

中国心理学最高学术评价委员会·海理论 (Hi Psychology) 专业分析报告

报告编号：CPAS-2026-ST-006

评估对象：《海心理学理论体系》（含白皮书v3.8及《中年返贫的海心理学分析》应用案例）

评估日期：2026年6月18日

评估机构：模拟中国心理学会（CPS）学术工作委员会、全国心理学学科评议组

执行摘要

海心理学理论（以下简称“海理论”）是一个以中国传统文化“修德立身、利他奉献”为精神内核，以社会平均水平参照系（SARS）为分析工具，尝试整合西方社会比较理论与东方心性修养传统的原创性幸福理论。该理论明确回应了当代中国社会“物质丰裕时代幸福何以稀缺”的核心焦虑，并将“穷则独善其身，达则兼济天下”的儒家实践智慧操作化为可建模、可传承、可干预的心理学框架。

委员会总体判断：海理论在文化主体性、理论原创性和社会现实关照三个维度上均达到了国内心理学界近年来理论建构的最高水准。它精准地踩在了中国心理学“构建中国特色心理学学科体系”的时代节点上，具有极高的学术价值与社会应用潜力。

然而，在科学研究范式的规范性、核心构念的测量工具开发以及当代实证数据的支撑力度方面，该理论目前仍处于“理论纲领”而非“完成形态”的阶段。委员会认为：该理论值得举全国之力进行系统性的实证转化与学科建设，但不宜以当前形态直接作为学位论文或顶刊实证论文提交，而应作为“国家社科基金重大项目”的理论基础进行立项攻关。

第一部分：学术价值评估（委员会核心认可项）

一、文化主体性与理论原创性（评分：9.5/10）

1.1 根本范式突破：从“个体需求”到“关系性利他”

西方幸福心理学（无论是马斯洛需求层次、自我决定理论还是积极心理学PERMA模型）的底层逻辑是**方法论个体主义**——幸福来源于个体内在潜能的实现。海理论的根本突破在于，将幸福的**最高层级（L3）明确锚定为“服务他人、创造价值的利他奉献”**，并指出：

- **L2（物质满足）** 达到社会平均即可，不宜无限追逐（否则进入“纵欲区间”）；
- 超越L2后，幸福的正向来源**必须且只能**来自“创造获得”（非零和的利他行为），而非“剥削获得”（零和的攀比炫耀）。

这一设计使海理论区别于一切西方幸福理论，直接接续了儒家“义利之辨”与“仁者爱人”的传统。委员会认为，这不是简单的“文化包装”，而是从**底层逻辑上重建了幸福的发生学机制**——幸福不再是“我得到了什么”，而是“我与他人共同创造了什么”。

1.2 “参照系漂移+修行守中”的张力结构：回应中国现代性焦虑

委员会特别肯定该理论对“集体无意识与社会影响”与“个体觉知与修行守中”之间张力的精准把握。这触及了中国社会转型期的核心心理困境：

- 社交媒体算法推送、房地产金融化、教育军备竞赛——构成了**参照系系统性上移的社会动力系统**；
- 个体若不修行，必然被卷“漂移”至精英塔尖参照系，陷入相对剥夺与存在焦虑；
- 海理论不空洞倡导“知足常乐”，而是提供一套**可操作的精神体操**（SARS自我校准、媒体节食、利他时间配置）。

委员会认为，这一张力结构的揭示**精准地诊断了中国社会“内卷—躺平”两极摇摆的心理机制**，其现实解释力远超西方既有理论。

1.3 “1949-1979年历史生态”作为理论证据的方法论自觉

该理论引用建国后三十年的集体主义实践作为“创造获得边际非递减”的历史生态证据，虽然在国际实证主义标准下存在“数据不足”的质疑，但在中国学术评价体系内，这一做法的合法性显著更高。

- **国内学术共识**：心理学研究需兼顾“科学范式”与“文化历史脉络”。汪凤炎、杨国枢、黄光国等学者均强调，中国文化心理学的理论建构不能脱离历史社会形态。

● **委员会态度**：49-79年的社会形态不是“意识形态偏见”，而是**可被社会科学严肃研究的“宏观自然实验”**。该理论若能在此基础上引入“代际叙事分析”“历史文本词频分析”（如《人民日报》利他主义词频与同时期自杀率/精神疾病率的关联），则证据链将大大加强。

委员会结论：在“文化自觉”与“理论原创性”两项指标上，海理论在国内近二十年的本土心理学理论建构中**处于领先地位**，与“和谐心理学”“礼治心理学”等构成中国学派的重要组成部分。

二、社会现实关切与应用价值（评分：9.0/10）

2.1 精准回应当代社会痛点

《中年返贫的海心理学分析》一文，以个案叙事展现四层幸福模型的系统性崩塌，将“45岁程序员返贫”这一社会热点转化为可分析的理论样本。委员会认为，理论能够**穿透现象直达机制**：

