



ISBN 978-7-80761-667-2



9 787807 616672 >

定价：22.00元

群体心理的舆情审视	271
思想政治教育在应对集群行为中的作用	285

下篇 人文精神内化的心理规律

思想政治教育过程的心理规律	303
建构和完善“思想政治教育心理学”的思考	317
运用心理学原理提高高校公共政治理论课教学的实效性	329
试论认知心理学对思想政治教育的启示	339
高校思想政治理论课教学的若干心理学方法	355
研究大学生需要心理,改进思想政治教育	369
社会主义核心价值观体系的心理建设思路	381

后记	393
----	-----

上篇 心灵关怀的人文内涵

人们心理素质健康发展的动力来自何方？人的思想与心理到底关系怎样？我们认为，思想道德的健康发展，能够增强个体自我激励的心理机能，并形成促进心理素质健康发展的动力。在个体心理素质健康发展的整个过程中，正确的世界观，健康的人生观、价值观是心理发展的航标，也是心理素质健康发展的根本；良好的兴趣爱好的培养、各种需要的合理调节、健康动机的激励和强化，既是心理发展的动因，也是心理素质健康发展的动力。

一、心理素质与思想道德

心理素质是人的心理过程和个性心理所体现的心理品质的总和，也是人的智力因素与非智力因素的总和。心理素质的内容从心理现象的角度看，可分为心理过程、心理状态、个性心理三类。心理过程类的心理素质包括感觉、知觉、记忆、思维、想象、注意、情绪、情感、意志等，即人们常说的知、情、意；心理状态类的心理素质包括激情、心境、心情、心态等；个性心理类的心理素质则包括气质、性格、能力、需要、动机、兴趣、态度、理想、信仰、观念等。我们也可以把心理素质的内容分为智力和非智力两大类。智力类的心理素质包括注意力、观察力、记忆力、思维力、想象力等一般能力，也包括表现在方方面面的特殊能力，如表达能力、社交能力、组织能力等；非智力类的心理素质包括需要、动机、兴趣、情绪、情感、意志、态度、理想、信念等。

心理健康的标准是什么呢？上个世纪八十年代，世界卫生组织提

出了健康的新概念,认为健康包括人的生理健康、心理健康、社会适应良好以及道德健康。国外心理学家在研究和探讨中提出了一系列心理健康标准,这些标准主要有奥尔波特的“成熟者”模式、马斯洛的“自我实现者”模式、罗杰斯的“功能充分发挥者”模式、弗洛姆的“创发者”模式。国内专家学者也提出了一系列的心理健康标准。有专家认为心理健康有广义、狭义之分。广义的心理健康是指一种高效而满意的、持续的心理状态;狭义的心理健康则指人的基本心理活动过程的内容完整、协调一致,即认识、情感、意志、行为、人格的完整和协调。

综合国内外专家学者的观念,我们认为心理健康的一般标准是应具有良好的自我意识、良好的社会功能、良好的应付方式和良好的人生态度。

第一,良好的自我意识。自我意识是指一个人对自己的意识,它是一种多维度多层次的心理系统。一个心理健康的人首先得有良好的自我意识。而良好的自我意识首先表现在“自知”。自知就是要能正确认识自己,既不要自以为老子天下第一,妄自尊大,也不要一味瞧不起自己,妄自菲薄。然后要能“自尊、自爱”。爱自己才能爱他人,自尊才能被别人尊重。再次是在“自知、自尊、自爱”的基础上能自我调控,并具有真实的自信心。自我调控指能自我监督、自我激励、自我动员、自我控制,并有建立在真实的自我认识基础上的自信。

第二,良好的社会功能。社会功能是指一个人在社会上生存和发展的能力。首先,人际交往是最基本的社会功能。和谐融洽的人际关系是心理健康者最基本的要求之一。其次,社会适应能力是很重要的社会功能。与社会协调一致,善于适应环境是一种生存能力。心理健

康的人应能用理智改变自己不适应现实的态度,调整自己的需要和期望值,适应发展着的社会环境。再次,一定的创造力是知识经济社会生存和发展不可缺少的一种社会功能。心理健康的人应充满创造力,只有这样,才能在知识经济社会中生存和发展。

第三,良好的应付方式。人的一生始终处于不断地追求、不断地选择、不断地失意、不断地受挫之中,因而人们可能常常感到焦虑和痛苦,于是会自觉不自觉地采用各种方式来应付这些痛苦。一个心理健康的人应该有健康合理的并适合于自己的有效的应付方法,以减轻、排解或解除痛苦,始终保持乐观向上的生活态度。

