهای عینی، در بسیاری از حوزه های تلاش انسانی آشکار می شود. ما به طور واضح بر سه تلاش تمرکز می کنیم: جهت گیری خودخواهانه (نسبت دادن موفقیت ها به خود اما سرزنش دیگران یا موقعیت های دیگر برای شکست)، تاثیر بهتر از متوسط (برتر دانستن خود نسبت به هممنوع متوسط) و خود حافظه انتخابی (یادآوری ضعیف اطلاعات منفی مربوط به خود). عوامل غیر انگیزشی (به عنوان مثال، انتظارات، خودپسندی، خود محوری در برابر مقایسه های کلی) برای پیدایش این تلاش ها ضروری نیستند. در عوض، تلاش ها (حداقل تا حدی) ناشی از انگیزه های خود افزایی و حمایت از خود هستند، همان طور که تحقیق در مورد تهدید خود و تأیید خود انجام شده است. این دو انگیزه وظایف مهمی دارند: آن ها مزایایی را به سلامت روان و منافع روانی می بخشند (به عنوان مثال، دنبال کردن هدف).

واژگان کلیدی: خودافزایی، حمایت از خود، جهت گیری خودخواهانه، اثر بهتر از متوسط، خودحافظه، سلامت روان.

مقدمه

افراد به طور معمول خصوصیات، عملکرد، رفتار و بازخوردی که از دیگران دریافت می کنند را ارزیابی می کنند. علاوه بر این آن ها فعالیت هایی را انتخاب می کنند تا در آن ها مشارکت داشته باشند، نتایج کار گروهی یا دوتایی را به دست آورند یا سرزنش کنند، رویداد های زندگی خود را یادآوری کنند، از دانش خود برای درک افراد دیگر استفاده کنند، و ارزش روابط خود یا گروه هایی را قضاوت کنند که به آن ها تعلق دارند. در این فصل نشان داده می شود که این حوزه ها و حوزه های مشابه عملکرد انسانی می توانند برانگیخته شوند و در ادامه نقش دو انگیزه مهم مورد بحث و بررسی قرار می گیرند: خود افزایی و حمایت از خود.

خود افزایی و حمایت از خود نمونه هایی از انگیزه های خود ارزیابی هستند (سدیکیدز و استراب 1995)، که خود بخشی از لذت / درد هستند (آلیک و سیدیکیدز 2011). انگیزه های خود ارزیابی، پردازش و ارزیابی اطلاعات مربوط

به خود را هدایت می کنند که به طور گسترده تعریف شده اند (سدیکیدز 1993؛ سدیکیدز و استراب 1997). به طور خاص، خود افزایی به تمایل و اولویت برای به حداکثر رساندن مثبت بودن خودپنداره گفته می شود، در حالی که حمایت از خود به تمایل و اولویت برای به حداقل رساندن منفی بودن خودپنداره گفته می شود. خود افزایی و حمایت از خود در تمایل افراد برای مبالغه در نقاط قوت و ناچیز پنداشتن نقاط ضعف بیش از استاندارد های عینی منعکس شده اند. این دو انگیزه نیز در تمایل افراد برای تفسیر یا به یاد آوردن رویداد ها به شیوه ای منعکس شده اند که خصوصیات خود را در مطلوب ترین حالت به خود و دیگران نسبت می دهند (سدیکیدز و گرگ 2003). در نهایت، انگیزه ها به خصوصیات، مسئولیت پذیری و رفتار نیرو می بخشند و آن ها را هدایت می کنند. در طولانی مدت، خود افزایی و حمایت از خود باعث تقویت سلامت روان می شوند (سدیکیدز، گرگ و هارت 2007) و به پیشرفت و حمایت از منافع روانی کمک می کنند (به عنوان مثال، اهداف؛ آلیک و سدیکیدز 2009).

