

## 《心理科学进展》审稿意见与作者回应

题目：正念何以减少非伦理行为？双系统理论的视角

作者：明晓东；付静宇；白新文；杨建锋

---

### 第一轮

#### 审稿人意见：

**意见 1:** 首先，在问题提出部分，论文从“如何减少非伦理行为”的角度引入问题（第 1-3 段），这是一个非常宽泛的论述，不能够快速捕捉到论文研究的核心；随后，文章在没有任何承接的情况下，就立即转到“正念”相关的内容（第 4 段），将前文宽泛的论述迅速聚焦到了正念这一主题，前后存在一个非常大的论述脱节，并且整体逻辑也不顺畅。建议作者从正念的作用出发，同时辅以如何减少非伦理行为，两方面同时着手来引入研究问题，不仅更符合文章的核心，也能够更好地聚焦研究问题。

**回应:** 非常感谢您的宝贵建议，帮我们更好地在问题提出部分切入话题。根据您的建议，我们重写了问题提出第一段，并调整问题提出部分研究话题的引入逻辑。目前引入研究话题的大体思路是先从正念的作用出发，进而过度到正念对于非伦理行为可能的作用；在论述如何减少非伦理行为的基础上，进一步提出正念可能是一种从道德决策双系统同时减少非伦理行为的方法。主要修改段落落在正文第 1 页第一段蓝色字体部分，内容如下：

正念是指对当下事件和体验的一种无评判地注意和觉察(Brown & Ryan, 2003; Kabat-Zinn, 2013)。在中国传统儒释道文化中，皆有正念训练的传统，其中又以佛教禅修最为世人熟知(林之丞, 夏允中, 2019)。现代社会中，这一古老的技术也在焕发新生。比如，正念已经在美国硅谷成为了一种时髦(张静等, 2017)。不少高科技公司甚至在企业内部引入了正念项目（比如谷歌的“探索内在自我”课程），帮助员工寻求自身潜力的开发(Schaufenbuel, 2015)。现代科学学术领域，心理学研究对正念的功效进行了更深层次地挖掘。正念被发现对于个体的认知和情绪各方面的功能皆有重要的影响(王海璐, 刘兴华, 2017; 张静等, 2017; 郑晓明, 倪丹, 2018)。此外，正念也会影响个体的具体行为。比如，有研究认为正念可能可以减少个体的非伦理行为(e.g., Orazi et al., 2021; Small & Lew, 2021)。非伦理行为会造成巨大的危害，以往研究在探索减少非伦理行为的措施方面做了不少努力(Cremer & Moore, 2020; Kish-Gephart et al., 2010)，但正念的相应作用未获足够重视。在正念已经被逐渐引入到管理实践的背景下，探索正念“能否”、“如何”与“何时”减少工作场所非伦理行为成为了一个

有价值的议题。

新增参考文献：

林之丞, 夏允中. (2019). 从儒释道到静觉的自我修养模式:正念的重新思考. 本土心理学研究, 52, 69 - 114.

Schaufenbuel, K. (2015). Why Google, Target, and General Mills are investing in mindfulness. Harvard Business Review. Digital article, Dec 28.  
<https://hbr.org/2015/12/why-google-target-and-general-mills-are-investing-in-mindfulness>

意见 2：其次，在理论部分，作者仅仅用三行文字（p.8 第二段）将正念与道德决策的双系统理论进行联接，这部分显然太薄弱。作者需要充分阐明，为什么能够用这一理论来解释正念对非伦理行为的双路径作用机制，即正念与道德决策的双系统理论之间的适配性。

回应：感谢评委老师的建议，帮助我们进一步思考如何强化正念与道德决策之间的联结。修改稿中我们增加了大段内容阐述为什么正念与道德决策双系统之间具有适配性，具体修改内容如下（p. 8 第二段蓝色字体部分）：

