

趋近和回避动机的区分及其对心理病理学的影响*

刘惠军 高 磊

(天津医科大学医学人文学院心理学教研室, 天津 300070)

摘 要 趋近和回避是动机的两种最基本形式, 反映着个体与环境的相互作用方式, 是个体适应环境的核心机能。回避动机保证了个体的生存, 趋近动机则促进个体的成长。两类动机系统在前额叶皮层呈不对称偏侧化分布, 趋近动机与左侧额叶皮层激活相连, 回避动机与右侧额叶皮层激活相连。Youngstorm 和 Izard 等认为两类动机系统失调可能与一系列的情绪和行为问题有关, 如躁狂、抑郁、焦虑和儿童多动症等。这一观点已得到一些相关研究和临床研究证实。建议未来研究关注趋近-回避动机区分与情绪和认知功能研究的融合, 进一步检验趋近-回避动机系统失调模型, 并加强趋近和回避动机系统的可塑性研究。

关键词 趋近; 回避; 动机; 情绪; 前额叶皮层偏侧化

分类号 B842; R395

1 引言

动机心理学主要关注行为的能量与方向。长期以来心理学家花费了大量精力探讨能够激活个体内在能量, 改变个体行为方向的因素。在这些探讨中逐步形成了我们所熟悉的动机分类框架, 主要包括生理性动机和社会性动机, 原始动机与习得动机, 外在动机与内在动机(郭德俊, 2001)。尽管这些动机类别具有不同的心理属性、不同的作用机制和不同的作用效果, 但区分这些动机类别的主要依据是动机能量的来源。除此之外, 在动机心理学中, 一直存在着另一种动机分类框架, 这就是趋近动机(approach motivation)与回避动机(avoidance motivation)。这种分类思想散布在弗洛伊德、勒温、赫尔、斯金纳等许多心理学家的观点中, 但长期缺乏专门而系统的阐述与研究。近 10 年来, 随着进化心理学的发展, 趋近和回避这种以行为和能量指向为划分依据的动机分类方法受到特别关注, 逐步成为动机研究的又一个基本理论框架。研究者不仅缜密地讨论了趋近和回避动机概念的区分, 还对该分类框架提供了许多神经心理学证据, 同时建立在该分类框架下的心理

病理学探讨也日渐丰富。一些研究考察了趋近或回避动机系统失调与双相情感障碍、躁狂症、抑郁、焦虑、多动症以及品行问题的关系, 对这些心理病理问题提出了新的解释思路和临床探索。本文将围绕趋近和回避动机的区分, 重点介绍趋近和回避动机的概念、趋近和回避动机区分的神经心理学证据以及建立在这一分类理论基础上的心理病理学研究与临床干预技术。

2 趋近和回避动机概念

趋近和回避是动机的两种最基本形式, 反映着个体与环境的相互作用方式, 是人类趋利避害, 适应环境的核心机能。Elliot(2008)指出, 两种动机相结合才能产生成功的适应, 回避动机保证了个体的生存, 趋近动机则能够促进个体的成长。他认为, 可以从五个方面来理解趋近和回避动机概念。首先, 趋近和回避动机影响着行为的能量和方向。勒温指出趋近动机是由正性刺激激起的的行为能量或者使行为指向正性刺激方向的动机; 而回避动机则是由负性刺激激起的的行为能量, 或者使行为指向负性刺激方向的动机。其次, 趋近和回避动机既涉及到身体的运动, 也涉及到心理的运动。当刺激在心理上被评估为正性时, 个体就会表现出把它“拿过来”或把它“留给自己”的动作取向; 相反, 当刺激在心理上被评估为负性刺

收稿日期: 2011-11-24

通讯作者: 刘惠军, E-mail: lhjun88@163.com

激出现时,个体则会表现出远离或回避的动作取向。第三,趋近和回避动机的区分不仅与新的刺激情境有关,也与当前所处的情境有关,即趋近动机不仅指趋近新的积极刺激,也包括保留和维持现有的积极刺激;而回避动机不仅包括对可能出现的消极刺激的防御,也包括逃离或纠正当前的消极刺激。第四,刺激的效价(积极或消极属性)是趋近和回避动机的核心。正价代表着“有益”、“喜欢”、“渴望”;负价代表着“有害”、“不喜欢”和“不想要”。第五,激起趋近和回避动机的刺激可以是具体的、可观察的客体、事件或可能性,也可以是抽象的、通过内部表征生成的客体、事件或可能性。

趋近和回避动机不仅表现为机体的暂时状态,也表现为稳定的人格特质(Elliot & Thrash, 2002)。Gray (1970)提出有机体拥有两个动机系统:行为激活系统(BAS)和行为抑制系统(BIS)。BAS 又称为趋近动机系统,负责调节获得奖励、实现目标的趋近行为,它与乐观、冲动、以奖赏为导向的人格有关,临床上与成瘾行为和躁狂症相关联;BIS 也称为回避动机系统,负责调节避免威胁和惩罚的回避行为(Revelle, 2006)。BAS 和 BIS 被很多研究者视为稳定的人格特质,据此 Carver 和 White (1994)开发出 BAS 和 BIS 问卷用以评估趋近/回避动机系统的个体差异。研究发现 BAS 与积极情绪特质、外向人格相关联。BIS 与消极情绪特质和内向人格相关联(Elliot & Thrash, 2002)。Elliot 和 Thrash 认为可以依据动机系统将人格区分为趋近气质(approach temperament)和回避气质(avoidance temperament),趋近气质以外向性中的积极方面和积极情感为特征,回避气质则以神经质中的消极方面和消极情感为特征。趋近气质能够预测个体的掌握目标和成绩趋近目标,回避气质对成绩趋近目标和成绩回避目标都有正向预测作用。Zuroff, Mongrain 和 Santor (2004)报告与 BAS 相关联的人格特质表现为自主、完美主义、自我批评和目标追求。

