

青少年心理健康服务需要 理论与实证

Mental Health Service Needs of the Adolescent in China:
An Empiric & Theoretical Study

罗鸣春 著



中国社会科学出版社

■ 本书为教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目(批准号: 05JZD00031;
项目主持人: 黄希庭 教授) “中国心理健康服务体系现状及对策研究”系列成果之一

青少年心理健康服务需要 理论与实证

Mental Health Service Needs of the Adolescent in China:
An Empiric & Theoretical Study

罗鸣春 著



中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年心理健康服务需要理论与实证 / 罗鸣春著. —北京:
中国社会科学出版社, 2011. 8

ISBN 978 - 7 - 5161 - 0000 - 4

I. ①青… II. ①罗… III. ①青少年 - 心理健康 - 健康
教育 - 研究 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 171130 号

出版策划 任 明

责任编辑 官京蕾

责任校对 韩天炜

封面设计 弓禾碧

技术编辑 李 建

出版发行 **中国社会科学出版社**

社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号 邮 编 100720

电 话 010 - 84029450 (邮购)

网 址 <http://www.csspw.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京奥隆印刷厂 装 订 广增装订厂

版 次 2011 年 8 月第 1 版 印 次 2011 年 8 月第 1 次印刷

开 本 710 × 1000 1/16

印 张 15.75 插 页 2

字 数 248 千字

定 价 33.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究

序 言

本书是我的导师黄希庭教授主持的教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目（05JZD00031）“中国心理健康服务体系现状及对策研究”的系列成果之一。本书的研究是我在黄希庭教授门下攻读博士学位，在恩师的悉心指导下完成的。蒙恩师错爱，给予学生参与国家级重大课题研究并承担部分研究任务的宝贵机遇，先生不仅为我的研究提供了全部的科研经费支持，而且从本书的研究选题开始，到文献综述、制定研究路线和方案，编制预试问卷、发展研究工具、现状调查与数据收集、直到最终本书的架构与写作，先生付出了无数的心力和操劳。这项研究的任何值得称道之处，都凝聚着先生殷切的期望、谆谆的教诲和先生博大精深的学术思想；研究的不足之处，则反映出作者的浮躁与心理学学养的浅薄。如果本书中所做的中国青少年心理健康服务需要的理论与实证研究探索能对中国人的心理健康服务需要研究有所裨益，功劳和荣耀应归功于先生。

青少年代表着国家民族的未来和希望，也是健康教育和健康促进的重点人群。为此，世界各国均高度重视儿童青少年的心理健康发展和心理健康促进，并通过多种途径加强从幼儿园到大学的健康教育和健康促进工作。心理健康教育 and 心理健康促进是儿童青少年心理健康服务的主要领域。对青少年的心理健康服务需要进行科学系统地调查和评估是青少年心理健康服务工作的起点和基础。它着眼于青少年心理健康水平的提升和发展，为将要达到的心理健康目标进行评定和规划，因而是一种发展性需要评价。心理健康不是一种自发的状态，而是个人和社会双方努力的结果：个人有维护和促进心理健康发展的内在需要，社会为维护和促进个体的心理健康发展提供必要的基础和条件，两者的结合点就是心理健康服务。青少年在其生存发展过程中，必然面临如何维护和促进

心理健康的问题。所以青少年需要心理健康服务,这是心理健康服务存在的前提。与此相对应,了解青少年的心理健康服务需要,按照青少年的心理健康服务需要提供方便、快捷的服务,最大限度地满足青少年的心理健康服务需要,是我们能够有效地开展青少年心理健康服务工作的前提和基础。

本书以中国青少年的心理健康服务需要作为研究对象。中国青少年心理健康服务深深地根植于中国社会历史文化土壤之中。作为一个快速崛起的大国,中国正带着鲜明的时代特色和本土特色迈入小康社会。迈入小康的中国青少年的心理健康服务需要是否随着生活水平的提高而增加?青少年心理健康服务需要的结构和内容是否在发生变化?处在社会快速转型期的中国青少年的心理健康服务需要有什么样的时代特征和发展特点?哪些因素在影响和改变着中国青少年的心理健康服务需要?如何研究和评定中国青少年的心理健康服务需要以及需要变化的趋势?如何以广大青少年的心理健康服务需要为出发点构建有效满足中国青少年心理健康服务需要的心理健康服务体系?这些问题构成了本书的中心议题。

