

# 谈应用心理科学的社会疏导作用

[作者] 朱兵

[单位] 重庆社会主义学院

[摘要] 在知识化、信息化、竞争激烈的现代社会条件下，维护社会稳定任务的艰巨复杂性，已经超过了以往任何一个历史时期。其工作对象、工作内容、工作方式、工作范畴等都已经发生了巨大的变化，关键是要用心去稳定和稳定人心。无疑，被誉为“灵魂学科”的心理科学的实际应用研究，以及其在社会心理疏导方面发挥出的难以替代的重要作用，已经越来越受到社会的普遍关注，成为了一门应当引起各级高度重视的维护社会稳定的应用科学。其重要的社会疏导作用，主要包括防患于未然的调节作用、平等与尊重的疏导方法、科学且道德的作用方式等。

[关键词] 维护稳定，科学应用，心理科学

维护社会稳定，保持社会的长治久安，是以“立党为公、执政为民”为本质的“三个代表”重要思想的具体体现，也是胜利实现全面建设小康社会目标的基本保证。在知识化、信息化、竞争激烈的现代社会条件下，维护社会稳定任务的艰巨复杂性，已经超过了以往任何一个历史时期。其工作对象、工作内容、工作方式、工作范畴等，都已经发生了巨大的变化，关键是要用心去稳定和稳定人心。

无疑，适用并作用于社会各个阶层、各个领域，在英语和俄语中被誉为“灵魂学科”的心理科学的实际应用研究，以及其在我国现实社会心理疏导方面所发挥出的难以替代的重要作用，已经越来越受到社会的普遍认可，成为了一门应当引起各级高度重视的维护社会稳定的社会应用科学。

笔者认为，当代心理科学的应用研究及其所发挥出的重要社会疏导作用，大致可以概括为以下三个主要方面：

## 防患于未然的调节作用

以社会个体人的心理为主要目标，发挥防患于未然的调节作用，是现代心理科学实际应用的一个突出特点。

研究认为，人的喜怒哀乐以及痛苦或幸福，不过都是一种自我的心理感受。自然，这些情感和情绪，也完全可以依靠自身的力量或外界的力量，自觉进行控制和调节。由于现代社会的知识密集、信息万变、竞争激烈，社会个体人的心理随时都需要调节，否则便会出现由心理问题所导致的动机问题和行为问题。国外一位资深心理医生曾经断言：随着中国社会向商业化的变革，人们面临的心理问题对自身生存的威胁，将远远大于一直困扰于中国人的生理疾病。

不久前我国首次开展的大规模自杀调查结果公布，我国每年有 28.7 万人死于自杀。从 1995 年开始，北京市回龙观医院在中国疾病预防控制中心的支持下，在全国 23 个有代表性的监测点进行了我国历史上首次规模最大的、针对自杀的死因调查。几年来调查统计的数字让课题组的专家们心里格外沉重。数字表明：全国平均自杀率为 23/10 万，每年自杀死亡人数为 28.7 万人。在全国，自杀死亡占全部死亡人数的 3.6%，占相应死亡总数的 19%，女性自杀率比男性高 25%，农村自杀率是城市的 3 倍。自杀已经成为中国人的第五大“杀手”，也已成为我国公共卫生领域中一个亟待解决的问题。有资料显示，在当今世界的许多国家，

因为心理问题而导致自杀的事件层出不穷,已经成为受到社会及科学界广泛关注的一个社会问题。有资料显示,在当今世界的许多国家,因为心理出现问题而自杀,已经成为人类的又一个“冷面杀手”。有1995至1999年的调查研究资料表明,在这四年里,年龄在15至34岁的死者中,19%是死于自杀。在这个年龄段,自杀是女性死亡的第一大原因。研究人员估计,中国人当中有3.6%的人死于自杀,自杀已成为中国人的第五大“杀手”。青少年学生中因心理问题导致的他杀或自残案件也已屡屡发生。去年和今年报端披露的几次震惊全国的爆炸案,投毒案,均因心理障碍者所致。前段时间媒体披露的,用毒鼠强接连毒害了十多名乞讨人员的那个法轮功练习者,就是一个典型的心理变态狂。

据中新社广州2002年6月19日报道,广东省精神卫生工作电视电话会议传出消息,广东省各类精神病患者约达120万人,每年新发精神病人就有3万。据流行病学调查,广东省的重性精神病人的总患病率已上升至千分之十五,目前全省约有精神残疾患者40万例,仍有九成三的患者未能得到及时、有效的系统治疗,八成半以上的精神障碍病人未被建档立卡。仅全省十个地市资料统计显示,2000年发生的与精神病人有关的刑事案件就达1710例,约为1997年的三倍半。这还只是广东的情况。目前,精神病患者缺乏有效治疗和管理所造成的危害实在令人担忧。

而美国的一家权威科研机构不久前公布了一个惊人的数据:目前全世界的精神疾患者人数已经占到人口总数的1/5。即在现代人类社会群体中,几乎5个人中就有一个是属于或曾经有过精神患者!而这其中,只有6%的人自觉接受了治疗。

