

以内容分析法分析我国积极心理学的发展现状

刘茂梅

(湖南大学, 湖南省、长沙市, 410018)

摘要：本文对收录在中国期刊网上的 737 条(2001—20012 年)有关积极心理学研究的论文用内容分析法进行分析, 从积极心理学研究论文的发表时间、发表篇数、发表刊物、论文作者、论文研究内容等研究类目的统计数据可以发现我国这十二年来积极心理学发展趋势、目前的研究现状以及在研究内容、研究方式等方面的特点。

关键词：内容分析法 积极心理学 研究论文 文献分析

中图分类号： G4 **文献标识码：** A

一、引言

积极心理学是当代心理学多元化趋向发展中的一种心理学形式。积极心理学由宾西法尼亚大学教授、积极心理学的创始人塞里格曼(Martin Seligman)于 1998 年出任美国心理学学会主席时倡议及定位的, 2000 年塞里格曼在《美国心理学家》(American Psychologist)上刊登的《积极心理学导论》一文中正式提出来:“积极心理学是致力于研究人的发展潜力和美德的科学”^[1]。后来谢尔顿进一步对积极心理学定义进行补充:利用心理学目前已比较完善和有效的实验方法与测量手段,来研究人类的力量和美德等积极方面的一个心理学思潮^[2]。2001 年 3 月,5 美国心理学家 6 又设立了积极心理学专栏。同年冬天,美国 5 人本主义心理学杂志 6 也出版了积极心理学专辑,这一专辑总共收录了 7 篇关于积极心理学与人本主义心理学之间关系的论文。2002 年,由 Snyder 和 Lopez 主编的《积极心理学手册》由牛津大学出版社出版,宣告了积极心理学运动的独立,此后在短短的十多年内其成为一场世界性的心理学运动,并取得一定的理论研究和实践成果,吸引了许多不同国家和不同的领域学者们的研究目光。著名的心理学史家、美国著名的心理学家舒尔兹在美国出版的《现代心理学史》第八版的前言中,称积极心理学是当代心理学的两大最新进展之一^[3]。

积极心理学把研究的重点放在人自身的积极因素方面,主张心理学要以人潜在的积极力量、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)作出新的解读,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最大限度地挖掘自己的潜力并获得幸福生活。

积极心理学研究包括三大主要内容:积极的主观情感体验、积极人格和积极的社会组织系统(包括国家、学校、社区、工作单位等系统)。积极心理学主要是对最理想的人类机能

进行科学的研究,其目标是发现使得个体、团体和社会良好发展的因素,并运用这些因素来增进人类的健康、幸福、促进社会的繁荣。积极心理学在研究学校组织方面,主张积极教育。积极教育强调教育不仅纠正学生的错误和不足,教育更重要的应寻找并研究学生的各种积极品质,并在实践中对这些品质进行拓展和培育,这是一种对教育进行重新定位并适应现代社会的观念^[4]。

因此,研究积极心理学不仅对于个体健康和幸福、团体健康发展有着重要意义,而且对于构建社会主义和谐社会也同样有着重要价值。那么,了解当前积极心理学研究的趋势,现状及其原因,找出在积极心理学研究领域、研究方式等方面的优势与不足,对于促进个人健康、幸福的发展以及改进和优化积极心理学、促进积极心理健康教育的研究工作有着重要意义。

二、 研究方法与研究内容

本文主要采用了类容分析法,对我国积极心理学发展的研究现状和趋势采用内容分析法进行研究。内容分析法是指是指对语言文字传播内容(报刊、文献和谈话等)和非语言文字传播内容(音乐、影视、艺术作品和姿态等)进行定量研究的科学方法,以预先设计的分析类目为依据,直接对单个样本作技术性处理,对信息内容进行归类统计,评判单元内所表现的事实,并作出定量的统计描述。在查阅和阅读相关文献后,进行了研究样本的选取。数据统计源采用清华同方光盘股份有限公司等单位在《中国学术期刊(光盘版)》和中国期刊网(CNKI)全文数据库建设的基础上研制开发的“中国期刊网”,该数据库收录了上千种学术类核心与专业特色期刊全文,其海量的文献资源为本文的查准率和查全率提供了基础。本文以“积极心理学”为主题,检索了中国期刊网收录的2001年到2012年发表的与积极心理学相关的文章,筛选出与本文研究不相关的文章,确定737篇文章作为内容分析的样本。把文献检索结果按论文发表时间、发表刊物、发表篇数、论文作者、论文研究内容进行统计,并逐项进行了详细分析和研究。本文所有数据的检索时间为2014年12月。

