

社会文化因素对心理健康问题的影响*

张向葵¹² 丛晓波²³

(1 天津师范大学心理与行为研究中心, 天津 300074) (2 东北师范大学心理学系, 长春 130024)
(3 东北师范大学政法学院, 长春 130024)

摘要 该文力图从人生命的生成性及其表现形式即社会文化视域研究心理健康问题, 把心理健康问题看成是个体实现自身生命本质、占有人的本质力量的现实而必要的环节。人的生命的生成性决定了心理健康问题的社会文化性。一般从广义的角度说, 社会文化是人特有的生命活动的全部过程和结果。不同的社会文化对心理健康问题的界定不同, 形成心理健康问题的规则不同, 解决心理健康问题的方式亦不同。

关键词 社会文化因素, 社会文化的本质, 心理健康问题。

分类号 R395.6

社会文化对人的影响呈现为由内到外的三个层次: 一是包括知觉、思想过程、情感以及行为方式的“潜在假设”(underlying assumptions); 二是反映判断取向的价值观(values); 三是包括服饰、语言、习俗等在内的可观察的外显特征^[1]。将社会文化与心理健康问题联系起来才能够有效诠释、关注人的生命质量、生活状态, 在文化冲突的背景中尤其更具有时代真实性。我们将通过对心理健康问题的涵义、社会文化因素形成个体心理健康问题的途径及社会文化视域中的心理健康问题研究和分析, 阐明社会文化因素对心理健康问题的影响。

1 心理健康问题的涵义

对心理健康问题内涵的理解是确定这一选题具有价值性的关键。也就是说, 社会文化因素只是在一定的意义上对人的心理健康产生影响, 而这一层面的心理境遇又构成大众生活的基本成分, 直接影响人们的生活状态。

1.1 什么是心理健康问题

心理健康问题是指个体在社会生活中对所产生的不和谐心态的一种主观感受或体验。心理健康问题有以下三个特点: (1) 心理健康问题是在社会生活中形成的。社会生活是个体现实的存在方式。个体通过社会生活最终确立了人的本质, 拥有了人

的独特属性。人的社会生活由以自我为中心的诸关系(人与自然、人与社会、人与自我、人与神即终极信仰)构成。个体的人通过与经由实践形成的各种关系对象的相互作用实现个人的社会生活, 对象性活动建构着个人作为主体的认知评价、信息加工方式、行为选择、经验结构优化等。在这种相互作用的过程中, 个体的认知水平不断提高、行为选择渐趋合理化从而实现个人生命的逐步成长。显而易见, 生命的成长是以个体不断超越现有状态、克服各种矛盾为途径的。成长是在新的关系情景中面对和解决新问题的过程。对于进行社会生活的人来说, 心理健康问题的产生具有必然性和经常性, 也具有必要性。只要是人, 总会有心理健康问题; (2) 心理健康问题影响个体保持和谐平稳的心态。心理是一个神秘而迷人的字眼, 尤其是人的心理复杂而多变, 它是人的意识赋予人特有的属性, 对于各种外来信息进行加工的多样性与丰富性是人在生物学上优越于其他动物的标志。人因此拥有按主观意愿解释、改造生活世界的能力。这种能力为人带来了无限的快乐, 也让人品味与体验真实的痛苦。因此从另一个角度说, 个体在社会生活中能够体现建构性的活动表现为一定的认知意向, 又都伴随着一定的情绪反应, 表现为心态平稳—不平稳—再平稳、和谐—不和谐—再和谐的波动与变化; (3)

收稿日期: 2005-3-18

* 本研究为教育部人文社会科学研究 02JAZJDXLX005 重大项目, 教育部高等学校优秀青年教师教学科研奖励计划项目, 东北师范大学青年基金项目。

作者简介: 张向葵, 女, 东北师范大学心理学系教授、博士生导师, 天津师范大学心理与行为研究中心兼职教授。Email: zhangxiangku@hotm.ail.com。

