

青少年的敬畏感及认知神经机制

林楠

福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2022年6月11日; 录用日期: 2022年7月19日; 发布日期: 2022年7月27日

摘要

敬畏感对青少年的社会性发展有重要的意义, 青少年积极情感培养逐渐引起研究者的兴趣。敬畏感本质上是一种既敬重又畏惧的复杂情绪, 主要通过自然、艺术、超自然力量诱发。心理学视域下, 系统梳理青少年敬畏感的概念、神经生理机制、评估工具等对青少年社会性发展十分重要。后续研究需继续完善青少年敬畏感的测量方法, 考察敬畏感反映在不同文化和不同群体间的差异。

关键词

敬畏感, 社会性发展, 青少年

Adolescents' Awe and Cognitive Neural Mechanism

Nan Lin

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Jun. 11th, 2022; accepted: Jul. 19th, 2022; published: Jul. 27th, 2022

Abstract

The sense of awe is of great significance to the social development of adolescents, and the cultivation of positive emotions in adolescents has gradually attracted the interest of researchers. Awe is essentially a complex emotion of respect and fear, which is mainly induced by nature, art, and supernatural forces. From the perspective of psychology, it is very important to systematically sort out the concept, neurophysiological mechanism, and assessment tools of adolescents' sense of awe for the social development of adolescents. Subsequent research needs to continue to improve the measurement methods of adolescent awe, and to examine the differences in awe reflected in different cultures and groups.

Keywords

Awe, Social Development, Adolescents

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在这个物质经济条件快速发展的时期，或许人们相比与以往的任意一个时刻都应该葆有敬畏之心。与过去很长的历史时期相比，当今社会，科学技术水平不断提升，人们在打造物质经济基础的同时，也对人类赖以生存的环境造成一定的破坏，在享受舒适的品质生活的同时，也同样面临着精神上的诸多诱惑刺激。在自我利益面前，青少年学生的行为与表现同样不尽如人意：考试作弊、学术造假、简历注水、不敬不孝等屡见不鲜，校园贷、网络黑客、人肉搜索、网络谣言、恶意诽谤和语言暴力等行为和道德失范个案频现报端，一定程度上反映了青年敬畏感的缺失问题。毋庸置疑，在社会急剧变化和多元文化价值观的强烈冲击下，青少年学生无论是在思想道德还是在行为举止上已出现或存在一些问题。因此，我们迫切需要从情感上唤醒青少年的敬畏之心，引导他们形成自我管理和自我教育的良好行为习惯。

早在先贤时期就已经有了心存敬畏的说法。孔子曰，君子有三畏：畏天命、畏大人、畏圣人之言；孟子曰，仰不愧于天，俯不忤于人；荀子进一步概括敬畏的内涵：“天地者，生之本也；祖先者，类之本也；君师者，治之本也。”后来儒家学者基于此又归纳总结得出“天、地、君、亲、师”五者为敬畏的对象，其中，就包括了对师长的敬畏。作为现代人，我们也理应常存敬畏之心：敬畏大自然、敬畏生命、敬畏法度。敬畏知识、敬畏师长，因“敬畏”而学习，因“敬畏”而规止，是每一位学生应当做到的基本要求。

心怀敬畏，行有规止。敬畏感，一种积极的情感素养，是渺小个体在与外物的互动中，因个体自我的不足或因外物的浩大、权威属性，短时间内超出个体的接受能力或理解维度而产生的对外物既感到敬重又有些畏怯的复杂情感(Razavi, Zhang et al., 2016)。尽管敬畏感包含一定的消极成分(Gordon, Stellar et al., 2017)，但从整体上看，敬畏感仍然具有积极的内涵和影响，它可以为个体提供一种内在的情感动力，使个体的自我清晰性增强，产生与外物的联系感，更加积极地投入到集体活动中(Koh, Tong et al., 2019)。

