

# 生态心理学——心理学研究模式的转向

易 芳<sup>1</sup>, 俞宏辉<sup>2</sup>

(1. 江西师范大学 教育学院, 南昌 330027 2. 南昌大学第一附属医院 理疗科, 南昌 330006)

**摘 要** 生态心理学是西方心理学的一种新取向,它在方法论上倡导将交互作用原则作为主要研究原则,具体来说,就是主张实际生活环境的研究原则、多元方法选择原则、多元交互解释原则,这些原则带来了心理学研究模式的转向:从探讨思辨中或实验室中的心理向探讨真实环境中的心理转变;从人的心理内部机制的探求转向对人和环境互动关系的探求;从对理论模型的追问到对理论背景与实验设计之间匹配的关注;从分析性思维模式为主转向综合性思维模式。

**关键词** 生态心理学 交互作用原则 研究模式

中图分类号:B8409

文献标识码:A

文章编号:1003-5184(2008)01-0016-05

生态心理学是 20 世纪中期在西方国家出现的一种心理学改造运动。近二三十年来,这一运动对西方心理学的方法论和研究思路都产生了深刻的影响。生态心理学,简言之,就是提倡在真实环境中研究人-环境系统中的心理与行为的一种研究取向。该定义中就包含它对传统主流心理学改造的两个主要方面:一是研究对象,它认为心理学的研究对象应该是人-环境这个统一的系统,而不是单纯从人的角度来研究人的心理和行为;二是研究方法,“提倡在真实环境中研究”的主张。而这两个方面的改造理念都包含在生态心理学的基本研究原则之中,并且在这个基本原则的引导下,在生态心理学近几十年的具体研究中,逐渐形成了几种具体的研究原则。这些原则使得心理学研究模式发生了新的转向。

## 1 生态心理学的基本原则——交互作用原则

生态心理学家认为被传统心理学家所分离的两个方面的东西,如行为和心理、行为和环境,在本体论上都是相互依赖和相互作用的对子,因而在认识论上和方法论上,都不能对它们进行分离地研究和解释。因此从方法论上,生态心理学家把交互作用原则(the principle of reciprocity)作为首要原则运用于他们的研究之中。隆巴尔多在《知觉者和环境之间的交互性:詹姆士·吉布森的生态心理学的演化》一书中,开宗明义指出:“吉布森的生态心理学的中心观点就是交互作用的原则。”并且还阐述了交互作用原则的三个重要含义:1)动物(包括人)-环境交互作用不仅是心理学的研究对象,而且是生态心理学的中心原则;2)

生态心理学中“生态的”的含义是指动物-环境的交互作用,它能最突出地反映这种新取向与传统取向视角的根本转换:从一种人和环境的二元分离到人-环境的相互作用的视角转换;3)有机体和环境都是生态系统,它们的组合也是生态系统<sup>[1]</sup>。

交互作用原则包含以下几个方面的具体原则,为生态心理学认识 and 解释研究对象以及进行具体研究提供了更加具体的指导思想。

### 1.1 关于研究本身的原则——在实际生活环境中研究的原则

由于生态心理学认为动物和环境是交互作用的,所以脱离动物的生活环境来研究动物和动物的行为是不现实的,而且这也是 20 世纪初传统心理学陷入困境的主要原因之一。动物和环境的交互作用原则是作为如何定位心理学研究对象的主要原则,而在实际生活环境中研究的原则就是在研究方法上与之呼应的原则。

传统心理学为了使自己与位于自然科学前列的物理学等学科保持一致,从它们那里挪用了严格的实验方法,而不管这种方法是否完全适用于心理学的研究对象。虽然实验方法为心理学积累了大量的科学知识,使得心理学在自然科学界受到了瞩目,但是严格的实验室设计和程序肢解了人在生活环境的鲜活性 and 真实性,使得这种研究远离了心理学应面向现实生活的研究目标。这一点正是生态心理学家集中火力批判的地方。奈瑟认为传统的信息加工取向对人类认知的揭示不令人满意的原因就是因为它

