

The Social Psychology of Everyday Life

日常生活社會心理學

國立編譯館 主譯

MICHAEL ARGYLE／著

陸 洛／譯



The Journal Psychological Development Life

日常生活社會心理學

第三輯 第1卷

2019年1月出版

第1期



心理學出版社

原著者：Michael Argyle

譯者：陸 洛

國立編譯館主譯

日常生活社會心理學



The Social Psychology of Everyday Life

Copyright © 1992 Michael Argyle

Originally Published by Routledge

This Chinese language edition is cooperated with

National Institute for Compilation and Translation

Chinese translation copyright © 1994 Chu Liu Book Company

All Rights Reserved

巨流圖書公司印行

國立中央圖書館出版品預行編目資料

日常生活社會心理學/Michael Argyle 原著；
陸洛譯。——一版。——臺北市：巨流，1995[
民84]
面；公分
譯自：The social psychology of everyday
life
含索引
ISBN 957-732-044-9 (平裝)

1. 社會心理學

541.7

84008151

一 版 1995/9

版權所有
不准翻印

日常生活社會心理學

原 著：The Social Psychology of Everyday Life

原 著 者：Michael Argyle

譯 者：陸 洛

主 譯 者：國立編譯館

總 編 輯：劉鈐佑

副總編輯：苗延威

執行編輯：賴淑惠・孟繁珍

發 行 人：熊 嶺

出 版 者：巨流圖書公司

地 址：100 臺北市博愛路 25 號 312 室

電 話：發行部 (02) 371-1031 314-8830

編輯部 (02) 331-6489 371-2107

郵 購：郵政劃撥帳號 01002323

傳 真：(02) 381-5823

出版登記證：局版臺業字第 1045 號

定價：台幣 360 元

譯 者 簡 介

陸 洛(女)

華東師範大學心理學系畢業

英國牛津大學實驗心理學系心理學博士

曾任英國牛津大學心理學博士後研究員

現任高雄醫學院行為科學研究所暨心理學系副教授

著作有《心理學與你》

《阿蓋爾作品集》中文版序

我十分高興我的主要著作能以中文出版，本人萬分榮幸並由衷感謝陸洛博士的組織與籌劃，同時也十分感謝其他參與翻譯的學者和出版社全體同仁，我希望台灣的學生和社會人士會喜歡這些書。

這些書反映了牛津社會心理學組在過去三十多年中的研究成果。這是一個非比尋常的工作團體，它曾囊括了許許多多優秀的年輕人，他們有的從世界各地來到牛津，帶來了他們自己的觀念和背景，也有較資深的學者不斷前來訪問交流。我們的團體是一個緊密而快樂的團體，每周都有自己的研討會和其他社交活動。這個團體培養了六十八位博士，他們又散布到世界各地從事教學和研究工作，從馬來西亞到以色列，從德國到澳洲，都有我們的伙伴。

我們也發展了自己研究社會行為的取向，最初我們專注在行為的微視層面，即非語言的和語言的行為，以及它們是如何相互配合的。我們始終保有一份將研究用於實務的興趣，特別是社會技能的分析及社會技能訓練。我們一直嘗試將研究關連到真實生活中的行為及問題，並儘可能避開那些人為的實驗室研究方式。

我們的研究始於非語言溝通、注視、臉部表情、接近，以及非語言性發聲方面的研究。這些研究後來證明對社會技

能訓練很有助益，因為我們發現精神病人在這方面行為多有不當。由此，我們進一步研究社會情境，介入了人格特質究竟有多穩定的辯論。下一個主要的研究課題是社會關係，尤其是成功管理社會關係所必需的規則和技能。我們對宗教心理學一直頗具興趣，或許這是另一種形式的休閒吧！而這肯定也是一種社會支持的來源。

我們最新的研究踏入了探討人類幸福或「主觀幸福」的原因；我們發現社會關係是一個主要的因素，說不定還是最重要的因素呢！其他研究則發現除了對非常貧窮的人之外，金錢並不能算是很重要的因素。我們也發現通過社會技能訓練可以加強社會關係及其給予人們的滿足。另一個有關於滿足研究的領域是工作，對此我們進行了多項研究，探討同事（工作伙伴）對工作滿足的影響。我們也進行了多項研究來探討人格特質，探討是否有幸福的人，如果有的話，又會是什麼樣的人。此時，陸洛加入了我們的行列，並做出了一系列重要的貢獻。她也參與了另一幸福來源的研究，即休閒；這不僅是一個幸福的重要來源，也是每個人最容易行動的地方。能找到這麼多傑出的合作者，我真可說是非常幸運。

