



在全社会培育积极向上的社会心态

今年2月，习近平总书记在中央政治局第十九次集体学习时强调，要培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态，弘扬锐意进取、甘于奉献、崇尚法治、文明礼让的时代新风。今年的政府工作报告指出，要健全社会心理服务体系 and 危机干预机制，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。学习时报高端智库版围绕培育积极向上的社会心态开展深入探讨。

塑造有利于积极社会心态形成的社会环境

□ 陈雪峰

治理之道

社会心态对社会中的每一个人都有影响。所谓社会心态，是社会中多数成员或占一定比例的成员所表现出的普遍、一致的心理特点和行为模式，并构成一种氛围，成为影响每个个体成员行为的模板。对国家而言，每一历史时期和发展阶段的社会心态都有其底色和鲜明时代特征。当前，在我国推进中国式现代化的进程中，在面临日益复杂发展环境的时代背景下，应当从不同层面、有所侧重地塑造有利于积极社会心态形成的社会环境。

社会心态的本质是人的心理特点和行为模式。大脑是心理活动与行为的物质基础，但大脑本身并不产生心

理活动。人的心理活动是大脑对客观世界的主观映像，社会行为是心理活动的外在表现。心理活动有其生物学基础，也因环境影响而表现出独特的运行规律，体现为一定的行为模式。大脑的感觉系统作为生物传感器，通过视觉、听觉、嗅觉、味觉、躯体感觉等感觉通道，接收外部环境中的光线、热量、声音等物理能量，对外部环境刺激进行注意、记忆等认知加工，这是最基础的心理活动。现实生活中，我们通常是在复杂的物理环境、人际环境、社会和文化环境、自然环境中进行高级认知加工，产生动机与情绪、形成社会态度和行为的。每个人的生理特征、性格、动机、兴趣、世界观千差万别，但由于生物学基础的共性和所处环境的相似性，在群体层面总会表现出有规律的社会态度和行为，体现为社会心态。人并非总是被动地接受社会影响，而是具有适应和改变环境的能动性，在与环境互动的过程中实现个人成长和推动社会发展。

社会心态的形成是社会环境对群体心理的塑造。社会环境在不断发展变化过程中影响群体心理，塑造了一定发展阶段的社会心态。如果分析研究近40年来的情况，以10年为阶段，每一阶段社会心态的主要表现与当时社会环境的主要特征密切相关。第一个10年，我国正处于社会主义商品经济初期，广大人民群众的物质生活条件开始得到改善，但收入差距拉大、社会公平问题也开始出现，理想主义、乐观主义和不平等感等社会心态交织显现。第二个10年，我国社会仍处于快速转型和变革期，结构性重组带来了阶层分化，社会情绪基调仍然是积极向上的，但下岗人员、知识分子、少数民族、农民群体、新富阶层等群体利益诉求出现分化并伴有不同的负面情绪表现。第三个10年，汶川地震、北京奥运会、国际金融危机，国际国内大事叠加影响社会心态，在民族凝聚力和国家认同感极大增强的同时，炫富、仇富、浮躁、冷漠等消极社会心态逐渐增多。第四个10年，社会主要矛盾发生变化，人民群众的获得感、幸福感、安全感明显提升，但经济增速放缓、社会发展中的不确定性增强、国际关系复杂多变，民众的价值取向多元、心理需要凸显，社会心态出现多样化表达，心理健康问题广受关注。特别是党的十九大报告提出“加强社会心理服务体系建

设，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”，2019年启动全国社会心理服务体系

建设试点，党的二十届三中全会强调“健全社会心理服务体系和危机干预机制”，社会心态这一主题涵盖了从政策概念到社会实践、从现实情境到网络空间、从矛盾化解到心态引导的多个方面，成为社会治理的重要内容。

