

# 我国民众心理和谐状况研究

心理和谐研究项目组\*

(中国科学院心理研究所 北京 100101)

**摘要** 心理和谐是国家构建和谐社会的重要组成部分。项目组采用质化和量化研究相结合的方法,理清了心理和谐的内涵和结构,自主开发出满足心理测量学要求的测量工具。在全国进行了较大规模的抽样调查,初步揭示了我国民众当前的心理和谐状况,并基于研究结果,提出了心理和谐建设的政策建议。

**关键词** 心理和谐,自我状态,家庭氛围,人际关系,社会态度,抽样调查

## 1 引言

世界发展历史表明,在国家或地区的人均 GDP 处于 1 000—3 000 美元的发展阶段,往往对应着人口、资源、环境、效率、公平等社会矛盾瓶颈约束最为严重的时期。我国目前正处于这一社会经济转型的特殊时期,在经济高速、持续增长的同时,那些已经暴露或潜在的社会经济、环境和人民生活等方面的矛盾,构成了可能危害社会和谐的潜在因素。对内建立和谐社会,对外谋求和谐世界,是国家对社会和世界发展趋势的判断和愿景,是当前建设的重要任务。国际上已经普遍认识到,不能仅仅采用客观指标来监测社会 and 经济发展状况,心理指标也是监测体系中不可缺少的重要组成部分。心理学的研究业已证明,从社会发展和经济建设的宏观态势,到个人日常生活的具体事件,都需要经由个体的解读才会对人的态度和行为产

生影响。为解决和谐社会建设进程中“人”的问题,中共中央在十六届六中全会上首次提出了“心理和谐”的概念<sup>[1]</sup>。心理和谐是国家构建和谐社会的重要组成部分,也是中华民族的理想和追求。帮助民众正确、客观、理性平和地理解、应对外界事件,是响应十六届六中全会决议号召,促进心理和谐建设的重要工作。加深对心理和谐的内涵与结构的理解,开发其测量工具及指标体系,把握现状及发展规律,将能为相关部门的决策提供科学建议。

中科院心理所一直从事心理与行为的实证研究,并密切关注国家需求。结合心理学研究的优势,2006 年成立了“民众心理和谐指数项目研究小组”,展开对心理和谐的研究。具体而言,本项目的目标是在社会经济变革的历史时期对我国民众的心理和谐状况进行客观测量与评估,分析当前现状,揭示影响因素和影响模式,进而建立一整套评估和监测国民心理和谐的指标体系,通过持续、周期性的全国抽样调查,定期发布民众心理和谐指数,为相关部门决策提供参考依据。

\* 项目组成员:白新文、任孝鹏、郑蕊、刘正奎、张建新、张侃。本项目得到了中科院心理所创新项目(项目编号:07CX021002)和中科院知识创新工程重要方向项目(项目编号:KSCX2-YW-R-130)的资助

收稿日期:2008 年 2 月 18 日

## 2 心理和谐状态的评估

要对民众心理和谐状况进行监测和评估,首先要理清心理和谐的内涵与结构,特别是为民众所理解的心理和谐的实质,并在此基础上开发出科学的测量工具。

### 2.1 心理和谐测量工具的开发

项目组采用质化和量化研究相结合的方法,经过深度访谈、词语联想、问卷编制、因素分析4个阶段,自主研发出了满足心理测量学要求的评价工具。首先,通过采用个体和群体深度访谈法与词语联想法等质化研究的分析方法和手段,对我国民众心理和谐的内涵和结构进行了深入分析,并在此基础上完成了量表的初步编制工作。其次,采用分层按比例的方法抽取了654人的样本,对不同民众的心理和谐状态进行了测量,通过探索性和验证性因素分析,在量表修订的基础上,最终形成了心理和谐的科学测量工具,其信度、效度指标都符合心理测量学的要求。最后,按照多段随机抽样法在全国范围内抽取了4475名被试者,对测量工具再次进行验证性因素分析,结果表明,所有拟合指数均符合统计学要求。这表明心理和谐状态测量工具满足心理测量学的信度要求,用该工具测量所得到的结果是稳定和可信的。

### 2.2 心理和谐测量工具的效度

为验证心理和谐测量工具的效度,选取了生活满意度<sup>[2]</sup>、人际信任<sup>[3]</sup>、家庭亲密度<sup>[4]</sup>和社会信心<sup>[5]</sup>4个效标,分别对应于心理和谐的4个成份。计算心理和谐及其4个成份与4个效标的相关。结果表明,心理和谐与所有效标的相关均显著,其中与生活满意度、家庭亲密度和社会信心都呈中等程度(相关系数 $r$ 分别为.30、.43和.47),与人际信任的相关较低( $r=.22$ )。更进一步分析发现,心理和谐4个成份与各自效标的相关程

