

華人本土心理研究的過去與未來： 一個老本土的自述

楊中芳

華人本土心理研究基金會

謹將本演講

獻給

楊國樞老師

本土心理研究的開荒者

楊國樞先生推動本土研究的主要貢獻

- 1982年發起：無法告訴西方人，自己研究的中國人心理學是什麼？有什麼文化特色？
- 帶領第二代本土心理學生經年組織及主辦學術研討會，聚集人氣，讓學術運動變成學術方向
- 促使台灣心理學界關注自身研究對社會的貢獻，造成深遠的影響
- 1988年開始推動編寫“定性”論文
- 1990年之後，大力推動兩岸學術交流、開設人格/社會心理學研討班
- 2005 領導編寫“華人本土心理學”（上、下冊）
- 2008 推動編集“本土心理研究取徑論叢”
- 2009 編著“華人的自我研究”

我走過的路

- 中國改革開放，1981年第一次來大陸探親
- 1984年冬，在北京郊區西山旗，開中國心理學會大會
- 1988年夏，辦心理學研究生研討班，提倡本土心理研究取徑
- 20年間，正值大學生極積向西方學術殿堂取經，政府要超英趕美，擠進世界前茅，本土研究受到很大的阻力，進展緩慢
- 2001：加入世貿
- 2008：京奧成功、太空漫步及世博在即
- 2013：中國提出一帶一路走上世界征途
- 有了民族自信心，我們要走自己的路
- 2017：我再次披卦上陣，推動本土心理學

本土心理學研究發展五階段

- 1) 1882-1988 誓師吶喊（本土化運動）
- 2) 1989-1998 反問探索
- 3) 1999-2006 開拓新進路
- 4) 2007-2017 分道揚鑣
- 5) 2017- 整合拓展

• 第五梯次：正在招募中

1) 1982-1988 誓師吶喊階段

- 摻雜民族主義的抵觸情緒
 - 當時的心理學研究：移植、拿來主義；沿用西方研究思路、模式及工具；零散；削足適履；沒有實用價值
- 常用以形容中國人的形容詞：說謊、道德水平低、沒有自我主見、見利忘義

V

- (本土化)

V

- 華人本土心理學：一套完整的、以自身文化/社會/歷史為脈絡的社會心理學知識體系
- 幫助當地老百姓理解自己的生活及解決他們的問題

當時主要議題是What?

- 本土化是什麼？：由非本土（現狀）的心理學狀態向本土心理學轉變
- 什麼是本土研究？
 - 不只是用本地人為研究對象！
 - 要採用與主流研究不同的進路及方法來作研究
 - 把自己的社會/文化/歷史脈絡放在研究思考之中
 - 他們用的是文化間的思路；我們要用文化內的思路
- 什麼是本土進路？
 - 用文化內的釋意系統來理解本地人的行為表象，從而找出其深層心理意義
 - 再提出值得研究的問題及探討方案
- 本土心理學會是什麼樣子???

置疑/困惑的聲音

- 是閉關自守嗎？
- 是義和團嗎？
- 是不要向西方學習嗎？
- 不是要全球化了嗎？
- 還搞什麼特殊？
- 怎樣做才是本土研究？
- 我的研究算不算本土研究？

2) 1988-1998反問/探索階段

- 1988年12月19-22日在香港由香港大學舉辦了
- 「邁進中國本土心理學的新紀元：認同與肯定」研究會
- 事後出論文集三冊：「中國人、中國心」（楊中芳、高尚仁合編）
- 傳統篇；人格與社會篇；發展與教學篇
- 初步對本土心理學是什麼，以及要如何做有了一些共識
- 要把自己研究對象的社會/文化/歷史脈絡放在理解他們行為的意義之中

當時主要議題是Where?

從哪裡開始?

從與西方文化差別最大的地方開始！

- 1) 面子、人際關係、孝道、人情、緣、命
- 2) 現代化，成就動機、道德發展
- 3) 自我：自我評價、自我監控、自我表現、自控/他控/機控
- 4) 提出新構念：社會取向

第一步：

反思西方跨文化研究已經得到的結論：

- 華人真的是愛說謊的嗎？
- 華人真的是不講原則（**expedient**）的嗎？
- 華人真的是認知能力不分化的嗎？
- 華人真的是道德水平上不去（個人抉則水平）的嗎？
- 華人真的是外控及機控的嗎？
- 華人真的是言行不一致的嗎？
- 華人真的是隨眾性強？
- 華人真的是自主獨立性低嗎？