社会心态在社会发展中的能动作用日益凸显。社会心态在成为显学之前，已经作为一种客观存在，在社会发展中体现着能动作用，影响个体感受和社会发展的方方面面。积极社会心态是社会发展的推动力，消极社会心态是社会发展的阻碍力。新中国成立之初，国家面临一穷二白的困难局面，各阶层社会成员的心态差异大、变动大，但在社会改造的过程中由分化变动走向高度统一，农民心态不再激进，民族资产阶级和知识分子不再怀疑、恐慌和观望，工人阶级斗志昂扬，万众一心的积极社会心态是新中国前30年奋进的主基调。改革开放之初，由于西方社会思潮的影响、市场经济大潮的涌动，传统价值观受到极大冲击，现代价值观开始萌生但并不成熟，社会心态在价值观、道德观等多个方面体现出复杂性和多元化，伴随着社会发展波动向前。进入新时代，我国经济实力、科技实力和综合国力不断跃上新台阶，国家文化软实力日益彰显，中国人的社会心态日渐稳健从容和自信，但仍呈现出复杂和多元化等特点。在国际上多个幸福感调查报告中，我国民众的幸福指数均在提升，但社会生活中焦虑、抑郁、内卷、躺平、倦怠、冷漠等消极社会心态也同时存在，与积极社会心态交织，共同影响着经济社会发展的秩序和效率。

社会心态在每一历史时期和发展阶段都有其底色。社会心态在社会生活中的具体表现是复杂和多元的，但在每一历史时期和发展阶段都有其底色，即社会心态中更为理性和成熟、体现该发展阶段大多数群体心理特点和行为模式的组成部分。近半个世纪以来的社会心理和行为变迁研究显示，我国人民的社会发展信心一直处于较高水平；对中央政府的信任感多年来始终处于较高水平并保持平稳上升趋势；中国青少年的爱国主义价值观不仅整体水平较高，而且比较理性；中国青年不仅具有高度民族认同感，而且还具有较为强烈的为国家富强作贡献的愿望；虽然个体主义价值观日益盛行，但传统社会所强调的集体主义价值观仍是当代社会主流价值；多元文化共存已是社会现实，但中华优秀传统文化仍是国人安顿身心的智慧之源；具有开放性、多样性的新一代中国人的人格特征正在形成。这是我国发展到现阶段社会心态的底色，集中体现为自尊自信、理性平和、积极向上。

社会心态在我国当下具有鲜明时代特征。社会心态的具体体现可以从

社会需要、社会认知、社会情绪、社会价值、社会行为、社会共识等不同角度来看。从社会心态的本质出发，人的心理特点和行为模式以心理需要的形式，在社会生活中体现为不同的社会心态。人民的美好生活需要既包括物质需要，也包括心理需要。从心理需要视角来看，我国当下社会心态的时代特征集中体现在四个方面。

一是心理需要日益凸显且呈多元化。广大人民群众的物质生活水平不断提高，文化生活越来越丰富，在此基础上，心理需要正成为经济社会发展的重要内生动力。心理需要是从解决心理健康问题到体验美好生活的连续体。解决心理健康问题，不代表能够体验美好生活；产生对美好生活的向往而得不到满足，也可能转变为心理健康问题或社会矛盾问题。对美好生活的向往因人而异，有人喜欢豆腐脑加糖，有人喜欢放盐；有人认为生儿育女是完整人生，有人选择丁克或单身。如何满足个体多元化的心理需要已成为新时代的新课题。

二是心理需要的群体间差异大。每个人都属于一定的社会群体或社会阶层，个体层面的心理需要往往会在群体层面体现出共性，在群体间体现出差异性。当面临经济压力或社会竞争时，群体内的团结和群体间的冲突会迅速显现，社会阶层多元化使得群体间冲突的表现更为复杂，增加社会治理难度。在实现共同富裕的过程中，我国社会总体阶层流动率在逐步提升，但经济不平等现象依然存在，甚至有阶层固化风险。不同社会群体对贫富、权力、公平等社会现象的归因、威胁敏感性、不安全感、控制感等心态不断积累，若不能及时疏解或引导，极易被某一小概率社会事件引燃为群体事件，这也是新时代的新挑战。

三是心理需要对经济社会秩序的影响越来越直接。这突出表现在广大人民群众愿意为心理需要买单了。以“疗愈经济”为例，该行业专注于身心健康，旨在帮助人们缓解心理压力、恢复心理平衡、提供情绪价值、满足心理需要。这种新经济形态已引起资本关注，正悄然在全球范围内兴起，可能成为提振消费、扩大内需新的经济增长点。直接影响还体现在，心理需要经过互联网传播形成社会心态，并迅速蔓延和放大。“松弛感”和“小确幸”会带来积极心理体验，而负面的社会心态可能在瞬间引起群体对立、口碑塌方、网络暴力等，进而影响经济秩序和社会稳定。