ما بررسی خود افزایی و حمایت از خود را با یک مرور تاریخی مختصر آغاز می کنیم. سپس مثال های کلیدی نمونه سازی انگیزه ارائه می شوند، که آن ها را تلاش های خود افزایی و حمایت از خود می نامیم (آلیک و سدیکیدز 2011؛ سدیکیز و گرگ 2008). این تلاش ها جهت گیری خودخواهانه، اثر بهتر از متوسط و خود حافظه انتخابی هستند. در بررسی هر یک از این تلاش ها، بحث شناخت - انگیزش همیشگی در نظر گرفته می شود. البته ما معتقدیم که شناخت و انگیزه با هم رابطه نزدیکی دارند (کروگلانسکی 1989؛ کاندا 1990؛ پیزکزینسکی و گرینبرگ 1987). با این حال، هدف ما ارائه شواهدی است که نشان دهند این تلاش ها با انگیزه هستند، و به طور خاص، نمی توانند به طور انحصاری در پردازش اطلاعات مورد توجه قرار گیرند (سدیکیدز، مطبوعات). سپس مزایای عملکردی دو انگیزه مورد بحث و بررسی قرار می گیرند: ارتقاء سلامت روانی و منفعت رونی. سپس با در نظر گرفتن مسائلی نتیجه گیری می کنیم که می توانند در آینده از نظر تجربی مورد توجه قرار گیرند.

مرور تاریخی

بذره های نظریه سازی مدرن در مورد انگیزه خود افزایی و حمایت از خود در دوران کلاسیک کاشته شدند. پیروان مکتب شهوت گرایی (بنیان گذار: آریستیپوس؛ تاتارکیوکز 1976) و عشرت طلبی (بنیان گذار: اپیکوروس، دی ویت

1973) معتقدند که لذت‌گرایی اعمال انسان را هدایت می‌کند. آن‌ها معتقدند که افراد می‌خواهند در مورد خود احساس خوبی داشته باشند یا از احساس بد اجتناب کنند، و اظهار داشته‌اند که انسان‌ها خواستار تجارب لذت‌بخش هستند و آن‌ها را دنبال می‌کنند، در حالی که از تجارب ناخوشایند اجتناب می‌کنند. دموستنز سخن‌پرداز قدیمی در مورد فریب خود اظهار داشته است که: هیچ چیز به اندازه فریب خود آسان نیست، زیرا آن چه را می‌خواهیم، به آسانی باور می‌کنیم.

نقش لذت‌گرایی به عنوان انگیزه اصلی به حاشیه رانده شد، در حالی که عقل‌گرایی در حال ظهور بود. این مکتب فلسفی که بر اساس ایده‌های افلاطون قرار دارد (بلوم 1991)، یک واقعیت‌عینی را به تصویر می‌کشد که تمام افراد با درک درست (ارتدوکس) می‌توانند به آسانی تشخیص دهند (کنی 1986، لوئب 1981). به عنوان مثال، عقل‌گرایان قاره‌ای (دکارتز، لیبنز، اسپینوزا) اظهار داشته‌اند که رفتار خودخواهانه، غیر مسئولانه و یا مخرب ناشی از دانش ناقص است. فضل و دانش می‌تواند بیماری‌های شخصی و اجتماعی مانند فساد یا اولویت‌بندی اهداف شخصی نسبت به اهداف اجتماعی را درمان کند.

این پاندول با فیلسوفان رنسانس (مک‌فارلن 1978) و تجربه‌گرایان انگلیسی به عقب بازگردانده شد. مندویل (1705) معتقد است که انسان‌ها بیش از حد به خود بها می‌دهند و انتظار دارند دیگران نیز همین کار را انجام دهند. هوبز (1651/1991) معتقد است که رفتار ناشی از دنبال کردن بدون کنترل لذت به جای شکست در درک حقایق پیشین می‌باشد. او ادعا کرد که انسان‌ها عاشق عقاید خود هستند (ص 48). این اظهار نظر که انسان‌ها دارای دیدگاه مثبت در مورد خود و اشیاء مربوط به خود هستند (به عنوان مثال اشخاص، اموال) در سودمند‌گرایی بنتهام (1789/1982) و جان استارت میل (1863/2004) پیشگویی نیچه (1886/1972) برای قدرت افتخار به بازنویسی خاطرات (ماکسین 68، ص 72) و تفکرات لا روچفوکالد (1678/1827)، شوپنهاور (1844/1966) و فروید (1905/1961) در مورد ظرفین انسان برای فریب دادن خود منعکس شده است.

ویلیام جیمز اولین روانشناسی بود که حکایت‌های فلسفی مختلف را تنظیم کرد و یک اصل واحد ارائه نمود. او معتقد بود که فکر کردن در مورد خود باعث ایجاد احساسات رضایت از خود و نارضایتی از خود می‌شود (ص 305).