趋近和回避作为最基本的动机系统,具有行为组织功能。趋近系统通过调集机体能量来接近、掌控个体所偏爱的刺激,回避系统也同样通过调集机体能量来逃离或阻止不利刺激的伤害。两类动机系统的协同作用促成了有机体的自我调节,保证了有机体对生存环境的成功适应。

3 趋近和回避动机区分的神经科学证据

在理解趋近和回避动机区分时,有两个基本问题需要回答。第一,趋近和回避动机是同一连续体上的两个极端状态,还是两个结构和功能彼此独立的神经活动系统?第二,趋近和回避动机作为最基本的动机系统,他们所执行的是高级心理功能,还是反射性的自主调节机能?对趋近和回避动机脑功能定位的探讨很好地回答了这两个问题。

Davidson 等(1990)提出“额叶皮层 EEG 不对称的趋-避理论”,认为趋近和回避两种动机系统在额叶皮层呈单侧化分布,即趋近动机与左侧额叶皮层激活增加相连,回避动机与右侧额叶皮层激活增加相连。这意味着当奖励或偏爱的东西出现,个体向一个指定目标移动时,左侧额叶皮层激活增加;相反,当惩罚或厌恶性刺激出现,个体表现出防御和回避行为时,其右侧额叶皮层激活增加。

我们知道在情绪神经科学研究中,一直活跃着“额叶皮层激活偏侧化的情绪效价模型”(Coan & Allen, 2004),认为左侧额叶皮层是积极情绪激活区,右侧额叶皮层是消极情绪激活区。那么额叶皮层激活偏侧化对应的究竟是情绪效价(积极/消极情绪)还是动机方向(趋近/回避动机)?Harmon-Jones (2003, 2004a)对愤怒脑机制的研究使该问题的答案逐渐明晰,他们发现愤怒的脑激活区在左侧额叶皮层。如果根据额叶皮层不对称激活的情绪效价模型来推断,左侧额叶激活与积极情绪关联,那么愤怒就应当属于积极情绪,这显然与愤怒的情绪效价不相符;而根据额叶皮层不对称激活的动机模型来推断,左侧额叶激活与趋近动机相关联,那么愤怒即具有趋近动机属性。Harmon-Jones (2004b)采纳了后一种推断,他强调,由于愤怒兼有趋近动机和消极情绪属性,其激活区定位于左侧额叶,说明额叶偏侧化活动主要受动机方向驱动,Harmon-Jones 称这一理论观点为额叶皮层不对称激活的动机模型。

那么,为什么有那么多的研究支持额叶皮层不对称激活的情绪效价模型呢?原因在于趋近动机通常与愉快的情绪相伴,回避动机与不愉快的情绪相伴。而在很多研究中运用的刺激材料大多

是具有趋近属性的积极情绪刺激和具有回避属性的消极情绪刺激来激活脑区活动,但以往研究忽略了对刺激材料的动机激活属性的考察。这样就造成了一种假象:似乎左侧额叶皮层是积极情绪的脑区,右侧额叶皮层是消极情绪的脑区。实质上是,左侧额叶皮层激活更多地与趋近有关的情绪表达相关,而右侧额叶皮层激活与回避有关的情绪表达相关(Harmon-Jones & Allen, 1997; Sutton & Davidson; 1997)。Davidson (1983)曾指出,与情绪效价有关的加工过程本身并不存在偏侧化现象,我们所观察到的情绪偏侧化是由于情绪中包含了趋近或回避成分,因此,某种情绪定位于左侧皮层还是右侧皮层取决于与该情绪相伴随的趋近或回避行为的程度。Sutton和Davidson (1997)也指出:额叶激活的不对称性分布对动机倾向的预测效果好于对情绪效价的预测。Harmon-Jones (2004b)在最近的评论文章中指出额叶偏侧化活动主要受动机方向驱动,而不是受情绪的效价驱动。该模型确立了趋近动机系统和回避动机系统独立存在,且在额叶皮层单侧化不对称分布的观点。

最近研究者采用 fMRI 技术,在前额叶皮层(PFC)上探查到趋近动机的更精确定位,即趋近行为与左脑背外侧前额叶(left dorsolateral prefrontal cortex)激活有关,回避行为与右脑背外侧前额叶(right dorsolateral prefrontal cortex)激活有关(Berkman & Lieberman, 2009, 2010)。