挑戰/置疑

- 是他們的研究思路有問題？
- 還他們的研究工具有問題？
- 或者是他們的解釋有問題？
- 只跟隨他們感興趣的問題來作研究，會把我們帶到哪裡？
- 我們要如何跳脫出這些縛束？

我的開始：自我研究

- 主流學者用以得出結論的量表到底在測什麼東西？
 - （1）自尊Self-esteem量表為例：高分的華人真的很有自尊嗎？
細看該量表測題：不應翻為“高自尊”，應該翻為“高自視”
- 是這些工具測不準我們嗎？ 高自視不等於高自尊
我們常說一個人自尊心強是什麼意思？，要別人看得起自己！
 - （2）測謊題（Lie Test）為例：是說謊又不是說謊！
答題是一種自我呈現的行為
研究情境引發了要得到社會好感的自我呈現；
也可以說或是一種面子呈現
面子（社會自我）隨情境改變；義意也跟著改變

追隨主流研究再深探

- SC 私我意識：注意焦點放在自己內部的感受
- 公我意識：注意焦點放在他人或情境的期待；
- 自己會給別人留下什麼印象
- SM 自我監控：讓自我呈現更貼近情境的要求
- 自我和諧：自我呈現目的在個我與內心的一致
- 人際和諧：自我呈現目的在於自我與他人和諧相處
- SE 由對自己的評價轉為操控自己的評價
- 自我增值（enhancement）爭：看到自己好的一面
- 自我維護（maintenance）護：要注意自己不要犯
- 用他們發展出來的工具，中國與西方受試的結果沒有太大差異！
- 能有差別嗎？如果工具探測的心理層次（吃飯）過高
- 領悟：文化間差異越大的，在文化內差異越小

“我是誰？” 20個問題的自我探討

- 用20題“我是_____”的問題來探討每個人不同的自我
- 對中國被試來說，很困難，因為情境太抽象
- 必須在一定的情境下或角色下，才能說出自己是誰

問題：華人是很有情境及社會取向的，用它們研究的工具來研究華人，合適嗎？

覺悟：還是被主流研究思維綁著走！

- 將構念提高到一定的層次，大家都沒有太大的差別
- 以“自我”為物，尋找其本質，亦即“真我”（存有/本質論）
- 再按本質將個體分類為：具有不同“自我本質”的兩類人（二分思維）
- 再去找這兩類人所展現的不同行為
- 這一研究邏輯好像有問題：什麼是“真我”？
- “真我”在哪裡？

研究思路必須另闢蹊徑

- 抽象問卷、適用於全人類，但並不是全球人都用抽象思維
不用抽象思維的，得分通常比較低
- 本質主義/心理主義：行為的決定者是個人內在的心理素質
其實大多數時間，情境決定行為
- 二分思維：按心理本質分類為二（人格中的人去了哪裡？）
- 交互作用模式：是看A、B截然不同的性質，如何相互影響
但我們可以看A、B為一種關係，如何在人的行動中交替出現
- 線性思維：其實大部分時間，關係都不是線性的

3) 1999-2006開拓新進路

主要議題是：How?

- 對主流實證主義的攻擊/棄用
- 建立新的研究哲學觀：建構實在論
- 從本地描述性觀察開始：傳統儀式/療癒行為
- 紮根研究：“自己人”研究
- 建構本土行為模式：人際衝突解決方案
- 詮釋學抬頭：解構、再重構
- 建構本土思維模式：中庸實踐思維體系

三個經歷影響了我的本土思考

- (1) 文化心理學的掘起
- (2) 開始了中庸思想對老百姓日常生活的影響
- (3) 一些漢學家著作，尤其是法國哲學家**Francois Jullien**（朱利安）的啟發

文化心理學是什麼？

- **Shweder** :由文化差異來看它們是如何來影響個體的心理機制（動機、認知、情感）及其歷程
- 文化在思維、自我及價值觀的差異為自變量
- 心理活動/行為（如，信息處理、情感舒發方式）差異為依變量
- **Cultural Psychology Lab**
- **The cultural psychology of emotion**
- 其實這些都是跨文化比較心理學

緊跟文化心理學來認識自己

- 正值西方主流文化心理學盛行，得知自己是
集體主義
相依自我
第二控制：靠**控制**控制自己的人
低激發情緒
- 還是用主流文化所發展出來的研究概念/工具，去找自己要找的文化差異
- 很多時候研究結果並不支持文化預測：內/外/機控是最好的例子