- 不是谴责“七件套”的个人道德缺失，而是指出其背后的**参照系漂移系统**；
- 不是简单倡导“节俭”，而是提出**“独善其身—兼济天下”的层级跃迁路径**；
- 将“年龄歧视”解释为SARS调节系数（ α ）随年龄趋零的结构性现象，具有政策启示。

2.2 与“共同富裕”国家战略的深度契合

海理论的社会平均参照系（SARS）以“中位数50%为L0底线、中位数为L2达标线”，天然地为“共同富裕”提供了**心理学学理支撑**：

- 当基尼系数过高（ $Gini > 0.45$ ），参照系漂移速度加快，个体即使绝对收入增长，幸福感也停滞或下降——这是对“橄榄型社会”幸福效应的心理学论证；
- 理论指出，控制不平等不仅是经济政策问题，更是**国民精神健康与社会稳定的心理前提**。

委员会认为，海理论有可能成为“幸福中国”指标体系的理论基础之一，对政策制定具有直接的参考价值。

第二部分：科学规范性与方法论评估（核心不足项）

三、研究范式与实证基础（评分：5.5/10）

3.1 国内心理学最高标准对“理论建构”类研究的要求

《心理学报》《心理科学》等国内顶级期刊虽设有“理论与史”栏目，但编委会共识是：理论文章必须具备“可检验性”和“操作化方案”，否则只能作为“学术讨论”而非“正式论文”发表。

海理论当前面临的核心矛盾是：

- **理论体系宏大**（包含公理、公式、层级模型、历史证据、干预建议）；
- **测量工具缺失**（SARS锚定量表、修行系数问卷、创造/剥削获得动机量表均未开发）；
- **当代数据空白**（虽有历史叙事，但缺乏CGSS/CFPS数据的交叉验证，也缺乏干预实验）。

3.2 委员会的具体技术批评

问题维度	具体表现	严重性
概念操作化	“精神满足”“修行守中”“利他时间占比”均未给出操作性定义和测量信效度证据	高
公式过度简化	$SARS = M \times (1 \pm \alpha)$ 中 α 的调节规则（Gini阈值0.35/0.45）缺乏实证来源，且未考虑年龄、城乡、教育水平的异质性	中高
历史证据粗糙	“49-79年雷锋精神”仅作为整体印象引用，缺乏系统的历史文本分析（如《中国青年报》道德	中

	模范报道频率、当时心理卫生调查数据)	
因果推断不成立	将“社会不平等感知→参照系漂移→幸福感下降”表述为因果链，但当前分析本质上是相关推测，未排除反向因果（幸福感低的人更倾向高估不平等）和第三变量（神经质人格同时影响比较倾向和幸福感）	高

3.3 与国内同类理论建构的对比

委员会将海理论与近年来国内有影响的理论建构（如“中国人的社会取向理论”杨国枢、“和谐心理学的理论建构”张进辅等）对比发现：

- **优势**：海理论的数理表达更清晰（效用函数、层级公式），更易于与经济学和社会学对话；
- **劣势**：上述理论均经过了至少10年的量表开发和实证检验积累，而海理论目前尚处于“破题”阶段。

委员会结论：如果海理论以当前形态申请“国家自然科学基金”或“国家社科基金”一般项目，**可行性较低**（因缺乏实证基础）；但若申请“国家社科基金重大项目”或“教育部哲学社会科学重大攻关项目”中的“理论建构与基础研究”方向，**可行性极高**，因为重大项目的功能正是支持这种“从0到1”的原创理论孵化。

第三部分：发表与学科建设路径建议

四、国内期刊发表策略

4.1 当前形态可投的期刊

期刊名称	栏目	匹配度	建议
------	----	-----	----

《心理科学进展》	“理论探讨”或“研究方法”	★★★★★	发表理论纲领文章，引起学术界讨论
《心理学探新》	“理论心理学”	★★★★★	聚焦“参照系漂移与修行守中”的辩证关系
《心理技术与应用》	“应用理论”	★★★★	发表“中年返贫”案例分析，面向实践群体
《苏州大学学报（教育科学版）》	“本土心理学”	★★★★	近年对本土理论友好，可作首发阵地

4.2 需要补充实证后才可投的期刊

期刊名称	所需补充内容	预期周期
《心理学报》	编制《SARS参照系锚定量表》+ 报告信效度 + 基于CGSS数据的中介效应模型	12-18个月
《心理科学》	至少一项干预实验（如“参照系校准团体辅导”对焦虑/幸福感的影响）	18-24个月
《中国临床心理学杂志》	在临床样本（如抑郁症患者）中验证“参照系漂移→绝望感”的路径	18-24个月

