

学人
文库

社会转型期 后悔情绪之研究

SHEHUIZHUANXINGQI
HOHHUIQINGXUZHIYANJIU

张结海 著



经济科学出版社
Economic Science Press

社会转型期 后悔情绪之研究

SHEHUIZHUANXINGQI
HOUHUIQINGXUZHIYANJIU

张结海 著



经济科学出版社
Economic Science Press

图书在版编目 (CIP) 数据

社会转型期后悔情绪之研究/张结海著. —北京:
经济科学出版社, 2012

ISBN 978 - 7 - 5141 - 2388 - 3

I. ①社… II. ①张… III. ①社会转型期 - 情绪反应 -
研究 - 中国 IV. ①B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 225729 号

策划编辑: 王 毅

责任编辑: 张 力 王 毅

责任印制: 李 鹏

社会转型期后悔情绪之研究

张结海 著

经济科学出版社出版、发行 新华书店经销

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮编: 100142

总编部电话: 88191217 发行部电话: 88191537

网址: [www. esp. com. cn](http://www.esp.com.cn)

电子邮件: [esp@esp. com. cn](mailto:esp@esp.com.cn)

北京盛兰兄弟印刷装订有限公司印装

710×1000 16 开 14.5 印张 170000 字

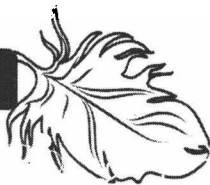
2012 年 9 月第 1 版 2012 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5141 - 2388 - 3 定价: 39.80 元

(图书出现印装问题, 本社负责调换。电话: 88191657)

(版权所有 翻印必究)

