

【社会文化震荡对个体心理健康影响的研究】

透视文化变迁下的个体心理状态

——社会文化震荡影响个体心理健康的访谈研究

张向葵^{1,2}, 阳 泽^{2,3}, 于海峰²

- (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 教育科学学院, 吉林 长春 130024;
3. 西南师范大学 教育学院, 重庆 400715)

[摘要] 社会文化震荡是现代社会的显著特点,它对个体心理产生了强烈的冲击并引发出各种心理问题,因此,研究社会文化震荡对个体心理健康的影响源和影响机制,才能为社会发展和个体心理救助提供有效建议。笔者通过访谈结果发现:社会文化震荡有系统的影响源;在影响源里,社会变革与发展影响显著而持久,思想观念嬗变等则表现出时代性;个人背景分化了社会文化震荡的影响;社会文化震荡对心理中介如认知、体验和态度因素影响明显;社会文化震荡显著影响个体事后情绪与观念变化;心理中介对心理健康有明显的调节作用。

[关键词] 心理状态;心理健康;社会文化震荡

[中图分类号] B84

[文献标识码] A

[文章编号] 1001 - 6201(2006)01 - 0124 - 04

个体心理健康是社会发展的镜子。由它既可直接反映社会个体的适应状况和生活质量,也可间接折射出社会的进步程度及其存在的问题。由此个体心理健康已成为代表社会进步的重要人文指标,并吸引了众多研究者的注意。影响个体心理健康的因素是受到积极关注问题之一。已有研究揭示,心理健康问题主要来自压力。压力一般包括压力源、中介因素、心理生理反应三部分^[1](P401)。压力源是影响心理健康的直接因素,包括人们在日常生活中所经历的各种重大生活事件和社会事件。其作用的大小既与压力本身的性质和强度有关,又受中介因素调节作用的影响。中介因素是指在压力源和心理健康状况之间起调节作用的因素。由于这种调节常是通过个体心理活动来完成,所以通常又称心理中介。心理中介是个体内部的一种心理活动,如认知、体验和应对等。美国心理学家塞里说:问题不在于发生了什么,而在于你如何对待它。也就是说心理中介具有重要的调节作用。近年来一些研究指出,心理中介对改变和控制压力源直接影响有重要意义,如 Lazarus 等人认为,在许多方面人们对事件的认知评价会影响他们对事件的反应^[2](P287 - 327);Billings 等也研究揭示,积极的应对有利于缓和压力的影响,而消极应对则有加重压力损害的趋势^[3](P337 - 356)。由此可知,心理中介参与了对个体心理健康的影响,是压力影响心理健康机制的重要组成部分。

纵观已有研究,对影响心理健康压力源的探讨较多集中在微观,如人际关系、家庭结构、职业类型、经济收入等方面,对宏观社会文化(广义)的影响虽有所涉及^{[4][5][6]},却明显缺乏整体、系统和实证性的研究。由于在现代社会,社会文化变迁更为急剧和强烈,它既是引发各种心理问题的重要原因,也是最终解决各种心理问题的关键所在,所以亟须得到积极关注。具体到我国,建国以来中国社会几乎始终是处于急剧变化之中,如建国初的“大改造”和“大跃进”,中期的“文化大革命”,后期的改革开放。随着全

[收稿日期] 2005 - 08 - 01

[基金项目] 教育部人文社会科学重大项目“社会文化震荡对个体心理健康的影响研究”(02JAZJDXLX005)。

[作者简介] 张向葵(1958 -),女,黑龙江省伊春市人,东北师范大学教育科学学院教授,博士生导师,哲学博士,天津师范大学心理与行为研究中心兼职教授;阳泽(1974 -),男,西南师范大学教育学院讲师,东北师范大学教育科学学院博士研究生;于海峰(1978 -),男,吉林长春人,东北师范大学教育科学学院博士研究生。

全球化时代的到来,文化交融和碰撞日益加剧,中国社会文化变迁的程度和速度进一步加深加快。这种急剧的社会文化变迁必然对社会个体心理产生强烈冲击,引发各种各样的心理健康问题。所以透视文化变迁下中国民众的个体心理状况就显得更为必需和迫切。

基于已有研究的启示和不足,笔者通过访谈初步了解影响个体心理健康的社会文化震荡影响源,即社会文化事件或现象,以及起调节作用的心理中介,如认知、体验、处理和态度的作用。这对揭示社会文化震荡影响个体心理健康的机制,并为社会发展和个体心理救助提出建设性意见,以增强社会成员的文化变迁适应能力,丰富文化和心理发展理论具有重要的现实意义。下面是访谈的主要过程与内容。