《青少年心理健康服务需要:理论与实证》,是在我的博士学位论文《中国青少年心理健康服务需求现状研究》的基础上完成的。作为一项涉及多学科的初步的探索性研究,该书在理论与实践方面具有以下两个明显的特点:

创新性。理论创新:本书将基础心理学的需要理论与中国青少年的心理健康服务需要联系起来,第一次提出心理健康服务需要是个人在生存发展过程中维护和促进心理健康发展的基本需要的观点;第一次较为系统地对中国青少年心理健康服务需要的内容和结构进行系统地理论研究,开发出评价中国青少年心理健康服务需要的标准化工具。方法创新:第一次在全国范围内对大中学生的心理健康服务需要现状进行横断面抽样调查,获得了中国青少年心理健康服务需要现状与特点的系统资料;初步探讨了客观健康、健康相关生活方式、生活质量、服务可得性对青少年学生心理健康服务需要的影响;筛选出客观健康、生活方式、生活质量、服务可得性四个影响青少年心理健康服务需要的重要变量。

理论构建与实证研究有机结合的本土化研究理路。研究立足于迈入

小康社会的中国人的心理健康服务的现实需要，遵循本土化研究理路，按照心理测量学规范要求，编制信效度良好、适合中国国情的心理健康服务需要评价工具；接着用开发的工具调查中国青少年的心理健康服务需要现状和特点；然后探讨客观健康、健康相关生活方式以及生活质量对觉察到的心理健康服务需要的影响；最后讨论中国文化传统对青少年心理健康服务需要的影响；在此基础上提炼出能有效满足中国青少年心理健康服务需要的对策建议。全书围绕中国青少年心理健康服务需要这条主线展开，参考国内外关于心理健康服务需要的最新研究成果提出自己的观点，既有理论构建，更有实证数据支持；既有国内外最新的研究成果的借鉴，又有著者的第一手调查研究资料做支撑，体现出理论构建与实证研究有机结合的特色。

构建高效务实的心理健康服务体系，满足和谐社会建设的心理健康服务需要，是心理学促进社会和谐发展和服务和谐社会建设的重要途径。心理学在现代社会中具有满足社会重大需要的任务，构建和谐社会需要应用心理学的原则；而且随着心理学为解决国家问题作出贡献，心理学自身的地位和资源也会得到提升和增长。对中国人的心理健康服务需要现状和特点的研究具有先导性作用。我衷心希望拙著对青少年心理健康服务需要的理论与实证研究探索能起到抛砖引玉的作用，希望借此书的出版引起人们对迈入小康社会的中国人的心理健康服务需要的关注与重视，希望引出更多的真知灼见；期望有更多的专家、学者、同行投入到中国心理健康服务体系建设的不研究之中，为维护和提高中国人的心理健康素质做出不懈的努力。愿我们在建设和谐社会的征途上携手同行！

衷心希望读者对本书提出批评建议！

衷心感谢读者的批评！

是为序。

2011年5月18日昆明

目 录

序言	(1)
导言	(1)
第一章 概述	(5)
第一节 青少年学生的心理健康状况	(8)
第二节 青少年的心理健康服务需要	(15)
第三节 国外心理健康服务需要研究概述	(19)
第四节 国内心理健康服务需要研究现状	(24)
第五节 问题提出与研究框架	(27)
第二章 青少年的主观心理健康服务需要	(33)
第一节 关注社会转型期的心理健康服务需要	(33)
第二节 大学生的主观心理健康服务需要	(34)
第三节 中学生的主观心理健康服务需要	(43)
第四节 大中学生心理健康服务需要的结构特点	(51)
第三章 青少年的主观心理健康服务需要调查	(54)
第一节 调查的目的和意义、组织与实施	(54)
第二节 大学生主观心理健康服务需要现状调查	(57)
第三节 中学生心理健康服务需要现状调查	(76)
第四节 大中学生心理健康服务需要特点	(95)
第四章 青少年学生的客观心理服务需要	(97)
第一节 从注重生理健康到注重生活质量	(97)
第二节 健康相关生活方式评定	(99)
第三节 生活质量评定	(104)
第五章 客观健康与主观心理健康服务需要的关系	(116)
第一节 大学生客观健康与主观心理健康服务需要的关系	(116)

