

# 从自我到自我观：文化心理学的视角

李 芸, 余 琼, 郭斯萍

广州大学教育学院, 广东 广州

Email: 980310937@qq.com

收稿日期: 2020年11月18日; 录用日期: 2020年12月18日; 发布日期: 2020年12月28日

## 摘 要

古希腊哲学家苏格拉底将“认识你自己”确立为哲学使命后, 人类对“自我”探索的序幕自此揭开。自我是科学心理学研究的重要内容, “自我观”则是影响自我的更为本质的存在。文化心理学指出, 文化与人的心理相互建构、相互影响。由此, 文化在自我研究中的重要性被提到了首位。对自我的科学研究源于西方心理学, 但其理论忽略了人的文化心理, 也没有真正进入到自我观的研究中。自我观受制于个体所处的文化圈的意义解释系统, 是个体长期在社会文化模式的影响下, 内化文化价值观后的一连串的系统观念自我, 它指导个体有关自我的各种信念、价值、理想与知识的想法与行为, 从而影响个体生活的方方面面。

## 关键词

自我观, 自我, 文化心理学

# From Self to Self-View: From the Perspective of Cultural Psychology

Yun Li, Qiong Yu, Siping Guo

School of Education of Guangzhou University, Guangzhou Guangdong

Email: 980310937@qq.com

Received: Nov. 18<sup>th</sup>, 2020; accepted: Dec. 18<sup>th</sup>, 2020; published: Dec. 28<sup>th</sup>, 2020

## Abstract

After Socrates, an ancient Greek philosopher, established “knowing yourself” as his philosophical mission, the prelude to human exploration of “self” was unveiled. Self is an important content in the research of scientific psychology, and “self-view” is a more essential existence that influences

self. Cultural psychology points out that culture and human psychology construct and influence each other. Therefore, the importance of culture in self-study is mentioned first. Scientific research on self originates from western psychology, but its theory ignores people's cultural psychology, and does not really enter into the study of self-view. Self-view is subject to the meaning interpretation system of the culture circle in which the individual is located. It is a series of systematic self-concept after internalizing cultural values under the influence of social and cultural models for a long time. It guides the individual's various beliefs, values, ideals and knowledge, and thus affects all aspects of individual life.

## Keywords

Self Views, Self, Cultural Psychology

Copyright © 2020 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

人的心理包括生理机能、心理机能和文化心理三部分，生理机能以及由此而发展的心理机能，是人与动物所共有的低级心理机能。人的高级心理机能，如意识、思维、想象、语言等，则是文化建构而形成的文化心理，是人所特有的心理内容。生活在不同文化中的人的心理之所以会产生差异，正是由于不同文化建构出来的文化心理的不同，就如前苏联心理学家维果茨基(Vygotsky, 1978)所说：高级心理过程首先发生于社会的世界，就此而言，文化不是个体心理的衍生物，相反，个体心理是文化“发明”和建构出来的。

自我是现代心理学的重要研究内容，“自我观”是自我心理学研究的新主题，是某一特定文化传统中特有的根深蒂固的自我观念(idea of the self)。简单地说，自我观是由文化最核心的价值与信仰理想等观念组织而成，指的是各个文化或社会团体之成员所特有的对“自我”的看法，其与团体所生活的历史、文化、社会脉络息息相关，主要包含了一整套与自我有关的、统整的想法或信念，及与自我相关的行为实践(陆洛, 2007)。自我不是自我观，自我的重要维度如自我概念、自我体验及自我行为皆受自我观制约。社会文化与人的心理相互影响，在某一文化环境中成长和生活的个体，为了更好地适应该文化环境，会自觉或不自觉地习得该文化体系下的价值观及其思维和行动模式，建构起符合该文化体系的自我观，并以此去理解和评判其他文化。因此，对自我的了解必须深入其背后的自我观，而对自我观的了解则应该基于特定、具体的社会/文化环境。深入探讨自我观与文化的关系，这将有助于完善当前西方心理学的自我研究，揭示文化对自我观的影响及自我观对的重要作用，并促进多元文化群体的理解和交流，适应文化全球化的发展趋势。

