



中国科学院心理研究所
INSTITUTE OF PSYCHOLOGY, CAS

心讯

2021年第1期 总第226期

导 读

心理所2020年度十件大事

心理所召开新一届领导班子宣布会议

心理所认真学习贯彻中国科学院2021年度工作会议精神

心理所召开2021年度工作会议

阴和俊调研心理研究所

《心理健康蓝皮书》发布会成功举办

中国科学院心理研究所

《心讯》

二〇二一年第一期（总226期）

中国科学院心理研究所综合办公室

2021年4月

目 录

◆ 所内要闻

心理所 2020 年度十件大事·····	5
心理所召开新一届领导班子宣布会议·····	6
心理所认真学习贯彻中国科学院 2021 年度工作会议精神·····	7
心理所召开 2021 年度工作会议·····	9
阴和俊调研心理研究所·····	10
汪克强调研心理研究所·····	12
《心理健康蓝皮书》发布会成功举办·····	12

◆ 新成果 新进展

心理所研究发现微观关系距离与宏观社会生态对人际信任的交互影响·····	15
心理所基于微博数据对 COVID-19 期间公众情绪反应开展观察研究·····	17
心理所研究通过手机日志数据探究抑郁与智能手机社交行为的关系·····	18
心理所研究发现催产素调节人类对化学性别线索的解码·····	20
心理所研究揭示首发精神分裂症共病肥胖与阳性症状严重程度呈正相关·····	22
心理所研究发现慢性精神分裂症患者吸烟行为与认知功能的关系·····	23
心理所研究揭示社会语义积累的神经关联·····	24
心理所研究揭示精神分裂症患者的神经软体征与小脑-大脑功能连接异常有关·····	26
心理所研究揭示 DSM-5 创伤后应激障碍的临床症状结构·····	27
心理所研究揭示意义建构可以帮助人们积极应对新冠疫情·····	28
心理所研究发现言语产生中语义和语音为并行加工·····	29

心理所研究发现情绪线索对双相障碍和精神分裂症患者事件前瞻记忆功能有促进作用·····	31
心理所研究揭示新冠疫情期间导致孕产妇抑郁发生的危险因素·····	31
心理所研究发现精神分裂症阴性症状对发病年龄影响认知功能具有中介作用且受 BDNF 调节·····	32
心理所研究探索个体的特质自尊在三维空间内的面部表达·····	34
心理所研究揭示成瘾行为形成的 DNA 去甲基化调控机制·····	35
心理所研究阐明句子语境影响中文阅读词切分的认知机理·····	37
心理所研究发现 P50 可能是首发精神分裂症患者临床症状及认知障碍的有效生物标志物·····	38
心理所研究发现无创性脑刺激能提升老年人认知及躯体健康水平·····	41
心理所研究发现高分裂型特质个体更可能觉知到付出高于回报型失衡·····	43
心理所研究发现动作镇痛的行为特性与神经机制·····	44
心理所研究揭示传统太极拳的正念成分·····	46
心理所基于文本数据研究四库全书儒家经典的“仁”“礼”变迁·····	48

◆学术活动

中国科学院行为科学重点实验室召开 2020 年度学术交流会暨项目结题答辩会·····	49
中国科学院心理健康重点实验室召开 2020 年度学术年会暨学术委员会会议·····	50
心理所举办第三届发展认知神经科学线上研讨会·····	51
心理所成功举办“移空技术工作坊”·····	51
心理所牵头承担“心理调适对老年健康的影响和干预作用”国家重点研发计划专项项目·····	53

◆综合新闻

心理所视觉与计算认知实验室荣获“中央和国家机关三八红旗集体”·····	54
心理所荣获 2020 年度中国女科技工作者社会服务奖·····	54
心理所荣获北京分院 2020 年度“弘扬科学家精神”系列活动多项表彰·····	55
心理所荣获中科院老科协 2020 年度“学术沙龙工作优秀奖”·····	56
内蒙古库伦旗政法委向心理所发来感谢信·····	56
心理所举行 2021 新春线上团拜会·····	57

◆ 党群之窗

心理所两课题分别荣获北京分院党建政研会 2020 年度优秀课题一等奖、二等奖	58
心理所召开 2021 年第一次党委理论学习中心组学习扩大会议	59
心理所举办学习贯彻党的十九届五中全会精神辅导报告会	60
心理所纪委学习贯彻十九届中央纪委五次全会精神	61
心理所党委举办 2020 年度党务干部培训班	61
心理所召开 2020 年度党员领导干部民主生活会	63
管理支撑与学会联合党支部召开全体党员大会	64
心理所书画协会举办系列活动迎春送福	65

◆ 人物聚焦

陈楚侨研究员获 2021 年全球精神分裂症研究奖	66
陈楚侨研究员受邀加入期刊 Schizophrenia Research 编委会	67
韩布新研究员受邀参加全国老龄委第一届专家委员会成立大会暨专题研讨会	67
蔡新璐、周晗昱两位博士荣获精神分裂症国际研究协会（SIRS）2021 年会议“Early Career Award”	68

◆ 应用与服务

心理所与佛山市人民政府签署战略合作协议	68
心理所联合湖北妇联举办“家庭服务心理教练”培训助力提升基层治理水平	69
胡理研究组“一种用于镇痛的音乐电刺激的产生方法”获国家发明专利授权	70
心理所召开抗疫医护人员心理援助行动试点项目推进会	71
福州市仓山区中小学生学习积极心理品质培养项目正式启动	71
2020 年朝阳区中小学生学习积极心理品质项目经验交流会顺利召开	72
心理所在内蒙古库伦旗开展家校共育工作坊	73
“问题管理加（PM+）”2020 年度会议圆满召开	75

◆ 学会动态

中国心理学会荣获中国科协 2020 年度全国学会科普工作优秀单位	76
中国心理学会第十二届理事会第四次全体会议暨全国各省级心理学会理事长联席会在广州召开	78
中国心理学会召开理事会党员会议学习党的十九届五中全会精神	79

中国心理学会第六届（2020-2022 年度）青年人才托举工程项目遴选会在京召开·····	79
---	----

◆ “心理健康蓝皮书” 专栏

总报告《2020 年国民心理健康状况调查报告：现状、趋势与服务需求》：意识增强，表现乐观，需求多重，但地区和人群差异明显·····	81
分报告《2020 年医务工作者心理健康状况调查报告》：医务工作者心理健康水平存在差异，工作-家庭冲突影响工作倦怠·····	83
分报告《2020 年广东地区产业工人心理健康与生活满意度调查》：整体状况良好，关注自我调节、教育孩子和人际交往等方面知识·····	85
分报告《2020 年大学生心理健康状况与需求》：心理健康意识较强，具备一定的心理健康技能，但仍有待提高·····	87
专题报告《2020 年中国青少年心理健康素养现状》：青少年心理健康知识掌握不足，心理健康技能运用需提高，家庭环境影响明显·····	88
专题报告《农村贫困地区留守儿童心理健康状况》：不同年龄、不同年级、不同留守状态儿童情绪行为问题有差异·····	90
专题报告《2009 年和 2020 年青少年心理健康状况的年际演变》：稳中有降，抑郁检出率平稳，九成孩子睡眠不足·····	93
专题报告《老年人心理健康状况调查报告及干预建议——以北京市老年人为例》：老年人的幸福感和自尊水平处于中等偏上水平，锻炼是老年人心理健康的良药·····	95

心理所 2020 年度十件大事

1. 启动新冠肺炎疫情心理服务行动，从建言献策、一线服务、科普宣传、科学研究等多方面推进，充分发挥心理学国家战略科技力量不可替代的重要作用。陈雪峰获中国科学院“优秀共产党员”称号；吴坎坎被评为全国抗击新冠肺炎疫情青年志愿服务先进个人、中国科学院科技创新发展中心（北京分院）优秀共产党员，并获首都精神文明建设奖；刘正奎获“典赞-2020 科普中国”年度科普特别人物称号。

2. 通过“十三五”时期“一三五”规划任务验收，“灾后心理援助工作”作为其他代表性科技成果在评议中获评优秀。正在制定“十四五”发展规划，明确未来五年发展的“一三五”规划任务。

3. 以心理所为第一单位发表 JCR SCI/SSCI 文章 157 篇，其中 Q1 文章占比 45%。争取国家重要科技任务取得突破，首次牵头获批科技部重点研发计划项目 1 项；获批国家自然科学基金项目 20 项，含国际合作与交流重点支持项目 1 项。

4. 科教融合工作取得新进展，心理学系增设本科专业，计划 2021 年开始招生；教育教学成果取得佳绩，蒋毅入选国科大领雁金奖、陈楚侨入选领雁银奖、王力和严超赣获评院优秀研究生导师、胡理获评朱李月华优秀教师，《脑电技术的教学探索与创新》（胡理、古若雷）获中科院教育教学成果二等奖、《行为决策的课程教学与创新》（李纾、栾胜华、郑蕊）获国科大教育教学成果二等奖，陈骁获评院优秀博士论文，李根获院长奖特别奖；心理学系获北京市抗击新冠肺炎疫情先进集体称号；心理学系编排的心理剧《心理实验室》获全国高校第三届心理情景剧大赛一等奖。

5. 引进高层次人才涂毅恒；刘正奎、杜峰入选国家相关人才项目。严超赣、王力、蔡华俭和王莉入选爱思唯尔 2019 年中国高被引学者。张建新任中国社会心理学会会长；陈楚侨加入 Biological Psychiatry: Global Open Science 创始编委会；王力担任 European Journal of Psychotraumatology 编委。

6. 获批建设中国科学院心理服务工程实验室，以智能化心理评估与干预为核心任务，力争实现线上线下服务模块有机整合，打造具有中国特色、国际领先的“互联网+心理服务”科技创新平台。推出中国科学院心理健康服务平台，于 2 月 3 日面向武汉分院系统各单位开放，2 月 10 日面向全院开放，3 月下旬服务平台手机端“科苑心理服务”上线，为全院师生筑起疫情心理防护网。

7. 周雯研究组和张弢研究组合作，采用视觉光流刺激和纯嗅觉气味（不激活三叉神经）进行实验，揭示了适度的鼻间气味浓度差可有效偏移个体的自身运动方向知觉，使其认为自己在向气味浓度更高的那侧行进，表明人类拥有“立体嗅觉”，在意识层面下进行导航，该研究为人类嗅觉虚拟现实系统的设计和发展提供了思路。相关成果在 PNAS 发表。“嗅觉障碍辅助诊断棒”系列产品获批医疗器械资质，是面向本土临床需求，整合了识别、分辨、阈

值功能检测的首个综合性嗅觉障碍诊断产品,可有效服务于临床对个体嗅觉功能的系统评估,填补了我国市场空白。

8.《心理学报》被 ESCI、Scopus 数据库收录。《心理学报》和《心理科学进展》均入选 2020 年“中国最具国际影响力学术期刊”。

9. 管理支撑与学会联合党支部获中国科学院“先进基层党组织”称号;王利刚获中科院北京科技创新发展中心(北京分院)“优秀党务工作者”称号;所团委获 2019 年度“全国五四红旗团委”;《二胎时代下科研女性的工作-家庭关系及应对方案报告》获院政研会群团分会课题成果一等奖;《心理学视角下研究生思想政治教育现状与对策研究》获中科院北京科技创新发展中心(北京分院)党建政研会 2020 年度论文一等奖。

10. 通过 2020 年全国文明单位复查和《科研组织知识产权管理规范》(GBT33250-2016)国家标准认证。应用发展部连续三年获北京分院技术转移工作组织奖。

[返回目录](#)

心理所召开新一届领导班子宣布会议

作者:人事处

3月3日上午,中国科学院心理研究所召开新一届领导班子宣布会议。中科院人事局副局长蔡宏志主持会议,研究所新老领导班子成员、党委委员、纪委委员、副处以上中层管理人员、业务骨干等参加会议。

蔡宏志宣读了《中共中国科学院党组关于傅小兰等同志职务任免的通知》:经研究,决定傅小兰同志任心理研究所所长;孙向红、陈雪峰同志任心理研究所副所长;刘斌同志任心理研究所纪委书记;免去刘勋同志心理研究所副所长职务,保留副局级;免去陈雪峰同志心理研究所党委副书记、纪委书记职务。蔡宏志指出,心理所上一届领导班子党政配合、团结协作,积极贯彻落实“率先行动”计划,认真组织实施“一三五”规划,稳步推进特色研究所建设,在心理疾患的识别与干预、感觉信息整合及其脑机制、社会心理服务与精细化社会治理等方面取得重要成果,同时在科教融合、国际合作、党建创新、文化建设等方面也取得了较好的成效。本次班子换届,刘勋同志不再担任研究所领导职务。为感谢刘勋同志在副所长岗位上的辛勤付出和作出的重要贡献,蔡宏志受院党组委托,为刘勋同志颁发了学术副所长聘书及荣誉证书。