第二节	中学生的客观健康与主观心理健康服务需要的 关系	(122)
第三节	综合讨论	(127)
第六章	主观心理健康服务需要与生活方式的关系	(128)
第一节	大学生心理健康服务需要与生活方式的相关研究	(128)
第二节	中学生心理健康服务需要与生活方式的相关研究	(137)
第三节	综合讨论	(144)
第七章	青少年觉察到的心理健康服务需要与生活质量的 关系	(146)
第一节	大学生心理健康服务需要与生活质量相关研究	(147)
第二节	中学生心理健康服务需要与生活质量相关研究	(149)
第三节	综合讨论	(153)
第八章	服务可得性在主观和客观心理健康服务需要之间的 作用	(154)
第一节	服务可得性在大学生主、客观心理健康服务需要之间的 作用	(154)
第二节	服务可得性在中学生主、客观心理健康服务需要之间的 作用	(162)
第三节	综合讨论	(167)
第九章	影响中国青少年心理健康服务需要的文化因素	(169)
第一节	儒家文化的功能及对中国心理健康服务实践的 影响	(170)
第二节	儒家文化影响中国人心理健康服务需要的表现 形式	(172)
第三节	儒家文化影响中国人心理健康服务需要的满足 方式	(176)
第四节	儒家文化对青少年心理健康服务需要的影响	(180)
第五节	儒家文化对中国心理健康服务模式的影响	(181)
第十章	总结与展望	(185)
第一节	主要结论	(185)
第二节	研究的创新及意义	(198)

第三节 对策建议	(202)
参考文献	(205)
附录	(223)
附录 1 人口社会学资料	(223)
附录 2 客观健康指标	(224)
附录 3 健康相关生活方式简表	(224)
附录 4 世界卫生组织生活质量测定简表 (WHOQOL-BREF)	(224)
附录 5 大学生心理健康服务需要问卷	(226)
附录 6 青少年心理健康服务需要问卷	(228)
术语表 (Glossary)	(231)
图表索引	(233)
致谢 (后记)	(239)

导 言

健康 (health) 是人类永恒的主题,也是人类生存和发展最基本的条件之一。保持良好的健康状态是人的终生追求;健康不仅是人类最本能、最关注的生活需要,而且是创造物质文明和精神文明的基础,是民族素质、社会进步的标志。健全的人格是个人和民族的力量源泉。心理和谐是个人健康幸福的根基,也是人际和谐和社会和谐的基础(黄希庭,2010)。世界卫生组织(WHO)强调:健康是基本人权之一,是社会和经济发展的基础,是人类发展的中心。伴随着社会发展、科技进步、医学发达,许多国家和地区的疾病谱和死亡谱发生了变化:昔日困扰人类健康问题的因素,如传染病、营养不良等,已不再是健康的主要杀手;而由生活方式、行为习惯、精神压力以及社会问题等所造成的种种心理和行为问题,则越来越严重地影响着人类健康。心理健康(mental health)问题已经成为影响现代人健康的主要因素。目前神经精神疾病在我国疾病总负担中排名首位,约占疾病总负担的20%(卫生部、民政部、公安部、中国残疾人联合会,2002)。如何维护和促进心理健康,预防心理疾病,提高生活质量,促进人的全面健康发展,已逐步成为全社会关注的热点之一。

