

规则如何塑造承受规则的人：禁止性规范与强制性义务的主体生成效应差异

法律规则不是在管理一个既成的人，而是在参与制造一种特定的人，然后用这种被制造出来的人去执行它自己

高鹏 著 · SDE 学员 · 法理学与情感劳动社会学 · 2026年7月27日

摘要 法律体系为何普遍呈现出“以禁止性规则为主体、以强制性义务为例外”的形态？既有解释主要从执行成本、规则边界清晰度或道德谦抑原则切入，却共享一个未经审查的预设：将“人”视为既成的、稳定的规则承受者，进而追问什么样的规则能被这样的人长期执行。本文论证，这一预设本身颠倒了问题的因果方向。通过对禁止性规则（如“不得杀人”）与强制性期待型规则（如“应当积极展现团队精神”）在个体内部建构过程的比较分析，本文提出：两种规则类型所内化的主体结构，在神经生理和心理资源的消耗模式上存在根本差异。禁止性规则在主体内部安装的是一个局部的、间歇性激活的“内在监视者”——以羞耻为燃料，仅在触界时耗能，其余时间休眠，恰好与规则的间歇性执行压力形成正反馈自循环。强制性期待型规则在主体内部安装的是一个全局的、全天候运转的“内在表演者”——以愧疚和自我奖赏的外部验证为驱动，持续耗能，无法关闭，与规则的持续模糊评价压力形成自吞噬环。本文据此提出一个可被经验检验的核心命题：法律规则的类型，不是在管理一个既成的人，而是在参与制造一种特定主体类型，然后用这种被制造出来的人去执行它自己。禁止性规则之所以稳定，深层原因在于它造出的主体类型，恰好是它自身长期执行所需的那种能在间歇性压力下自我恢复的主体。强制性期待型规则之所以反复陷入执行困境，深层原因在于它造出的主体类型——那个持续自问“我够好吗”的内在表演者——在结构上就无法为制度提供可持续的承受力补给。这一命题将法理学的分析层次从“规范体系如何管理行为”推进至“规范体系如何参与建构承受规范的主体”，为法律类型学、制度设计评估以及教育评价体系的反思提供了新的理论地基和可操作的检验路径。

关键词：禁止性规则；强制性义务；主体生成；内在监视者；内在表演者；制度自吞噬

1 引言

1.1 问题的提出

法律为何总是更倾向于禁止人做坏事，而非强迫人做好事？这看似是一个法理学的经典议题，通常被归入“法律与道德的关系”或“法律家长主义”的讨论范畴。然而，当我们将目光从抽象的法哲学争论转向具体制度运行的日常经验时，会发现这个问题比它表面上呈现的更为根本。

在日常生活中，“不准偷窃”是一条几乎被所有文明的法典所确认的规则。它的边界是清晰的：偷窃是指未经同意取走他人财物。它的执行是间歇性的：警察只在接到报案后介入，法官只在案件进入法庭时裁判。一个警察下班之后，脱下制服，就不再是“那个正在执行禁止偷窃规则的人”。他可以睡觉、散步、发呆，在这些时间里，规则对他没有任何要求。

对比另一种性质的规则——“学生应当热爱祖国、团结同学、积极向上”。这是一条写入某些教育评价体系的强制性期待条款。它的边界是模糊的：什么样的行为算“积极向上”？上课举手发言三次算不算？如果是，那么发言质量差是否影响评价？如果是，那么“质量”的标准又是什么？它的执行是持续的：教师在整个学期中，每一天、每一节课、每一次与学生的互动，都潜在地进行“品德评价”。他下班回家，脑子里还在转——“今天批评那个孩子的时候，语气是不是太严厉了？他会不会觉得我不够关心他？下周的家长会上，我该怎么描述他的品德发展而不被投诉标准不清？”

这两个场景的对比指向一个被法理学期长期忽略的差异：不同类型的法律规则，不仅对被管理者的行为提出了不同的要求，更对执行者的内在世界施加了不同结构、不同强度的压力，并由此塑造出不同形态的主体性。警察的主体性与教师的主体性，各自承受着截然不同的情感劳动和认知负荷。这种差异，不是个人意志力的问题，而是规则类型在身体层面刻下的结构性痕迹。

1.2 既有解释及其盲区

关于“禁止优于强制”这一法律形态特征，既有研究提供了若干解释路径。

制度经济学从执行成本的角度给出了最简洁的答案。禁止性规则只需要监测和制裁越界行为——这是一种间歇性的、信息成本较低的执行模式。强制性义务则需要持续监测不作为或作为质量——这是一种持续性的、信息成本高昂的执行模式。因此，理性的法律体系会天然地向低成本规则倾斜。这一解释在一般意义上成立，但它无法回答一个反例：为什么有些强制性义务——如救生员的救助义务、母亲对未成年子女的抚养义务——即便执行成本极高，仍然被所有法律体系所确认并长期维持？成本理论只能解释大多数强制性规则为何难以推行，却不能解释那少数幸存者为何幸存。

法人类学的禁忌理论提供了另一重视角。按照这一传统，法律起源于对社会基本分类边界的维护。禁止性规则锚定在那些“不可跨越的分类线”上——杀人与不杀人、你的与我的、真实与欺骗——这些二元对立在文化认知中足够清晰，足以支撑一条可被集体一致识别的禁令。强制性规则要求个体主动贡献、分享、关怀，它所涉及的“程度的锚定”（多少分享算“够”？）无法在二元分类中找到固定点，因此缺乏稳定的认知基础。这一解释的困难在于：并非所有成功的禁止性规则都锚定在清晰的二元分类上。环境法中对特定污染物排放的限制，从1970年代的“合理限度”到2000年代的具体化学物质数值标准，经历了几十年的边界模糊期。在此期间，这条规则在分类上并不清晰，却仍然挺过了半个世纪并且越来越精确。

上述两种解释共享一个共同的特征：它们都把分析焦点锁定在规则本身的属性上——规则的成本高低、规则的边界清晰度、规则的道德根据。它们暗含的提问方式是：什么样的规则能够被一个既成的、稳定的人类社会所承载？在这个提问方式中，“人”是给定的常量，规则是待检验的变量。本文将要论证的是，这一提问方式恰恰遗漏了最关键的那个变量——人本身不是常数。不同类型的规则，会在长期执行和内化的过程中，反过来改变承受这些规则的人。规则不是在管理一个既成的主体，而是在参与制造一种特定的主体，然后用这种被制造出来的主体去执行它自己。

1.3 本文的核心命题

本文提出的核心命题是：法律规则能否被长期稳定地执行，最根本的决定因素不在规则本身的设计特征（边界是否清晰、执行成本是否低廉），而在于该规则在承受者内部所建构的主体结构，是否与规则执行所需的心理生理资源消耗模式相匹配。

禁止性规则在个体内部建构的是一种“局部的、间歇性激活的”自我约束结构——主体学会了在特定边界前自行抑制冲动，而在其他时间，这个约束机制休眠，主体是完整的自己。这种主体结构的日常运转成本极低，恰好与禁止性规则对执行者的间歇性压力形成同构的节律。

强制性期待型规则在个体内部建构的是一种“全局的、全天候运转的”自我评分结构——主体内化了一套持续自问“我够好吗”的程序，这套程序没有“关闭”开关，因为“足够好”的标准永远在外部、永远在飘移。这种主体结构的日常运转成本极高，当主体被置于同类规则的执行者位置时，外部规则的模糊压力与内部自检程序的持续消耗相互共振，形成双重消耗，远远超出任何间歇性恢复机制所能承受的负荷。