从以上内容不难看出，正念对于个体的认知和情绪功能都有重要影响。道德决策双系统理论的核心内容就是指以认知调节为代表的理性道德决策系统和以情绪调节为代表的直觉道德决策系统。因此，正念可能对于道德决策双系统是存在重要影响的。前面部分我们提到，理性道德决策系统的核心是道德推理。也即是说，个体在进行道德决策的过程中会对道德困境进行理性细致地考量(Rest, 1986)。根据道德决策四阶段模型(Rest, 1986)，个体需要首先意识到道德问题的存在（道德觉知），随后对道德困境做出准确判断（道德判断），产生之后行为的倾向（道德意向），最后根据前面的意向做出相应行为（道德行为）。由于正念提升了个体的注意力，这可能有助于觉知道德困境的存在(Ruedy & Schweitzer, 2010; Shapiro et al., 2012)；而认知灵活性和工作记忆等认知功能的提升则可能有利于个体充分加工信息(Baddeley, 1992; Murray et al., 1990)，从而做出更加准确的道德判断；最后，正念提升的自我控制能力可能是个体道德意向转换为道德行为的有利保障(Ajzen, 1991)。因此，正念在认知功能方面的增益，可能有助于个体理性道德决策能力的提升。另一方面，前面部分也提到直觉道德决策系统的核心是情绪反应。正念可以影响个体的情绪功能，高正念个体的情绪生命周期更加短暂，其情绪达到最大唤醒程度的速度更快(Goldin & Gross, 2010)。因此在面临道德困境时，正念有可能可以帮助个体更加迅速地感受到特定的道德情绪。同时，正念强调要真诚地接纳当下的状态(Kabat-Zinn, 2013)，因此高正念的个体也更容易压抑自己产生的特定道德情绪。据此判断，正念可能也可以提升个体直觉道德决策系统的功能。

新增参考文献：

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.

Murray, N., Sujan, H., Hirt, E. R., & Sujan, M. (1990). The influence of mood on categorization: A cognitive flexibility interpretation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3), 411-425.

**意见 3：**再次，在研究述评部分，几乎没有看到正念的相关内容，这显然是不完善的。从文章题目“正念何以减少非伦理行为”来看，将正念的作用引入到非伦理行为领域，并运用道德决策的双系统视角来探究作用机制，是该研究构想的重要创新点，那么以往研究是否有相关的内容与结果？据此，相应的研究空白也应该在研究述评中点明，从而更好地引出后续的研究构想，请作者思考补充。

**回应：**感谢评委老师的意见，帮助我们更加深入思考本研究构想对于正念领域可能做出的贡献之处。前稿确实在述评部分对于正念话题以及正念与非伦理行为相结合话题的内容存在忽视，在修改稿件中我们针对二者进行了补充。其中，针对正念话题，我们主要提出了需要加强对正念效应的权变作用的研究。针对正念与非伦理行为相结合的话题，我们提出一方面要增加这类话题的研究，另一方面需要采用更加统合性的理论指导。相关修改内容在修改稿第 8 页第三段开始到第 10 页第二段蓝色字体部分，内容如下：

通过前文内容不难发现，现有研究就正念和非伦理行为两个独立话题皆做了不少有益探索。正念相关的研究考察了正念对个体认知和情绪功能方面的重要影响，比如注意力、认知灵活性、工作记忆、自我控制、情绪生命周期、情绪反应性、情绪基调等。非伦理行为话题则在理论和影响因素方面都有不少研究。从非伦理行为话题的理论视角方面，研究者们分别从理性道德决策和直觉道德决策两个系统提出了相应的解释；从非伦理行为话题的影响因素方面，此前研究针对道德困境特征、个体内因素、人际因素和组织因素做了许多探索(Cremer & Moore, 2020; Kish-Gephart et al., 2010)。然而，现有研究无论是针对正念话题还是非伦理行为话题，抑或二者相结合的话题，都存在一些不足：

第一，关于正念话题，现有研究主要考察正念的主效应，忽视了情境或个人因素对正念起作用的权变效应。前面论述中提到，正念对于个体多方面的认知和情绪功能的影响已经得到了较多研究者的关注。然而，这些研究的主要关注点在于正念是否存在影响，而鲜少关注正念何时存在影响(刘生敏，信欢欢, 2019)。虽然大量研究发现正念对个体心理功能存在确切的影响，但研究者也承认正念并非对所有个体的敏感度都是一样的(Segal et al., 2010)。究竟

是什么因素导致正念对不同个体的影响不同呢？比如，个体自身的一些特质是否会影响正念的效应？个体所处特定环境与正念的交互作用是否也可能存在影响？这些问题需要未来研究进行进一步探索。

.....

