

从勒温的场动力看老子无为的“道家式”积极

田锐*

(泰山学院教师教育学院, 泰安 271000)

摘要:从紧张系统与适度紧张、心理生活空间与有利空间、不确定性与可能性、潜在心理力与柔性渗透力这四个角度对比、审视老子的无为思想和勒温的场动力理论,发现两个理论体系有内涵上的关联:无为的适度作为是在紧张系统内把握紧张度;无为的弹性调控是在心理生活空间中营造有利空间;无为的回归原初是在不确定事件中透析可能性;无为的柔性用力是以隐含的心理力进行韧性渗透。通过对比分析也可以总结出老子无为思想的“道家式”的积极意蕴:以积极诱发积极,催生希望;以意识引领潜意识,提升认知;以弹性调控韧性,寻求适度;以“反”技术完善技术,达成客观。

关键词:勒温;场动力理论;老子;无为;道家式积极

中图分类号:B8409

文献标识码:A

文章编号:1003-5184(2023)05-0396-06

勒温借用物理学的“场”探究人的行为,以心理生活空间和心理紧张系统两大核心概念构建了他的场动力理论,包括场论和动力论,他认为个体的动机行为是由其心理生活空间决定的,行为随人和环境的变化而变化。心理场具有动力性和交互性,只要人的心理场存在需求,就会产生内部张力,即“紧张系统”。行为动力源自于人自身内部紧张系统的释放,环境在这个过程中起着导火索的作用。由此,场动力理论开辟了心理学研究的新领域,也为科学的发展提供了一个影响深远的方法论,“19世纪科学的发展趋势,是按照场的关系来思考问题”(申荷永,1999)。

老子以无为来诠释人的行为。无为是老子哲学思想的基本概念之一,也是一种积极、灵活的生活态度或行为模式,是指顺应事物的本性,在自然而然的状态中有所作为。无为是相对于人为而言的,人为即“伪”,即多为、乱为、强为。无为有两层含义,一是无伪,即不干预,不操纵,不制造混乱,强调“循”自然之道;二是为无为,即自然而然地为所当为,非不作为,注重“辅”万物之性。无为不仅是道家追求自然的途径和原则,更是人类共同的心理基础和生活原则。

随着社会的发展、科技的进步,人们逐步认识到生活的意义不在于外部扩张,而在于内部的适应和人格的完善,这使东方智慧备受西方关注,道家思想开始在西方学者开启的“东学西渐”过程中受到西方心理学界的青睐,老子思想的传播和现代转化成

了一股研究热潮。老子的心理学思想既跟西方心理学相对应,又具有自己独特的内容体系。对比老子的无为与勒温的场动力,发现它们在心理内涵上既有所不同,也有许多地方可以相互佐证,甚至可以说,场动力理论的某些观点几乎就是对无为意涵的心理学诠释。因而基于心理事实,借助古今中外学者对于老子思想的诠释,特别是心理学家对老子观点的心理学表达,能更好地理解 and 挖掘无为的“道家式(Taoistic)”心理思想及其积极价值(刘笑敢,2008),也更利于老子心理思想的现代转换。

1 紧张系统与适度紧张

勒温的动力论又称心理紧张系统理论,紧张系统是场动力理论的基本概念,勒温以此论述了需求、紧张、动力和目标之间的相互影响,用以说明行为随着人和环境的变化而变化:“只要在一个人的内部存在一种心理的需求,就会存在一种处于紧张状态的系统”(Wolman,2012),“一种目的或一种意向,可以形成一种需求,产生具有动力意义的紧张系统”(Lewin,1936)。就是说,紧张源于需求,又把需求引发的动力引向目标。勒温也论述了紧张的产生与解除,“只要需求未得到满足,一种与目标相连的力便存在,并引导着朝向目标的活动”(Marrow,1977)。对此,他的学生以实验进行验证:“被试对未完成的工作的回忆量平均为68%,对已完成的回忆量为43%”(申荷永,1991),这说明被试完成工作后,原有的心理紧张就解除了;没完成的,相关的准需求仍然存在,心理紧张就会继续影响被试的后继