心理健康服务体系是我国全民健康工程的重要组成部分,完善的心理健康服务体系是构建和谐社会的重要基础。我国正处在全面实现小康、建设富强、民主、文明、和谐社会的变革转型时期,处在当前世界各国、各民族、各种文化和意识形态不断接触、互相影响,又容易引发冲突的全球化背景之下,中国人的心理健康服务需要具有什么样的时代特征和民族特点,构建什么样的心理健康服务体系才能有效满足中国人日益增长的心理健康服务需要,促进国民身心健康发展?这是一个值得研究的课题。“对于个人,无论我们在生活中会遇到什么,只要我们拥

有心理健康这一最重要的内在资源，生活最终都会向我们展示它的美好，并帮助我们最大限度地实现我们来到这个世界的使命。对于国家，拥有心理健康的民众则是其得以以成熟健全的形象屹立于世界民族之林的最根本保证。”（杨眉，2004）

构建适合中国国情的、具有中国特色的心理健康服务体系是建设有中国特色的社会主义和谐社会的内在要求。精神卫生工作关系到广大人民群众身心健康和社会稳定，对保障社会经济发展、构建社会主义和谐社会具有重要意义。温家宝总理在2010年3月5日的政府工作报告中强调：“我们所做的一切都是要让人民生活得更加幸福、更有尊严，让社会更加公正、更加和谐。”《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》明确指出：“注重促进人的心理和谐，加强人文关怀和心理疏导，引导人们正确对待自己、他人和社会，正确对待困难、挫折和荣誉。加强心理健康教育和保健，健全心理咨询网络，塑造自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。”明确了构建社会主义和谐社会的任务、目标和途径，并把心理和谐与社会和谐作为一个主要问题提出来。这是所有心理学工作者都应该承担的社会责任，也是包括心理学在内的所有学科共同努力的方向（王登峰、黄希庭，2007）。

国际上，伴随着20世纪70年代发达国家和地区疾病谱和死亡谱中心由传染病向慢性非传染性疾病的转化，1977年恩格尔（Engel）在《科学》杂志上发表“需要一种新的医学模式——对生物医学模式的挑战”的文章，提出将生物、心理、社会三因素结合起来作为一种新的医学模式，即生物—心理—社会模式（bio-psycho-social model, BPS）（Engel, 1977）。BPS模式是一种系统论和整体观相结合的模式，它将个体的健康与其心理因素和社会环境联系起来，把健康视为动态的、多维的系统（见图0-1）。BPS模式改变了传统的生物医学模式，提高了健康的标准，将原来的“无生理、躯体疾病”扩展为“一种身体上、心理上和社会适应功能上的完好状态（wellness）”。

健康并不仅仅意味着不生病。一个真正健康的人需要达到一种积极良好的健康状态。那些真正达到最佳健康状态的人不但身体健康，而且心理健康。他们的思维方式积极，情绪稳定性强，乐观并且充满自信（Coon, 2004）。真正达到最佳健康状态的人是一个拥有健全人格的人，

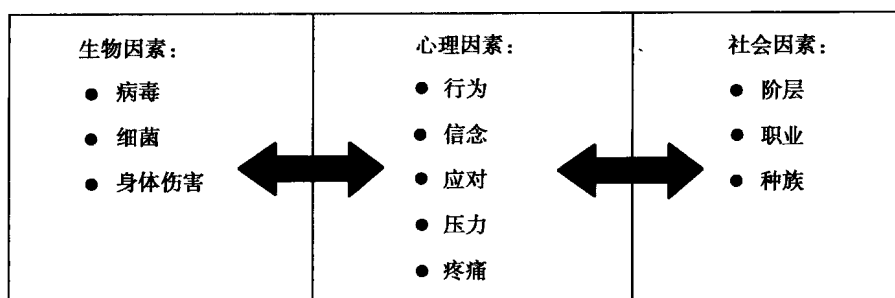


图 0-1 健康与疾病的生物—心理—社会模型 (Engel, 1977)