علاوه بر این، او در مورد خودخواهی اجتماعی و نگرانی مداوم افراد در مورد دستیابی به موفقیت های واقعی و تحسین اجتماعی اظهار داشت: هر یک از ما توسط احساس احترام برای خود هدایت می شود (ص 308). او خود (من تجربی) را به عنوان منبع موضوعات مربوط به نفس تعریف کرد. اصل کلیدی جیمز، یعنی خود افزایی، مبتنی بر نظریه پردازی گوردون آلپورت (1937) بود. او معتقد است که انسان ها به مثبت بودن خود نیاز دارند، و همچنین حمایت از خود را به عنوان قدیمی ترین قانون طبیعت در نظر گرفته است. هیدر (1958) نیز معتقد است که نیازها، تمایلات و اولویت های ذهنی تا حدی در حفظ چشم انداز مثبت فرد نقش دارند. راجرز (1961) ساختار عزت نفس مثبت را به عنوان نوعی خود قدردانی تعریف کرد که با برآورده ساختن استانداردها و انتظارات خود به جای استانداردها و انتظارات دیگران به دست می آید. در عین حال، سیگموند فروید (1915 / 1923 b, 1961 / 1926 c, 1961d) / او آنا فروید (1936 / 1946) مکانیسم های دفاع را تجزیه و تحلیل کردند. پس از آن، مطالعه علمی خود افزایی و حمایت از خود انجام شد.

نمونه سازی خود افزایی و حمایت از خود

دانشمندان چگونه خود افزایی و حمایت از خود را مورد بررسی قرار داده اند؟ آن ها این کار را از طریق بررسی های تجربی و همبستگی بیش از 60 نمونه (اجرای) انگیزه انجام داده اند. این نشانه های خود افزایی و حمایت از خود، اخیرا از طریق تکنیک های عاملی - تحلیلی، با نمونه های غربی (هپر، گرامزو و سدیکیدز 2010) و نمونه های آسیای شرقی (هپر، سدیکیدز و کای) خلاصه شده اند: بازتاب های مربوط به پذیرش مثبت بودن، دفاع، برداشت اجتماعی مطلوب و تائید خود.

پذیرش مثبت بودن منعکس کننده دستیابی به بازخورد مثبت است (به عنوان مثال، ویژگی های خودخواهانه برای موفقیت)، در حالی که دفاع منعکس کننده حمایت از خود در برابر تهدید است (به عنوان مثال، ویژگی های خودخواهانه برای شکست). تلاشی که نشان دهنده هر دو عامل است، جهت گیری خودخواهانه، و تمایل برای دستیابی به موفقیت اما سرزنش دیگران برای شکست می باشد (به عنوان مثال، شرکای دوتایی، گروه، موقعیت).

برداشت های اجتماعی مطلوب منعکس کننده تصاویر خوشایند از خود در دنیای اجتماعی می باشند. در این جا، یک تلاش نمونه، اثر بهتر از متوسط، و تمایل برای برتر دانستن خود نسبت به دیگران در بسیاری از حوزه های عملکرد می باشد. در نهایت، تفکرات تائید خود به خودپنداره و نتایج مطلوب یا نامطلوب گفته می شود. مکانیسمی که این فرآیند از طریق آن به دست می آید، خودحافظه انتخابی، یا یادآوری غیر سودمند برای بازخورد منفی می باشد. در ادامه ادبیات مربوط به جهت گیری خود خواهانه، تاثیر بهتر از متوسط و خودحافظه انتخابی مورد بررسی قرار می گیرد. هر چند ارتباط نزدیک شناخت و انگیزش به طور کامل تائید شده اند (کروگلانسکی 1989، کاندا 1990، پیزینسکی و گرینبرگ 1987)، هدف ما ایجاد انگیزه است. به عبارتی، تلاش می کنیم تا نشان دهیم که این گروه از تلاش های هدف سودمند نمی توانند صرفا و به طور انحصاری توسط سوابق غیر انگیزشی در نظر گرفته شوند. در عوض، هر تلاش، حداقل تا حدی نتیجه انگیزه های خود افزایی و حمایت از خود در عمل است.

جهت گیری خود خواهانه

با توجه به قانون مورفی، اگر بیش از یک نفر مسئول محاسبات نادرست باشد، هیچ کس مقصر نیست. در تحلیل وینر (1972) از انگیزه پیروزی، این الگو مستند شده است. بازیگران نتایج موفقیت آمیز خود را به عوامل داخلی نسبت می دهند (به عنوان مثال، توانایی، تلاش، نظم) و نتایج غیر موفق خود را به عوامل خارجی نسبت می دهند (به عنوان مثال، شانس بد، سختی کار، مربی خشن). به طور کلی، فرض سهم مسئولیت برای رویداد های مطلوب و انکار مسئولیت یا جایگزینی آن با علل خارجی برای رویداد های نامطلوب به عنوان جهت گیری خودخواهانه شناخته شده است (SSB؛ میلر و راس 1975).

