

■ 心理学研究

# 积极:当代心理学研究的价值核心

任俊, 叶浩生

(南京师范大学教育科学学院, 江苏 南京 210097)

**摘要:** 积极心理学是20世纪末最早在西方兴起的一股重要心理学力量,其主要研究人的美德和潜力,以帮助所有人获得幸福为目标。积极心理学研究范式的出现不仅是对前期消极心理学的反动,也是对消极心理学的一种发展和超越,它在一定意义上体现了当代心理学研究的核心价值。积极心理学中的“积极”包含的主要内容是:积极是对前期集中于心理问题研究的病理学式心理学的反动;倡导心理学要研究人心理的积极方面;强调用积极的方式对心理问题做出适当的解释,并从中获得积极意义。

**关键词:** 积极心理学; 积极; 消极心理学

**中图分类号:** B848 **文献标识码:** A **文章编号:** 1672-4283(2004)04-0106-06

**收稿日期:** 2004-02-28

**作者简介:** 任俊(1966—),男,江苏宜兴人,常州工学院教育系副教授,南京师范大学教育科学学院心理学博士研究生;叶浩生(1955—),男,山东泰安人,南京师范大学教育科学学院教授,博士生导师。

积极心理学(positive psychology)是20世纪末最早在西方兴起的一股重要心理学力量。在2004年出版的《现代心理学史》第8版中,美国心理学史家舒尔兹称积极心理学和进化心理学是当代心理学的最新进展。<sup>[1] (Pxxii)</sup> 积极心理学的创始人是美国当代著名心理学家塞里基曼(Martin E. P. Seligman)<sup>①</sup>。什么是积极心理学?谢尔顿(Kennon M. Sheldon)和劳拉·金(Laura King)的定义道出了积极心理学的本质特点:“积极心理学是致力于研究人的发展潜力和美德的科学”<sup>[2]</sup>。积极心理学把自己的研究重点放在人自身的积极因素方面,主张心理学要以人固有的、实际的、潜在的具有建设性的力量、美德和善端为出发点,提倡用一种积极的心态来对人的许多心理现象(包括心理问题)做出新的解读,从而激发人自身内在的积极力量和优秀品质,并利用这些积极力量和优秀品质来帮助普通人或具有一定天赋的人最大限度地挖掘自己的潜力并获得良好的生活。塞里基曼认为,“二战”以后,心理学把自己的研究重心放在了心理问题的研究上,如心理障碍、婚姻危机、毒品滥用和性犯罪等问题,心理学正在变成一门类似于病理学性质的学科。心理学研究重心的这种转移实际上背离了心理学存在的本意,因为它导致了“很多心理学家几乎不知道正常人怎么样在良好的条件下能获得自己应有的幸福”<sup>[3]</sup>。

## 一、什么是积极

积极(positive)一词现在一般理解为“建设性的”或“正向的”,其来源于拉丁语 positum,它的原意是“实际的”或“潜在的”意思。因此,积极从其本义上说既包括了人外显的积极,也包括了人内部潜在的积极。积极这一概念最早在心理学界被系统提出出来是在1958年。美国著名心理学家贾霍达(Jahoda)在当时美国心理健康联合委员会编订的一套心理健康系列丛书中提出了一个新概念——“积极心理健康”。从那时起,积极

① 斯蒂文·丁·海格布劳姆(Steven J. Haggblom)等人根据各种期刊及本书的引用情况和有关的问卷调查,塞里基曼在20世纪的前100位心理学家的排名中名列第3位。详见 Monito on Psychology, 2002, 33(7): 28—29。

这一概念就逐渐在心理学中被经常提到。但在很长一段时间内,心理学界对这一概念的表达并不十分明确。这一概念有多种表达方式,如原始预防(primary prevention)、增进幸福(wellness enhancement)等<sup>[4]</sup>。直到1997年塞里基曼担任美国心理学协会主席一职以后,由于他的大力倡导,西方心理学界掀起了一场声势浩大的“积极”运动。与此同时,世界著名心理学杂志《美国心理学家》和《人本主义心理学杂志》等也分别在2000年和2001年发表了积极心理学专辑,积极这一概念逐渐在心理学界得到明确的界定。就目前来说,积极心理学中的积极主要包含有以下三重含义。