不禁再反問：

- 知道了中國人是集體主義的、相依自我的、運用第二控制的、及喜愛低激發正向情緒的，那又怎麼樣？
- 集體主義的中國人，怎麼有這麼多自私的人？我們是如何實現自己的“小我”？
- 看到大家一起行動就是集體嗎？會不會因為是在某個集體中，我們才敢於表現真正的自己？
- 中國人為什麼有相依自我的，會不會是想靠他人達到自己的目的？因為太“自私”是為社會所不容？
- 道德發展重視大我的中國人，為何貪污自肥屢屢揮之不去？

結論

用主流思維的架構來理解自己，看到了差異

大略的知道了自己的模樣

但是還是一頭霧水、零星片段

需要進一步做“文化內”的理解/整理

需要從文化內部的文化/社會/歷史脈絡中

尋找一套釋義系統

用之來尋找當地人生活及行動的意義、出現的問題

及解決問題的方法

我的中庸之路

尋找本土文化「人」的模版：「君子」

「君子」的德行

- 九德：「寬而栗，柔而立，愿而慕；禮而敬，擾而毅，直而溫，簡而廉，剛而寒，彊而義」(尚書, 皋陶謨)
- 論語：「溫而厲，威而不猛；恭而安，貞而不諒」(述而)，
- 「君子惠而不費，勞而不怨，欲而不貪，泰而不驕，威而不猛」(堯曰)
- 「不得中行而與之，必也狂狷乎！狂者進取，狷者有所不為也」(子路)。

中庸中「我」的定位

- 誠(無我)
- 「毋意、毋必、毋固、毋我」(子罕)
- 非個體化的「我」
- 如何完成一個(平凡的、平庸的)「我」(錢穆)

中庸的簡要疏理

- 德必須要看行動
- 作任何事要事前考慮清楚
- 把脈絡看清楚
- 執兩取其中
- 擇善而固執之
- 事後不會內疚及後悔
- 情緒最好不發，如發要調節
- 德行要修養到無“我”，才能不勉而中

日常生活的例子

1982年國企老總的抱怨都是人的問題

- 人的管理問題
- 陽奉陰違
- 看住他：自己累得半死
- 不看住他：他什麼都不做
- 做車間主任的兩難困境：役人/役於人

人際關係、行動及後果的關係

人際關係

主從關係

親子關係

師生關係

夫妻關係

行動

管理方式

教養方式

教學方式

相處方式

陰陽後果

役人/役於人

聽話/木呆、不靈活

用功/無創造力

親密/無空間

中庸不是什麼？

馮友蘭 (193?)

- 折中主義、平均主義
- 不徹底主義
- 庸錄主義
- 隨大流庸俗主義
- 妥協主義
- 投降主義

中庸如炒菜

- 抓火候, 要洽到好處
 - 要依家人的口味
 - 依菜的種類
 - 要經過**實驗**
 - 慢慢去**掌握**
 - 到全家人都認為好吃可口
- 家庭煮婦是中庸的專家!**

小結

- 如果中庸思維確為華人常用的生活依憑
- 那麼，華人的社會/文化/歷史脈絡是
- 重實踐、重結果
- 重情境
- 重人際關係的和諧
- 重自我向上的修養
- 這些似乎都不是主流心理學有關自我研究的關心重點

法國哲學/漢學家：朱利安的加持

- 西方沿希臘哲學思路所發展出來的這一套科學研究的套路，並不適合研究有不同哲學基礎的華人
- 在中國文化下生活的人是本著儒家（及中庸思想）在生活
- 道、釋兩家與儒家思想不一樣，但不衝突。
- 天人合一的宇宙觀，讓我們在有人參與的不斷變化中，**順勢而行**
- “自我”是被勢所“承載”，無須刻意去“施力”
- 但要去觀、順、造、抓形勢去做，才能達到自己想要的東西
- 它比問“我是誰？”“要如何自我施力？”更重要
- 因此研華人的“自我”，要研究在情境中人們如何“**自我呈現**”

從另一種角度看世界：行動、不是心理

- 陰陽非兩個物或兩個物之質, 是狀態或行動的後果
- 陰陽聯用是指”一”個關係；”一連串”的狀態
- 但不是指兩者之間的關係（例如光亮程度）
- 而是指是它們與一行動者的關係