由此可见,心理问题的客观存在,不仅直接涉及到社会个体人的身体健康,而且也是直接影响社会稳定的一个不可忽视的重要因素。而根据国际国内心理科学的研究理论,紧密结合社会实际的应用研究,及其以防患于未然、以调节为重要手段的心理介入(包括培养自觉性和外力介入),无疑是维护社会稳定的必须。

有专家将心理学研究的基本任务归纳为三个主要方面:描述心理事实,揭示心理规律,指导实践运用。这三个方面的任务,都是通过调节人的心理来完成的。描述心理事实,是通过科学地研究人的心理,将心理事实实事求是地加以描述,使人们客观认识到自己的心理状态,通过自身或外力的努力,自觉及时地对心理进行调节;揭示心理规律,是通过国际国内长期研究的科学成果和原理,将人的心理活动带有规律性的东西揭示出来,紧密结合社会生活实际,用通俗易懂的形式告之大众,使人们熟悉并掌握这些规律,通过自身或外力的作用,自觉及时地对心理进行调节;指导实践运用,是将科学的理论与社会生活实际紧密结合为一体,有效地运用于生活的各个领域,作用于社会实践。这些任务和作用,无疑对维护社会稳定都是有益无害的。

## 平等与尊重的疏导方法

以社会个体人的心理为主要目标,进行平等与尊重的疏导方法,是现代心理科学实际应用的又一个突出特点。

说起人的心理,古代著名诗人苏轼曾说过一段很深刻的话:“人之难知,江海不足以喻其深,山谷不足以配其险,浮云不足以比其变。”其实这就是我们常说的人面易识、人心难测,说明了人的心理的多样性和复杂性。

马克思辩证唯物主义认为,世界是物质的,物质是运动的,物质运动是永不停息的。人类也是如此。毫不停息地运动着的万事万物组成了客观世界,对人类的运动产生着巨大的影响。人类的运动包括外在和内在两种形式。外在的运动形式有诸如说话、做事、对外的交往等等,我们称之为行为,是凡具有生命的正常人都可以通过思维进行适当控制的运动;内在的运动形式有意识、认识、思维、感觉等等,我们称之为心理,是凡具有生命的正常人都能

靠自我调节或靠他人帮助调节不断修正和完善的运动。根据内因决定外因、外因决定于内因的认识论原理,由存在着的客观世界而影响着的人的心理,是人的动机和行为的内在驱动力,对于人的所有动机和行为乃至后继动机行为,起着决定性的驱动作用。正确的认识和思维方式,使人产生正确的行为;错误的认识和思维方式,使人产生错误的行为。

调节人的心理,净化人的动机,规范人的行为,包括影响人的意识、认识、思维、感觉等等,过去我们通常采用的传统方法,都是灌输式、说教型、强制性的;所持姿态往往也是居高临下的。这在人们的文化素养普遍升级、思辩能力普遍很强、认识水平普遍提高、思维方式普遍变化、获取信息的途径日益增多的现代社会,不仅已经显得不再适应,而且还不易被众人所接受。后来有些人又采取了一些利益安抚、金钱介入的方式,殊不知解决不了根本问题,效果更差——因为一方面,人的欲望是永无止境的;另一方面,这种方法无法应对顾了这头顾不了那头的“跷跷板”效应。而心理科学的应用研究和实际介入,所持姿态是平等的,没有高低贵贱的区别,没有不由分说的武断;方法非常客观,十分注意尊重被介入对象的人格、尊严、承受力和自身意愿,不具任何强压态势。其效果,是显而易见的。

如今,我们已经不难见到或听到,社会上的心理研究专家学者们,使用一系列非医疗的手段,诸如对话、讨论、攀谈、引导、启发等,与尚未步入精神疾病行列的“心理问题者”平等交流、相互磋商的方式,共同探讨对客观世界的正确认识,以及对事物的正确看法,调整心理状态,克服心理异常,“救治”心理疾患,以求得在对客观世界正确反映下的正确思维和行为。

例如,2002年大连“5.7”空难的发生显示出这样两个心理事实:一是此次空难系人为所致——显然是心理问题者所为;二是西安杨森制药公司的三位遇难者的家属和同事陷入无比悲痛之中,许多人茶饭不思、失眠焦虑,有的人悲痛欲绝。公司立即请来了北京大学精神卫生研究所三位从事过灾后心理干预的专家专赴大连,对这些家属和员工进行心理危机干预。专家们对这些人进行了集体晤谈,让他们宣泄由空难引起的抑郁、焦虑、悲痛等负性情绪,通过在集体中充分表达自己的感受,使其认识到自己的痛苦体验别人也曾经或是正在遭受,自己不是孤独地面对这些不幸。自晤谈第二天开始,家属和员工的精神状态都有了明显改善。第四天临别的时候,一位遇难者的父亲露出了发自内心的笑容。家属们在整理死者遗物的时候,大都显得较为平静。心理干预专家组的一位教授说,无论是自然灾害还是人为灾害,都使许多人要目睹或体验人的生命的死亡及毁灭,会给人们带来巨大的心理压力。灾后的心理干预应是救灾和善后工作的一个组成部分。有人建议,心理关怀应当纳入国家的灾后救援工作范畴。

