



教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目

沈德立

中国青少年心理健康素质 调查研究

SURVEY OF CHINESE ADOLESCENT MENTAL
HEALTH DIATHESIS

沈德立

著



经济科学出版社
Economic Science Press



中国社会科学院研究生院图书馆藏

中国农村合作化运动史论

王德秀 著

北京：中国社会科学出版社，1982年10月第1版
（内部发行）

16开 312页 1.10元

ISBN 7-5004-0111-2

（内部发行）

教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目 

中国青少年心理健康素质 调查研究

SURVEY OF CHINESE ADOLESCENT MENTAL
HEALTH DIATHESIS

 经济科学出版社
Economic Science Press

图书在版编目 (CIP) 数据

中国青少年心理健康素质调查研究 / 沈德立等著. —北京: 经济科学出版社, 2009. 8

(教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目)

ISBN 978 - 7 - 5058 - 8495 - 3

I. 中… II. 沈… III. 青少年 - 心理卫生 - 健康教育 - 调查研究 - 中国 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 143538 号

责任编辑: 马金玉

责任校对: 杨晓莹

版式设计: 代小卫

技术编辑: 邱 天

中国青少年心理健康素质调查研究

沈德立 等著

经济科学出版社出版、发行 新华书店经销

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮编: 100142

总编部电话: 88191217 发行部电话: 88191540

网址: [www. esp. com. cn](http://www.esp.com.cn)

电子邮件: [esp@ esp. com. cn](mailto:esp@esp.com.cn)

北京中科印刷有限公司印装

787 × 1092 16 开 28 印张 524000 字

2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

印数: 0001—8000 册

ISBN 978 - 7 - 5058 - 8495 - 3 定价: 62.00 元

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

(版权所有 翻印必究)

课题组主要成员

(按姓氏笔画为序)

马惠霞

白学军

江光荣

阴国恩

李虹

沃建中

张大均

郑希付

贾晓波

梁宝勇

编审委员会成员

主任	孔和平	罗志荣			
委员	郭兆旭	吕萍	唐俊南	安远	
	文远怀	张虹	谢锐	解丹	

总序

哲学社会科学是人们认识世界、改造世界的重要工具，是推动历史发展和社会进步的重要力量。哲学社会科学的研究能力和成果，是综合国力的重要组成部分，哲学社会科学的发展水平，体现着一个国家和民族的思维能力、精神状态和文明素质。一个民族要屹立于世界民族之林，不能没有哲学社会科学的熏陶和滋养；一个国家要在国际综合国力竞争中赢得优势，不能没有包括哲学社会科学在内的“软实力”的强大和支撑。

近年来，党和国家高度重视哲学社会科学的繁荣发展。江泽民同志多次强调哲学社会科学在建设中国特色社会主义事业中的重要作用，提出哲学社会科学与自然科学“四个同样重要”、“五个高度重视”、“两个不可替代”等重要思想论断。党的十六大以来，以胡锦涛同志为总书记的党中央始终坚持把哲学社会科学放在十分重要的战略位置，就繁荣发展哲学社会科学做出了一系列重大部署，采取了一系列重大举措。2004年，中共中央下发《关于进一步繁荣发展哲学社会科学的意见》，明确了新世纪繁荣发展哲学社会科学的指导方针、总体目标和主要任务。党的十七大报告明确指出：“繁荣发展哲学社会科学，推进学科体系、学术观点、科研方法创新，鼓励哲学社会科学界为党和人民事业发挥思想库作用，推动我国哲学社会科学优秀成果和优秀人才走向世界。”这是党中央在新的历史时期、新的历史阶段为全面建设小康社会，加快推进社会主义现代化建设，实现中华民族伟大复兴提出的重大战略目标和任务，为进一步繁荣发展哲学社会科学指明了方向，提供了根本保证和强大动力。

高校是我国哲学社会科学事业的主力军。改革开放以来，在党中央的坚强领导下，高校哲学社会科学抓住前所未有的发展机遇，紧紧围绕党和国家工作大局，坚持正确的政治方向，贯彻“双百”方针，以发展为主题，以改革为动力，以理论创新为主导，以方法创新为突破口，发扬理论联系实际学风，弘扬求真务实精神，立足创新、提高质量，高校哲学社会科学事业实现了跨越式发展，呈现空前繁荣的发展局面。广大高校哲学社会科学工作者以饱满的热情积极参与马克思主义理论研究和建设工程，大力推进具有中国特色、中国风格、中国气派的哲学社会科学学科体系和教材体系建设，为推进马克思主义中国化，推动理论创新，服务党和国家的政策决策，为弘扬优秀传统文化，培育民族精神，为培养社会主义合格建设者和可靠接班人，做出了不可磨灭的重要贡献。