* 通讯作者:田锐, E-mail: tianrui246@163.com。

心理及行为。勒温所说的“紧张”是以跟动力相关的“意向”而对后继行为产生影响。

老子不但透视了需求、紧张的动力意义,而且他更强调把动力置于系统之内予以整体把控和适度引导。首先,客观地辨识“紧张”的动力作用。“五色令人目盲;五音令人耳聋;五味令人口爽;驰骋畋猎,令人心发狂;难得之货,令人行妨”(《老子》12章,以下只注明章数)”。人们在寻求感官刺激之后,更强烈的需要和紧张会接踵而至,人的欲望攀升到一定程度,想控制也比较困难,甚至使人在紧张或压力中失去自我,致使后继心理和行为变得更加不切实际。所以他提出了“为腹不为目(12章)”“去甚、去奢、去泰(29章)”“知止(32章)”等主张,这体现了他对需求、紧张、动力和目标之间关系的整体认知。其次,适度地引导“紧张”的动力作用。万物“生而不有,为而不恃,功成而不居(2章)”,老子非常看重做事的前期意识,主张以不限制、不打扰、不恃强、不居功而降低“为”的紧张度,减缓精神压力。处下、不争、不言、守柔、守中、去巧、不仁、无弃、弗居、复归等都是老子“为无为”的策略。“为无为”就是不焦躁地奋斗,由意识引领,以适度为前提,其效果是“无为而无不为”:尽管看上去没做什么,但在不经意间能达成更多愿望。用耶克斯——多德森定律可以说明这种效果:中等强度的动机水平做事效率最高,用维纳的可控性这一研究维度来理解,在可控的因素上努力是无为,在不可控因素上的努力就是有伪。(田锐,2022)

勒温的心理紧张系统是作为一种条件属性而内含于老子的无为思想之中:正因为有紧张系统,才有了紧张度的问题,也正因为需要把握紧张度,才必须无为。无为所强调的适度作为亦即在紧张系统内把握合适的紧张程度。

2 心理生活空间与有利空间

勒温所说的心理生活空间即动力场,是指决定个体心理活动的所有事件。尽管人的心理生活空间极为广阔,但人们意识到或能把握的生活空间是相对窄化的。正如勒温所说,“往往只有当社会气氛发生变化时,人们才认识到什么是社会气氛”(勒温,1997),人们常对生活中的某些事实视而不见、听而不闻。勒温认为客观的心理事件应该包括个体意识里清楚或不清楚的事实,也包括外部存在或不存在的客观事实。他又以个体的体验为标准把心理环境分为两部分,一是考夫卡所说的“行为环境”,即个体意识到、看得见、了解的环境;另一个是个体还没有意识到,但有影响的环境(勒温,1997)。他更看

重后一种环境对人的影响。这个类别划分凸显了那些被忽视的事实可能产生的作用:不清晰的事实或许不被留意,但会以氛围的形式影响到个体;不存在的事实也可以进入个体的意识并以想象的形式影响到个体。由此从理论上论及了人的自我意识在心理生活空间里的弹性伸缩特性,他甚至概括了弹性的心理学定义:“一个变化过的区域返回其初始状态的趋势”(勒温,1997)。这说明人的自我意识会因为意愿或想象而使个体的心理空间有了差别:喜欢的,就纳入知觉范围;不喜欢的,则被忽视或排斥。因此人的反应在心理空间上会有一定弹性,其弹性大小源于人们能动的选择,各种各样的选择也呈现出空间大小的意味,喜欢和不喜欢,愿意和不愿意,会导致不一样的事实发生。也正是基于此,那些符合人们意愿的榜样、氛围、文化会对人产生无形的影响(田锐,2021)。

老子的无为也注重隐含的影响,“为无为”要求人们有所为,有所不为,并尽量以“不为”为主。比如,有很多人在家庭教育中要做一个少干涉孩子的“懒”家长。源于无为的意识引领,“为”和“不为”就有了一个弹性选择的弹性空间,老子强调以此来创设可回旋的空间意境。处于期间,以非打扰、非干预、非控制为前提,在相对意义上选择那些非激进的行为,逐渐缩小“为”的空间,增大“不为”的空间。这种弹性调控可用维果茨基的最近发展区理论予以解释:教师在学生“跳一跳够得着”之处有所“导”(为),给学生一个他能意识到的、看得见的情境,以增加体验或了解;当学生有所悟时,教师就适可而止,留下一个与前期引导有关、需要后续思考的问题空间,给学生一个意识不到被教育、但又有激发意义的情境,以等待学生自己去解决问题(不为)。教师的引导、学生的努力在程度上都有一定弹性,师生在“你进我退”之中相互作用。教育是教师逐步放手(不为)的过程,即以教师的无为促进学生的自化。教师的“为”是一种引导,“不为”是一种等待,都有弹性教育意义。