## 2. 国内外自我观研究述评

### 2.1. 国外自我观研究述评

“自我”起初源于哲学家讨论的主题，也曾引起社会学家的高度关注。自1890年美国心理学家之父詹姆斯首次提出自我的概念及结构理论之后，心理学各学派代表人物先后展开了对自我的有关研究和论述。西方心理学的自我研究历经100多年的历史，总体而言呈现出以下几个特点：

第一,文化主题直至 20 世纪末被纳入自我研究的范畴。早期的自我研究几乎陷入文化真空,自我是局限在个体内部的与外在文化隔绝的孤立自我。随着自我研究的深入实践,自我与文化的关联逐渐被重视。

文化对个体的影响首先表现在影响个体自我概念的形成、结构、功能,继而对人的认知、情绪、动机及行为等产生影响,文化心理差异的实质源于文化差异。文化塑造个体的人格,这种塑造作用的实质是个体接受文化影响的程度,塑造作用在个体人格形成的不同阶段发挥的作用不同(马前锋,孔克勤,2007)。自我并非“取决于个体内部的生理机能和心理机能”、随着生理机能的成熟而发展,而是在外在文化的影响下内化形成的高级文化心理,它随着外在文化的变迁而发生变化,处于一个动态的发展过程。

第二,西方心理学对自我的研究以自我结构和自我历程为主,没有进入到本质的自我观层面研究。从詹姆斯的自我结构,到后续研究者有关自我结构的进一步探讨,研究的都是自我发展历程。

20 世纪末,马库斯跳出了西方个人主义文化范式,提出自我建构论,将文化纳入自我研究的主题,强调社会文化与自我的联系。然而这种联系仍无法动态地概括文化与自我的关系。直至“独立我”与“互依我”的出现,文化对自我的影响得到关注,此即“自我观”的雏形。但后续的研究者并没有进一步深入自我的本质,自我观的研究至此进入停滞阶段。

自我结构与自我发展历程研究的是个体内在的生理机能与心理机能,它们是文化心理得以建构形成的“先天条件”。自我观是个体在不同文化圈中建构起来的人类特有的高级文化心理,这种文化心理一方面通过外在文化教化的方式,对已知世界进行有意识的文化建构,使伦理、道德等高级的集体文化心理内化为个体自我观的一部分;另一方面,通过文化的无意识濡化模式习染而成,强调语言、风俗、集体意识和宗教信仰等无意识的集体文化心理对个体自我观的影响,帮助个体适应自然与文化环境。研究自我观,对了解人的自我心理、预测人的行为具有独特的贡献。

第三,西方心理学的自我研究基于客位研究方法,以“客我研究”为主。詹姆斯对自我的主客二分后,认为主我是无法被研究与认识的,只能对客我进行研究,后续的研究者多在此框架下研究自我。多年来心理学研究者将“自我概念”作为“知觉对象”即客我的主要研究主题(杨国枢,陆洛,2009)。

心理学不同于自然科学,其研究对象是活生生的人,而非完全客观、实在的无文化存在物。生活在不同文化规范下的人所具有的心理与行为特征深深地根植于该文化圈中的文化传统之中,把握和理解现实生活中真实的人的心理,需要从文化、历史、社会、生态、整体和意义的维度进行经验研究。文化心理学重视个体的文化心理与行为的真实性、意义性和运行内容,开辟了一条独特而合理探究自我观的道路。

第四,西方心理学绝大多数研究都是采用来自西方的、受过良好教育的、工业化的、富裕的和民主的国家的被试为研究对象(Henrich et al., 2010),其有关自我的观点基于西方文化背景,只关注个体内在的生理机能和心理机能对自我的影响,忽略了人的高级心理活动是源于外部的文化心理。