#### (一) 积极是对前期集中于心理问题研究的病理学式心理学的反动

心理学自从取得独立地位以后就面临有三项主要使命:治疗人的精神或心理疾病;帮助普通人生活得更充实幸福;发现并培养具有非凡才能的人。这三项使命在第二次世界大战以前均得到了心理学工作者的同等程度的关注。<sup>[3]</sup>但在“二战”以后,心理学工作者却逐渐放弃了后两项任务而把自己的注意力集中在了第一项任务上,即变成了专门致力于纠正人生命中所存在的问题的科学。在这种观念指导下,心理学工作者把自己的工作重点完全放在了对心理问题的评估和矫正上,侧重于研究一些外在的紧张性刺激给人心理所带来的消极影响及其消解方法。同时心理学家又把人的心理问题纳入到生理病理学的框架之中,以医生治疗病人身体疾病的模式来对待人类的心理问题。这种病理式心理学暗含着一个前提或预设:即心理学是“治问题”科学,而人的心理问题等同于人的身体疾病,去除人的心理问题就如同去除人的身体疾病。因此,这一时期心理学的核心任务就在于对问题的修复,修复个体损坏的习惯、损坏的动机、损坏的童年甚至于损坏的思想,期望通过修复人类的损坏部分来达到心理健康的目的,我们一般把这种心理学称之为病理性心理学或消极心理学(pathology psychology)。消极心理学在纠正心理问题的研究上确实取得了很大的成就,但人类却也忘记了心理学的最大使命——使一切生命过得更有意义。心理学研究的这种转向有着它特定的时代背景。一方面,长期而严酷的战争极大地破坏了人类曾有的幸福生活,战后人类面对的是一个千疮百孔的世界(既包括物质世界也包括人类的精神世界),各种问题的修复和解决自然就成了当时形势下最紧迫的任务。另一方面,这种转向也有着资金不足的原因。“二战”以后,社会的各个方面都面临着百废具兴,而战争又使社会的财力遭到了巨大的破坏,在这种情况下,有限的财力就只能放在对现实的迫切问题的解决上。因此,在这一时期,不仅仅是心理学,其他许多学科都存在着把自己的研究重心偏向于问题解决的倾向,如社会学、教育学、甚至经济学等都是如此。

#### (二) 倡导心理学要研究人心理的积极方面

消极心理学以问题为中心,这在一定程度上背离了心理学研究的本意,因为心理学的目的并不仅仅在于去掉人心理或行为上的问题,而是要帮助人形成一种良好的心理或行为模式。没有问题的人并不意味着就一定是一个健康的人、生活幸福的人,同样去掉心理或行为上的问题也并不意味着人就能自然形成一种良好的心理或行为模式。人的生命系统不是由问题构成的,它是一个开放的、自我决定的系统,它既有潜在的自我内心冲突,也有潜在的自我完善的内在能力,个体一般都能自己决定自己的最终发展状态。因此,心理学应改变这种偏向问题的价值取向,把自己的工作重心放在培养人固有的积极潜力上,通过培养或扩大人固有的积极力量而使人真正成为一个健康并生活幸福的人。积极心理学正是以这种新的价值取向为核心而逐渐成长起来的一种新的研究范式。生活中有一句名言:“幸福的生活都是相似的,不幸的生活各有各的不幸。”我们与其花大气力去探寻不幸的各不相同,还不如先想想幸福的普遍相似也许对我们更有启发。同情、理解、宽容、利他、乐观、坚持等,这些都是幸福具备的普遍共性,我们为何不把研究这些问题来当作是帮助人类获得幸福的有效途径呢?