從一開始我們就對跨文化研究感興趣，我們的海外學生從過去到現在對此都有極大的幫助。非語言溝通是一個非常有成果的跨文化主題，我們特別研究了義大利和日本。在非語言溝通中，有些層面是普遍的，但也存在著有趣的文化差異，當不同文化的人們相遇時，這些差異就有可能造成嚴重的誤解。社會關係是另一個成果豐碩的課題；在所有文化中

基本上都可找到同樣的社會關係，但規則卻相去甚遠。這條研究主線的主要應用之一在於海外工作人員的訓練方面；此外，在減少文化團體間的衝突上，這或許還可有更廣泛的應用。我們也發現不同的文化中所應教授的社會技能也各不相同；研究已發現在東方國家中最佳的督導技能與西方是不同的，因此，直接輸入美國或英國的研究結果，實際上是於事無補的。

社會心理學家對東、西方的差異興趣濃厚，特別是以中國和日本為代表的一方，及以美國和歐洲為代表的另一方，亦即「東方」和「西方」，「集體主義」和「個人主義」之間的差異。西方的某些人士，現正興趣濃厚地探討一種較多合作、較少競爭的文化風格所潛在的優勢，而同時，東方文化也正在採納西方的工業方法。

這套選集中的書有一個共同的主題，它們都是社會心理學對人類重要問題研究與關注的貢獻，它們都立足於我們自己及其他學者廣泛而嚴謹的研究成果，而且我們儘量使它們既有學術性，又不失可讀性，我更希望閱讀這些書能夠是一種享受。

麥可·阿蓋爾撰

(Michael Argyle)

陸 洛 譯

我所知道的麥可·阿蓋爾

麥可·阿蓋爾（Michael Argyle）是英國當代著名的社會心理學家。他是蘇格蘭人，約十歲時父母雙亡，此後便由兩位個性古怪的姨媽撫養，在英格蘭北部諾丁漢郡的一個小鎮裏成長。那時的諾丁漢森林與當年傳說中俠盜羅賓漢出沒時並無兩樣：嚴酷的高地氣候、幾乎終年不停的大風和陰雨、崎嶇的坡路，以及屹立街頭的古堡，使得這個北方小城依然顯得那麼的古樸、倔強、粗獷，還帶著幾許蒼涼。就在這裏，阿蓋爾完成高中教育。雖然家境清寒，他卻憑著蘇格蘭人特有的執著刻苦與聰明，贏得了獎學金，進入劍橋大學攻讀心理學。牛津劍橋是舉世矚目的象牙學府，也是英國貴族子弟正規教育中不可或缺的一道門檻，甚至到了二十世紀的今天，牛津劍橋的大學生仍是大多數出自名門望族，而早在四〇年代更是只有寥寥可數的幾個獎學金可供平民「躍龍門」。在這樣的歷史文化背景下，出身蘇格蘭的貧民子弟自然會深刻感受到英國社會的階級差異與等級制度。事實上，對社會階級差異的興趣一直是阿蓋爾社會心理學的一個重要內容。阿蓋爾當時就讀於劍橋的艾曼紐學院（Emmanuel College），以優異成績獲得「學者」（Scholar）稱謂，這是牛津劍橋大學授予大學生的最高榮譽。學業上的出類拔萃，尤其是勝過比他背景條件都優越的貴族同學，更增強了