目录 CONTENTS



第一章 后悔的研究历史及概念 1

哲学对后悔的研究 / 3

经济学对后悔的研究 / 4

心理学对后悔的研究 / 5

假设思维 (Counterfactual Thinking) 与后悔 / 5

做 (Action) 和不做 (Inaction) 与后悔 / 9

后悔的概念追溯与构成成分分析 / 10

后悔的词源学定义 / 10

作为认知现象的后悔 / 11

作为情绪现象的后悔 / 14

后悔与三个相似概念的区别 / 16

后悔与假设行为 (Undoing) / 16

自责 (Remorse) 与后悔 / 19

内疚 (Guilt) 与后悔 / 21

后悔的定义 / 23

第二章 后悔的主要理论及框架 29

标准理论 / 31

特例 (Exception) 和常规 (Routine) / 32

向好 (Ideals) 和向坏 (Violations) / 32

可靠和不可靠的知识 / 33

原因和结果 / 34

焦点人物和背景人物 / 35

假设思维的情绪角色 / 36

后悔的时间性模型 / 38

研究证据 / 39

后悔时间性变化的内在机制 / 41

后悔的“状态改变/状态继续”效应 / 45

先前的研究是怎样界定“做”与“不做”的? / 46

相对的“状态改变/状态继续”与绝对的“做/不做” / 48

状态改变/状态继续与做/不做的区别 / 51

研究的证据 / 54

总结 / 57

实验研究（短期后悔）与现场研究（长期后悔） / 57

“状态改变/状态继续”框架内在机制 / 60

后悔的调节理论 / 61

什么东西叫做后悔? / 62

后悔是在此刻搭建的一座连接过去和未来的桥梁 / 65

我们都后悔什么? / 67

安全比遗憾更好吗? / 68

后悔调节的策略 / 69

第三章 后悔研究的主要方法 73

后悔的产生方法 / 75

故事法的基本框架 / 75

回忆法 / 78

活动诱导法 / 80

后悔的测量方法 / 84

等距量表中被试内与被试间测量差异 / 84

共同参照点测量方法 / 87

生理指标测量 / 91

后悔个体差异测量 / 93

第四章 决策原因对后悔和假设思维的影响 97

原因对后悔的影响 / 99

不做的效应 (Inaction Effect) / 100

原因的直接影响 / 102

原因对特例/常规效应的影响 / 105

自由事件和被迫事件 / 105

研究证据 / 107

假设思维的加工过程分析 / 112

第五章 后悔的主要影响因素 115

心理距离对后悔的影响 / 117

心理距离的孤岛效应 / 117

心理距离在实际生活中的检验 / 119

决策后果严重程度对后悔的影响 / 125

后果严重程度对做与不做的后悔数量的影响 / 125

后果严重程度对做与不做的后悔强度的影响 / 129

后悔的个体差异 / 140

个性差异对做效应的影响 / 141

后悔的性别差异 / 144

第六章 后悔的内容研究 151

西方社会的后悔内容研究 / 153

女性后悔内容研究 / 153

天才的后悔内容研究 / 154

中国社会的后悔内容研究 / 158

后悔内容的理论解释 / 161

后悔内容的机会理论 / 161

失去机会理论 / 168



第七章 假设思维和后悔的跨文化研究 173

萨皮尔-沃尔夫假设及布鲁姆和欧之争 / 175

布鲁姆的理论及研究 / 176

欧的反驳和布鲁姆的再反驳 / 178

小结：布鲁姆和欧之争 / 179

吉洛维奇的后悔时间性模型的跨文化检验 / 180

中国的研究及结果 / 181

日本的研究及结果 / 181

俄罗斯的研究及结果 / 182

小结 / 182

假设思维文化差异的特殊领域论 / 183

研究方法及研究结果 / 184

标准 (Norm) 上的文化差异 / 186

“值”在中国人假设思维中的作用 / 188

理由，后果和假设思维 / 188

值、值和成本/收益比 / 189

实验概述 / 192

小结 / 202

致谢 / 207

参考文献 / 211

第一章

后悔的研究历史及概念

著名心理学家艾宾浩斯有这样一句名言：心理学有一个悠久的历史，却只有一个短暂的历史。这是因为人类对心理现象的关注和研究始于久远的过去，但是心理学的诞生是以1884年冯特在莱比锡大学建立第一个心理实验室为标志，距今不过一百多年历史。

实际上，艾宾浩斯的这句名言用于后悔研究再贴切不过了，后悔几乎每个人都体验过，甚至有研究表明人类日常生活口头表达最多情感中后悔名列第二（Shumanoff, 1984），尽管如此，心理学对后悔的研究才始于二十世纪八十年代，在这之前哲学、甚至经济学都对后悔进行了研究。

哲学对后悔的研究

根据吉洛维奇和梅德维克（Gilovich & Medvec, 1995）的介绍，哲学对后悔的研究工作主要集中在对后悔进行定义上，它们试图阐明组成后悔或伴随后悔的内部状态，描述后悔产生的情景，以及将后悔和相似情绪状态如失望（disappointment）、内疚（guilt）、自责（remorse）和悲伤（sadness）进行区分。这些工作取得了部分的成功，从好的方面看，大家一致地认为后悔是一种特别的与认知关系密切或者由认知决定的情绪。正如汉普希尔（Hampshire, 1960）声称的那样：“‘你后悔那个决定吗？’这个问题要求我思考、实际地思考这个决定，而不仅仅是检查我的感情。”相对于像嫉妒或愤怒这样的情感，后悔的核心在于判断。与此同时，后悔又不是一个简单的评估或判断，因为典型的后悔又伴随着情感因素，因而它是一种确确实实的情绪。当一个人在回想他未曾实现的诺言，想起愤怒时说出的伤人的气话，或者有人向你求助，你没有放在心上，而那个求助的人后来自杀了，你都会有一种痛苦的感觉，突然的剧痛，一种刺疼，或者一阵阵刺痛（Rorty, 1980）。

也有其他学者试图从其他角度对后悔加以定义，比如汉普希尔（Hampshire, 1960）试图从一个人是否重复令他后悔的行为而对后悔进行区分，他提出：“如果一个人继续做出之前他就宣称令他后悔的决策，那这种后悔就不能称之后悔。它应该是一种模糊的内疚感或焦虑感，或者一种希望他能拥有更大权力带来的不愉快感觉。”在现实生活中确实可以找到这样例子，比如尼克松如果是这种类型的人，他