.....

第四，针对正念与非伦理行为相结合的话题，现有研究也存在较大的忽视。一方面，现有研究关于正念与非伦理行为相结合的话题关注度不够。前面我们提到，已经有一些研究关注了正念与道德相结合的话题(e.g., Ruedy & Schweitzer, 2010; Shapiro et al., 2012)。然而，整体上这类话题的研究是缺乏的，并且这些研究往往停留在正念对道德认知层面的影响上，并未进一步将之上升到道德的行为层面。另一方面，现有关于正念与非伦理行为相结合的话题也缺乏统合性的理论框架指导。正如前文部分提到，现有关于正念与道德话题相结合的研究，主要还是在理性道德决策系统的视角下进行；缺乏研究从直觉道德决策系统的视角下进行探索，更缺少研究从道德决策双系统理论的视角下进行整体性地探索。因此，有必要加强对正念与非伦理行为相结合话题的研究，同时采用统合性的道德决策双系统理论视角指导这类研究的深入展开。

**意见 4:** 再者，在研究构想部分的子研究二中，情绪耗竭并不是单纯的情绪变量，包含了情感、活力和精力等内容，因而情绪耗竭和道德情绪作为两个并列的中介，存在一些不合理性；特别地，研究二是基于“直觉道德决策系统”，情绪耗竭如何隶属于“直觉系统”，请作者进一步阐明。

**回应:** 感谢评委老师的建议。在文中我们将“情绪耗竭”和“道德情绪”共同作为直觉道德决策系统的代表性变量，主要是考虑二者对于非伦理行为的影响都是使得个体跳过道德推理，直接进行最终决策，因而是一种直觉的机制。情绪耗竭是指个体的情感和身体资源被过度支出和消耗的感觉(Maslach et al., 2001)。从Maslach等人的定义可以看出，情绪耗竭是情感、活力和精力等资源丧失后的一种状态。虽然该变量并不是纯粹的情绪变量，但在本文中，我们主要强调个体情绪耗竭状态下，容易导致情绪调节的失败，冲动地做出非伦理行为(Hunter & Penney, 2014)。出于以上考虑，我们在模型中将情绪耗竭与道德情绪共同作为直觉道德决策系统中的代表变量。原稿中我们未在正文详细说明该问题，容易导致读者误解，修改稿 13 页第二段到第 14 页第一段中蓝色字体部分，我们对此进行了补充。内容如下：

情绪耗竭是个体情绪和身体资源过度损耗的状态(Maslach et al., 2001), 此时个体容易因一时冲动而做出非伦理行为(Hunter & Penney, 2014); 道德情绪则是个体启发式地抑制非伦理行为的主要因素(任俊, 高肖肖, 2011; Haidt, 2001)。情绪耗竭和道德情绪对于非伦理行为影响的共同特征是二者都使得个体的道德决策过程跳过了道德推理, 直接影响道德行为; 同时, 二者对于非伦理行为的影响主要是通过情绪调节的方式。以往研究发现, 情绪耗竭状态下的个体, 容易出现情绪调节的失败, 从而冲动地做出非伦理行为(Hunter & Penney, 2014)。比如, 情绪耗竭的餐厅服务员向顾客的汤里吐口水(Hunter & Penney, 2014)。在这种状态下, 他们甚至难以意识到自己行为中存在的道德意涵(Gino et al., 2011; Lawrence & Kacmar, 2018), 从而无法进行道德推理的过程。道德情绪(如厌恶、移情、内疚等)是道德决策的启发式影响因素(徐平, 迟毓凯, 2007)。个体在道德情绪的影响下, 也可以直接跳过道德推理的过程, 直接做出道德判断, 进而影响随后的行为(Haidt et al., 1993)。因此, 我们选择情绪耗竭和道德情绪作为直觉道德决策的代表变量。其中, 情绪耗竭是非伦理行为的促进因素, 道德情绪是非伦理行为的抑制因素; 二者一正一反, 代表直觉道德决策系统中促进和抑制非伦理行为的情绪调节因素。

新增参考文献:

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422.