阿蓋爾的自我肯定。其實，認識他的人會用來形容他的第一個形容詞便是「自信」。

阿蓋爾和他的同輩一樣，年輕時代最具影響的一件事莫過於第二次世界大戰。進了劍橋不久後，二次大戰的戰火愈燒愈烈，英國當時已成為歐戰場上唯一傲立於軸心國魔爪的孤軍鬥士。國家雖小，但是民心堅韌，舉國上下都有一種神聖的使命感，尤其是英國民族在嚴酷的倫敦戰役中，在德軍砲火已將許多英國城鎮夷為平地的情況下，他們所展現出來的堅強意志力，儼然已成為當時歐洲戰場同盟國軍民不屈不撓的象徵。有次談到二次大戰，阿蓋爾頗有感觸地說：「只要一有戰事，貴族子弟總是率先從軍，而且真的是在第一線拼命，這一點，英國大概是世界上獨一無二的。」在他自豪的語調裏，流露出了英國紳士難得一見的感情。我常想，像阿蓋爾這樣一個出身清寒的孤兒，只靠優異的學業就能闖進壁壘森嚴、傲氣凌人的貴族圈子嗎？不過，很顯然地，現在的阿蓋爾已經不折不扣是一位英國紳士了，而他的價值觀、倫理觀和生活形態也完完全全是中產階級式的（在英國，貴族與中產階級之間的差異只是世襲的頭銜及祖傳的莊園城堡而已）；難道他們不排斥他嗎？難道他不憎恨他們嗎？阿蓋爾對階級差異與社會整合的研究興趣難道都肇始於他參加皇家空軍嗎？也許正如英國國王亨利五世在他著名的聖彼得日演講中所說的：「今日隨我浴血奮戰的人，都將是我的兄弟。」二次大戰期間，幾乎所有牛津劍橋的大學生都上過前線，阿蓋爾在英國皇家空軍服役了三年，擔任導航員。從軍

的經驗爲他日後研究社會整合的社會條件提供了素材，也孕育了他另一個研究興趣，即團體間的衝突與化解。

一九五〇年，阿蓋爾完成了因戰爭而中斷的心理學課程，並以優異的成績畢業（Class I），隨後兩年他繼續留在劍橋進行研究工作。一九五二年起在牛津大學實驗心理學系教授社會心理學，並於一九六九年升爲 Reader，直到一九九二年退休。阿蓋爾不曾擁有碩士、博士學位，但卻由於他卓越的研究成果而獲得了一連串的榮譽學位，如英國老牌的坎特伯利大學（M. A.）、比利時的布魯塞爾大學（D. Sc.）、澳洲的阿德雷德大學（D. Litt.），以及他服務了四十年的牛津大學（M. A. 及 D. Sc.）。以大學學歷攀上如此學術巔峯，在今日的年輕人看來簡直不可思議，然而英國兩位最著名的心理學家（另一位是認知心理學的鼻祖布羅班特 Donald E. Broadbent）相隔兩年在同一科系以學士身份結束了他們的求學生涯，繼而以紮實的研究訓練、無窮的創造力、洞察力和畢生的熱誠投入心理學的領域，在戰後重建社會、重建倫理價值、重建文化學術，以及重建生活世界的年代裏，分別締造了英國社會心理學與認知心理學，在西方心理學界廣受推崇。在兩位大師門下五年多，對我最深刻的啓示是，博士學位並不能保證一個成功的學術生涯，追隨大師最重大的收穫也並不只是在於學習既有的知識內容和技術，而是感染研究態度、學習研究方法、思考研究價值和倫理，在一個寬容接納的氣氛下，經過獨立思考和探索，尋找屬於每個人的真理。

阿蓋爾在牛津的四十年中，共有四十七位博士班研究生在他的指導之下獲得了學位，其中不少人現在已成為各領域中的佼佼者。雖然阿蓋爾已經退休，但他仍從事著指導研究生的教學工作，而實際上源源不斷登門求教的年輕人也令他欲罷不能。現在（一九九四年）仍有六位博士班研究生在他門下求學。就和許多當代的英國心理學家一樣，阿蓋爾雖然聲名遠播、學養精深，但他的謙遜隨和卻令人敬而不畏。正如一位諾貝爾物理獎得主在說明諾貝爾的「家族傳統」時所說的：一位好老師就像太陽，可以吸引無數有抱負又有創意的年輕學生。而老師嚴謹的治學態度、豐富的研究經驗以及整合與洞察的能力，加上學生的青春熱情和那股初生之犢的衝勁，正是一個完美的研究組合。或許牛津大學最令人懷念的正是這種教學相長的氣氛。阿蓋爾的學生對他最為感激和欽佩的也正是他的寬容之心。他不斷地引導學生發揮他們各自的研究興趣，以及獨創天地的能力。不論你提出的研究設想是多麼的大膽甚至荒謬，他總是穩穩地坐在那裏傾聽，從不會把自己的立場或觀點強加於你，也從不限制你的思想和激情。就算你對自己的想法已投入到不可理喻的地步，他還是會心平氣和地只對你說：「很好，拿證據給我看，來證明你的假設。」

