

文化震荡及其对个体心理健康的影响*

张向葵^{1,2} 吴晓义^{2,3}

(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 广东金融学院, 广州 510521)

摘要 当前我国正在经历的急剧社会文化变迁对众多个体心理产生了强烈冲击, 形成了文化震荡, 并在不同程度上影响了其心理健康。研究表明, 由于不同个体的经历和应付方式不同, 其对文化震荡的承受能力也不同。因此, 深入研究文化震荡的形成及其对不同个体的影响, 充分挖掘各种文化有益于维护个体心理健康的宝贵遗产, 建立个体心理健康防卫、救护机制和社会安定预警机制, 是一项刻不容缓的紧迫任务。

关键词 文化震荡, 应付方式, 心理健康。

分类号 R395.6

文化震荡是急剧的社会文化变迁所引起的一种特定的社会心理反应, 是世界各国社会发展进程中不可避免的一种普遍现象, 它充分体现了文化变迁对人的社会心理和社会行为的毋庸置疑的影响^[1]。当前我国正处在由计划经济向市场经济转型的重要历史时期, 生产方式的变革、新旧体制的交替和对外开放的加大, 都在促使社会文化以异乎寻常的速度发生着重大的变化。而这种变化又对我国众多个体的心理产生了强烈的冲击, 形成了文化震荡, 并在不同程度上影响了个体的心理健康, 危害了社会的安定团结。因此, 适时研究文化震荡及其对个体心理健康的影响, 无论对个体的生命质量, 还是对社会的繁荣发展, 都具有非常重要的意义。

1 文化震荡的形成与作用方式

社会学、文化学和社会心理学的研究表明, 文化震荡是由一个国家内在的文化积累或外在的文化移入所引起的急剧文化变迁对人的心理生活产生的强烈冲击造成的。而这里的文化变迁, 则是一个比较宽泛的概念, 它泛指任何文化模式中所发生的任何有意义的变化。

在人类社会发展的漫长历程中, 随着经济、技术的发展和环境、人口的变化, 伴着文化创新、文化移入以及人们价值观念和行为模式的改变, 文化

变迁始终以其自己的方式不断进行着。但自第二次世界大战以后, 特别是近二、三十年来, 社会文化变迁的速度却变得越来越快。美国著名社会学家托夫勒在《第三次浪潮》一书中曾经写道: 从岩洞生活到农业革命, 人类经历了漫长的岁月; 农业革命到工业革命, 也有数千年之久; 从工业革命到后工业社会仅用了一百多年的时间; 而今天的历史发展甚至更快, 第三次浪潮的变革可能只要几年就会完成^[2]。

尽管托夫勒的分期法受到了一些学者的批评, 但社会文化变迁急剧加快却是不争的事实。面对这种前所未有的急剧变化, 许多人表现出慌张失措、无所适从, 并在心理上产生了巨大的紧张和压力。这也正应了托夫勒在 20 世纪 70 年代所作的预言: 未来的震荡是一种时间现象, 它是社会变动急剧加速的产物。它是发源于依附在旧文化基础上的一种新文化的附加物, 是人们在自己所生活的社会里所遇到的文化震荡。面对文化震荡, 人们会因在一个极短的时间里承受过多的变化之后感到压力重重, 晕头转向^[3]。

文化震荡不但可以源于内在的文化积累, 也可能来自外在的文化移入。文化人类学家 M·米德和 H·墨菲都曾研究过西方文化移入对原始民族心理与行为的影响。墨菲认为不发达国家精神疾病患病率的增高与行为异常者的增多, 是西方文化移入过

收稿日期: 2004-3-15

** 本研究得到教育部人文社会科学研究重大项目 02JAZJDXLX005 的资助。

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。

快的一种必然反应^[3]。而米德从对马努斯文化的变迁的考察中得出的结论是：只要人们能够对变动中的文化进行有效的调适，精神异常以至心理的震荡都是能够避免的。她在研究中发现，尽管马努斯文化经历了快速而剧烈的转变，但却并未发现这种变迁引起的精神障碍的增加^[4]。