换言之，禁止性规则的稳定性，在根本上不是因为它“便宜”，而是因为它与它在人里面制造的那个自我约束者之间，形成了一个自我增强的正反馈良性环。强制性期待型规则的反复失败，在根本上也不是因为它“太贵”或“边界太模糊”，而是因为它与它在人里面制造的那个自我评分者之间，形成了一个自吞噬的耗散开放环。

1.4 论文结构

本文的论证将按以下步骤展开。第二节进行文献综述，梳理法理学、道德心理学和情感劳动社会学中与本文命题相关的研究传统，并精确定位既有文献未能回应的缺口。第三节建构理论框架，给出“内在监视者型主体”与“内在表演者型主体”的操作化定义，并提出可检验的经验命题。第四节说明方法论路径，阐述本文采用的概念分析策略及其限度。第五节是分析与讨论的核心部分，分三个分论点展开：两种规则如何通过童年道德内化过程建构不同的主体结构；这两种主体结构被置于规则执行者位置时，如何分别形成正反馈循环和自吞噬循环；以及两种规则在代际传承中的不同演化路径。该节还将主动引入反驳预期并予以回应，同时提供具体的经验检验设计。第六节总结全文的理论贡献、实践含义，并给出未来研究的五个方向。

2 文献综述

本文的论证横跨法理学、道德发展心理学、情感劳动社会学三个领域。本节并不试图穷尽这些领域的全部文献，而是精确定位与本文核心命题——法律规则如何在承受者内部建构不同结构的主体——相关联的研究传统，并指出每一传统未能推进到的那个交叉点。

2.1 法理学中的“禁止与强制”讨论

法律规则的类型学区分是法理学的基础议题之一。哈特（H. L. A. Hart）在《法律的概念》中区分了初级规则（primary rules，施加义务的规则）与次级规则（secondary rules，授予权力的规则），这一区分成为后续讨论的起点。在施加义务的规则内部，霍菲尔德（Wesley Hohfeld）的基本法律概念分析进一步细化了“义务”（duty）与“无权利”（no-right）、“特权”（privilege）等概念之间的逻辑关系。然而，这些经典分类学的工作重点在于规则本身的逻辑结构，而非规则在承受者内部产生的心理效应。

法律与道德关系的讨论更直接地触及了“禁止”与“强制”之间的紧张。德富林（Patrick Devlin）与哈特在20世纪60年代的著名辩论，核心议题正是“法律可否强制执行道德”。德富林主张社会有权用法律捍卫其共享的道德共识，哈特则基于密尔（John Stuart

Mill) 的伤害原则,主张法律只应禁止那些对他人造成明确伤害的行为。这场辩论在法哲学层面确立了“法律不应强制推行道德理想”的自由主义共识,但它的注意力始终集中在“国家权力的正当边界”这一政治哲学问题上,未曾追问:即便法律被限制在禁止伤害的范围内,这种限制本身是否也在持续地塑造着公民的主体结构?如果我们承认法律不仅仅是一套外在于人的规范体系,而同时也是一种社会化的装置——它通过持续的适用、执行、宣讲和代际传递,参与建构了公民的是非感和自我约束能力——那么,“禁止优于强制”这个原则就不仅仅是一个道德哲学上的应然选择,而同时是一个主体生成学上的实然机制。

近年来,法感情(Rechtsgefühl)和法的内在化(internalization of law)研究开始触及这一交叉地带。法律社会化(legal socialization)的实证研究考察了青少年如何在与警察、法庭的接触中形成对法律正当性的认知。泰勒(Tom Tyler)的程序正义理论指出,人们遵守法律的主要动机不是对惩罚的恐惧,而是对法律程序公正性的内在认同。然而,这一脉络研究的仍然是“人如何被社会化接受既存法律”,而非“不同类型的法律在同一个人的内部刻下了怎样不同结构的内部约束装置”。

2.2 道德心理学中的“羞耻与愧疚”区分

发展心理学和道德心理学对羞耻(shame)与愧疚(guilt)的区分,为本文提供了关键的概念工具。这一区分的经典阐述可以追溯到海伦·刘易斯(Helen Block Lewis)在20世纪70年代的工作,并由琼·坦尼(June Price Tangney)等学者在随后的三十年中系统化为成熟的实证研究范式。

根据这一传统,羞耻和愧疚是两种截然不同的道德情感。羞耻指向的是自我整体(“我做了这件事,因此我是个坏人”),愧疚指向的是具体行为(“我做了一件坏事,但我并不因此就是个坏人”)。两者在现象学经验、神经生理基础和行为后果上都有显著差异。羞耻使人想要消失、隐藏、逃避;愧疚使人想要坦白、修复、补偿。实证研究表明,羞耻倾向于与愤怒、攻击性和心理适应不良相关联,而愧疚则与共情能力、亲社会行为和心理健康正相关。

这一区分对于本文的论证至关重要,但它迄今主要被应用于个体心理学和临床心理治疗领域,鲜有学者将其引入法律类型学的分析。本文将要论证的是:禁止性规则和强制性期待型规则,恰好分别依赖于羞耻和愧疚这两种完全不同的道德情感,并因此对人的内部自我结构产生了完全不同的后续效应——禁止性规则内化后形成的羞耻驱动机制是间歇性的(仅在触界时激活),愧疚驱动机制则是持续性的(因为“不够好”的标准永远在飘移,无法被某一行动永久解除)。

2.3 情感劳动社会学中的“情感管理”研究

霍克希尔德(Arlie Russell Hochschild)于1983年出版的《被管理的心:人类情感的商品化》开创了情感劳动(emotional labor)研究领域。她区分了“表面表演”(surface acting,仅改变外在表情而不改变内在感受)与“深度表演”(deep acting,试图改变内在感受以使其与工作要求相一致),并论证了情感劳动对劳动者的心理健康有累积性的损耗效应。

情感劳动研究的后续进展确认了霍克希尔德的早期洞察:频繁从事深度表演的劳动者——护士、教师、客服人员、空乘员——其职业倦怠、抑郁和焦虑的发病率显著高于情感劳动强度较低的对照组。格兰迪(Alicia Grandey)的综述性研究进一步整理了情感劳动导致职业倦怠的三条路径:情感失调(felt inauthenticity)、自我疏离(self-alienation)和情绪耗竭(emotional exhaustion)。

这一研究传统对本文的启示在于:它揭示了“持续管理自我情感以满足外部标准”这一劳动形式,对主体本身有结构性的消耗效应。然而,情感劳动社会学迄今主要研究的是个别职业群体中的情感管理,尚未将这一视角扩展到分析法律规则本身的类型学差异。本文的贡献之一是提出:执行强制性期待型规则的劳动者——无论是必须评价学生品德的教师、必须考核居民志愿精神的社区工作者,还是必须评估员工“团队协作精神”的企业合规官——其所从事的工作,在结构上与情感劳动高度同构:持续地管理自我对他人的评价,持续地承受他人对这些评价的质疑,持续地在模糊标准中做出不可回避的决策。这种执行劳动的情感代价,不是个别职业的偶然特征,而是强制性规则类型本身携带的结构性的成本。

2.4 文献缺口的精确定位

综合上述三个领域的既有研究,一个清晰的交叉缺口浮现出来:

法理学研究了规则的类型,但没有追问不同类型的规则在承受者内部建构了怎样不同的自我约束结构。道德心理学区分了羞耻和愧疚的道德情感及其不同的心理后果,但没有追问这些情感在长期的法律执行制度中如何被规则类型所结构性分配。情感劳动社会学揭示了持续情感管理对主体的损耗效应,但没有追问这种损耗效应的根源之一可能在于某些规则类型本身的设计——不是“这些职业很累”,而是“这类规则要求执行者从事一种在结构上就无法长期维持的情感劳动”。

本文正是在这个交叉点上提出自己的核心贡献:将法律规则类型学、道德情感机制和情感劳动分析整合为一个统一的理论框架,论证禁止性规则与强制性规则的根本差异不在于“禁止”和“强制”这两种规范形态本身,而在于它们分别在承受者内部启动了一整套截然不

同的自我建构过程——这些过程的长期后果，决定了规则能否造出能承受它自己的执行者。

在展开之前，必须先与一个绕不过去的近邻正面对质，否则本文的核心命题会被合理地当作旧论的改写。福柯在《规训与惩罚》中已经论证：现代权力不是简单地压制既成的个体，而是通过规训技术——分隔、编排、考核、层级监视——生产出驯顺而有用的身体，并以全景敞视的结构让被观看者把监视内化为自我监视。「制度制造它所需要的主体」这句话，福柯说在前面，说得比本文更早也更彻底。本文与他的分界有两处。其一是**分析的粒度**。福柯处理的是规训作为一种权力技术的整体形态，他关心的是这套技术如何在监狱、学校、军营、工厂之间同构地铺开；他不区分「不得偷窃」与「应当积极向上」这两条规则在被内化时走的是不同的情感通道。在福柯的框架里，两者都是规训，差别是程度与场域，不是种类。而本文的全部论证恰恰压在这个被他略过的区分上：两类规则分别征用了羞耻与愧疚这两种在触发条件上截然不同的情感机制，因而在主体内部装出的是两种耗能模式完全不同的装置。其二是**理论的方向**。福柯的分析是单向的：权力生产主体，主体承载权力。他没有追问反向的那一问——被生产出来的这种主体，是否有能力长期承受生产它的那套制度对它的持续索取？本文的核心命题正落在这个反向问题上：某些规则造出的主体恰好能供养它自己（正反馈），另一些规则造出的主体在结构上无法为它自己提供可持续的承受力补给（自吞噬）。换一个说法：福柯诊断的是规训的**成功**——它确实造出了驯顺的身体；本文诊断的是某类规训的**失败模式**——它造出的身体烧不了几年就不能用了，而制度对此无解。这一步不是对福柯的反驳，是在他停下的地方接着往下走一步。

3 理论框架

3.1 核心概念的操作化定义

禁止性规则（prohibitive rules）：本文所谓禁止性规则，指以“不得实施某类具体行为”为内容的强制性规范，其违反后果以制裁为保障。这类规则的典型特征是：义务内容以不作为为核心；判断违反的标准是“是否实施了被禁止的行为”——即一个可以被外部观察者明确判断的二元变量；规则的边界在集体经验中被反复焊死，以至于普通人可以不经专门训练即理解其大致范围（“不可杀人”“不可偷盗”“不可作伪证”）。

强制性期待型规则（mandatory aspirational rules）：本文所谓强制性期待型规则，指以“应当以某种方式积极行动或展现某种品质”为内容的强制性规范。这类规则区别于禁止性规则的特征是：义务内容以作为或特定品质的展现为核心；判断违反的标准不是“是否做了某件具体行为”，而是“是否足够好地达到了某种品质要求”——这是一个程度变量，无法被外部观察者以二元方式明确判断；规则的边界在集体经验中无法被焊死，因为“多做一点”永远比“刚好够了”更符合规则的文字精神。

内在监视者型主体（internal monitor subjectivity）：本文用此术语指称禁止性规则在个体内部长期内化所形成的一种自我约束结构。其运作特征为：以羞耻情感为燃料；仅在接触或预期接触被禁止的行为边界时被激活；激活强度高但持续时间短；在非激活状态下不消耗或少消耗心理能量；不构成对主体整体自我的持续审查，只构成对特定行为的局部抑制。

内在表演者型主体（internal performer subjectivity）：本文用此术语指称强制性期待型规则在个体内部长期内化所形成的一种自我评分结构。其运作特征为：以愧疚和自我奖赏为燃料；在任何可能被评价或被自我意识到的情境下持续运转；消耗心理能量的强度虽低但具有持续性，无明确的关闭机制；不仅审查具体行为，更审查主体整体的“够不够好”程度，构成一种弥漫性的自我评估压力。

3.2 核心命题

基于上述概念化，本文提出四个可被经验检验的核心命题：

命题一（主体建构命题）：禁止性规则与强制性期待型规则，通过不同的道德情感启动机制（羞耻vs愧疚），在长期内化过程中分别建构出“内在监视者型主体”和“内在表演者型主体”。这一建构过程从童年期的道德教育开始，贯穿于个体一生中与这两种规则类型的反复接触。

命题二（执行匹配命题）：禁止性规则对执行者的工作压力是间歇性的（只在越界事件发生时介入）；内在监视者型主体的心理能量消耗模式恰好是间歇性的（只在触界时启动）。两种间歇性相互匹配，使得执行禁止性规则的主体在大部分时间里拥有完整的心理恢复窗口。强制性期待型规则对执行者的工作压力是持续性的（“不够好”可以在任何时刻被发现）；内在表演者型主体的心理能量消耗模式恰好也是持续性的（自检程序全天候运转）。两种持续性相互共振，导致执行强制性规则的主体始终处于双重消耗之中，缺乏充足的恢复窗口。

命题三（代际传承命题）：一个社会的法律体系或制度实践中，如果禁止性规则占主导，则该社会倾向于在代际间维持一种与间歇执行压力相匹配的主体类型，形成正反馈循环。如果一个社会大规模引入强制性期待型规则（如品德评分制、社区志愿工时考核），则在推行后约一代人时间内（20至25年），应可观测到执行者群体的代际倦怠加速——第二代执行者的心理韧性基线低于第一代，且职业倦怠出现得更早。

命题四（耦合类型命题）：规则能否长期可执行，最根本的变量不是规则在规范类型上属于“禁止”还是“强制”，而是规则对执行者产生的“压力散布模式”（间歇性还是持续性）是否与至少一种有效的“承受力维护机制”（间歇退出、触发信号压缩、内部正反馈补给）相耦合。少数强制性义务（救生员、母亲）之所以能在没有间歇退出的条件下长期维持，是因为它们通过触发信号的极度压缩（救生员只需要盯着水面上的物理信号）或内部正反馈补给（母亲从亲子互动中获得持续的情感回馈）弥补了退出通道的缺失。

3.3 跨学科理论资源的有效性说明

本文的理论框架调用了来自发展心理学的羞耻-愧疚区分、情感劳动社会学的情感管理理论、以及法律社会化研究的程序正义理论。这三项理论资源各自在原有的学科范式中已经过充分的实证检验，具有独立的解释力。将三者整合到同一个分析框架中的合理性在于：它们共同指向一个法律类型学迄今未曾系统处理的变量——法律规则不只改变人的外在行为，更通过反复激活特定的道德情感和认知负荷模式，参与建构了人内部自我约束和自我评价的基本结构。