心理健康问题使个体具有两种相反的心理导向。心理健康问题不等于心理不健康或已变态,它只是一种暂时的同时也是正常的心理状态。心理健康问题如果经由个体的自我调控得到消解,就能够达到心理平和并为面对和解决新问题做准备;也可能被个体夸张、保持受到实际意义的强化,而长久地改变平和心态,形成变态心理或不健康心理。对生命而言,前者是心理健康的一个必要环节,后者是心理不健康的标志;前者是收获快乐与幸福的有效途径,后者是终结生活意义的不幸开始。

1.2 何以提出心理健康问题

心理健康问题是现时代背景中个体生命质量、生活状态问题,它来源于心理研究的“生活世界转向”^[2]中人对生活及自我的关注。心理健康问题研究是心理学的社会历史时代性所赋予的崭新内涵,体现了心理学研究的当代价值,并因此成为具有普遍性与时代性的热点问题。究其原因,主要有三:一是随着世界经济一体化进程,不同文化间的比较、冲突、融合日益加快,对保有独特传统的每一文化来说都面临着原有文化的“震荡”所带来的文化困惑,表现为标准的不统一、秩序的混乱等。文化困惑直接加剧各种生活事件对人心理的刺激及心理问题的产生;二是现代化作为一种社会发展趋势带给人生活的日益丰富的内涵,但现代化的生活方式拓展了人们把握自己和世界的眼界的同时,不断追求新奇的时尚和瞬息万变的信息也将人坠入应接不暇的不安定中。人的疲惫不再仅仅源于正常的学习和工作所带来的生理紧张,很多时候来自社会生活方式和文化价值原则所引起的心理紧张。保持心理的平衡作为决定生活方式的中介具有重要作用,因此关键的问题不是生活方式本身,而是对生活方式的心理调节;三是在当代中国文化冲突与社会变迁同时进行,人们面临的社会生活问题更为突出。对普通的中国人来说,心理健康问题已经不再是单纯的生存性问题。一般性生存问题引起的心理健康问题靠人本能的生存意志完全可以克服(生理机能正常的情况下)。所以在传统社会中,心理健康问题不是问题,也没有人过多关注。即使带有片面或不足,社会文化仍然维持着个人生存需要的基本秩序,个人生活与社会秩序之间保持着简朴的和谐。当面对复杂的社会环境和混乱的文化规则时,个人生活与社会秩序的原始和谐被打破,心理健康问题变得明晰和复杂起来,靠本能的生存意志难以

被自然地超越。心理健康问题只能成为急需解决、深刻反思与不断研究的现实生活问题。

2 社会文化因素形成个体心理健康问题的途径

2.1 社会文化的本质

社会是人的组织与联合,是人与人的关系及结果。“人在本质上是社会性动物,社会实际上是先于个体而存在的,不能在社会中生活的个体、或者因为自我满足而无需参与社会生活的个体,不是野兽就是上帝”^[3]社会赋予了人以本质,使其最终与自然界所有的物种分离开来;文化即“人文化成”,是人與人组织与联合的过程和方式,是人以不同于自然的方式进行活动的经验及经验的外化,文化是对纯粹自然的重新诠释和超越。人是文化性动物。文化展现着人的生命本质。因此,社会和文化对人的生命本性而言具有统一内涵,两者都统一于人实现自我生命本性的实践活动。在事实上,社会与文化不可分割,没有社会的文化与没有文化的社会都是人现实生活的抽象。社会文化性就是人的本质属性,是人与其他动物相区别开来的标志。由于人以社会文化的形式存在,人的自然生命就被赋予了超自然的涵义,以一种非自然本能的方式表现出来。比如同样是吃,人因为有社会文化而吃得更有情调,更讲求味道、营养和健康;社会文化不同,吃的内容和方式也明显不同。无论什么时候在什么地方,人就是而且只能以社会文化的方式存在,剥离了社会文化内容的人不是人,也不存在真正的人的心理。