的基本范式将认知完全置于背景之外。他进一步认为典型的信息加工和认知实验是在争取方便而不是“真实的”环境中发生的。因而,奈瑟呼吁一种生态心理学的认知科学,这种认知科学研究认知行为发生的背景,还有与这个背景联系的行为和过程<sup>[2]</sup>。

在实际生活背景中研究心理和行为,包括研究宏观环境背景和日常生活背景的心理现象和行为。例如,生态心理学已经展开研究的认知行为包括:1)说话和交流行为;2)早期生活经验的记忆行为、见证人的记忆和酒精对记忆的影响;3)日常计划和社会行为;4)日常任务行为,如阅读的行为,等等。这种越来越关注实际生活问题的研究,已经成为认知科学研究的一个主要趋势。国内学者张风琴等人也认为目前“新兴的应用认知心理学和认知神经科学充分地反映了生态学的整体论思想。认知心理学的发展必将走向一条整体生态多元化的研究道路<sup>[3]</sup>”。

## 1.2 关于研究方法的选择原则

### 1.2.1 把生态效度作为检验研究有效性的一项重要指标的原则

实验室研究从诞生起,一直备受大多数心理学家的欢迎,其原因是实验室研究借助各种仪器设备和实验控制手段,能够精确解释事情的因果关系,从而能够在一定程度上预测行为。但是由于它的人为性,严重与真实生活脱节,因而也遭到来自主流心理学内部和外部的众多批判。生态效度正是主流心理学内部的心理学家接受了生态心理学思想,为了改善实验研究而提出的一项检验指标。

正如卡鲁扎(J. Karuza)所形容的“生态效度的概念有一个漫长而令人尊敬的历史<sup>[4]</sup>”,生态效度最早由布伦瑞克提出,当时它所用范围还是很有限的,他多次定义生态效度,最后把它界定为预测某一刺激或提示线索是否可靠的指标。后来的生态心理学家如布朗芬布伦纳和奈瑟等人都先后对它进行了更广义地阐发。例如布朗芬布伦纳把它界定为:“在一项科学研究中被试经验到的环境具有被研究者所假定的特性的程度<sup>[4]</sup>”。这个定义强调一种研究在多大程度上反映了真实背景。奈瑟将生态效度界定为一个理论或一个实验结果能够说明或预测人们在真实的、各种不同背景中的行为的程度。这个定义强调一个理论或实验研究的实用价值。这两个定义实际上包含了生态效度的两层相互关联的含义,前一层

含义是后一层含义的前提条件,后一层含义是前一层含义所要达成的目标:即如果要使得一种研究具有较高的实用价值,那么对于实验室研究来说,实验设计中的情境就要与真实环境的情境高相关,或者说一种研究的情境要包含一种真实环境的主要特性,而且在这种实验情境中发生的心理或行为在特定的真实环境中是典型性的。生态效度是基于对实验室的反思提出来的,但是不意味着野外观察就不要生态效度。生态心理学认为生态效度对心理学的实验室研究和野外观察研究都具有同样的意义。如何使得研究具有生态效度,简单地说,就是要改进实验设计,将实验设计与自然研究结合起来。

### 1.2.2 多元方法组合原则

一些生态心理学的研究者不满实证主义框架下的严格实验设计惟我独尊的地位,提出一种多元方法组合的研究取向。生态心理学家认为,生态效度的提高或主观经验的评估这个目标不能用单一种方法达到,也不可能在不同种类的研究中达到同样的程度。因此,他们主张多元方法,当没有一种单一方法和单一研究能够完成所有的要求时,在不同的研究中,不同方法的组合有助于接近这个目标。多元主义不仅指多元方法,而且还指多元研究设计、多元取样、多元分析、多元变量和多元数据分析方法。例如,同样一种研究可以采用多种研究设计:跨区域设计、纵向设计以及准实验设计等等。在数据收集上也有很多方法,例如行为样本记录法:对某一个目标被试一天之中的活动作最原始最详尽记录的方法;经验取样方法(ESM)<sup>[5]</sup>:它使用信号器随机让被试报告他的日常生活中某一个特定时间的行为和思想;自拍法(autophotography)<sup>[6]</sup>:它提供了一种现象学的、主观的方法去获得自我概念与实际社会和物理环境之间关系的观察,在这种方法中,被试对与他们的自我概念有关的环境进行拍照,等等。