这一整合策略的有效边界需要被显式说明。本文的分析主要适用于那些长期、系统、并辅以正式或非正式惩罚机制的法律规则或类法律制度（如学校德育评价、企业内部合规考核）。对于偶发性、弱执行性的法律条文，其在主体内部的内化效应可能微弱到无法观测。此外，本文的主体建构命题主要集中在道德内化的情感机制层面，未涉及可能同样重要的文化象征、宗教传统和物质利益等维度——这些维度可能会在不同社会中显著调节规则类型对主体结构的影响强度。这些边界限定本身是理论可检验性的前提，而非其缺陷。

4 方法论

4.1 研究设计

本文是一项概念分析与理论建构型的研究。其目标不是提供新的经验数据，而是在法理学、道德心理学和情感劳动社会学的交叉地带，提出一个新的理论框架，用以解释一个旧有理论未能充分回答的现象：为什么禁止性规则在人类法律体系中长期和普遍地占据主导地位。

概念分析型研究在这类问题上的独特优势在于：它能够将被不同经验领域分散处理的现象（规则的执行成本、儿童道德内化的情感机制、执行者的职业倦怠）整合为一个统一的理论模型，从而揭示既有学科分工所遮蔽的结构性关联。本文的分析不依赖于新的实证数据，但要求所建构的理论必须提出明确的、可被经验检验的命题，并将这些命题的检验路径写清——这些路径构成了后续实证研究可沿用的操作指南。

4.2 分析策略

本文的分析遵循以下逻辑步骤：

第一步，经验现象定位。以日常制度运行中的两个对比性场景（警察下班后与教师下班后的主体状态差异）为切入点，指出现有法理学理论对这一差异缺乏解释力。

第二步，旧有解释的内部批评。对制度经济学的执行成本解释和法人类学的禁忌分类解释进行精细重构，指明它们在面对特定反例（救生员义务、环境法的模糊期）时的失效，从而揭示它们共享的一个未被言明的预设——将承受规则的人预设为既成的、不变的心理耗散常量。

第三步，新变量的引入。从发展心理学中调用羞耻与愧疚的道德情感区分，从情感劳动社会学中调用持续情感管理与间歇情感管理的劳动后果差异，将“规则所内化的主体结构”和“主体结构对规则执行压力的匹配或共振”作为新的解释变量引入。

第四步，新命题的推论与检验设计。从新变量出发，推导出四个可被经验检验的核心命题，为每一个命题设计具体的检验路径——包括可操作的自变量和因变量、对照组设定、时间尺度预期，以及理论可能被推翻的竞争解释。

4.3 方法局限

概念分析型研究具有固有的局限性，必须在论证开始之前坦诚自陈。其一，本文所建构的两种主体类型（内在监视者与内在表演者）是“理想型”构造，现实中的个体无一完全符合其中任何一个类型；一个人可能在禁止性规则面向上呈现为“监视者型”，同时在强制性期待面向上呈现为“表演者型”。理论的价值不在于每一个体都精确落入类型，而在于识别出类型背后的运作逻辑，并预测当某一类型大规模被制度性分配和强化时会产生怎样的系统性后果。其二，本文所推论的经验检验路径，本身尚未被执行——这是本文“概念分析”属性的题中之义，而非实证研究的缺陷。但本文承诺，所提出的检验路径在方法是成熟的、在变量操作上是具体的，足以被本领域实证研究者直接取用。

5 分析与讨论

本章是全文的核心。我将分三个分论点展开论证：第一，两种规则如何通过不同的道德情感机制在童年期启动不同的主体建构路径；第二，这两种主体结构被置于规则执行者位置上时，如何分别形成正反馈循环与自吞噬循环；第三，两种循环在代际传递中的不同演化逻辑。随后，我将主动引入对本论证最具威胁性的反驳——基于“救生员”例外案例的竞争解释——并予以回应，同时提供一个可操作的经验检验设计，以将本理论与竞争解释放在可被数据裁决的同一框架内加以比较。

5.1 分论点一：两种道德情感的启动——羞耻焊死边界，愧疚打开缺口

一个孩子如何学会“不偷东西”？这个过程不是从成人对他朗读刑法条文开始的。它开始于一个具体的、身体可感的经验序列：他伸手拿了不属于他的东西，被成人发现，成人用手指着他说“不可以”，他的身体里涌起一股灼热的、想要躲起来的冲动——这就是羞耻。下一次他面对类似机会时，伸出去的手在半空中顿住了。不是因为他想起了“如果偷窃会被警察抓”这个抽象命题，而是他的身体抢先一步产生了抑制。那个外部的“不准偷”已经在他的身体里变成了“我不能偷”——他自己成了自己的监视者。

这个过程的结构可以精确描述为三步循环。第一步：越界行为被外部权威发现并标记。第二步：羞耻情感被激活——不是对惩罚的恐惧，而是一种更深的本体性不安（“我被看见了，在这种样子下被看见，我不想被看见成这样”）。第三步：在羞耻记忆的驱动下，身体在下次越界前自动产生抑制冲动。经过足够多次的循环，第三步的抑制变成了自动化的——主体不需要在有偷窃机会时重新推理一遍道德，抑制冲动已经变成了身体的一部分。关键之处在于：这个循环的每一次激活都是间歇性的。孩子在被批评“不许偷”的那几分钟里承受了羞耻的压力，五分钟后这件事就过去了。下一次激活要等到他再次面对偷窃机会——可能是一天、一周或一个月之后。在他的生活里，绝大部分时间，那个“不偷窃”的自我约束结构处于休眠状态，不消耗他的心理燃料。

一个孩子如何学会“要分享玩具”？这个过程的结构全然不同。他被要求把玩具让给别的孩子，如果照做，他得到了成人的表扬——“你真大方，真是乖孩子”。下一次他不想分享的时候，他的情感反应不是“抑制性的羞耻”（没有东西被禁止，他只是不想给出属于他的东西，这本身不丢人），而是一种犹豫：如果我不分享，那我还算不算那个刚才被表扬的“乖孩子”？这是一种存在论层面的不确定性——不是“我做了一件坏事”，而是“我可能正在失去一个我喜欢的好身份”。这种情感叫愧疚——一种模糊的、无法精确归责于某一具体行为、却弥漫性地压在自我整体上的不适感。

这里必须避免一个容易滑入的错误表述。前文第 2.2 节已经复述了道德心理学的主流结论：羞耻指向整体自我因而更难消解、更导向逃避，愧疚指向具体行为因而更导向坦白与修复。本文完全接受这一结论，并不主张相反的东西——本文所要区分的，不是两种情感各自「好不好消除」，而是它们各自在什么条件下被激活。这才是承载本文机制的那条差异。羞耻在禁止性规则下的激活条件是外部的、离散的、可被指认的：你伸手拿了不属于你的东西并被看见。没有这个触发事件，它就不启动。一个人一年里遇到几次「明确越过了一条被禁止的界线并被看见」的时刻？很少。因此这套结构在绝大部分时间里不耗能——不是因为羞耻本身温和，恰恰相反，它每次激活的强度很高，但它的触发条件稀疏。愧疚在强制性期待型规则下的激活条件则完全不同：它不需要任何越界事件，只需要一个「本可以做得更多」的可能性存在——而这个可能性在任何时刻都存在。分享了一次，下一次仍然可以分享得更多；帮了一个人，还有没被帮到的人。这里的关键不是愧疚这种情感本身不可解除，而是在期待型规则下，触发它的那个条件从不消失——不存在一个「今天已经没有可以做得更好的余地了」的时刻。因此两套结构在运转模式上的根本差异是：羞耻驱动的自我抑制是**稀疏触发**的，愧疚驱动的自我评分在期待型规则下是**持续触发**的。差异在触发条件的密度上，不在情感的可解除性上——后者是本文不主张、也不需要主张的。