SSB یک پدیده قوی و فراگیر است که در میان دانشجویان دانشگاه (زوکرمین 1979)، ورزشکاران (دی مایکل ، گانسندر و سولومون 1988) ، و رانندگان (استوارت 2005) آشکار است. این در عرصه نفوذ بین فردی (آرکین ، کوپر و کولدیتز 1980)، ورزش های طبیعت گرایانه (مولن و ریوردان 1988) و سازمان ها (کور و گری 1996) رخ می دهد. این پدیده در کودکان، نوجوانان و بزرگسالان آشکار شده است (مزولیس ، آبرامسون ، هاید و هانکین 2004) و در فرهنگ های غربی و غیر غربی یافت شده است (براون و کوبایاشی 2002؛ مزولیس و همکاران 2004).

سپس دلایل مربوط به این که چرا خود خواهی ایجاد می شود، یا چرا نمی تواند فقط برای عوامل غیر انگیزشی در نظر گرفته شود، مورد توجه قرار می گیرند. به طور خاص، نقش انتظارات مربوط به تهدید خود و تأیید خود، و مدیریت احساسات مورد بحث و بررسی قرار می گیرد. مثال های گویا در هر مورد ارائه شده اند.

تهدید خود

از نقطه نظر حمایت از خود، زمانی که افراد احساس تهدید می کنند ، حالت دفاعی پیدا می کنند (روز و اولسون 2007). با توجه به یک خروجی، مانند فرصت منحرف ساختن ویژگی های مربوط به نتایج عملکرد، آن ها تاثیر دفاع خود را بر جای می گذارند. با فرض این که انگیزه حمایت از خود زمینه SSB، هر چه افراد بیش تر احساس تهدید کنند، بزرگی SSB بیش تر خواهد بود. در یک متا آنالیز که توسط کمپل و سدیکیدز (1999) انجام شد، بررسی شد که آیا رشد و افول SSB تابعی از تهدید خود است و به عنوان بازخورد منفی عمل می کند. در این متا آنالیز چند تعدیل کننده SSB مانند نقش ، توجه متمرکز بر خود، و جهت گیری بین فردی مورد بررسی قرار گرفتند.

به طور خاص، هر تعدیل کننده با قابلیت خود تهدیدی بالا یا پایین طبقه بندی شد. به عنوان مثال، نقش تعدیل کننده از نظر عامل یا ناظر طبقه بندی شد. عوامل احتمالاً نسبت به ناظران خود تهدیدی بیش تری را تجربه می کنند، با توجه به این که خود پنداره عوامل به طور مستقیم توسط بازخورد منفی به چالش کشیده می شود. توجه خود محور تعدیل کننده به عنوان توجه خود محور یا دگر محور طبقه بندی شد. توجه خود محور احتمالاً شامل تهدید بیش تری است، با توجه به این که شرکت کنندگان در این حالت تجربی به احتمال بیش تری از اختلاف بین نفس واقعی و ایده آل خود آگاه هستند. از این رو، تمرکز آن ها بر استانداردهای عملکرد، تاثیر روانشناختی بازخورد منفی را تشدید می کند. در نهایت، جهت گیری بین فردی تعدیل کننده به صورت رقابتی یا همکاری طبقه بندی شد. برخی از شرکت کنندگان با دیگری رقابت می کردند (در واقع یا در ظاهر)، در حالی که دیگران با فرد دیگر همکاری می کردند (در واقع یا در ظاهر). شرکت کنندگان رقابتی احتمالاً بالاترین سطح تهدید خود را تجربه می کنند، زیرا بیش ترین تاثیر را در نتیجه کار دارند.

متاآنالیز برای بررسی اثربخشی تعدیل کننده های SSB انجام شد. این فرض که تهدید خود SSB را افزایش می دهد، حمایت شد. به عنوان مثال، عوامل، شرکت کنندگان خود محور و رقیب، SSB را نشان دادند اما همتایان آن ها (ناظران، شرکت کنندگان دگر محور و مشارکت کننده) این کار را انجام ندادند. به طور کلی، این متا آنالیز نشان داد که هر چه افراد بیش تر احساس تهدید کنند، به احتمال بیش تری از SSB استفاده می کنند.