就很可能真的一面后悔窃听他的竞争对手，一面为了赢得选举还会继续这么干。

经济学对后悔的研究

经济学对后悔的研究源自试图从一个新的思路对著名的阿莱悖论（Allais'paradox）进行解释，法国经济学家阿莱（Allais）发现人们在风险条件下表现出一种违背传统经济学理性选择公理的行为，在卡纳曼和特沃斯基（Kahneman & Tversky, 1979）用前瞻理论（prospect theory）对阿莱悖论进行解释以后，经济学家们（Bell, 1981、1982、1983、1985；Loomes & Sugden, 1982、1987）提出阿莱悖论也可以用决策后悔的概念得到解释，其基本思路是决策者为了避免可能出现的后悔而牺牲金钱的获得。决策的后悔理论（regret theory）也获得了实验结果的支持。

遗憾的是，经济学家们对后悔的定义或者操作化定义太狭窄了，导致他们工作的适用性非常有限。具体来说，贝尔（Bell, 1982）对后悔进行操作定义为“实际选择的财富和其他可能备选选择方案（alternative）的财富最高水平之间的价值上的差异”。尽管这个差异的确是一个后悔强度的重要影响因素，但是显然还有其他因素也很重要。比如，某一个备选方案被决定的路径就有着非常重要的影响，因为路径会影响后果或备选方案是如何被框架（framed）的（Thaler, 1980；Tversky & Kahneman, 1981）。经济学家们仅仅把后悔定义为选择的结果和被拒绝的备选方案之间的差异，他们就无法解释为什么有些被拒绝的备选方案因为它的特征更突出，或者因为它“差点”就被选

上了，因此比其他备选方案会产生更强烈的后悔。另外，也有经济学家提出，如果被拒绝的备选方案最终不被人知晓，那就根本就不会产生后悔，因此决策者就不会被那个放弃的方案带来的好结果所折磨，也就不会产生后悔了，这种情况贝尔的操作定义也无法进行解释。

心理学对后悔的研究

心理学对后悔研究的开创性工作是由卡纳曼和特沃斯基在 20 世纪 80 年代初开始的，有着某种神奇色彩的是，后悔的这些开创性工作是由两篇小文章中的三个简单的故事开始的。

假设思维（Counterfactual Thinking）与后悔

特沃斯基和卡纳曼于 1973 年首次提出可提供性启发式（availability heuristic）的概念，该概念区分了两种可提供性的思维活动：回忆和构建。回忆通常是回忆一个相关的事件，比如询问每年是自杀死亡的人多还是他杀死亡的人多？绝大部分人回答是他杀。而实际上自杀死亡的人数远远超过他杀，人们之所以错误地以为他杀人数多，是因为他杀通常会得到媒体报道，人们更容易回忆一个他杀的实例。回忆的容易度提高了他杀事件的可提供性，高可提供性又增加了人们对该事件出现概率的评估，从而导致人们的判断出现偏差。

构建，是根据现实情境构建一个例子或故事，卡纳曼和特沃斯



基(1982)进一步用假设启发式(simulation heuristic)来说明构建的可提供性,他们一开始将假设启发式聚焦于假设判断(counterfactual judgment)^①上,具体地说,他们关注人们在怎样的情况下认为一件事“接近发生”或“差一点发生”。对已经发生的事件和可能发生的事件之间的距离的心理意义可以通过以下实例来说明:

格雷恩先生和蒂斯先生原计划在同一时间乘坐不同航班前往不同目的地,他们俩从市区乘坐同一辆汽车到机场,途中遭遇交通堵塞,致使到达机场比预定的时间晚了30分钟。

格雷恩先生被告知他的航班在30分钟前准时起飞了。

蒂斯先生被告知他的航班延误,5分钟前才刚刚起飞。

谁更沮丧?格雷恩先生还是蒂斯先生?