人的心理至少包含自然机制和文化机制两种性质不同的机制:前者主要包括心理的生理机制和心理的认知结构及其发展规律等内容,通过生物进化形成,不同文化圈中的人的心理多具有相似的自然机制;后者主要包括人的社会心理机制(如自我观)和审美心理机制等内容,主要通过文化的濡化而形成,具有较大差异性,不同文化建构不同的文化心理机制。西方心理学领域也出现过“关系性自我”(Cross & Morris, 2003)和“关系我”(Andersen & Chen, 2002)等概念,但这些概念立足于西方个体主义文化背景,研究对象基本上为美国的白人。因此,西方心理学在西方个体主义文化影响下所描述的“自我”对全人类的自我而言不具有普适性,比如它与中国人在儒家文化影响下建构的自我观及形成的自我具有不同的特点。许烺光(Hsu, 1985)认为,西方人常用的表述人的特殊属性的“人格”(personality)一词不能贴切地表达中国人概念中对“人”的解释。西方心理学实质上研究的西方白人的西方本土心理学而非全人类心理学,其研究发现并不具备普适性。从文化心理的层面找寻意识与行为的差异,是对西方心理学研究的一种重要的补充,能够更加全面地认识人类的意识与行为。

## 2.2. 国内自我观研究述评

我国有关自我的研究大概始于 20 世纪 80 年代,但国内大多数研究以西方心理学有关自我理论和实证研究的范式为主,是基于西方个人主义文化背景、科学主义范式下自我研究的套用和跟随。自马库斯有关“独立我”与“互依我”概念的提出,自我观有了雏形,同时有关自我研究的本土化问题遂成为诸多学者关注与突破的方向。

在自我研究的本土化呼吁中,我国学者对于华人的自我结构理论研究取得了丰富的成果,其中主要以台湾杨国枢的华人自我四元论和香港杨中芳(2009)的多层次道德自我理论为主要代表。此外,华人自我结构理论的神经生理学机制取得了突破性进展。北京大学朱滢团队首次对中西方自我结构提供了神经科学的证据。研究表明,中国人的内侧前额叶既表征自我又表征母亲,而西方人的内侧前额叶只表征自我,不表征母亲。研究还表明,不仅大脑调控自我这样复杂的社会认知过程,而且文化还影响着大脑的功能组织(朱滢, 2007)。

以上研究让我们看到,本土心理学研究中,文化与自我关系得到了高度重视,这源于跨文化心理学和文化心理学的重要影响。除以上自我研究的主要代表理论和科学研究外,我国还出现了其他有影响力的自我研究理论,如文化会聚自我/混融自我理论和折衷自我理论等。

目前国内有关自我的研究百花齐放,在国外自我研究的基础上有所突破:

第一,跨文化心理学和文化心理学在自我研究中的影响加大,使得自我研究不再仅是针对个体内部进行,开始突显文化、情境、语言等要素在自我研究中的重要性,尝试脱离自我的本质主义范畴。

第二,华人开始注意到,自我观受到文化的影响,不同文化圈中的个体的自我观存在着显著的差异。西方自我心理学研究取向与西方的个人主义文化密切相关,不可照搬至不同国家,自我研究应基于本土文化下进行研究方可彰显其价值和意义。

中国儒家文化建构的自我观,强调适应所处的家国文化情境。受此影响下的“我”不仅包括自己,也包括自己在家庭与家族中的角色、身份的意识 and 家庭、家族中的其他成员的角色、身份的意识。马塞勒(Marsella, 1988)等人通过对生活于美国、日本、中国和印度的个体自我观的研究发现,不同文化中的个体对社会环境与人际关系的重视程度不同,使得个体对自我结构的认识产生差异。而且,不同文化圈中的个体对内在自我与社会自我、经验自我与真实自我之间的关系认识也有差异。以语言符号象征为基础的社会文化处于动态发展的过程,自我观是在文化迁移中不断丰富其内容的,个体总是依照其所处的文化圈的规范化的符号来塑造自我观。在与文化圈中的有意义他人的互动中,个体理解其自身所处的文化内容进而有选择性地内化,从而形成有差异的自我观。