不仅趋近和回避动机状态表现为额叶皮层偏侧化分布,趋近和回避动机特质也表现出额叶皮层偏侧化倾向。Sutton和Davidson (1997)以BAS分数代表趋近动机特质,BIS分数代表回避动机特质,运用 EEG 记录额叶皮层活动。实验发现,BAS分数高的人,左侧额叶激活更容易,在趋近任务状态下,激活水平会更高;而BIS分数高的人,右侧额叶激活多,容易体验到更加强烈的退缩和抑制状态。Harmon-Jones和Allen (1997)报告,由EEG测量到的静息态左侧额叶皮层高激活对应于BAS,但BIS的敏感性与静息态的额叶皮层活动无关。Coan和Allen (2003)的研究得出了与Harmon-Jones和Allen相似的结果。以上三项研究都证实了行为激活系统或趋近动机特质与左侧额叶激活相对应的理论假设,但在行为抑制系统或回避动机特质与右侧额叶激活的关联性方面没

有取得一致结果。Coan和Allen (2003)分析认为Sutton和Davidson在回避动机特质的操作中使用的是“退缩结构”(withdrawal construct)概念,“退缩结构”指的是驱动有机体从令人厌恶的刺激源中撤出,而BIS所描述的行为抑制系统所指的是中止正在进行的行为,提高激活,提高注意和警觉。所以,BIS本身所测量的东西与“退缩结构”是不一样的,所以以上研究得出不一致的结论在所难免。

Spielberg等(2011)在最近的研究中采用不同方式来评估特质性趋近动机和特质性回避动机,并采用fMRI考察了两类动机系统的脑功能区。具体做法是:用行为激活(BAS)和行为抑制(BIS)问卷、新大五人格问卷(主要运用其中的外向性和神经质维度)和综合气质量表中的积极和消极气质作为考察趋近动机特质和回避动机特质的指标,其中BAS、外向和积极气质属于趋近动机特质,BIS、内向和消极气质属于回避动机特质。运用fMRI技术评估趋近和回避动机特质对应的额叶皮层不同脑区的激活强度。结果发现特质性趋近动机与左侧额中回(MFG)激活相关,特质性回避动机与右侧额中回(MFG)激活相关。

以上多数研究都支持趋近和回避动机额叶皮层偏侧化的理论,这意味着趋近和回避动机的区分从神经解剖形态学上得到了证实。趋近动机系统与左侧额叶皮层激活关联,回避动机系统与右侧额叶皮层激活关联,这一结论从根本上说明趋近和回避动机系统不是同一连续体的两个极端,而是结构和功能彼此独立的神经活动系统。同时,趋近和回避动机定位于前额叶皮层的结论意味着两类动机系统承担着调节高级心理的功能。因为前额叶皮层的基本活动主要是根据内在的目标协调个体的思维与行动(Miller, Freedman & Wallis, 2002),其中包括计划安排复杂的认知行为、个性表达、决策、管理正确的社会行为(Yang & Raine, 2009)。额叶皮层损伤会毁坏一个人的生活,额叶皮层损伤的人很难维持注意,很难坚持完成任务,他们经常会因为一时兴起而采取行动,会做出不考虑后果的冲动行为(Miller et al., 2002)。

趋近和回避动机前额叶皮层偏侧化的证实不仅帮助回答了趋近和回避动机区分的两个最基本的理论问题,它还为一系列心理病理问题的解释、诊断和治疗提供了有益途径。

4 趋近和回避动机区分对心理病理学的影响

趋近和回避动机系统的区分为心理病理学研究和临床实践提供了新的视角和解释机制。先后有两种理论观点阐述了如何从趋近-回避动机角度来理解情绪和行为障碍。在这些理论指导下,一些临床心理学工作者也进行了干预方法的探索。

4.1 躁狂-抑郁双相障碍的 BAS 失调理论

Depue 和 Iacono(1989)提出了 BAS 失调理论,用来解释躁狂-抑郁双相障碍。该理论认为脆弱的行为趋近系统功能使患者的情绪状态如过山车一般在躁狂与抑郁之间穿梭。这些患者经历着行为趋近系统活动的过度变异(即趋近动机的极端波动)。患者情绪过度变化原因是患者的行为趋近系统过度敏感,且该系统对于行为趋近系统相关的线索反应过度,从而导致对一些事件(诸如目标追寻与实现、奖励诱因、愤怒激发)的过渡活动。在易感人群中,这种行为趋近系统活动的过分增加就会表现出躁狂或轻躁狂症状,如情绪高涨,过度的目标寻求,睡眠需求减少,易激惹以及过度自信等;相反,当行为趋近系统活动消失或过度减少时就会表现出抑郁症状,如悲伤,缺乏能量,快感缺失,精神活动迟缓以及绝望感。Meyer, Johnson 和 Winters (2001)等发现双相 I 型的患者或者有轻躁狂趋势的人的行为趋近系统得分较高。在双相 I 型的样本当中,在康复期,如果行为趋近系统具有高敏感性,那就提示在 6 个月后其躁狂症状会增加。此外,在随访期平均超过 3.5 年的双相 II 型或者快速循环型的患者中,其行为趋近系统高敏感性提示其复发可能性更高,周期更短(Alloy et al., 2008)。也有研究表明双相谱系障碍的患者其对应于行为趋近系统敏感性的各项心理生理指标都偏高(Harmon-Jones et al., 2002; Harmon-Jones & Peterson, 2008)。