度最高,具体表现为:自我状态与生活满意度( $r=.35$ )、人际关系与人际信任( $r=.48$ )、家庭氛围与家庭亲密度( $r=.58$ )、社会态度与社会信心( $r=.45$ )都有中等程度的相关。这个结果表明,个体的心理和谐程度会切实影响其处理日常生活各个领域问题的效果,心理和谐程度较高的个体,其生活满意度、对他人的信任度、家庭亲密度和社会信心也都较高。因而,心理和谐是一个独特的心理变量,一方面可以用它来综合反映民众的心理感受,另一方面也可以单独使用它的单一成份(如自我状态)反映民众某一方面的态度和感受。由此可见,心理和谐的测量工具是有效的,可以用于民众心理和谐的测量和监测。

### 2.3 心理和谐的内涵与结构

通过质化和量化研究,项目组还理清了心理和谐的内涵和结构。项目组认为,心理和谐是指个体在处理自我、家庭、人际和社会问题过程中的主观体验和总体感受,包含4个成份:第一是自我状态,指的是个体对生活、工作、个性特征、情绪情感等的感受或体验;第二是家庭氛围,指的是个体对家庭生活中的氛围和成员之间关系的感受和评价;第三是人际关系,指的是个体在人际交往中对他人的认知和评价;第四是社会态度,指的是个体对社会现象的评价。在心理和谐的四个成份中,自我状态是心理和谐的基础,家庭氛围是保障,人际关系是心理状态的促进和提升因素,社会态度是心理和谐的综合体现。

心理和谐状态较好的人会体现出如下10个典型特征:(1)对生活、工作的满意度较高;(2)乐观、积极、豁达的个性;(3)较少的负性情绪体验;(4)家庭氛围融洽,家庭关系良好;(5)感受到良好的人际氛围;(6)得到较多的社会支持;(7)较高的人际信任;

(8)对社会有较多的积极评价;(9)关注社会焦点问题;(10)倡导和尊重社会规范。

心理和谐是基于我国的传统文化和实际国情所提出的全新的概念。与生活质量(quality of life)、幸福感(well-being)等基于西方文化背景所提出的概念相比,心理和谐除了强调个体对自己的主观体验和评价之外,还强调个体对人际以及社会等个体之外的感受和评价。因而其内涵更加丰富,能够更加全面、综合地反映我国民众的心态和感受。

### 3 调查结果及讨论

为了评估当前我国民众心理和谐的现状,项目组采用多段随机抽样方法在全国范围内进行抽样取样。按照国家统计局的地区分类,在我国东部、中部和西部分别调查了7个中心城市的1487名居民,7个城镇的916名居民,以及10个乡村的3176名常住人口。此外,本次调查还特别关注进城务工人员群体,在这7个中心城市调查了759名进城务工人员。调查总样本量为4475人。平均年龄为37.7岁,年龄最大为70岁,最小为17岁。性别比例相当,职业分布较广。样本量和分布符合大规模心理调查和研究的要求。

#### 3.1 民众心理和谐状况总体描述

心理和谐程度采用利克特5点量表进行评估,其中1分代表非常不和谐,2分代表比较不和谐,3分代表不确定,4分代表比较和谐,5分代表非常和谐。统计分析表明,民众心理和谐的总体状况处于尚可接受的水平,平均得分为3.72,但仍未达到“比较和谐”的程度。应该看到,民众的心理和谐程度还有很大的提升空间,因此党和政府提出的“注重人的心理和谐”是非常及时和重要的。

进一步分析发现,有近1/5(19.8%)的民众得分在4分以上,心理和谐程度较好;而

多数被调查对象(75.8%)的心理和谐状态处于“不确定”和“比较和谐”之间,如何大力提升这部分民众的心理和谐程度,使之达到“比较和谐”的水平是心理和谐建设的重点。有4.4%的民众心理不和谐(得分在3分以下),这些群体有可能转化为影响社会稳定的人群,需要给予他们更多的关注,帮助他们解决可能存在的问题,提高其心理和谐的水平。

在心理和谐的4个成份中,家庭氛围得分为4.02,得分最高且超过了“比较和谐”的程度,这反映出我国民众对家庭的感受最和谐,民众对家庭氛围的良好感受有助于提升民众心理和谐的总体水平。在社会转型时期,虽然我国的家庭结构发生了巨大变化,从四世同堂转为三口之家。但是,中华民族维护婚姻家庭、倡导家庭和睦等传统美德仍在对民众生活中占有不可替代的地位,在生活的各个领域产生巨大影响。因此,与其他方面相比,民众愿意为家庭投入更多的时间与精力,也会从家庭方面获得更多的支持和帮助,民众对于家庭的感受最为和谐。