积极心理学在研究人心理的积极方面取得了引人注目的成绩。如狄纳(Ed Diener)研究了人为什么及在什么时候具有主观幸福感(subjective well-being),并指出主观幸福感应成为人类社会发展的行动指南<sup>[5]</sup>;马西米尼(Massimini)和凡弗(Delle Fave)从生物进化和文化进化的角度认为人类的快乐体验(optimal experience)这一积极品质是影响人心理选择的一个重要因素,并且直接影响着人类的行为模式<sup>[6]</sup>;彼德森(Peterson)研究了乐观主义(optimism)的培养途径、与现实及悲观主义的关系等,指出乐观主义这一积极品质是社会发展的一个重要条件<sup>[7]</sup>;梅耶斯(Myers)从人类是怎样幸福(happiness)的以及谁是幸福的人着手,用实证的方法证明了年龄、性别和收入等不是幸福的来源,只有社会性支持、对未来充满希望、有明确的生活目标等集体层面和个体层面的积极品质才是幸福的真正来源<sup>[8]</sup>。梅耶斯的这一研究成果正好和英国著名学者巴克莱在《花香满径》开篇所指出的幸福生活的三个因素(一是充满希望,二是有事做,三是能爱人)不约而同;布思(Buss)则从进化论的角度对人类的幸福做了分析,指出幸福既是人类追求的目标,但更是人类进化过程中所形成的一种心理机制,人类只有对其充分关注,才能真正改善人类自身的生活质量<sup>[9]</sup>;雷安(Ryan)和戴茨(Deci)从人的本质出发研究了自我决定(self-determination)这一积极品质,认为个体的自我决

定对内部动机、社会发展和人生幸福具有重大的促进作用<sup>[10]</sup>；泰勒(Taylor)、凯梅尼(Kemeny)、里德(Reed)、鲍尔(Bower)和格林沃德(Gruenwald)等人用实证等方法研究了积极情感与身体健康的关系(positive emotions and physical health), 最终得出结论: 积极情感不仅能帮助人消解生活中的压力, 而且也能增进人的身体健康<sup>[11]</sup>。

（三）强调用积极的方式来对心理问题做出适当的解释, 并从中获得积极意义

对待心理问题 积极心理学认为心理问题本身虽然不能为人类增添力量和优秀品质, 但问题的出现也是为人类提供一个展现自己优秀品质和潜在能力的机会 人积极心理的发展过程也就是一个处理和消解心理问题的过程。因此, 积极心理学主张从两个方面来寻求问题的积极意义 一是探寻问题为什么会产生的根本原因 二是从问题本身去获得积极的体验。<sup>[12]</sup> 为了达到以上目的, 积极心理学常常从另一个角度对问题做出新的解释和理解, 如:

表 1 传统心理学和积极心理学对问题的不同解释

	传统解释	积极的解释
性欲缺乏	无法达到性快感	能不以身委人
抑郁	被动的情绪低落	能对冲突做出深刻的情绪反应
懒惰	没志气、不勤奋、性格软弱	能避免争强好胜
怕独处	跟自己都处不来	说明要求与他人相处
神经性呕吐	食欲缺乏, 青春期过分地追求苗条	能约束自己; 能用饥饿摆脱女性角色; 能分担世界饥荒 <sup>[13] (P2-8)</sup>

从长远来看, 用积极的方式对人的心理障碍等问题做出解释是最切合实际的, 因为人就其本性来说, 其价值取向主要是积极的。心理学家曾做过一个很有价值的实验: 刚出生一天的婴儿在听到别的婴儿忧伤的哭泣声后, 他会立即相应地哭起来 表现出明显的移情特征, 但如果把他自己的哭泣声录下来放给他听, 他却对自己哭声的录音不做出任何反应, 这一现象已在多个相关的实验研究中得到验证<sup>[14] (P135)</sup>。这是个相当了不起的发现 这证明了同情、关心等积极品质在人类进化过程中已经变成了人类本性的组成部分。当然, 也有人认为积极心理学对问题的积极解释有强词夺理之嫌, 是一种类似于弗洛伊德所称的自我防御机制中的“否认”作用。但不管怎么样 人类生活过程中所表现出来的许多消极心理确实具有它特定的价值, 或者说消极与积极之间在深层价值意义上的理解并不是那么的截然不同 至少我们称这种消极心理为“保护性心理”或“防御性心理”是不过分的。