四是网络成为社会心态形塑和治理的重要平台。个体的心理需要或利益诉求经社会化媒体迅速放大，极易引发同一社会群体的情感共鸣和其他

群体的从众行为或有意识参与，这些群体情绪若沉淀为蔓延更广的社会心态，将产生深远、持久的影响，且难以进行干预，或干预成本极高。海量而驳杂的网络信息深刻影响社会心态，各种可预见和难以预见的风险因素明显增多。此外，人工智能技术的发展在推动社会生活形态改变的同时也增加了社会心态治理难度，由人际关系构成的传统社会关系在一定范围内被人机关系打破，社会心态治理伴随着数智化社会转型和社会治理模式的系统性变革，也在孕育着全新的变化。在充满不确定性的社会变革中，这一点应该是确定的。

应从不同层面、有所侧重地塑造有利于积极社会心态形成的社会环境。社会心态的形成受诸多因素影响，需要从不同层面、有所侧重地共同塑造良好社会环境。根据生态系统理论，社会心态的形成也受生态环境系统中不同层面、多种因素的影响。第一个层次是微观系统，主要指家庭、朋友、同事、同伴、学校、邻居等人际环境。第二个层次是外层系统，包括工作学习环境、生活社区、所在地区、各类实体存在的社会组织等。第三个层次是宏观系统，包括公共政策、民族和宗教、习俗、文化和亚文化等。在各个层次之间还存在中间系统，又分为两类。初级中间系统是指家人、同伴、单位、社区等环境要素之间的联系和信息传递。高级中间系统是指互联网、电视、广播、邮政等跨层次系统之间的联系和信息传递。社会心态在这样的生态系统中，在一定时间和空间尺度上，受每个社会成员的影响，同时也影响着每个社会成员。塑造有利于积极社会心态形成的社会环境，政府、社会组织、社区、家庭、个体等都有责任，也都有能动性。

在微观系统层次，家庭环境对社会心态的影响最为直接。一个人即便在遗传上具有风险因素，但如果在良好的家庭养育环境中成长，心理问题发生的几率会大大降低。相反，一个童年期遭受躯体或情感虐待、被严重忽视的人，或者父母关系不良、家庭功能严重缺失的人，成年后出现心理健康问题的风险会增加。成年人亦是如此，如果家庭关系紧张，往往会影响学习和工作等正常社会功能。注重家庭、注重家教、注重家风，塑造良好的家庭氛围，是实现心理健康、心态良好的第一步。对个人而言，也需要有意识地去改善自己所处的环境，面对竞争、压力、困难时多一些尊重、包容和信任，及时疏解负面情绪。

在外层系统层次，工作学习环境和生活环境对社会心态的影响非常重要。工作学习环境和生活环境，归根

到底是人际环境。可积极倡导并建立多层次的社会支持系统，如在社区设置邻里互助日、学校实施学长导师制、工作中开展跨部门协作项目等具体措施，通过打造善意环境进而形成可持续的社会友好生态。另外，可运用大数据和人工智能技术构建社会心态动态识别和干预模型，通过分析社交媒体、消费行为等数据，实时捕捉不同群体的人际互动特征，进而赋能环境优化机制，精准调节人际生态，及时疏导群体负面情绪，实现社会心态的预防性治理。