此外, 评委老师希望我们进一步详细阐明为何情绪耗竭能够隶属于直觉道德系统。以往研究发现, 当个体处于情绪耗竭状态下时, 他们更加倾向于采取默认的行为模式(Banker et al., 2017), 并且丧失了道德推理的一些功能(Gino et al., 2011)。个体在情绪耗竭状态下的决策容易受到他们平时的习惯、经验、信念等因素的影响; 情绪耗竭状态下, 个体决策不会经过深思熟虑, 而是一种冲动的、启发式的判断(Banker et al., 2017)。此外, 情绪耗竭状态下, 个体可能并不能够觉察到道德问题的存在(Gino et al., 2011; Lawrence & Kacmar, 2018), 也就无法进行理性地道德推理了。在原稿中, 我们对于该机制的阐述不够明确, 我们在 14 页第 2 段蓝色字体部分修改了如下内容:

情绪耗竭的个体容易采取习惯性行为以保存有限资源, 而非采取深思熟虑的方式行动(Banker et al., 2017; Neal et al., 2013)。Haidt 等(1993)认为, 个体的许多道德决策往往是社会习俗影响下的惯性行为, 这个惯性行为快于道德推理, 是一种直觉式的道德决策。因此, 情绪耗竭可能使得个体在道德决策中惯性行为增加, 做出更多越过道德推理的直觉式道德决策。此外, 面临道德困境时, 情绪耗竭的个体缺乏相应的资源来关注道德问题, 个体难以意

识到困境中的道德意涵(Gino et al., 2011; Lawrence & Kacmar, 2018), 也就无从进行道德推理的过程。这也就使得情绪耗竭的个体容易受非理智情绪的影响, 冲动地做出非伦理行为(Lawrence & Kacmar, 2018)。总之, 情绪耗竭通过增加惯性行为、降低个体道德觉察能力, 使得个体更加容易越过道德推理过程, 在道德决策时依赖非理智的情绪线索进行直觉决策。

新增参考文献:

Banker, S., Ainsworth, S. E., Baumeister, R. F., Ariely, D., & Vohs, K. D. (2017). The sticky anchor hypothesis:

Ego depletion increases susceptibility to situational cues. *Journal of Behavioral Decision Making*, 30(5), 1027-1040.

Neal, D. T., Wood, W., & Drolet, A. (2013). How do people adhere to goals when willpower is low? The profits

(and pitfalls) of strong habits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(6), 959-975.

意见 5: 此外, 乐观主义这一边界机制也与整个理论框架存在一些脱节, 不太属于“道德”领域的范畴, 请作者进一步思考修改。

回应: 感谢评委老师的中肯建议, 帮助我们完善理论模型。为了使调节变量和整体模型框架“道德”的意涵更加契合, 我们在修改稿中删除了乐观主义这个边界机制, 改成了道德专注度作为正念起作用的一个特质类边界条件, 具体修改内容如下 (p. 14 第二段到 p. 15 第一段蓝色字体部分):

道德专注度(Moral Attentiveness)可能会调节正念对于情绪耗竭的作用。道德专注度是指人们在多大程度上长期觉察与留意他们日常生活经历中的道德准则和道德要素(Reynolds, 2008)。前面提到, 正念可以帮助个体更好地应对日常生活中的压力事件, 从而减少情绪耗竭。在面临压力事件时, 某些个体容易将自己的挫败感上升到道德层面; 认为自己从道德上应该如何做, 否则就给自己贴上含有道德失败意义的标签 (Burns, 1999, p. 179; Pulcu et al., 2013)。这些思维扭曲加重了反刍行为, 容易导致情绪耗竭。正念正是通过减少个体的这类反刍行为而减少情绪耗竭。道德专注度可能会削弱正念在减少情绪耗竭方面的作用。对于高道德专注度的个体而言, 他们对于道德赋予更高的关注度(van Gils et al, 2015); 正念可能难以阻断高道德专注度的个体体验压力事件下的道德失败感, 也就难以减少高道德专注度个体的反刍行为。由此判断, 正念对于减少情绪耗竭的作用可能在高道德专注度的个体身上表现会更弱。而对于低道德专注度的个体而言, 他们并不会特别地去关注道德准则和道德要素(van Gils et al, 2015); 正念可以有效地阻断低道德专注度的个体去思考压力事件下的道德涵义, 减少低道德专注度个体的反刍行为。因此, 正念减少情绪耗竭的作用可能在低道德专注

度的个体身上表现会更强。

新增参考文献：

Burns, D. D. (1999). *The feeling good handbook*. Plume.