民众的社会态度得分为3.67,在4个成份得分中居于第二。尽管存在不少影响社会和谐之间的矛盾和问题,但从总体来看,我国民众对当今社会的看法是积极的。这反映出当前和谐社会建设的相关政策和措施在一定程度上得到了民众的认可。自我状态和人际关系的得分相对较低,分别为3.55和3.59。

社会态度主要指民众对各种社会现象的评价,是心理和谐中影响面较广的一个成份,能够在一定程度上反映和谐社会建设相关政策的有效性。项目组采用回归分析法探讨社会态度如何受到心理和谐其它3个成份的影响。结果表明,自我状态、人际关系和家庭氛围都可以有效预测个体的社会态度,标准化回归系数分别为0.10、0.25和0.28,

其中家庭氛围的影响最大,人际关系的影响也较大。具体而言,如果一个人对自我的评价较为积极,有融洽的人际关系,并且家庭氛围比较温馨,那么他对社会的态度会更加积极。

总结民众心理和谐状态的特征以及各个成份之间的关系,提升心理和谐可以从以下几个方面来开展。首先,建立健全心理咨询与服务网络,深入社区和村镇,帮助人们形成客观的自我认识,培养人们树立乐观、积极的自我态度,其次,弘扬中华民族的传统家庭美德,鼓励人们重视家庭关系,增进家庭和睦;再次,从每个个体所生活和工作的亚环境,如工作单位、社区等,着手去改善和提升人与人之间的关系,增进人们的相互了解,培养互助互爱特别是相互信任的氛围。

### 3.2 民众心理和谐程度的城乡差异

随着我国城市化、新农村建设和城镇化进程的加速,无论是城市、城镇,还是农村,都发生了极其深刻的变化。在这种历史背景下,有必要分析城市、城镇和农村居民的心理和谐状况的特征,比较他们之间的差异。项目组利用方差分析的结果表明,城市、城镇和农村居民在心理和谐程度上存在显著差异( $F_{(2,3713)}=12.72, p<.000$ )。具体而言,农村居民的心理和谐程度最高(3.74),城市居民居其次(3.71),城镇居民的心理和谐程度最低(3.66)。城镇作为城市和农村的过渡体,其居民的心理和谐程度应该介于两者之间,但统计结果表明,其心理和谐程度最低,我们把这种现象称为“分离效应”。进一步分析三者和心理和谐的4个成份上的差异。除了自我状态方面城市居民的得分最高之外,在其他3个成份上均是农村居民得分居于首位。城镇居民仅在家庭氛围成份上的得分略高于城市居民,但差异不显著。在其他3

个成份上的得分都排在末尾。针对城乡差异所呈现出来的模式,项目组认为,需要关注以下几个问题:

首先,从调查的结果看,农村居民的社会态度最为积极,对自己的家庭氛围和人际关系的评价最高。一方面,说明新农村建设的方针政策已初见成效。“十一五”规划中明确指出,新农村建设是我国现代化进程中重大的历史任务,在各级地方政府的支持和推动下,相关的政策得以贯彻落实。另一方面,尽管农村地区已发生了深刻的变化,但农村居民对于家庭氛围的感受是最好的,这说明传统文化与风俗习惯仍然得以保留。正如上述所言,良好的家庭氛围是心理和谐的有力保障,在新农村建设过程中,应该鼓励和创造条件让农村居民能够维持良好的家庭氛围,继续发挥家庭对心理和谐的保障作用。

其次,城镇居民的心理和谐得分落后于农村居民和城市居民,处于最低的水平,说明城镇居民的心理和谐程度最差,这可能和城镇目前所面临的挑战有关。随着新农村建设进程的加快,农村的发展速度大大提高,城镇相对于农村的优势有可能变得不明显。城镇居民有可能体验到较大的心理落差,这会影响到他们的心理和谐状态。较低的心理和谐状态可能会成为影响社会稳定的因素,因而在和谐社会的建设过程中,需要加强对城镇的重视。城镇居民的心理和谐如何建设已经成为心理和谐建设的突破口,城镇居民心理和谐建设的方案有可能成为城市和农村居民心理和谐建设的范本。

再有,农村城镇化是新农村建设的重要解决方案,目前城镇中出现的问题有可能成为未来新农村建设所面临的挑战。因此,各级政府要未雨绸缪,防范于未然,避免农村居民在城镇化过程中出现人际关系的疏远,人际信任的缺乏,以及社会态度的波动。