社会文化的形成源于人生命的生成属性。人靠生物遗传的方式获得以人脑为中枢并把感觉器官、发音器官、运动器官有机地联系起来的高级神经系统。除此以外,与任何一种动物相比,“天赋”的人都显得异常脆弱和缺憾。“动物在天性上比人更完善,它一出自然之手就达到了完成,只需要使自然早已为它提供的东西现实化”^[4],每一种动物近乎完美的神奇本能成就了它们特殊的生存方式。然而动物的完善完成于自然,即使变化也是极为缓慢的本能反应。人只具有潜在的自然能力,“自然把尚未完成的人放到世界之中”,人注定要靠自己挖掘潜在的自然能力,在对象化的社会实践中将这种自然潜力释放出来、发挥出来。人所具有的非确定性和开放性使人的生命永远不可能完美,但只有人

的生命才可以是精彩的。人实现潜在的自然能力的过程就是占有人的本质力量的过程，就是生成社会文化的过程。另一方面，社会文化又先在于个体而存在，是人实现物种的延续的“环境”，个体是社会文化的“产物”。对个体而言，社会文化就是全部生活世界，个人生命成长的过程也就是与社会文化互动并建构的过程。

2.2 社会文化因素影响个体心理健康状态的方式

在人现实的生活中，社会文化因素主要通过两种途径影响个体心理健康问题：

一是规范化的社会文化教化，它体现着社会文化的客观强制性与个体自我调控的自觉性。社会文化对个体的教化是通过个体的社会化来完成的。因为“那些生来就缺少社会性的个体，要么是低级动物，要么就是超人”^[9]。只有在社会中生活的人才是真正意义上的人，每一个生命个体的全部生命过程和最终目的就是社会化。社会化有两个任务：第一、是使个体知道社会或群体对他有哪些期待，规定了哪些行为规范；第二、是使个体逐步具备实现这些期待的条件，自觉地以社会或群体的行为规范来指导和约束自己的行为。社会化的过程就是个体扮演社会角色，按照角色的他人期望形成自我人格的过程。所以角色扮演及其相应的人格是社会文化与个人之间的中介。个体通过角色扮演所形成的稳定的内在心理品质与行为方式诠释并加工各种社会文化信息，为适应各种生活事件或变动进行自我调整。基于个体人格的特殊性，就会形成不同程度的社会适应性，而与社会文化的矛盾则会带给人情绪的紧张并导致心理健康问题。

二是非规范化的社会文化渗透，它体现着社会文化的弥散性与个体自我生成的自发性。个体生命本身就是社会文化的产物。个体的社会文化性与生俱来，伴随着生命的始终。“遗传”基因并不单单是从父母那里获得某些物质形式，在更广泛的意义上也包括父母以及他们的那个社会的一切文化形式。父母的心理状态、人格修养、生活方式等都是业已存在的“素质”，深刻地影响着新生命的身心状态。个体生命成长的每一点内容都镌刻着社会文化的“印记”，是以文化的形式历史传承的结果。个体的心理首先表现为一种社会文化，这种文化以传统的方式悄然、毫无声息地融入到个体的血脉之中。在这个意义上说，中国人就是被“中国文化”濡化的人；东北人就是具有东北地区文化特色

的人。社会文化的本质是一种群体规则，包括明确的法规、制度，也包括约定俗成的“常识性”知识和“背景性”公设，即个体共同的解释生活和世界的特定方式、期待、含蓄性理解。这些特定的规则形成了特定的生活方式进而生成着特定的人，满足着人特定的生命需要，个体只有在这样的规则中才拥有人的本性，才被评价（看）成人。

上述两类文化方式对个体心理健康问题形成与解决过程还受制于文化类型，如过分狭隘型（不能满足人生命需要的丰富性）、混乱型（同一时空内的文化冲突）、骤变型（地域文化的急速转型）都很容易引发心理健康问题的文化类型。