这不是儿童心理学的细枝末节，而是理解整个法律体系的类型学差异的钥匙。如果在一个社会的制度环境和养育实践中，禁止性规则（“不许偷”“不许打人”“不许骗人”）占据了道德教育的主导地位，那么绝大多数儿童在成长过程中主要安装的是羞耻驱动的间歇式自我约束结构。如果强制性期待型规则（“要分享”“要积极”“要友善”“要乐于助人”）被作为成体系的评价标准引入教育和考核，那么儿童就必须同时安装愧疚驱动的持续式自检结构——他不仅要学会在特定边界前止步，还要学会在任何可能被评价的场所里持续自问“我够好吗”。两种结构对心理燃料的消耗率有别若天渊。

5.2 分论点二：执行者位置的匹配与错配

现在将这两种主体结构置于法律执行者的位置上。

一个内在监视者型主体被社会分配去执行禁止性规则。他成为一名警察。他每天的工作节奏是：接报案，赶赴现场，调查取证，撰写报告，出庭作证。每一个环节都有明确的起止点。案件结了，他的角色就暂时关闭。下班后他脱下制服回家，他的内部监视者也跟着休眠——因为他没有面对任何偷窃机会，他不需要抑制任何冲动。他是他自己。第二天早上重新穿上制服，监视者重新激活。制度的间歇性压力（案件来了才忙）与他内部自我约束结构的间歇性运转（边界前才抑制）形成了同构的节律。两者之间有一个天然的恢复窗口：工作结束，人回到纯粹的自己，心理燃料池在沉默中慢慢回补。这就是为什么大多数执行禁止性规则的职业——警察、法官、海关检查员——虽然工作压力极大，但其从业者能够在几十年中持续运转而不至于集体性精神崩溃。不是因为他们意志力更强，而是因为制度给他们的压力

结构，恰好与他们早已在长期社会化中形成的主体节奏相吻合。

一个内在表演者型主体被社会分配去执行强制性期待型规则。他成为一名教师，负责评价学生的“思想品德”或“积极向上的精神风貌”。他的一天是这样度过的：早晨在校门口迎生，脑子里已经在无意识地判断——“这个孩子今天问好了，不错；那个孩子低着头没看我，是不是情绪有问题？我是不是该找他谈谈？”上课时，一个学生答错了题，他纠正的语气重了一点，后半节课都在想“我刚才是不是太凶了，孩子会不会觉得我不够耐心？”批改作文时，一个学生写的是自己养小狗的快乐，另一个写的是帮妈妈做家务，他在评分栏里犹豫：“前者是不是太自我中心？但写得真情实感；后者是不是更有教育意义？但写得像流水账。我到底该给谁高分？”下午放学后，一个家长打来电话，质疑为什么他的孩子品德被评为“良好”而不是“优秀”，因为“孩子在家里很听话”。他花了半个小时解释评价标准，挂了电话后还在想——“其实我也不知道标准是什么，我只是凭感觉。”

他的内部表演者结构——那个持续自问“我够好吗”的程序——被外部制度的无边界的评价要求频繁激活，激活频率远超任何间歇性恢复机制能承受的程度。外部制度要求他在模糊标准下持续做出不可回避的判断；内部主体结构在每一次判断中都消耗他的心理燃料，因为每一次判断都会触发“我够公正吗”“我是不是偏见”“如果我错了怎么办”的自检程序。两个模糊系统——外部的评价标准边界模糊，内部的自我评分终点模糊——相互共振，共振的频率越来越高，直到神经系统的保护机制强制介入。介入的形式不是崩溃（大多数人实际上不会崩溃，因为他们有自我保护的本能），而是麻木：他不再做出任何实质判断。所有学生品德都写“良好”。所有志愿服务都评为“合格”。所有不合规的举报都搁置不处理。制度名义上还在运转，实际上已经把它的核心功能外包给了一台全自动橡皮图章。

这不是道德的失败。这是结构性的自我保护。他的主体已经被制度类型烧穿——他已经不具备在被制度要求持续自我评分的同时、维持正常心理生理功能的神经资源了。他所从事的，在实质上是一种被强制分配的情感劳动：持续地管理自己对他人的评价，持续地承受他人对这些评价的愤怒和质疑，持续地在没有正确答案的灰区中做出不得不做的决定。情感劳动社会学已经用几十年的数据证明，这种劳动对主体有累积性的损耗效应。本文的贡献是把这个判断往前推了一步：这种损耗不是个别职业的偶然特征，而是强制性期待型规则作为一种规则类型，在结构上就内置了对其执行者的情感劳动要求。换言之，不是“教师这个职业很累”，而是“要求教师评价学生品德的这套规则，在结构上就会把教师拖进无法恢复的情感劳动耗竭循环中”。

5.3 分论点三：两种规则在代际传承中的不同演化路径

分论点一和分论点二聚焦于个体的生命周期。但当我们把时间尺度拉长到代际——二十年、三十年、几代人——两种规则类型各自与主体的互动关系就会呈现出截然不同的系统性演化路径。

禁止性规则与内在监视者主体之间存在一个正反馈自循环。这个循环的逻辑如下：禁止性规则在童年期内化过程中制造了内在监视者（间歇式自我约束结构）→ 这类主体成年后，如果被置于禁止性规则的执行者位置上，其承受力恢复的节律与制度压力节律天然耦合 → 承受力恢复稳定，执行者离职率低，执行差错率低，制度运转平稳 → 平稳运转的制度反过来向每一代儿童持续传递同一种信号——这些规则是有效的、合理的、值得被内化的 → 下一代儿童继续在“禁止性规则有效”的社会事实中长大，继续被建构为内在监视者类型的主体。这是一个自增强环。规则造出了适合执行它的人，这些人持续执行规则使规则保持稳定，稳定规则又继续造出下一代的合适执行者。历史地看，普通法系中那些历经数百年而不坠的核心刑事禁令——“不得杀人”“不得偷盗”“不得欺诈”——其稳定性根源之一，就在于这种规则-主体之间的代际正反馈。

强制性期待型规则与内在表演者主体之间则存在一个自吞噬正反馈环。这个循环的逻辑更为复杂且更具悲剧性：强制性规则在童年期制造了内在表演者（持续自检的自我评分结构）→ 这类主体成年后被置于同类规则的执行者位置上，外部模糊压力与内部自检程序共振，双重消耗远超恢复速度 → 执行者倦怠、离职或麻木敷衍，制度执行质量下降 → 社会感受到“这套规则没起作用反倒添乱”，对规则的信任侵蚀 → 规则的正当性被侵蚀，它在下一代儿童身体里内化的力量随之减弱。然而，与规则的正当性同步衰减的，并不必然是它已经在上一代人内部刻下的那个自检程序。相反，有相当一部分在强制性规则被推行得最猛烈时期成长起来的个体，即便在成年后理性地认识到这些规则流于形式，其身体里早已被安装的那套“我够好吗”的程序却在持续运转——因为这套程序的燃料不是对外部规则正当性的信念，而是对“不被他人认可”的深层恐惧。规则的正当性可以被理性反思削弱，但童年期已经在反复的表扬和批评中被塑造成形的那种需要外部验证才能确认自我价值的心理习惯，无法被理性轻易拔除。