二、心理学研究“积极”的必然性和必要性

（一）从实践的观点来看

消极心理学在过去一段时间内确实对人类和人类社会的发展做出了很大的贡献, 正如塞里基曼在美国心理学协会 1998 的年度报告中提到 现在心理学家们已经能对至少 14 种 50 年前我们还无能为力的心理疾病采取有效的治疗措施 这是一个实践性的伟大胜利。但就在我们为心理学的这一成就欢呼的时候, 我们却也发现患心理疾病的人口数量却也随着时间的推移而出现了成倍的增长。以美国为例 上世纪末美国患抑郁症的人口数量是 40 年前的 10 倍多, 而且抑郁症患者也正呈现一个低龄化的趋向, 40 年前抑郁症患者基本都是中年人, 现在却出现了许多十几岁的抑郁症患者。这一现象似乎和消极心理学的实践初衷相违背, 因为今天的人类比过去拥有更充分的自由、更好的物质享受、更先进的技术、更多的教育和娱乐等等, 照理说人类应该比过去更幸福, 可结果却是大相径庭, 人类反而越来越感到不幸福, 塞里基曼把这一现象称为人类 20 世纪最大的困惑。

怎样消除这种困惑? 消极心理学的已有实践证明我们不能依靠对问题的修补来为人类谋取幸福, 因此, 心理学必须转向于人类的积极品质, 通过大力倡导积极心理学来帮助人类真正到达幸福的彼岸。积极心理学能否担当这一重任? 或许人类本身长期的心理学实践能很好地回答这个问题。心理学家对美国退伍军人管理委员会的 650 名病人进行了长期的研究, 研究发现病人的积极态度与他的活力呈正相关 而与其的痛苦呈负相关。总的来说, 具有积极态度的病人的身体健康状况相对较好。<sup>[15]</sup> 在另一项研究中, 研究者对 300 名心脏病病人进行了跟踪研究, 结果发现: 在做了心脏搭桥手术后, 乐观积极的病人再次进医院做手术的人数比例远远低于消极悲观的病人。<sup>[15]</sup> 一些美国心理学家还做了一项长期的宏大研究, 他们在 20 世纪 60

年代用明尼苏达多相人格测验量表对 800 名男女进行了测验, 从中筛选出乐观风格型人格和悲观风格型人格(这与塞里基曼的积极人格是一个巧合)。30 年后, 心理学家对这些研究对象的各方面状况做了一个系统的分析研究, 他们发现具有悲观风格型人格的人的总的身体状况要比整个团体平均数差, 他们的死亡率高于团体平均数, 接受医院治疗和心理治疗的次数也大大多于团体平均数, 而具有积极风格型人格的人的情形正好相反。<sup>[15]</sup>

## （二）从历史的观点来看

人类社会的发展, 主要是人类积极的累积。你可以消灭一个王朝而结束一个时代, 但你永远消灭不了这个时代的积极的东西, 即使是人类历史上最黑暗的时代, 也仍然保留了许多东西值得我们今天去敬仰。事实上, 正是人类漫长的历史保存了许多的积极, 我们的世界才达到了今天这样一个水平。例如公元前 5 世纪的雅典、15 世纪的佛罗伦萨、维多利亚时代的英格兰等就是最好的例子。

公元前 5 世纪的雅典是一个繁荣富强的民主共和社会, 当时的哲学家们集中研究了人类的优秀品质, 如什么是一个人的好行为和好品质? 什么导致人的生活最有价值? 这些哲人们的许多思想一直到今天仍然是我们的生活指导。由于最早出现了资本主义的萌芽, 15 世纪的佛罗伦萨在富裕之后, 没有花费大量金钱使自己成为欧洲最强大的军事机器, 而是花大量的钱使自己成为欧洲最舒适、最优美的地方, 佛罗伦萨至今仍是世人向往的旅游天堂。维多利亚时代的英格兰繁荣昌盛, 因此那个时代的英格兰实施绅士教育, 强调荣誉、纪律、勇猛和责任等积极品质, 并把这些作为一个人优秀品质的核心, 这种传统直到现在还是英国教育的最大特点。社会历史的发展证明了一种必然规律: 当一个社会处于稳定、繁荣昌盛的和平时代时, 这个社会的文化就会特别关注人的创造性、良好道德品质以及高质量的生活条件等一些个人层面和集体层面的积极品质; 反之, 社会关注积极品质又会进一步大大促进社会本身的繁荣和发展, 两者之间互为因果。