勒温从外在影响的角度探讨了心理活动空间的弹性特征,而老子是从内在领悟的角度、在可行性意义上阐释了无为对于心理活动空间的弹性调控。无为主张通过弹性调控在心理生活空间中营造能促进适应的有利空间,是更具弹性、积极的处事方式。

3 确定性与可能性

勒温以确定性来探讨生活中的模糊现象。他认为心理事实的确定性程度对于描述情境是十分重要的,清晰度是生活空间认知结构的一种必不可少的

决定因素,不确定性会导致描述生活空间中的特殊困难,确定度的任何变化都是真正的心理过程,也都是一种动力事实,他还发现确定度在生活空间的各区域之内会有过渡,最初不清晰的区域逐渐变得较为清晰,这是在新环境中定向过程的特点(勒温,1997)。他说的“定向”是一种变不清晰为清晰的途径,个体完成一个定向选择,心理事件的确定性会立刻显现。但他似乎把不确定性等同于可能性,因为他在给科勒的信中曾提到“可能的多重性意即指不确定性”(勒温,2003)。勒温很矛盾,他认为陷入悬而未决的多重性之中是一种混乱和缺陷,必须克服这类不确定性,但他又表示,一种模式的确定会“包含许多的纯武断的东西”(勒温,1997)。

其实,对眼前的事件予以确定性的认知,人们必须依靠相对恒常来感知世界,否则会导致烦恼甚至恐惧,这是生活真实。但人们的目标、期望、思维、欲求、想象等本身就带有主观性和不确定性,这些因素所具有的动力也使人们在意图和行动上产生不确定的变化,这同样是生活真实。现实中的多数人对于确定性的感知更倾向于:“某物变得越‘是’,它也就变得越‘应该’”、“事实越真确,它们也就越是行动的好导向”(马斯洛,2013),而不确定性往往意味着知识的贫乏或者控制能力的不足。不过,人们对“不确定性”与“可能性”的主观感知也有差别:面对心理事件的不确定性,人们常带有追究或认定其负面作用的倾向;但面对心理事件的可能性,人们的内心则饱含探寻其正面作用的期望。解决这些复杂、矛盾的问题,老子的无为更有积极价值。

老子是利用可能性来理解生活中的模糊事件。在他看来,正因为不确定,所以才蕴含更多的可能性;可能性越多,就越意味着发展方向的无限和发展空间的广阔。他知道人的主观判断会忽略一些有用的可能性,“我们有意识的理智太概念化、太数量化,它丢掉了大量的现实,特别是不能领会我们自身内部的现实”(马斯洛,2010),所以老子不限制、不排斥各种可能性的可能作用,主张用无为方式尽量接纳更多可能性,在更大范围上审视生活事件,并尽力使不确定性和可能性得以统一。比如,“不言”就是以少说而留有余地,不至于早早地堵死某些沟通渠道,以便于更好地说。他也知道人的不合理欲望会排除某些可能性,所以又建议“复归于朴”,溯本求源,以发现那些被掩盖、疏忽或遗忘的原初的可能性,从而拓宽视野,增加认知的宽度和灵活性,用以前后对比,反思纠偏。

勒温论述了确定性对认识心理事件的客观作

用,但他陷入了“不确定是一种缺陷”与“确定又易产生武断”的矛盾之中,也未论及如何解决。无为对此既有理论认识也有应用延伸,它主张的回归原初是在不确定事件中透析更多的可能性,这既利于弱化不确定所造成的负面影响,也利于发现更多有用的可能性,还利于发挥主观能动性,选择适当,寻求更优。