陰——(行動者)——陽

- 是行動者可能採用之各行動的兩個終極後果
- 用陰陽為兩極狀態, 代表一連串的可能行動後果
- 這一連串後果是與行動者行動的力度呈線性，但非直線性關係

建立理解中國人生活的釋義系統

中庸實踐思維體系

1. 宇宙觀: 人與大自然的生生不息關係
2. 「人」的概念: 宇宙/社會的參與份子
3. 道德主體: 糾正/向上的空間
4. 人生觀: 追求目標 (中、和: 內心的和諧)
5. 感知方式: 陰陽轉換; 世態有迴轉的餘地
6. 價值觀: 一分為三, 以中為貴
7. 重點在實踐 (行動)

是不是換一個腦袋重新思考自我？

- 不再把“自我”看成是“物”
- 也不去找它的特質
- 在**人際交往**的動態框架中，看人們如何呈現自己
- 怎麼呈現最適合當時社交情境的自己，能讓自己的過得更好一點
- 對他人及其行為的判斷：以情境（包括在場其他人）為決定其義意及評價的標準

陰陽關係並不是“非此即彼”

- “大我”與“小我”並非對立的，不相往來的
- “公我”意識與“私我”意識
- “面子”與“真我”
- “人際和諧”與“自我和諧”
- “自我增強”與“自我維護”
- 在什麼時候，什麼場合，與什麼人在一起時，用什麼方式來呈現自我，而不過或不及

自我呈現

- 華人是場境取向的，在外面表現的我是由場境決定的
- 華人說一套做一套的現象，讓從問卷場境去理解此人所謂真實的“自我”很難的
- 怎麼樣才能讓人們吐露內心“真我”？
- 中國人到底有沒有一個真實的“自我”？
- 要不要去追求這個真實的“自我”？知道了有什麼用？
- 我們能看見、摸著的是人們在應對外面環境時所呈現的“公我”
- 它可以是“大我”，也可以是“小我”，端視道德自我的發展
- 在道德自我尚未發展完善（大、小我尚未統一時），公我是大我與小我之間的取舍與平衡

對自尊的本土思考

- 在**人際**架構下，看自尊
- 自尊並非是自己一個人對自己的評價；
- 是自己不讓別人對自己有不好的評價；
- 或要得別人對自己好評價，與面子有密切關係
- 自尊心強是愛面子，不讓別人看不起自己
- 給別人留自尊，是不要作出令別人面子掛不住的事，從而傷害了別人的自尊心
- 太有自尊及太沒自尊都不好
- 中：不亢不卑（不被外界評價左右自己的評價）

放棄主流研究套路：豁然開朗

在改用不同的研究套路來研究/理解中國人時

過去在跨文化或文化研究中，對中國人的描述，好像都有意義、可以解釋得通了

- 外控是針對不同的場境、不同的人們，呈現不一樣的自己
- 相依自我是在關係情境中，以求由對方完成自己的“小我”
- 如何順勢實踐自己想要的結果，不看重“自我”的盲目著力（對 **expediency** 的重新詮釋）
- 必須依集體，來修養完成“道德我”

我們需要本土心理學！

在文化/社會/歷史的脈絡中
觀察、提問、做研究

4) 2007-2017 分道揚鑣

- 以中庸研究為例
 - 第一梯次：楊中芳、趙志裕
 - 第二梯次：林以正、黃金蘭、黃敏兒、王飛雪、高瞻
 - 第三梯次：林升棟、周麗芳、王軼楠、韋慶旺、鄒智敏
 - 第四梯次：陽中華、
 - 第五梯次：羅莉、趙靜（**招募中**）
-
- 經年在各學術年會作報告，組織”專題討論”
 - 中庸實踐思維體系探研的初步進展（1996-2010）
 - 2008年第三次中庸研究會議論文集（上、下）（2008-2012）

我的心得

從兩個方面着手

- “實踐”在文化/社會/歷史的脈絡中做研究”，必須先試著找一套或數套對本地人而言，彼此聽得懂、正在用的、給予生活/行動意義的架構（我稱之為“本土的釋義系統”）
- 再用之來觀察當地人老百姓的心理及行為運作，從而中尋找值得研究的問題及架構，再“有的放矢”的去作本土研究
- 試著擺脫主流作研究背後隱含的假設，換一個腦袋來想自己文化的現象及問題

中庸思維正適合作為本地研究套路

- 它是一個實踐思維，以“怎麼做？”為思維重心
- 陰陽思維：非二物，而是一種關係、一個變化的過程
- 全面思維：看清整個場境的動態關係
- 詳觀及分析勢態發展，以決定自己要什麼時機行動
- 陰陽思維：可以是進、退；忍、不忍；大我、小我，吹噓、謙卑等的考量
- 在這個過程中，不站邊（不偏不倚），看勢態的發展，再順勢而下。

