

中文社会科学引文索引 (CSSCI) 收录集刊

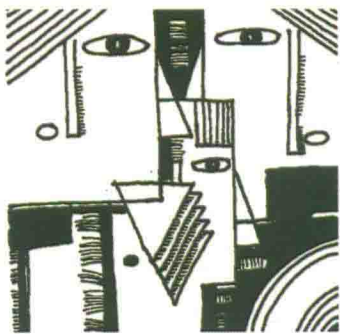
本辑焦点: 中庸心理研究-I

(Psychological Studies of Zhongyong-I)

中国社会科学院社会学研究所主办

杨宜音 / 主编  
杨中芳 韦庆旺 / 本辑特约主编

# 中国 社会心理学 评论



第七辑

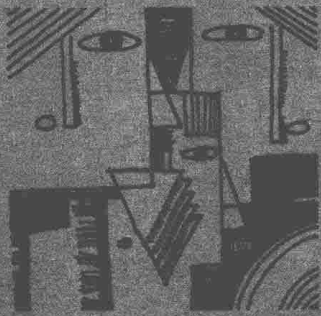
Chinese  
Social  
Psychological  
Review  
( Vol.7 )

社会科学文献出版社

SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)



- 中庸社会心理学研究的构念化: 兼本辑导读 ..... 杨中芳  
“中庸构念图”之建构效度再检验 ..... 杨中芳 阳中华 丁宇  
反中庸, 还是非中庸? ——检验中庸信念/价值量表反向计分的有效性  
..... 徐慧金 邹智敏  
“中庸信念/价值量表”到底在测什么? ..... 杨中芳 林升栋  
阴阳转换思维与看人感知的关系初探 ..... 林升栋  
来得早不如来得巧: 中庸与阴阳转折的时机 ..... 林玮芳 黄金兰 林以正  
阴阳思维与极端判断: 阴阳思维动态本质的初探 ..... 孙蓓如  
中庸思维对自我一致性和自我矛盾冲突感的影响 ..... 王飞雪 刘思思  
中庸思维对家庭功能之影响: 初探 ..... 阳中华 杨中芳  
工作压力因素对工作-家庭平衡的影响: 中庸的调节作用 ..... 李原  
正堂人与抑郁症病人在中庸信念/价值上的比较 ..... 高瞻 阳中华 李炳洁  
信念/价值与自评抑郁症状之关系的深入探讨 ..... 高瞻 李炳洁  
刚柔的中庸之道: 实践具自主性的折中原则 ..... 林以正  
在幸福感: 中庸思维与生活平衡 ..... 韦庆旺 郭政



# 中国 社会心理学 评论

第七辑

Chinese Social Psychological Review

(Vol.7)

○ 杨宜音 / 主编  
杨中芳 韦庆旺 / 本辑特约主编



社会科学文献出版社 SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

## 图书在版编目(CIP)数据

中国社会心理学评论. 第7辑/杨宜音主编. —北京: 社会科学文献出版社, 2014. 4

ISBN 978 - 7 - 5097 - 5428 - 3

I. ①中… II. ①杨… III. ①社会心理学 - 研究 - 中国 - 文集 IV. ①C912.6 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 293110 号

## 中国社会心理学评论 (第七辑)

主 编 / 杨宜音

本辑特约主编 / 杨中芳 韦庆旺

出 版 人 / 谢寿光

出 版 者 / 社会科学文献出版社

地 址 / 北京市西城区北三环中路甲 29 号院 3 号楼华龙大厦

邮政编码 / 100029

责任部门 / 社会政法分社 (010) 59367156

责任编辑 / 杨桂凤

电子信箱 / shekebu@ssap.cn

责任校对 / 李李佳

项目统筹 / 童根兴

责任印制 / 岳 阳

经 销 / 社会科学文献出版社营销中心 (010) 59367081 59367089

读者服务 / 读者服务中心 (010) 59367028

印 装 / 三河市尚艺印装有限公司

开 本 / 787mm × 1092mm 1/16

印 张 / 17.75

版 次 / 2014 年 4 月第 1 版

字 数 / 315 千字

印 次 / 2014 年 4 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 5097 - 5428 - 3