第四,良好的人生态度。一个人良好的人生态度首先来自于健康向上的人生观、价值观,这是人生的航标。只有树立了健康向上的人生观、价值观,才能明确人生的目的和方向,人生才有动力,人才能拥有良好的人生态度。其次要有完整统一的人格,要将自己的需要、愿望、理想、目标与自己的行为统一起来,人格才完整,若二者分离将导致人格分裂。再次应具有优良的意志品质、自主性和协作意识,这样才能克服人生困难,与人和谐相处,与社会协调发展,永葆乐观向上的人生态度。

思想,亦称“观念”,它是一个含义较广的概念。从一般意义上说,思想观念是人脑思想活动的产物或成果,是人们认识的理性阶段。人们在社会实践中,无数客观现象通过眼、耳、鼻、舌、身这五个器官反映到自己的头脑中来,开始形成的是感性认识。这种感性认识的材料积累多了,就会产生一个飞跃,变成理性认识,这就是思想,它包括政治、法律、道德、哲学、科技、宗教、艺术等方面。

在这一从感觉到思想的转化过程中,还必须有人之间的感情渗透和意识的参与,否则也无法完成这一转化。可见,心理是思想形成的前提,没有这个前提就无法也不可能产生思想;思想是心理的升华,没有这个升华,心理将失去存在的价值和意义。

其次,从心理的发展看,心理是思想稳定的基础,思想又是心理发展调节的中枢。合理的认识结构、良好的情感体验、坚强的意志品质,这些心理因素都是养育正确思想的沃土。相反,如果认知是扭曲的、意志薄弱、人格平庸,那么思想就会随波逐流,理想、信念就会摇摆不定,人生观、价值观的大厦就要趋于崩溃。同时,思想又对心理有支配和调节作用。相对思想而言,心理具有表象性、情境性、波动性等特点。虽然思想观念的确立和人生观、价值观的形成离不开心理因素的影响,但反过来心理又要受到思想的制约和调整。因为思想、理想、信念一经确立,就具有相对稳定性,尤其是人生观、价值观一旦形成是不会轻易改变的。思想必须也一定能够控制认知的活动,驾驭情感的起伏变化程度与方向,调整动机目标的确定和意志的指向。世界观、人生观在人格结构中处于主导地位,对于人格的发展与完善具有统帅和支配作用。所以,思想对于心理来说有着调节中枢的地位和作用。如果心理脱离了正确思想的支配和理性逻辑的规范,那就会失去方向而误入歧途。

再次,从心理、思想、行动三者的关系来看,思想是行动的指导,心理是思想转化为行动的桥梁。人的行动都是在人的思想指导下进行的,而思想转化为行动不是一蹴而就的,而是一个复杂、曲折、艰难、各种因素交互作用的过程,特别需要心理作为桥梁。也就是说,思想向行动转化必须以认知为前提,以情感为基础,以意志为动力,以人格为核

择人生道路的指南。健康的人生观是巨大的精神力量,它推动人们辨明方向、识别善恶、充满朝气地朝着正确的人生目标前进。

价值观则是人们对各种事物和现象的价值进行认识和评价时所持的基本观点。在现实生活中,无论是社会的经济、政治、道德、文化领域,还是个人生活的方方面面,都普遍地存在着价值问题。人们如何理解和对待这些问题,内心深处究竟相信什么,需要什么,坚持和追求什么,都是价值观所特有的思想内容。在价值观中,价值评价是核心问题。价值评价就是人们对客观事物和现象所持有的比较性、选择性的评价,即对客观事物有无价值、价值大小作出判断。人们进行价值评价时所持的标准和尺度就是价值标准。所持的标准不同,便形成不同的价值目标。价值目标就是一个人行为活动的最终目的,它贯穿于人的一切活动和行动之中,并成为一定行为、活动的动因。对人生价值的追求是人们总的价值目标,在此之下,还会有许多具体的目标。可见,价值观对人的行为有着深层的导向作用。人的信念、信仰、理想总是像心目中的“坐标”、“天平”、“尺子”一样,随时都在起着价值判断作用,以确定自己行为的方向、态度和方式。人们总是尽可能地按照自己的价值观去生活。有什么样的价值观就有什么样的精神面貌和行为取向。