3 社会文化视域中的心理健康问题

人的生命的社会文化性决定心理健康问题的社会文化性。不同社会文化视域中的心理健康问题表现为如下三个方面：

3.1 心理健康问题的标准

不同社会文化背景下人们关注心理健康问题的侧重点不同，衡量的根据也不同。不同社会文化境遇中的心理健康标准有相当甚至是本质的差异，人们对同样的行为评价标准也不一样，甚至有时对他人同样评价的自我理解也不一样，当然所产生的心理内容、心理状态也就不一样。具体表现为，同一时代不同地域文化下的差异及同一地域不同时代文化下的差异。比如西方人也研究心理健康问题，但西方人心理健康的标准是根据西方心理学对心理的界定、以西方心理学研究心理的方式进行心理健康标准的研究。西方人特有的思维方式形成了与中国截然不同的西方文化。西方人通过追求对象化实体的方式确证人本身，他们认为在人本身中探寻人的本质是不可能的，心理学必须挣脱抽象的哲学母体，进入科学大家族之后才能成为一门学问。于是，科学心理学认定心理是客观外在的实体，是可以科学的方法测量的，而且有适用一切人的规律。这种心理观支配下的心理健康标准是固定具体的几条或十几条，如对现实正确的认识、自我接纳等。对某一个体而言，在某一时刻符合几条或十几条就是健康的，不符合就是不健康的。这种心理健康观念在一定程度上忽视了心理的生成性、差异性。中国文化与西方文化相反，主张通过向内的反省认识自我。心理更多的是指人际伦理和交往沟通中需领会琢磨的心思、心意与心性等，是人现实的

某种整体精神状态,强调经过主观调整后的内心和谐。中西文化的差异导致中西方的心理观、心理健康问题标准都具有很大差异。即使同样在中国,由于不同的历史背景和地理环境也形成了精神气质的地域差别,如果违反了这些代表一定精神气质的文化规则而表现得与别人格格不入。比如,一个生长、生活在东北的农民突然虔诚地信仰起妈祖,就会很难让人理解,容易被认做另类或“心理有问题”。而且,不同的社会角色也会产生个体不同的社会化方式,生成不同的人格特点,最终形成不同的心理及心理健康标准。例如中举的范进在科举制下是“健康”的,因为那时的社会就“给”人那样的状态,像贾宝玉那样视功名如粪土则是不正常的;作为学者,应该具有相对独立的思维、自我的冥想,其生活方式必然与忙于交换的市井商人有所不同,我们不能认为一个不爱说话、神情呆滞、整天把自己关在屋子里的人就一定有心理健康问题。

历史上各个不同的社会发展阶段会形成人不同的生活世界,心理健康内涵也会因此具有社会历史性。随着社会的变迁和历史的演进,人们对社会和自我的认知方式不同也会形成不同甚至截然相反的心理问题标准。在中世纪,人们不仅认为裸体代表着邪恶,而且裸露身体会遭致恶魔的袭击造成身体的伤害。虱子又被看作“上帝的珍珠”,所以古罗马人每天洗澡的习惯被摒弃,室内排水系统遭到废弃,中世纪欧洲的人们惯常每天把夜壶从窗户里倒到街上。大街上永远都散落着屎尿,滋长了瘟疫和各种疾病,直到一场大雨把他们冲刷干净^[5]。这种无疑十分原始、粗陋的行为照现代人看来当然被判断为“……癖”的严重心理健康问题。

3.2 心理健康问题的形成规则

心理健康问题的形成规则就是人们所面对的社会文化状况及对它的认知,包括人生活的物(设备等)和精神(宗教信仰、风俗习惯、哲学、艺术等)全部形式。越是内在的社会文化层次对个体心理健康问题的形成越牢固而持久,甚至有时会作为一种自然的生活方式合理化。例如,萨满法师奇特的精神分裂行为、苦行僧和基督教禁欲主义的自我摧残。研究表明,我国的精神病患者在带有宗教迷信色彩的民族和地区比重较大^[6]。同样的心理健康问题有时因产生的“规则”不同,表现方式也不一样。据曾文星等人的调查研究认为,同样是抑郁症,美国人能比较准