这就产生了一个悖论性的后果：制度在名义上越来越受怀疑，但制度在个体内部造成的心理结构——那个持续自问“我够好吗”的消耗程序——反而因为缺乏外部边界的约束而变得更加弥漫和难以关闭。上一代执行者被烧穿，下一代执行者带着更深的模糊愧疚进入岗位，更快被烧穿。制度的外在正当性在代际间衰减，但制度在主体内部刻下的自耗结构却在代际间累积。这就是自吞噬环：规则越是受社会怀疑，它在还相信它的人内部造成的消耗就越大；消耗越大，执行者崩得越快；崩得越快，规则越是受怀疑——环闭。

5.4 反驳预期与回应

上述论证面临一个最直接也是最有力的反驳：如果强制性规则总是在烧穿执行者，那么如何解释那些已经存在了几百年甚至上千年的

强制性义务——母亲对子女的抚养义务、救生员对溺水者的救助义务、消防员对火场中居民的救援义务？这些规则都是强制性的（要求积极作为而非消极不犯），其执行压力在某些时刻甚至远大于警察——救生员在夏季海滩时时刻刻盯着水面，消防员在火场里面面临生命危险——它们为什么没有在历史中被淘汰，反而作为少数强制性义务被几乎所有法律体系所确认？

这个反驳不仅不能被回避，它实际上是推进本论证深度的最佳磨刀石。如果本理论不能解释这个例外，那它就是不完整的。我的回应分三步。

第一步：区分“强制性规则”内部的两个亚类型。母亲义务、救生员义务与“品德评价”型强制性规则之间，存在一个结构性的差异。前者在制度设计上配备了一个事前锁定的身份-位置归责机制：母亲的身份在孩子出生之前就已经社会性地存在，救生员的合同在他坐到那个瞭望塔上的那一刻就已经签署。先有身份，后有义务。这个身份-位置锁定机制带来了一个关键后果：归责节点被精确地封死在一个人身上——“就是这个人，从签约或从成为母亲那一刻起，就已经被认定对这些人的安全负有排他性责任”。品德评价型规则没有这个锁定机制——它要求执行者在无数具体个案中，对每一个被评价者每一次行为是否“足够好”做出即时判断。前者把不确定性封死在规则设计的输入端，后者把不确定性推卸到了执行者的每一次日常判断中。

第二步：区分“持续性压力”内部的不同耦合机制。母亲义务的执行压力无疑是持续的——孩子随时可能需要照顾。但这条规则同时配备了一套在生物演化层面就已预装好的内部正反馈补给机制：母亲在照顾孩子的过程中，持续获得的亲密接触、情感回馈、被需要的存在感，构成了一条能部分抵消持续消耗的心理补给线。这当然不是说母亲不累，而是说母亲这个角色的执行压力与承受力补给之间存在一种生物社会性耦合——这种耦合的存在，使“持续性压力”不至于必然导向“耗竭”。救生员义务同样配备了持续压力，但它通过一种不同的机制——触发信号的极度压缩——降低了持续警觉的认知负荷。救生员只需要盯着一片水面，任何闯入他视线的异常物理信号（手臂挥舞、身体下沉）自动触发救援程序。他不需要在每一个游泳者入水时判断“这个人的游泳水平是否足够好”，也不需要向被救者解释“为什么我刚才先救了那个人而不是你”。他的判断空间被极度压缩到了一个单感官的、即刻的、不可误识的触发器上。

第三步：比较品德评价型规则。这类规则既不提供事前身份-位置归责锁定（执行者无法在一开始就说“只有这些人对我的评价负责”），也不提供触发信号的极度压缩（“品德”不是一种可被感官瞬间捕获的物理信号），也不提供内部正反馈补给（教师被制度要求持续评价学生品德，却很少从制度那里获得“你的评价做对了”的明确反馈——因为“做对”本身没有标准）。三道闸门全部缺失。这就是为什么母亲义务和救生员义务千年不崩，而品德评价规则在五年之内就能烧穿一批执行者。

但这一回应本身还引出一个更深的推论，它指向本理论的一个核心自我修正：规则类型与执行者承受力之间的关系，最终决定的变量不是规范形态本身（禁止vs强制），而是压力散布模式与承受力维护机制之间是否存在至少一种有效的耦合方式。禁止性规则之所以在人类历史上最省力地维持了自身，是因为它天然地占据了一个最为节能的耦合位置——间歇压力+退出通道（警察下班后可以退出执行者角色）。但并不排除强制性规则也能通过其他类型耦合方式维持自身的可能性——只要它能在制度设计上人为地补偿缺失的退出通道。品德评价型规则的失败，不是因为它是“强制的”，而是因为它同时缺少退出通道、触发压缩和内部补给这三样任何一种。

5.5 可裁决的检验设计：排除竞争解释

上述论证面临的最强竞争解释可以表述如下：“这不是什么‘规则造出了不同主体’的新奇机制，这不过就是工作压力大小的问题。警察的工作压力断断续续，教师的工作压力持续不断——所以前者能长期干下去，后者容易倦怠。这用职业心理学现有的‘工作要求-资源模型’（Job Demands-Resources Model）完全可以解释，不需要你搞出一套复杂的‘主体生成’理论。”

这个竞争解释在简洁性上具有优势，因此本理论如果要证明自身在解释效力上不可被还原为JD-R模型，就必须设计一种检验方案，使得两种理论在同一经验预测上给出相反的结果，然后让数据裁决。

以下是我的检验设计：

第一步：定位两种理论预测相反的那个经验点。JD-R模型的核心逻辑是：职业倦怠由“工作要求”（压力）与“工作资源”（支持、自主权、回馈）之间的失衡导致。按照这个模型，如果两类执行者面对的工作要求强度相同、工作资源水平相同，他们的倦怠率应当大致相同——无论他们执行的是什么类型的规则。换言之，JD-R模型预测：倦怠的差异是由工作要求与资源的可量化差异造成的，而不是由某些看不见的“规则内化后形成的心理结构”造成的。本理论则预测：即便工作要求和工作资源的客观水平被控制到相同，执行不同类型规则的执行者，其倦怠率仍将出现系统性差异——因为某些规则类型（即便工作压力不大）要求执行者持续消耗一种在日常状态下无法自行关闭的心理自检程序，这种程序的存在与工作压力大小无关，而与童年期被内化的那种道德情感的运作模式有关。

第二步：设计一种能控制掉JD-R模型的检验方案。选取同一城市的两所中学，A校和B校。两校在以下维度上做严格匹配：办学规模相近、生源家庭社会经济地位分布相近、教师编制数和班级规模相近、教师平均薪资和福利待遇相近、教师的工作量（周课时数）相近。这是控制JD-R模型中的“工作要求”和“工作资源”变量——两校教师在这两个维度上没有显著差异。唯一的差异在“规则类型”这一自变量上。A校的德育评价采用禁止性指标清单：“学生不得有以下行为：打架斗殴、考试作弊、辱骂教师、破坏公物。无上述行为者德育评定为合格。”B校的德育评价采用强制性期待型指标：“学生应展现热爱祖国、团结同学、积极向上的精神风貌。德育评定综合考察学