近年来，随着研究的不断深入，青少年敬畏感研究领域取得了不少值得关注的发展。相比而言，国内的敬畏感研究尚处于初级阶段，对于青少年敬畏感的心理学研究较少。因此，有必要对该主体在心理学领域内的最新进展进行梳理。本文在对青少年敬畏感研究的认知神经机制进行简要回顾的基础上，对敬畏感的评估方式及影响因素方面的研究进行梳理，提出有关问题及研究建议，以期对敬畏感研究与实践提供参考。

2. 青少年敬畏感的认知神经机制

敬畏的认知神经机制的理论包括认知机制理论和神经机制理论，对两者进行介绍，以更好理解敬畏的认知过程。

2.1. 敬畏感的认知机制

个体在外部呈现之前会依据以往的固有认知对事物做出自动化评价，如果当前的刺激逾越了预期的

界限则个体倾向于产生浩瀚感，即浩瀚感在预期评价的认知过程中发生。现有研究中浩瀚感大多以人们容易接受的直观性视觉类材料唤起，如波澜壮阔的自然景观等(Stellar et al., 2018)。由于虚拟现实技术(VR)在敬畏诱发中可使这种宏大更加立体且直观强烈，因此研究者常常通过虚拟现实技术呈现太空、赤道角度下的地球景色来诱发被试的敬畏感。具有强烈视觉冲击的事物往往超出个体已有经验水平，因而此类具有“浩大”特质的刺激物能够较为有效得引发浩瀚感并激发敬畏感受。个体回忆、音乐渲染等抽象的内部诱发形式也能引发个体浩瀚感(Bai et al., 2017)，音乐和艺术被认为是敬畏产生的第二大诱发生源。

浩瀚感主要能够诱发出惊讶、好奇等感受，是对被个体感知的巨大的刺激物的浓烈情绪情感反应，这种刺激极大得超出了个体自我的普通参照体系，使得个体在产生浩瀚感的同时，产生对个体当下当前认知图式进行局部调整的需求。因而，仅仅是面对刺激带来的浩瀚感还不足以诱发个体敬畏感受，还需要进一步的个体认知参与。顺应的需要则是个体调整自我图示从而适应外物带来的刺激，常常出现在个体固有认知与刺激物带给个体的感受出现不一致并且难以短时间内同化的情况下，涉及结果评价的阶段。

2.2. 敬畏感的神经机制

敬畏感本是一种情绪情感，人体因感受敬畏产生的基本的生理与躯体反应，包括：脸部表情和毛孔收缩。就脸部表情活动而言，敬畏情绪存在正向和负向的面部表情混合。毛孔收缩常见的是起鸡皮疙瘩，鸡皮疙瘩是人体自主神经系统的特别的反应，常常引起毛孔收缩的皮肤电改变，这被看作是敬畏感产生的重要生理指标(赵小红等, 2021)。此外，敬畏感的生理表现还有发抖、肢体麻痹、反应时长增加等。神经影像学的相关研究显示，敬畏感有其特殊的面部特点、生理机制与神经变化。特定的神经生理激活为理解敬畏的认知神经机制提供更多可靠依据。总之敬畏感具有复杂性和特殊性，受到了多个学科、多个领域的关注。

3. 敬畏感的评估工具

除了认知神经层面的研究，在行为研究层面考察青少年敬畏感，主要是通过观察行为、生理活动等间接的方法进行，其评估工具从维度上可以划分为单维和多维两类。

国内心理学视域下，关于敬畏感的研究起步晚，从研究的深度和广度来说与国外同类型研究均存在较大差距，敬畏感的心理学相关理论有待进一步补充和完善，相关实验、调查研究仍处在发展、积累阶段。已有的敬畏感成果中理论综述主要以国外的研究成果为基石，汇集了国外研究的理论结构、研究方法和最新进展等，实证型研究引用国外的理论概念和实测工具。当前，国内的研究常常使用的敬畏感实测工具为 DPES 积极情绪倾向量表(Dispositional Positive Emotion Scales)中的敬畏感分量表。然而，DPES 量表主要用于测量个体的敬畏特质，且在国外已有研究中得到的测量学上的信、效度水平并不理想，测量工具的有效性和严谨性有待进一步考察。因此在使用该实测工具时，应当将其所应用的文化背景适用性、测量的有效性等问题纳入考虑范围。