1. 访谈对象。本研究采用访谈法。访谈采取定向联系和随机遭遇法,在长春市共获得访谈对象 133 名,其中男性 65 人,女性 68 名;老年 22 名,中年 29 名,青年 82 名。访谈前赠送小礼物以激发访谈动机。

2. 访谈材料。材料是访谈提纲。提纲包括访谈目的、个人基本情况和访谈基本内容。个人基本情况包括性别、年龄、受教育程度等共 12 项;访谈内容分为两部分,其差异是文化事件或现象发生时间的不同,一个是目前,一个是过去。基本内容包括:在社会和你的生活中,有哪些事件或现象对你的冲击很大? 其中最重要的事件或现象有哪些? 选择最重要的事件或现象,谈谈是怎么看的(合理、不合理、兼有、不清楚)? 有什么感受(正性、负性、兼有、不清楚)? 如何处理(逃避、搁置、解决、幻想、求助、自责)? 和持什么态度(肯定、否定、不置可否)? 经历过这个事件或现象后,你的心理状况(性格、情绪、观念)有什么变化(无变化、积极变化、消极变化、兼有积极和消极)?

3. 程序安排。第一步:对访谈员进行两次有关访谈技巧和注意事项的集中培训;第二步:拟订访谈方案,安排访谈任务;第三步:联系访谈对象,进行访谈并收集访谈资料;第四步:对访谈资料进行整理,从中析出属于文化的事件或现象,并对访谈内容进行编码,其中内容编码由老师指导 5 名心理学系本科生,采取“分别编码”加“讨论”方式完成,具有较高的无偏一致性,编码者一致性信度为 0.78—0.92。最后对经过编码的内容进行量化处理,利用 SPSS10.0 对结果作统计分析。

通过上述访谈得出如下研究结果:

1. 影响个体心理健康的社会文化震荡是有系统的影响源

我们从访谈得到的总计 283 件建国以来社会和生活事件或现象中,采用排除法(即排除个人化和自然性事件)和包容法(即必须是普遍的和变迁的),采取保守原则(即宁精勿滥、排除犹豫事项)共析出文化事件或现象 144 件。然后对相互包含的事件或现象进行合并,得到 37 类文化事件或现象。最后对这 37 类文化事件或现象进行再分类,形成了四大文化震荡类型:思想观念嬗变、社会家庭问题、冲突与动荡、社会变革与发展。其中,思想观念嬗变是指在精神领域里发生的巨大变化,如婚恋观念开放、拜金主义等;社会家庭问题是在社会家庭里出现的突出矛盾,如社会腐败、社会不公、就业难等;冲突与动荡指影响深远的重大社会与历史劫难,如文化大革命;社会变革与发展是指为了推进社会更快发展而采取的比较激烈的手段或措施,如高校“扩招”、打破铁饭碗、股份制等。

针对上述研究及结果,我们认为确立系统的社会文化震荡影响源是研究的开始和最重要的一步。在这里我们采取了析出、编码、分类三个步骤。先是析出。由于在现实世界里对个人产生影响的不仅有社会文化(广义)因素,还有自然的和完全个人化的因素,因此必须从对个体产生影响的众多因素里析出社会文化因素。在这里我们以事件或现象作为社会文化因素的基本单位,以突现或巨变为震荡性社会文化的特点。以此为前提,在对访谈对象(133 人)有重大影响的事件或现象中,根据排除法、包容法和保守原则析出所需社会文化事件或现象。其次是编码。由于所得这些事件或现象由于是访谈所得,所以存在表述混乱、相互重合等情况,所以需要编码。经过一致性较好的编码,我们获得 37 件表述清晰、层次比较一致的社会文化事件或现象,这些事件或现象构成了社会文化震荡影响源的基本单位。第三是分类。由于不同个体接受社会文化影响存在明显差异,所以作为基本单位的社会文化震荡影响源的分布极其分散。为了明显看到社会文化震荡影响源的分布,我们对访谈到的 37 件社会文化事件或现象进行了再分类。结果分为思想观念嬗变型、社会家庭问题型、冲突与动荡型、社会变革与发展型,这样社会文化震荡源的分布就比较明显地集中在这四个方面。由于访谈对象有限,所以这个结果还需要其他研究(如文献法)的补充,但它无疑可以为我们的后续研究提供有益的启示及奠定客观坚实的基础。