是一个自尊、自信、自立、自强、幸福的进取者。

构建高效务实的心理健康服务体系，满足和谐社会建设的心理服务需要，是心理学促进社会发展和服务社会的重要途径。为此，黄希庭和王登峰（2007）两位知名心理学家联合撰文提出：“心理学为构建和谐社会服务的首要任务，就是努力探索中国人的心理和谐的特征、影响因素、干预措施和保障机制，直接为提高公众的心理健康水平服务。心理学为构建和谐社会所做的努力既包括直接的心理健康服务，也包括政策方面的建议和理论探索。”心理学在现代社会中具有满足社会需要的任务，构建和谐社会需要应用心理学的原则；随着心理学为解决国家问题作出贡献，心理学自身的地位和资源也会得到提升和增长（Overmier, 2008）。对中国人的心理健康服务需要现状和特点的研究具有先导性作用。目前国内对中国社会不同群体的心理健康服务需要的研究还显得比较零散，缺乏国家层面的、大样本的需要现状调查报告，已有的研究还不能全面反映中国人的心理健康服务需要现状和趋势。因此，系统研究中国社会不同群体的心理健康服务需要，了解中国公众心理健康服务需要现状和趋势的研究工作显得尤为迫切并亟待加强。特别是跨入21世纪以来，随着中国经济社会的持续发展，多数中国人的物质需要基本得到满足的同时，心理健康服务需要亦在逐步增加，其中占人口绝大部分比例的健康和亚健康群体的心理健康需要问题逐渐凸显出来，他们对心理健康服务的需要亟待关注。因此，如何界定和评估健康和亚健康人群的心理健康服务需要，更好地维护和促进民众的心理健康，是本书特别关注的方面。同时，我国著名心理学家黄希庭先生首次（2004）提出

了以追求健康、幸福生活为目标的“幸福进取者”概念，为心理健康服务指明了方向。这里的心理健康服务已不再局限于治疗心理疾病的补救性功能，而是要更多地担负起维护民众身心健康、促进民众健全人格养成与身心和谐发展的重要社会功能。

中国青少年的心理健康服务需要研究是黄希庭教授主持的教育部哲学与社会科学重大课题攻关项目“中国心理健康服务体系现状与对策研究”的基础课题之一。设置国家层面的重大课题攻关项目，反映了国家对心理健康服务体系建设的重视和支持。我国心理学家已经开始系统论证中国心理健康服务体系的国家目标和实施方案（刘华山，2009），相关课题组已展开对心理健康服务体系的理论构建、方法体系（尹可丽、黄希庭、付艳芬，2009；尹可丽、秦旻、黄希庭，2009）、现状与对策（廖全明，2008；徐华春，2009；廖全明、黄希庭，2009）、教育培训（钱铭怡、陈红、秦漠、钟杰、姚萍、徐凯文等，2008；陈红、王泉川、钱铭怡、梁毅、黄希庭，2009；甘怡群、钱铭怡、陈红、张智丰、钟杰、姚萍等，2007；张爱莲、黄希庭，2010）等方向的攻关研究。当前中国青少年的心理健康服务需要有什么样的时代特征和发展特点？哪些因素影响中国青少年的心理健康服务需要？如何研究和评定正在迈入全面小康社会的中国青少年的心理健康服务需要，以及需要变化的趋势？如何以广大青少年的心理健康服务需要为出发点构建有效满足中国青少年心理健康服务需要的心理健康服务体系？这是中国人格与健康心理学研究迫切需要解答的问题。

第一章

概 述

构建和谐社会的努力包括保持自我和谐、人际和谐及人与自然的和谐。心理和谐是个体心理健康的重要标志，而且个体的心理健康或心理和谐是和谐社会建设的必要基础（王登峰、黄希庭，2007）。心理健康是人的一切活动的基本要素，也是心理和谐的重要体现和基本要求（吴大保，2007）。什么是心理健康？古今中外心理学家的定义却不尽相同。在1946年第三届国际心理卫生大会上，把心理健康界定为：在身体、智能以及情感上与他人的心理健康不相矛盾的范围内，将个人心境发展成最佳状态。心理健康的标志是：①身体、智力、情绪十分调和；②适应环境，在人际关系中能彼此谦让；③有幸福感；④在工作和职业中能充分发挥自己的能力，过有效率的生活。《简明不列颠百科全书》对心理健康的界定是：心理健康是指个体心理在本身及环境条件许可的范围内，所能达到的最佳功能状态，不是指绝对的十全十美的状态。马斯洛（Maslow）认为心理健康就是人的自我实现过程，即人的所有潜能的充分实现与人的不断成长。