這句話已成為阿蓋爾的名言，事實上也真切地反映了他的信念——實徵哲學和實徵的心理學。牛津劍橋大學的心理學系均稱為「實驗心理學系」（Department of Experimental Psychology），但是並不如一般人想像的那樣只從事實驗心

理學的研究，而是一種哲學和專業的宣言，即心理學是一門實徵的科學，人類的行為及其背後的心理歷程皆可用實徵的、科學的方法來加以剖析。英國是實徵哲學的發源地，很自然地，英國的心理學也帶著極濃厚的實徵主義色彩。在牛津劍橋的心理系裏，弗洛伊德的精神分析很少有追隨者，因為精神分析儘管是一套很有吸引力的理論和假說，但當它無法接受實徵研究的驗證或否證時，它便超出了科學心理學的範疇。在牛津，科學心理學的地位是不可動搖的，嚴謹的實徵研究方法和態度也正是透過像阿蓋爾和布羅班特這樣的大師傳給年輕一代的心理學家。

阿蓋爾是個精力旺盛、孜孜不倦的工作者，而且愛好旅行。每次離開英國，不管是去他已熟悉的北美或歐洲大陸，還是去他所陌生的中東或亞洲，旅行都只是其次，重要的是觀察不同文化與社會中人的心理和行為。他的好奇心和觀察力使得每次旅行都有豐碩的收穫，而這些第一手的素材又不斷為他的另一個研究興趣——文化差異與文化交流（cultural differences and inter-cultural communication）——提供創意和新的角度。

阿蓋爾在英國被尊稱為社會心理學第一號大師，也是社會心理學研究的積極推動者。他參與締造了英國心理學會，又出任社會心理學分會的第一任主席，並於一九六四年首創了英國心理學界著名的社會心理學夏季年會，至今已延續了二十八年。曾經名噪一時的「歐洲實驗社會心理學夏季訓練營」也是阿蓋爾和幾位同事的主意。他主編過的學術期刊有

《英國社會與臨床心理學雜誌》、《科學與行為專輯》、《實驗社會心理學國際系列》等。他參與評審的雜誌期刊更有十餘種之多。阿蓋爾不僅在英國和歐洲的社會心理學界堪稱先驅，甚至聲名遠揚北美、澳洲和亞洲。他曾應邀在世界各地十五所大學裏擔任客座教授，並先後參加了九次由英國、加拿大、芬蘭、南非、日本等國政府文化委員會主辦的大型巡迴學術演講，成為最負盛名的英國行為科學家之一。

阿蓋爾是個好客而友善的主人，他那開朗隨和的個性總是與人們對英國紳士和學術大師的刻板印象大相徑庭，隨著他的侃侃而談，初次見面的緊張情緒也會一掃而空。而他的廣博知識、創意見解、精闢分析，以及嚴謹的邏輯，時而夾雜著英國人特有的幽默，使得不論是初涉學海的學子，還是已有建樹的學者，都會感受到心智的衝擊與思想的激盪，同時也享受到溫暖的人情和交談的愉悅。每個學期，牛津大學心理系有一些阿蓋爾的老朋友，二十幾年如一日地利用每年的休假或開會的機會來拜訪和聚會，也有些人會慕名遠道而來。每個星期一上午十一點，他們就會端杯咖啡聚在阿蓋爾的辦公室裏，或是閒談，或是爭辯。我在阿蓋爾門下的兩年多裏，社會心理學組的成員中就包含了英國人、美國人、以色列人、韓國人、日本人、澳洲人、紐西蘭人、馬來西亞人、德國人、南非人、加拿大人、西班牙人、巴西人和中國人，而我幫阿蓋爾接待的短期訪客更是不下二十位。在阿蓋爾幾十年的精心經營下，牛津大學的心理系已成為名符其實的國際交流中心，而每個在那裏待過的學生學者，都曾在社

會心理學各流派觀念裏彼此衝擊、交會與整合。相同的是他們仍經常憶起這段受益匪淺的時光。滄海桑田、人來人往，然而不變的是每個星期一早上的聚會，以及阿蓋爾辦公室那永遠敞開的門。