定 价 / 59.00 元

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社读者服务中心联系更换

 版权所有 翻印必究

# 中国社会心理学评论

## 编辑委员会

- 编委会主任：杨宜音 中国社会科学院社会学研究所
- 委 员：陈午晴 中国社会科学院社会学研究所
- 方 文 北京大学社会学系
- 康萤仪 新加坡南洋理工大学南洋商学院
- 梁 觉 香港城市大学管理学系
- 刘 力 北京师范大学心理学院
- 彭凯平 美国加州大学伯克利分校心理学系，清华大学心理学系
- 徐 冰 上海大学社会学院
- 杨 宇 中欧国际工商学院
- 叶光辉 台湾中研院民族学研究所
- 翟学伟 南京大学社会学院
- 赵旭东 中国人民大学社会与人口学院
- 赵志裕 新加坡南洋理工大学南洋商学院

## 主编简介

**杨宜音** 博士，中国社会科学院社会学研究所社会心理学研究中心主任、研究员、博士生导师，中国社会心理学会理事长，《中国社会心理学评论》主编。主要研究领域为社会心理学，包括人际关系、群己关系与群际关系、社会心态、价值观及其变迁等。在学术刊物上发表论文六十余篇。代表作有：《自己人：一项有关中国人关系分类的个案研究》〔（台北）《本土心理学研究》2001年总第13期〕、《个体与宏观社会的心理联系：社会心态概念的界定》（《社会学研究》2006年第4期）、《关系化与类别化：中国人我们概念形成的社会心理机制》（《中国社会科学》2008年第4期）。

## 本辑特约主编简介

**杨中芳** 中国社会科学院社会学研究所社会心理研究中心客座研究员。1966年毕业于台湾大学心理学系，1972年获美国芝加哥大学心理学系社会心理学专业哲学博士学位，其后分别在耶鲁大学和不列颠哥伦比亚大学(University of British Columbia)进行博士后研究工作。杨中芳教授先后任教于西雅图华盛顿大学、洛杉矶南加州大学、香港中文大学、台湾中正大学和阳明大学以及香港大学，2002~2006年，任广州中山大学心理学系系主任。杨中芳教授多年来一直从事社会心理学研究工作，尤其致力于研究中国人的自我及人际关系。已出版的代表性著作有《如何研究中国人》、《如何理解中国人》以及《中国人的人际关系、情感及信任》等，发表论文数十篇。近年来，她潜心研究中国传统文化的核心部分（即“中庸”的思想）对中国人心理与行为的影响。

**韦庆旺** 中国人民大学心理学系讲师。2008年于浙江大学心理学系获得博士学位，2008~2010年在中国人民大学社会学博士后流动站从事研究工作。主要研究领域：本土与文化心理、权力与社会等级心理、存在幸福感。曾主持（或参与）博士后基金项目、国家自然科学基金项目、国家社会科学基金项目等多项课题。在《公共人事管理》(*Public Personnel Management*)、《亚洲社会心理学报》(*Asian Journal of Social Psychology*)以及《心理学报》、《心理科学》等学术期刊上发表多篇论文。

# 目 录

## C O N T E N T S

### 中庸社会心理学研究的构念化及其效度检验

- 中庸社会心理学研究的构念化：兼本辑导读 ..... 杨中芳 / 1  
“中庸构念图”之建构效度再检验 ..... 杨中芳 阳中华 丁 宇 / 18

### 中庸信念/价值的测量

#### 反中庸，还是非中庸？

——检验中庸信念/价值量表反向计分的有效性

- ..... 徐慧金 邹智敏 / 43  
“中庸信念/价值量表”到底在测什么？ ..... 杨中芳 林升栋 / 59

### 阴阳两极思维

- 阴阳转换思维与看人感知的关系初探 ..... 林升栋 / 78

#### 来得早不如来得巧：中庸与阴阳转折的时机

- ..... 林玮芳 黄金兰 林以正 / 89  
阴阳思维与极端判断：阴阳思维动态本质的初探 ..... 孙蓓如 / 108  
中庸思维对自我一致性和自我矛盾冲突感的影响 ..... 王飞雪 刘思思 / 131