Pulcu, E., Zahn, R., & Elliott, R. (2013). The role of self-blaming moral emotions in major depression and their impact on social-economical decision making. *Frontiers in Psychology, 4*, 310.

Reynolds, S. J. (2008). Moral attentiveness: Who pays attention to the moral aspects of life? *Journal of Applied Psychology, 93*(5), 1027-1041.

van Gils, S., Van Quaquebeke, N., van Knippenberg, D., van Dijke, M., & De Cremer, D. (2015). Ethical leadership and follower organizational deviance: The moderating role of follower moral attentiveness. *The Leadership Quarterly, 26*(2), 190-203.

**意见 6:** 在子研究三的理论模型中，仅仅是将子研究一和二的部分进行了简单的组合，并且没有充分说明选择这些变量的原因，感觉子研究三的必要性和充分性都大大降低。

**回应:** 感谢评委老师的建议。研究三的模型确实主要是组合正念影响非伦理行为的理性道德决策系统和直觉道德决策系统。经过综合考虑，我们删除了研究三，以免有画蛇添足之嫌。

**意见 7:** 最后，在理论构建部分，文章几乎没有提到对正念领域的理论贡献。如前所述，如果在本研究构想中，“正念”是非常重要的研究主题，那么就需要在引言、理论、述评和研究贡献等部分充分论述，才能更好地突出本研究的特色与亮点。

**回应:** 感谢评委老师的中肯建议，启发我们进一步挖掘研究构想的理论意义。在修改稿中，我们强化了研究构想对于正念领域的理论贡献，主要分为两个方面。一方面是强调正念和非伦理行为的交叉融合，可以帮助我们检验正念的作用机制是否是影响个体信息加工的双系统；另一方面强调正念起作用的边界条件，这弥补了以往研究的缺憾，也能让我们对正念的作用有更加客观合理的认识。修改的内容在第 17-18 页的蓝色字体部分：

首先，本项目从双系统理论的角度切入，探索正念减少非伦理行为的作用，有助于两个不同领域的交叉融合。前面综述部分我们提到正念对于个体的认知和情绪功能皆有重要的影响，正念能够影响注意力、工作记忆、认知灵活性、自我控制、情绪生命周期、情绪反应性、情绪基调等众多心理功能。也即是说，正念对于人类信息加工的双系统皆有重要影响。同时，我们也对于非伦理行为发生的内在机制进行了论述，发现道德决策双系统理论是解释非伦理行为发生的统合性框架。由于正念和非伦理行为都与双系统理论存在密切关联，我们在理论

建构中将二者进行有机结合,并提出了正念减少非伦理行为的理性道德决策系统机制和直觉道德决策系统机制。正念和非伦理行为领域的有机结合对于两个研究领域都具有一定的贡献。一方面,这一交叉融合有助于我们检验正念的贡献是否确实在于影响个体信息加工的双系统;另一方面,这一交叉融合也拓展了非伦理行为的前因。

.....

.....

最后,本项目分别从个体和情境因素考察正念起作用的边界条件,有助于深化我们对于正念效应的认识。以往研究虽然发现个体对于正念训练的反应是有所区别的(Segal et al., 2010),但却鲜少考察正念起作用的边界条件(刘生敏,信欢欢,2019)。对于正念效应边界条件的忽视,容易让人们对于正念作用的认识失之偏颇。比如说,正念在西方社会流行之后,也遭受了许多批评,不少正念练习者抱怨正念并没有研究报告中声称的神奇效果(Halliwell, 2014)。对于正念效应边界条件的忽视可能是这一现象出现的重要原因。本项目分别从个体和情境因素考察正念起作用的边界条件,能够为相关话题提供启示。在本项目中,我们主要提出道德氛围、道德认同、道德专注度等情境或个人因素的调节作用。针对正念通过道德决策双系统路径影响非伦理行为这一过程而言,这些情境或个人因素的调节作用能够让我们更加深刻地理解为什么正念会影响道德决策的理性系统(如道德推脱和伦理想象)和直觉系统(如情绪耗竭和道德情绪)。从而,为我们从伦理行为的意义上理解正念起作用的边界条件提供了帮助。