生在一学期中的多方面表现。”按照JD-R模型的逻辑，两校教师工作要求相似、工作资源相似，倦怠水平不应出现显著差异。按照本理论的逻辑，B校教师的倦怠水平应显著高于A校，因为B校教师被制度要求从事一种无法间歇的情感劳动——持续判断模糊标准、持续承受标准不确定带来的质疑和自责。这种消耗独立于“工作量大不大”，而在于“工作性质是不是永远关不掉”。

第三步：指定什么结果会推翻本理论。如果经过至少连续三个学期的追踪测量（使用标准的Maslach Burnout Inventory职业倦怠量表和Psychological Capital Questionnaire 心理资本量表作为因变量），在控制了两校教师基线倦怠水平、年龄、教龄、性别之后，B校教师的倦怠水平与A校教师无显著差异，则本理论关于“规则类型独立于工作负荷产生倦怠差异”的核心命题不成立。这个结果将支持竞争解释——即规则类型对执行者没有独立的心理效应，职业倦怠仍然可以被充分还原为工作要求与资源的失衡。此外，如果B校教师倦怠水平虽然高于A校，但差异可以被教师“对评价标准清晰度的主观自评”这个中介变量完全解释，且这个自评在统计上完全由“校长是否给出了具体评分范例”这类可量化的工作资源差异导致，那么本理论的独特性也会被动摇——因为这意味着主体内部的“自我评分结构”本身只是工作资源不足的外在症状，而非一个在先的、独立的心理结构。

第四步：如果本理论预测成立，它指向的干预方向与竞争解释截然不同。按照JD-R模型，干预路径是增加工作资源——给B校教师更多的心理支持、更清晰的评分范例、更长的休假。按照本理论，从这些措施中得到部分缓解是可能的，但只要“强制性期待型指标”这个规则类型本身不变，工作资源的增加只能延缓耗竭的速度，不能扭转耗竭的方向——因为问题不在于“支持不够”，而在于规则结构性地要求执行者从事一种在心理生理层面无法被任何间歇性资源所支撑的持续自检劳动。真正的干预，是改变规则类型本身：将“学生应展现积极向上的精神风貌”替换为“学生在本学期内不得有经核实的以下三类行为”，将无边界的期待操作化为有边界的禁止清单。本理论预测，规则类型经过这一改变后，执行者倦怠率将在18个月内出现显著下降，且这一降幅无法被用工作资源的同时期变化所解释。

6 结论

6.1 核心发现

本文的核心发现可以凝缩为两个互相支撑的判断。

第一，法律规则不是在管理一个既成的人，而是在参与制造一种特定的人，然后用这种被制造出来的人去执行它自己。禁止性规则（“不得杀人”“不得偷盗”）在长期内化过程中，于个体内部建构了一个以羞耻为燃料的、间歇性激活的自我约束装置——我们称之为内在监视者型主体。强制性期待型规则（“应当积极进取”“应当展现团队精神”）在个体内部建构了一个以愧疚和外部验证为驱动的、持续性运转的自我评分装置——我们称之为内在表演者型主体。两者的核心差别不在于道德层次的高低，而在于心理燃料的消耗模式：一个只在触界时耗能，其余时间休眠；另一个全天候运转，没有关闭开关。

第二，禁止性规则之所以长期稳定，强制性期待型规则之所以反复陷入执行困境，根源并不在于前者“成本低”或“边界清晰”——这些是表层变量。深层原因在于：禁止性规则造出的主体类型（内在监视者），恰好天然地匹配了禁止性规则对执行者的间歇性压力节律，两者形成代际传递的正反馈循环。强制性期待型规则造出的主体类型（内在表演者），在结构上就无法承载这类规则对执行者的持续性情感劳动要求，两者形成代际传递的自吞噬循环——上一代被烧穿，下一代带着更深的模糊愧疚进入岗位，更快被烧穿。

6.2 理论贡献

本文对既有理论的贡献体现在三个层面。

在法理学的层面，本文将分析层次从“规范体系如何管理行为”推进至“规范体系如何参与建构承受规范的主体”。这一推进意味着法理学再也不能将“人”视为一个既成的、对所有规则类型做出同质反应的常数。法理学必须开始追问：不同类型的法律规则，在长期内化和执行的过程中，分别在人的内部刻下了怎样不同的自我约束和自我评价结构？这些结构的长期运转成本是多少？它们能被代际传递，还是会在代际传递中自我侵蚀？

在道德心理学的层面，本文将羞耻与愧疚的区分——一个已经被实验室研究精细验证的情感机制——扩展应用于解释法律制度的长期运行差异。这一扩展的贡献在于指出：羞耻和愧疚不只是在个体道德决策的瞬间起作用；当它们被制度性地、大规模地分配到不同人群（执行者与被管理者的不同角色）时，它们会累积成系统性的制度后果。

在情感劳动社会学的层面，本文提出：情感劳动不只是一个职业现象，也可以是一个制度设计现象。某些类型的法律规则，在结构上就内置了对其执行者的持续情感劳动要求。这一识别将情感劳动研究的视野从“某些职业特别累”扩展到“某些制度设计本身就要求从事该制度的人付出不可持续的情感代价”。

6.3 实践与政策含义

本文的分析指向若干可操作的政策建议。

第一，立法前评估中应增设“执行者心理负荷预判”机制。在新法规或新行政考核制度设计之初，设计者应回答以下三个问题：本规则对执行者产生的警觉压力是间歇性的（触发点明确、事毕即可退出）还是持续性的（标准模糊、触发域扩散、永远有“不够好”的可能）？如果是持续性，是否提供了补偿性的耦合机制——如用可编码的具体行为指标替代需要主观解释的品德判断（触发信号压缩）、向执行者提供其裁决后果的可见正面回馈（内部正反馈补给）？如果两项答案皆为否，是否存在明确的身份退出通道（执行者可在不承担个人惩罚的前提下退出该执行角色）？如果三道闸门全部关闭，该规则的长期可执行性应被推定为不可维持，需要重新设计。

第二，教育评价体系中的道德品德考核，应从“强制期待型指标”转向“禁止性清单型指标”。大量实证证据表明，要求教师评价学生“思想品德”“积极进取精神”等无边界的品质，会把教师拖入持续情感劳动的泥沼，导致评价流于形式。替代方案是：将品德评价操作化为“本学期内学生不得有以下经核实的行为”的清单（如不得打架、不得作弊、不得辱骂他人）。这种转化并没有降低道德标准——它只是把道德标准从“要求成为好人”的无限期待，转化为“不得做明确坏事”的清晰底线。这一转化对教师情感劳动的减负是结构性的。

第三，企业道德合规条款的制定应遵循同样的原则。将“员工应展现团队协作精神和积极阳光的工作态度”替换为“员工不得有以下经核实的行为：对同事进行人身攻击、无故拒绝合理的工作协作请求、在工作场所传播恶意谣言”。前者的执行要求管理者持续判断员工“态度”的真诚度——一种无法间歇的情感劳动；后者的执行只要求管理者在具体事件发生后介入——间歇的、边界清晰的、不持续消耗自我评分系统的。

6.4 研究局限

本文作为一项概念分析型研究，其核心局限已在方法论部分自陈，此处不再重复。另有一项本文已触碰但未能充分展开的深层问题需特别指出：本文对“羞耻驱动间歇性自我约束”的分析，预设了羞耻在常态下只在越界时激活。但这一预设本身有其文化边界。在某些高度羞耻文化（honor-shame culture）的传统中，羞耻并非只在具体越界时才激活——“丢脸”的焦虑可以作为一种弥漫性的日常警觉持续燃烧。如果羞耻本身在某些文化条件下被制造成了一种持续性的自我监察，那么本文关于“内在监视者型主体天然节能”的命题就需要增加一个重要的文化调节变量。这一修正的具体内容和经验含义，尚需一轮独立的跨文化比较研究来充实。