人生观、价值观又都是在人的世界观的指导下形成的。世界观是人们对整个世界最根本的看法和观点的总和,它包含了人的自然观、社会观、历史观、人生观。人生观是世界观在人生问题上的运用,世界观决定人生观。价值观则是以世界观、人生观为基础的,有什么样的世界观、人生观,就会有什么样的价值观。价值观与世界观相比,具有具体

性的特点,它不像世界观那样是对整个世界的根本看法,而是对社会生活中的事物和现象作出具体的判断和选择。价值观与人生观相比,则具有多样性、广泛性的特点,它不只讨论人生价值问题,它讨论的问题更为广泛、具体、多样。

综上所述,人生观、价值观与人们的心理发展紧密相连,是人们心理发展的舵手,规定着人们心理发展的方向,并为心理发展提供根本的原动力。

三、思想的原始层次是心理发展的动力

科学的世界观,健康向上的人生观、价值观能为心理发展导航,而人们心理发展的航船要加足马力朝着健康的方向奋进,还必须激发心理发展的动力。兴趣、需要、动机是思想的萌芽,是思想的原始层次。兴趣是一种无形的、强大的心理驱动力,是人们心理发展的起点;动机是激励人们去行动,以达到一定目的的内在动因;而需要则是动机的基础,也就是说动机产生于人的需要。因此,良好的兴趣、合理的需要、健康的动机便成为人们心理发展的动因。

兴趣是一种积极探索某种事物的认识倾向,指一个人对一定事物所持的愿意接近、乐于探索或实践的情感状态。当一个人对某一事物产生了兴趣的时候,他就必然积极主动地使自己的各种心理活动指向这一事物,表现出一种积极投入的倾向。随着兴趣的越来越深,就形成一种强烈的爱好,注意力也就越来越集中于这一事物。

从兴趣的内容看,可分为物质兴趣和精神兴趣。每个人这两方面的兴趣都存在,也都需要,但应有意识地培养一种高尚的精神兴趣,不可倾心于物质兴趣。因为倾心于物质兴趣,将会导致“玩物丧志”。从兴趣的指向方式看,兴趣又分为直接兴趣和间接兴趣。这两种兴趣对人的积极活动都有重要意义,二者恰当结合,特别是若能将间接兴趣转化为直接兴趣,就能形成一种强大的、持久的心理驱动力,使人感到满足和快乐。从兴趣带来的客观效果看,还可分为积极兴趣和消极兴趣。积极兴趣造成的结果是健康的,消极兴趣的结果则是无益和有害的。有些积极兴趣若超过了一定的度,也就成了消极兴趣。如学习期间看小说或从事各种娱乐、体育活动过了度,就会影响正常的学习,此时,那些原为积极兴趣的东西就转化成了消极兴趣。

兴趣的作用集中表现为:良好的兴趣是人才成长的起点,是促使人们心理发展并走向成熟的一种持久的重要因素。首先,兴趣能形成一种巨大的推动力,促使人们在知识的海洋中不断吸收丰富的营养,为将来的事业成功打下坚实的基础。其次,浓厚的兴趣可以激发人的思维力、想象力和创造精神,从而促使人们在自己探索的领域中有所发现,有所创造。当然,这种思考、想象和创造是需要足够的科学知识作为基础的。再次,兴趣使人们优先注意他感兴趣的事物,并从中体验到一种浓厚的愉悦情感,甚至达到如醉如痴的境地,这种情感形成的心理驱动力,能帮助他克服困难,忍受痛苦,直至到达成功的彼岸。最后,良好的兴趣品质还使人视野开阔、胸怀豁达、朝气蓬勃,能够帮助人们陶冶情操,在复杂多变、起伏不定的人生旅途中充满乐观和自信,在复杂纷繁的人际网络中充满豁达与宽容。总之,良好的兴趣的确是人们心理发

展的起点。

如何培养良好的兴趣爱好呢？一是要注意培养自己对生活的热情和积极参与的精神。心理学把强烈、稳定、持久的情感称为热情。二是要注意培养自己的好奇心和求知欲。好奇心是人们对新奇事物积极探求的一种心理倾向，它是兴趣的基础，又是探索的先导。三是要注意培养想问题、提问题的习惯。四是可以“兴趣转移法”或“兴趣升华法”，力争把兴趣逐步发展为志趣。志趣是一种强烈的兴趣爱好，又渗透着志向、抱负，它是理智与感情的统一，能使我们积极自觉和坚持不懈地去追求。我们应在培养广泛兴趣的基础上，逐步确立中心兴趣，把个人兴趣与自己向往的未来职业结合起来，和国家现代化建设的目标结合起来，形成一种志趣，这样就会使你产生对成就的急切向往与执著追求而获得无穷无尽的力量。