在宏观系统层次，要发挥公共政策、法律法规以及社会文化对社会心态的关键作用。进一步提升公共政策科学化水平，通过加强普惠性、基础性、兜底性民生建设提升人民群众的获得感、幸福感、安全感，如普惠性教育政策打破阶层固化、社会保障网缓解生存焦虑、产业创新政策激发社会活力；通过构建权利平等、程序正义的制度环境提升人民群众的制度信任，如反歧视立法促进社会包容、劳动法保障劳动者尊严、司法透明强化公信力；借助媒体正向叙事、道德模范引领、社区互助实践等进一步传播社会主义核心价值观，并借助传统文化中“和合共生”“家国同构”理念的现代转化，为多元社会提供精神纽带。多措并举促进经济高质量发展，在提供更充分物质供给的同时，持续巩固积极向上的良好心态。另外，要了解 and 尊重广大人民群众的心理需要，并在制定和执行公共政策、在立法执法司法等实践中尊重和遵循这些客观的心理规律，在社会治理面向数智化转型的快速变革中前瞻设计社会心态治理机制。特别是在新时代社会发展背景下，人民群众的心理需要体现为多样化的诉求，有些体现为心理健康问题，有些可能是历史遗留问题、公共政策科学化有待提升、政策执行不到位等所带来的，如果不能把握复杂现象背后的心理规律，则很难实现高质量社会治理，这是化解社会矛盾、识别和预防社会风险事件、引导积极社会心态的前提。

中国式现代化正在开辟人类迈向现代文明的新道路。我们既是历史的创造者，也是发展的受益者，每个人都有责任为塑造积极社会环境贡献力量。我们应当在维护积极社会心态底色的基础上，把握消极社会心态背后的群体特征、心理需要、环境影响因素，有所侧重地改善与之相关的微观系统、外层系统、宏观系统和中间系统，共同塑造积极社会心态，为中国式现代化建设筑牢心理根基，提供不竭内生动力。

（作者系中国科学院心理研究所副所长）

培育积极向上的社会心态是一项系统工程

□ 辛自强

并未明显减弱，二者之间并不呈简单的直接对应关系。他们处于人生道路的起步阶段，少不了成长的烦恼，应更加关爱青年，理解他们的压力和不易，了解他们的所思所盼，为他们成长成才、施展抱负创造更好的环境和条件，增强其向上流动的信念。努力促进人口在国内和际间的流动，为个人和社会创造新的财富。在国内，要推动经济社会高质量发展，充分激发经济活力，建立新的增长极，培育新的资源集聚中心，创造新的人口流动目的地。在国际上，寻找新的创业目的国。可以鼓励青年将注意力从到欧美发达国家留学，适度转向到“一带一路”沿线国家或亚非拉发展中国家

就业创业。引导年轻一代随同企业出海，跟着或带着资本到海外就业或创业。另外，也要引导青年怀有一颗平实之心，树立正确的择业观，脚踏实地学习积累，不断锤炼提升自己的专业技能。

二是面向全体人民，建立质与量兼顾的发展观及包容平和的社会心态。一个经济体的发展和增长有自身的限度，很难一直维持高歌猛进的“竞速”模式。当前，我们不仅要重视经济社会发展中量的扩张，更要重视质的提升。为此，公众要理解并树立质与量兼顾的发展观，形成相适应的生活方式和

社会心态。各有关主体可以尝试以灵活的方式压缩工作时长而

提高工作效能，积极“投资于”，促进人自身的全面发展；鼓励人们重视家庭，包括做好工作与家庭的平衡，重视天伦之乐和子女养育，更多参与家庭和家族事务；建立现代社区共同体，打造邻里守望、社区参与、共同治理的“新熟人社会”。

三是面向全社会，建立个体理性与社会理性并重的社会秩序。举国体制、家国情怀、集体主义、国家优先是一种社会理性，一种能维护绝大多数人利益的理性逻辑。与此同时，一个良性运转的社会必须确保个体的自尊和自信，维护好社会理性与个体理性的平衡。因此，应继续深化市场化

理性的合理平衡。例如，应注重通过市场经济体制提高资源配置效率，尽力避免人为的资源错配，切实维护作为经营主体的企业和个人的利益，通过“藏富于民”激活人们创造财富的热情。通过完善法治体系，平等保护公民、法人和其他组织合法权益，以国家意志维护社会公平正义，增强社会韧性。个人有尊严、人民有热情的社会心态，反过来也有助于经济发展和国家强盛。

总之，社会心态的培育和人民心理的建设是一项系统工程，需要顶层设计和前瞻思考，需要战略谋划和切实行动。如何通过心理建设有效汇聚14亿多人的磅礴心理力量，这是值得各级干部深入思考的重大课题。

（作者系中国人民大学心理学系主任）

