

成就目标定向理论研究的回顾与展望

郝琳

(辽宁师范大学体育学院, 辽宁 大连 116029)

摘要:通过查阅文献资料,对1990年以来国内、外(以国外为主)发表的目标定向的论文进行分析,结果显示,具有较强任务定向者将有利于自己建立适应的动机模式,对活动有积极的态度与认识,在面对困难时表现较强的意志力,显示对活动的内在兴趣;自我定向者则相反。在掌握目标动机气氛下,个体参与活动的内在兴趣提升了,并在学习中更多地使用了积极的认知策略和自我约束;而在成绩动机气氛下,则削弱了学生的内部动机和自我效能感,破坏了学生对某项活动的兴趣。另外,高水平目标定向与高自尊有一定的相关性。今后的发展趋势如下:第1,个体的目标取向不是一成不变的,它牵涉到其认知、情感、价值等方面的内容,因此,目标取向是否仍有其他内容,是今后探讨的内容之一;第2,由于东西方文化的差异性,教育者在利用目标定向理论预测运动行为时需作进一步的检验与完善;第3,有关目标定向的长期效应和短期效应是否一致,存在什么样的差异性,也将是今后讨论的热点;第4,目标定向是如何深入调节学生的情绪状态(例如自尊体验、心境状态)也将是未来讨论的话题。

关键词:目标定向;任务目标定向;自我定向;动机气氛

中图分类号:G807 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2003)01-0031-04

Retrospect and expectation of research of achievement goal orientation theory

XI Lin

(Institute of Physical Education, Liaoning Normal University, Dalian 116029, China)

Abstract: By the way of document and searching the relevant content in the website, the author analyzed the papers on goal orientation published in China and overseas since 1990. The results showed that one with more task orientation would be easy to set up right motive mode, have positive attitude and cognition to movement, and show stronger willpower when faced with difficulties, as compared with ego-orientation. One with goal motive would use more positive cognitive strategy and self-constraint during learning ex amino, while one with achievement would have less initial motive and self-efficacy sense and be uninteresting in certain movement. And, there is relationship between the higher goal orientation and higher self-esteem. The contents of goal orientation, the effects of culture discrepancy on practice, the relation between the long-term effect and short-term effect of goal orientation, and the way its modulating the mood may be paid more and more attention in future.

Key words: goal orientation; task orientation; ego orientation; motivational atmosphere

动机问题对于心理学家具有一种经久不衰的魅力,原因在于它是行为的起点。动机这一概念曾在心理学的许多领域中出现,并在心理学居于核心地位。在人类研究的众多课题中,与成功、失败以及成就追求相联系的研究中,特别是志向水平和个体指向目标方面的研究,成为动机实验研究的中心。^[1]自20世纪80年代以来,社会认知理论在动机研究中占有统治地位。近年来,目标定向理论(goal orientation theory)作为社会认知理论三大支柱之一,其他两种是自我效能(self efficacy theory)和能力知觉理论(perception of ability theory),在实践中愈来愈显示其强大的生命力,并成为研究动机

内容的主要方向。2001年7月,第十届国际运动心理学会议(10th WORLD CONGRESS OF SPORT PSYCHOLOGY)胜利闭幕了。4年一次的盛会集中反映了近些年来运动心理学家所关注的领域与研究范围。分析家们认为,随着运动心理学研究领域的进一步拓展,其研究的内容大体呈现分散化、多样化的特点。但是,在动机研究的方向却有一个焦点:在13篇有关成就动机的论文中,9篇是以目标定向理论为主的。在体育教育领域,优化所有学生的动机是教育者的重要职责之一。许多研究建议更多的精力应放在如何激励学生的动机上,因为它为更好地解释学生行为提供了令人信服的理论依

收稿日期:2002-03-06

作者简介:郝琳(1971-),女,讲师,硕士,研究方向:体育心理学。

据^[2]。当代的研究有利地证实了这一点:任务、自我目标定向是学生参与体育活动内在动力的影响因素^[3]。不少学者已明确指出,目标定向理论的实用价值是吸引研究者进一步研究的主要原因之一。另有研究显示,新世纪中国大学生的体质与健康状况急剧下降,学生对体育的兴趣和参与活动减少的事实引起了国内外众多教育者的关注。他们并且提出,大学生体现实状是引起每一位教育者高度重视的时候,特别是随着各大学扩招计划实施后人数的剧增,提高大学生体质健康水平已到了刻不容缓的地步^[4]。不言而喻,体育锻炼作为维持现代人身心健康的主要方式和手段,其锻炼的长期、良好的效应有赖于个体主动从事此项活动的内在需求与动力。而目标定向理论着眼于个体内在动机的激励与维持,恰恰为其提供了不竭的动力之源。