总之,研究方法的选择尽可能适合生态心理学的研究对象和目的。生态心理学的多元方法组合原则不特别推荐某种特殊的方法,也不推荐将某种研究模式作为一种研究典范和普遍范式,它认为每一种研究都有它自己的特殊方法和技术的组合。

### 1.2.3 关于研究的解释原则——循环或多元交互解释原则

交互作用原则还包含着对行为主义单向的因果

解释原则的拒绝。单向的因果性包含着独立的原因和依随的单一效应,而交互性则包含着原因和效应的相互依存性,单向因果性包含不连续的事件,而交互性则包含着整合或一体化的事件。生态心理学认为传统心理学的刺激-反应反射弧假设就忽略了刺激对反应的相依性,切断了刺激与反应的连续性,破坏了刺激与反应的协调性。相互依存性的原则不仅站在二元论的对立面而且站在单向因果理论的对立面,它主张在解释心理学现象时打破这种单向因果模式。

## 2 生态心理学指导原则对心理学研究的影响

生态心理学运用交互作用总指导原则,试图引导心理学研究模式做一些改变。

2.1 从探讨思辨中或实验室中的心理向探讨真实环境中的心理转变(或者说研究对象从被动的接受者向主动搜寻者转向,更加关注现实性的心理现象)

科学心理学建立之前的心理学思想基本上关注人的各种心理官能是如何认识世界的,试图通过哲学的思辨来揭示观念的形成和发展规律。对真实生活中的心理现象即所谓的“形而下”的问题不加注意。科学心理学建立以后,现代科学思维又把心理学领向了实验室中人为任务的研究,实验心理学把人的心理首先假定为人人是一样的,没有个体差异,力求通过实验来发现具有普适性的心理规律。所以真实生活中带有个体特征或具有情境性的心理现象不是科学心理学研究的范围。生态心理学研究通过强调对人和环境的交互作用的关注,使得心理学研究者的目光投注在真实生活环境中发生的心理现象。

2.2 从人的心理内部机制的探求转向对人和环境互动关系的探求

在实验室研究中,人的心理内部机制的研究是它的根本任务。这种心理学被布伦瑞克称之为“被包裹的”心理学。心理学的原理都是由一些生理学或计算机术语所构成。这种心理学势必是有缺陷的,它不能完全回答各种心理现象在真实生活中的复杂性和差异性。特别是在与人的社会生活联系紧密的社会心理学中,这种仅从有机体(人)生理因素或内部因素的角度来解释心理现象的做法不符合社会心理学学科特征。因此,社会心理学也是产生生态心理学的适合土壤之一。勒温、巴克和布朗芬布伦纳等人都在纠正这种偏向上做出了有益的探索。

他们通过自己的实践研究证明:将群体行为和心理及其发展放在人和环境的交互关系中考察的可行性,并且这种研究能解释不能用人的心理内部机制解释的问题和现象。例如,布朗芬布伦纳就认为心理过程必须看成是系统的特征,而在这个系统中的个体只是一个成员。他又说“我提供了一种新的取向,这种取向关于发展着的人、环境和两者之间的进化作用的概念是全新的<sup>[67]</sup>”。生态心理学不仅仅适用于社会心理学,它已经是作为心理学的一种普遍趋势在发展。例如,作为人格心理学的研究对象出现的“自我”这个概念,在生态心理学家那里,被他们称之为自我生态,并被理解为由他人、供给物、背景以及持久的社会经验组成的生态系统。这个自我既塑造这个生态系统又是它的产物。由于把发展和变化理解为发生在这个自我生态之中,因此对自我变化和发展的解释,不仅涉及个体内的因素而且还涉及包围个体的周围物,它们之间的相互作用被认为是自我概念的中心动因<sup>[8]</sup>。