4.2 趋近和回避系统失调的情绪模型

近来 Youngstrom 和 Izard (2008)扩展了 BAS 失调理论,提出了同时包含趋近和回避系统失调的心理病理学模型。该模型认为趋近动机系统和回避动机系统各自独立,它们不是一个连续体的两极。因此两个动机系统有可能单独被激活,也有可能同时被激活。当趋近系统、回避系统过高

或过低,或者趋近与回避组合发生冲突时,个体就会表现出相应的情绪与行为障碍。如图 1,高趋近、低回避的动机特质可以预测儿童的品行障碍和注意缺失多动障碍,过低的趋近动机特质可以预测抑郁,高的回避动机和中等程度的 BAS 特质可以预测广泛性焦虑,高回避和高趋近相结合的特质可以预测混合性躁狂。

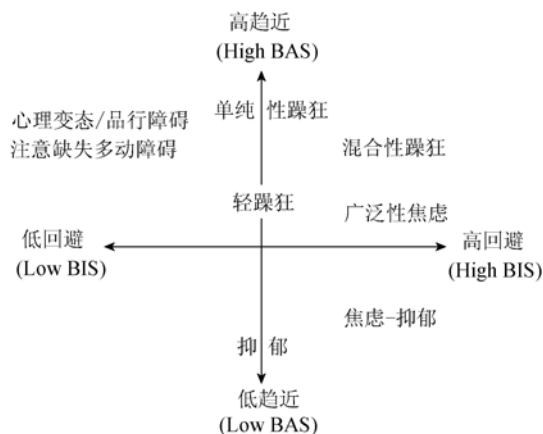


图1 趋避动机系统失调的情绪模型
(资料来源: Youngstrom & Izard, 2008.)

躁狂-抑郁双相障碍 BAS 失调理论对 BAS 与躁狂和抑郁的关系已经做出了解释分析,还有一些研究证实了这种解释的合理性。Meyer、Johnson 和 Carver (1999)采用问卷法考察了大学生样本的心境障碍风险与 BAS、BIS 分数的关系,结果表明高 BAS 和低 BIS 与当前状态下的高躁狂分数相关,而低 BAS 和高 BIS 则与高抑郁分数相关。多元回归分析显示,对于存在心境障碍风险的个体而言, BAS 对躁狂的解释率为 27%,但 BIS 对躁狂则没有贡献; BAS 与 BIS 都对解释抑郁有贡献,两个因素加在一起的贡献率达到 44%。李彦章、景璐石、米沙、张燕和李小芹(2009)考察了 BAS、BIS 与抑郁症的关系,结果发现 BAS 功能降低、BIS 功能增强可能是抑郁症的危险因素。

品行障碍、多动症等心理病理现象与 BAS/BIS 的关系可以在最近一些研究中找到直接或间接依据。Harmon-Jones (2003)发现 BAS 不仅与愤怒相关,还与攻击行为有关。基于这些相关研究发现, Harmon-Jones 和 Peterson (2008)采用实验方法考察了趋近/回避动机特质和趋近/回避动机状

态对攻击的直接影响, 结果发现趋近动机特质和趋近动机状态在对攻击倾向的影响上存在交互作用, 也就是说在诱发趋近动机情境下, 高趋近动机特质的个体表现出更多的攻击倾向。上述材料说明了过高的 BAS 特质与攻击行为的关联。但从模型中看, 仅仅是 BAS 高还不能决定攻击行为是否会必然出现, 如果把攻击行为看作品行障碍的一部分, 那么根据动机系统失调的情绪模型, 攻击行为出现的另一个条件是回避动机系统(BIS)失活。最近 Yang 和 Raine (2009)通过元分析发现与反社会行为(antisocial behavior)相关联的脑区包括左脑的 DLPFC, 右脑的眶额叶(OFC)和前扣带皮层(ACC)。但比较而言, 右脑 PFC, 特别是右侧的眶额叶(OFC)和前扣带皮层(ACC)损伤或功能减弱与反社会行为的联系更为突出。右侧 PFC 是回避动机的脑区, 这就意味着反社会行为的发生更有可能是回避动机系统失活的结果。

对于 BAS、BIS 系统与焦虑的关系, Gray 和 McNaughton (2000)提出, 在具有潜在威胁的情境中, BIS 很可能参与了对威胁性信息的外部或内部扫描, Kimbrel (2009)则提出在存在社会威胁的环境下, BIS 很可能是个体出现注意偏差和记忆偏差的人格或生物学基础, 他研究发现, 认知偏差是 BIS、BAS 与社会焦虑之间的中介变量。

Scholten, van Honk, Aleman 和 Kahn (2006)等对精神分裂症患者 BIS、BAS 的敏感性与病程、疾病症状的关系进行了考察, 结果发现 BIS 敏感性高的患者病程更长、消极症状更明显。在精神分裂症患者中, 低 BAS 敏感性与较低的药品服用剂量相关。

Johnson, Turner 和 Iwata (2003)采用流行病学调查方法评估了行为抑制系统和行为激活系统与心理病理学的广泛联系。该调查以美国迈阿密地区 1803 名 19-21 岁的社区样本为对象, 同时考察了抑郁、焦虑、药物滥用和药物依赖、饮酒过度 and 酒精依赖、注意缺失多动障碍和行为障碍的关系, 结果表明, BIS 是抑郁和焦虑的易感因素, BAS 中的快乐寻求因子是药物滥用和非合并症(noncomorbid)酒精依赖的易感因素。但是 BIS、BAS 对其他心理病理问题的预测模型没有得到证实。

