

依恋群体： 减少大学生心理问题的一条重要途径

李 斌

【摘 要】 人们往往以不低于其所处阶层的价值尺度为评价“得失”的基本标准。尽管大学生属于“幸运儿”，但是他们体验到的竞争氛围会比其他同龄人更加强烈。大学更看重个人成功的教育设计强化了大学生的“原子化”倾向，大学生心理问题过多的主要原因是过分“个体化”实践的结果。要减少大学生心理问题，需要学校拓展自身的教育角色，为大学生发展出可以依恋的群体。

【关键词】 大学生 心理问题 个体化 群体

【中图分类号】 G645 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1003 - 8418(2004)06 - 0054 - 03

【作者简介】 李 斌，中南大学法学院副教授、博士，北京师范大学民俗学与社会发展研究所博士后流动站研究人员。湖南 长沙 410083

一、大学生的心理问题

大学生的心理问题早就成为学术界关注的重要问题，国内外学者通过调查研究指出了大学生心理问题的严重性。如徐岩、朱孝轩等在邯郸市调查了 1750 名大学生，发现大学生的焦虑、抑郁发生率分别达到 19.9% 和 21.8%。毕研洁、段玉虎对兰州大学 1020 名大学生进行过调查研究，指出患“轻度心理障碍”的学生占总人数的 39.3%，患“重度心理障碍”的学生占总人数的 8.7%。在美国，15~24 岁的青年人中，大约有 37% 的人患有较为明显的心理疾病，这些人大部分是大学生，并且有 12% 左右的学生的心理疾病较为严重。

海巴根研究指出，大学生存在的心理障碍主要有：适应障碍、挫折障碍、认知障碍、情感障碍、人格障碍、学习障碍和心理异常。而造成大学生出现心理问题的原因，根据刘一华的研究，主要是人际交往问题、学业问题、经济压力问题、就业压力问题和情感问题等。陈小爱、陈勃的研究则认为，导致大学生心理压力的事项多达 10 项，它们相继是：竞争激烈、择业困难、考试不过关、父母过高的期望、自己不如别人、理想和现实之间的差距、精神空虚、难以将理论应用于实践、面临考试以及自己的隐私被别人发现。科斯勒等 (Kessler, Olfson, & Berglund) 的研究则认为大学生在设计自己职业的时候更容易出现心理问题，而恰恰在

这时这些学生经常缺乏必要的心理援助。

二、大学生心理问题的主要成因： 依恋群体缺位

群体生活是人类生活的特有现象。尽管一般社会学教科书都对群体有过“明确”定义，将群体定义为人们通过相互交往形成的、由某种相互关系联结在一起的共同体，小至两个人组成的家庭，大至一个民族或者国家，都可以称为社会群体。但是几乎所有的课本类教材都忽略了有关“群体”对“个人”意义的深层次讨论，况且 80% 以上的大学生在大学里没有机会接触“社会学”这样的学科，在个人主义价值观的驱使下，越来越多的人逐步忘记“人不能脱离群体而存在”这一“铁律”，人们只信仰个人的“能动性”和“创造性”。学校大部分的教育计划也都旨在提升学生的自信、自尊、自我实现。

作为自然科学和社会科学桥梁的心理学，也主要只探讨“那样一些自我驾驭的功能”，探讨那些“较少受过去的进程、受某个人的先辈宗系的命运的规定，却在较大的程度上受制于该个人所在社会的当前构造和他在其中的实际命运”。心理学越来越只关注“个人”，越来越只关注“目前”，越来越追求“更个性化”的生活。各高校的心理教育或者心理咨询的主要兴趣在于如何开发学生个人

的“无穷潜能”,提升学生自我的能力,包括受挫折的能力、创造能力等。他们最主要的假设是:只要个人具备所有方方面面的能力,他就能如上帝一般应对“自如”。工业社会崇尚的“竞争法则”强化了上述假设。

没有群体的生活是一种非常可悲、危险的生活。社会学家涂尔干研究指出,无论个人什么时候只为追求自己的利益而偏离集体的目标,他所在的那个社会的自杀率就会上升。越以自我为中心的人越容易自杀,因此单身者中的自杀频率是已婚者中的自杀频率的3倍,无子女家庭中的自杀率是有子女家庭中自杀率的2倍。自杀是心理异常的极端表现,所以,如果一个社会中的所有个体都只追求自己的利益,只强调“个体性”发展的时候,这样的社会就会出现许多心理异常者。涂尔干进一步指出,当一个人只拥有自我时,他所拥有的不过是一个不完整的自我,因为人是社会的产物,我们身上最好的东西,我们所有高等的行为方式,都来源于社会。