傅小兰代表新一届领导班子发言。她感谢院党组的信任和委派,感谢全所干部职工的信任和支持,也感谢上一届领导班子为研究所发展付出的心血和努力,并代表全所干部职工,热烈欢迎刘斌同志来所担任纪委书记。傅小兰指出,目前研究所发展面临新的机遇,也面临巨大的挑战。面对新形势、新任务和新要求,我们必须深入贯彻新发展理念、加快构建新发展格局,认真贯彻落实院工作会议精神和要求,努力做好六个方面的工作:一是进一步强化国家战略科技力量的使命与担当,努力在科技自立自强中发挥骨干引领作用;二是聚焦主责主业,加强基础研究和关键核心技术攻关;三是坚持系统观念,扎实推进全面深化改革;四是进一步加强制度建设和严格制度执行,牢牢绷紧纪律规矩之弦;五是坚持立党为公,执政

为民，把维护好广大职工群众的根本利益作为工作的出发点和落脚点，为群众多办实事，多办好事；六是扎实推进党建工作高质量发展，为研究所改革创新提供坚强的政治和组织保证。傅小兰表示，新一届领导班子将不忘初心、牢记使命，不负院党组重托，不负全所干部职工信任，同心同德，攻坚克难，领导研究所充分发挥学科优势，把研究所建设成为国际著名的心理学研究机构。

宣布会议后，蔡宏志向新老领导班子成员反馈了对上届领导班子的考核和民主测评结果。



院人事局副局长蔡宏志主持会议



蔡宏志为刘勋同志颁发学术副所长聘书及荣誉牌



心理所所长傅小兰代表新一届领导班子发言



宣布会议现场

[返回目录](#)

心理所认真学习贯彻中国科学院 2021 年度工作会议精神

近日，中国科学院心理研究所通过行政办公会、党委会、支部会议等多种形式，结合研究所各方面工作，开展集中研讨，贯彻落实中国科学院 2021 年度工作会议精神。

1 月 15 日，中国科学院 2021 年度工作会议召开。此次工作会议是在“十四五”开局之年、中科院开启全面实现“四个率先”新征程的关键之年召开的重要会议。会议总结了 2020 年度工作，部署了“十四五”时期和“率先行动”计划第二阶段发展战略与 2021 年度重点任务。心理所领导班子成员、中层以上领导干部和科研骨干在南楼九层会议室，通过视频会议的形式参会学习。

1 月 18 日，心理所召开 2021 年第一次行政办公会，集中传达学习中国科学院 2021 年度工作会议精神。心理所所务会成员与中层领导干部参会。会议由心理所所长傅小兰主持。

傅小兰首先总结传达了侯建国院长在院工作会议上的报告内容，对报告中 2021 年的工作思路和重点任务进行了解读。她强调，研究所各部门要认真学习 and 贯彻落实院工作会议精神，瞄准习近平总书记对中科院提出的“四个率先”和“两加快一努力”要求，将此要求作为一切工作的出发点和落脚点，作为检视工作成效的标准；要牢记作为“国家队”“国家人”，必须心系“国家事”、肩扛“国家责”，坚守“创新科技、服务国家、造福人民”的

初心和使命，肩负起国家战略科技力量的使命担当、在科技自立自强中发挥骨干引领作用；研究所各部门要聚焦主责主业开展分析，明确研究所科技创新的主攻方向和着力点，聚焦原始创新和关键核心技术突破，高质量做好“十四五”规划编制；加快高水平人才队伍建设，特别是优秀青年人才队伍建设，做好人才培养和引进工作；以国家重点实验室体系重组为契机，健全治理体系，提高治理能力，推进研究所改革及各项工作协调发展，真正肩负起国家战略科技力量的历史担当和时代担当。

党委书记孙向红在发言中强调，心理所在“十四五”规划中，要进一步加强党的全面领导，持续推进全面从严治党和正风肃纪。在党管人才、党管干部方面，依靠科研平台和我院建制化优势，稳定和吸引人才，培养和打造一支优秀的科研队伍，为“十四五”开局之年的各项重点任务的圆满完成提供有力保障。与会人员围绕工作实际，针对党建工作、科研管理、人才队伍、学生管理和学科建设与评估、成果转移转化和科普工作、实验平台建设、财务资产管理等工作中遇到的具体问题及未来工作计划开展研讨，并表示将继续深入学习思考工作会议精神，进一步修改完善 2021 年的工作计划和十四五规划，戮力同心为研究所的发展奋斗。

1 月 19 日上午，心理所召开 2021 年第一次党委会，专题传达学习中科院 2021 年度工作会议精神。心理所党委书记孙向红主持会议。

孙向红首先传达了院工作会议精神，重点介绍了侯建国院长和阴和俊副书记的工作报告内容中关于党建工作的相关部署，并结合研究所党建工作实际作总结发言。她指出，院工作会议为我所未来发展指明了方向，明确了定位，突出了工作重点，同时也提出了具体要求，并强调心理所要继续加强党的全面领导，组织全所同志继续深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、十九届五中全会精神和院工作会议精神；充分发挥所党委在研究所“三重一大”决策中的作用和党支部在推动业务工作中的战斗堡垒作用，开展“基层组织提升年”等活动，促进党建工作与业务工作深度融合；大力开展“弘扬科学家精神”系列活动，激励广大科研人员团结奋进，围绕国家需求，积极承担重大项目，抢占科技战略制高点；加强年轻干部选拔和科研创新人才的培养；层层压实全面从严治党“两个责任”，开展落实党风廉政建设责任制考核工作和全面从严治党主题责任清单自查工作。真正将全所同志思想和行动统一到院党组的决策部署上来，对标对表习近平总书记对院所提出的“四个率先”和“两加快一努力”的要求，聚焦主责主业，心系“国家事”，肩扛“国家责”，为研究所改革发展贡献力量。

傅小兰结合研究所党建工作，提出要进一步创新党建工作方式方法，将新时代党建与业务工作实际相结合，科学找准党建工作与科技创新深度融合的契合点，达到党建与业务“两手抓，两手硬”，发挥党建对科技创新的政治引领和支撑保障作用。随后，党委副书记、纪委书记陈雪峰，以及党委委员刘勋、周智红、张建新分别结合院工作会议报告内容谈了自身体会，并从加强全面从严治党、党建与业务融合、后备干部培养、作风建设、纪律建设、弘扬科学家精神等方面，对研究所党建下一步工作提出了工作建议。

心理所各支部也先后召开支部会议进行专题学习。2月25日，管理支撑与学会联合党支部开展主题党日活动暨专题党课学习，邀请陈雪峰作“学习贯彻落实中国科学院2021年度工作会议精神”专题党课。陈雪峰以院工作会议报告内容为切入点，从“战略科技力量”和“自立自强”两个关键词展开，结合研究所科技创新和管理支撑工作中的重点要点，带领支部党员开展集中学习。

[返回目录](#)

心理所召开 2021 年度工作会议

作者：综合办公室

3月31日上午，中国科学院心理研究所在和谐楼九层会议室召开2021年度工作会议。会议以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻落实中央精神和2021年度院工作会议精神，部署研究所2021年度重点工作。全所职工、博士后共202人参加此次会议。

会议第一阶段由心理所所长傅小兰主持。心理所所务会成员分别作报告，结合院工作会议精神介绍了各自分管工作的要求和思路。傅小兰首先作“聚焦主责主业凝心聚力 砥砺前行”报告，介绍研究所“十三五”规划完成情况、2021年度院工作会议精神和2021年工作思路，并重点介绍了心理所申建心理健康国家重点实验室、“十四五”建设目标等工作的思路。她强调，研究所要进一步强化国家战略科技力量的使命与担当，努力在科技自立自强中发挥骨干引领作用；聚焦主责主业，加强基础研究和关键核心技术攻关；坚持系统观念，扎实推进全面深化改革；加强制度建设，扎实推进党建工作高质量发展，为研究所改革创新提供坚强的政治和组织保证。

党委书记、副所长孙向红介绍了院工作会议精神中关于未来全院改革创新发展的相关要求和重点工作，并详细介绍了研究所党建、科研、人事的工作思路和年度重点任务，强调将继续做好党建工作、“十四五”规划编制、人才队伍建设等工作，承担国家重大科技任务、加强平台建设、拓展国际合作。

副所长陈雪峰介绍了研究所财务、资产、学生工作的工作思路和年度重点任务，强调将继续完善资金管理和经费管理制度，推动全成本核算，做好空间资源配置，强化教育管理体系建设，加强科教融合和导师队伍建设。

纪委书记刘斌介绍了纪监审、宣传、安全、保密、信息化的工作思路，强调将以贯彻党组要求、定位保驾护航、树立底线思维、加强协同统筹为思路，加强党的政治建设，加强全面从严治党、作风学风建设、监督执纪和内审监督，筑牢安全生产防线，推进保密工作体系建设，提高宣传工作影响力，加强信息化建设。

会议第二阶段由孙向红主持。管理部门和继续教育学院负责人分别汇报了2021年度部门工作计划和举措；中国科学院心理健康重点实验室和行为科学重点实验室负责人汇报了实验室2020年工作总结和2021年工作计划。

会上还进行了心理所2020年度知识产权工作优秀团队和优秀个人、信息宣传工作先进集体和先进个人颁奖。陈楚侨研究组等2个团队获“知识产权工作团队奖”，党玮等2人获

“知识产权工作优秀个人奖”；朱廷劭研究组等 5 个部门获“信息宣传工作先进集体”称号，陈楚侨等 5 人获“信息宣传工作先进个人”称号。

2021 年，心理所将以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻落实中央精神和院党组部署，加快推进“四个率先”，瞄准“两加快一努力”要求，围绕主责主业，聚焦原始创新和关键核心技术突破，加强顶层设计和统筹谋划，整合力量申建“心理健康国家重点实验室”，加大人才引进与培养力度，充分激发创新活力和潜力，促进代表性成果产出，推动科技创新高质量发展，彰显国家战略科技力量的责任和担当。



会议现场



颁奖典礼

[返回目录](#)

阴和俊调研心理研究所

作者：综合办公室

3 月 12 日，中国科学院副院长、党组副书记阴和俊到中国科学院心理研究所调研，并与心理所领导班子成员、党委委员、科研和管理骨干等进行座谈交流。

阴和俊首先参观了心理所磁共振成像中心、智能光环境、脑电、虚拟现实等实验室，随后参观了心理所转移转化重点成果展，详细了解心理所的实验平台建设情况和最新科研进展，以及转移转化重点成果，并与科研人员进行亲切交谈。



参观虚拟现实实验室



参观智能光环境实验室

调研座谈会上，心理所所长傅小兰汇报了研究所的总体情况，重点介绍了“十三五”期间的科研成果产出、争取承担的重要科研项目、人才队伍和科研平台建设、科教融合、国际交流合作、成果转移转化、社会心理服务等工作开展情况，以及“十四五”建设目标、科研布局等工作设想。心理所党委书记、副所长孙向红介绍了研究所党建工作基本情况和工作进展，以及未来的工作思路和重点工作计划。

阴和俊认真听取了心理所的工作情况汇报，并与班子成员和科研骨干代表进行面对面交流，征询意见建议，回应他们的关切。他对心理所“十三五”期间各方面工作的进展和成效给予肯定，并为心理所在服务健康中国、平安中国、科技强军等国家重大战略需求中做出的贡献点赞。他指出，党中央对于科技创新工作给予高度重视和殷切期望，我们要深入学习贯彻习近平总书记关于科技创新的重要论述和对中科院的重要指示批示精神，认真贯彻落实党中央决策部署和院党组工作要求，对标对表“四个率先”和“两加快一努力”要求，牢记使命担当，聚焦主责主业，以科技创新的实际行动和新的贡献真正践行“两个维护”。



调研座谈会

阴和俊对心理所党建和业务工作的融合，特别是两个党支部开展的科技扶贫和“赛客行”活动表示肯定，并希望研究所加强党对科技工作的全面领导，充分发挥基层党组织的战斗堡垒和党员先锋模范作用，进一步促进研究所党建工作和业务工作深度融合，保障研究所中心工作的开展；继续大力弘扬科学家精神，服务国家、造福人民，肩负起科技创新的重要使命，为全面实现“四个率先”、建设科技强国做出更大贡献。



中国科学院副院长、党组副书记阴和俊讲话

中科院重大科技任务局副局长黄铁青、直属机关党委副书记房自正和相关负责同志参加调研。

[返回目录](#)

汪克强调研心理研究所

1月11日，中国科学院党组成员、秘书长汪克强到心理研究所调研，与心理所相关所领导和相关部门负责人进行座谈。

心理所所长傅小兰主持会议，并介绍了研究所基本情况、“十三五”规划完成情况和“十四五”工作设想。与会人员就有关工作进行深入研讨。

汪克强对心理所历史上取得的成就和近年来的工作进展给予充分肯定，对研究所工作提出五点希望：一是进一步提高政治站位，加强党对科技创新的全面领导，当前要深入学习贯彻党的十九届五中全会和中央经济工作会议精神，增强国家战略科技力量的责任感和使命感。二是充分认识我院和心理所面临的新形势、新任务、新要求，恪守特色定位，聚焦主责主业，结合“率先行动”计划第二阶段和“十四五”规划，谋划好研究所下一步发展战略和重点布局，切实发挥好国家战略科技力量的建制化优势和体系化能力。三是突出重点，统筹规划，推进研究所平台、人才、项目一体化建设，提高科研水平和服务功能。四是提高研究所管理能力和水平，为科研人员创造凝神静气、安心致研的良好环境和氛围，更好支撑研究所改革发展。五是要深入学习贯彻院党组冬季扩大会议和院工作会议精神，结合心理所实际，扎实抓好工作落实，努力开创心理所改革发展新局面。