以上罗列了一些与趋近-回避系统失调情绪模型相呼应的研究结果, 这些研究结果基本证实

了模型中的各项假设: 躁狂、双相障碍、抑郁、反社会行为和焦虑都与趋近-回避动机系统失调有关。但值得注意的是上述研究多数局限在相关研究的水平上, 因此未来研究中应该拓宽研究方法, 对该模型进行更严密的论证。另外, Sheri 等人的研究进一步发现药物滥用、药物依赖和酒精依赖与 BAS 过度活跃有关。这一研究结果是原模型中所没有的, 它提示该模型还可能用来解释更多的心理病理问题。

4.3 趋近-回避系统失调理论指导下的临床干预

目前, 趋近-回避系统失调理论指导下的临床干预虽不多见, 但在双相障碍干预中却累积了一些心理社会干预的探索。近来 Nusslock, Abramson, Harmon-Jones, Alloy 和 Coan (2009)介绍了趋近动机系统失调理论指导下对双相障碍的病因学解释和临床治疗模式的改变, 强调双相障碍起因于特定的心理社会危险因素——社会生活事件和自我制造的生活事件。

社会生活中存在着 BAS 激活事件和失活事件, 激活事件是指提高 BAS 敏感性的事件, 包括让被试获得高价目标或高回报的机会, 如美食、性、社交报偿、金钱以及长期目标等(Depue & Collins, 1999)。BAS 失活事件主要指令 BAS 敏感性降低的事件, 主要是“失败”, 包括没有或者是失去恰当的奖赏或目标。BAS 失活事件可以预测双相谱系障碍患者将来的抑郁症状。

双相障碍患者自我制造的生活事件主要是指患者一旦实现了他一直追求的某个目标, 自信心就会爆满, 他对未来成功的预期也会极度膨胀, 进而会激发患者过度的奋斗行为, 以及浮夸的实施计划。此后, 他开始做一些冒险的决定, 从事超出其能力范围的工作, 或过度沉迷于娱乐活动。这些自我制造的事件加剧了患者双相障碍的前驱症状, 导致进一步的失调, 以至于最终发展成为一个完全的躁狂病人。经过一段时间, 患者清醒的认识到自己不能驾驭自己的状态。自己是如此的冒险, 以至于不能履行职业或家庭的义务, 自己开始意识到职业的或者人际的冲动行为, 结果造成自己彻底失败, 一事无成。这一连串的高压力事件不是环境赋予的, 更多是患者自己强加给自己的, 它们是导致最终抑郁的失活事件。

针对诱发双相障碍的这些社会心理生活事件, 心理治疗师已经找到三种针对趋近-回避动机系

统失调的干预方法。

认知行为治疗：主要针对躁狂状态下出现的过于极端的目标设定和过高的自我期待，特别是不切实际的自信 (Johnson, Ruggero, & Carver, 2005)。比如“没有什么是我做不到的”，或“我必须达到目的”，或者“我是战无不胜的”。心理治疗师干预的主要目标是，帮助患者认清其野心勃勃的目标设定与躁狂发作之间关系，辨识并挑战这些汹涌澎湃的野心勃勃的目标和信心 (Lam et al., 2003)。对于进入抑郁状态的患者，先明确那些抑郁患者在成就方面曾经存在的前驱认知症状，如过高的目标设定、自动化和完美主义自我要求。然后帮助患者调整因失活事件导致的不切实际的低预期和低自我评价，鼓励患者加入到“良好应对团体”中，让自己回归有秩序的生活，继续保持一种忙碌的状态 (Lam & Wong, 1997)。

心理教育干预：基于趋近和回避动机失调理论的心理教育 (Miklowitz 和 Goldstein, 1990) 主要是帮助患者及家属认识到对成就领域生活事件的过度追求是导致双相障碍复发的重要原因，让他们领悟到患者倾向于自我制造生活事件，正是那些看似积极的生活事件造成了患者的混乱和压力过度。治疗的目标是制约平衡——让患者既能享受这个目标激发的过程，又能对其调节。

人际关系和社会节奏干预：人际关系和社会节奏干预 (Interpersonal and Social Rhythm Therapy, 简称 IPSRT) 是 Frank 等 (1997) 依据 Ehlers 提出的社会节奏理论 (The Social Rhythm Theory) 提出的干预方式。社会节奏理论认为那些破坏日常生活节奏，扰乱生活秩序的生活事件最有可能诱发双相障碍，这些事件主要来自人际关系、社会要求和生活任务，它们会牵制个体的生物节律。根据这一理论观点开发的 IPSRT 强调三个方面：(1) 生活应激与情感障碍发作之间存在相互作用；(2) 维持有规律的日常节奏和睡眠起居节律至关重要；(3) 识别和管理那些潜在的，骤然引起节律失调的人际诱发因素。Nusslock 等 (2008) 发现与成就追求有关的生活事件对双相障碍患者的影响最大，所以他们建议在人际关系和社会节律干预中应该特别注意调节因过度追求成就或成功而导致的社会节律失控 (包括工作时间过长，睡眠减少和生活常规缺乏)。依据 BAS 失调理论，社会节奏干预的关键是减少患者的目标指向性行为。