### 中庸思维对家庭生活的影响

- 中庸思维对家庭功能之影响：初探 ..... 阳中华 杨中芳 / 153  
工作压力因素对工作-家庭平衡的影响：  
中庸的调节作用 ..... 李 原 / 177

### 中庸思维与心理健康

#### 正常人与抑郁症病人在中庸信念/价值上的比较

- ..... 高 瞻 阳中华 李炳洁 / 192

中庸信念/价值与自评抑郁症状之关系的深入探讨

..... 高 瞻 李炳洁 / 205

**中庸理论深入探讨**

外柔内刚的中庸之道：实践具自主性的折中原则 ..... 林以正 / 221

走向存在幸福感：中庸思维与生活平衡 ..... 韦庆旺 郭 政 / 236

附录一 中庸实践思维体系构念图 ..... / 256

附录二 中庸相关量表总汇 ..... / 257

附录三 中庸相关名称中英文对照表 ..... / 266

《中国社会心理学评论》投稿须知 ..... / 269



# Table of Contents

---

## **Conceptualization and Validity Studies of Zhongyong**

A Social Psychological Conceptualization of Zhongyong:

A Reader's Guide to This Issue

*Yang Chungfang / 1*

A Second Construct Validity Study of C. F. Yang's

Conceptualization of Zhongyong

*Yang Chungfang, Yang Zhonghua and Ding Yu / 18*

## **Measuring Zhongyong Belief/Value**

Contra-Zhongyong or Non-Zhongyong? —The Reverse-Scoring

Issue of Huang, Lin, & Yang's Zhongyong Belief/Value Scale

*Xu Huijin, Zou Zhimin / 43*

What Does Huang, Lin, & Yang's Zhongyong Belief/Value

Scale Really Measure?

*Yang Chungfang, Lin Shengdong / 59*

## **Yin-Yang Bipolar Thinking Mode**

An Exploration of the Relationship between Yin-Yang

Convertibility Thinking and Person Perception

*Lin Shengdong / 78*

Timing Makes a Difference! —An Interaction Effect between

Zhongyong Belief/Value and Yin-Yang Convertibility

Belief on Psychological Well-being

*Lin Weifang, Huang Chinlan and Lin Yicheng / 89*

Yin-Yang Reversals and Extremity Judgments: A Preliminary

Study of the Dynamic Nature of Yin-Yang Thinking Mode

*Sun Chienru / 108*

- The Influences of Zhongyong Thinking Mode  
on Self-Consistency and on the Conflict Awareness  
of Self-Inconsistency *Wang Feixue, Liu Sisi / 131*

### **Zhongyong Thinking and Family Life**

- A Preliminary Study on the Effects of Zhongyong Beliefs  
and Actions on Family Functioning Ratings  
*Yang Zhonghua, Yang Chungfang / 153*

- The Influences of Job Stressors on Work-Family Balance:  
The Moderating Effect of Zhongyong Thinking *Li Yuan / 177*

### **Zhongyong Thinking and Mental Health**

- A Comparative Study of Depression Outpatients and  
Nonclinical People on Zhongyong Belief/Value  
*Gao Zhan, Yang Zhonghua and Li Bingjie / 192*

- Exploring the Relationship between Zhongyong Thinking  
Mode and Depression Symptoms *Gao Zhan, Li Bingjie / 205*

### **Further Theoretical Investigations of Zhongyong and Beyond**

- Coupling Hardness with Softness: Autonomous  
Compromises in Zhongyong *Lin Yicheng / 221*

- Toward an Existential Well-Being: Zhongyong  
and Life Balance *Wei Qingwang, Guo Zheng / 236*

- Appendix I: The Conceptualization Map of C. F. Yang's Zhongyong  
Action Deliberation System / 256