4 潜在心理力与柔性渗透力

受物理学“力场”的启发,勒温认为心理位移的属性是“趋向于某一目标或离开某一区域”,那么“在朝向这个目标的方向上,可能存在一种趋势,或者我们也能够称之为‘力’”(勒温,1997),即心理位移是由心理力所致。动力“含有力、能量和活动等意义,可包括所有决定有机体行为的内在或潜在因素”(申荷永,1991),勒温以紧张状态表述人的内在需求,把“场”看成是在特定时间里的心理事件,使“场”与心理力结合起来,用来说明“紧张”本身就是动力的一个内部来源。也正是源于此,波林才说“紧张”这一概念的运用“是一种动力心理学的真正标志”(波林,1982)。虽然生活中的各种心理事件有所不同,但就跟磁场中的各种物体一样,它们相互关联、相互依存,由此也呈现出不同的动力关系,有意识到、分明的动力,也有意识不到、暗昧的动力。当暗昧的力量在潜移默化中起作用的时候,影响者的身体语言会自然而然地呈现出友好或对立等情绪属性。对此,尽管影响者不一定意识到,但被影响者能敏感地觉察到。进一步说,如果影响者的意图表达越明显、强烈,被影响者就越容易知觉到干涉或强制的意味。面对强势刺激的“入侵”,被影响者常常放大其冲击力,并自动地以抑制反应来表达抗拒。比如,家长一开口,孩子立即开始防备:“又要教育我?!”源于此,“由一种不愉快的张力刺激起来”的心理事件“一旦开始之后,便向着能够减少这种不愉快的张力的方向发展”(弗洛伊德,1922)。

尽管老子没有关于“力”的表述,但“为无为,则无不治(3章)”、“无为而无不为(48章)”、“无为则无败(64章)”等表达中都有动力意蕴,他主张冷静地引导这类暗昧之力,强调以潜在的心理力促成某种结果。无为之举往往委婉地提供刺激,主动给对方预留一定回旋余地,弱化其抑制反应,从而具备了弹性的潜能;无为的柔性意向没有刺激锋芒,其含蓄、适度、温和可以减少阻塞,增加流畅,促进接受;无为的以退为进增强了进退之间的张力,具有向前端靠近的“进”的倾向和趋势,但没那么强人所难,是以善意唤起对方的积极情绪,促成良性互动,产生

“无为之益天下希及之(43章)”的效果;无为水一样的静默绵长之力,在淡然放松之中“绵绵若存,用之不勤(6章)”,便于长时间地浸润渗透,体现了“天下莫柔弱于水,而攻坚强者,莫之能先”(78章)的优势。

场动力理论又用心理空间阐述心理力的渗透。心理生活空间的各个区域之间有心理边界,个体内的边界也表现不同程度的动力渗透性(勒温,1997)。动力渗透促使区域间的心理位移,即心理内容的生发和扩展。勒温把“对心理位移产生阻力的边界或边界地带称为阻碍”(勒温,1997),阻碍强度决定了心理位移是否会发生以及发生的程度。人与人的相互影响其实就是渗透力的对抗,一方想进入,另一方考虑是否接受。如果孩子讨厌家长的教育意图,就会有意无意地予以抵抗来拒绝渗透。老子主张避免刚性作为,提倡柔性渗透,跟对方软对接。勒温把“流动性”、“弹性”看作是造成心理事件结构变化的动力条件:流动正是力的弹性渗透所达成的,一个心理事件发生后,与之有因果关系的相应事件就紧接着出现,一系列的心理事件在流动中前后相承。勒温很看重流动性情境的作用,他说“在其他条件不变的情况下,一种情境越是流动,则这种情境中产生一定变化所需要的力就越小”“边界的减弱或消失能够导致全域的显著的流动性”(勒温,1997)。这一表述从理论上诠释了无为发挥作用的过程:无为以水的至柔和渗透性弱化了对立面的边界阻碍,在情境流动中起到了四两拨千斤的作用,便于过渡和适应。正是因为不打扰、不入侵、不阻碍事物的内在本性,自然无为才促成了勒温所说的全域性流动。无为所带来的流畅就如同水的蔓延:先“漫无目的”地在所及之处发挥浸润渗透作用,一旦找到进入另一区域的突破口,就聚集力量、持续发挥作用,从而“无有入无间(43章)”,直到“水滴石穿”(田锐,2021)。