2. 社会变革及发展性文化影响显著而持久,思想观念嬗变等则表现出时代性

访谈结果显示,社会变革与发展对人们的影响始终是最大的,思想观念嬗变与社会家庭问题的影响及变化趋势比较一致,但与冲突和动荡有明显差异,尤其在时间上的变化恰好相反,即思想观念嬗变与社会家庭问题是现在的影响大于过去;而冲突与动荡是过去的影响要大于现在。

分析这种现象产生的原因:一是从社会文化的性质看,社会变革与发展通常是全局性的,并且有相对较长的周期,因而对个体的心理影响全面而持久。相比社会变革与发展,思想观念嬗变和社会家庭问题常是局部的,延续时间也不太长,因而对个体心理影响就显得很有限。冲突与动荡既可能是全局性的、持续时间长,如文化大革命;也可能是局部的、持续时间较短,如1989年学潮。相比社会变革与发展,可能很多人出于某种戒备或防御已在一定程度上隐匿了冲突与动荡对他们的影响。二是从社会文化变迁的特点看,除去文化大革命的十年,建国以来多数时间,中国几乎都是处于持续而紧张的社会变革之中,特别是改革开放政策已超出内部变革的范围,影响更加持久而深远,这也是为什么社会变革与发展对个体心理影响持久的重要原因。相对于社会变革与发展,思想观念嬗变和社会家庭问题现在比过去更突出,所以对个体心理的影响现在更明显;同时当前我国社会稳定、民族团结,冲突与动荡较之过去明显减少,所以冲突与动荡的影响力明显下降。

3. 个人背景明显分化了社会文化震荡的影响

对访谈结果的统计分析显示,个人背景不同,社会文化震荡的影响各不一样。在所涉及的12项个人背景里,对社会文化震荡具有明显区别效果的有7项。具体来说,不同性别在接受思想观念嬗变影响中表现出明显差异,女性比男性更容易受到思想观念嬗变的影响;职业类型不同,社会变革与发展的影响表现出明显差异,脑力劳动者要大于体力者,脑力者又大于体力者。在认为有重要影响的社会文化中,社会家庭问题在性格和政治面貌上表现出明显差异,中间型和外向型性格的人受到的冲击比内向性格的人更大;党员比民主人士和其他人士更明显。不同信仰在接受思想观念嬗变和冲突与动荡影响中表现出显著差异,信仰宗教者比其他人士更多地受到了思想观念嬗变的影响,但冲突与动荡对其他信仰和没有信仰的人影响更大。不同婚姻状况受到思想观念嬗变的影响各不一样,丧偶和未婚的人要大于已婚的。社会变革与发展的影响在不同的工作状况中表现出明显差异,离退休受到的影响最大。

分析上述结果可发现,个人背景在社会文化震荡中表现出两大特点:一是在同一背景向度中不同类型者受到的影响程度不同;二是不同背景向度往往接受不同类型文化震荡的显著影响。个人背景对社会文化震荡的这种分化作用暗藏着一种调解机制,即因为个人背景的不同,不同个体受到不同社会文化震荡的不同程度的影响,这使社会个体相互间的救助与保护成为可能。同时也提示,针对社会文化震荡而建立的社会防御与救助应该考虑个人背景的不同,才会有针对性和实效性。

4. 社会文化震荡明显影响个体事后情绪变化与观念变化

我们将个体的心理变化主要分为性格变化、情绪变化和观念变化三种,访谈结果显示,社会文化震荡主要对个体事后的情绪和观念变化有明显影响,对性格变化的影响则不明显。其中可能的原因是,在个体心理结构里,性格更稳定,不容易因外界因素的影响而改变。具体分析这种影响,其中思想观念嬗变主要带来了积极的情绪变化,而社会家庭问题则产生了更多消极情绪变化,社会变革与发展对情绪变化的影响是消极与积极参半;另外,思想观念嬗变对观念变化有积极影响,而社会家庭问题偏向产生消极观念变化,冲突与动荡、社会变革与发展对观念变化的影响偏向于积极。该结果表明,社会文化震荡下个体的情绪变化与观念变化有很多不一致之处,即情绪上难以接受因而出现消极情绪变化并不意味着在观念上也拒绝,比如社会变革与发展在情绪上的影响是消极与积极参半,但在观念上却偏向积极影响;又如冲突与动荡,对情绪的影响不明显,但在观念上却偏向积极影响。这说明人们并没有用感性体验代替理智判断,也没有用理性判断强行改变感性体验。这种情绪与观念变化之间的某种不一致及相互影响可能对整个心理状态具有积极调节作用,即不容易出现某种心理变化走向极端的情况。