新增参考文献:

Halliwell, E. (2014). *Getting over the mindfulness hype*. 2014-11-4 Retrieved from <https://www.mindful.org/getting-over-the-mindfulness-hype/>

最后,再次感谢评审专家的宝贵建议,您的建议对论文修改有非常大的助益,非常感谢。

---

## 第二轮

审稿人意见:

作者团队认真跟进审稿人的意见并做出了有效修改,我没有进一步的意见或问题了。

编委意见:

作者根据审稿人的意见和建议对文章进行了修改,质量有很大提高。从修改稿来看,还存在以下问题:

**回应：**非常感谢您的宝贵建议。这段时间我们对审稿意见进行了认真地思考和讨论，并基于您的建议对文章进行了修改。在以下修改说明中，我们对每一条修改建议进行了回复阐述，请您指导。

**意见 1.** 文章第 4 部分以往研究述评，包含了一些与本研究内容关联不大的内容。这可能是由于审稿人的第 3 条意见“关于正念的相关研究空白应该在述评中点明，从而更好地引出后续的研究构想”。适当的增加是可以的，但目前很多偏离了本文关于“正念和非伦理行为关系”的研究主题。例如，述评的第 1 点，关于正念缺乏权变效应，与本文关系不大。第 3 点，与主题不在一个逻辑层次上【这最多算是实践价值】。实际上，只需要保留第 4 点，即以往针对正念与非伦理行为相结合的话题存在的不足。最多再多保留第 2 点非伦理的双系统。

**回应：**感谢编委老师的意见。经过综合考虑，我们在修改版本中删除了原稿第 1 点“正念权变效应”和第 3 点“正念干预研究”的研究述评，以更加突出本研究的核心内容。同时我们保留了第 2 点和第 4 点，以突出本研究“道德决策双系统”的特点以及“正念与非伦理行为”相结合的研究话题。

**意见 2.** 尽管在以往研究不足的提炼里去掉正念的调节那个点，但在文章最后本研究的贡献部分是可以保留的。换言之，这 2 个问题是顺带着做的贡献【不是专门针对它们而做的研究】。也就是说，不是因为以往的正念研究没考虑调节而开展本研究，但做了本研究确实可以在这个问题上做出贡献。

**回应：**感谢您的建议。在研究述评中，我们将正念权变效应研究的论述和正念干预研究的论述删除了；但正如您所言，做了本研究之后自然而然会对这两个话题做出贡献，因此我们在最后研究贡献部分保留了正念权变效应和正念干预的相关论述。

**意见 3.** 注意表述的学术性。不宜使用“道德决策双系统理论是什么？”“正念的内涵和作用机制是什么？”这种表述。此外，第 2 和第 3 部分建议适当压缩。相比二者关系的阐述，单独介绍这 2 个部分的篇幅有些偏长了。

**回应：**非常感谢您的宝贵建议。修改稿中我们对表述学术性进行了修改，将小标题“道德决策双系统理论是什么？”改成“道德决策双系统理论”；将小标题“正念的内涵和作用机制是什么？”改成“正念的内涵和作用机制”。

此外，在保持原文内容基本涵义不变的基础上，我们在修改稿中也对第 2 部分和第 3

部分进行了压缩。其中第 2 部分从原稿 2127 字缩减为 1737 字，缩减幅度为 18.34%。第 3 部分从原稿 2355 字缩减为 1980 字，缩减幅度为 15.92%。

最后，再次感谢编委老师的宝贵建议，您的建议对提升论文的严谨性、可读性有非常大帮助，非常感谢。

---

### 第三轮

编委意见：

作者针对我的意见进行了修改，无其他意见。