第三,研究表明中国人的自我与西方人的独立我有差异,多围绕“互依我”展开研究,且互依我包含了它复杂的成分、内涵和运作过程。本土心理学自我研究的前提,应是通过文化本身的深入研究,进而探索文化对自我的影响过程,而这正是目前有关自我研究的空白,而“自我观”的研究正弥补了这一空白。

第四,未能摆脱西方主流心理学的主客对立研究范式,以“客我”研究居多,基本上都没有进入到本质的“自我观”层面。

## 3. 不同于“自我”的“自我观”

根据以上国内外有关自我观的研究述评,我们了解到“自我”不是“自我观”,“自我观”不同于“自我”。自我是人格的核心,自我观则是影响自我的更为本质的存在,它与个体的文化背景密切相关。自我观是由个体对自己的身份与角色的观念构成的,而个体对自己的身份与角色的观念是在其所处的文

化影响下在社会化的过程中逐渐形成的。因而，自我观受文化影响而不断变化和重塑，个体自身所处的社会历史文化背景及其与周围他者的社会关系和交往方式对自我观的形成和动态发展过程具有重要影响。

自我观与文化的互动是一个连续性的整体，当文化发生变动时，自我观也会发生相应的变化，新的自我观的建构是为了适应文化的变动。不同的文化中建构起来的自我观存在差异，通过对自我观的研究，可以更好地认识和理解人类文化的共同性与差异性。美国文化人类学家和民族学家鲁思·本尼迪克特在其出版的《文化模式》一书中强调“文化”与个人人格心理特征密切相关，“文化是人格在典章上的扩大”。美国人类学家博阿兹在《文化模式》的序言中提出：“个人在文化中生存，文化是个人在其中生存。”在不同的文化中，自我观存在着差异。自我观的形成与发展是与个体所处的环境中具有意义的他人、物质和对象、观念、信仰和价值等方面的内容互动的结果(庄孔韶, 2015)。可见，自我观是一个在个体与文化的互动中不断建构和发展的动态概念。

目前的自我研究中关注最多的“自我概念”是较为表层的有关自我的知识，在后现代心理学、社会建构论心理学和文化心理学的影响下，自我的研究走出了传统心理学的个体主义和科学主义的范式，更接近本质的自我。台湾心理学者陆洛(陆洛, 2007)认为，自我观是文化价值观内化的自我体系，是文化特有的自我观念。自我观是超越了任何个体的琐碎细致的自我知识，环绕着文化最核心的价值与理想组织而成，是“作为一个人”的最抽象但也最为统整的建构，具有更广泛、更高层次的意涵。陆洛构建了“个人取向/社会取向”的“二元文化自我观”，并在自我调节方面发展了“折衷自我”的理论(陆洛, 2003)。但“折衷自我”体现的这种动态性和整合性，并不能深层次解释自我观的运作，需要进一步对自我观的文化内涵做深入研究。

彭彦琴, 杨宪敏(2009)认为，西方心理学将自我视为精神发展的核心，以自我为立足点来研究自我，中国人本主义心理学倡导对自我的超越，中西方自我观的差异，不仅表现为个体主义/集体主义、独立自我/依赖自我的差异，更重要的是“惟我”与“无我”的差异。这种中西方自我观的差异，是自我意识动态发展的不同轨迹，而对于“自我观”是什么，并无明确清晰的阐述。