1 目标定向理论的概念与构成的层面

在运动领域内,尼克尔斯(Nicholls)的目标定向为研究运动成就情景下的个体解释成功与能力之间的关系提供了主要的理论框架^[5]。大多数学者(Ames、Elliot、Treasure、Standage、Fisher、Stenves、Grieve、Duda、Harackewz)认为目标定向主要分为任务目标定向(task orientation)和自我目标定向

(ego orientation)两类,(也有别的提法,如掌握目标、学习目标和能力目标、业绩目标)。Dweck^[3]认为,处在任务定向设置下的个体相信能力是通过发展技能、提高能力水平、付出更多的努力而展示的。相比较而言,处在自我定向的个体对成功的定义倾向于自己比别人强,超越了他人。由于个体在运动时,并不是单一的目标定向,常常是两种目标的混合。所以有学者做了进一步的划分,即将目标定向分为4个层面——高任务定向/高自我定向(high task/high ego)、高任务定向/低自我定向(high task/low ego)、低任务定向/高自我定向(low task/high ego)、低任务定向/低自我定向(low task/low ego)^[3]。另外,在体育运动领域,个体会受到两种不同的环境、心理气氛的影响,又称为动机气氛。主要有两种。一种是表现气氛(或成绩气氛),教师认为获胜或取得好成绩才是成功;另一种称为任务掌握气氛(学习气氛),教师认为学生应为掌握技术而学习。在这种气氛下,只要付出了努力,有了进步,就会得到奖励。

2 有关个体目标定向的评定

个体目标定向的评定是以自陈量表(self-report inventory)为主的,现介绍8种较为常用的量表(表1)。

表 1 8种常用的量表

序号	量表名称	编制人与时间	量表测量方面
1	体育运动中任务、自我定向问卷(Task and ego orientation in sport questionnaire, 简称 TEOSQ)	Duda & Nicholls, 1992	运动参与者任务定向、自我定向量表
2	成功知觉问卷(Perception of success questionnaire, 简称 POSQ)	Robert & Balagne, 1998	运动参与者动机、努力分量表、能力分量表、外部因素分量表
3	运动取向问卷(Sport orientation questionnaire, 简称 SOQ)	Gill & Decter, 1988	体育运动参与者的目标取向
4	体育课堂学习和成绩定向(Learning and performance oriented in Physical Education classes, 简称 LAPOIPEC)	Papaioannou	学生在体育课中的目标取向
5	成就目标问卷(The achievement goals questionnaire, 简称 TAMGQ)	Elliot & Church	体育参与者的任务定向、自我定向取向
6	目标定向量表(Goal orientation scales 简称 GOS)	Skalvik	体育参与者任务定向、自我定向取向
7	目标定向(Goal orientation)	Midgley, 1998	体育参与者的任务、成绩定向
8	体育课堂气氛量表(Physical Education class climate scale, 简称 PECCS)	Biddle, 1995	体育课中的任务掌握量表和成绩量表

(资料均源于张力为的《体育运动心理学研究进展》)

3 目标定向理论探讨的热点

(1) 目标定向与动机之间的关系。

运动动机是指人们参加运动活动的动力,并使个体行为以一定的强度在活动中保持的特性。一定水平的运动动机使体育活动参加者在运动活动中表现得更加努力,更能集中注意力,练习的时间更长^[2]。在已有的文献中,许多学者都论述了内在动机不可避免地与技术定向有一定的关联性。Standage 和 Treasure 等人^[3]的研究认为,具有高水平任务定

向者比那些低水平者显示出更积极的反应。任务、自我定向影响了学生的内在动机。Ping Xiang 等人^[6]认为,有着较强任务定向的学生会为了成功而更加努力,对学习显示出内在的兴趣,喜欢挑战性的工作,敢于冒险,使用有效的学习手段和解决问题的策略,对于学习有积极的态度,在面对困难时有坚强的意志性。自我定向者则与之相反。总之,任务目标定向与适应的动机模式有关,并且增强了个体长期的高质量的学习行为。另有文献表明,任务定向和自我定向都是运动

情景下内在动机的有效预测因子,有着更高水平任务定向者显示出更高水平的内在动机。相反,有着较高自我定向者的个体显示出低水平的内在动机^[3]。Mantyn Standge 的研究也表明,任务定向总是与内在动机有着一定的相关,而自我定向与内在动机不相关或负相关^[3]。有一部分学者例如 Elliot^[7]认为多重目标模式(任务、自我定向)才可促进学生的动机和提高学生的成绩。