我国学者根据中国社会和中国人的特点对心理健康进行了界定。黄希庭教授认为心理健康是一个连续体，它的一端是心理疾病或障碍，另一端则是人格健全，中间还有心理机能正常或其他中等程度的心理健康状态。心理健康是有层次的，大致可分为心理疾病和障碍、心理机能正常和人格健全三个层次。其中，心理疾病和障碍属于不健康的层次；心理机能正常属于低层次的心理健康；人格健全属于高层次的心理健康（黄希庭、郑涌、李宏翰，2006）。林崇德教授认为心理健康主要是一种个人的主观体验，既包括积极的情绪情感和消极的情绪情感，也包括个人生活的方方面面，其核心是自尊；并且认为心理健康的标志应有两点：一是没有心理疾病；二是有一种积极向上发展的心理状态（林

崇德、李虹、冯瑞琴, 2003)。王登峰教授认为心理健康是在良好的生理状态基础之上的自我和谐及与外部社会环境的和谐所表现出来的个体的主观幸福感, 至少要具备四个条件: 良好的心理适应能力、自我接受能力、有理想有追求和保持常新的心态 (王登峰、崔红, 2003; 王登峰, 1998); 刘华山认为心理健康“是一种持续的心理状态, 在这种状态下, 个人具有生命的活力、积极的内心体验、良好的社会适应, 能够有效地发挥个人的身心潜力与积极的社会功能” (刘华山, 2001)。

黄希庭教授认为积极人格特征的有机整合称为健全人格 (perfect personality)。自立、自信、自尊、自强是健全人格的基础 (黄希庭, 2004; 黄希庭等, 2005; 黄希庭、郑涌, 2000; 2005)。健全人格既是心理和谐的重要组成部分, 又是保证个体心理和谐的重要条件 (黄希庭, 2010, 序)。并用健全人格来界定心理健康标准。健全人格的标准包括: 对世界抱开放态度, 乐于学习和工作, 不断吸取新经验; 以正面的眼光看待他人, 有良好的人际关系和团队精神; 以正面的态度看待自己, 能自知、自尊、自我悦纳; 以正面的态度看待过去、现在和未来, 追求现实而高尚的生活目标; 以正面的态度对待困难和挫折, 能调控情绪, 心境良好。总之, 以辩证的态度对待世界、他人、自己、过去现在和未来、顺境与逆境, 是一个自立、自信、自尊、自强、幸福的进取者 (黄希庭, 2004; 2006)。这个界定指出了心理健康的态度特性、状态特性和时空特性, 有利于维护和促进人们心理健康, 促使个体成长为自立、自信、自尊、自强、幸福的进取者。因此, 本书采用这一定义。

心理健康不是一种自发的状态, 而是个人和社会双方努力的结果: 个人有维护和促进心理健康发展的需要, 社会为维护和促进个体的心理健康发展提供必要的基础和条件, 两者的结合点就是心理健康服务。广义心理健康服务 (mental health services, MHS) 可界定为: 利用一定的原则、手段和方法解决人的心理和行为问题 (罗鸣春、苏丹、孟景, 2009)。狭义的心理健康服务指以心理学的理论和方法为主导来维护与促进人们的心理健康活动 (罗鸣春、黄希庭, 2009)。个人在其生存发展过程中, 必然面临如何维护和促进心理健康的问题。所以人们需要心理健康服务, 这是心理健康服务存在的前提。与此相对应, 了解人们的心理健康服务需要 (mental health service needs, MHSN), 按照人民群众