### 3.3 地区差异

本次调查涉及了我国东、中、西部三大地区,15个省市,24个城镇及农村。统计结果表明,中部地区的心理和谐程度(3.72)要高于东部地区的心理和谐程度(3.69),而西部地区的心理和谐程度(3.71)居中,但差异不显著。

进一步分析发现,东、中、西部地区民众除了在家庭氛围方面状况差异不大之外,在自我状态、人际关系和社会态度成份上都存在显著差异。首先,自我状态成份,东部地区民众的和谐程度要显著地高于中、西部地区;而社会态度成份方面,西部地区民众的和谐程度显著地高于中、东部地区。这表明,东部地区随着经济的发展和对外开放,逐渐受到外来文化的影响,自我意识逐渐增强,更加注重社会公平,而西部地区则受这方面的影响偏小。

值得注意的是,东、中、西部地区的心理和谐与经济发展程度的差异趋势不一致,也表现出明显的分离效应。根据国家统计局的年度统计报告,东部地区的人均GDP明显高于西部地区;而本调查结果显示,心理和谐则是西部地区要高于东部地区。这提醒有关部门需要兼顾经济发展与心理和谐两者的关系。在大力发展经济的同时,有必要重视心理和谐的建设,投入更多的资源来改善民众对生活各个领域的感受。营造友好互信的人际关系和积极向上的社会氛围,对促进我国和谐社会的建设具有重要意义。

### 3.4 焦点人群:进城务工人员

随着我国工业化、城镇化、现代化建设进程的不断加快,进城务工人员开始大量涌入城市,目前已广泛分布在国民经济的各个行业中,为城市繁荣、农村发展和国家现代化建设做出了重大贡献。然而,进城务工人员在工资收入、劳动安全、社会保障、培训就

业、子女上学、生活居住等方面都存在着诸多困难,经济、政治、文化权益得不到有效保障。这些问题引发了不少社会矛盾和纠纷,也引起了社会各方面的广泛关注。所以我们在此特别对进城务工人员的心理和谐做了深入分析。鉴于进城务工人员来自农村但生活在城市,把进城务工人员与城市居民、农村居民进行比较,可以较好地揭示进城务工人员的心理和谐状况。

研究结果表明,进城务工人员整体心理和谐程度(得分为3.79)显著高于农村居民和城市居民。除在人际关系方面进城务工人员的和谐程度(得分为3.62)略低于农村居民外,在自我状态、家庭氛围和社会态度方面,进城务工人员的得分(分别为3.60、4.11和3.83)均显著高于其他两个群体。

进城务工人员的心理和谐程度高,可能和他们在衡量和评价自己的各个方面时选取的参照点有关。来自农村的进城务工人员尽管生活在城市,但是其对自己的定位仍在农村,因此,在进行比较时,他所参照的对象可能不是城市居民,而是家乡的农村居民。这种效应体现在进城务工人员的心理和谐状态上,表现出了如下特点:首先,在自我状态和社会态度方面,由于他们主要生活在城市,接触到更多信息与文化冲击,对自我和社会问题更加关注;其次,在人际关系方面,进城务工人员远离了“鸡犬相闻”的农村氛围,可能会有不适应,因而得分稍低;最后,在家庭氛围方面,由于工作原因,他们不能回家,而家庭给予他们的温暖感受则在思念中变得更加强烈。

采用回归分析法进一步对进城务工人员心理和谐各个成份之间的关系进行分析。结果发现,自我状态、人际关系和家庭氛围3个成份同样对社会态度具有显著影响,标准化回归系数分别为0.16、0.28和0.14。与

普通民众的分析结果相比,家庭氛围的影响程度明显低于普通民众。这可能和进城务工人员远离家庭的客观事实有关。如果能够为他们提供与家庭交流的便利条件,促进他们与家人的联系,将有助于提升进城务工人员对社会的积极态度。此外,鉴于人际关系对其社会态度的影响最大,为他们营造良好的人际氛围,创造条件增加进城务工人员在工作与生活中与他人交往的机会,也将有助于提升进城务工人员对社会的积极态度。

#### 4 研究结论

综上所述,本研究得到如下结论:

第一,心理和谐是基于我国的传统文化和实际国情所提出的全新的概念,是指个体在处理自我、家庭、人际和社会问题过程中的主观体验和总体感受,包含自我状态、家庭氛围、人际关系和社会态度4个成份。通过对民众的心理和谐状况进行评估能够较为全面、综合地反映我国民众的心态和感受。