或許阿蓋爾是典型的外向型個性，而且精力旺盛。在繁忙的教學研究外，還積極地參與行政工作。他服務過的委員會不下幾十個，上自中央或地方政府的機構，下至大學系所的行政組織。記得有一次我開玩笑地問他：「你參加那麼多委員會，是不是因為喜歡權力啊？」他的回答還是一貫的誠實：「一部分是，另一部分則是為了觀察與體驗小團體運作的過程。」這也是為什麼他對各式各樣的團體始終有濃厚的興趣。不管是種族團體、宗教團體、專業團體、行政團體還是休閒團體，幾乎在阿蓋爾的每一本書中都有它們的影子。這或許也是實徵主義者恪守的原則之一：不談你不了解的事，不做沒有事實根據的推論。

在四十年的學術生涯中，阿蓋爾發表於學術期刊的論文至少已有一百七十篇之多，著書也有十六冊，其中有些修訂再版，有些則被著名的「企鵝圖書」改編為通俗易懂的大眾讀物，例如《人際行為心理學》（*The Psychology of Interpersonal Behaviour*）一書出版後十年內就銷售了四十萬冊，現已有五版，這個成績可與暢銷書相提並論。阿蓋爾的每一部著作幾乎都是他主持的大型研究計畫的產物，這樣的研究共有九項，分別為「生產中的社會因素」（1956-1958）、「社會動機」（1959-1963）、「社會技能」（1963-

1967)、「非語言溝通」(1967-1970)、「精神病人的社會技能訓練」(1968-1976)、「社會行為之序列結構」(1975-1980)、「長期性人際關係」(1980-1985)、「幸福之社會心理學」(1985-1987)、「幸福之社會和認知來源」(1989-1991)。在這些研究計劃中，前後共有十位博士後研究員與他合作，我是最後的一個。阿蓋爾總是謙遜地強調他從年輕人無拘無束的創造力中收益良多。然而事實上，我相信能與阿蓋爾這樣亦師亦友的學者合作研究，才是年輕學者的運氣呢！

縱觀阿蓋爾的學術著述，他主要的研究課題大致上可分成三個階段，即，五〇～六〇年代的社會溝通與社會技能、七〇年代的社會交往與人際關係、八〇年代的幸福、合作和休閒。這些研究始終有一條線索貫穿著，那就是用實徵科學的方法來分析各種社會行為和社會現象，而其終極的研究目的則在於解決社會問題。

此次由國立編譯館和巨流圖書公司合作出版的中文版《阿蓋爾作品集》裏，實已涵蓋了他的大部分著作，而且就像他為這個作品集所寫的中文版序所指出的，這些書都是社會心理學對人類重要問題研究與關注的貢獻。經過了四十餘年漫長而成就斐然的學術生涯，阿蓋爾以長者的洞察和使命感提醒我們，今日的社會心理學需要一個深沉的反省和批判。

陸 洛

1995.6. 於高雄醫學院

麥可・阿蓋爾 (Michael Argyle) 著作一覽表：

出版年代	書 名	出版者
1957	The Scientific Study of Social Behaviour	Methuen
1958	Religious Behaviour	Routledge
1964	Psychology and Social Problems	Methuen
1967 (1994)	The Psychology of Interpersonal Behaviour	Penguin (第五版)
1969	Social Interaction	Methuen
1972 (1989)	The Social Psychology of Work	Penguin (第二版)
1975 (1988)	Bodily Communication	Routledge (第二版)
1975	The Social Psychology of Religion	Routledge (與 B. Beit-Hallahmi 合著)
1976	Gaze and Mutual Gaze	Cambridge University Press (與 M. Cook 合著)
1978	Social Skills and Mental Health	Routledge (與 P. Trower 和 B. Bryant 合著)
1981	Social Situations	Cambridge University Press (與 A. Furham 和 J. A. Graham 合著)
1985	The Anatomy of Relationships	Penguin (與 M. Henderson 合著)
1987	The Psychology of Happiness	Routledge
1991	Cooperation	Routledge
1992	The Social Psychology of Everyday Life	Routledge
1994	The Psychology of Social Class	Routledge

※中黑體字係中文版「阿蓋爾作品集」中所選入者。