96%的大学生被试认为蒂斯先生应该更沮丧。那么,原因是什么呢?请注意这两位先生的客观状况完全一致,两个人都误了飞机,而且两个人都预期到他们要误机,所以他们的差异不能用失望来解释。无论怎么说,他们的差异不是客观性的,蒂斯之所以更沮丧的唯一原因是他更“可能”赶上飞机。在这里他们都产生了假设思维,蒂斯先生更难受是因为他更容易想象他要是早到5分钟就好了,而格雷恩先生必须想象他要早到30分钟,这显然要难得多。

这个故事说明了一个非常重要的道理,既然是想象,为什么不能

① Counterfactual 根据字面意思应该翻译为“反事实”,国内心理学界和语言学界都将 counterfactual thinking 翻译为“反事实思维”,但是我们经过慎重考,最终决定将这个概念翻译成“假设思维”。理由如下:第一,英语中有许多 counterfactual thinking 的近义词,比如 If-only thought, might-have-been thought, 包括这里的 mental simulation, 国外学者对这些词并没有严格区分,通常是通用的,如果把 counterfactual thinking 翻译成反事实思维,那么,其他这些词该怎么翻译?同样按照字面意义翻译成“要是……就好了思维”显然不符合中文习惯,而把它们全部统一地翻译成“反事实思维”意义上又有差距,因此我们的做法是统一翻译成“假设思维”。第二,在英文文献中,除了 counterfactual thinking 这个名词还有相应的动词,最常用的有 undo, 其本来意义是“删除、恢复”,但是在该领域我们认为翻译成“假设”更合适,因为“假设”这个词在中文里既可以是动词也可以是名词,因此为了动名词的对应我们把 counterfactual thinking 或 counterfactual thought 等统一翻译成“假设思维”,再把动词 undo 翻译成“假设”。

是天马行空地不受限制？为什么对于格雷恩先生来说想象避免 30 分钟的延误就比较困难呢？上述结果清楚地表明，人类想象的自由是有限制的，而有关假设思维的心理分析的重要任务就是对这些限制进行调查。但是这些研究依然是很初步的，主要是围绕对过去的假设展开，其中，致命事故可能会对我们有所启示，因为致命事故发生后我们总会忍不住地产生假设思维。请看下面的故事：

琼斯先生，今年 47 岁，3 个孩子的父亲，一个成功的银行主管。他妻子生病在家已经几个月了。

出事的那天，琼斯先生按时下班。他有时会因妻子的要求提早下班以便照料家里的琐事，可是那天不必要。那天天气特别好，琼斯先生在办公室里告诉同事们说他想走海滨大道而不是他常走的那条路回家，以便欣赏海边的景色。

事故发生在一个大的十字路口。琼斯到达时交通灯还是黄灯。目击者说琼斯先生其实完全可以冲过去，但他急刹车停了下来。不过琼斯先生的家人证实他一向严守交通规则。当交通灯再次变绿灯，琼斯先生穿过十字路口时，一辆卡车违规超速闯红灯并从左边撞上了琼斯先生的车，琼斯先生当场死亡。

事后证实这辆卡车的驾驶员是一个十几岁的少年，他刚刚吸过毒品。

事故发生后，琼斯的家人和朋友常常忍不住想：“要是……就好了！”他们是怎么想的？请用一两句话完成上面的句子。

上述这个版本（“路线”版）的故事呈现给 62 位大学生被试；另外一个版本（“时间”版）呈现给另外一组 61 位大学生被试，时间版只有第二段和路线版有所不同：

出事的那天，琼斯先生提早下班，因妻子的要求回家照料家里的琐事，他便开车沿他平时经常走的那条老路返回，琼斯先生有时候在天气特别好的时候会走海滨大道回家以便欣赏海边的景

色，不过那天天气一般。

对所有被试完成的“要是……就好了!”的第一个句子进行分析，可以分为四类：1) 对路线的假设；2) 对离开办公室时间的假设；3) 琼斯先生在黄灯时就穿过马路；4) 将吸毒少年从情境中抹去。具体结果如表 1-1 所示。

表 1-1 对完成“要是……就好了”句子的分析^①

假设思维中的改变项	时间版	路线版
1) 路线	8	33
2) 时间	16	2
3) 十字路口	19	14
4) 吸毒少年	18	13
5) 其他	1	3

从纯粹的理论分析上看，假设思维的改变可以有向下、向上、水平改变的三种形式。所谓向下改变是抹去故事中令人惊讶的或意料之外的方面，或者增加内部的一致性；向上改变是增加一个不太可能发生的事情；水平改变是用一个任意值取代另一个任意值，两者发生的可能性相当，换一句话说，取代的值并不比被取代的值更可能发生或更不可能发生。从上述结果我们可以清楚地看到，被试更多的是在假设思维中恢复一个正常值 (normal value)，而不是想象出一个特殊值。具体地说，在时间版本中，被试比较多假设“要是不提早下班就好了!”，而在路线版本中，被试比较多地假设“要是走老路回家就好了!”而水平的假设思维的改变根本就没有发生。