自2003年始，教育部正式启动了哲学社会科学研究重大课题攻关项目计划。这是教育部促进高校哲学社会科学繁荣发展的一项重大举措，也是教育部实施“高校哲学社会科学繁荣计划”的一项重要内容。重大攻关项目采取招投标的组织方式，按照“公平竞争，择优立项，严格管理，铸造精品”的要求进行，每年评审立项约40个项目，每个项目资助30万~80万元。项目研究实行首席专家负责制，鼓励跨学科、跨学校、跨地区的联合研究，鼓励吸收国内外专家共同参加课题组研究工作。几年来，重大攻关项目以解决国家经济建设和社会发展过程中具有前瞻性、战略性、全局性的重大理论和实际问题为主攻方向，以提升为党和政府咨询决策服务能力和推动哲学社会科学发展为战略目标，集合高校优秀研究团队和顶尖人才，团结协作，联合攻关，产出了一批标志性研究成果，壮大了科研人才队伍，有效提升了高校哲学社会科学整体实力。国务委员刘延东同志为此做出重要批示，指出重大攻关项目有效调动各方面的积极性，产生了一批重要成果，影响广泛，成效显著；要总结经验，再接再厉，紧密服务国家需求，更好地优化资源，突出重点，多出精品，多出人才，为经济社会发展做出新的贡献。这个重要批示，既充分肯定了重大攻关项目取得的优异成绩，又对重大攻关项目提出了明确的指导意见和殷切希望。

服务学术创新的理念，坚持科学管理、民主管理、依法管理，切实增强服务意识，不断创新管理模式，健全管理制度，加强对重大攻关项目的选题遴选、评审立项、组织开题、中期检查到最终成果鉴定的全过程管理，逐渐探索并形成一套成熟的、符合学术研究规律的管理办法，努力将重大攻关项目打造成学术精品工程。我们将项目最终成果汇编成“教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目成果文库”统一组织出版。经济科学出版社倾全社之力，精心组织编辑力量，努力铸造出版精品。国学大师季羨林先生欣然题词：“经时济世 继往开来——贺教育部重大攻关项目成果出版”；欧阳中石先生题写了“教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目”的书名，充分体现了他们对繁荣发展高校哲学社会科学的深切勉励和由衷期望。

创新是哲学社会科学研究的灵魂，是推动高校哲学社会科学研究不断深化的不竭动力。我们正处在一个伟大的时代，建设有中国特色的哲学社会科学是历史的呼唤，时代的强音，是推进中国特色社会主义事业的迫切要求。我们要不断增强使命感和责任感，立足新实践，适应新要求，始终坚持以马克思主义为指导，深入贯彻落实科学发展观，以构建具有中国特色社会主义哲学社会科学为己任，振奋精神，开拓进取，以改革创新精神，大力推进高校哲学社会科学繁荣发展，为全面建设小康社会，构建社会主义和谐社会，促进社会主义文化大发展大繁荣贡献更大的力量。

教育部社会科学司



前 言

2003年12月，以我为首席专家申请教育部哲学社会科学研究首批重大课题攻关项目“青少年心理健康素质调查研究”，获得批准。经过全体课题组成员历时5年的团结协作和共同努力，目前该项目已基本完成。开展此项目研究，我们是基于以下几方面考虑的：

第一，心理学家要从科学的角度以研究和解决当前社会生活中出现的重大问题为己任。

世界各国和地区心理学的发展现状和我国心理学发展的历史经验均表明：心理学的发展是与一个国家或地区的经济建设、科技成就和社会发展水平相适应的。也就是说，经济建设、科技成果和社会发展水平越高，对心理学的需求与促进就越大；反之，心理学的发展将受到制约。21世纪，是经济全球化、信息网络化的时代。中国经济的腾飞，社会的转型，为中国心理学事业的发展提供了广阔的前景和无限的空间，但同时又提出了许多适应时代发展的并且亟须解决的重大心理学问题。当前的心理学研究就要为建设我们的创新型国家与建立社会主义和谐社会做出自己的努力，为实现中华民族的伟大复兴做出自己的贡献。