(2)学生感知到的动机气氛对自我效能、兴趣和学习策略的影响。

教师在课堂对整体学生提出的目标定向也有两种,即掌握目标动机气氛和成绩目标动机气氛。Ames 等人^[8]的研究表明,当学生感到课堂气氛强调掌握目标时,就会偏好挑战性的任务,对班级有更积极的态度,倾向于将自己的成功归因于努力,并表现出适应的动机模式(adaptive model)。当学生感到课堂气氛强调成绩目标时,他们对班级持消极态度,倾向于将失败归于能力低,并表现出不适应的动机模式(maladaptive model)。王文忠^[9]认为前者倾向的个体愿意去接受挑战,克服困难,并可以使人取得有价值的成就;后者则相反,这种模式不能使人建立合理的、有意义的目标,不能以持续的努力来克服困难,同时也不能完成对他们来说有价值的并且在他们能力范围之内的目标。在教学中,教育者应创设一种强调掌握目标的课堂气氛,以充分调动学生的学习积极性^[8]。方媛等人^[10]的研究显示,强调竞争,个体间比较的动机气氛对学生产生了不良的心理影响,例如,削弱了学生的内部动机和自我效能感(女生更为显著)。原因在于在这种情景目标定向中,个体对能力的感知是以外在的标准为基础的,学生易产生无能感,从而导致内部动机的降低。强调掌握目标动机气氛,使学生关注于对自己能力提高上,以自我为参照的标准上,并作为判断学生提高的标准。相比较而言,在成绩目标动机气氛下,破坏了学生对自我能力的感知,和学生对此项活动的内在兴趣。体育中的研究显示感知到掌握目标动机气氛的学生很明显地倾向于运动本身的内在兴趣、个体间活动中的合作和努力。而自我定向者有这样的信念:体育目的和行为是为了增强一个人的自尊和社会地位。在以掌握目标动机气氛为主的情景下,参与者活动的满意度提高了。傅海金等人^[11]的研究表明,掌握目标较体育成绩目标教学法更有利于被试体育成绩的提高、易于使学生形成优异的认知加工过程和有更高的愉快感,并把行为结果归因于努力。Ping Xiang^[6]提出,体育教师应尽可能地创设和保持这样一个教学环境,使学生将注意力放在通过长期努力获得的进步、对学习内在价值以及指向活动的参与和努力程度方面。体育课中的掌握目标动机气氛越强,越会提升学生个体的动机水平。Teasure 等人^[12]认为,学生感知到的掌握目标动机气氛与其采用的动机模式存在一定的相关性,并提出,当学生相信成功是通过努力获得时,他们就会有较强的动机信念去努力学习,并且在面对困难时,做出了更多的尝试努力。但是 Pritch^[13]的观点却不同,他认为,有些情况下,成绩目标(自我定向)不一定有不适应的动机模式。Harackiewicz 等人^[14]同样认为,成绩目标(自我定向)也会有好的表现和结果,而掌

握目标与任务的内在兴趣有关系。

大量研究表明,任务定向是信息深加工(deep processing)的积极预测因子。而成绩目标定向者则与信息的浅层加工(surface processing)有关^[7]。那些任务定向水平高的人在学习中更多地使用了积极的认知策略和自我约束。以自我定向为主的个体使用了更多的动机策略,即为了超越他人,避免被其他人消极地评价。因此,在为防止以后可能的失败和消极的评价时,这些个体不断尝试地使用这些动机策略^[15]。

(3)个体目标定向与学生自尊体验之间的关系。

自尊是个体对自己积极的态度与认知,是情绪状态调节的代名词,是心理健康的重要预测变量。低自尊是测量儿童和老人是否有一定心理压力的主要因素。即那些低自尊的人常常受到来自心理压力的影响^[16]。目前,国内外在这方面的研究寥寥无几。笔者认为,研究这方面的问题在新的世纪却显得十分重要,尤其是当心理健康问题已成为现代人疾病的重要隐患之时。可以预见,这方面的研究将是未来的方向之一。Maria Kavussanu 等^[16]利用 POSQ 和 Rosenberg 的自尊量表,评定了参加美国全国青年运动活动的儿童,结果是,高水平目标定向与高自尊有一定关系,他们对自己有较强的能力感知力,不管它的性别,或者他与别人相比能力如何。有着自我效能感较高的个体倾向于采取一种积极的生活方式^[16]。笔者建议,教育者可以建构这样一个教育环境——注重学生的努力和个体的进步,引导学生形成较高水平的任务定向,以提高学生的良好自尊体验。