## （三）从社会的观点来看

消极心理学只看到人的心理问题和外在世界的不良事件和恶劣环境, 把心理学的目的定位于消除心理和社会的各种问题, 期望问题被消除的同时能自然给人类和人类社会带来繁荣。这种价值取向不仅使心理学本身的发展走向了畸形化, 而且也导致了社会价值观的扭曲, 影响了社会的和谐发展。美国心理学家谢尔顿曾描绘了这种现象, 当一个人回顾自己的过去并总结说自己是一个好人时, 心理学家们马上就会给他贴上一个标签: 自恋狂。当一个人帮助了另一个陌生人时, 心理学家们就一定会从这个人的行为中找到他的自私利益。<sup>[16]</sup>总之, 在消极心理学的视野中不存在利他主义、同情、美德等, 有的只是错觉、幻觉、非理性、怪癖、自负等字眼。在消极心理学看来, 消极的社会动机是真实的, 是放之四海而皆准的, 积极的社会动机只是一个副产品, 是人类偶然为之。

其实, 我们说人与人、人与万物是靠各自的积极来组成我们的社会的。人只有积极地对待他人、积极地对待世界万物, 社会才能和睦相处而安宁, 人类也才能获得永久的幸福。反之, 如果我们消极地应对世界万物, 社会就会被各种问题所控制而失去存在的可能, 人类也会很快走到自己的尽头, 更不用说获得什么幸福了。我们今天的社会已不同于我们祖先的时代, 人类的一切活动都不再是为了生存, 而是为了生活得更幸福, 这是我们当前社会的最大实际需要。心理学是一门研究人的科学, 它以人类的心灵及其产物作为自己的研究对象, 同时心理学的研究活动又是一种主观见之于客观的过程, “它并非某种心理规律或本质的认识, 而是一种文化建构, 反映了特定文化的价值观”<sup>[17] (P450)</sup>。因此, 心理学从本质上说是一种社会性的、历史性的实在, 帮助人类获得自身应获得的幸福是当代心理学最迫切的任务。

# 三、积极心理学的发展前景

积极心理学的研究已经证实, 和一般人相比, “那些具有积极观念的人具有更良好的社会道德和更佳的社会适应能力, 他们能更轻松地面压力、逆境和损失, 即使面临最不利的社会环境, 他们也能应付自如。面对困难和挑战, 他们有着更大的灵活性和创造性, 总是能勇敢面对并采取有效的手段去克服……他们有良好的的人际关系, 在他们需要获得帮助时, 他们有充分的自信能获得朋友、亲人、同事甚至社会的帮助”<sup>[18]</sup>。积极心理学致力于人的积极品质, 这既是对人性一种伟大的尊重和赞扬, 同时也在更大程度上也是对人类社会的一种理智理解。我们说, 人身上一定存在着某种优胜于其他生命形式——从野兽的残忍能力到显微镜下可见的引起可怕疾病的细菌的无理性能力——的源泉, 这一源泉就是人外显的或潜在的积极品质。正像老虎以它的利牙、雄鹰以它的翅膀而骄傲一样, 人类也以他身上存在的积极力量而欣喜。正因为有这种能力, 不仅使得人类在激烈的生存斗争中保持着一种人的自尊, 并在与其他生命形式构成的社会系统中充当着主宰, 而且也使人类社会在大多数情况下能以一种万物共存的方式而不断向前发展。从这些方面来看, 积极心理学似乎给我们展示了一种非常光明的前景。但就积极心理学目前的研究现状来看, 它还有着许多

尚待克服的问题。

### （一）积极心理学和早期的一些相关研究存在着一定的脱节

如早期的原始预防、增进幸福等的研究成果就没有很好地被整合到积极心理学的理论之中。就以积极心理学的一个核心概念——主观幸福感来说，主观幸福感其实早就是社会心理学的研究对象。斯达克(Fritz Strack)、阿杰勒(Michale Argyle)和斯沃茨(Norbert Schwarz)等人早在1991年就出版了一个主观幸福感的专辑，这一专辑的书名就叫做《主观幸福感》，其中包含有12篇极有价值的研究论文。但积极心理学在其研究中却很少提到，这不知是当代的积极心理学家们的无意疏忽，还是有意为之。不管怎样，积极心理学这种脱离早期研究的做法使它既显得基础单薄，又显得内容不够丰富。