- Appendix II: Scales Measuring Zhongyong Related Constructs / 257

- Appendix III: A Glossary of Chinese-English Zhongyong Terms / 266

- Call for Papers / 269

# 中庸社会心理学研究的构念化： 兼本辑导读<sup>\*\*\*</sup>

杨中芳

中国社会科学院社会学研究所社会心理学研究中心

**摘要：**传统思维到底在现代人生活中还起不起作用，以及起着什么样的作用，一直是有心采用本土研究进路做研究的学者及一般民众所关心的问题。笔者认为，现代社会心理学的实证研究思路及方法有助于探讨这一问题。笔者及研究团队将传统文化中的“中庸”概念，用现代心理学的研究程序予以构念化、操作化，然后通过实证方法，来探看“中庸”作为一套思维体系，是否仍在现代中国人的做人处世中占有一席之地，以及它通过什么样的机制及程序来影响人们的生活。这一课题的研究可被视为传统文化与社会科学相结合的一个实例，也是采用本土进路做社会心理学研究的一次尝试。本文先简述了笔者对“中庸”所做的社会心理学构念化、理论构思及研究路线图；之后，笔者依研究路线图，将本辑的论文串联起来，为读者导读。

**关键词：**中庸思维 中庸实践思维体系 社会心理学研究的构念化 心理健康

---

\* 本文部分内容曾在《中国人民大学学报》上刊载（2009年第3期，第53~60页），题目为《传统文化与社会科学结合之实例：中庸的社会心理学研究》。

\*\* 笔者用“社会心理学”构念化，而非“心理学”构念化，是因为在中庸的世界观里，个体与其他万物在一个动态平衡的宇宙里彼此消长，他或她与周围环境有“牵一发而动全身”的关系。因此，个体的行动抉择必须考虑到对其所处之局部环境（包括他人）的影响。为此，研究中庸心理学，其实是研究中庸社会心理学。

## 一 引言

笼统地说，传统文化是指过去代代相传的东西，而社会心理学的研究对象主要是现代人在生活中所呈现的心理及行为现象。两者的结合需要研究者做出一些价值判断及选择，接受以下看法：传统文化以某一种形式，以及某一项内容，代代相传，至今仍被保留及作用于人们的生活之中。“中庸”社会心理学研究的团队<sup>①</sup>选择以“思维体系”的形式，及“执两用中”这一内容作为探讨传统文化是否还在现代人生活中起作用及起什么作用的切入点。

### （一）为什么选思维体系？

由于篇幅的限制，笔者无法将选择以思维体系的形式来研究“中庸”的理据详加说明，有兴趣的读者可参阅笔者的其他相关著作（杨中芳，2001，2008；杨中芳、赵志裕，1997）。在此仅指出，在本文中，“思维体系”是指人们用以理解及解释现象与问题的一套架构。相较于文化内容，它是可以脱离其生活处境，被独立出来加以研究的。也就是说，它可以被用来理解及解释在不同的时空情境下出现的现象与问题。为此，也就有代代相传的可能性，并成为研究者可以将“中庸”这样一个古老的文化概念，付诸现代社会心理学研究的一个理据。

### （二）为什么选“中庸”？

至于为什么选择“中庸”作为传统文化的代表“内容”，则涉及笔者的价值判断：①“中”的概念融合了中国古代各文化学派的思想精髓；②影响中国文化至深的儒、释、道三家都以“中”为至道，尽管对“中”的理解及领悟各不相同；③笔者致力于本土社会心理学研究多年，在观察现实社会中所发生的各种现象，以及聆听人们对这些现象的理解及解释时，发现“中庸”似乎是人们用以做人处世及解决问题的基本及普遍原则；④仔细了解这一“中庸之道”的内涵，发现它事实上是一套思维体系，与西方社会心理学研究所内含的思维体系大相径庭，因此值得深

---

① 这里说的研究团队，只是指一个松散的群体，包括目前参与“中庸”相关研究的各方学者。从2006年开始，由笔者、台湾大学的林以正及台北科技大学的黄金兰牵头，带领一批有兴趣的同事及同学不定期举办“中庸心理学研讨会”，到各大学做专题演讲，或在相关心理学学会年会上举办“中庸”专题研讨会及工作坊，进行交流及对外宣传。