再如,在突如其来的SARS危机面前,人们的一个与以往完全不同的切身感受就是,心理科学的全方位地及时介入。各大新闻媒体每天都有心理栏目,首批治愈出院的SARS患者,也都是心理状态很好的人。因为心理科学实践介入的平等、尊重特征,维护心理健康的重要性,已经为大多数社会人所接受,成为了现代健康概念的一个必不可少的关键要素。

## 科学且道德的作用方式

以社会个体人的心理为主要目标,采取科学且道德的作用方式,是现代心理科学实际应用的再一个突出特点。

心理科学的应用研究和实际介入,通常都是以咨询的方式进行的。包括书籍介绍、文章宣传、电话咨询、现场交谈、个人或团体咨询、心理测试等等。其作用于人的方式,不仅科学,而且道德,极易为社会大多数人所接受。

例如心理咨询,是指专业研究人员,在心理方面,给咨询对象以帮助、劝告、教导的过程。其定义在国际上有着诸多不同的说法。塞西尔·H·帕特森认为:“咨询是一种人际关系,在这

种人际关系中咨询人员提供一定的心理气氛和条件,使咨询对象发生变化,做出选择,解决自己的问题,并且形成一个有责任感的独立个性,从而成为更好的人和更好的社会成员。”

美国《哲学百科全书》认为,“心理咨询学”有这样几个特征:

- 1、主要针对正常人(作者注:即心理问题尚未发展成为心理疾病的人)。
- 2、为人的一生提供有效的帮助。
- 3、强调个人的力量和价值。
- 4、强调认知因素,尤其是理性在选择和决定中的作用。
- 5、研究个人在制定总目标、计划以及扮演社会角色方面的个性差异。
- 6、充分考虑情景和环境的因素,强调人对于环境资源的利用以及必要时的改变。

1984年国际心理学编辑的《心理学百科全书》,肯定了心理咨询的两种定义模式,即教育的模式和发展的模式。其中认为,“咨询心理学始终遵循着教育的模式而不是以临床的、治疗的或医学的模式。咨询对象(不是患者)是在应付日常生活中的压力和任务方面需要帮助的正常人。咨询心理学家的任务就是教会他们模仿某些策略和新的行为,从而能够最大限度地发挥其已经存在的能力,或者形成更为适当的应变能力。”

《心理医生》(易法建等,重庆大学出版社,2000)对“心理咨询”概念的解释是:心理咨询是通过语言、文字等媒介,给咨询对象以帮助、启发和教育的过程。通过心理咨询,可以使咨询对象在认识、情感和态度上有所变化,解决其在学习、工作、生活、疾病和康复等方面出现的心理问题,从而更好地适应环境,保持身心健康。

在不少发达国家,心理咨询已经普及到社会的各个领域。主要有四个方面:在大中小学有专门的咨询机构,对师生关系、学生的学习障碍、儿童行为等问题的咨询;婚姻问题的咨询;医疗机构的临床心理咨询等。一些达官权贵之人,也拥有了自己专门的心理诊断师。

目前,我国开设的心理咨询所、心理咨询门诊的对象,主要包括两大类人:一类是怀疑自己有病,或认为自己有病要求明确诊断者;一类是认为自己有心理困扰不能正常生活、学习,影响其身体健康的正常人。具体又分为十几项,如精神病人康复指导,人格障碍;有焦虑、恐惧、情绪化的情绪障碍;心身疾病的心理障碍;儿童心理咨询;婚姻、家庭、计划生育心理咨询;青少年、中年、老年各阶段的心理问题;不良嗜好和行为的自我心理调适咨询等。其形式主要有直接咨询、间接咨询、个别咨询、团体咨询、通信咨询、电话咨询、现场咨询、门诊咨询等等。

如今,对现代社会不同群体中客观存在的心理问题所带来的危害已经越来越受到社会的普遍关注。已经有不少知名企业已经把心理研究、心理测试和干预的工作纳入了企业现代化管理的范畴;各大电视台以及全国各大新闻媒体,已经把对社会客观存在的心理健康问题的重视和研究提上了谈论议程并设置了专栏;2001年国家人事部门的科研机构会发布“在未来的人才市场中,‘EQ’(情商)不良的人将会遭遇尴尬”的信息;2002年的冬季征兵工作中开始了在几个大城市加入心理测试的招考内容;大连“57”空难善后工作的心理介入获得了成功;不少城市的心理治疗已经进入了政法工作……

笔者认为,随着社会的不断进步和发展,心理研究及实际应用,及其在我国现实社会心理疏导方面所发挥出的难以替代的维护社会稳定的重要作用,必将越来越受到社会各界的重视,也必然会渗透到社会的各个领域。同时,它还正在成为实施现代科学管理的一项十分重要的内容。

<http://www.pssw.net/essays.asp?id=213>