有关自我观的内涵，除陆洛外，其他学者并没有关注或进行解释。陆洛对自我观的解释接近本质的自我：首先，自我观是一种抽象且统整的建构，是与文化核心价值有关的“作为一个人”的建构；其次，自我观与文化的密切关系，是文化价值观内化的自我体系；最后，自我观是超越于自我之上的指导体系。他把自我观看成是对“自我”本身的想法、信念及行为，超越了个体琐碎细致的自我知识，且这种指导体系在“调节各项心理历程中扮演了重要的角色”，但这种重要性是如何体现的，并没有进一步阐述，并且不能揭示文化与自我观的动态关系。

总之，自我观是个体的文化心理建构，是其文化内化形成的系统的观念自我，这种系统的观念自我有一种的巨大的主导性力量，它主导个体有关自我的各种信念、价值、理想与知识的想法与行为，从而影响个体生活的方方面面。

首先，社会是由个体组成的，文化是一个个个体组成的社会所构建，没有个体所参与的文化，个体不可能去接近他的潜在的那些东西，文明的任何成分归根结底都是个体的贡献(露丝·本尼迪克特, 2009)。文化本身蕴含着个体主动性和能动性的结果，而个体的主动性与能动性贯穿于个体创造文化和文化再次影响个体本身的过程。由于个体的主动性和能动性，同一文化环境下对个体的影响存在一定的差异；然而文化价值观的影响是巨大的，即使个体具有一定的主动性和能动性，在同一个群体中仍呈现出集体的行为范式和统一观念。因此，人的自我与文化的动态关系得以展现。

其次，文化心理学将人的文化心理作为一个整体，强调人的文化心理是不同文化建构的结果。人的生理机能与心理机能是文化加工心理内容的内在“模板”，而文化是进行加工的外在“素材”，文化与生理机能、心理机能的结合形成人的心理内容。因此，离开了历史、地域、语言、价值、伦理、规范等

社会/文化因素，自我观将失去建构的基础。个体的生理机能与心理机能是与生俱来的，具有普同性，而在不同文化中建构的文化心理具有特殊性，正是由于文化心理，使得不同文化圈中的个体的自我观有所区别，从而形成不同的意识与行为。

从以上对于“自我观”概念的解释，“自我”与“自我观”的差异昭然若揭。西方心理学研究的“自我”，是“客我”的各种面相，“自我观”主要是我国学者提出的概念，是自我的本质，是文化建构的产物，是自我存在的核心指导体系；自我是基于西方文化下以个体为主体的分析式研究，而自我观是跨文化视野下，文化心理学衍生的整体式的本质自我的概念；自我观可以指导自我，自我是自我观的内容与表现。

区分自我与自我观，对自我观的研究具有根本性意义。成熟的自我观可以有效指导协调人的自我及言行，反之，人的自我和言行将失去内在的指导，迷惑于外部的刺激而无法有效抉择，久而久之会产生各种自我的问题，包括心理健康的问题。每个人自我观的发展与成熟，主要与其所处文化环境有关。根据文化人类学的理论，外在的文化环境通过其文化模式作用于个体后建立个人的自我观。文化模式是客观的文化心理结构，文化模式是通过无意识与意识的方式内化为个人的自我观，从而支配与指导自我及其心理与行为。

#### 4. “自我观”研究展望

“自我观”概念与理论的提出，旨在呼吁学者超越表面的自我，关注更本质的自我。自我观具有动态性，是社会历史文化环境潜移默化对人真正起着指导作用、深刻影响的观念体系和精神力量。然而，有关自我观的研究仍处于酝酿和起步阶段，以下研究方向有待诸多学者的共同努力：

第一，需要进一步明确自我观的内涵，充实自我观的内容、结构和功能。在陆洛的自我观概念架构中，包含个人取向自我观和社会取向自我观，且这两套自我观的内涵包含“本体性和结构性”和“功能性与运作性”两个内涵。“本体性和结构性”响应的是自我作为哲学本体的实在及自我在构成成分上的特性，“功能性与运作性”是自我作为心理系统的运作及自我在日常生活中的所扮演的主要功能。陆洛的自我观的内涵以及架构，有待后续学者进一步探讨和证实。