我国的社会文化变迁，特别是近代以来的社会文化变迁，经历了一个比较特殊的历史过程。由于地理位置等原因我国在封建社会时期基本上是一个封闭的国家，虽然有汉、唐的开放，但从总体上说与国外的交往还是比较少，受异域文化的影响也比较小。而且在这样一个漫长的历史时期，本国文化的发展也比较平缓，除个别时期短暂的百家争鸣外，绝大多数时间都是儒家文化一统天下，封建士大夫们一辈子读的就是“四书”、“五经”，“惟圣贤之言是听”、“惟圣贤之言是从”，形成了以经、传、注、疏为正途的治学传统^[5]。19世纪末20世纪初，在经历了鸦片战争、甲午战争的惨痛教训和洋务运动、“五四”运动的启蒙之后，国人才开始对西方文化有所知晓，同时也开始有了对本国文化的批判性反思。

新中国成立后，经过多次对以儒家思想为代表的封建文化和西方资产阶级腐朽文化的批判，我国在社会意识形态领域，几乎割断了与各种历史文化的联系。在这种背景下，国人不但对西方文化不了解，就是对本国文化的了解，也少得可怜。因此，1977年的改革开放，不仅使国人受到了西方文化的冲击，同时也受到了由港台甚至是西方国家带来的我国传统文化的冲击。这种双重冲击在国人心理上产生的“文化震荡”，以及由此形成的对个体心理健康的影响是十分强烈和复杂的，现有的各种西方社会心理学理论和心理健康理论，都无法解决这一问题。

周晓虹在其《现代社会心理学》一书中曾经写道：当代中国社会的文化变迁运动虽然肇始于1977年，比西方国家迟了三五十年，但它的变迁速度及由此形成的“开放震荡”却大大超过了西方国家。中国社会在“动乱的十年”走向“开放的十年”中所出现的变化，丝毫不亚于甚至要大于西方国家在第二次世界大战前后所出现的变化。整整十亿人经过长期的封闭、停滞乃至倒退后，又突然面临改革开放，面临如此现代化的一个外部世界，这种强烈的反差以及由此形成的心理体验是任何民族

都不曾经历的^[6]。

2 文化震荡对我国不同类型群体的影响

当前我国正在经历的文化变迁对不同群体的影响是不同的，而不同群体的信息加工方式和应付方式也是不一样的。因此，文化变迁在不同群体心理上引发的文化震荡，以及由此造成的对群体心理健康的影响也有很大差别。根据代际理论和米德“重大事件产生一代人”的观点，我们将当今中国社会的人群分为四代人，并就当前我国正在经历的文化变迁对其心理健康产生的影响，进行了广泛的调查和深入的分析。通过调查我们了解到，当前的文化变迁及其产生的文化震荡对我国不同群体的影响大至可分如下几种情况：

2.1 对1949年以前出生的一代的影响

在世的1949年以前出生的人实际上至少有两代人，但为了研究方便起见，这里将他们归为同一代人。因为他们从生活状态、心理状态，到所受的社会文化影响和目前所处的社会地位，都有很大的相近之处。他们中有的受到过正规的传统文化教育，有的虽然没有接受过正规的传统文化教育，但在童年和少年时期，却在他们父辈那里受到了一定的传统文化思想的影响。因此，尽管在他们长大后受到了多次反传统思想的洗礼，但在他们的潜意识里，还有着一定的在传统文化影响下形成的价值取向和思维定势。当然，在他们的意识领域，更多的还是计划经济时代的社会主义思想，他们的行为习惯和思维方式，也还是更多地带有那个时代的印迹。

改革开放后，面对市场经济的大潮和西方文化的冲击，他们虽然也看出了计划经济的弊端，也想参与改革，但在具体的改革实践中，却又很难改变自己在计划经济时代形成的思想和行为方式，容易对新生事物看不惯。另外，他们潜意识里的传统文化影响下形成的价值取向和根深蒂固的计划经济时代的“社会主义思想”，也使其很难接受西方文化及与这种文化相适应的经济运行方式。而目前因离退休造成的失落和收入下降又很容易使他们感到离社会越来越远，不是改革的受益者。因此，他们更容易看到改革中存在的问题，更容易看到西方文化消极、腐朽的一面。他们觉得自己很难适应这个社会，经常会怀旧和感慨，甚至抱怨今不如昔。在有关心理测量中，他们的个人幸福感得分虽然居于中等水平，但却普遍存在怀旧心理，经常会产生孤