中科院条财局相关负责人参加调研。

[返回目录](#)

《心理健康蓝皮书》发布会成功举办

作者：知识产权办公室 任婧

2021年3月1日，2020版“心理健康蓝皮书”《中国国民心理健康发展报告(2019-2020)》发布会在京成功举行。此次会议由中国科学院心理研究所和社会科学文献出版社共同主办。

心理所所长、心理健康蓝皮书主编傅小兰，心理所研究员、发展中国家科学院院士、心理健康蓝皮书主编张侃，社会科学文献出版社社长王利民，社会科学文献出版社副总编辑、中国社会学会副秘书长童根兴，社会科学文献出版社群学出版分社社长谢蕊芬，分社总编辑杨桂凤，心理健康蓝皮书报告作者等专家，以及多位国内主流媒体记者参会。



发布会现场

张侃首先在致辞中感谢社会科学文献出版社的支持、心理健康蓝皮书各合作单位的协助、各位主编和作者的辛勤付出，并强调心理健康是战略性、基础性、全局性的工作，蓝皮书基于大样本、长时程数据，分析不同人群的心理健康状况及影响因素，在新冠肺炎疫情可能对人们心理健康产生长期影响的情况下，更凸显出心理健康工作的必要性和重要性。



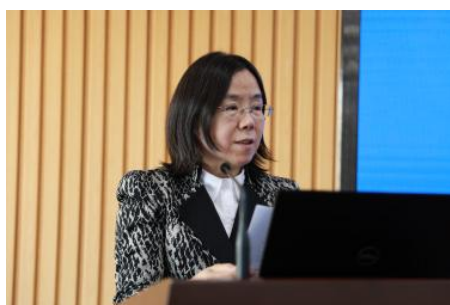
张侃院士致辞

王利民在致辞中表示，心理健康蓝皮书的研创具有很强的前瞻意识和问题解决意识，通过皮书这个载体，着眼中国实践、中国发展，将党中央的新要求、人民群众的新期待，与经济社会发展趋势紧密结合起来。他呼吁专家、学者以及新闻界的朋友继续支持社会科学文献出版社的发展，支持心理健康蓝皮书的研创。



王利民社长致辞

傅小兰在致辞中提到，随着政府重视程度和公众心理健康意识的提升，随着心理学专业队伍的成长与壮大，心理健康工作在组织性、专业性方面都在提升。心理健康蓝皮书作为重要的智库研究成果，为国家和社会提供了重要的国民状态指标，对公共政策的制定提供了科学参考。



傅小兰所长致辞

童根兴针对心理健康蓝皮书各专题报告的核心内容，结合审读书稿的总体感受，再次强调了蓝皮书各报告的科学性和社会价值，希望心理学工作者在社会科学文献出版社和“皮书系列”这一智库成果展示平台上发布更多有意义、有价值的成果。



童根兴副总编辑致辞

在报告环节，心理所教授、心理健康蓝皮书副主编陈祉妍作主题报告，介绍了 2019-2020 年我国国民心理健康的现状、各类群体的特征、国民对心理健康服务的需求、目前存在的主要障碍，以及心理健康素养研究的核心成果。



陈祉妍教授作主题报告

随后，心理健康蓝皮书分报告与专题报告的作者分别作简要报告。心理所副所长、心理健康蓝皮书副主编陈雪峰针对 2019 年我国社会心理服务体系建设状况进行了报告并提出六点建议。心理所助理研究员郭菲汇报了 2019 年在科技工作者群体中进行的心理健康调研的主要结果。北京大学医学人文学院医学心理学系教师、中国心理学会医学心理专委会委员苏英报告了老年人心理健康状况调查报告及干预建议。华北电力大学心理健康教育中心负责人史海松报告了 2009-2019 年高校新生心理健康状况的变化趋势。中国教育科学研究院助理研究员侯金芹报告了 2019-2020 年青少年心理健康状况的年际演变。

最后，在场媒体代表与现场嘉宾就我国当前国民心理健康状况及其影响因素进行问答探讨。

心理健康蓝皮书编撰团队呼吁全社会继续关注和重视心理健康，呼吁媒体加强报道，凝聚更多力量支持我国心理健康事业的发展，为提升国民心理健康水平和心理健康素养发挥更大作用。

此书为“心理健康蓝皮书”系列的第二本，不仅分析了 2019-2020 年中国各类人群的心理健康状况，而且对跨越十余年的国民心理健康状况变迁进行了分析比较。

2019 年，我国第一本“心理健康蓝皮书”《中国国民心理健康发展报告（2017~2018）》取得广泛的民众关注和社会影响。

[返回目录](#)

心理所研究发现微观关系距离与宏观社会生态对人际信任的交互影响

作者：中国科学院行为科学重点实验室 蔡华俭研究组

信任，在人类社会生活中起着不可或缺的重要作用。已有研究表明，微观环境中的关系距离（relational distance）是影响个体信任他人的重要因素：一般而言，相较于关系较浅或毫无关系的疏远他人，例如陌生人，人们会更倾向于信任与自己有着密切关系的亲近他人，例如家人和密友。此外，宏观环境中的社会生态（socioecology，包括国家文化、政治经济体制、自然环境等）是影响不同国家间信任水平差异的重要因素：在集体主义（vs. 个体主义）文化倾向越高、经济和政府管理水平越低以及自然环境越恶劣的国家，民众对陌生人的信任程度越低，反之则越高。

但是，以往研究大多没有充分考虑微观关系距离与宏观社会生态的交互作用（比如：国家文化对信任水平的影响可能在不同的关系距离下是不同的），且在研究方法上存在很多局限（比如：仅在个体层面上进行分析等）。对此，中国科学院行为科学重点实验室蔡华俭研究组的科研人员进行了4项研究，进一步揭示关系距离与社会生态的交互作用对人际信任水平的影响。

研究1是对以往研究进行整合性的元分析，这些研究聚焦于比较信任水平在英语文化圈与儒家文化圈间的差异，覆盖来自5个西方英语国家的15281名被试以及来自6个东亚国家和地区的16226名被试。结果发现：在不同类型信任测量（态度信任和行为信任）的结果上，关系距离与文化圈之间均表现出交互作用；英语社会被试对疏远他人的信任比儒家社会被试更高，而这种差异在对亲近他人的信任上不明显。

研究2通过线上实验对关系距离与国别的交互作用进行了更详细的考察。研究者分别测量了来自中国（126名）、日本（139名）和美国（142名）三所大学的学生被试对关系亲近者、关系一般者以及关系疏远者的信任水平。结果发现：与研究1相同，关系距离与国别在态度与行为信任测量结果上均存在显著的交互作用；如图1和图2所示，美国被试对疏远他人的信任整体上高于东亚被试，而在对亲近他人的信任上，国家间差异不明显。

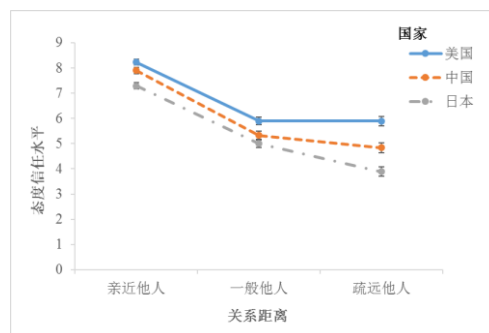


图1 关系距离与国别在态度信任水平上的交互作用

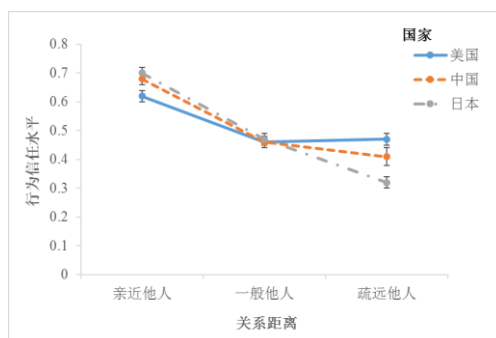


图2 关系距离与国别在行为信任水平上的交互作用

研究3主要探究社会生态变量与关系距离的交互作用,研究者对来自世界价值观调查(2005-2014年)覆盖77个国家174325名被试的态度信任数据进行了检验。结果发现,关系距离与多种社会生态变量在信任上均存在显著的交互作用:对疏远他人的信任水平在个体主义文化倾向更高(图3)、经济政治发展水平更高、基督教影响更深以及自然环境更宜人的国家中更高,但在对亲近他人的信任水平上,这些社会生态变量的差异并不明显。

研究4进一步将国家间比较的结果聚焦到同一国家内部。通过对2015年中国综合社会调查(CGSS)覆盖28个省份10968名被试的信任数据进行分析,发现关系距离与各省的个体主义-集体主义文化取向(图4)、政府管理水平以及流行病压力之间的交互作用与研究3的结果一致。特别需要指出的是,在这两个大样本研究中作者均发现个体主义-集体主义文化对交互作用具有独特的贡献,说明文化差异是国家或地区信任心理差异的重要解释变量。

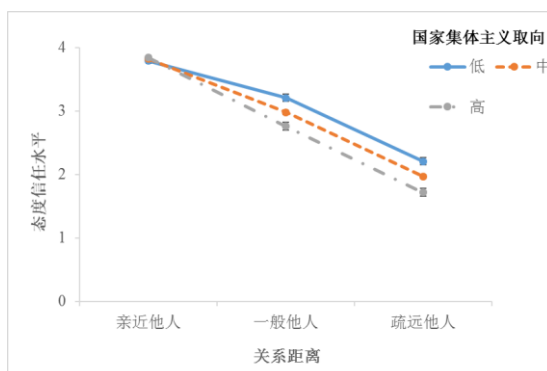


图3 关系距离与国家集体主义取向在态度信任水平上的交互作用

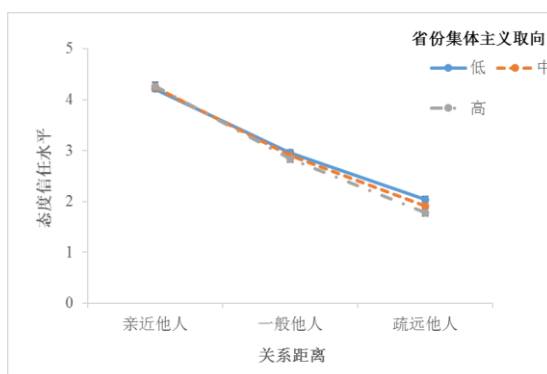


图4 关系距离与省份集体主义取向在态度信任水平上的交互作用

综上,研究者通过大量的数据以及不同层面的分析,证明人际信任受微观环境和宏观环境(特别是文化)的交互影响,为今后文化心理学的研究提供了新的思路。该研究中经典个体主义—集体主义理论所设想的文化差异更多表现在对疏远他人的信任水平上,而对亲近他人信任水平的文化差异往往很小,这说明首要群体(primary group)中的合作与信任可能具有泛文化(pan-cultural)的适应价值。因此,在今后针对社会关系的文化差异研究中,应综合考虑宏观与微观环境的作用以及文化心理的特殊性与普遍性。

此外,鉴于文化的复杂性(比如:情境特异性,横跨微观、中观、宏观水平等),研究者应尽量提高在样本和方法上的研究多样性,力求得到更可靠、更具推广性的结果。

该研究受到国家自然科学基金项目(31800944)、国家社科基金重大项目(17ZDA324)和心理所青年人才科研启动基金项目(Y7CX313008)的支持。

研究论文已发表于 *Journal of Experimental Psychology: General*。敬一鸣助理研究员和蔡华俭研究员为论文共同通讯作者。

Jing, Y. *, Cai, H. *, Bond, M. H. , Li, Y. , Stivers, A. W. , & Tan, Q. (2020). Levels of interpersonal trust across different types of environment: The micro - macro interplay between relational distance and human ecology. *Journal of Experimental Psychology: General*. Advance online publication.
<https://doi.org/10.1037/xge0000997>

[返回目录](#)

心理所基于微博数据对 COVID-19 期间公众情绪反应开展观察研究

作者: 中国科学院行为科学重点实验室 朱廷劭研究组 苏悦

新冠疫情的发展和传播对公众的生活产生了深远影响。有研究认为,传染病的爆发会影响民众的情绪,进而有可能影响疫情防控措施的实施。因此,探究个人对于传染病的情绪反应对疾病防控措施的执行具有重要意义。

近期的已有研究主要集中于民众对于疫情的短期内的情绪反应,缺少在疫情更为长期的变化视角下民众情绪反应的探究。为探究疫情发展的各个阶段民众的情绪反应,并为疫情防控工作的重心提供参考,中国科学院行为科学重点实验室朱廷劭研究组的科研人员开展了一项研究,基于微博数据分析了用户在国内疫情背景下三个月以上的时间中所发布的推文的语言特征变化情况。