2.3 从对理论模型的追问到对理论背景与实验设计之间匹配的关注

现代主流心理学由于过分推崇科学的实证主义精神,把科学的因果定律作为检验一个理论是否有效的唯一标准。“心理学研究中,经常以因果关系分析的水平作为衡量研究质量的标准。一般来说,如果一项研究的变量及其因果关系明确,就认为该研究具有较好的效度,其层次水平也比较高<sup>[69]</sup>”。而影响因果关系分析水平的重要因素是这项研究的理论模型设计得如何,换句话说,是否能有效排除无关因素和把握关键变量。至于这项研究的模型设计是否建立在对真实环境中发生的行为的考察之上以及实验能否很好地解释真实环境的现象,却不被重视,即不考虑实验的生态效度。在历史上,典型的代表人物是赫尔,他企图通过严密的假设-演绎方法来建构一个关于人类和动物行为的、普遍的、系统的心理学理论模型。赫尔的理论模型在推导过程没有任何问题,问题出在这种理论的前提假设上,实验本身的逻辑性不能代替解释的有效性。布伦瑞克、布朗芬布伦纳和奈瑟等人认为生态效度的实验研究能更加有效地解释真实生活的现象,而要使得实验研究具有生态效度的有效做法就是与自然主义方法结合,而使用自然主义方法的主要目的就是要探究真实环

境中的个体与所处的环境之间的多方向的交互作用,为实验室设计提供有效的研究任务,也为理论解释提供更加多元的途径。

## 2.4 从对纯粹事实(是什么和怎样)的关注转向对事实与事实的价值(功能性的)融合的关注

纯粹事实的关注是心理学从自然科学那里继承过来的。构造主义心理学家铁钦纳明确提出心理学研究“是什么”的心理学,机能主义是研究“为什么”的心理学,而前者才是正统的心理学,后者是心理学的应用。生态心理学认为这种分离导致了心理学研究脱离现实生活,任何心理学研究对象的存在与功能都是相统一的,因而在追问心理现象是什么和怎样发生的时候不能回避对其功能的考察。在吉布森的知觉理论中,对知觉发生机制的解释是建立在有机体适应环境的交互作用之上,即不同的有机体对环境的信息(可获得性)的侦察是与它所特有的生活环境相联系的。例如,生活在黑暗中的蝙蝠能听到超声波(环境的一种可获得性),但是人却不能侦察到这种环境的特征,人的耳聪目明是针对人类的生活环境而言,换句话说,有机体的心理和行为是在具有物种典型性的环境中发生的。盲人能通过脚步的声音准确地区分客人的身份,这也是他对他所特有的环境适应性的表现。知觉的这种分化就是不同有机体对不同的生活环境逐渐适应而形成的,这种进化而来的知觉对于有机体的生存具有特殊的价值。

## 2.5 从分析性思维模式为主转向综合性思维模式

心理学在其独立之初,为了心理学的科学性而努力,因而竭力地保持其学科的独立性。任何离开正统心理学所规定的研究模式的尝试都被他们视为离经叛道。按照科学模式建立的心理学,它严格遵循科学认识事物的规律,对事物进行分析、剖析才能认识事物的本质。分析性思维成为心理学主要的思维模式,与这种思维模式相联系的观点有客观主义、元素论和定量分析。生态心理学家看到这种单一的思维模式所带来的弊端,因此,生态心理学家积极推荐综合性的研究模式,在具体的生态心理学研究中,与这种思维模式相联系的观点有整体论、实验研究与自然主义研究相结合的观点、个体特质研究和一般规律研究相结合的观点以及多元方法组合的观点等等。

## 3 结语

在生态心理学研究原则指导下,心理学研究模

式既强调研究的真实性、又重视研究的严密性,既强调研究的整体性,又重视研究的差异性。这样,既保留了主流科学主义在心理学研究模式中的积极作用,又祛除了它所带来的弊端,如方法中心论、普适性原则、价值中立原则等等,同时又使得这种研究模式带有人文主义的特点,如多元方法论、心理现象的情境观、对事实价值的关注,这也在一定程度上消解了心理学研究模式中科学主义与人文主义的对峙和分裂。这种在生态心理学研究原则指导下的研究模式转向也与当代心理学发展的综合化和多元化趋势相暗合,因此,从学科发展的意义上说,生态心理学是当代心理学研究模式的一种新取向。