入研究，以便将来有和主流（西方）社会心理学进行对话及互补的可能性。

## 二 本土概念的构念化

### （一）什么是构念化？

研究的构念化是指，研究者针对一个被研究群体（如“中国人”）心中所普遍存有及运用的心理概念（在这里是指“中庸”），将之转换为可以付诸实证检验之研究构念的过程。在这一构念化的过程中，研究者所建立的“构念”，有别于人们心目中的一般“概念”或“观念”，因为它们是为研究者为做研究而“构想”出来，用以精简地捕捉该被研究群体的想法，并易于实证操作的念头。构念化的成品通常包括对一组构念的描述及定义以及对这组构念之间关联的构想。研究反映了研究者的理论构想，也提供了实证检验的方向及依据。实证研究的目的是去检验这一研究者所构建的蓝图与现实生活所反映的世界是否吻合。

值得一提的是，构念并非一成不变，随着研究者实证检验工作的进行，研究者会对原有的构念做某种程度的修订，甚至不排除放弃它的可能。这是因为构念化的目的是去寻找研究构念在现代人心中的存有及运作，如果研究者所界定的构念与现实生活之表象找不到任何关联，研究者应勇于放弃，“另起炉灶”。在大多数情况下，研究的构念会随着实证研究的进行，被不断地修订，令其内涵变得更清晰及易操作，从而更容易得到明确的被“支持”或“否定”的检验结果。

### （二）对本土概念进行构念化

在各地以中国人做被研究群体的心理学研究中，多半是延续西方主流理论思路，所以构念化的过程及结果都被一笔带过，而将主要力量放在如何验证西方理论及探看中国人与西方人的结果有什么差异上（跨文化研究）。在验证西方理论方面，则以认知心理学为主，不觉得文化会对人的基本认知心理历程有什么影响，因为他们以为自己研究的是人类的基本心理历程；在探看中国人与西方人之差异方面，以社会心理学为主，通常以结果（如果找到差异的话）来做“研究后的解释”，去寻找差异背后的文化基础。事先往往没有去调研这些差异是不是理解自身文化的关键概念，更遑论以本土观察，找出这些关键文化概念，再去建构理论，并依据其做

实证检验。

随着社会认知心理学把认知及社会心理学结合在一起，心理学工作者不能再忽视文化对自己研究的重要性。而且，世界各地本土心理学的兴起，也使有些生活于非西方文化中的学者不再满足于借用西方主流文化发展出来的理论架构来做自己的研究，开始注意到，如果认真地针对自身文化进行本土探讨，有朝一日可能会对现有心理学做出更大、更全面的贡献。这样，他们就必须先对自己的文化做一些更深入、更全面的整理，发展出一套本土理论架构，以便累积本土研究成果。

因为有这样的目的，使对“本土”或“传统”概念进行心理学的构念化，不但成为研究的“重中之重”，也变得异常艰难，研究者时不时会陷入两难困境。这是因为，一方面研究者必须针对本土概念用现代生活语言在自身文化的脉络中进行整理，另一方面又不能完全脱离社会心理学的常规学科语言及思路，因为那样会令自己的研究成果完全失去可比性。这就令研究者在对本土概念进行整理时如履薄冰，还真必须用上“中庸”的智慧！研究者要时时注意不让自己受西方心理学训练的经验蒙蔽，要冷静地做萃取本土精华的工作。

“中庸”这一本土概念的心理学构念化，可以说就是反映这种困境的一个很好的例子。研究者必须将整个过程分为两个步骤：①对“中庸”之含义做现代意义上的整理，再将之②融入现时心理学学科的习用语言之中，从而找到可以进行实证研究的方向及路线。