现代经济社会的发展越来越取决于科技进步和劳动者素质的提高；世界范围的竞争越来越表现为人才和人力资源的竞争。青少年是国家未来的建设者和接班人，其发展水平与状况，不仅涉及每一个人，更关系到一个国家（地区）和民族乃至全人类的生存与发展、文明与进步。因此青少年的健康发展、积极发展，是中华民族实现伟大复兴的保证。《中共中央、国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决

定》中明确指出，要“加强学生的心理健康教育，培养学生坚忍不拔的意志、艰苦奋斗的精神，增强青少年适应社会生活的能力”。因此，选择青少年作为研究对象，为促进他们的积极发展、健康发展寻求根本途径是心理学工作者义不容辞的责任。

第二，心理学研究成果要为教育研究与实践提供科学的依据。

党的十六大报告中指出，要加强青少年思想道德建设，坚持教育创新，深化教育改革，全面推进素质教育，造就数以亿计的高素质劳动者、数以千万计的专门人才和一大批拔尖创新人才。“深化教育改革，全面推进素质教育”已经成为新时期教育改革与发展的主旋律。心理学研究要为教育服务，为培养学生的美好素质服务。

教育工作的开展，要以学生心理发展的状况为前提。教育规律的发现，教育原则和策略的探讨，教育措施与方法的制定等需要以学生心理研究的成果为依据。因此学生良好心理素质的培养是素质教育的奠基工程。人的素质包括思想道德素质、文化科学素质、劳动技能素质、身体素质和心理素质。它们之间相互作用、相互影响。其中，心理素质是其他各种素质的载体，是一个人整体素质提高的基础。心理健康素质是心理素质培养所追求的高层次目标，是人生发展所追求的高级境界。素质教育要塑造劳动者的各种素质，使劳动者的各种素质都得到相应的提高，也应从心理健康素质培养起。

第三，应用心理学的研究不仅应遵循心理学理论更应重视当前社会发展的应用需求。

应用心理学是将心理学理论与社会实践相结合，将心理学的理论与技术应用于社会各领域的科学。我国的应用心理学研究固然要遵循心理学的科学理论，并且注意与国际接轨，同时还要注意我国当前社会发展对心理学研究的需求。我们要建立社会主义和谐社会，离不开人与人之间、人与团体之间关系的和谐，离不开每个人的和谐发展。我国自20世纪80年代以来开展的心理健康教育已取得了长足的进步，并且随着研究与实践工作的开展，心理健康的服务越来越具体化、实效化，教育的措施和方法也更加人性化。对于青少年，心理健康教育不仅重视教育环境和条件的建设，更重视青少年自身的心理素质和心理健康素质的培养，重视青少年的和谐发展。

1998年,美国心理学会前主席塞利格曼(Seligman)指出,心理学有三个使命:(1)研究消极心理,治疗精神疾病;(2)让所有的人生活得更加充实有意义;(3)鉴别和培养天才。20世纪末,世界心理学领域内兴起的积极心理学思潮,主张研究人的力量和优秀品质、发掘人类自身拥有的潜力,认为心理学不仅仅是疾病和健康的科学,更是关于工作、教育、爱、成长和娱乐的科学。它主张应对普通人如何在良好的条件下更好地发展、生活,具有天赋的人如何使其潜能得到充分发挥等方面进行大量的研究。

青少年心理健康素质研究,在其立足社会实践、遵循心理科学理论探索的道路上,实际上与积极心理学的思潮不谋而合。当然在我们的研究过程中,积极心理学的研究思路也给了我们一些有益的启发。

第四,研究课题的完成,只有团结协作、周密计划、方法科学,才能保证结果可靠。

课题的立项经过对国家发展、党和国家的教育政策等的分析研究以及大量的资料查阅工作,课题的申报由我申报并任首席专家,研究课题已被专家组认为“不仅是心理学研究领域中的一个带有方向性和前沿性的学术问题,而且也是当前我国社会领域,特别是教育领域中一个亟待解决的重大现实问题。”在研究过程中,我们一直坚持在研究方向明确的前提下,研究人员之间分工协作,共同努力的原则,才使我们的研究工作始终按照计划、用科学的方法进行,如今已取得较丰富的成果。除本书稿以外,课题组其他成员还撰写了四部书稿,由我任总主编,负责四部书稿的终审工作。四部书稿分别为:张大均、陈旭主编的《中国大学生心理健康素质研究》;江光荣、郑希付主编的《中国高中生心理健康素质研究》;沃建中、李虹主编的《中国初中生心理健康素质研究》;陶云、陈向阳主编的《中国少数民族青少年心理健康素质研究》(内部出版物)。