该研究从 116 万微博活跃用户的数据池中,根据地域认证信息(国内 34 个省级行政区),筛选出 22423 名微博用户,抓取他们在 2020 年 1 月 1 日到 2020 年 4 月 18 日期间公开发布的内容。研究者按日期和省级行政区将用户微博进行汇总分类。之后,研究者采用该团队研发的“文心”中文心理分析系统(TextMind)提取并分析情绪词汇词频(匹配文本时使用的词典为大连理工情感词典)。之后,根据国家和国际公共卫生组织在疫情期间发布的官方通报中的三个重要时间节点,研究者将研究时间分为四个阶段,分别为酝酿期、爆发期、稳定期和防控期,并对各个阶段之间的情感词汇词频差异进行了统计分析。

统计分析结果表明,有 11 个词类的使用频率在四个阶段之间存在显著差异,包括恐惧、失望、疚、思、愤怒、慌、祝愿、相信、喜爱、惊奇和赞扬。

表 1 在四个阶段词频差异显著的情绪词结果

大类	词类	M±SD (*E-05)				F 值
		酝酿期	爆发期	稳定期	防控期	
负向情绪词	恐惧	4.16±9.41	5.90±9.03	4.29±8.24	4.37±8.24	8.895***
	失望	1.72±8.09	2.63±4.78	1.72±4.90	1.83±4.11	7.072***
	疚	0.19±0.78	0.50±1.68	0.35±1.88	2.55±9.12	9.697***
	思	1.59±4.71	1.54±3.14	1.57±3.18	2.84±9.23	5.656**
	愤怒	0.29±1.34	0.59±2.15	0.47±2.51	3.50±1.22	5.458**
非负向情绪词	慌	0.96±3.44	1.24±3.90	1.13±3.70	0.86±2.25	3.147**
	祝愿	4.05±20.45	5.02±11.20	3.45±7.85	3.29±6.42	7.148***
	相信	1.48±2.34	1.94±3.00	1.66±3.45	1.71±4.49	2.731**
	喜爱	15.65±13.86	12.58±13.59	13.53±13.97	15.11±15.69	9.194***
	惊奇	3.87±4.17	6.63±16.37	6.10±5.76	6.06±8.06	36.153***
	赞扬	10.59±11.43	12.58±12.95	12.40±15.83	13.79±43.10	4.811**

** $p < 0.05$, *** $p < 0.001$
M 为平均值, SD 为标准差。

研究结果表明,在负向情绪词类中,失望词、恐惧词、疚词和愤怒词这四类词的使用频率均呈现出爆发期显著高于稳定期的特点。在防控期,思词类的情感表达显著高于其他三个时间段。研究认为,由传染病造成的感知到的风险使得人们失去了对其生活环境的控制感,从而可能产生了恐惧情绪。而失望情绪则被认为和丧失希望或回报、以及失去日常生活习惯有关。思这类词的变化则可能同清明节的悼念活动有关。在非负向情绪中,与酝酿期相比,人们在爆发期表达了更多的赞扬、相信,而较少地表达了喜爱相关词类。此外,祝愿词类的表达在爆发期显著高于稳定期和防控期。研究认为,这类相信词和祝愿词的表达表明了人们对于群体凝聚力而非个人情感的关注,而喜爱词则更多地同个人情感表达相关。

综上,疫情爆发期人们表达的情绪最为复杂。研究有助于进一步加深对 COVID-19 期间的公众情绪反应的理解,并为疫情发展的不同阶段采取针对性的预防和控制措施提供参考。

研究成果在线发表于 *Human Behavior and Emerging Technologies*:

Su, Y., Wu, P., Li, S., Xue, J., & Zhu, T. (2020). Public emotion responses during COVID-19 in China on social media: An observational study. *Human Behavior and Emerging Technologies*. <https://doi.org/10.1002/hbe2.239>

[返回目录](#)

心理所研究通过手机日志数据探究抑郁与智能手机社交行为的关系

作者: 中国科学院行为科学重点实验室 朱廷劭研究组

抑郁症是一种常见的精神疾病,据世界卫生组织披露数据显示,全球的抑郁患者已超过 3 亿人,到 2030 年抑郁症将成世界第一大负担疾病。抑郁不仅会降低生活质量和工作效率,而且还会增加自杀率等。虽然抑郁症可以通过抗抑郁药、心理疗法等多种方法治疗,但只有不到一半的患者接受了正确治疗。其中一个重要原因是抑郁症诊断的困难。因此,研究更有效的方法识别抑郁症状就显得非常重要。

近年来,智能手机的普及为通讯和人际互动等带来了诸多便利,但它也降低了人们面对面社交的频率。已有研究表明,与面对面社交行为相比,智能手机的社交行为可能影响人们从社会环境中获得的情感支持的效果。尤其是抑郁症患者可能会通过智能手机来摆脱现实生活中的负面情绪,但过度使用智能手机的行为又会进一步导致更多的焦虑、抑郁和睡眠问题等。

已有研究发现,自我报告的智能手机使用情况与客观测量的智能手机使用情况没有显著相关。而基于智能手机的被动感知数据为研究身体、个体差异或心理健康提供了新的视角。中国科学院行为科学重点实验室朱廷劭研究组的科研人员开展了一项研究,通过智能手机收集的日志数据,检验抑郁与智能手机社交行为之间的相关性。

该研究共招募 120 名日常生活中使用 Android 手机的用户参与实验,实验时间为 1 个月。研究者使用自主开发的 Android 应用程序 MobileSens 作为数据获取工具,该程序可记录用户在使用手机过程中的日志记录数据。实验结束后,用户需进行流行病学研究中心抑郁量表(CES-D)的测试,并上传手机使用日志数据。

研究者从智能手机使用的日志数据定义了 8 种传统的通讯行为(打电话、接电话、发送短信、接收短信等)和 3 种社交应用的使用行为(微信、微博使用频率和所有社交软件的使用总频率)。已有研究表明社交行为是改变个体昼夜节律的一个重要因素,而昼夜节律的变化也与抑郁情绪息息相关。同时,多项研究发现,与其他时段相比,抑郁症患者的抑郁症状在上午更加严重。为了更深入地探究抑郁与智能手机社交行为的关系,研究者分别从全天、上午、下午和晚上四个时间段(全天: 0: 00-24: 00;上午:6:00-12:00; 下午:12:00-18:00; 晚上:18:00-6:00)对智能手机社交行为进行分析。研究者根据流行病学研究中心抑郁量表得分(以 16 分为分界)将被试分为抑郁症状组和非抑郁症状组。

研究分析发现,在传统通讯行为上,抑郁症状组在全天和下午接到联系人电话的频率显著低于非抑郁症状组($F_{1,116}=3.995, P=.048, \eta^2=0.033$; $F_{1,116}=5.278, P=.02, \eta^2=0.044$)。在社交软件使用上,抑郁症状组在全天和晚上使用社交软件的频率显著高于非抑郁症状组($F_{1,116}=6.801, P=.01, \eta^2=0.055$; $F_{1,116}=6.902, P=.01, \eta^2=0.056$)。

表 1 非抑郁症状组与抑郁症状组的智能手机社交行为差异

	非抑郁症状组		抑郁症状组		F _{性别}	F _{年龄}	F _{交互}
	男性	女性	男性	女性			
传统通讯行为, M±SD							
全天接收联系人电话	0.49±1.38	0.48±1.61	0.05±0.20	0.09±0.40	3.995*	0.005	0.010
下午接受联系人电话	0.20±0.53	0.20±0.64	0.01±0.02	0.02±0.07	5.278*	0.004	0.006
社交软件使用, M±SD							
全天使用社交软件	62.34±114.24	73.84±107.88	158.72±172.41	105.56±120.28	6.801*	0.675	1.654
晚上使用社交软件	26.30±40.08	42.61±69.62	86.42±115.56	60.90±88.05	6.902*	0.095	1.964
全天使用微博	6.64±14.79	6.31±14.79	6.34±13.08	25.49±34.78	6.689*	6.642*	7.118**
上午使用微博	1.46±3.27	1.23±2.90	1.94±4.40	6.11±8.58	8.838**	4.765*	5.932*
下午使用微博	1.88±4.59	2.11±5.57	1.58±3.17	8.19±10.81	6.370*	8.918**	7.764**
晚上使用微博	3.30±7.40	2.97±6.73	2.82±5.97	11.19±17.93	4.531*	4.889*	5.731*

注:*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001。

对于微博的使用,结果显示无论在一天中的任何时段,抑郁症状的主效应、性别的主效应,以及抑郁症状与性别的交互效应均呈显著相关。简单效应分析显示,抑郁症状组的女性用户的微博使用频率高于男性(全天: $F_{1,116}=11.744, P=.001, \eta^2=0.092$; 上午:

$F_{1,116}=9.105, P=.003, \eta^2=0.073$; 下午: $F_{1,116}=14.224, P<.001, \eta^2=0.109$; 晚上: $F_{1,116}=9.052, P=.003, \eta^2=0.072$ 。

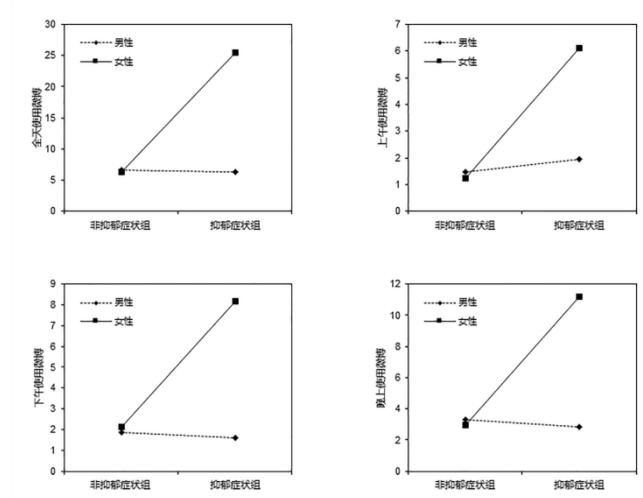


图1 微博使用的交互图

该研究通过手机的日志数据,探究抑郁与智能手机社交行为之间的关系,结果表明非抑郁症状组和抑郁症状组在智能手机社交行为上存在差异,且抑郁症状组的用户在智能手机社交行为上存在性别差异。具体来说,与非抑郁症状组的用户相比,抑郁症状组的用户接到来自联系人的电话更少(全天和下午),使用社交应用程序的频率更高(全天和晚上)。抑郁症状组中女性用户的微博使用频率在各时间段均高于男性(全天、上午、下午、晚上)。该研究增加了人们对抑郁与智能手机社交行为关系的认识,为研究更有效的抑郁识别方法提供基础,也为数据驱动的心理测量方法提供了新的视角。

该研究成果已被国际期刊 *JMIR Mhealth Uhealth* 录用并在线发表:

Wang Y, Ren X, Liu X, Zhu T. Examining the Correlation Between Depression and Social Behavior on Smartphones Through Usage Metadata: Empirical Study. *JMIR Mhealth Uhealth* 2021;9(1):e19046.