三、 结果分析与讨论

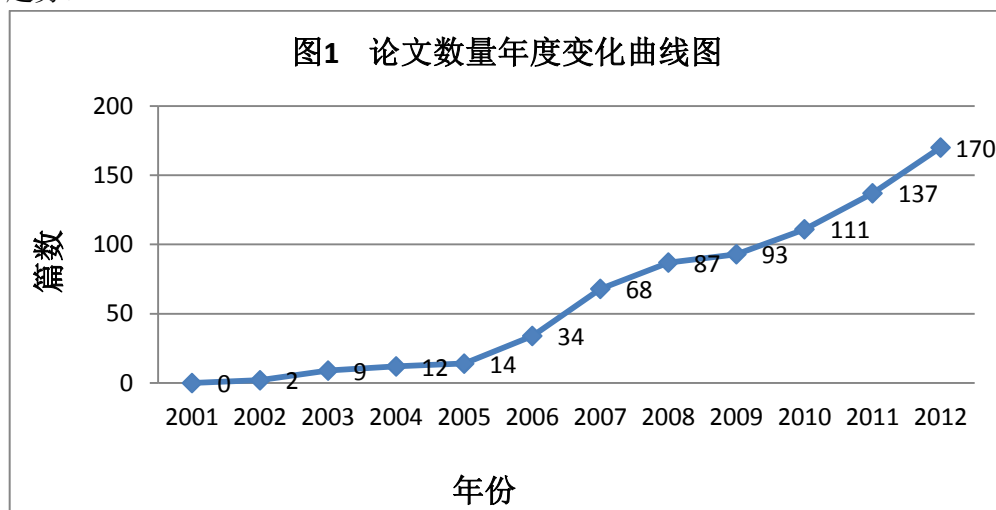
1、 积极心理学的研究论文的年代分布

表1 近十二年我国积极心理学研究文献年度分布一览表

年份	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	总计
篇数	0	2	9	12	14	34	68	87	93	111	137	170	737
千分比(%)	0	0.003	0.012	0.016	0.019	0.046	0.092	0.118	0.126	0.151	0.186	0.231	1000

由表1可知,2001—2012年12年间有关积极心理学的论文呈逐年增长的趋势,2006

年以前呈缓速增长，2009年后增长有些缓慢，但2011年后增长又加快，总体仍呈现增长趋势。



从表1和图1可以看出，我国积极心理学研究在2001—2006年间发表的论文增长较为平缓，从2006年开始论文数量出现了快速增长，到2009年增长又有所放慢，可能是因为2008年经济危机的影响，但2010年后增长加快，总的说来，反映出积极心理学研究在我国逐渐得到关注和重视。

2、积极心理学研究论文的发表源分布

表2 积极心理学文献发表源分布

类型 年份	期刊	学位论文	学术会议 论文	报纸	总计
2001	0	0	0	0	0
2002	2	0	0	0	2
2003	7	2	0	0	9
2004	7	4	0	1	12
2005	8	4	2	0	14
2006	26	7	1	0	34
2007	55	5	7	1	68
2008	80	3	4	0	87
2009	85	3	5	0	93
2010	104	2	4	1	111
2011	114	11	12	0	137
2012	147	16	5	2	170
总计	635	57	40	5	737
百分比(%)	0.86	0.08	0.05	0.01	100

表 3 积极心理研究论文核心与非核心期刊分布

	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	总计	百分比(%)
核 心 期刊	0	1	3	4	7	9	8	20	12	18	24	33	139	0.22
非 核 心 期刊	0	1	4	3	1	17	47	60	73	86	90	114	494	0.78

由表 2 可知我国积极心理学研究论文的来源主要是期刊, 所占比例为 86%。积极心理学研究论文发表源按照中文核心期刊标准可分为核心期刊和一般期刊。由表 2 和表 3 可知, 2001 年到 2012 年的发表在期刊上的积极心理学研究论文共有 635 篇, 核心期刊有 139 篇, 占总期刊数的 22%, 总论文数的 19%; 积极心理学研究论文发表在一般期刊上的有 494 篇, 占总期刊数的 78%。占总论文数的 67%。由此可见, 我国积极心理学研究的水平目前还低, 研究水平还需要提高。

3、积极心理学研究论文的研究对象

积极心理学从研究对象上看可分为三个层面, 即在主观的层面上研究积极的体验: 幸福感和满足(对过去)、希望和乐观主义(对未来; 在个人的层面上, 研究积极的个人特质: 爱的能力、工作的能力、勇气、人际交往技巧、对美的感受力、毅力、宽容、创造性等; 在群体的层面上, 研究公民美德和使个体成为具有责任感、利他主义、有礼貌、宽容和有职业道德的公民的积极的社会环境, 包括健康的家庭、关系良好的社区、有效能的学校、有效的组织管理等。我国学者关注积极心理学, 逐渐把其目光放到了国内心理健康的教育方面, 具体研究情况如下表:

表 4 积极心理学论文的研究对象

内容 年份	积极主观 体验	积极的人 格	积极的社 会环境	心理健康 教育	积极的心理 治疗	积极心理 学介绍	其他
2001	0	0	0	0	0	0	0
2002	2	0	0	0	0	0	0
2003	3	1	0	0	0	3	2
2004	5	0	1	0	2	0	4
2005	4	1	1	0	1	3	4
2006	10	7	0	7	3	2	5
2007	13	3	3	21	4	6	18
2008	7	4	8	24	4	7	33
2009	8	7	10	30	3	2	33
2010	10	9	10	32	4	2	44
2011	11	17	11	43	1	2	52
2012	22	12	18	39	3	5	71

总计	95	61	62	196	25	32	266
百分比 (%)	0.13	0.08	0.08	0.27	0.03	0.04	0.37

由表4可知,目前我国在2006年后积极心理学的研究涉及到心理健康教育的文献最多,其次是对积极的主观体验的研究文献较多。积极的人格和积极的社会环境研究的比较少,关于专门对积极心理学的进行介绍的文献和研究积极心理学治疗发的文献都不多。其他主要是涉及积极心理学的研究综述,积极心理学与具体学科的教学、积极心理学对家庭教育方面及积极心理学具体应用和实践方面的文章。可见,目前我国对积极心理学的研究主要集中在积极心理学视野下的心理健康教育和积极的主观体验方面的研究。对积极的人格和积极的社会环境以及积极心理治疗的研究不多,这可能与积极心理学不成熟,存在理论基础单薄,理论体系不完整,研究对象和内容不够全面,缺少令人信服的纵向研究^[6]有关。

4、积极心理学的研究方式及作者合作分布

表5 论文作者分布一览表

人数 年份	1人	2人	3人	4人	5人	6人
2002	2					
2003	5	2	2			
2004	8	4				
2005	9	5				
2006	26	6	2			
2007	40	20	4	1		
2008	52	26	8	1		
2009	57	30	6			
2010	73	25	8	2		
2011	83	38	12	1	2	1
2012	117	33	13	2	3	2
总计	472	189	55	7	5	3
百分比(%)	0.65	0.26	0.08	0.01	0.006	0.004

(注:有6篇文献无法确定作者,因此未纳入统计范围内,总论文数为731)

从研究方式来看(见表5),独著论文472篇,占论文总数的65%;合著论文259篇,占论文总数的35%。在合著论文中,2人合著的占合著论文总数的73%,3人合著论文占21%,4人合著论文占3%,5人合著论文占2%,6人合著论文占1%。可见,合作研究逐渐成为积极心理学研究的主要形式,尤其以2人合作研究最为突出。

以第一作者(或执笔人)为准统计作者数量,发现论文作者的数量较多,在737篇论文中发表论文仅一篇的作者有551人,占作者总数的89%;而发表论文在2篇及2篇以上的作者

有 71 人, 占作者总数的 11%。表明积极心理学研究队伍正在形成过程中, 但是核心作者并未形成。根据普赖斯定律: 科学家总人数开平方, 所得到的人数撰写了全部科学论文的 50%^[6]。由此可知, 我国积极心理学核心作者群的形成还需要一段时间, 毕竟积极心理学从产生到现在才 10 多年。

5、我国积极心理学研究论文的研究类型

我国学者对积极心理学的研究主要是从理论思辨、探讨和实际应用两个角度进行的, 理论方面, 目前国内心理学界对于积极心理学的研究主要集中于研究领域、意义和跨学科研究、积极心理学的缘起及概念等几个方面。在实践应用方面, 由于积极心理学处于起步的阶段, 专门的实证研究和实际应用在国内和国外都比较少。

表 6 积极心理学期刊文献类型

	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	总计	百分比 (%)
理论探讨	0	2	9	11	13	32	64	82	78	98	116	138	643	0.87
实践应用	0	0	0	1	1	2	4	5	15	13	21	32	94	0.13

由表 6 可知, 对于积极心理学的研究, 学者们主要是从理论思辨的角度, 停留于理论方面的探索, 这方面的文章占了 87%, 而关于积极心理学实践应用的文章占 13%。可以看出绝大部分学者都倾向于积极心理学理论方面的探索, 少有学者进行实践探索和理论的应用, 因此, 我国积极心理学在有关实践探索和实证研究方面应该加强。