### 三 对“中庸”概念的整理

根据笔者（杨中芳，2010）对“中庸”内涵的详述，笔者认为，中庸实践思维及行动应包括以下几个特点。

（1）在一套中国文化的世界观（包括宇宙观、人观及价值观）的奠基及支撑下，“中庸”的基本含义及精神是：“执两端而允中”。首先，它是理解问题的一个模式：看到任何事物的“一体两面”，以及这两个面之间的关系——对立，但不是逻辑上相矛盾，而是相生相克的关系。其次，它是一种价值观：“以中为美”。据此，笔者建构了一套“中庸生活哲学”。

（2）将“中庸”思维实践于处理日常生活事件时，首先要谨言慎行<sup>①</sup>——

① “凡事预则立，不预则废；言前定，则不跲；事前定，则不困；行前定，则不疚；道前定，则不穷。”（《中庸》，第20章第4节）

凡事要想清楚再做，先审时度势把事情的两端抓好，再去找恰到好处的行动方案。其次是情绪掌控<sup>①</sup>——如能事先不让自己有情绪产生固然好，但如果有了情绪，要学习适当控制自己的情绪反应，不要一有情绪就立刻释放，当然也不要一味地压抑，让自己太委屈，中节是至道。

(3) 在选择具体行动方案时，基本原则是做到“不偏不倚”或“合时合宜”。也就是说，要做到“恰到好处”、“无过无不及”<sup>②</sup>。但是，这“恰到好处”是“说得容易，做起来难”，连孔子自己都曾感叹，能做到这一点的人少之又少。<sup>③</sup>正因为如此，中庸实践思维体系包括一个不断反省、学习、练习、修正的过程。

(4) 中庸世界观强调的是维持自身与周围环境的动态平衡。因此，中庸行动有全局性、场依性、暂时性的特点，要求行动者根据实际情况展现一定的灵活性，亦即要“能收能放”。在自我掌控方面，在努力为自己争取机会的同时，要有原则、有底线（不过分）地做到“有所不为”<sup>④</sup>；在人际交往方面，能意识到退、忍、让对维持和谐的重要性。

根据以上对“中庸”之含义的总结，我们可以粗略地看到“执两端而允中”虽然只是一句话，但其背后有一套特殊的世界观为基础，形成一套特殊的“人生哲学”，包括怎么看人论事，什么是人生追求的目标（生活目标），以及如何做人处世（处世原则）。同时，当人们在处理具体生活事件时，用“中”会显现一定的思维特性——深思熟虑、收敛情绪、灵活变通、恰如其分等。最后，这又是一“用”的过程，要求行动者必须通过反复练习、改进、提升做到得心应手。

基于以上对“中庸”的认识及整理，笔者展开了对“中庸”社会心理学研究的构念化。

## 四 “中庸”的社会心理学构念化

最早将“中庸”进行心理学构念化的是杨中芳和赵志裕（1997），他

① “喜怒哀乐之未发，谓之中；发而皆中节，谓之和。中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”（《中庸》，第1章）

② “子曰：可与言而不与之言，失人；不可与言而与之言，失言。知者不失人，亦不失言。”（《论语·卫灵公》）

③ “道之不行也，我知之矣；知者过之，愚者不及也。道之不明也，我知之矣；贤者过之，不肖者不及也。人莫不饮食也，鲜能知味也。”（《中庸》，第4章）

④ “子曰：不得中行而与之，必也狂狷乎！狂者进取，狷者有所不为也。”（《论语·子路》）

们将“中庸”建构为一套“元认知”的“实践思维体系”。它是人们在处理日常生活事件时，用以决定如何选择、执行及修正具体行动方案的指导方针。“元认知”是人们用于获取及运用知识的架构，又常被称为“认知方式”或“思维方式”。“实践思维”在此指人们在处理日常生活事件时，亦即“用”时，对要如何理解及思考事件的性质及涉及面（虑）、采用什么策略或行动（略）、要如何执行（术），以及事后要如何反思/修正等所做的思考。“体系”在此是指，在运用“中庸”思维的生活实践中，个体反映了其所生长及生活于其中的文化之集体思维特色，以及他（或她）自身在认知、动机及信念/价值观等心理层面上的特色，以至于成为一个包含很多子构念，而且彼此之间相互关联的思维架构。