第二，自我观应基于文化心理的基础进行研究。不同地域文化下生活着的人具有不同自我观，因此研究不同文化心理中的自我观将成为后续自我观的进一步研究方向。目前大多数学者专注于研究中西方文化对立下的自我及其自我观，有关的研究着重在于不同文化下的自我或自我观差异，然而，笼统将西方文化称为个人主义文化，东方文化称为集体主义文化，此种对于文化的简化概括显然忽略了文化本身所具有的丰富内容。其实，我们的研究对象也要超越中西二元对立的文化，文化的差异不只是体现在中西方文化的不同，即使中国不同地区也存在小范围的文化差异。差异不是绝对的，即使不同地域的文化环境存在差异，但也必然存在共性，而且文化是流通而相互影响的，因此自我观应在多元文化基础上进行整合研究。

第三，自我观研究的基础和前提，是要深入对文化心理本身进行研究。自我观是文化模式下构建的产物，研究整体的文化模式中的文化心理是研究自我观的前提与关键。有关文化心理的研究，心理学必须借助于人类学、社会学、文化心理学和跨文化心理学的相关研究成果。

第四，自我观的研究方法要借鉴人文主义的方法。科学、客观、理性的实证主义研究方法限制了自我研究本身，难以探索自我的本质。对于人类高级的心理过程，运用现象学的研究方法更符合心理学研究的意义(莫雷等, 2006)。

总之，深入探究多元文化并存时代背景的个体自我观，对于减少文化差异引起的各种冲突，促进不同文化群体之间的沟通与理解，构建稳定、和谐、健康的个体自我均具有积极的意义。

## 参考文献

- Marsella, A. (1988). *文化与自我——东西方人的透视*. 任鹰, 等, 译. 杭州: 浙江人民出版社.
- 陆洛(2003). 人我关系之界定——“折衷自我”的现身. *本土心理研究(台湾)*, (20), 139-207.
- 陆洛(2007). 个人取向与社会取向的自我观: 概念分析与实证测量. *美中教育评论*, (2), 1-23.
- 露丝·本尼迪克特. 文化模式[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2009.
- 马前锋, 孔克勤(2007). 文化与人格: 心理人类学的解释. *心理科学*, (6), 1517-1520.
- 莫雷, 王瑞明, 陈彩琦, 温红博(2006). 心理学研究方法的系统分析与体系重构. *心理科学*, 29(5), 1026-1030.
- 彭彦琴, 杨宪敏(2009). 惟我与无我: 中西方自我观比较新解. *心理学探新*, 29(4), 3-6.
- 杨国枢, 陆洛(2009). *中国人的自我: 心理学的分析*. 重庆: 重庆大学出版社.
- 朱滢(2007). *文化与自我*. 北京: 北京师范大学出版社.
- 庄孔韶(2015). *人类学通论(第3版)*. 北京: 中国人民大学出版社.
- Andersen, S. M., & Chen, S. (2002). The Relational Self: An Interpersonal Social-Cognitive Theory. *Psychological Review*, 109, 619-645. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.109.4.619>
- Cross, S. E., & Morris, M. L. (2003). Getting to Know You: The Relational Self-Construal, Relational Cognition, and Well-Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 512-523. <https://doi.org/10.1177/0146167202250920>
- Henrich, J., Heine, S. J., & Norenzayan, A. (2010). The Weirdest People in the World? *Behavioral and Brain Sciences*, 33, 61-135. <https://doi.org/10.1017/S0140525X0999152X>
- Hsu, F. L. K. (1985). The Self in Cross-Cultural Perspective. In A. J. Marsella et al. (Eds.), *Cultural and Self: Asian and Western Perspectives* (pages). New York & London: Tavistock Publication.
- Vygotsky, L. (1978). *Mind and Society: Development of Higher Psychology Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.