独、无助、烦躁和不安全感。而这种心理反应对已经走进暮年的人来说是很容易引发心理问题的。

2.2 对1950年至1959年出生的一代的影响

1950年至1959年出生的一代是特殊的一代,也是目前承受生活压力最大的一代。他们的生活经历最为复杂和坎坷,除极少数人在1977年恢复高考后接受了高等教育外,绝大多数人都是上学赶上上山下乡和“文化大革命”,上班赶上下岗分流。现实生活中还得承担赡养老人和照顾子女的义务。他们一生下来看到的就是阶级斗争,整个义务教育阶段基本上都是在“文化大革命”中度过的,所以他们普遍比其他年龄段的人更缺乏文化底蕴,更缺少必要的学习能力和应付方式,因此也更容易成为市场竞争中的弱势群体。

随着大学的不断扩招,目前我国的高等教育正趋向大众教育。可在这一代人中,考上大学的可谓凤毛麟角。面对开放带来的西方化文化,面对汹涌而至的市场经济大潮,他们中的绝大多数人都感到非常迷惘。这一代的大多数人很难跟上时代的变化。他们中的许多工人都下了岗,而且严重缺乏再就业能力和自我创业能力;他们中的农民大多数都只知道种地,缺乏多种经营能力和向非农产业转移的能力。当然,他们中的最优秀分子,现在已经走进各个领域中最重要位置,但他们的精神负荷,他们所面临的挑战,也足以让他们心力交瘁。这一代人虽然具有顽强的生命力,但过多的不幸也使他们的心理发生畸变,使其走向宿命、习得性无助,甚至产生反社会倾向。

2.3 对1960年到1969年出生的一代的影响

1960年到1969年出生的一代是过渡的一代,他们生在困难时期,并在“文化大革命”的文化荒漠中度过了自己的童年,但在受教育的关键时期却幸运地赶上了中考和高考,参加工作后又一直占有年龄优势。他们是幸运的一代,但也是矛盾的一代。在其世界观形成的关键时期,他们先后经历了两种不同的经济形态和社会文化,新旧思想的交替和社会结构的变迁,都对他们的思想和心理产生了重要影响。他们中的大多数人都曾体验过茫然、冲突。

他们是社会转型时期的一种典型代表,是置身于“传统—现代”连续体上的人;既处在传统之中,又置身于传统之外;既跨进了现代的门框,又未完全投入现代的怀抱。与此相应,他们的行为也受着双重价值系统的支配,渴慕现代的刺激,但又

摆脱不了传统的制肘^[1]。在不断深化的改革开放中,他们虽然是改革的推动者和生力军,但在其心灵深处也经常会有矛盾和迷茫,对现实生活中的许多现象,他们也经常会感到无奈和无所适从。

2.4 对1970年以后出生的一代的影响

1970年以后出生的一代是年轻一代,也是开放的一代。这一代人在懂事后所接触到的社会文化环境,已经是比较开放的环境。他们没有受过“正统”的社会主义教育,也没有体验过计划经济时期的简单生活。因此,在他们心中没有传统的偶像和英雄,没有什么事可做什么事不可做的清规戒律,也没有什么不可能发生的事情。他们本就生活在不断变化和日益交融的文化变迁之中,所以在他们心理上产生的文化震荡不是急风暴雨、振聋发聩式的,而是经常性的、比较微弱的,以至于有些人根本就感觉不到震荡。