个人如果没有恰当的群体可以“依恋”,其造成的心理影响是每个人会变得越来越“自我”,越来越孤独。所以,成功的人、看上去幸运的人也会有心理问题,有时候,甚至会出现越是成功的人越容易有心理障碍。因为新的挑战、新的压力接踵而来,出了名的人想更出名,有钱的想更有钱。慢慢地,成功带来的喜悦体验越来越短,取得一个成果还没有来得及高兴一下就马上要迎接下一个挑战。人如果没有群体归属感,没有群体观念作为支撑,可能社会地位越高,越感觉孤独,越容易出现心理不平衡,甚至人格扭曲。社会上经常有这样一种现象:在社会地位比你低一个层次的人看来,你已经很幸运很成功了,但你自己处在特定的位置上,反而感觉到的只有压力。

工业文明、全球化导致首属群体次属化,个人因群体观念失落心理问题突增。中国社会转型导致大学生过分强调向上流动,而忽略个人人生旅途上的“驿站”,虚化个人“生活事件”,感觉不到“相对稳定”,感觉到的是不断运动的“原子”,过分迅速的“流动”,大家都凭“机遇”而相会,因为“无缘”而分离,这不仅是“孤立无援”,更是与他人“无关”,大学生的责任心会越来越少,精神空虚、心理疾病油然而生。

从20世纪80年代初期开始,我国社会学界展开了一场关于家庭观念“淡化”与“深化”的争论。有人认为,市场经济使家庭规模变小了,内部结构松弛了,许多功能在外化或消失,家庭在社会

生活中的地位和作用在下降,因而主张家庭观念的“淡化”。又有人认为,家庭结构不是在松弛而是在转换,虽然有些功能在削弱或转移,另一些功能却在发展和强化,家庭并没有丧失对社会人生的重要意义,因而主张家庭观念的“深化”。争论断断续续一直持续到90年代初期。笔者认为,家庭不仅仅是社会稳定的细胞,更重要的是它体现了人的重要价值,这一点是不能够仅仅从家庭功能的变迁推导出来的,因为人所感觉到的自身价值的大小与他所在群体中的不可或缺程度成正比。毫无疑问,具体的个人只有在具体的家庭中才是完完全全地不可或缺,在其他组织中,个人之间总存在程度不同的可替代性。个人体验到的可替代程度越大,他对该群体的“依恋”感,或者归属感就越少,相应地他就会表现出更多的“个体性”自我,他就更容易出现心理问题。

进入大学以前,学生与其父母“朝夕相处”,对父母亲的依恋,对家庭甚至对家族的感情支配着学生的思维方式和行为模式,学生会“体验到”较大的人生乐趣,容易将自己“融入”家庭这一群体中;进入大学以后,学生远离父母,远离故乡,身体上远离了以前“依恋”的核心群体——家庭,以前的人生“乐趣”逐步让位于对人生“意义”的追求。另一方面,现代教育“自立、自强”的理念驱使大学生在心理上与家庭“断乳”,并逐步抵制对家庭的“依恋”,学生人生意义的“原初根基”发生转变。但是作为替代的“精神家园”——大学生可以依赖的群体,却很难及时产生。刚进入大学的学生还来不及彼此互动,后继的学习又往往在竞争环境下强调个性发展,学生很难对学校有强烈归属感。本来,大学生在学校里有可以依恋的群体,依据组织结构理论的观点,有正式群体与非正式群体。前者有明确的组织目标、规章制度和分工合作,具有法定地位,如班级、党团组织、学生会等;后者往往没有特定的目标甚至固定的人数,成员之间的维系主要靠感情的融洽、认知的共鸣和相同的志趣,如同乡群体、兴趣群体等。遗憾的是,尽管从形式上看,每个学校都存在类似的正式群体和非正式群体,但是,正式群体往往主要关注于如何有效管理学生,一般学生很难对其产生依恋感;大学生在同乡群体、兴趣群体等非正式群体中尽管能够找到情感的寄托,但是这类群体对学生个人产生的约束力相当微弱,学生很难体味到其个人行为与其所在的非正式群体之间的关系,个人之间的“关涉”力度有限。总之,在大学里,大学生更多的是以个体的形式出现的,学生以“个性化”的形