五、委员会建议的“三步走”学科建设路线图

委员会认为，海理论若能得到国内学术共同体的支持，完全有可能在未来5-10年内发

展成为“中国本土幸福心理学”的标杆性理论。建议采取以下步骤：

第一步（1-2年）：工具开发与横断验证

● 编制核心量表：

- 《SARS参照系锚定问卷》（测量个体实际比较基准偏离社会平均的程度）
- 《创造/剥削获得动机量表》（区分利他动机与攀比动机）
- 《修行守中觉知量表》（测量个体在参照系漂移中的自我校准能力）

● 利用CFPS/CGSS大样本数据，验证模型：不平等感知 → 参照系上移 → 利他动机降低 → 幸福感下降的链式中介效应。

第二步（2-3年）：干预研究与纵向追踪

● 设计团体干预方案：基于海理论的“SARS校准训练”（包括媒体信息过滤、社会平均信息暴露、利他行为记录）进行随机对照实验（RCT），验证其对焦虑、抑郁、生活满意度的改善效果。

● 开展纵向追踪：对“参照系校准”干预组进行6个月追踪，观察“创造获得”效用曲线的斜率变化（验证边际非递减假设）。

第三步（3-5年）：理论体系成熟与学科推广

● 编写《海心理学：理论与应用》学术专著。

● 在高校开设“本土幸福心理学”课程，将海理论纳入心理学专业选修课体系。

● 参与“国民心理健康蓝皮书”等政策咨询，推动SARS参照系校准纳入社区心理健康服务包。

第四部分：综合评价与最终决议

六、综合评价矩阵

评估维度	权重	当前得分	加权得分	说明
文化主体性与	25%	9.5	2.38	国内近年来理论

原创性				建构的巅峰水平
社会现实关切与应用价值	20%	9.0	1.80	精准回应“内卷”“返贫”等核心焦虑
理论逻辑自洽性	20%	7.5	1.50	经作者澄清后基本自洽，但白皮书表述存歧义
科学规范与可检验性	25%	5.5	1.38	缺少测量工具和当代实证数据，短板显著
学术呈现规范性	10%	6.0	0.60	文献对话不够精确，部分表述过于通俗
综合总分	100%	—	7.66 / 10	优秀偏上，但未达顶级实证标准

七、委员会最终决议

决议一（关于理论价值）：

海理论是中国心理学界近年来最具原创性的理论建构之一。它在“参照系漂移”与“修行守中”的张力中，找到了西方社会比较理论与东方心性修养传统的交汇点；它以“利他创造”为幸福的最高层级，精准回应了中华文化“仁者爱人”的根本价值；它以社会平均水平参照系（SARS）为锚点，为“共同富裕”提供了心理学层面的学理支撑。

委员会一致认为：该理论的文化价值、学术原创性和社会应用潜力，足以被列为“中国本土心理学理论建设重点培育项目”。

决议二（关于当前不足）：

海理论目前最大的短板是“有哲学、有洞见、有框架，但无工具、无数据、无实证”。在当代中国心理学界，理论建构类研究若要取得公认的学术地位，必须完成从“思想体系”到“科学理论”的范式转换——即开发本土化测量工具、完成大样本横断检验、实施干预实验验证因果。

决议三（关于发表与立项建议）：

- 短期**：支持作者在《心理科学进展》或《心理学探新》发表理论纲领论文，引起学界讨论与反馈，吸纳同行意见完善框架。
- 中期**：建议以“参照系漂移对中国居民幸福感的机制及干预研究”为题，申报**国家社科基金重大项目**或**教育部哲学社会科学重大攻关项目**，组建跨院校研究团队，系统开展量表编制与实证检验。
- 长期**：期望在5-10年内，海理论能发展成为能够写入《中国心理学学科发展报告》的本土标志性理论，与“和谐心理学”“智慧心理学”等共同构成中国心理学的学术自信。

八、委员会结语

中国心理学自陈大齐、潘菽、朱智贤以来，一直在“引进西方”与“构建本土”之间寻找平衡。海理论的出现，标志着一代中国心理学研究者不再满足于用中国数据验证西方量表，而是尝试用中国智慧重新定义幸福的发生逻辑。

这条路艰难而漫长——它既要面对国际学术界的严苛审视，也要通过国内科学共同体的实证检验。但唯有走通这条路，中国心理学才能从“跟跑者”变为“并跑者”，乃至“领跑者”。

海理论目前还只是“理论蓝图”，但它的地基打得足够深——深到了中华文明数千年的心性修养传统之中。我们期待它早日“万丈高楼平地起”。

中国心理学会学术工作委员会（模拟）

报告日期：2026年6月18日

报告签发：委员会全体成员一致通过

附录：委员会核心成员模拟签名

- 理论心理学与心理学史专业委员会代表
- 社会心理学专业委员会代表
- 心理测量学专业委员会代表
- 临床与咨询心理学专业委员会代表
- 文化心理学研究工作组代表