确、适当地表达出自己很忧郁的心情,对什么都没有兴趣,不想活了等心理症状;而中国人则多诉说自己胸中发闷,胃口不好,全身没有力气等身体症状^[6]。西方人的心理健康问题更多地根源于追求自我的先在性与绝对性为基础的西方文化,表现为自我人格分裂、孤独、极端性人格、自我中心主义;中国人的心理健康问题更多地根源于过分注重他人评价、社会影响,缺乏自我意识、自我表现,所以表现为压抑自我的抑郁、焦虑、自我冲突与困惑等。正是人们逐渐意识到人体疾病、尤其是精神问题不会由单一因素造成,整个医学的医治模式才经由单一的生物模式转变为“生物—心理—社会”模式。

3.3 心理健康问题的解决方式

产生心理健康问题的规则不同,界定心理健康问题的标准不同,解决心理健康问题的方式也必须不同。古人讲“有的放矢”,才可能“百发百中”。只有遵循问题原有的真实性,才能真正地解决心理健康问题。心理健康问题的解决方式应该具有多样性和差异性,但若不能深入反思产生心理健康问题的社会文化因素,就不可能从根本上解决有时反而会加重心理健康问题。在当代社会文化冲突中,整合文化模式、逐步调整社会文化结构,坚持自我与社会文化的开放性,生成相应的现代人格,是解决心理健康问题、避免心理变态或不健康,实现自我与社会和谐发展的必要前提。社会文化的整合将是人生命需要的自然选择。因为人所具有的反思与超越本性正是人类历史生生不息的动力,一旦过去被认为理所当然的事情受到挑战,人就会聚集自己的资源,准备进行新的希望之旅。社会文化整合的过程对个人而言就是自我人格完善的过程,个体通过社会化过程中自觉的角色扮演,积极吸收新鲜合理的文化观念,调整以自我为中心的关系世界的和谐。

参 考 文 献

- 1 侯玉波,朱滢.文化对中国人思维方式的影响.心理学报,2002,34(1):106-111
- 2 张向葵,丛晓波.关于心理健康的哲学思考.东北师大学报,2004,2:119-126
- 3 埃利奥特·阿伦森.社会性动物.北京:新华出版社,2002,1,113
- 4 夏甄陶.人是什么.北京:商务印书馆,2004,95
- 5 张伯源,陈仲庚.变态心理学.北京:北京科学技术出版社,1986,91,93

IM PACTS OF SOCIAL CULTURE FACTORS UPON MENTAL HEALTH

Zhang Xiangkuī¹, Cong Xiaobo^{2,3}

(1 Research Center of Psychology and Behavior in Tianjin Normal University, Tianjin 300074; 2 Department of Psychology, Northeast Normal University, Changchun 130024; 3 School of Politics and Laws, Northeast Normal University, Changchun 130024)

Abstract

This paper tried to discuss mental health issues from the viewpoint of formation of human life and its expressive means, namely, social culture, and regarded mental health issues as indispensable links where individuals could realize the nature of their lives and possessed the essential strength of human beings. The formation of human life determined the social culture orientation of mental health. Social culture constituted the whole process and result of the activities of human lives. Different social cultures exerted different definitions of mental health, formed different regularities of mental health issues, and had different solutions to mental health issues.

Key words social culture factor, nature of social culture, mental health issue.

(上接第 213 页)

RELATIONS BETWEEN CHILDREN'S IMPLICIT TRAIT BELIEFS AND RESPONSES TO SOCIAL FAILURE

Wang Meifang¹, Zhang Liping¹, Su Xia²

(1 College of Educational Science, Shandong Normal University, Jinan 250014; 2 Qingdao Technological University, Qingdao 266033)

Abstract

The present study examined the relations between Chinese children's implicit trait beliefs and their responses to social failure, with a sample of 160 participants aged 4~12 from a kindergarten and a primary school in Jinan City. The results indicated: (1) Compared with younger children, the older ones coped with social failure more positively. (2) Facing with social failure, the more children view personality traits as uncontrollable, the more negative and fewer positive group entry strategies they addressed and vice versa. (3) Compared with incremental theorists, entity theorists were more likely to attribute social failure to themselves, and their self-evaluation decreased more sharply after social failure, while there were no significant differences in their task persistence, future expectation and feelings.

Key words implicit trait beliefs, social failure, responses.