<https://doi.org/10.2196/19046>

[返回目录](#)

心理所研究发现催产素调节人类对化学性别线索的解码

作者: 脑与认知科学国家重点实验室 周雯研究组 叶玉婷 周雯

嗅觉是动物界中最广泛使用的社会信息交流通道,以个体分泌到体外的化学信号(信息素,又称费洛蒙)为载体,特定的神经肽和激素在对化学信号的加工中扮演着重要角色。逐步积累的证据表明,人体气味也可以在人类个体间传递社会信息,它们的效应通常发生在意识层面之下。其中两种人类类固醇物质被发现以一种特异于接收者性别和性取向的方式有效传递性别信息并引起下丘脑(一个负责繁衍行为的重要脑区)激活。具体而言,主要存在于男性的精液、腋下皮肤和毛发上的雄甾二烯酮(androsta-4,16,-dien-3-one)向异性恋女性和同性恋男性传递男性信息并激活其下丘脑;而最初发现于女性尿液中的雌甾四烯

(estra- 1, 3, 5 (10), 16-tetraen-3-ol) 则向异性恋男性传递女性信息并激活异性恋男性和同性恋女性的下丘脑。

在下丘脑产生的众多激素中，催产素 (oxytocin) 和加压素 (vasopressin) 这两种结构相似的九肽在演化历程中与繁衍行为和社会行为息息相关，它们的受体在嗅觉系统中也有表达，且表达模式受到性激素的调节。那么，催产素-加压素系统是否中介了人类对化学性别线索的解码？

为回答这一问题，脑与认知科学国家重点实验室周雯研究组的科研人员采用严格的心理物理学方法，在对 216 名男性受试者的共计 1056 次的施测中系统评估了催产素和加压素与对雄甾二烯酮和雌甾四烯所携带的性别信息的解码之间的关系。通过 5 个递进的实验，研究者分别考察了雄甾二烯酮和雌甾四烯对同性恋和异性恋男性的性别知觉的调制效应如何受到鼻喷催产素、加压素、以及它们共同的拮抗剂阿托西班 (atosiban) 的影响。实验中用到的视觉材料是 York University 的 Nikolaus F. Troje 教授制作的光点小人，光点小人的性别在男性和女性间作了不同程度的数字变形 (<http://www.biomotionlab.ca/Demos/BMLwalker.html>)。考虑到个体社交能力 (social proficiency) 与内源催产素水平的关系以及鼻喷催产素在不同社交能力个体上效应的异质性，研究还进一步比对了高低社交能力个体对化学性别线索的解码在不同药物干预条件间的差异。

实验结果显示，催产素，而非加压素，调制了异性恋男性对雌甾四烯所携带的女性信息的解码以及同性恋男性对雄甾二烯酮所携带的男性信息的解码；两者共同的拮抗剂阿托西班则阻断了个体对化学性别线索的解码。催产素的调制效应与剂量有关，表现出一种倒 U 型的剂量-反应模式，也与接收者自身的社交能力有关。具体而言，低社交能力的个体（一般而言内源性催产素水平更低）不能有效利用化学性别线索，鼻喷 12 IU 的催产素可以恢复这一能力，更高剂量（24 IU）的催产素则不表现出任何助益。与之相对的，高社交能力的个体（一般而言内源性催产素水平相对较高）则可以有效解码和利用化学性别线索，这一能力在 12 IU 催产素喷鼻后被削弱，在 24 IU 催产素喷鼻后被消除。在这两类个体中，不论给予 12 IU 还是 24 IU 的加压素喷鼻都不改变其原本的利用化学性别线索的状况，即与不给药情况下无异。

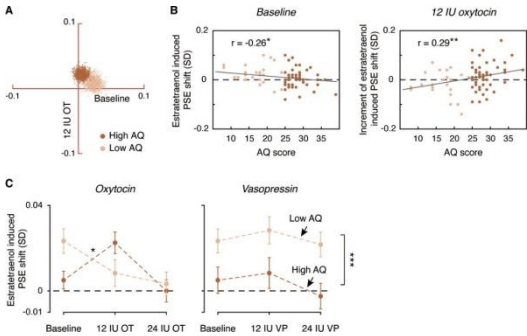


图 1. 催产素和加压素在高、低社交能力个体中的剂量-反应关系

(A) 高 (low AQ)、低 (high AQ) 社交能力的异性恋男性的自举样本均值分布，横轴和纵轴分布代表基线状态下和 12 IU 催产素喷鼻后雌甾四烯引起的性别知觉的主观相等点的偏移量 (PSE shift)。

(B)在自闭谱系量表(AQ)上的得分与基线条件下雌甾四烯引起的性别知觉的 PSE shift 负相关, 并与 12 IU 催产素喷鼻后雌甾四烯引起的性别知觉的 PSE shift 的增量正相关。

(C)整体而言, 外源性催产素显著调制异性恋男性对雌甾四烯携带的女性信息的解码, 调制作用依赖于其剂量以及个体的社交能力; 外源性加压素则没有表现出任何调节作用。

图中 PSE shift > 0 表示受试者倾向于将光点小人的性别知觉为女性; *: $p < 0.05$; **: $p \leq 0.01$; ***: $p \leq 0.005$ 。

尽管人类并不像昆虫或老鼠那样强烈地被费洛蒙所驱使, 但化学信号无疑影响着我们的社会知觉和行为。该研究成果显示人类对化学信号的加工同样与神经内分泌过程密不可分。

该研究受到中国科学院前沿科学重点研究项目(QYZDB-SSW-SMC055), 中国科学院战略性先导科技专项课题(XDBS01010200), 国家自然科学基金(31830037, 31422023)和北京市科学技术委员会资助。相关论文近期发表于 *eLife*:

论文信息: Chen, K. I., Ye, Y. I., Troje, N. F. & Zhou, W. * (2021). Oxytocin modulates human chemosensory decoding of sex in a dose-dependent manner. *eLife*, 10, e59376.

DOI: <https://doi.org/10.7554/eLife.59376>

[返回目录](#)

心理所研究揭示首发精神分裂症共病肥胖与阳性症状严重程度呈正相关

作者: 中国科学院心理健康重点实验室 张向阳研究组 田阳

肥胖是一种慢性代谢性疾病, 会导致脂肪组织过度蓄积和体重超常, 目前已经成为热点问题。根据国家卫生计生委 2015 年的报告指出, 中国成年人肥胖率高达 11.9%。有研究指出, 精神分裂症中的肥胖发病率更高, 是正常人群中的 1.5-4 倍, 造成这一高发病率的因素包括性别、不良饮食习惯和遗传易感性等, 其中最突出的因素是非典型抗精神病药物的治疗, 特别是氯氮平和奥氮平。然而, 值得注意的是, 精神分裂症患者向肥胖的转变主要发生在疾病的早期阶段。因此, 探究首发未服药精神分裂症患者中肥胖发病率是十分必要的。

已有研究发现肥胖和精神病理症状的严重程度相关。在慢性精神分裂症患者中, 肥胖常伴随着患者临床症状的改善, 主要体现在阴性症状和一般病理性症状上。然而, 这一结果未排除一些混淆因素(如用药依从性、剂量、治疗时间等)的影响, 这些因素都可以与改善的临床症状和肥胖联系在一起。因此, 以首发未服药患者为研究对象可能会消除或减少这些潜在混杂因素的影响。目前尚未有研究探讨首发未服药精神分裂症患者中肥胖与临床症状之间的关系。

中国科学院心理健康重点实验室张向阳研究组开展了一项研究, 纳入 297 例首发未服药的精神分裂症患者和 325 例健康对照组, 采用阳性和阴性症状量表(PANSS)来评估患者的精神病理症状, 探讨肥胖与症状之间的关系。

研究结果发现, 首发未服药精神分裂症的肥胖发病率为 10.77%, 与正常人群中的一致(10.5%), 但显著低于慢性精神分裂症患者(16.4%)。其次, 肥胖患者的代谢异常更加严重, 尤其在胆固醇、甘油三酯(TG)、低密度脂蛋白的水平(LDL-C)上的水平更高。另外, 首发精

精神分裂症患者的 BMI 和阳性症状严重程度呈现正相关,说明肥胖可能会在疾病的早期加重精神分裂症的精神病理症状。

该研究受国家自然科学基金(81371477)和中国科学院资助,研究成果已在线发表于 *Psychopharmacology*:

Tian, Y., Wang, D., Wei, G., Wang, J., Zhou, H., Xu, H., Dai, Q., Xiu, M., Chen, D., Wang, L., Zhang, X., 2020. Prevalence of obesity and clinical and metabolic correlates in first-episode schizophrenia relative to healthy controls.

Psychopharmacology. DOI:10.1007/s00213-020-05727-1

[返回目录](#)

心理所研究发现慢性精神分裂症患者吸烟行为与认知功能的关系

作者: 中国科学院心理健康重点实验室 张向阳研究组 魏硕池

认知障碍已逐渐成为精神分裂症的核心症状之一。与健康人群相比,精神分裂症患者在注意力、记忆和社会认知方面存在严重的认知障碍。目前,对于精神分裂症的认知障碍缺乏有效的治疗。

精神分裂症患者的吸烟率高于其他精神障碍患者和健康人群。根据“自我用药”理论,尼古丁可以缓解精神症状,减少抗精神病药物的副作用,并改善精神分裂症患者的认知。吸烟可以成为精神分裂症患者自我治疗的一种形式。已有研究发现,吸烟与精神分裂症患者的阴性症状减少、认知功能改善和感觉门控正常化有关。然而,也有一些研究报告了相反的结果。一些研究表明,吸烟患者表现出更多的神经认知障碍,包括即刻记忆、注意力、认知冲动、认知灵活性等。

不同研究采用的认知评估测验、被试入组标准等方面的差异可能造成不一致的研究结果。

因此,中国科学院心理健康重点实验室张向阳研究组的科研人员,采用了 MATRICS 共识认知成套测验(MCCB)和 Stroop 测验针对吸烟与慢性精神分裂症患者认知功能的关系进行研究。

研究纳入了 164 例慢性精神分裂症患者和 82 例健康对照。所有患者均接受临床症状和认知功能评估。研究发现,吸烟患者在各个认知测验上得分均低于吸烟的健康对照。此外,在精神分裂症患者中,吸烟者在数字顺序测试、空间跨度测试和霍普金斯言语学习测试上的得分均低于非吸烟者。逻辑回归显示,数字序列得分与精神分裂症患者是否吸烟相关,空间跨度得分与患者的吸烟时间相关。

研究结果表明,与健康对照相比,精神分裂症患者认知得分较低;吸烟患者比不吸烟患者表现出更多的工作记忆障碍。但该研究是一项横断面研究,无法获得吸烟与认知功能之间的因果关系。因此,未来研究可采用纵向设计进一步探讨精神分裂症伴发吸烟对认知功能的影响。

该研究由国家自然科学基金项目(81371477)和中国科学院资助。研究成果已发表于 *Psychopharmacology*:

Wei S, Wang D, Wei G, Wang J, Zhou H, Xu H, Xia L, Tian Y, Dai Q, Zhu R, Wang W, Chen D, Xiu M, Wang L, Zhang XY. Association of cigarette smoking with cognitive impairment in male patients with chronic schizophrenia. *Psychopharmacology (Berl)*. 2020 Nov;237(11):3409–3416. DOI:10.1007/s00213-020-05621-w.

[返回目录](#)

心理所研究揭示社会语义积累的神经关联

作者：中国科学院行为科学重点实验室 李兴珊研究组

语言可以帮助人们认识世界和彼此交流。语言的含义称作语义。在语言理解过程中，语义加工包含两个基本成分：一是提取每个词汇在长时记忆中的语义表征；二是将多个词汇的语义加以积累和组合，构成更大的意义单元。

以往研究提示，长时记忆中的语义表征是分布式的，不同类型的语义信息存储在不同的脑区或脑网络。其中，社会语义信息，即涉及人际关系和人际互动的语义信息，是一个重要的语义信息类型。大脑中存在一个对社会语义高度敏感的脑网络，与负责加工感觉运动信息的脑网络和负责加工语义合理性的脑网络存在着精细的分离和重叠（图 1），并且该网络内部的各个脑区之间存在着很强的功能连接（Lin 等，2018；Lin 等，2020）。

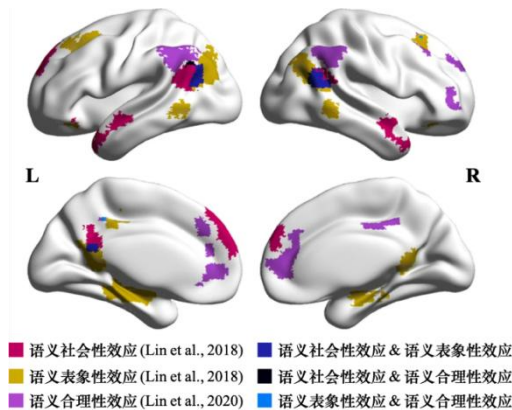


图 1. 社会语义加工，感觉运动语义加工，以及语义合理性加工的神经关联的分离和重叠

语义社会性效应反映了社会语义的加工，语义表象性效应反映了感觉运动语义的加工

（图片源自 Lin 等（2020）发表在 *Brain Structure and Function* 的研究论文）

有趣的是，上述对社会语义敏感的脑网络，与语言加工研究中所发现的句子加工脑网络和语篇加工脑网络存在很大重叠。这提示该脑网络的功能可能不仅限于对词汇的社会语义的长时记忆表征，还涉及对多个词汇的社会语义进行积累（semantic accumulation）和整合。为检验这一假设，中国科学院行为科学重点实验室李兴珊研究组的副研究员林楠和博士研究生张光耀等科研人员，与意大利特伦托大学和中科院自动化所模式识别国家重点实验室等单位的科研人员合作开展了一项研究。

研究收集了 33 名被试在完成一项文本阅读任务中的磁共振数据。在扫描任务中，研究者同时操纵了材料的社会语义丰富程度（高/低）及语言层级（词汇/句子/语篇），并通过额外的、不参与磁共振实验的 48 名被试收集了所有实验材料在词汇、句子、语篇层级上的社

会语义丰富度评分。在数据分析中，研究者首先对以往相关研究的结果进行了元分析，确定了6个对社会语义敏感的脑区，将其定义为感兴趣区（图2A）。进而，通过对感兴趣内脑激活情况的分析发现：感兴趣区在句子和语篇阅读中表现出更强的语义社会性效应，即在句子和语篇阅读中高社会语义条件与低社会语义条件的对比表现出更大的激活差异（图2B）；句子和语篇的社会语义丰富度评分相对于构成它们的词汇的社会语义丰富度评分，能更好地解释感兴趣区在句子和语篇阅读中的激活变化。以上两方面发现从不同角度提示了感兴趣区的功能与社会语义的积累密切相关。

该研究提示，除了领域一般性的因素（如，意义单元的长度）外，语义信息的类型也是影响语义积累神经关联的重要因素，这为语义积累研究提供了新启示。此外，该研究首次揭示社会语义网络不仅参与社会语义概念的表征，也参与了社会语义积累的加工，这为理解社会语义网络的认知功能提供了新的证据。