的心理健康服务需要提供方便、快捷的服务，最大限度地满足人民群众的心理健康服务需要，是我们能够有效地开展心理健康服务工作的前提和基础。

关于心理健康服务体系（mental health service system, MHSS），黄希庭教授指出：心理健康服务体系是一项公共卫生服务，其目标是预防和治疗心理疾病，促进心理健康，提高生活质量，使社会大众成为幸福的进取者的一项系统工程。黄希庭教授认为心理健康服务体系有广义和狭义之分：广义指社会大众心理保健和精神医疗的服务体系。狭义指未达医疗程度的预防性服务工作。该体系应包括：发展性服务——对每一位公民成长的各个阶段心理健康条件的充实与提升；预防性服务——对心理异常疾患的早发现、早治疗、早复健、防止恶化；治疗性服务——做好精神康复，防止慢性精神疾病导致残废和依赖，提高病患者的自我照料能力。本书采用黄希庭教授关于心理健康服务体系的狭义界定。

心理健康的积极转向是当今心理健康服务和教育领域内必然关注的一个重要课题。与以往研究中将抑郁和焦虑等消极心理的缺失作为心理健康的标准不同，积极取向的心理健康强调个体要拥有积极的心理体验和功能，如积极情感、生活满意度、生活质量、自我接受、自主等，体现了人们对健全人格的追求，也体现了人们对更高生活品质的追求。但是，无论是积极心理健康还是消极心理健康，也无论它们是心理健康连续体中的两极还是各自独立的因素，它们都是心理健康整体中的一部分，对它们的研究都具有重要的理论和现实意义，偏向任何一方都可能带来不利的影响。

对《心理学摘要》（*Psychological Abstracts*）电子版的搜索结果表明，自1887—2000年，关于焦虑（anxiety）的文章有57800篇，关于抑郁（depression）的有70856篇，而提及欢乐（joy）的仅有851篇，关于幸福（happiness）的有2958篇。搜索结果中关于消极情绪与积极情绪的文章比例数大约为14:1（Myers, 2000）。该数据表明，在过去的两个世纪中，似乎大多数心理学家的任务是理解和解释人类的消极情绪和行为。心理学家的主要注意力局限在对人类心理问题、心理疾病诊断与治疗，消极取向的心理健康成为主导性模式，限制了心理学的发展与应

用；而积极取向的心理健康强调个体要拥有积极的心理体验和功能，如积极情感、生活满意度、自我接受、自主等，体现了人们对健全人格的追求，也体现了人们对更高生活品质的追求。在现实生活中，尽管人们的生存环境和内外在条件存在种种困难，但绝大多数人都能过一种相对满意的、有尊严的生活，而正是这些普通人构成了社会的基础。“当代心理学正处在一个新的历史转折时期，心理学家扮演着极为重要的角色和肩负着新的使命，那就是如何促进个人与社会的发展，帮助人们走向幸福，使儿童健康成长，使家庭幸福美满，使员工心情舒畅，使公众称心如意。”（Seligman & Csikszentmihalyi, 2000）心理学要转换为研究人类优点的新型科学，必须实现从消极心理学到积极心理学模式的转换，必须研究人类的积极品质，关注人类的生存与发展（苗元江、余嘉元，2003）。

第一节 青少年学生的心理健康状况

一 大学生的心理健康研究

1. 大学生心理健康的总体情况

我国大学生的心理健康状况不容乐观。中国疾病预防控制中心精神卫生中心公布的一项调查显示，10%—25%的大学生有心理障碍；用 SCL-90 对全国 6 大区 16 所高校的 5280 名大学生的调查表明，22.4% 的大学生有心理障碍。其中，44.1% 的大学生有一项超标，最高超标的有 9 项。心理障碍发生率在性别、年龄、系别、学校间无显著差异（黄希庭、郑涌，1999）。某些特定大学生群体如新生、贫困生、高职学生、研究生群体心理健康问题突出。心理问题已经成为大学生休学、退学、犯罪和意外死亡的首要问题（周舒冬等，2005；陈启山、温忠麟，2005）。心理健康是大学生妥善处理协调各种利益关系的内在尺度。近年来，大学生自杀或伤人等恶性事件屡见不鲜，已经成为社会关注的焦点。目前大学生面临着角色转换与角色定位的困惑，对社会风险缺乏必要的心理抵御能力和尚未充分意识到自身的主观状态与社会评价之间存在着较大的偏离等心理问题的现实。生活事件是引起自杀意念的一种诱