在趋近-回避动机系统失调理论指导下的这些临床干预技术不是泛泛而为，而是专门针对双相障碍患者的前驱症状和诱发因素而实施的。临床研究报告，这些技术可以有效降低双相障碍的复发率。

5 总结与展望

趋近和回避作为最基本的、具有生物适应意义的动机分类已经被广泛认同，以这一分类为基本框架的理论和临床研究不断增加。趋近和回避动机脑功能定位的 PFC 偏侧化理论和趋近-回避动机系统失调理论奠定了趋近和回避动机相关研究的学术基础，为研究者透视情绪、认知与行为问题打开了一扇窗，更多的研究有待拓展和深入。

5.1 重视趋近和回避动机区分与其他领域研究的整合

20 年来，基于情绪效价的积极情绪和消极情绪研究积累了丰富的研究成果，但 Harmon-Jones (2003) 在愤怒研究中的发现使我们意识到单纯依据情绪效价来探讨人类的情绪属性和情绪特点存在很大局限性。将趋近和回避动机框架引入情绪属性和情绪特点的研究中，探讨情绪的趋近和回避属性，或者将趋近和回避作为理解情绪的一个新的维度，将会推动情绪研究的深入。Bradley, Codispoti, Cuthbert 和 Lang 等人 (2001) 曾提出情绪的动机模型，认为情绪在本质上来源于欲求动机系统和防御动机系统的不同激活，情绪状态的强度 (唤醒度) 反映了动机系统的激活强度。最近国内学者 (邹吉林, 张小聪, 张环, 于靓, 周仁来, 2011) 也倡导将趋近和回避动机分类融入到情绪研究中，作为理解情绪属性的一个新维度；此外，还有研究者主张将趋近和回避动机纳入执行功能的研究中，以便更好地理解认知与行为的执行过程 (Spielberg et al., 2011)。以上观点和主张提示，趋近和回避动机区分理论的融入将进一步推动人类对情绪属性与认知功能的理解。

5.2 进一步认识和检验趋近和回避动机系统失调模型

趋近和回避动机系统失调模型的理论假设吸引了大量实证研究，出现了很多与该理论假设一致性的结果，这意味着趋近和回避动机系统的失调模型对于理解各种心理病理问题具有很大的理论空间和应用前景。但需要讨论的是，目前趋近

和回避动机系统失调的理论模型可能还不够完善,在模型验证和临床应用中还存在着一些问题。结合其中的不完善和问题所在,我们提出如下研究展望:趋近和回避动机系统失调的情绪模型作为理论架构已经得到部分验证,但在该模型中还有一些逻辑空白需要补充。

5.2.1 对趋近-回避动机系统失调模型再认识

首先,该模型中只描述了一些心理病理现象的分布特征,对正常心理或健康心理的分布区间缺乏讨论。趋近动机和回避动机应该保持在什么样的水平上,或者两类动机系统怎样组合才是健康的?对这个问题的回答可以使该模型发挥更积极的建设性意义。

其次,在趋近-回避系统失调情绪模型中,还有一些未知的空间,例如,低趋近-低回避结合会导致什么样的心理和行为结果,高回避-低趋近除了导致焦虑-抑郁外,还会出现什么样的问题?还有哪些心理和行为问题可以放到这个模型中来解释?

5.2.2 增加具有因果解释意义的研究

目前对趋近和回避动机系统失调的情绪模型的论证大多来自行为层面上的相关研究,要确切描绘趋近-回避动机失调导致的病理心理问题,还需要做大量的具有因果解释意义的研究。比如:脑损伤研究、前瞻性的纵向追踪研究和实验室实验研究。

5.2.3 加强趋近和回避动机系统失调的诊断方法研究

从前述的各项研究来看,趋近和回避动机系统的主要评估工具是BAS/BIS问卷。但问卷主要反映的是个体正常情况下的趋近和回避反应倾向,对动机系统失调者的症状没有反映,所以BAS/BIS问卷不具有临床诊断功能。随着趋近和回避动机失调理论在临床中的推广和应用,对于相关诊断工具的需要迫在眉睫。另外,趋近和回避动机系统失调反映出,有机体神经解剖结构和神经生理过程存在问题,而且影像学技术已经能够相对准确地识别趋近和回避动机系统的神经激活情况,所以未来研究应该结合影像学方法开发出有效的临床诊断工具。

5.2.4 扩展基于趋近和回避动机系统失调理论临床干预研究

从已有文献来看,基于趋近和回避动机系统

失调理论的临床干预方法探讨主要在双相障碍方面,既然已有研究发现趋近和回避动机系统失调与多种心理病理问题有关,那么在未来研究中,应该着力探索有助于改善患者抑郁、焦虑、物质依赖等情绪和行为问题的动机系统调节模式。