生态心理学,由于其方法论以生态交互作用为特色,它带来的心理学研究模式的转向正在越来越多的心理学领域获得研究者的青睐。生态认知心理学就是生态心理学在认知领域研究的进一步运用和深入,国内有学者把生态认知心理学的理念运用于网络游戏教育与学习环境的设计中<sup>[10]</sup>,对于现行教育改革有着积极的意义。也有学者试图将生态心理学的理念与教育心理学相结合,衍生出一种新型的学习理论——生态学习论,以期展现学习的整体、多元的面孔<sup>[11]</sup>。而在发展心理学领域,以布朗芬布伦纳的社会生态系统论为代表,从生态心理学角度对人的个性和社会性发展提出了崭新的观点<sup>[12]</sup>,引导发展心理学在生态化道路上前进了一大步。生态心理学在心理学各个领域的发展态势让人们有理由相信,这种与心理学的实践密切联系着的研究取向必将符合未来心理学的发展方向。

## 参考文献

- 1 Lombardo T J. The reciprocity of perceiver and environment: the evolution of James J. Gibson's ecological psychology. Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 1987. 3-4.
- 2 Shlechter T M, Michael P Togli. New directions in cognitive science. Ablex Publishing Corporation, 1985. 3-4.
- 3 张凤琴,等.生态学视野下的现代认知心理学研究.陕西师范大学学报(哲学社会科学版),2006,35(1):109-114.
- 4 Karuza J R, Zevon M A. Ecological validity and idiography in developmental cognitive science. In Shlechter T M, Togli M P, Eds. New directions in cognitive science. Ablex Publishing Corporation, 1985. 88-104.

5

Hormuth S E. The sampling of experiences in situ. Journal of Personality ,1986 ,54 :262 – 293.

6

Ziller R C ,Smith D E. A phenomenological utilization of photographs .Journal of Phenomenological Pshchology ,1977 ,7 :172 – 185.

7

Brofenbrenner U. The ecology of human development :experiment by nature and design. Harward University Press ,1981. 3.

8

Hormuth S E. The ecology of the self :relocation and self – concept change. Cambridge University Press ,1990. 1 – 2.

9

王重鸣. 心理学研究方法 . 人民教育出版社 ,1990. 27.

10

朱敬东 ,张晓曼. 基于生态认知心理学的网络游戏学习设计 .江苏技术师范学院学报 ,2006 ,5 – 8.

11

郑葳 ,王大为. 生态学习观 :一种审视学习的新视角. 心理科学 ,2006 ,29( 4 ) 913 – 915.

12

候凤友. 社会生态系统论心理发展观述评. 辽宁教育行政学院学报 ,2005 ,22( 12 ) 40 – 41.

Ecological Psychology :The New Pattern of Psychological Research

Yi Fang<sup>1</sup> ,Yu Honghui<sup>2</sup>

( 1. Education College of Jiangxi Normal University , Nanchang 330027 ;

2. Department of Physiotherapy ,The First Affiliated Hospital of Nanchang University ,Nanchang 330006 )

**Abstract** :Ecological psychology is one of the recent trends of Western psychology. It looks the ecological reciprocity as the main principle in its methodology ,specifically ,it encourages researching in the real environment ,adopting multivariate technology and multivariate cause – effect explanation. These propositions have brought in the change of the pattern of psychological research from the focus on the artifical phenomena in the lab experiments to the real psychological phenomena ,from the exploration on the internal mechanism to the correlation between people and environment ; from upbuilding the theoretical model to focusing on the matching between the theoretical hypothesis and the enperimental design ; from the analytical model of thinking to the synthetical model of thinking.

**Key words** :ecological psychology ,the ecological reciprocity principle ; the pattern of psychological research