### （二）积极心理学缺少一个完整有效的理论框架

积极心理学的许多概念总是散落于各种文章之中，缺少一条把它们串连起来的主线，这就使得积极心理学理论显得散乱而不成系统，同时也缺乏可操作性。这一现象典型地表现在积极心理学理论在心理治疗中的应用上。积极心理治疗在一定程度上似乎只是行为疗法、人本主义疗法等的补充。甚至有人认为积极心理治疗只是一种对现实歪曲理解的非理性手段，是对人心理防御机制的一种简单放大。

### （三）积极心理学表现出典型的成人化取向

积极心理学的研究对象绝大多数都是成年人，而且主要是美国社会的成年人，以致科文(Cowen)等人称积极心理学是“纽约成年人眼中的世界地图”。这种成人化研究的价值取向使得积极心理学不能很好地对个体的积极结果的发展历程、发展途径和一些的相关影响因素做出客观而公正的分析。事实上，一个人的幸福、快乐等是与其价值观、生活背景、社会文化特点和生理特点等因素错综复杂地联系在一起的，我们不能用一种人的幸福涵盖所有其他人(如儿童、东方人等)的幸福。

### （四）积极心理学对传统心理学的批评过于苛刻，也过于武断

其实，如果我们对积极心理学做一个仔细而全面地分析的话，我们就会发现，积极心理学与传统心理学在很大程度上是有相似之处的，只不过各自研究的出发点或落脚点不同。积极心理学的理论主张主要有三个方面：一是如何看待心理学的发展和人的发展，二是如何预防心理问题，三是如何看待和治疗心理问题。其中后两个问题本身也是传统心理学的研究核心，因此，我们说积极心理学对传统心理学是贬损有加，继承不足，这也许会影响到它的进一步发展。

当然，积极心理学的发展并不会因其尚存许多问题而停止。我们应该承认，我们对人类心理的无知比对它的有知要广阔得多，然而正是我们这种无知的勇敢坦白，我们才能不断寻找到社会未来进步的保证。也许有人会质疑积极心理学只是一种一厢情愿的空想。但我们说没有空想的预见，就不会有好的策略和目标。任何旨在改变人类命运的多数事业都势必包含有一些空想的成分，人类历史上的许多真知灼见都曾被指责为空想主义。积极心理学也许有那么一点幻想或空想的成分，但事实是，产生这种积极变化的条件也恰巧具备了，它符合当前社会发展的需要，也能很好地诠释当前的许多社会困惑，那我们就应该在理论上探讨它并在实践中践行它。

有人说积极心理学是一种使人幸福的心理学，也许这是积极心理学的最佳定义。尽管生活中的幸福是每个人的一种非常个性化的体验，有时可能是想象，有时又可能是感受。但我们可以说，幸福其实离我们不远。它常常是一种平淡，是一种心境，我们周围的平凡之中也许就隐藏着极度的幸福。只要我们寻找到了幸福的落脚点，幸福是无需刻意追求的，积极心理学也许正是帮助我们寻找到这种幸福落脚点的最好选择。

## [参 考 文 献]

- [1] Shultz, D.P., Shultz, S.E.. *A history of modern psychology*[M]. Thomson, 2004.
- [2] Kennon M. Sheldon, Laura King. *Why Positive Psychology Is Necessary*[J]. *American Psychologist*, 2001, 56(3).
- [3] Martin E. P. Seligman, Mihaly Csikszentmihalyi. *Positive Psychology: An Introduction*[J]. *American Psychologist*, 2000, 55(1).
- [4] Emory L. Cowen, Ryan P. Kilmer. *Positive Psychology: Some Plusses And Some Open Issues*[J]. *Journal of Community Psychology*, 2002, 30(4).
- [5] Ed Diener. *Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index*[J]. *American Psychologist*, 2000, 55(1).
- [6] Massimini, Delle Fave. *Individual Development in a Bio-Cultural Perspective*[J]. *American Psychologist*, 2000, 55(1).
- [7] Peterson. *The Future of Optimal*[J]. *American Psychologist*, 2000, 55(1).
- [8] David G. Myers. *The Funds, Friends, and Faith of Happy People*[J]. *American Psychologist*, 2000, 55(1).