上述结果中我们还可以看到，导致这个致命事件的原因——那个吸毒的少年在十字路口的疯狂行为——在假设思维中被改变的比例并不高，这一发现又说明了假设思维的另一个特征，该特征被称为焦点

^① 表 1-1 中时间版共计 62 名被试，和前文中介绍的时间版 61 位被试不符合；路线版共计 65 名被试，也和前文中介绍的路线版共 62 位被试不符合。但是原文就是如此。

原则：故事关注的焦点是谁，谁就会成为改变的焦点。上述故事中，很显然，琼斯先生是该故事的主角，故事中介绍了他的情况以及他的家庭情况，因此被试在假设思维中改变的主要是他的行为。为了测试焦点原则，重新构建了一个新的故事，故事的前面部分是相同的，只是最后一段改成如下所示：

事后证实这辆卡车的驾驶员是一个十几岁的少年，他名叫汤姆·瑟尔斯。汤姆的父亲发现他在吸毒，因为汤姆最近一直在吸毒，而且吸毒很厉害。汤姆和他的父亲发生了争执，汤姆抓取了客厅茶几上的汽车钥匙，到街上漫无目的地开着。他在事故中也严重地受伤了。

被试阅读这个新故事之后，同样要求完成“要是……就好了！”，所不同的是，被试可以从琼斯先生的家人和朋友角度也可以从汤姆的家人和朋友角度进行假定。结果发现，大部分被试（68%）是将汤姆从交通事故的现场抹去——最多的假设是“要是汽车钥匙不在客厅的茶几上就好了”，这样汤姆就无法开车了，车祸也就不会发生。相反，只有少部分被试（28%）是从琼斯先生的家人朋友角度进行假设。

做（Action）和不做（Inaction）与后悔

除了上述方式之外，个体到达同一个结果的不同途径还有做（action）和不做（inaction）。有关假设思维的研究表明做和不做会产生明显的情绪差异。卡纳曼和特沃斯基（Kahneman & Tversky, 1982）提出解释的假设是，从心理上把一连串的事件中抹掉一件事往往比想象把一件事加入到该连串事件中容易。想象力的这种差异可能有助于解释这种现象：没有做一件事引起的后悔要比做一件事导致同样不好的后果引起的后悔更强烈。下面的例子可以典型地说明这一现象：

保罗拥有 A 公司的股票。几年前他曾经打算把股票换成 B 公



司的，但是他最终没有这么做。现在他发现，如果当初他把股票换成了 B 公司的，那么他就能赚 1200 元。乔治拥有 B 公司的股票，几年前他把 B 公司的股票卖掉了换成 A 公司的。现在他发现如果当时他没有卖掉 B 公司的股票，那么他就能赚 1200 元。请问谁感到更后悔？

92% 的被试认为乔治更后悔，尽管他们两个现在的客观状况一模一样，也就是说他们都损失了 1200 元，都拥有 A 公司的股票。那么，怎么解释这个现象呢？显然，对于乔治而言，在大脑中想象他没有采取行动（没有把 B 公司的股票换成 A 公司的）要比保罗想象他采取行动（把 A 公司的股票换成 B 公司的）更容易。

后悔的概念追溯与构成成分分析

兰德曼（Landman, 1987）对后悔的概念从词源学、作为一种认知现象、作为一种情绪现象三方面进行分析与界定；之后她再将后悔与相关的概念进行区分，所以在这里我们较为详细地介绍她对后悔所作的理论和概念分析。

后悔的词源学定义

根据韦伯大字典，英文中的后悔（regret）一词来源于斯堪的纳维亚，同义于古挪威词 *grata*，哭泣的意思。从词源学的检查可以发现后悔有三个轻微差异的含义：（1）第一个定义侧重渴望的东西的损