例如，在這個基礎上，我提出

“人人為我、我為人人”

人際交往的本土架構

供作實徵研究” 放矢” 的” 的”

這時，

我覺得我們開始在做本土心理研究了！

- 本土研究是你們上一代，或上上一代人所關心的問題
- 我們這一代的人生活在一個完全不同的世界
- 中西文化混雜得很厲害，分不出什麼是本土，什麼是外來的
- 何況，何必去分？
- 中庸心理研究是死路一條！

當前年青學者的置疑

- 被試，來訪者都是本地學生或老百姓
- 研究者出國見識多了、廣了，知道文化有差異了
- 不會再只用主流文化研究結果來理解及判斷本地人的研究結果了
- 現在也有不少渠道可以在本地發表自己的論文
- 累積這些不就是本土心理學知識了嗎？
- 應用這些知識不就可以了嗎？
- 我們還需要什麼本土或本土化嗎？

現狀有比以前好嗎？

- 為什麼在管理、諮商的領域，還是翻譯書林立？
- 為什麼正向心理學、追求幸福感仍然大行其道？
- 為什麼要回到儒、釋、道中尋求指點？
- 外國著名學者來了，要求簽名合影
- 為了SCI、SSCI及CI，以與主流研究掛鉤為捷徑

結果

- 無法突破主流思維框架的枷鎖
- 反映華人社會的“實用主義”
- 拿來用最快，結果也不差，因為現代人們普遍追求時尚

本土心理學的基礎理論研究還是要做！

- 建構反映華人社會心理及生活的知識體系，需要理論基礎
- 不在於用什麼研究方法，在於如何思考問題（本土進路）
- 整套的本土思維框架：中庸是一個嘗試
- 在這框架引導下，要深挖下去；搭建精緻、創意的實徵研究
- 與實際應用者溝通、推廣及合作

現在的時機是歷來最好的！

- 本土研究不吃主流研究的牙慧，是需要勇氣、智慧、時間及創新
- 奉勸教育政策擬定者不要只追英趕美、他們的標準永遠令他們是贏家
- 要有民族自信心，創造機會，讓研究者殺出一條自己的路
- 要有遠見及耐心去培育由根作起的心理學研究
- 不要只以SCI，SSCI作升級指標
- 院校領導要爭取空間及經費給立志做本土研究的學生
- 我隨叫隨到，協助建立中國人自己的社會心理學

放眼觀察自己所處的環境

在生活中尋找問題：

- 人們如何處理雙重文化並存的問題，與早期現代化研究有相同的訴求
- 由人們對法律觀念的看法及作法日漸增強，中庸思維如何介入糾紛解決，並得到令人比較心安的結果
- 如有找到更好的觀察或事件，或相關研究，反應了中庸實踐思維的作用，請通知我！

學習用本土架構選擇/思考問題

提出新的釋義系統或理論模式

- 在“自私”不被看好的社會，人際交往的一個面向是“人人為我、我為人人”的模式（楊中芳，2008）

採用有別於主流研究套路的中庸實踐思維來構思

物質論、元素論、心理主義、二元論、直線論

實踐論、動態論、情境主義、全局論、陰陽轉換論

謝謝大家！

要學造船、先愛大海

希望

有志者共同為本土心理學而努力

<http://www.indigpsych.org>
yangchungfang2@gmail.com

楊中芳編著

- 如何研究中國人？：心理學研究本土化論文集（1982-1996）
- 如何理解中國人？：文化與個人論文集（1984-2001）
- 中國人的人際關係、情感與信任：一個人際交往的觀點（1992-2001）
- 華人本土心理學（上、下）（2005）
- 本土心理研究取徑論叢（2000/2008）
- 中庸實踐思維體系探研的初步進展（1996-2010）
- 中庸研究會議論文集（上、下）（2008-2012）
- 如何剖析中國人？：自我研究論文集

下一本書：如何“做”中國人？

中國人的“人”是“做”出來的！

- 中庸實踐思維體系
- 中庸思維在生活中的實踐
 - 人際關係、情感、信任
 - 自我呈現
 - 情緒調節
- 中庸實踐中出現的心理問題
- 中庸管理
- 中庸治療

中庸社會理學：本土心理研究的一個展示