在杨中芳、赵志裕进行构念化之后，随着“中庸”研究范围的扩大及研究的深入，不同的研究者对“中庸”都进行过不同形式及程度的构念化（详见杨中芳，2008），但基本上都局限于一些子构念的个别定义。笔者（杨中芳，2008）综合各方局部的构念化，绘制了一个“中庸实践思维体系构念图”。为了让“中庸”蓝图更能反映现实世界，在过去的数年间，笔者经常与“中庸”研究团队其他成员进行交流，对构念进行厘清、细化及修订，并曾针对其架构进行了局部的效度检验（杨中芳、林升栋，2012）。下面就将笔者最新版的构念图（见本辑附录一）做一简介，并依之来进行后续的论述。

在这一构念图中，“中庸实践思维体系”包括集体文化思维层面，作为个体心理思维层面下三个部分——生活哲学、具体事件处理、事后反思/修正——的基础。同时，在这一架构中，还包括一组反映个体生活适应及心理健康层面的构念，作为评估“中庸”思维运作效度的依凭。

下面简述各层面的相关子构念。

### （一）集体文化思维层面

笔者提倡以本土的研究进路来研究社会心理学。本土心理学研究的重点是将研究现象（当代中国人的社会行为）放在被研究群体（“中国人”）的文化脉络中来探看问题及寻求解答。所以“中庸”研究构念化认为个体所表现的社会行为（处理生活中的具体社会事件），是受其所持有的一套思维方式影响的，而这套思维方式的形成又是与其所处文化集体经年累月所沉淀下来的一套特殊的世界观密不可分。这套世界观包括“阴阳、五行（动态平衡）”的宇宙观，“天、地、人相互依存”和“人、我相互依存”的人观，以及“一分为三”、“以中为极”的价值观。



## （二）个体心理思维层面

个体心理思维层面的“中庸”实践思维，包括三大部分的内容，它们各自又内含几组心理学的子构念，现将它们的“中庸”特色陈述如下。

### 1. 生活哲学

#### （A）看人论事（感知）

看人论事涉及心理学中认识及理解世界的领域。“中庸”思维对世事的感知包括两个特点：一是“全局感知”，指个体在看问题时，会将时空拉长、拉高及拉大，从而能跳出个体“自己”这个“陷阱”，能更客观及冷静地来理解万事普世之理。另外一个特点是“阴阳感知”，指个体在看问题时，总能看到问题的“一体两（或多）面”（称为“两极感知”），并认识到这两（或多）面的相生相克关系（称为“转换感知”），从而能够体会到对任何事情都不能走极端。<sup>①</sup>

#### （B）生活目标（动机）

生活目标是指个体的人生理想及追求，属于心理学动机的范畴。它包括对“生活质量”、“幸福”的理解，追求及对什么会产生“焦虑”而必须回避的想法。“中庸”所追求的生活目标是一个“中”字，它可以说是个体内心及人际均维持相对和谐、安宁的一种状态。因此，对“中庸”行动者来说，生活质量及幸福的定义可能与西方文化中强调的单向更强、更好的追求是不一样的。

#### （C）处世原则（信念/价值）

处世原则是指个体日常待人接物所遵循的大原则和大方向。运用“中庸”的看问题方式，以及以“中”为人生目标，令个体在日常生活中，会遵循一定的做人处世原则，并有一套为什么要遵循这些原则的道理，是心理学中有关信念及价值观的领域。这些原则经常内含于人们耳熟能详的用语之中，如“顾全大局”、“以和为贵”、“不走极端”、“合情合理”等。它们代表人们对“什么是应该及最值得做的”的想法及指引（信念/价值），提供人们决定要怎么做的大原则。

### 2. 具体事件处理

“中庸”作为一套“实践思维”体系，我们不能只在认知、动机及信

<sup>①</sup> 因为“两极感知”和“转换感知”属于中庸实践思维体系中较次级的子构念，而附录一的构念图无法将所有的子构念都包含在内，因此，这两个子构念并没有在图中显示。以下各章同此。