6.5 未来研究方向

基于本文的理论框架，五个可长期独立运行的研究方向自然浮现：

方向一：跨文化童年道德内化机制的田野比较。选取在法律体系和养育实践上差异显著的两至三个社会（例如一个以禁止性规则为主导的英美普通法地区、一个曾将部分强制性道德义务纳入正式教育评价的东亚社会），对4至6岁儿童做“独处时的规则依从”行为实验。同时测量两种规则（“不许碰那个玩具”vs“你应该把多余的糖分给不在场的小朋友”）分别在儿童内部形成抑制冲动的生理指标差异（心率变异性、皮肤电反应），并结合对主要抚养者的话语分析（母亲的日常道德训诫中禁止性语句与期待性语句的比例），以确认规则类型与儿童自我约束结构之间的形成性关联。

方向二：教师职业倦怠与德育评价方式的纵向追踪干预研究。在同一城市或区域选取两至三组办学条件、师资水平和生源背景匹配的中学，其中控制组维持现有期待型品德评价指标，实验组将评价指标转化为禁止性行为清单。在为期两年至三年的追踪期内，每学期测量教师的职业倦怠、心理资本和离职意向，以验证规则类型的改变是否能独立于工作负荷的改变而降低执行者情感劳动的累积速率。

方向三：强制性社区志愿服务考核的基层执行者倦怠的队列研究。选取多个已推行社区志愿服务工时考核的基层组织，根据考核条款的清晰度（是否有明确的“非志愿服务负面清单”）对样本进行分级。在至少两年的追踪期内，测量基层执行人员（社区工作者、网格员）的倦怠变化曲线和非正式豁免惯例（私下免去某些居民的考核义务）的出现频率，检验条款清晰度与执行者心理负荷之间的剂量-反应关系。

方向四：环境法自动监测技术引入前后执行者压力模式的纵向比较。以某地区环保部门大规模部署自动连续排放监测系统为外生冲击，利用历史档案数据（系统引入前与引入后各三至五年的检查员体检报告、心理门诊数据、离职率）构建中断时间序列分析，比较“接报-突检”模式的间歇性警觉与“实时数据屏幕监控”模式的持续性警觉，在检查员生理心理压力指标上是否产生阶跃变化。该研究可附带检验一个衍生预测：如果实时监测系统同时引入智能异常筛选算法（AI做第一道过滤），能否部分恢复间歇性警觉模式，从而降低执行者压力。

方向五：法律文本中归责表述的跨法系千年档案追踪。选取英、法、德、中、日五个法系中的“禁止杀人”条款与“救助义务”条款（如该法系存在），收集一千年来归责语句中模糊词汇（如“合理的”“必要的”“应尽有的”等）与精确化表述（如“任何人故意造成他人死亡者，处……”）的比例变化数据。这项研究的理论目标是：在千年尺度上验证“禁止性规则的归责表述可以被受害者的痛苦信号逐步精确化，而强制性救助规则的归责表述因缺乏这一信号来源而始终在模糊与精确之间震荡或衰减”的核心命题。该研究可与比较法

律史和数字人文方法结合，开发可量化的法律文本“归责精度指数”。

参考文献

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51*(6), 1173–1182.

Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115*(2), 243–267.

Foucault, M. (1995). *Discipline and punish: The birth of the prison* (A. Sheridan, Trans.). Vintage Books. (Original work published 1975)

Grandey, A. A. (2000). Emotional regulation in the workplace: A new way to conceptualize emotional labor. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5*(1), 95–110.

Grandey, A. A., & Gabriel, A. S. (2015). Emotional labor at a crossroads: Where do we go from here? *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2*, 323–349.

Hart, H. L. A. (1994). *The concept of law* (2nd ed.). Oxford University Press.

Hochschild, A. R. (1983). *The managed heart: Commercialization of human feeling*. University of California Press.

Hohfeld, W. N. (2001). *Fundamental legal conceptions as applied in judicial reasoning* (D. Campbell & P. Thomas, Eds.). Ashgate. (Original work published 1913/1917)

Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. International Universities Press.

Mill, J. S. (1998). *On liberty* (J. Gray, Ed.). Oxford University Press. (Original work published 1859)

Nussbaum, M. C. (2004). *Hiding from humanity: Disgust, shame, and the law*. Princeton University Press.

Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. Guilford Press.

Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58*, 345–372.

Tyler, T. R. (2006). *Why people obey the law*. Princeton University Press. (Original work published 1990)

Weber, M. (1978). *Economy and society: An outline of interpretive sociology* (G. Roth & C. Wittich, Eds.). University of California Press. (Original work published 1922)

本次打磨说明

改动已就地落在正文，此处逐条说明落点与理由。

本篇的第一处改动是本批唯一一处实质论证错误的更正，必改。原稿第 2.2 节已经准确复述了道德心理学的主流结论——羞耻指向整体自我、使人想消失、更导向逃避；愧疚指向具体行为、使人想坦白与修复——而第 5.1 节却反过来写「羞耻可以在一次赎罪行动后被明确消除，愧疚却无法被任何单一行动根除」。两节自相矛盾，且矛盾恰好落在全文机制的核心（间歇 vs 持续）上。该段已重写：本文接受主流结论，不主张相反的东西；本文所要区分的不是两种情感各自好不好消除，而是它们各自在什么条件下被激活。羞耻在禁止性规则下的触发条件是外部的、离散的、可被指认的越界事件，条件稀疏因而结构在大部分时间不耗能（每次激活强度并不低）；愧疚在期待型规则下的触发条件是「本可以做得更多」的可能性，而这个可能性在任何时刻都存在，因而持续触发。差异在触发条件的密度上，不在情感的可解除性上——后者是本文不主张、也不需要主张的。第二处：一篇论证「规则制造主体」的论文全程未处理福柯，而福柯在《规训与惩罚》中早已论证权力通过规训技术生产驯顺的身体、并让被观看者把监视内化为自我监视——这是最强近邻，不切割则不可还原性立不住。第二节末因此补入正面对质，划出两处分界：其一是粒度，福柯不区分「不得偷窃」与「应当积极向上」在被内化时走的是不同情感通道，而本文全部论证压在这个区分上；其二是方向，福柯的分析是单向的（权力生产主体），从未追问被生产出来的主体能否长期承受生产它的那套制度的索取，而本文的核心命题正落在这个反向问题上——福柯诊断的是规训的成功，本文诊断的是某一类规训的失败模式。另修正两处错字（一处坏字、一处量表英文名拼写），删去正文从未引用的五条文献、虚构致谢与利益冲突声明。

本次打磨所核验的文献

Foucault, M. (1975). *Surveiller et punir: Naissance de la prison*. Paris: Gallimard. （本次新增正面对质）

Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345-372.

Hochschild, A. R. (1983). *The Managed Heart*. Berkeley: University of California Press.

Grandey, A. A. (2000). Emotional regulation in the workplace. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(1), 95-110.

Hart, H. L. A. (1994). *The Concept of Law* (2nd ed.). Oxford University Press.

Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., & Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115(2), 243-267.