此外，敬畏体验量表(AWE-S)的框架是否能够匹配我国集体主义文化场景下的个体，是否能够准确测量我国文化背景下个体的敬畏体验还有待进一步考察(张潮等, 2020)。国外的 AWE-S 量表是反映敬畏这种高级且复杂情绪的稳定且可靠的六维度状态型量表。该量表综合了前人对敬畏的研究(Yaden, Kaufman et al., 2018)，为探索敬畏的各维度开辟了新的有趣的研究可能性。多因素量表使得区分敬畏的各个维度对各种结果所起的不同作用成为可能。此外，可以诱导特定的敬畏主题来区分不同特性敬畏的后果和情感上的细微差别。

4. 青少年的敬畏感现状

关于青少年敬畏感的现状,有研究显示,当今的青少年学生大多缺少清晰的学习目的,学习态度不够端正。可能的原因是,自由自在且丰富多彩的校园生活使青少年学生缺少相应的约束,难以做好生活与学习之间的平衡,对于课程的学习缺乏重视,课堂学习现状令人担忧。许多青少年学生对待课堂的随意性的现象普遍存在,他们对于课堂的敬畏感存在显性缺失,一些高校课堂的严肃感也正逐渐消失。青少年学生的课堂行为呈现随意性,课堂上零食不断、交头接耳等破坏课堂秩序的行为时有发生,在学生群体间甚至将逃课、挂科作为学生时代必须体验的项目。青少年学生课堂行为表现随性,不守规矩,不尊重老师的劳动成果,他们对“好教师”下的定义是:考前圈画出每一个考点,平时无论课堂表现如何平时成绩都给高分且容易请假和糊弄的老师。由此可见,青少年学生逃课等不良行为影响了课堂教学的正常进行。面临当下教育领域中敬畏感缺失的现象,我们能做的是,引导人们关注并逐渐确立正确的教育理念,恢复教学的文化秩序、涵养教师的教育理想(张金运, 2017)。也有研究表明,从整体上看,青少年学生仍然葆有敬畏之心(林荣茂, 连榕, 2020),他们的敬畏感处于中上水平,性别差异显著,女生的敬畏感显著高于男生;年级差异显著,毕业班的敬畏水平显著高于非毕业班学生;专业差异显著,医学背景的学生敬畏感处于最高水平;宗教信仰差异显著,有宗教信仰的学生相比于没有宗教信仰的学生来说,敬畏感水平更高。除此之外,还要对于个别敬畏感水平较低的学生给予关注。

敬畏也是一种道德情感,敬畏感包含了道德情绪,是个体对于社会道德产生的既有崇敬,又包含畏惧的情感基础之上,对于社会上人们普遍认可的道德伦理标准而形成的心理感受。在真实的环境中,引导人们重视道德敬畏的方式不应当局限于强调个体对于是非善恶观的确立、给人们强加繁杂的伦理标准等。而应当尊重个体的道德感受和需要,把外在世界赋予的道德法度,潜移默化成为个体习得的道德信念(周营军, 2010)。我国文化背景下,让青少年重新习得和养成他们在成长环境中缺失的那部分道德敬畏,唤起道德主体对道德法则的敬重和惧怕之心,并予以自觉地遵从,同时经过持续化的自律行为,形成一种内在的心理机制,才有助于青少年社会性发展和整个社会道德价值秩序的维系。

5. 敬畏感对青少年的影响

在心理学领域中,研究人员对敬畏感的生成因素、作用及机制进行探索(韩汪慧, 2016)。大多数心理研究者都将敬畏感定义为积极的情感属性,他们认为敬畏感使人积极向上,个体感受到复杂的敬畏体验之后能够发生深刻的转变。