勒温的场动力理论阐明了暗昧心理力的渗透特性,这给老子无为之力的作用机制提供了心理学的理论佐证。老子也主张以隐含的心理力进行韧性渗透,不过老子对潜在心理力及其渗透的表达更具形象化,也含有效果估量。

5 无为思想的“道家式”积极

综上,场动力理论重在理论的客观表达,并不涉及行为的努力朝向,但无为所蕴含的“道家式”的积极在于:尽量以自然而然的方式寻找、发现和利用各种保护因素,引导人们朝着有希望的方向做出努力。

5.1 以积极诱发积极,催生希望

马斯洛曾表示,更好的精神健康的样式应该是道家的形象(陈明,2018)。无为内在的具备了积极心理学所重视的保护因子,处下、不争、守柔、无弃、守中、弗居、复归等在心态、认知、情感、反应、应对、关系等方面都是积极的。无为内含的积极心理品质能促使人们在生活中以有利成分抵消或中和不利成分,为催生新的希望提供动力,最终会使人整体地走向积极。预先的积极更有可能带来积极,以积极诱发积极是老子无为思想的核心要义,“积极心理学的实质其实就是在诠释《道德经》的精华”(袁洪娟,2011)。

罗伊·鲍迈斯特曾提到:坏事比好事的影响大(罗伯特·萨顿,2021),但C. R. 斯奈德强调:“我们要注重培养希望,而不是让恐惧主导我们的生活”(斯奈德,洛佩斯,2013)。无为就是关注优势,让积极因素发挥积极的作用。无为倾向于忘却自我地面对现实,放弃批评,不挑拣,让问题自然而然地显露出它的意愿,让它成为它自己,尊重它,欣赏它,不阻拦,不打扰,不干涉。“道家承受”意味着正面的肯定会增多,而负面的否定会减少(马斯洛,2010)。无为之举在更大范围内处于开放和接纳状态:利于扩展注意范围,向无限可能性敞开心扉,更有机会拓展认知的边界和深度;利于诱发变通思维,通过弹性地适度作为灵活地应对各种生活事件;利于集合内外保护资源,在利而不害的基础上柔性用力,充分发挥积极作用。

道家思想推崇“和”,无为以和谐为宗旨。在紧张系统内调控紧张程度,在心理空间中营造有利空间,在不确定事件中透析各种可能性,以韧性的心理力提升渗透性等,都是消解差异而非放大对立,寻找共同点而非突出不同点。和谐本身就是“和而不同”,无为促成的“和”之中的各个部分既是自然的,又是积极的。

5.2 以意识引领潜意识,提升认知

意识是理性的,但潜意识与理性相对立。那些根深蒂固的信念、自然而然的习惯、无比坚持的目标等意识成果的内容都容易植入潜意识,起到引领人们直觉的作用。

潜意识具有一定适应性优势。潜意识参与的过程是根据个体原知,通过弥散传递,来完成对现实的自动适应,其刺激量一般处于可知觉水平以下,不容易被感知,这种在不知不觉中运作的心智组合体被称为适应性潜意识(威尔森,2006)。尽管在潜意识运作的时候,意识没有“到场”,但一旦潜意识跟现

实无法对接,不能自动运行,大脑就立即唤醒意识,警觉后的意识会马上介入,进行应急处理,并与外在的普遍规则建立联系。潜意识的这种运作机制能激发人的联想通路,使思维在更宽广的范围内进行,以方便快捷地反映社会现实,更好地适应生活。

潜意识本能地抗拒它不喜欢的东西,碰到讨厌的事,人们会下意识地选择避开,而碰到感兴趣的事,容易集中精力做事,也常因为专注而忘记“为了什么而做”。积极因素以其自身的愉快因子容易激发积极意识,也更容易引领和带动相应潜意识的运行。人们在确立了目标并为之不懈努力时,并不需要一直瞪眼攥拳地念叨这个目标,潜意识在既定方向上让人适时并自动地做该做的事。“为无为”是通过“损之又损,以至于无为(48章)”。有意识地“损”,“损之又损”,刻意性、动机强度渐渐趋无,直至植入潜意识。其积极意义在于:悬置价值判断和利害估量,把目的淡化为本应如此,尽量向无动机的目的状态靠近,从而以潜意识来引领方向、提供动力(田锐,2022)。“为无为”自带目的,又看似无目的,既内化于心,又表层趋无,易使人开启无意识思维加工模式,“能在所有观念和联想中灵活地展开搜索”,继而“激活其他节点”(曹守莲,2004),促成无意识追求,即潜意识的运行。