还有一种比较典型的情况是由于国际联姻、出访、留学、移民等原因而生活于两种不同文化中的人。如年轻一代中的海归派和在国内接受高等教育的年轻一代虽然没有出过国,但却深受西方文化的影响的人。他们“脚踏东西文化”,对不同文化的交流和理解起着积极的促进作用,但其自身却也生活在各种矛盾和冲突之中。这些人虽然并不一定懂得多少西方文化,但对外面的世界却明显比其父辈有了更多的了解,对西方的风俗习惯和生活方式也有了更多的认同甚至是向往。还有一些人,由农村来到城市,这些人虽然多数在从事体力劳动,但他们的内心却并不平静,特别是那些高考落榜者,学业上的失败使他们受到了较大的挫折,生活中的不如意和差距感又很容易使他们妄自菲薄。

3 文化震荡条件下个体心理健康的维护

文化震荡对个体的心理健康既有积极的作用,也有消极的影响。在当前我国正在由计划经济走向市场经济的特殊历史时期,文化震荡的产生是不可避免的。问题的关键是如何才能充分利用文化震荡的积极作用,防止其消极作用。而要切实做到这一点,做好如下几方面工作是必不可少的前提:

3.1 深入研究各种文化的差异及文化震荡对个体心理健康的影响

文化震荡之所以会对个体的心理健康产生影响,最根本的原因在于急剧的文化变迁使人对自己、对世界的认识产生了矛盾、困惑,甚至发生了

畸变和扭曲。心理学研究表明：心理问题与心理障碍有其认知根源，不健康的心理常常来源于不健康的认知。正如张玲在其《心理健康研究与指导》一书中所言：“我们的所知决定我们的所感，我们的所感决定我们的所行。”^[6]

当前我国不同个体所体验到的文化震荡，主要是由外来的文化移入产生的急剧文化变迁造成的。在改革开放之前，经过新中国成立后各种政治运动的洗礼，20世纪60年代以前出生的人，都已经在思想上、心理上和行为习惯上适应了社会主义的计划经济方式，他们很少有自己的思考和自己的意志。这时的人既受不到西方文化的影响，也受不到本国传统文化的滋养。改革开放之后，最先对国人产生冲击的是与市场经济相适应的西方国家的表层文化，这种文化是以维护自由竞争的平等性和保证社会生产的高效率为宗旨的，它的移入对打破国人僵化的思维方式，进而激发其积极性和创造性具有极大的促进作用。

但是，随着改革开放的不断深入，人们对市场竞争的残酷性和阴暗面有了进一步的了解和认识。特别是在国有企业职工下岗人数不断增多，城乡居民收入差别日益拉大，一些官员的腐败，使人们的价值观念、理想、信仰、是非标准和生活态度等，开始发生变化。也正是在这种情况下，西方国家的主流文化和亚文化，在我国几千年的封建社会占统治地位的儒家文化，以及过去在我国民间有着一定影响的佛家文化和道家文化，以不同的方式对国人的思想与心理产生了不同强度的影响。由于这些文化是有差别甚至是有矛盾的，因此必然会使人们本就矛盾的心理产生更多的矛盾和困惑，而这种矛盾和困惑，又必然会对个体的心理健康产生影响。

3.2 充分挖掘各种文化有益于维护个体心理健康的宝贵遗产

无论是我国的传统文化，还是西方国家的文化，都有丰富的增进个体心理健康的宝贵遗产。因此，在我们研究文化震荡对个体心理健康的影响时，不但要看到急剧的文化变迁对个体心理产生的消极影响，还要认真研究各种文化中有益于个体心理健康的积极因素，并用其积极因素去克服其消极影响。

中国的传统文化是一种非常重视个体自我内省和个体与社会关系的文化，它虽然没有现代心理学意义上的心理健康说法，但却在如何理解个体的心

理健康，如何面对和处理个体的心理问题等方面，有着十分丰富而宝贵的遗产。以如何处理个体的心理问题为例，便有儒家的正面控制，即发挥个体的主观能动性，通过控制引发心理冲突或困惑的事件，通过认识转换和积极的个人修养来解决心理问题应付方式；道家的采用退让，通过弃智守朴，去用取无，以下为上的策略来解决心理问题的应付方式；佛教的采用化解，把生存困惑化解为其他方面来解决心理问题的应付方式。这些应付方式虽然都有一定的消极性和被动性，但若能将其与有些心理问题合情又合理的加以联系与升华，却又不失为一种有效的处理方式。