本课题研究工作历时5年,研究工作大致分为四个阶段:

第一阶段,理论探讨阶段。这一阶段是课题的设计和准备阶段,主要任务是课题的理论建构。2003年底,我们组织了理论研讨会,会后专家们继续查阅国内外文献,并进行学生、教师、心理学和教育学专家有关心理健康素质问题的访谈研究。在此基础上撰写论文并为进

行下一步研究做准备。

第二阶段，量表的研制阶段。这一阶段是课题研究的核心阶段，也可以说是攻关阶段，主要任务是编制一个反映中国青少年心理健康素质特点的、信度和效度都符合心理测量学要求的调查工具。在第一阶段的基础上，课题组讨论解决了一个难题，即理论的操作化问题，也就是心理健康素质应从哪些方面（分量表）来反映，以及如何以心理测验的形式（分量表维度与项目）反映青少年的心理健康素质。这一阶段共组织三次研讨会：2004年4月会议拟定了课题的理论框架以及课题的研究工具《中国青少年心理健康素质调查表》的编制计划。会后专家们分别按照编制计划编写分量表项目。2004年9月会议再次讨论青少年心理健康素质量表的总体构架，讨论各分量表的维度设计适合性以及项目编制过程中的细节问题，并具体安排了首次预测与调查表编制进度。2005年9月会议再次修改《中国青少年心理健康素质量表》的项目，讨论量表效标的选择与取得，以及在全国范围内取样调查的问题。从开始量表编制工作后，大约经过一年半多的时间，在分工合作的基础上编制了量表，又先后在北京、天津、广州、武汉、重庆等地组织了两次量表的预测，反复修改并完成最终取样量表——《中国青少年心理健康素质调查表》。调查表包括8个分量表：7个素质分量表，即认知风格、归因风格、应对风格、动力系统、自我、个性素质、人际素质，以及1个状态分量表，即适应分量表，共243个项目。

第三阶段，全国调查阶段。这一阶段的主要任务是取样工作的计划和安排、把握数据收集的质量等。我们计划了取样者为来自全国24所大学的30位心理学工作者，取样范围为全国23个省、市、自治区，样本容量大约为5万人，取样年龄段主要为初、高中学生，但上下各延伸到大学和小学。2005年10月底，以全国的行政区域和地域人口分布为依据，再在各区域内选定取样的人员和计划预取样的学生人数，由课题组统一培训每一位取样人员，基本控制在5个月内（包括春节放假的一个多月在内）完成所有取样工作。截至2006年3月，完成了在全国的取样工作，共采集到来自全国23个省、市、自治区的51399名青少年的心理健康素质的调查数据。

第四阶段，数据资料的整理和成果的总结。这一阶段的主要任务

是整理数据资料、撰写研究报告。在整理好所有调查数据库以后，决定分部分整理数据、撰写研究报告，形成研究丛书。2006年6月会议计划由课题组成员共同完成研究成果的总结工作。

本书为“青少年心理健康素质调查研究”课题的总的研究报告。

全书分为两大部分共十一章内容。两大部分分别为理论篇部分和调查研究篇。第一章主要论述了心理健康素质概念的提出和研究青少年心理健康素质的意义，由沈德立、马惠霞执笔；第二章是国内外相关研究文献的回顾与梳理，由白学军、马惠霞、贾晓波执笔；第三章为中国青少年心理健康素质调查表的编制与验证，由马惠霞、白学军执笔；第四章至第十一章为中国青少年心理健康素质调查结果的分析，分别由在读博士生朱昭红、王晓庄、周铁民、郝志红、潘运、康庭虎、薛云珍等根据课题组的要求，处理调查数据，写出初稿，然后经沈德立、阴国恩、梁宝勇、白学军、马惠霞等课题组成员反复讨论、调整、修改并最后定稿。另外，由于篇幅所限，这里只呈现了调查结果中最主要的内容，呈现形式也是最简单的。

本书的撰写秉承以下原则：第一是科学性原则。本书的撰写始终坚持积极心理学、健康心理学的理念。报告各部分包括理论建构、量表编制、实际调研、数据处理，都力求遵循心理科学的要求和规范，确保其科学性。第二是针对性原则。本研究报告的主要内容是依据课题组在全国取样调查的青少年所获得的数据，因此，无论是现状概括、原因分析，还是发展特点的探讨，都据实而论，并注意针对青少年的实际情况进行分析。第三是创新性原则，青少年心理健康素质本身就是一个创新的研究领域，本研究报告依据课题组提出的青少年心理健康素质结构和对全国青少年心理健康素质的调查结果，构建了写作体系，努力体现创新性。