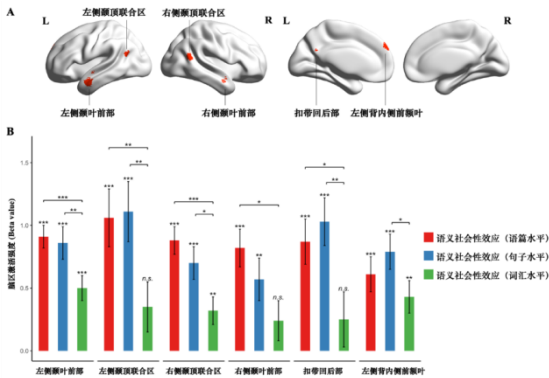


图2. 不同语言层级上语义社会性效应的对比

图A为感兴趣区位置；图B为每个感兴趣区在三个语言层级下的语义社会性效应强度，误差棒表示标准误

该研究受国家自然科学基金(31871105, 31300842)，中国科学院行为科学重点实验室，以及北京市高精尖学科经费的资助。

相关成果已在线发表于 *Social Cognitive and Affective Neuroscience*，心理所博士生张光耀和意大利特伦托大学博士后徐仰文是论文的共同第一作者，心理所副研究员林楠是论文的通讯作者。

论文信息：

Zhang, G. #, Xu, Y. #, Zhang, M., Wang, S., & Lin, N. * (2021). The Brain Network in Support of Social Semantic Accumulation. *Social cognitive and affective neuroscience*, nsab003, <https://doi.org/10.1093/scan/nsab003>

相关文章：

Lin, N. *, Xu, Y., Yang, H., Zhang, G., Zhang, M., Wang, S., Hua, H., & Li, X. (2020). Dissociating the neural correlates of the sociality and plausibility effects in simple conceptual combination. *Brain Structure and Function*, 225(3), 995 – 1008. <https://doi.org/10.1007/s00429-020-02052-3>

Lin, N. *, Wang, X., Xu, Y., Wang, X., Hua, H., Zhao, Y., & Li, X. (2018). Fine Subdivisions of the Semantic Network Supporting Social and Sensory-Motor Semantic Processing. *Cerebral Cortex*, 28(8), 2699 – 2710.
<https://doi.org/10.1093/cercor/bhx148>

[返回目录](#)

心理所研究揭示精神分裂症患者的神经软体征与小脑-大脑功能连接异常有关

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈楚侨研究组

神经软体征是精神分裂症重要的生物标志物。在传统定义上，神经软体征被认为是一组轻微的神经系统异常的异常表现，主要体现在运动协调、感觉整合、抑制功能的缺损，但其行为水平的缺损缺乏相对应的脑区定位。随着研究的推进，已有研究提示神经软体征的缺损与特定的脑功能网络紧密相关。然而，已有研究仅关注于神经软体征运动协调缺损的大脑功能连接机制。近期，已有研究证据发现小脑是多种功能网络的重要节点，这些功能网络的异常会进一步引起精神分裂症患者认知和感知觉加工的缺损。然而，少有研究进一步探索精神分裂症患者小脑-大脑功能连接与感觉整合缺损的关系。

中国科学院心理健康重点实验室的陈楚侨研究员带领神经心理学与应用认知神经科学(NACN)团队，在前期研究中发现精神分裂症患者与其未患病兄弟姐妹在感觉整合加工时存在小脑的激活不足，并且该小脑激活显著可遗传。基于这方面已有的研究成果，陈楚侨研究员带领其团队于近期开展了一项研究，在 51 名精神分裂症患者和 50 名健康对照中进一步探索神经软体征与小脑-大脑静息态功能连接的关系。

研究结果发现，精神分裂症患者的小脑与额下回、楔前叶功能连接与神经软体征缺损显著正相关，小脑与颞下回功能连接与神经软体征缺损显著负相关。并且，与神经软体征显著相关的小脑-前额叶功能连接，进一步被发现与患者的阴性症状亦存在显著正相关。另外，研究者在另一包括了 34 对精神分裂症患者和健康对照的独立样本中亦重复了相似的研究结果。

综上所述，该研究发现小脑及其与大脑的异常功能连接对精神分裂症患者的神经软体征和阴性症状起到重要作用，提示异常的小脑-大脑功能连接也许是精神分裂症患者神经软体征与阴性症状的共享潜在神经机制。同时，在感觉整合加工下可遗传的小脑激活也可能是精神分裂症的潜在内表型。

该研究受国家重点研究发展规划项目、北京市科学与技术领军人才项目、中国科学院心理研究所心理健康重点实验室和 Philip KH Wong 基金项目支持。

文章已在线发表于 *Schizophrenia Bulletin*:

Cai, X. L., Wang, Y. M., Wang, Y., Zhou, H. Y., Huang, J., Wang, Y., Lui, S. S. Y., M?ller, A., Hung, K. S. Y., Mak, H. K. F., Sham, P. C., Cheung, E. F. C., Chan, R. C. K.* (in press). Neurological soft signs are associated with altered

cerebellar-cerebral functional connectivity in schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin*, <https://doi.org/10.1093/schbul/sbaa200>
<https://academic.oup.com/schizophreniabulletin/advance-article-abstract/doi/10.1093/schbul/sbaa200/6105803?redirectedFrom=fulltext>

[返回目录](#)

心理所研究揭示 DSM-5 创伤后应激障碍的临床症状结构

作者：中国科学院心理健康重点实验室 王力研究组

2013 年公布的美国《精神障碍诊断与统计手册》第五版（简称 DSM-5）基于实证研究与临床经验对创伤后应激障碍（Posttraumatic stress disorder, PTSD）的临床症状标准进行了多项修改，由此引发了研究者关于 PTSD 临床症状结构的新一轮探讨。PTSD 的临床症状表型之所以受到众多研究者的高度关注，原因在于它是准确界定 PTSD 的关键；而对 PTSD 的准确界定又是进一步揭示 PTSD 的发病机制与病理过程、发展 PTSD 的诊断标准与评估工具以及完善 PTSD 的预防与干预办法的前提，并将最终促进科学、有效的 PTSD 防治体系的建立。目前逐渐积累起来的研究证据为 DSM-5 界定的 4 维表型模型以及基于该模型修正而成的 6 维快感缺失模型、6 维外化行为模型和 7 维混合模型等提供了支持。

中国科学院心理健康重点实验室王力研究组的科研人员在中科院对外合作重点项目（No. 153111KYSB20160036）的支持下，与该项目的美国合作者托莱多大学 Elhai 教授进行了深入合作，针对 DSM-5 PTSD 临床症状结构展开系列研究。

首先，研究者采用验证性因素分析的方法，分别在天津爆炸事件 3 个月后 836 名和 8 个月后 726 名亲身经历该事件的青少年中检验了基于 DSM-5 的 PTSD 临床症状结构。结果显示，由闯入、回避、负性情绪、快感缺失、外化行为、焦虑性唤起和精神痛苦性唤起因子构成的 7 维混合模型对来自两个时间点样本的数据均具有最优的模型拟合程度；该模型在因子结构不变性、因子载荷不变性、条目截距不变性、残差方差不变性以及因子方差/协方差不变性等不同水平上均具有跨时间的稳定性。

一个表型模型的确立不仅单纯依靠内部的模型拟合数据，还需要来自外部的聚合与区分效度支持，同时还需要在不同创伤类型、文化背景及年龄阶段的样本中进行重复验证。研究者分别在 1 个爆炸事故幸存青少年样本和 1 个地震幸存者成人样本中检验了 7 维混合模型的外部效度，结果显示该模型中 PTSD 的不同症状簇与焦虑、抑郁和生活质量的不同维度具有显著的差异性关联。

这一系列发现延伸和扩展了新近提出的 7 维混合模型的理论 and 实证证据，为后续从分子遗传学、神经内分泌学以及神经科学等多角度探讨基于 DSM-5 的 PTSD 临床症状的异质性奠定了基础，同时也为进一步揭示 PTSD 的发病机制与病理过程、发展 PTSD 的诊断标准与评估工具以及完善 PTSD 的预防与干预方法提供了重要启示。

此前，研究团队在中科院对外合作重点项目的支持下，于 2017 年 11 月在国际创伤应激研究学会（International Society for Traumatic Stress Studies）第 33 届年会上举办

了“PTSD 评估与诊断追踪”主题沙龙。沙龙邀请了英国贝尔法斯特女王大学教授 Cherie Armour、美国北德克萨斯州大学助理教授 Ateka Contractor、美国退伍军人事务部心理学家 Sheila Frankfurt 等创伤心理领域的专家，与会人员一起就 PTSD 诊断、评估等问题展开深入研讨，加深对 PTSD 临床症状结构理解，扩大了研究团队的国际影响力。

相关研究受中科院对外合作重点项目（153111KYSB20160036）、国家自然科学基金项目（31271099，31471004）、中科院国际人才交流计划（2016VEA019）、教育部人文社会科学重点研究基地重大项目（16JJD190006）及中国科学院心理健康重点实验室项目（KLMH2013K06）的支持，研究成果已在线发表于 *Journal of Anxiety Disorders* 和 *European Journal of Psychotraumatology* 期刊。

论文信息：

Wang, L., Cao, X., Cao, C., Fang, R., Yang, H., & Elhai, J. D. (2017). Factor structure of DSM-5 PTSD symptoms in trauma-exposed adolescents: Examining stability across time. *Journal of anxiety disorders*, 52, 88-94.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.07.001>.

Yang, H., Wang, L., Cao, C., Cao, X., Fang, R., Zhang, J., & Elhai, J. D. (2017). The underlying dimensions of DSM-5 PTSD symptoms and their relations with anxiety and depression in a sample of adolescents exposed to an explosion accident. *European journal of psychotraumatology*, 8(1), 1272789.
<https://doi.org/10.1080/20008198.2016.1272789>.

Li, G., Wang, L., Cao, C., Fang, R., Liu, P., Luo, S., ... & Elhai, J. D. (2018). DSM-5 posttraumatic stress symptom dimensions and health-related quality of life among Chinese earthquake survivors. *European journal of psychotraumatology*, 9(1), 1468710. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1468710>.

[返回目录](#)

心理所研究揭示意义建构可以帮助人们积极应对新冠疫情

作者：中国科学院行为科学重点实验室 蔡华俭研究组

新冠肺炎疫情对全世界无疑都是巨大的灾难，对人们的身心健康造成了非常大的影响。当下，疫情尚未平息，抗击疫情仍然是人们生活的一部分。如何应对长期持续的新冠疫情呢？中国科学院行为科学重点实验室蔡华俭研究组的研究者通过一项长期的追踪研究发现意义建构(meaning making)可以帮助人们应对疫情。

意义建构是指人们从自己的经历中发现和寻求意义，常见于经历灾难等负性事件。经历负性事件虽然会对人们造成很多消极影响，但人们可以对负性事件进行重新阐释、理解从而发现积极的意义。这种意义建构可以帮助人们更好地应对这类负性事件，降低负性事件的不良影响。

以往研究表明，意义建构可以帮助人们应对灾难等负性事件。面对新冠疫情时，人们是否会倾向于采取意义建构来应对呢？意义建构能否有效地帮助人们应对疫情呢？研究者通过一项大样本追踪研究对上述问题进行了回答。

该研究于 2019 年 10 月（疫情爆发前）、2020 年 2 月（疫情爆发期）和 2020 年 5 月（疫情平息后）三个时间点对 2364 名大学生进行了追踪调查。在三轮调查中，研究者测量了被试的意义建构倾向（meaning-making in negative experiences, MINE），即从消极经历中发现、寻求意义的倾向，以及心理健康状况，包括抑郁、焦虑和压力水平。此外，在第三轮调查中，研究者还测量了被试在疫情中感知到的收获（如对生活更加感激、更多地和家人在一起等）和损失（如社交减少、健康状况下降等）。

研究结果发现，被试的意义建构倾向在疫情爆发期间比爆发前显著提升，并且在疫情平息后又有所下降。也就是说，疫情爆发期被试的意义建构倾向增强，被试在疫情严峻时期更多地对负性经历进行意义建构。研究进一步发现，无论是疫情爆发前的意义建构倾向（初始意义建构倾向），还是疫情爆发期间意义建构倾向的提升，都可以有效地预测被试的心理健康状况：对于初始意义建构倾向越高的被试，他们在疫情爆发期和平息后都具有更低的抑郁、焦虑和压力水平；对于意义建构倾向在疫情爆发期提升越多的被试，他们在疫情爆发期和平息后也具有更低的抑郁、焦虑和压力水平；并且意义建构倾向对疫情平息后心理健康的长期益处可以通过被试从疫情中感知的收获和损失所中介。简而言之，人们在新冠疫情最严峻的时候会更多地进行意义建构，而意义建构使人们更加积极地看待此次疫情，进而减少心理健康问题。