4 今后研究的发展趋势

虽然目标定向在过去 10 年间取得了一定的成果,但是现实中出现的问题值得关注这方面发展的教育者进一步探讨。这里,笔者在参阅了众家之言后,谈谈个人的认识。首先,个体在实际活动中,要受到诸多方面因素的影响,因此目标的取向是复杂的,不仅仅是任务目标、自我目标定向两种。例如 Pintrich 提出,个体取向应从任务目标、业绩目标和避免学业失败 3 方面考虑。另有文献报道,掌握目标和业绩目标的不同是学生不同行为和成就的重要因素,但是它肯定不是唯一的原因。其次,中国社科院的王文忠认为,跨文化研究和对不同性别及种族的研究表明对社会目标的研究对目标理论的建立有很大的作用,他引用 Blumenfeld 对比美国和日本学生的研究发现,很大部分日本学生认为学习是为了得到教师的表扬。西方学者认为是出于外在动机,但是,由于日本是一个集体观念极强的国家,故这种目标属于内在动机^[17]。Kim^[18]也提出,由于文化的差异性,体育运动中的目标定向理论对运动行为的解释性和预测性至少在东方还需做进一步地检验与完善。笔者认为,特别是在量表的使用问题上更应该慎重。再有,个体目标定向由于涉及到自身的认知、能力和情感诸多因素的影响,所以设置的目标定向只是暂时的一种精神状态,还是这种状态会形成一种长期的行为?因此,应当慎重考虑个体在具体情景下的目标定向。最后,近些年来,由于社会的竞争愈加激烈,学生的心理状态也受到某些方面的不良影响,如何保持良好的心态与情绪,已

是每一个学生应该解决好的问题。如何获得锻炼后良好的心境(mood)、自尊体验和成就是学生今后从事活动的原动力。可以预见,目标定向对学生心理状态的调节的研究将是未来发展的新课题。

参考文献:

- [1] 伯纳德·韦纳. 人类动机: 比喻, 理论和研究[M]. 杭州: 浙江教育出版社, 1999.
- [2] 张力为. 体育运动心理学研究进展[M]. 北京: 高等教育出版社, 2001.
- [3] Martyn, Standage, Darren C. Treasure. Relationship among achievement goal orientational and multidimensional situational motivation in Physical Education[J]. *British Journal of Education Psychology*, 2002(72): 87 - 103.
- [4] 郝琳. 新世纪辽宁省高校大学生身体形态、机能和素质的现状分析[J]. *体育科学*, 2001, 21(3): 65.
- [5] Fuzhong LI. Confirmatory factor analysis of the task and orientation in sport questionnaire with cross-validation[J]. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1998(69): 276 - 283.
- [6] Ping Xiang. The development of self-perceptions of ability and achievement goals and their relations in Physical Education[J]. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1998(69): 231 - 241.
- [7] Andrew, J, Elliot. Achievement Goals, study strategies and exam performance: a mediational analysis[J]. *Journal of Education Psychology*, 1999(91): 549 - 563.
- [8] 马庆霞. 掌握目标与成绩目标对中学生动机模式的影响[J]. *北京师范大学报(社会科学版)*, 1996(1): 22 - 24.
- [9] 王文忠. 学生的目标系统[J]. *心理科学*, 1996, 19(4): 207 - 210.
- [10] 方媛. 初中生对体育课堂动机气氛的认知与内部动机、自我效能及体育成绩的关系[J]. *心理科学*, 2000(23): 234 - 238.
- [11] 傅海金. 有关目标定向与认知加工过程、愉快感和成就行为之间关系的研究[J]. *心理科学*, 2000(23): 495 - 497.
- [12] Darren C Treasure. Students' perceptions of the motivational climate achievement beliefs, and satisfaction in Physical Education[J]. *British Journal of Education Psychology*, 2001(72): 165 - 175.
- [13] Paul R Pintrich. Multiple goals, multiple, multiple pathways: the role of goal orientation in learning and achievement[J]. *Journal of Education Psychology*, 2000(92): 544 - 555.
- [14] Judith M. Harackiewicz. et al. Short-term and long-term consequences of achievement goals: predicting interest and performance overtime[J]. *Journal of Education Psychology*, 2000(92): 316 - 330.
- [15] Jose Manuel Suarez Riveiro. Multiple-goal pursuit and its relation to cognitive, self-regulatory, and motivational strategies[J]. *British Journal of Education Psychology*, 2001(71): 561 - 572.
- [16] Maria Kavussanu. Self-esteem in children, do goal orientations matter[J]. *British Journal of Education Psychology*, 2000(70): 229 - 242.
- [17] Nikos Ntoumanis. A self-determination approach to the understanding of motivation in Physical Education[J]. *British Journal of Education Psychology*, 2001(71): 225 - 242.
- [18] 姒刚彦. 体育运动心理学的本土化研究与跨文化研究[J]. *体育科学*, 2000, 20(3): 77.

[编辑: 李寿荣]