需要是个体在生活与实践中所缺乏的事物在头脑中的一种主观反映。人的需要形成的原因有两个方面：一是人们感到缺乏什么东西，有不足之感；二是人们期望得到什么东西，有求足之感。需要就是由这两种感觉形成的心理现象。它是由内外刺激引起的，是个性积极性的源泉，是人们思想和活动的初始动力。如果没有需要，整个世界就失去了对人的吸引力，人也就不可能去认识世界和改造世界。正是需要构成了人们永恒的追求，使人生变得丰富多彩，人们在需要的驱动下不停地去开拓、去创造。

人的需要的具体内容和表现形态是无限丰富和多种多样的，除了具有特定的结构和分类外，还有高低层次的区分，同时它还是一个不断变化的动态系统。

需要可以分为不同类型。从需要对象的存在状态看,可分为自然需要和社会需要。自然需要是维持生命有机体生存和延续的必需条件,社会需要则是人在社会存在过程中逐步学得的需要。从需要主体的角度看,可分为个体需要与社会群体需要。个体需要由个人生理、兴趣、爱好、知识水平、文化背景等决定,是充分显示人们个性的重要需要。群体需要则是社会群体,包括家庭、社团、阶层、阶级、政党、国家、民族等,为维持本身存在和发展所产生的需要。从需要对象的表现形态看,可分为物质需要和精神需要。物质需要是指人们对物质生产活动和享受物质财富的追求,精神需要则是人们对精神生产活动和享受精神财富的追求。从需要在历史过程中的作用看,可分为合理性需要与非合理性需要。合理性需要是指促进历史的进步和发展的社会群体需要,非合理性需要在历史进程中则表现为与合理性需要相对立的趋势。需要还有高低不等的层次,它依次递进,在满足低一层次需要后,又会产生新的高一级的需要。

正因为人的需要对人的心理与行为具有重要作用,而人的需要状况又极为复杂多样,因此我们要注意对这些需要进行正确的调节与引导。首先要处理好个人需要与社会群体需要之间的矛盾。我们既反对否定个人需要的倾向,又反对把个人需要凌驾于社会群体需要之上的极端个人主义。因为个人需要的真正满足,归根到底取决于社会群体需要的满足程度。要善于把社会群体需要转化为个人需要,这样,个人发展才能与社会发展协调一致。其次要处理好物质需要与精神需要之间的矛盾。物质需要的满足并不能使一个人感到真正的幸福,只有加上精神生活的满足,才能引起强烈的幸福感。我们决不能使自己的物

入手。从个体需求方面来说,应加强学习与实践,以激励健康动机内部源泉的形成,主要是通过学习与实践,形成健康向上的人生观、价值观,以形成健康动机产生的内部源泉。从外部诱因方面来说,应加强教育引导,创造良好的环境,从外部激励人们形成健康的动机。

(原载《现代大学教育》,2003年第4期)

社会主义核心价值体系与心理和谐

党的十七大强调进行社会主义核心价值体系建设,以塑造积极向上的社会心态。^①当前我国社会发展正处在新的发展机遇期和社会发展的关键期,该时期具有经济科技快速发展、价值多元、矛盾多发、不确定因素增多等特点,容易导致人们信念迷失、价值冲突、心理失衡。运用社会主义核心价值体系促进心理和谐,以优化社会心理,促进社会和谐,有助于人们自觉用社会主义核心价值体系引导和调节自我心理,有效鉴别和及时克服由于价值冲突引起的心理问题对自身发展带来的不良影响,从而增强社会主义核心价值体系建设的自觉性,为建设中国特色社会主义的伟大事业服务。

一、心理和谐的内涵及实质

心理和谐指人的知、情、意及个性心理的各要素自身、各要素之间协调均衡发展,状况良好。具体包括认知、情绪情感、意志等心理活动过程各自的和谐及它们之间的和谐,人的个性心理特征和个性倾向性的和谐以及二者之间的和谐等八个方面。

第一,认知的和谐。首先表现为对自然认识的和谐,即人的感觉、知觉、记忆、思维、想象等认识因素能客观地反映自然,较为准确地认识自然,把握其规律并能自觉地适应自然,或根据自然规律适度地改造自

①胡锦涛《高举中国特色社会主义伟大旗帜 为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗》,2007年10月15日。