این نتیجه گیری در تحقیق کرنیس، کورنل، سان، بری و هارلو (1993) و کروکر، ولکل، تستا و ماژور (1991) تقویت شد. دانش آموزان کارشناسی زمانی که شکست می خورد، نقص هایی را در آزمون پیدا می کنند، اما زمانی که موفق می شوند، بر اعتبار آن تاکید می کنند (ویر و فری 1983). این الگو به طور خاص در میان افرادی مورد توجه قرار گرفته است که عزت نفس ناپایداری دارند و نشان می دهند که این افراد در زمان تهدید برای ایجاد حس ارزش شخصی، از SSB استفاده می کنند (کرنیس و همکاران 1993). دانش آموزان سیاه پوست آمریکایی زمانی که از یک ارزیاب سفید که از نژاد آن ها بی اطلاع است، بازخورد منفی دریافت می کنند، کاهش عزت نفس خود را تجربه می کنند؛ با این حال، زمانی که ارزیاب از نژاد آن ها مطلع است، عزت نفس آن ها تغییری نمی کند. در مورد دوم، شرکت کنندگان شکست خود را به تعصب نژادی نسبت می دهند، بنابراین، اعتبار آزمون انکار می شود (کروکر و همکاران 1991). در این جا، SSB نه تنها یک حالت برای پاسخ به تهدید خود است، بلکه ابزاری برای کاهش پیامد های تهدید است (به عنوان مثال، کاهش عزت نفس).

تأیید خود

همان طور که پیش از این گفته شد، تهدید خود SSB را تشدید می کند. به دنبال آن، زمانی که تهدید خود کاهش می یابد، SSB ضعیف می شود. یک روش برای کاهش تهدید خود، تأیید خود است (شرمن و هارتسون 2011). در این جا، افراد یک حوزه بی ربط به تهدید خود را تأیید می کنند (به عنوان مثال، ارزش ها). به عنوان مثال، به صورت کتبی، قبل یا بعد از دریافت بازخورد منفی، توضیح می دهند که چرا برخی ارزش ها برای آن ها مهم هستند. این روند تأیید خود، با ایجاد احساس امنیت بیش تر در افراد، حالت دفاعی را کاهش می دهد (و حتی

مانع پاسخ های عصبی و روانشناختی به تنش می شود؛ کرسول و همکاران (2005). سپس ، تأیید خود SSB را کاهش می دهد.

شرمن و کیم (2005) این ایده ها را در آزمایش های میدانی با ورزشکاران والیبال و بسکتبال بررسی کردند. این آزمایش ها در نتیجه یک بازی انجام شدند، که بازخورد مثبت به عنوان پیروزی و بازخورد منفی به عنوان باخت در نظر گرفته شده بود. بلافاصله پس از بازی، ورزشکاران وارد یک اتاق کنفرانس شدند و در آزمون تأیید خود شرکت کردند. آن ها پنج ارزش (زیبایی شناسی، مذهب، اجتماعی، سیاسی ، نظری) را از نظر اهمیت شخصی ارزیابی کردند. سپس ، شرکت کنندگان در شرایط کنترل یک مقیاس 10 آیتمی مطابق با کم اهمیت ترین ارزش خود دریافت کردند، در حالی که شرکت کنندگان در شرایط تأیید خود، یک مقیاس 10 آیتمی مطابق با مهم ترین ارزش خود را دریافت کردند. هر آیتم از دو عبارت تشکیل شده بود، یکی از آن ها جنبه ارزش مربوطه را توصیف می کرد و دیگری خنثی بود. شرکت کنندگان موافقت خود با هر عبارت را ارزیابی کردند. شرکت کنندگان در شرایط کنترل SSB را نشان دادند. با این حال، شرکت کنندگان در شرایط تأیید خود از آن اجتناب کردند. به طور کلی، تأیید خود تمایل برای پاسخ دفاعی به تهدید خود را تحت الشعاع قرار داد، الگویی که با از بین رفتن SSB دنبال شد.



این مقاله، از سری مقالات ترجمه شده رایگان سایت ترجمه فا میباشد که با فرمت PDF در اختیار شما عزیزان قرار گرفته است. در صورت تمایل میتوانید با کلیک بر روی دکمه های زیر از سایر مقالات نیز استفاده نمایید:

لیست مقالات ترجمه شده ✓

لیست مقالات ترجمه شده رایگان ✓

لیست جدیدترین مقالات انگلیسی ISI ✓

سایت ترجمه فا ؛ مرجع جدیدترین مقالات ترجمه شده از نشریات معتبر خارجی