式追求“个性化”的结果。

三、大学角色拓展:为学生发展依恋群体 减少心理疾病

学校的角色越来越不能只限于向学生提供书本知识,还要向学生提供与健康相关的各种服务,特别要促进他们的心理健康水平。针对日益严峻的心理问题,有学者提出创建大学生心理教育与咨询学科体系,建立学生心理档案(海巴根,2003;刘一华,2003)、各科教师积极参与等措施消除大学生的心理问题。也有学者提出开展大学生心理教育的主要途径应该是:(1)开设大学生心理健康教育课程和专题讲座;(2)组织丰富多彩的课外活动;(3)建立心理服务机构,做好大学生的心理咨询和治疗工作;(4)利用校园传媒营造心理健康教育氛围。另有学者提出:(1)采用个别咨询和集体咨询相结合的方式;(2)加强心理健康教育队伍建设;(3)心理教育与思想政治教育相结合的方式解决心理问题。也有学者认为,通过(1)改变强化的思维模式;(2)培养坚强的意志;(3)积极参加体育锻炼等途径可以极大地解决大学生的心理问题。还有学者指出,人际交往和人际关系问题是影响大学生心理健康的重要因素,因此,提高人际交往的能力和水平是大学生心理健康教育的重要内容。非常遗憾,很少有学者注意到学校应该为大学生塑造可以依恋的“家园”。所以,尽管许多高校运用上述方法花费了巨大的人力物力,收效却相当有限。

大学是大学生的人生“驿站”,尽管在未能进入大学的人眼里,大学生是“幸运儿”,但是如果大学这一机构的运作没有能够变成大学生的“精神家园”,不能为在读的大学生所依恋,加之感悟到社会过分激烈的竞争气氛,大学生就会感到前途渺茫,内心空虚、孤独,出现心理疾病。

那么,大学如何发展出依恋群体呢?笔者以为,首先,大学原有的正式组织如班级、党团组织和学生会的角色需要转变,需要将这些组织改造为大学生可以倾诉衷肠的“家庭”式组织。为了达成这一目标,大学应该在以下三个层面开展工作:第一,为每一个班级、学生会以及党团组织配备经验丰富、德才兼备、热爱学生的教师。第二,每个学生从入校开始就有“导师”引导,“导师”为学生的学习、生活提供建议,作学生的知心朋友,帮助

学生发展良好的人际关系,每个“导师”负责的人数不能过多,最好不超过 20 人。导师资源可以在全校的在职、退休教师中招聘,招聘的导师与学校签订责任书。第三,改变目前学校心理咨询的被动局面,变被动为主动,主动寻找有心理“问题”的学生,而不是等其“上门”。其次,引导非正式组织的发展。鼓励并资助学生各类课外兴趣小组,倡导建设“同乡会”或“老乡会”,同时引导其活动内容。总之,学校建立的各种类型的组织、群体要能够使使学生切实感觉到,他(她)的周围有许多人在关注着他,他的行动及其结果涉及到包括他家人在内的许多人,每个学生感到有事情时能迅速而方便地找到人商量,有问题能找人倾诉。使每个学生时时能够感觉到自己隶属于某个对自己很重要的群体,在这个群体中学生自己的角色地位非常重,有人关心他,他心有所寄。这时,学生就会有责任感,他做事就会考虑后果,并能够从自己的行动中体验到人生的意义。

如果大学真正推行以学生为中心的教育理念,上述设想就容易在大学推展开来,大学内的各种群体就会成为大学生的“依恋”对象,大学生就会觉得自己的学习、生活非常有意义。

【参考文献】

- [1]徐岩,朱孝轩,等.大学生 1750 名心理健康状况调查分析[J].中国基层医药,2003,(10).
- [2]毕研洁,段玉虎.大学生心理健康调查及其不良心理成因的分析[J].兰州大学学报(社会科学版),2003,(5).
- [3]Carnegie Council on Adolescent Development. Turning points: Preparing American youth for the 21st century[M]. New York: Carnegie Corp.,1989. 189.
- [4]海巴根.大学生心理障碍与教育对策研究[J].内蒙古师范大学学报(教育科学版),2003,(5).
- [5]刘一华.大学生心理障碍问题分析及对策[J].重庆交通学院学报(社科版),2003:3 卷增刊.
- [6]陈晓爱,陈勃.高校扩招背景下大学生心理问题依法事件及其相关因素研究[J].现代大学教育,2004,(1).
- [7]Kessler, Olfson & Berglund. Patterns and Predictors of treatment contact after first onset of psychiatric disorders[J]. American Journal of Psychiatry,1998:155(1),62-69.
- [8]韩明谟.社会学概论[M].北京:中央广播电视大学出版社,1993.112.
- [9][德]爱弥尔·涂尔干.道德教育[M].上海:上海人民出版社,2001.68-69.

(责任编辑 沈广斌)