5.3 以弹性调控韧性,寻求适度

面对危险或不幸,能变得更坚强,那就是有韧性。心理学最简短的韧性定义是“弹回”(斯奈德,洛佩斯,2013),积极心理学的韧性是对不幸或危险的积极适应。有研究表明,对于如何和何时调用内外保护资源,人们有较为明显的个体差别(Harvey & Delfabbro, 2004),这类指标涉及人们朝积极结果而努力的韧性大小。也有研究关注了人们“在不幸中个体如何保持或重新获得正常水平的技能和避免产生严重问题”(Masten & Reed, 2002),这类指标涉及人们在某个范围和空间内的弹性大小。弹性与韧性有所不同,韧性是能否坚持,弹性是能否灵活。良好的弹性能灵活地适应不同环境,也能承受并有效地应对破坏性影响,可避免坏的结果,也能促进好的结果。人们必须在正确的方向上表现出韧性,而韧性的方向需要通过弹性来灵活掌控。

无为反对刚性的勇敢大胆、孤注一掷、全力以赴,它主张以“好静”而不扰乱,以“无事”而不强求,以“无欲”而不占有的方式,集合内在的温暖、耐心、谨慎、坚持、浸润等保护因子,柔且韧地使用自己的力量。这种“缓缓融入”的方式,既有欣赏生活现实按其本然状态而自然展开之心态,也有强调在等待

中努力的弹性接纳之坦然,一切都在时间的长河里积极配合,慢慢融洽。无为的柔性用力以积极的意识和能动的适应促进了韧性与弹性的协调统一,即在时间长短和力量大小上分配“浸”和“润”的力度,在情感投入程度上调整“温”而“顺”的界限,在时空范围里控制“容”且“融”的进度,在欲念强度上涵养“虚”与“静”的成分,在如何获利上掌握“进”和“退”的尺度(田锐,2021),从而在生活事件中的各种紧张度、心理空间、可能性、用力方式之间予以弹性延展和韧性微调,尽量寻求恰当的平衡点,达成顺应,提升生活质量。

5.4 以“反”技术完善技术,达成客观

技术的进步确实能够推动社会发展,造福人类,使人得到更多便利与实惠。但技术发展的实质是对自然的叛逆,会在一定程度上破坏自然的秩序,也会产生压抑人类的负面影响(武青,陈红兵,2017):“无生命的技术系统所带来的技术专制也正在成为凌驾于人与自然之上的力量”(朱志宏,2002),“技术的进步让我们生活在一个忙碌的、发条般的对人类生理施暴的世界里”(阿伦·瓦兹,2015)。虽然老子、柏拉图等许多古代先哲们都毫不掩饰他们对技术的轻视,但是科技进步使人类社会陷入生态危机并未引起世人的足够重视。

老子崇尚“为无为”,反对人为,主张“弃智”、“去巧”,强调自然适应。在他看来,“人多伎巧(57章)”,此乃“大伪”。大道至简,“大巧若拙(45章)”,技巧的根本并不在于技术本身。马斯洛称无为是“道家了解事物本性的途径”,“是一种对待自然的态度而不是通常意义上的技术”,“应该称为反技术”(马斯洛,2010)。如同“教是为了不教”、“管是为了不管”,无为是以“负的方法”来制衡技术的负作用(冯友兰,1996),即利用反技术的方式来避免或修复技术带来的弊端,这对技术的发展起着补充和完善作用。这种作用机制可称为“反向努力律”或“逆向定律”(阿伦·瓦兹,2015)。因为是用“反”来找寻“正”,也可称为“反成”。社会发展需要技术的不断进步,老子并非抵制技术,而是谨慎地对待技术,他不会在过分依赖技术和极端反对技术当中二选一,他要强调的是:人们发挥意识能动性,必须自觉地以顺应自然为前提,把技术的负作用减少到自然能够承受的程度,以促进人与自然的协调发展。

