

张志勇老师普通心理学讲义第10章动机 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/249/2021_2022__E5_BC_A0_E5_BF_97_E5_8B_87_E8_c38_249898.htm

第10章 动机01. 动机，指给行为以力量的动力，它发起、指引和维持躯体和心理活动的内部过程。它包括两个成分：人们想做什么（动机的指向）和这么做的愿望有多强（动机的力度）。跟动机有关的概念包括：需要、本能、驱力、诱因等。02. 虽然有些动机（如进食和性）比较明显是生物遗传决定的，但是其它动机（如关系需要和成就需要）更多是心理决定的。这两类动机都有生物根源，又都是文化和经验塑造而成。03. 进化论心理学家认为，人类的基本动机来源于生存和繁衍的任务。他们所说的繁衍成功，还包括"包容性适配"，即自然选择有利于那些生存、繁衍，同时促进近亲生存和繁衍的有机体。自然选择给人类和其他动物赋予了动机机制，使他们的包容性适配最大化。04. Freud相信人类和其他动物一样，是由内在的紧张状态所激励或驱使，追求性和攻击方面的满足。当代心理动力学家更多地关注愿望和害怕，而非驱力。他们除了性和攻击力，也强调关系和自尊动机，并认为很多人类动机是无意识的。05. 行为主义者用"驱力"指需要状态（如饥饿）所激发的动机。按照"驱力减少理论"，剥夺基本需要会产生不愉快的紧张感，这种紧张感导致动物采取行动。如果某个行动碰巧减少了紧张，行为就受到强化。象饥饿、渴和性这种先天驱力称为初级驱力，而次级驱力，原本是中性的刺激，因为与驱力减少有关而成为激励者。06. 认知学派经常谈到"目标"，即通过社会性学习建立的，有价值的结果。期望-效价

理论认为，动机是人们对结果赋予的价值和他们认为能获得结果的可能程度的联合函数。目标设定理论提出，意识目标调节人的多数行为，尤其是工作任务。07. 按照Maslow的需要层次理论，必须先满足基本需要，然后才会激活高层需要。该层次依次为：生理、安全、归属、自尊和自我实现。08. 新陈代谢，指躯体将食物转化为能量的过程。饥饿的葡萄糖理论认为，血液中葡萄糖水平的下降导致饥饿，葡萄糖水平与胰岛素分泌的变化有关。肠胃壁及其它消化系统的感觉对饥饿动机也有影响。09. 根据身体生理自律的观点，人的体重在某一标准内会自行调节，这种理论称为定点论。10. 肥胖症，其特点是体重按身高和年龄超过理想体重的15%以上。体重最好的两个预测指标是：遗传因素和脂肪摄取量。文化、情绪、他人存在等，都能影响进食或体重。11. 神经性厌食症，因为拒绝进食而导致体重过轻，危及生命的一种进食障碍。易饿症，一种狂吃狂泻的症状，先吃大量食物，然后故意呕吐出来或使用泻药。以上两种进食障碍90%以上的患者是女性，多由减肥不当引起。12. 性动机是受幻想和激素所驱使，由文化塑造的一种动机。通过两种效应：组织效应（影响子宫等有关器官的神经回路的结构）和激发效应（激发有赖于这些神经回路的生理变化），激素对人类和其他动物的性行为进行控制。13. 性定向，指一个人对同性、异性或者两者的性吸引力指向。同性恋现象有两种解释：精神分析看重幼年亲子关系的影响；发展心理学看重幼年同性伙伴的影响。女性同性恋的研究很少，但男性同性恋的研究表明，同性恋可能有一定的生理原因。14. 性功能障碍，是性功能受到削弱的问题，例如达不到性高潮（女性），早泄（男性）等。性问

题十分常见，尤其是家庭夫妻之间经常存在一些轻微的、短暂的问题。

15. 心理社会动机，是针对诸如掌握、成就、权力、自尊、从属关系、亲密关系等目标的个人或人际动机。不同文化下普遍存在两类动机：主体动机（自我定向的目标，诸如掌握、权力）；关系动机（与其他人发生联系的人际动机）。

16. 成就需要，指追求成功，避免失败的动机，它深受文化和经济条件的影响。成就动机可与绩效目标或学习目标联系在一起；也可反映内在的（为自身的原因）或外在的（为外在的奖励）动机。

17. 动机通常既要求认知（提供动机的方向），又要求情绪能量或唤醒（为动机提供"燃料"或力量）。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com