敬畏感对青少年的影响表现在以下几方面。首先,敬畏感是人心秩序的海上灯塔,指引人们正确的航向,引导人们倾听内心的声音,尝试给快节奏的生活做减法,让人们尽管经历万事沧桑,依旧能够坚守内心的一方净土。其次,敬畏感是一把达摩克利斯之剑,它让人们时刻自我警醒,朝着严于律己,宽以待人的方向努力,并在此期间不断进行内省与反思。最后,敬畏感是一种憧憬,它能够轻易唤醒人们对自然的崇敬、对生命的热爱以及对美好生活的追求,帮助人们塑造正确的价值观、树立清晰明晰的人生目标并且保持持之以恒的努力姿态。

敬畏会使个体自我意识减弱产生自我渺小感,促进谦逊情绪的产生(Bai et al., 2017)。敬畏引发的谦逊包含两个维度:第一是对自己更加现实、开放的观点,例如:谦逊的人会对自己的优缺点的评价更加均衡,而不会是倾向于只展现自己的优点,而全然忽视了自己的不足之处。第二个维度是对他人表现出他人价值和贡献的欣赏,例如:当个体取得成就时,他会倾向于感谢他人的帮助和支持,而非仅仅突出个人的贡献。谦逊在道德体系中占据重要地位,但是人们对如何培养这一品质知之甚少。

许多伟大的思想家都注意到了大自然的力量,它可以激发敬畏的力量,治愈身体和灵魂。Sturm 等人(2020)研究了人们在户外活动中的情感体验,从而增强我们对大自然如何影响人们对幸福的理解。敬畏是

被理论化的一种集体主义情感，是一种能够使人融入社会集体的情感。敬畏感导致的自我意识减弱，进而增加了集体参与，促进了个体对社会群体的融入(Bai et al., 2017)。

此外，敬畏感对于青少年的其他心理状态也会产生积极影响，这使得敬畏感的相关研究也充满了意义。研究表明，幸福感(happiness)和生活满意度(life satisfaction)是对人们的心理和生理状态具有较大的影响，它是人们不懈追求的奋斗目标。尽管现代化进程中，人们全力以赴完成一个目标之后又要马不停蹄得奔赴下一个目标，一切动力来源、所思所想好像都要自动退出目光所及的视野范围，但是，敬畏感仍然鼓励人们去体会苦难生活中的甜头，鼓励失去的人们感谢现在的拥有，鼓励害怕失去的人学会接受，教会傲慢的人学会谦逊。因此，敬畏感能帮助青少年褪去身上的枷锁，在绝望中找希望，在瞬息间看到永恒，能够帮助青少年追寻幸福和快乐(叶巍岭，周欣悦，2019)。

6. 总结与展望

通过对研究文献的回顾，我们发现该领域的研究还存在以下不足之处，需要在未来予以跟进。尽管青少年敬畏感评估取得了新进展，但各类评估工具均存在一定局限，研究者尚未找到更好的敬畏感评估和管理办法。修订的敬畏体验量表在国外的研究中使用效果良好，但临床应用的外部效度还需要进一步测试。此外，在对结果进行解释时，研究者虽然可以清楚地识别出青少年的敬畏，但对青少年敬畏感的作用机制尚不清楚。在未来研究与临床实践中，如何预测青少年敬畏感的强弱，为敬畏感的客观准确测量提供支持；如何更全面、深入地了解敬畏感的产生机制，明确敬畏信息加工相关脑区的功能、不同脑区对敬畏知觉的预测效果、不同脑区对短暂性敬畏和持续性敬畏的不同编码；如何测量敬畏相关应激的生理指标，量化敬畏反应的大小，发展出针对青少年研究的合适的评估测量工具等等都至关重要。

Keltner 和 Haidt (2003)提出敬畏的体验有两个中心主题：第一个是感知的广阔性，即诱导敬畏的刺激超越了观察者普通体验的界限。第二个是对顺应的需要，即面对“广阔”的刺激，观察者调整和扩大他们的心理结构以接受新的体验。缺少这两个特征中的任何一个都构成了不同的情绪状态。敬畏是主要诱发因素是自然体验、音乐艺术审美和宗教及超自然力量。在这三类刺激物中诱发的敬畏通常集中在两个主题上：在比自己巨大或是浩瀚的事物面前的自我渺小感以及由此产生的对他人表达善意的动机。敬畏是否还有其他的特征或者方面，希望在未来的研究中进一步拓展和探索，帮助人们更好地理解敬畏。未来的研究可以多考虑敬畏是如何使得人们将以自我为中心的思维方式转移到更广阔的社会背景和他人所处的情境中的。