2021 年初始，国内多个省份疫情出现反弹，全球疫情防控局势也依然严峻。该研究为疫情应对提供了一个长期有效的方式。中国古老智慧“祸之福所依”早已告诉我们，负性事件也蕴含着某种积极的意义。从负性事件中去发现、寻求意义，可以帮助人们更好地渡过难关。

该研究受到国家社科基金重大项目、国家自然科学基金和心理所青年人才科研启动基金项目的支持。

研究论文已在线发表于 *Personality and Individual Differences*:

Yang, Z., Ji, L., Yang, Y., Wang, Y., Zhu, L., & Cai, H. (2021). Meaning-making Helps Cope with COVID-19: A Longitudinal Study. *Personality and Individual Differences*. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110670>

[返回目录](#)

心理所研究发现言语产生中语义和语音为并行加工

作者：中国科学院行为科学重点实验室 李兴珊研究组 屈青青

说话，看似毫不费力，但它其实是人类最复杂的认知活动之一。试想一下，当我们准备说话时，大脑是如何进行编码的呢？开口之前，说话者首先需要明确试图表达的概念，并从心理词典中提取适当的词汇，激活词汇的语义信息，获取词汇的语音信息；进而通过发声的方式表达出来。

在复杂的言语表达活动中，语义和语音加工的相对时间进程问题是学界长期关注的重要理论问题。两者的相对时间进程，为建立语言产生的理论和计算模型提供了直接的科学依据。

经典的言语产生模型认为，说话者首先提取语义信息，随后通达语音信息，即语义与语音之间是以序列的方式加工的。其相关证据主要来自于不发声的图片命名任务（语义、语音效应分别发生在刺激呈现后 200–275 ms, 275–450 ms）。

然而，近期的研究发现，在较自然的语言产生（言语、书写）任务中，语音加工发生的时间进程较早（200 ms, Qu et al., 2016; 2020a; 2020b），与经典的语义加工的时间窗口存在重叠。这些研究结果提示，语义与语音可能并非以序列方式，而是以并行的方式进行加工的。

为检验该假设，中国科学院行为科学重点实验室李兴珊研究组的青年特聘研究员屈青青及同事采用脑电技术和发声的图片组块命名范式，操纵了图片名称的语义关系（图片物体来自同一范畴）和语音关系（在词首或词尾共享一个音节）。通过在同一范式下比较语义效应（语义相关–语义无关）和语音效应（语音相关–语音无关）的时间窗口，探究语义和语音加工的相对时间进程。

行为反应时的结果发现，与无关条件相比，语义相关和语音相关均产生了抑制效应，重复了以往的研究结果。更重要的是，脑电结果显示，语义效应和语音效应发生的时间窗口是高度重叠的（180 ms – 380 ms），其起始潜伏期和峰值时间均没有显著差异。结果表明，在言语产生中语义和语音是并行加工的，此结果对传统的序列加工模型提出了质疑。

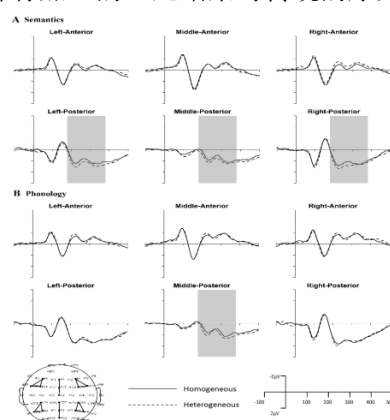


图 A：语义相关（实线）与语义无关（虚线）的平均波幅

图 B：语音相关（实线）与语音无关（虚线）的平均波幅

语义效应和语音效应均发生在刺激呈现后 180 ms – 380 ms

该研究受国家自然科学基金面上项目(31771212)、国际(地区)合作与交流项目(62061136001)、中国科学院青年创新促进会人才项目、中国科协青年人才托举项目的资助。

相关成果已在线发表于 *Journal of Cognitive Neuroscience*。心理所博士后冯臣为论文第一作者，心理所青年特聘研究员屈青青为论文的通讯作者。

论文信息：

Feng, C., & Damian, M. F. Qu, Q. Q.* (2021). Parallel Processing of Semantics and Phonology in Spoken Production: Evidence from Blocked Cyclic Picture Naming and EEG. *Journal of Cognitive Neuroscience*, Vol. 33, No. 04, https://doi.org/10.1162/jocn_a_01675.

[返回目录](#)

心理所研究发现情绪线索对双相障碍和精神分裂症患者事件前瞻记忆功能有促进作用

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈楚侨研究组

前瞻记忆是一种指向未来的重要记忆功能，能帮助个体在线索出现时记得完成计划的事情，比如路过邮局记得寄送信件。临床群体如精神分裂症患者和双相障碍患者均表现出前瞻记忆功能的缺损。已有研究表明，情绪线索可以提升前瞻记忆表现，但少有研究考察临床群体能否获得相似的提升效应。针对这一问题，中国科学院心理健康重点实验室的神经心理学与应用认知神经科学实验室陈楚侨研究组与香港大学、香港青山医院的合作者开展了一项研究。

该研究招募了 28 名精神分裂症患者、26 名双相障碍患者和 29 名健康对照组。参与者需完成带有负性、正性和中性线索词的前瞻记忆任务，任务要求被试在完成一个工作记忆任务的同时记得对线索词做其他按键反应。三组被试的反应模式相似，均表现为负性线索条件下的前瞻记忆准确率显著高于正性和中性线索条件。在三组被试中，负性前瞻记忆线索的提升作用效应值都很大 ($Cohen's d \geq 1.00$)，且大小相似。

该研究发现，精神分裂症患者可以获得与健康个体相似的负性线索促进效应，与之前研究结果存在分歧(Yang et al, 2018)，提示未来研究需要进一步探索精神分裂症患者中的情绪认知交互作用。另一方面，研究结果表明，缓解期双相障碍患者亦可获得与健康个体相似的负性线索促进效应。总而言之，这些研究成果将精神疾患连续的概念扩展到情绪认知交互作用这一重要领域，同时提示进一步开发认知训练和干预对于改善临床群体前瞻记忆功能的重要性。

研究在线发表于 *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*:

Lui, S. S. Y., Leung, S. S. W., Yang, T. X.*, Ho, K. K. Y., Man, C. M. Y., Leung, K. H. L., Wong, J. O. Y., Wang, Y., Cheung, E. F. C., Chan, R. C. K.* (2021). The benefits of emotionally salient cues on event-based prospective memory in bipolar patients and schizophrenia patients. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, DOI : 10.1007/s00406-021-01235-1

<https://link.springer.com/article/10.1007/s00406-021-01235-1>

[返回目录](#)

心理所研究揭示新冠疫情期间导致孕产妇抑郁发生的危险因素

作者：中国科学院心理健康重点实验室 张向阳研究组 李传晓

新冠肺炎疫情爆发以来，许多民众出现了不同程度的应激反应。疫情期间，孕产妇由于自身条件加之居家政策，生活受到了很大，心理健康面临着较大的挑战。她们的心理问题不仅会影响自身健康，同时也可能对婴幼儿的成长发展产生不良影响。

因此，为探究新冠疫情期间孕产妇抑郁的发生率以及危险因素，中国科学院心理健康重点实验室张向阳研究组的科研人员开展了一项研究，采用全国多中心的方式，于 2020 年 2

月 28 日至 4 月 26 日疫情集中爆发期间,通过患者健康问卷 (Patient Health Questionnaire, PHQ-9) 调查了武汉、北京、兰州等地孕产妇 (孕妇及产后 8 周以内的女性) 的抑郁情况,探究疫情期间孕产妇抑郁的发生率以及危险因素。

研究结果显示,新冠肺炎疫情集中爆发之后,孕产妇的抑郁发生率为 35.4%。在众多临床变量以及人口学变量中,焦虑、失眠、饮酒、孕吐、疫情期间怀孕对行动的影响程度是导致孕产妇抑郁的危险因素。同时,每日关注胎动成为孕产妇抑郁的保护因素。换言之,在怀孕期间每天关注胎动的孕妇,出现抑郁的可能性较小。

	调整前 OR (95%CI)	p 值	调整后 OR (95%CI)	p 值
饮酒		0.001		0.04
从不饮酒	1.00		1.00	
已戒酒	1.50 (1.13~2.00)		1.14 (0.78~1.66)	
仍在饮酒	2.23 (1.21~4.09)		2.81 (1.26~6.24)	
孕吐		<0.001		<0.001
无	1.00		1.00	
轻度	1.31 (1.06~1.61)		1.29 (0.98~1.70)	
中度	6.94 (2.88~16.70)		3.54 (1.10~11.44)	
重度	3.43 (2.35~5.02)		2.87 (1.72~4.78)	
行动受到的影响		<0.001		0.02
无	1.00		1.00	
轻度影响	2.30 (1.91~2.78)		1.42 (1.11~1.83)	
严重影响	5.12 (3.17~8.26)		1.34 (0.66~2.72)	
每日关注胎动	0.62 (0.50~0.78)	<0.001	0.41 (0.31~0.56)	<0.001
焦虑得分	1.81 (1.72~1.90)	<0.001	1.66 (1.57~1.75)	<0.001
失眠得分	1.29 (1.26~1.33)	<0.001	1.17 (1.14~1.21)	<0.001

注:调整后是指控制了是否当地常住居民、被照顾情况、对分娩的担忧、年龄以及腹痛等混杂因素。

图 1 孕产妇出现抑郁症状的危险因素的 OR 值

总的来说,孕产妇抑郁的发生既与正常时期的活动(如孕吐、饮酒、关注胎动等)有关,又与疫情导致的特殊情况(如疫情导致的焦虑、失眠、无法外出、行动受限等)相关。该研究既扩充了传染性流行病爆发期间孕产妇的心理状态数据,为干预研究提供借鉴;也为调整临床方案等临床实践提供理论参考。未来的临床工作中,医护人员和家庭成员应重点关注孕产妇的以上几个方面,更好地保障孕产妇的心理健康。

研究成果在线发表于 *Journal of Affective Disorders*:

Li, C., Huo, L., Wang, R., Qi, L., Wang, W., Zhou, X., Zhou, Y., Zhang, X., (2021) The prevalence and risk factors of depression in prenatal and postnatal women in China with the outbreak of Corona Virus Disease 2019. *Journal of Affective Disorders*. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.01.019>

[返回目录](#)

心理所研究发现精神分裂症阴性症状对发病年龄影响认知功能具有中介作用且受 BDNF 调节

作者: 中国科学院心理健康重点实验室 张向阳研究组

精神分裂症的发病年龄与患者的症状、认知功能水平等临床表现的异质性有关。精神分裂症的阴性症状主要包括言语和情感反应的迟钝等,同时精神分裂症患者在记忆、注意、学习等方面存在不同程度的认知功能障碍。作为精神分裂症的两个核心特征,阴性症状和认知功能障碍在症状表现和生物学基础上具有部分重叠,如早发性精神分裂症患者在背外侧前额叶皮层依赖的工作记忆网络连接性降低,而作为认知功能的核心区域,前额叶皮层活动降低

一直被认为与阴性症状有关。多种证据表明，早发病与阴性症状和认知功能损伤的严重程度呈正相关。但是已有研究对发病年龄、阴性症状和认知功能三者之间关系的认识还不足。

脑源性神经营养因子（BDNF）及其在 Val66Met 位点的基因多态性与精神分裂症的病理过程有关。已有研究表明，尽管 BDNF Val66Met 多态性并没有直接导致精神分裂症的易感性，但它与发病年龄和阴性症状的严重性有关。然而，BDNF 及其 Val66Met 多态性与精神分裂症临床特征之间的关系尚不十分清楚。

针对以上问题，中国科学院心理健康重点实验室张向阳研究组的科研人员开展一项研究。研究纳入 573 例慢性精神分裂症患者，采用阳性和阴性症状量表 (PANSS) 来评估患者的精神病理症状，并使用了神经心理状态评定量表（RBANS）评定其多方面的认知功能水平，在评估结束后对血清 BDNF 和 Val66Met 基因多态性进行检测。

研究结果发现发病年龄较早的患者表现出更多的阴性症状和认知缺陷，以及较低的血清 BDNF 水平；阴性症状越严重，认知功能表现越差，而且这种较差的认知表现与血清 BDNF 水平低有关。

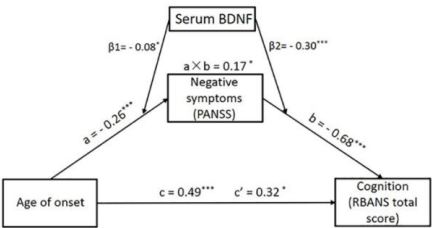


图 1 有调节的中介模型

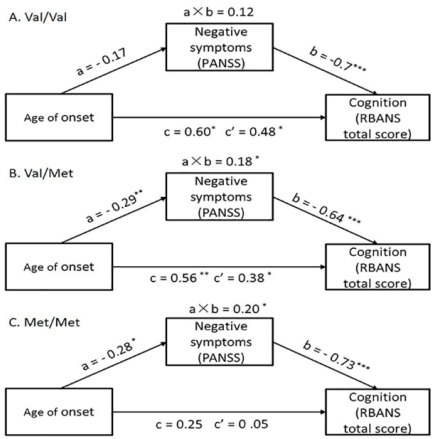


图 2 不同 BDNF Val66met 基因多态性下的中介模型

另外，有调节的中介分析表明，阴性症状部分介导了发病年龄与认知功能之间的关系，而血清 BDNF 可调节这种关系（图 1）。阴性症状的介导作用表现出 Met 等位基因剂量依赖性的趋势（图 2）。这些结果表明，在不同的血清 BDNF 水平和 BDNF Val66met 多态性下，精神分裂症的发病年龄，认知功能和临床症状表现出不同的关系。

这项研究的发现可以加深研究者对精神分裂症临床特征之间的关系以及基因对精神分裂症临床表现的影响的认识，为将来的个体化治疗提供了更多的证据。

该研究受国家自然科学基金（81371477）、中国博士后基金（E0BH0110）、中科院特别研究助理项目（E0ZZ0210）和中国科学院心理健康重点实验室基金资助。

相关研究论文第一作者为徐航博士，已在线发表于 *Psychoneuroendocrinology*

Xu H, Wang J, Zhou Y, Chen D, Xiu M, Wang L, Zhang X. BDNF affects the mediating effect of negative symptoms on the relationship between age of onset and cognition in patients with chronic schizophrenia. *Psychoneuroendocrinology*. 2020 Dec 26;125:105121. doi: 10.1016/j.psyneuen.2020.105121. Epub ahead of print. PMID: 33387927.