第二,当前国民的心理和谐状况总体处于可接受水平(介于“不确定”和“比较和谐”之间),但具有较大的提升空间,只有近1/5(19.8%)的民众心理比较和谐,由此可见中央政府提出心理和谐建设是非常及时和必要的。

第三,农村、城镇和城市居民的心理和谐得分呈“分离效应”。农村居民的社会态度最为积极,对自己的家庭氛围和人际关系的评价最高,这说明新农村建设的方针政策已经初见成效。但是,作为城市和农村的过渡体,城镇居民的心理和谐状况本应在两者之间,但调查发现城镇居民的心理和谐程度不仅低于城市,而且低于农村,对此,应引起相关部门的高度重视。

第四,地区差异也呈现分离效应。东、中、西部地区的经济发展和民众心理和谐程

度走向不一致,表现为东部地区心理和谐总体状况低于中西部地区。这说明经济发展和心理和谐的程度并不总是保持一致,需要得到各级地方政府的关注。

第五,进城务工人员的心理和谐程度高于其他群体(包括城市和农村居民)。但是应该看到,对进城务工人员这个群体而言,家庭氛围对社会态度的影响远远低于普通民众,可见远离家庭对进城务工人员的社会态度造成了负面的影响,各级地方政府应该创造各种便利条件,使进城务工人员能够和家庭保持紧密的联系,从而感受到家庭的温馨,提高他们对社会的正面看法。

#### 5 政策建议

基于上述发现,项目组对心理和谐的建设有如下建议:

第一,鉴于民众心理和谐总体水平不高,应加快全国性的心理服务网络的建立健全,特别是城镇的网络建设,让心理服务走入社区、村镇,帮助民众正确对待自己、家庭、他人和社会。

第二,在新农村建设的过程中,一方面需要继续维持农村居民的良好家庭氛围与和睦的家庭关系,保持平和的社会心态;另一方面又要防范出现城镇目前所面临的问题,如人际关系的疏远和人际信任的缺乏,社会态度的波动。

第三,各级地方政府应该兼顾地区经济与民众心理和谐的均衡发展。对于东部地区而言,在大力发展经济和建设和谐社会的同时,应当更加关注人的心理和谐,投入更多的资源来改善民众对生活各个领域的感受。对于中西部地区而言,应该以东部地区的发展经验为鉴,避免出现相类似的问题,营造友好互信的人际关系和积极向上的社会氛围。这对促进我国和谐社会的建设具有重要意义。

第四,对进城务工人员来说,应创造便利条件,健全和完善服务体系及相关政策,鼓励他们多与家人沟通,让他们感受到家庭的支持,这样有助于提高他们的社会维度的心理和谐。有鉴于他们的心理和谐状态总体来看还是高于其他人群,应对他们多进行正面的引导,更好地融入城市社会,而不是不切实际地夸大这一人群的负面状态。

第五,以单位、社区为中心开展各种全员参与的活动,提供便于交流的场所,如社区内的休闲区等措施促进人们的交流,从改善同事、邻里关系入手,培养互助互爱、特别是相互信任的氛围,提高民众的心理和谐。

第六,建立心理和谐的数据库和辐射全国的调查网络,定期追踪和监测民众心理和谐的状况,构建社会预警系统,为中央与

各级地方政府制订和完善相应的和谐社会政策和措施提供决策依据。

#### 主要参考文献

- 1 中国共产党第十六届中央委员会第六次会议决议.中共中央关于构建社会主义和谐社会若干重大问题的决定,2006年10月11日.
- 2 Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1984, 95: 542-575.
- 3 Robinson J P, Kendra J G, Head R B. Measures of Political Attitudes. *The Public Opinion Quarterly*, 1969, 33 (3): 508-510.
- 4 Moss R H, Moss B S. Family environment scale manual. Palo Alto: Consulting Psychology's press, 1986.
- 5 <http://www.sca.isr.umich.edu/main.php>, 2007年4月15日.

## The Research on Psychological Harmony of Chinese Common People

Research Project Group of Psychological Harmony

(Institute of Psychology, CAS 100101 Beijing)

Psychological harmony is one of the key components of constructing a harmonious society. The current study has employed the method of combining qualitative research and quantitative research in order to make clear the connotation and structure of psychological harmony, and to independently develop the measuring tool satisfying the demands of psychometrics. Furthermore, this study has conducted a large-scale sampling survey in the whole country, which has preliminarily revealed the current state of psychological harmony of the Chinese common people. Some suggestions have been proposed based on the study results.

**Keywords** psychological harmony, self harmony, family harmony, interpersonal harmony, social harmony, sampling survey