5.3 加强趋近和回避动机系统的可塑性研究

既然趋近和回避动机系统失调会导致许多严重的心理和行为障碍,那么摆在我们面前的一个重要课题就是如何改善业已形成的趋近和回避动机系统,即动机系统的可塑性研究。研究可以从两个领域入手,第一是从发展心理学角度出发,探讨趋近和回避动机系统的形成过程、影响因素和发展机制。第二是从临床干预研究入手,探讨矫正趋近-回避正动机系统失调的可能性、矫正方法及其心理和神经机制。

今后还应该扩大临床干预研究范围,依据趋近和回避系统失调理论探索更多心理病理问题的机制和有针对性的干预方法,比如探索如何通过动机系统的训练矫正多动症儿童的多动和注意缺失问题。

参考文献

- 郭德俊. (2001). 动机. 见 彭聃龄 (主编), *普通心理学* (修订版, pp. 319-354). 北京: 北京师范大学出版社.
- 李彦章, 景璐石, 米沙, 张燕, 李小芹. (2009). 青少年抑郁症与行为抑制/激活系统的关系. *中国心理卫生杂志*, 23, 504-506.
- 邹吉林, 张小聪, 张环, 于靓, 周仁来. (2011). 超越效价和唤醒——情绪的动机维度模型述评. *心理科学进展*, 19, 1339-1346.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Walshaw, P. D., Cogswell, A., Grandin, L. D., Hughes, M. E., et al. (2008). Behavioral approach system and behavioral inhibition system sensitivities and bipolar spectrum disorders: Prospective prediction of bipolar mood episodes. *Bipolar Disorders*, 10, 310-322.
- Berkman, E. T., & Lieberman, M. D. (2009). The neuroscience of goal pursuit: bridging gaps between theory and data. In G. B. Moskowitz & H. Grant (Eds.), *The Psychology of Goals* (pp. 98-126). New York, USA: The Guilford Press.
- Berkman, E. T., & Lieberman, M. D. (2010). Approaching the bad and avoiding the good: Lateral prefrontal cortical asymmetry distinguishes between action and valence. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22, 1970-1979.
- Bradley, M. M., Codispoti, M., Cuthbert, B. N., & Lang, P. J. (2001). Emotion and motivation I: Defensive and

- appetitive reactions in picture processing. *Emotion*, 1, 276–298.
- Carver, C. S., & White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319–333.
- Coan, J. A., & Allen, J. J. B. (2003). Frontal EEG asymmetry and the behavioral activation and inhibition systems. *Psychophysiology*, 40, 106–114.
- Coan, J. A., & Allen, J. J. B. (2004). Frontal EEG asymmetry as a moderator and mediator of emotion. *Biological Psychology*, 67, 7–50.
- Davidson, R. J. (1983). Hemispheric asymmetry and emotion. In R. J. Davidson & P. Ekman (Eds.), *Questions about emotions* (pp. 39–57). Massachusetts: MIT Press.
- Davidson, R. J., Ekman, P., Saron, C. D., Senulis, J. A., & Friesen, W. V. (1990). Approach-withdrawal and cerebral asymmetry: Emotional expression and brain physiology. *International Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 330–341.
- Depue, R. A., & Collins, P. F. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences*, 22, 491–517.
- Depue, R. A., & Iacono, W. G. (1989). Neurobehavioral aspects of affective disorders. *Annual Review of Psychology*, 40, 457–492.
- Elliot, A. (2008). Approach and avoidance motivation. In A. Elliot (Eds.), *Handbook of Approach and Avoidance Motivation* (pp. 3–17). New York, USA: Psychology press, Taylor and Francis Group.
- Elliot, A., & Thrash, T. M. (2002). Approach-avoidance motivation in personality: Approach and avoidance temperaments and goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 804–818.
- Frank, E., Hlastala, S., Ritenour, A., Houck, P., Tu, X. M., Monk, T. H., et al. (1997). Inducing lifestyle regularity in recovering bipolar disorder patients: Results from the maintenance therapies in bipolar disorder protocol. *Biological Psychiatry*, 41, 1165–1173.
- Gray, J. A. (1970). The psychophysiological basis of introversion extraversion. *Behaviour Research and Therapy*, 8, 249–266.
- Gray, J. A. & McNaughton, N. (2000). *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septo-Hippocampal System*. Oxford: Oxford University Press.
- Harmon-Jones, E. (2003). Clarifying the emotive functions of asymmetrical frontal cortical activity. *Psychophysiology*, 40, 838–848.
- Harmon-Jones, E. (2004a). On the relationship of frontal brain activity and anger: Examining the role of attitude toward anger. *Cognition and Emotion*, 18, 337–361.
- Harmon-Jones, E. (2004b). Contributions from research on anger and cognitive dissonance to understanding the motivational functions of asymmetrical frontal brain activity. *Biological Psychology*, 67, 51–76.
- Harmon-Jones, E., Abramson, L. Y., Sigelman, J., Bohlig, A., Hogan, M. E., & Harmon-Jones, C. (2002). Proneness to hypomania/mania symptoms or depression symptoms and asymmetrical frontal cortical responses to an anger-evoking event. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 610–618.
- Harmon-Jones, E., & Allen, J. J. B. (1997). Behavioral activation sensitivity and resting frontal EEG asymmetry: Covariation of putative indicators related to risk for mood disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 159–163.
- Harmon-Jones, E., & Peterson, C. K., (2008). Effect of trait and state approach motivation on aggressive inclinations. *Journal of Research in Personality*, 42, 1381–1385.
- Johnson, S. L., Ruggero, C. J., & Carver, C. S. (2005). Cognitive, behavioral, and affective responses to reward: Links with hypomanic symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 894–906.
- Johnson, S. L., Turner, R. J., & Iwata, N. (2003). BIS/BAS levels and psychiatric disorder: An epidemiological study. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 25, 25–36.
- Kimbrel, N. A. (2009). BIS, BAS, and bias: The role of personality and cognition in social anxiety. <http://libres.uncg.edu/ir/uncg/listing.aspx?id=2339>.
- Lam, D. H., Watkins, E. R., Hayward, P., Bright, J., Wright, K., Kerr, N., et al. (2003). A randomized controlled study of cognitive therapy for relapse prevention for bipolar affective disorder: Outcome of the first year. *Archives of General Psychiatry*, 60, 145–152.
- Lam, D. H., & Wong, G. (1997). Prodromes, coping strategies, insight and social functioning in bipolar affective disorders. *Psychological Medicine*, 27, 1091–1100.
- Meyer, B., Johnson, S. L., & Carver, C. S. (1999). Exploring behavioral activation and inhibition sensitivities among college students at risk for bipolar spectrum symptomatology. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 21, 275–292.
- Meyer, B., Johnson, S. L., & Winters, R. (2001). Responsiveness to threat and incentive in bipolar disorder: Relations of the BIS/BAS scales with symptoms. *Journal*