参考文献

阿伦·瓦兹(著).(2015).心之道:致焦虑的年代.桂林:广

- 西师范大学出版社.
- 波林(著).(1982).《实验心理学史》.北京:商务印书馆.
- 曹守莲.(2004).初级加工思维研究综述.《西南师范大学学报(人文社会科学版)》,(3),53-58.
- 陈明.(2018).《全真道德修养论研究》.北京:宗教文化出版社.
- 冯友兰.(1996).《中国哲学简史》.北京:北京大学出版社.
- 弗洛伊德(著).(1922).《在愉快的原则之外》.伦敦版.
- 罗伯特·萨顿等(著).(2021).《可复制的成功》.杭州:浙江教育出版社.
- 刘笑敢.(2008).道家式责任感与人际和谐.《文史哲》,(6),7.
- 马斯洛(著).(2013).《马斯洛人本哲学》.长春:吉林出版集团有限公司.
- 马斯洛(著).(2010).《科学心理学》.西安:陕西师范大学出版社.
- 马斯洛(著).(2012).《动机与人格》.北京:中国人民大学出版社.
- 申荷永.(1999).《充满张力的生活空间 勒温的动力心理学》.武汉:湖北教育出版社.
- 申荷永.(1991).论勒温心理学中的动力.《心理学报》,3,84-90.
- 斯奈德,洛佩斯(著).(2013).《积极心理学》.北京:人民邮电出版社.
- 田锐.(2021).心理弹性视域下老子的“守柔”思想及其家庭教育意蕴.《心理学探新》,21(6),490-496.
- 田锐.(2022).老子无为思想的家庭教育意涵.《教育评论》,(9),99-105.
- 威尔森(著).(2006).《弗洛伊德的近视眼》.成都:四川大学出版社.
- 勒温(著).(2003).《拓扑心理学原理》.北京:商务印书馆.
- 勒温(著).(1997).《拓扑心理学原理》.杭州:浙江教育出版社.
- 武青,陈红兵.(2017).格雷·怀斯.反技术的新卢德主义类型考.《自然辩证法研究》,33(4),35-38.
- 袁洪娟.(2011).佛博士呼吁阅读《道德经》.《中国道教》,(2),37.
- 朱志宏.(2002).西方反技术文化及对我国的影响.《山西高等学校社会科学学报》,(7),14-16.
- Harvey, J., & Delfabbro, P. H. (2004). Psychological resilience in disadvantaged youth: A critical overview. *Australian Psychologist*, 39(1), 3-13.
- Lewin, K. (1936). A dynamic theory of personality: Selected papers. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 84(5), 612-613.
- Marrow, A. J. (1977). *The practical theorist: The life and work of Kurt Lewin*. Teachers College Press.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. (2002). *Handbook of positive psychology*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Wolman, B. B. (2012). *Contemporary theories and systems in psychology*. Springer Science & Business Media.

Laozi's Wu - wei "Taoist - style" Positive in the Sight of Lewin's Field Dynamics

Tian Rui

(Taishan College, Teacher Education College, Tai'an 271000)

Abstract: Comparing Laozi's wu - wei thought and Lewin's theory of field dynamics from four angles: nervous system and moderate tension, mental life space and favorable space, uncertainty and possibility, potential psychological force and flexible penetration, it is found that the two theoretical systems are related in connotation; the moderate action of inaction is to grasp the degree of tension in the system of tension, the flexible regulation of inaction is to create favorable space in the space of mental life; The original regression of inaction is to dialyze possibility in uncertain events, and the flexible force of inaction is to penetrate tenacity with implied psychological force. Through comparative analysis, we can also sum up the implication of The positive implication of "Taoist style" in Laozi's wu - wei thought; to induce positivity by positivity, to promote hope; to guide the subconscious mind with the awareness, to enhance awareness; to regulate resilience by flexibility, seek moderate; Perfect technology with "Anti - " technology, achieve objective.

Key words: Lewin; Field Dynamics Theory; Lao Zi; Wu - wei; "Taoist - style" positive