5. 社会文化震荡对心理中介认知、体验和态度影响明显

访谈结果显示,社会文化震荡发生时,个体对它们的认知、体验和态度存在很大的差异。具体来说,基本上认为思想观念嬗变和社会变革与发展比较合理,并持肯定态度和伴随正向体验;但对社会家庭问题和冲突与动荡则基本认为不合理,并持否定态度和伴随负向体验。对各种文化震荡的处理没有明显差异。这从一个侧面说明,思想观念嬗变和社会变革与发展虽然也存在这样或那样的问题,但从整体来

说它们还是为人们所基本认可;但社会家庭问题和冲突与动荡却难得人心,为人们所拒绝。这显示人们对社会文化震荡存在两种基本心理加工模式:一是对那些体现某种必然发展趋势、可能代表前进方向的变化,尽管存在种种局限,人们仍倾向从正面去加工它们;二是对那些引起混乱和不稳定的变化,不管是人为原因还是自然结果,也不管理由多么充分,人们都倾向从反面去加工它们。这提示我们在研究社会文化震荡时,应分清哪些是代表历史必然和前进的方向,哪些是代表暂时的和不合理的现象,这两种不同性质的社会文化震荡应有不同的心理救助机制。

6. 心理中介对个体事后情绪变化和观念变化具有重要调节作用

访谈结果揭示,凡是正向的心理加工对情绪变化和观念变化均产生了积极的影响,而负向的心理加工则相反。这意味着,即使是负面的社会文化震荡,只要进行正向的心理加工,也可以降低它对心理的消极影响;即使是正面的社会文化震荡,如果人们从反面去加工它,也会产生消极的影响。在这里一些模糊判断的影响较为复杂,如“不清楚”的认识和体验偏向产生消极影响,而“不表态”的态度则偏向积极影响。就前一种现象分析,“不清楚”意味着个体认识和体验的不明确,因而对可能产生的消极影响无法明确地进行防御或抵制;后一种情况“不表态”可能是一种策略,即在无法做出判断时并不强行表态,这样可以使自己有一个缓冲的空间。不同处理对心理变化的影响虽不明显,但仍呈现一定趋势:在大多数情况下,积极面对解决问题将产生积极心理变化,如果搁置一下,可能也无大碍;但幻想和逃避虽可求一时解脱,但最终会使自己的处境更加不利;适当的自责可能感觉不痛快,但在一定程度上有助于性格与观念发展。总之,社会文化震荡对个体心理直接作用与经过心理加工(心理中介)两者的效果可能存在很大差异,如果充分调动心理中介因素,社会文化震荡的影响可以得到某种程度的改变和控制。

[参考文献]

- [1] J. C. Coyne. Social support and coping process. Annual Review Psychology, 42.
- [2] Lazarus, R. S. & Folkman, S. Stress, appraisal, and coping[M]. New York: Springer publishing company. 1984.
- [3] Billings A. G., Moos R. H. The role of coping resource[J]. Journal of health and social behavior, 1981, 22(4).
- [4] 李景春. 论社会文化变迁与社会心理现代化[J]. 华北水利水电学院学报(哲社版), 2000(6).
- [5] 马永梅. 浅谈留学生活中的“文化震荡”[J]. 新疆大学学报, 2002(7).
- [6] 赵继伦、张向葵:文化震荡与“边缘人”心理调适[J]. 长春市委党校学报, 2000(8).

To See Through the Individual Mentality Under the Cultural Vicissitude

——An interview research about the social cultural vibration affects the individual mental health

ZHANG Xiang - kui^{1,2}, YANG Ze^{2,3}, YU Hai - feng²

- (1. The research center of mentality and behaviors in Tianjin Normal University, Tianjin 300074;
2. The mental department of Northeast Normal University, Changchun 130024;
3. The teaching section of Southwest Normal University, Chongqing 400715)

Abstract: The social cultural vibration is a marked characteristic of the modern society. It produces the intense impact and various mental problem to the individuality. This research tries to find the influence sources and the influence mechanism of social culture vibration to the individual mental healthy, so to provide the valid suggestion for the social develop and individual mental salvage. The findings of interview uses 133 persons as subjects to test our issue. There are systematic influence sources in the social culture vibration. In influence sources, the society changes and development markedly and much affect on the individuality, the ideological influence as well as rest variance as times. Personal background divided the influences of the social cultural vibration. There are obvious influences to individual mentality as cognition, experience and the attitude in social culture vibration. The social cultural vibration strongly affect individual motion and idea after the event. The mentality plays an important role in promoting mental healthy.

Key words: mental state; mental health; the social culture vibration

[责任编辑:陈虹妮]