西方文化是一种尊重个体独立性的文化，虽然在其漫长的发展历程中也有过压抑个体独立性的阴霾，但从总体上看，它还是崇尚个体的思想自由、人格独立，强调通过个体的自我实现来推动社会发展的。西方文化虽然鼓励竞争，但却创造了许多方式和空间来供个体发泄心中的压力和不满。特别是在现代西方社会，心理健康教育、心理咨询和心理治疗机构健全、发达，已经初步形成了较为完善的国家心理健康维护系统。而在这个系统中，人的精神和信仰等文化因素受到了极大的关注。美国著名心理学家埃里斯在回顾西方国家20世纪心理治疗的发展时说：尽管宗教和精神信仰方面的问题在20世纪早期被心理治疗严重地忽略了，但最近的研究表明它们在人类的存在中有重要的作用，而且它们可能在帮助人们消除困扰方面发挥重要的作用。具有理性和信仰性质的心理健康教育和治疗在20世纪末的西方越来越普遍，也越来越受欢迎^[7]。

3.3 建立国家和地方的个体心理健康防卫、救护机制及社会安定预警机制

个体心理健康的防卫、救护机制是指系统的心理健康宣传教育机构、心理健康监测机构、心理健康咨询机构、心理健康研究机构、心理疾病防治机构，以及各种机构的相互关系和运行方式。社会安定预警机制是对社会上各种不安定因素，特别是由文化和心理问题引起的不安定因素进行监测、研究和预报的机构。上述机制的建立虽然不能从根本上解决问题，但却是保证社会成员心理健康和整个社会安定团结的基本条件。

当前我国的国家和地方的个体心理健康防卫、救护机制还很不健全，能够发挥一定作用的，只有心理健康教育机构。而心理健康教育的实施，又主

要限于学校,且在实施中存在着生物医学化、形式化和片面化等许多问题。因此,我们首先要扩大心理健康教育范围,使之扩大到社会上的不同群体;同时要端正心理健康教育的指导思想,丰富心理健康教育的内容,拓展心理健康教育的途径与方法,使之在个体心理健康的防卫、救护中发挥应有的作用。在完善心理健康教育机构的基础上,还要以社区为依托,在不同地区建立心理健康宣传教育机构、心理健康监测机构、心理健康咨询机构、心理健康研究机构和心理疾病治疗机构,从而使个体的心理健康问题,特别是重大灾难性事件发生后的个体心理健康问题能够得到及时、妥善的处理。

参考文献

- 1 周晓虹. 现代社会心理学. 上海: 上海人民出版社, 1997
- 2 托夫勒. 第三次浪潮. 北京: 北京三联书店, 1984
- 3 Murphy H. Flight and Resettlement. 1955, 309
- 4 Mead M. New Lives for Old: Cultural Transformation—Manus, 1928-1953. New York: William Morrow&Co. 1956
- 5 何云峰等. 中国人的心态历程. 北京: 科学出版社, 2003
- 6 张玲. 心理健康研究与指导. 北京: 教育科学出版社, 2001
- 7 Wendy W and Jeffrey Q. Habits in everyday life: thought, motion, and action. Journal of Personality and Social Psychology, 2002, 85 (5), 1213-1223

CULTURAL IMPACT AND ITS EFFECTS ON INDIVIDUAL MENTAL HEALTH

Zhang Xiangkui^{1,2}, Wu Xiaoyi^{2,3}

(1Research Center of Psychology and Behavior in Tianjin Normal University, Tianjin 300074; 2Department of Psychology, Northeast Normal University, Changchun 130024; 3Guangdong Financial College, Guangzhou 510521)

Abstract

The rapid social cultural transformation in our country brought about strong influence on the mind of people and formed cultural impact, which affected the mental health of them in different ranges. The result indicated that the difference of individual experiences and personal coping styles decided the difference of their enduring abilities for the cultural impact. So we should further investigate the formation of cultural impact and the effects on different individual's mental health, fully tap the valuable legacy of different cultural that is good for the individual's mental health, and establish the individual mental health maintaining, curing mechanism and the social security warning mechanism.

Key words cultural impact, coping styles, mental health.