三、 结论

虽然积极心理学目前正处于发展阶段, 试图对它作出全面的评价还为时过早, 但其所具有的价值和研究内容都值得我们给予仔细而又审慎的注意。通过对积极心理学研究的文献进行内容分析, 我们可以得出以下五个结论: 第一, 我国积极心理学研究近年来逐渐受到学者们关注和重视 (如表 1 和图 1)。特别是 2010 年—2012 年, 三年间发表论文 418 篇, 占样本总论文数目的 57%。而且近年来不少学者也出版了积极心理学的相关书籍, 比如北京师范大学心理学院教授、博士生导师刘翔平出版的《当代积极心理学》、浙江师范大学教育学院教授, 教师教育学院副院长任俊出版的《积极心理学》、中国特殊教育的社长孟万金教授出版的《积极心理健康教育》等等; 第二, 积极心理学研究论文的发表源主要分布在期刊上, 但相关研究论文在主流学术刊物 (核心期刊) 上发表数量并不多, 论文的水平需要进一步提高。积极心理学是一种新的研究取向, 是心理学理论的一种新的架构, 它通过对消极心理学

的批判,实现了心理学本体价值的再次回归。虽然我国近几年积极心理学的发展已经达到历史上从未有的高度,但总的研究水平还有待提高,因此,我国积极心理学的研究应该关注质与量的并重;第三,在研究对象上,侧重心理健康教育和积极的主观体验,特别是积极心理健康教育方面,在《中小学心理健康教育》上发表了 56 篇关于积极心理健康教育的文章,其数量遥遥领先于有关积极心理学文章发表在其他期刊的数量(如表 7),而对积极的人格和积极的社会环境研究偏少。由此,我们可以得知我国积极心理学的研究应当注重研究内容的全面性。

表 7 积极心理学研究文章在所发表期刊上篇数的排名情况

排名	期刊名称	文章篇数	所占比例
1	中小学心理健康教育	52	0.26
2	中国成人教育	11	0.06
3	思想理论教育导刊	8	0.04

第四,我国积极心理学研究队伍正在形成过程中,但并不稳定,尤其是核心作者群并未形成。核心作者群的形成是一门学科研究成熟稳定的重要标志。目前我国积极心理学研究目前还没有高产作者队伍,这也可能因为积极心理学自身的发展原因有关,它产生的历史还很短且不够成熟的。因此,这这需要国内一些心理学研究的单位和其他学术机构制定积极心理学研究的长远规划,围绕规划进行深入研究,积极建设一支高质量、稳定的、专业性强的研究队伍;第五,积极心理学研究应当强化应用性。任何一项技术创造都是为了更好地服务人类,而积极心理学的发展对于人类寻求幸福的生活和构建和谐的社会、世界有着重要的作用。目前,我国积极心理学的研究倾向于理论思辨和探讨,因此,需要更多的专家、学者们深入研究,将研究成果运用到实践中去,运用到生活中去,这需要学者们付出长时间的努力。

由于积极心理学发展时间很短,在中国的发展也刚刚起步,国内没有专门发表积极心理学的刊物或杂志,论文的数量和质量难以准确定位。相信随着积极心理学理念的逐步深入,积极心理学将对提高我国的国民幸福水平,心理健康水平以及促进我国社会建设起到积极的推动作用,积极心理健康教育也将领跑国内的积极心理学运动。

参考文献

- [1] Sheldon KM, Laura K Why Positive Psychology Is Necessary 1 Am Psycho, 2001, 56 (3): 56-671
- [2] Sheldon M, King L. Why Positive Psychology Is Necessary. American Psychologist, 2001, 56 (3) : 216~217
- [3] 任俊. 积极心理学思想的理论研究[D]. 南京师范大学, 2006. 第 10 页
- [4] 任俊. 《积极心理学》[M]. 上海. 上海教育出版社. 2006. 第 17 页
- [5] 苗元江, 余嘉元. 积极心理学: 理念与行动. 南京师范大学学报(社会科学版), 2003, (3): 81-87
- [6] 张季娅. 洛特卡定律与普赖斯定律. 科学学与科学技术管理, 1984, (9): 17-22

Content analysis was used to analyze the current situation of the development of positive psychology in our country

MaoMei Liu

(HuNan University, Chang Sha / HuNan , 410012)

Abstract: In this paper, included in Chinese journals online article 737 (2001-20012) on positive psychology research papers is analyzed with the method of content analysis, From the positive psychology research papers published time, the number of published articles, publications, the authors of the paper, the paper research content such as the class objective statistical data can be found in this 12 years development trend of positive psychology, the current research status and the research contents, research approach and so on.

Keywords: The way of content analysis Positive psychology Research papers Document Analysis

作者简介: 刘茂梅, 四川泸州人, 湖南大学教育科学研究院 2014 级硕士研究生, 高等教育学方向