感谢对本书撰写给予支持以及为本书出版面世付出辛勤劳动的领导、编辑及相关同志们！



摘 要

本书分上下篇，上篇第一章至第三章，下篇第四章至第十一章。

上篇为理论篇。本篇从建立社会主义和谐社会、全面贯彻素质教育和心理学理论、心理健康理论以及目前我国青少年心理健康教育实践的角度出发，说明了开展青少年心理健康素质研究的意义。从青少年心理发展的任务和特点出发，分析了研究青少年心理健康素质的作用。从围绕着青少年心理健康素质形成的内外因素，阐释了理论方面影响青少年心理健康素质的因素。在此基础上提出了青少年心理健康素质这一新概念，并将概念的含义规定为：青少年心理健康素质是指青少年在遗传和环境的共同作用下形成的某些内在的、相对稳定的心理品质，这些心理品质影响或决定着青少年的心理、生理和社会功能，并进而影响他们的心理健康状态。青少年心理健康素质具有内源性和稳定性的特征。其结构包括认知风格、归因风格、应对风格、动力系统、自我、个性素质、人际素质、适应等方面，作为心理健康素质的每一个方面，都具有其特定的含义。根据青少年心理健康素质的界定，对国内外心理健康概念、青少年心理素质及青少年心理健康素质相关研究进行了较为全面的文献回顾。

要完成青少年心理健康素质的调查研究，研究工具是关键，也是难点。本书的第三章详细叙述了《中国青少年心理健康素质调查表》的编制及验证过程。按照青少年心理健康素质的理论构想，根据心理测验学的要求，采用文献法、访谈法、调查法、心理测验法，编制了包括认知风格、归因风格、应对风格、动力系统、自我、个性素质、人际素质、适应共 8 个分量，243 个项目的《中国青少年心理健康素

质调查表》，并反复验证了各分量表的心理测量学指标。总量表的质量，又运用调查法和实验室实验法进行了两次验证，证明《中国青少年心理健康素质调查表》是一个能全面反映中国青少年特点的、信度和效度都符合心理测验学要求的心理测验工具。

下篇为调查研究篇。本篇根据本课题的调查结果，分别以认知风格、归因风格、应对风格、动力系统、自我、个性素质、人际素质、适应8个分量表为主题，进行了详细分析。调查研究的取样年龄段是11、12岁~17、18岁的个体，以年龄段最符合青少年界定标准的初中生与高中生为主要取样对象，适当向两头延伸，即包括了小学生和大学生。采用分层抽样的方法，选取华北、华东、华中、东北、西南、西北等行政区域所属的23个省、市、自治区，从小学到大学的51 399名青少年。通过对调查结果的整理，最后获得44 063名被试的数据，有效率占总调查人数的85.7%。

根据心理测量学的要求，按两个标准差对调查结果进行判断，结果发现全体被试在各分量表得分中处于“高水平”和“中等水平”者比例较高，即（1）在认知风格上占97.8%；（2）在归因风格上占96.5%；（3）在应对风格上占98.4%；（4）在动力系统上占98.8%；（5）在自我上占98.24%；（6）在个性素质上占98.20%；（7）在人际素质上占97.80%；（8）适应状态分量表上为98.0%。而处于“低水平”人数所占百分比很低，具体为：（1）在认知风格上占2.2%；（2）在归因风格上占3.5%；（3）在应对风格上占1.6%；（4）在动力系统上占1.2%；（5）在自我上占1.76%；（6）在个性素质上占1.8%；（7）在人际素质上占2.2%；（8）适应状态分量表上为2%。所以，课题组的调查研究结论认为我国青少年心理健康素质总体状况是好的。各类心理健康素质“低水平”的人数的百分比很低。

调查结果中青少年心理健康素质的年龄特征表现为：在青少年初期，得分稍高；之后随年龄的增长，得分出现起伏；在青少年晚期，得分又出现了回升。影响青少年心理健康素质的因素包括青少年自身因素和环境因素。其中：（1）自身因素包括性别和是否独生子女。结果表明，青少年自身因素对其心理健康素质有明显的影

(2) 环境因素包括学校环境和家庭环境两类。学校环境包括学校类型；家庭环境包括家庭所在地、父亲学历、母亲学历、家庭收入、家庭人员结构等。结果表明，环境因素越好，越有利于青少年心理健康素质的发展。