- of *Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 133–143.
- Miklowitz, D. J., & Goldstein, M. J. (1990). Behavioral family treatment for patients with bipolar affective disorder. *Behavior Modification*, 14, 457–489.
- Miller, E. K., Freedman, D. J., & Wallis, J. D. (2002). The prefrontal cortex: Categories, concepts and cognition. *Philosophical Trans. actions of the Royal Society B Biological Sciences*, 357(1424): 1123–1136.
- Nusslock, R., Abramson, L. Y., Harmon-Jones, E., Alloy, L. B., & Coan, J. A. (2009) Psychosocial Interventions for bipolar disorder: Perspective from the behavioral approach system (BAS) dysregulation theory. *Clinical Psychology*, 16, 449–469.
- Nusslock, R., Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Harmon-Jones, E., & Hogan, M. E. (2008). Impairment in the achievement domain in bipolar spectrum disorders: Role of behavioral approach system hypersensitivity and impulsivity. *Minerva Pediatrica*, 59, 41–50.
- Revelle, W. (2006). The contribution of reinforcement sensitivity theory to personality theory. In P. Corr (Ed.), *Reinforcement Sensitivity Theory of Personality* (pp. 1–22). Cambridge: Cambridge University Press.
- Scholten, M. R. M., van Honk, J., Aleman, A., & Kahn, R. S. (2006). Behavioral inhibition system (BIS), behavioral activation system (BAS) and schizophrenia: Relationship with psychopathology and physiology. *Journal of Psychiatric Research*, 40, 638–645.
- Spielberg, J. M., Miller, G. A., Engels, A. S., Herrington, J. D., Sutton, B. P., Banich, M. T., et al. (2011). Trait approach and avoidance motivation: lateralized neural activity associated with executive function. *Neuroimage*, 54, 661–670.
- Sutton, S. K., & Davidson, R. J. (1997). Prefrontal brain asymmetry: A biological substrate of the behavioral approach and inhibition systems. *Psychological Science*, 8, 204–210.
- Yang, Y. L., & Raine, A. (2009). Prefrontal structural and functional brain imaging findings in antisocial, violent, and psychopathic individuals: A meta-analysis. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 174(2), 81–88.
- Youngstrom, E., & Izard, C. E. (2008). Function of emotions and emotion-related dysfunction. In A. Elliot (Ed.), *Handbook of Approach and Avoidance Motivation* (pp. 367–381). New York, USA: Psychology press, Taylor and Francis Group.
- Zuroff, D. C., Mongrain, M., & Santor, D. A. (2004). Conceptualizing and measuring personality vulnerability to depression: Comment on Coyne and Whiffen (1995). *Psychological Bulletin*, 130, 489–511.

The Distinction Between Approach and Avoidance Motivation and Its Implication on Psychopathology

LIU Hui-Jun; GAO Lei

(School of Medical Humanities, Tianjin Medical University, Tian Jin 300070, China)

Abstract: The most fundamental systems of motivation are approach and avoidance, which reflect how individuals interact with the environment and represent the core functions of individuals' adaption to the environment. Avoidance motivation facilitates thriving of an individual, whereas approach motivation facilitates surviving. The two motivation systems are asymmetrically locate in the prefrontal cortex. Approach Motivation is linked to the left PFC activation, whereas avoidance motivation corresponds to the right PFC activation. Youngstrom and Izard etc. suggested that dysregulation of the approach and avoidance systems might result in some emotional and behavioral disorders, including mania, depression, anxiety, and ADHD. This association has been confirmed by some epidemiological and clinical studies. Future research should focus on the role of approach and avoidance motivation on emotion and cognitive function. More evidence should be provided to verify the dysregulation model and the plasticity of the two systems.

Key words: approach; avoidance; motivation; emotion; asymmetrical frontal cortical activity