参考文献

- 韩汪慧(2016). 不同学科视角下的敬畏感. *赤峰学院学报(自然科学版)*, 32(16), 74-76.
- 林荣茂, 连榕(2020). 大学生敬畏感的现状调查. *集美大学学报(教育科学版)*, 21(4), 20-26.
- 叶巍岭, 周欣悦(2019). 敬畏感为什么能为个人和组织带来好处? *清华管理评论*, (6), 52-58.
- 张潮, 张文焱, 刘玉兰, 张皓(2020). 大学生敬畏情绪问卷的编制. *心理技术与应用*, 8(4), 243-251.
- 张金运(2017). 教育场域中敬畏感的缺失与重塑. *当代教育科学*, (12), 26-31.
- 赵小红, 董薇, 陈桃林, 吴冬梅, 张蕾, 陈正举, 方晓义, 龚启勇, 唐小蓉(2021). 敬畏的心理模型及其认知神经机制. *心理科学进展*, 29(3), 520-530.
- 周营军(2010). 道德敬畏: 个体道德养成的心理机制. *河南师范大学学报(哲学社会科学版)*, 37(4), 240-242.
- Bai, Y., Maruskin, L. A., Chen, S., Gordon, A. M., Stellar, J. E., McNeil, G. D., Peng, K., & Keltner, D. (2017). Awe, the Diminished Self, and Collective Engagement: Universals and Cultural Variations in the Small Self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113, 185-209. <https://doi.org/10.1037/pspa0000087>
- Gordon, A. M., Stellar, J. E., Anderson, C. L., McNeil, G. D., Loew, D., & Keltner, D. (2017). The Dark Side of the Sublime: Distinguishing a Threat-Based Variant of Awe. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113, 310-328.

<https://doi.org/10.1037/pspp0000120>

- Keltner, D., & Haidt, J. (2003). Approaching Awe, a Moral, Spiritual, and Aesthetic Emotion. *Cognition and Emotion, 17*, 297-314. <https://doi.org/10.1080/02699930302297>
- Koh, A. H. Q., Tong, E. M. W., & Yuen, A. Y. L. (2019). The Buffering Effect of Awe on Negative Affect towards Lost Possessions. *The Journal of Positive Psychology, 14*, 156-165. <https://doi.org/10.1037/emo0000442>
- Razavi, P., Zhang, J. W., Hekiert, D., Yoo, S. H., & Howell, R. T. (2016). Cross-Cultural Similarities and Differences in the Experience of Awe. *Emotion, 16*, 1097-1101. <https://doi.org/10.1037/emo0000225>
- Stellar, J. E., Gordon, A., Anderson, C. L., Piff, P. K., McNeil, G. D., & Keltner, D. (2018). Awe and Humility. *Journal of Personality and Social Psychology, 114*, 258-269. <https://doi.org/10.1037/pspi0000109>
- Sturm, V. E., Datta, S., Roy, A. R. K., Sible, I. J., Kosik, E. L., Veziris, C. R., Chow, T. E., Morris, N. A., Neuhaus, J., Kramer, J. H., Miller, B. L., Holley, S. R., & Keltner, D. (2020). Big Smile, Small Self: Awe Walks Promote Prosocial Positive Emotions in older adults. *Emotion*. <https://doi.org/10.1037/emo0000876>
- Yaden, D. B., Kaufman, S. B., Hyde, E., Chirico, A., Gaggioli, A., Zhang, J. W., & Keltner, D. (2018). The Development of the Awe Experience Scale (AWE-S): A Multifactorial Measure for a Complex Emotion. *The Journal of Positive, 14*, 474-488. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1484940>