- [ 9 ] Buss. *The Evolution of Happiness*[ J ] . American Psychologist, 2000, 55(1).
- [ 10 ] Ryan, Deci. *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being*[ J ] . American Psychologist, 2000, 55(1).
- [ 11 ] Taylor, Kemeny, Reed, Bower, Gruenwald. *Psychological Resources, Positive Illusions, and Health* [ J ] . American Psychologist, 2000, 55(1).
- [ 12 ] Miller, Harvey. *The Interface of Positive Psychology with a Psychology of Loss: A Brave New World*[ J ] . American Journal of Psychotherapy, 2001, 55(3).
- [ 13 ] [ 德] N. 佩塞施基安. 积极心理治疗[ M ] . 白锡方译. 北京: 社会科学文献出版社, 1998.
- [ 14 ] [ 美] 拉瑞·P. 纳希. 道德领域中的教育[ M ] . 刘春琼, 解光夫译. 哈尔滨: 黑龙江人民出版社, 2003.
- [ 15 ] Miller. *The Benefits of Positive Psychology*[ J ] . The Harvard Mental Health Letter, 2002, 18(7).
- [ 16 ] Faller. *Positive Psychology: A Paradigm Shift*[ J ] . Journal of Pastoral Counseling, 2001, 36.
- [ 17 ] 叶浩生. 西方心理学研究新进展[ M ] . 北京: 人民教育出版社, 2003.

[ 责任编辑 何菊玲]

## Activeness: the Core of Value of Modern Psychological Study

REN Jun, YE Hao-sheng

(College of Educational Science, Nanjing Normal University, Nanjing 210097, Jiangsu)

**Abstract:** Active psychology is an important force of psychological research which rose in the late 20th century, committing itself to study of human virtues and potentials so as to help everybody gain happiness. The approach of active psychology appeared as an attempt in opposition to the former inactive psychology and also as a development and transcendence of the latter. This attempt expresses in a sense the core of values of contemporary psychological study. The activeness of active psychology shows itself mainly by taking a view of psychology just opposite to the former pathology-like psychology concentrating on studies of psychological problems, advocating psychological study of the active aspects of human psychology and emphasizing pursuit of appropriate explanation of psychological cases in an active manner to draw some active implication from this practice.

**Key Words:** active psychology; activeness; inactive psychology

## 中国唐宋诗词第三届国际学术研讨会在华山—西安举行

由陕西师范大学文学院与中国韵文学会、《文学遗产》编辑部、陕西省文史馆、南京师范大学文学院等单位联合主办的中国唐宋诗词第三届国际学术研讨会于2004年5月15日至19日在华山与西安两地举行。来自国内各高校及港、澳、台地区和新加坡、日本、美国等国的130多位专家学者参加了会议。厦门大学著名教授、中华诗词学会顾问蔡厚示先生,复旦大学首席教授、中国宋代文学学会会长王水照先生,南京师范大学特聘教授、中国韵文学会会长钟振振先生等光临会议并作大会学术发言或吟咏诗词。

与会学者提交论文80余篇,近百万字。会议期间,先后举行了15场分组讨论和两场大会报告。专家们围绕着唐宋诗词流派研究、唐宋诗词个案研究、唐宋诗词发展规律研究、唐宋诗词与辽金诗词相互影响、唐宋诗词与古都长安及长安文化、唐宋诗词与新诗创作等广泛问题展开了热烈的讨论。我校赵世超校长和张建祥副校长分别在开幕式和闭幕式上讲话,向与会专家介绍了学校的发展情况,并衷心欢迎各位专家来我校指导工作、进行学术研讨和交流。

在学术研讨之外,会议还组织游览了西岳华山与楼观台,考察了杜公祠、香积寺等与唐诗有密切关系的名胜古迹。在华山,专家们乘兴举行了名为“华山论诗”的诗词唱和吟咏活动,气氛热烈,时间长达4个小时。不少学者指出,将诗词创作与学术研讨有机结合,是本次盛会的一个创举。

师 云