[返回目录](#)

心理所研究探索个体的特质自尊在三维空间内的面部表达

作者：中国科学院行为科学重点实验室 朱廷劭研究组 汪晓阳

特质自尊是个体对自我的积极或消极评价，在一段时间内较为稳定。与状态自尊不同，特质自尊不仅受社会评价的影响，也会反过来影响社会行为。在社会交往中，特质自尊高的个体会表现得更自信，更容易给他人留下积极的印象，而人们也会根据感知到的自尊水平调整与对方的交流模式。

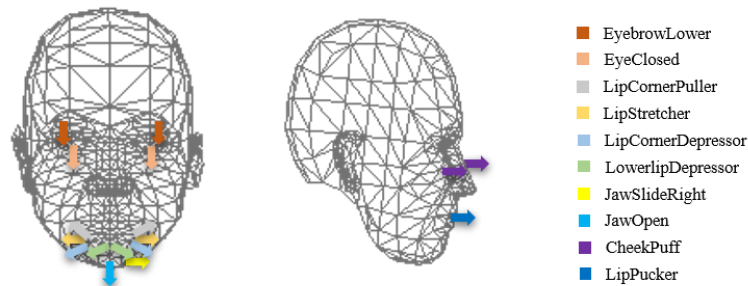
很多研究者对有关个体特质自尊的信息如何在社会交往中被传递感到好奇。有的研究发现，人类被试记录的外显行为与感知者感知到的特质自尊之间没有明显相关，个体自我报告的自尊水平也和他感知到的自尊水平关系不大。但是近年来也有零熟识的研究提出不同看法：一项研究表明，在控制熟悉度后，人们可以通过个体的自我介绍视频较为准确地识别他们的特质自尊。

在社会交往中，面部活动更多地被注意到，也传递更多地信息。而性别，也是社会交往中决定个体社会行为模式的重要因素。既然人们的先验知识和个体差异对自尊感知有影响，那么使用计算机而不是人类被试来对个体行为进行编码或许可以更客观地探究特质自尊如何影响社会行为。

鉴于此，中国科学院行为科学重点实验室朱廷劭研究组的科研人员尝试探究不同性别且自尊水平存在高低不同的个体在自我介绍时的面部活动是否存在差异，以探索个体特质自尊如何通过面部活动表达。



该研究共招募 238 名被试，被试首先填写了罗森博格自尊量表（SES），然后进行约 1-3 分钟的自我介绍。在此期间，研究者使用 Kinect 摄像机记录下被试每一帧内在 3D 空间内的 17 个面部运动单元（AU）的活动距离（与静息状态相比），17 个面部运动单元的示意图如下图所示。



面部运动单元的名称及其在三维空间内的活动方向

采集数据并进行数据预处理后，该研究计算了 17 个面部运动单元的平均值和标准差。面部运动单元活动距离的平均值代表该面部运动单元活动的幅度，标准差代表该面部运动单元活动的丰富程度。性别×自尊水平的两因素方差分析的结果表明，脸颊和嘴唇的活动存在特质自尊水平主效应，嘴唇的部分活动存在特质自尊水平和性别的交互作用。逐步逻辑回归的结果表明，一些面部活动的组合可以有效地预测特质自尊水平。

该研究探索了个体的特质自尊在三维空间内的面部表达模式，结果表明特质自尊可以通过脸颊、唇部等区域的面部活动表达，且这种表达存在性别差异。该研究创新性地使用计算机技术定量编码特质自尊的三维面部表达，发现了性别对自尊的面部活动的影响，为今后自尊的非言语行为研究提供了建议。此外，该研究结果也为基于三维人脸数据的自尊识别提供了依据，由于自我评价方法可能存在社会赞许性，面部预测方法可以作为测量个体自尊的补充途径。

研究成果在线发表于 *Frontiers in Psychology*:

Wang X, Liu X, Wang Y and Zhu T. (2021). How Can People Express Their Trait Self-Esteem Through Their Faces in 3D Space. *Front. Psychol.* 12:591682.
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.591682/full>

[返回目录](#)

心理所研究揭示成瘾行为形成的 DNA 去甲基化调控机制

作者：中国科学院心理健康重点实验室隋南研究组 张建军

成瘾性药物强化操作行为反应是药物滥用与成瘾的主要特征之一。在这种操作式条件反射的获得过程中，环境/线索与药物奖赏效应之间建立起的牢固联系，是长期戒断后环境/线索诱发复吸的重要原因。以往研究发现，海马 CA1 区发生 DNA 甲基化是成瘾记忆转化为长期记忆的关键，且可能是成瘾记忆有别于正常奖赏记忆的病理学基础之一（Zhang et al., 2020），但是 DNA 甲基化的去除过程是否参与成瘾记忆的形成尚不清楚。

中国科学院心理健康重点实验室隋南研究组的科研人员通过应用大鼠吗啡自给药的行为范式，证明了 DNA 去甲基酶的两种亚型（TET1 和 TET3）在吗啡觅药行为的获得中发挥关键作用。

研究发现：吗啡自给药训练 1 天后，海马 CA1 区（而非伏隔核壳区 NAc Shell）中的 TET3 蛋白表达显著升高；训练 7 天后，CA1 区 TET1 蛋白表达显著降低（见图 1）。CA1 中特异性敲减 TET3 的表达能增强吗啡自给药行为的获得（见图 2），而 CA1 中特异性过表达 TET1 能有效抑制获得。

Figure 1

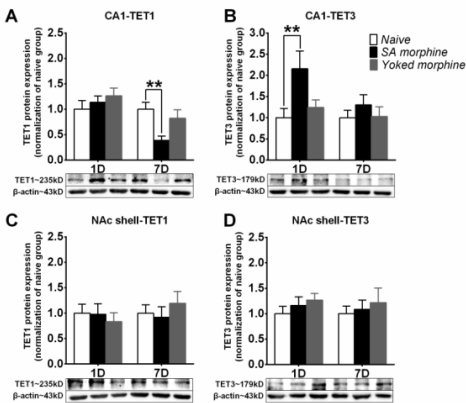


图 1 吗啡自给药的获得改变海马 CA1 中 TET1 和 TET3 的表达

Figure 4

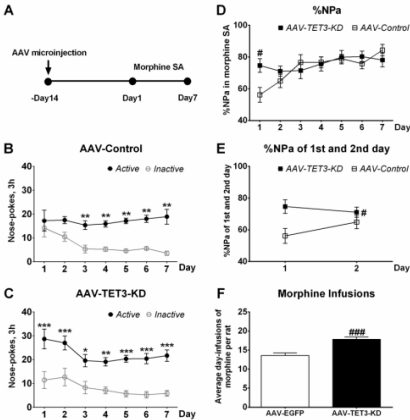


图 2 特异性敲减 CA1 中 TET3 的表达增强吗啡自给药行为的获得

Figure 5

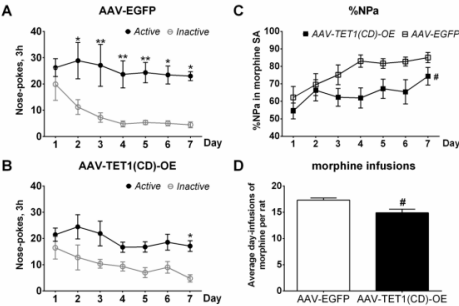


图 3 特异性过表达 CA1 中 TET1 抑制吗啡自给药行为的获得

以上研究结果提示海马 CA1 中的 TET1 和 TET3 在吗啡自给药行为获得中发挥重要且不同的调控作用，为抑制阿片类药物成瘾的形成提供了潜在靶点。

该研究获 973 项目 (2015CB553501)，国家自然科学基金委项目 (31871111, 31400880, 91332115) 以及中国科学院心理健康重点实验室的资助。

相关研究成果已发表于 *Addiction Biology*:

Jiang F-Z, Zheng W, Wu C, Li Y-H, Shen F, Liang J, Li M, Zhang J. J*, Sui N. *. Double dissociation of inhibitory effects between the hippocampal TET1 and TET3 in the acquisition of morphine self-administration in rats. *Addict Biol.* 2021 Jan;26(1):e12875. doi: 10.1111/adb.12875.

[返回目录](#)

心理所研究阐明句子语境影响中文阅读词切分的认知机理

作者：中国科学院行为科学重点实验室 李兴珊研究组 黄林洁琼

去年国庆长假后，一则标题为《旺盛内需潜力不断释放 广东省长假“成绩单”亮眼》通讯报道引发了网友的围观。网友讨论的热点在于“广东省长假‘成绩单’亮眼”这部分应该如何断句，是“广东省/长假成绩单”还是“广东/省长/假成绩单”呢？虽然在阅读完整篇通讯报道后，读者可以明确地知道这是一份国庆长假的成绩单，但是具有歧义性的文章标题引发了不小的关注和讨论。

上述这种歧义现象在中文阅读中十分常见。不同于拼音文字（如英语），中文文本由连续的汉字组成，没有明显的空格将不同的词分开；并且，中文词的词长变异性大，包含单字词、两字词和多字词。因此一些情况下，中文文本的词汇边界是有歧义的，相同的文本可能有多种切分的方式。例如，“省长假”中左侧词“省长”和右侧词“长假”都是词，“省长假”既可以被切分为左侧词结构“省长/假”，也可以被切分为右侧词结构“省/长假”。

“省长假”这种三字字段被称为重叠歧义字段。重叠歧义字段的切分问题是中文阅读词切分面临的挑战之一，也是计算机领域提高中文分词系统的准确率需要解决的重要问题。

为了正确地理解文本，中文读者需要明确重叠歧义字段的哪种切分结构是正确的，如“省长假”的正确切分到底是“省长/假”还是“省/长假”。在缺少低水平的视觉线索（如词间空格）的情况下，中文读者需要利用其他信息或线索进行词切分。由于自然阅读过程中，汉字和词都是嵌入在句子中的，因此句子语境对于中文阅读词切分十分重要。

那么，句子语境如何影响中文阅读词切分？主要有两种可能性：中文读者在词切分的过程中利用句子语境信息，因此最初得到的切分结果受到句子语境的影响；中文读者基于其他信息得到最初的切分结果后，再利用句子语境信息评估初始切分是否正确。

为了考察前文语境是否影响中文词切分的初始切分结果，中国科学院行为科学重点实验室李兴珊研究组的科研人员操纵重叠歧义字段的右侧词对于前文语境的合理性程度。例如，对于重叠歧义字段“东西装”的右侧词“西装”而言，当前文语境是“他把不要的”时，“西装”在语境中是高合理的；但是当前文语境是“他把要吃的”时，“西装”是低合理的。

而重叠歧义字段的左侧词对于前文语境总是合理的,并且句子的最终切分结构为左侧词结构。例如,“他把不要的东西装了满满一箱子”和“他把要吃的东西装了满满一袋子”这两个句子中,“东西”对于前文语境都是合理的,并且句子最终被切分为“东西/装”。

研究表明,和低合理条件相比,当右侧词对于前文语境是高合理的条件下,重叠歧义字段的第一遍阅读时间显著更长,读者的眼睛也会更多地回视到这个位置。该结果提示,前文语境能够影响中文阅读中词切分的早期词汇竞争阶段。在高合理条件下,由于得到了前文语境的支持,右侧词的激活水平增加,能够与左侧词激烈地相互竞争。右侧词与左侧词之间较强的竞争导致读者需要花费更多的时间决出胜利者,因此重叠歧义字段上第一遍阅读时间更长。并且这种情况下,由于右侧词的活跃,读者有时候错误地将重叠歧义字段切分为右侧词结构,使得他们在读到后文内容后意识到自己切分错误,从而发出回视到重叠歧义字段对切分结果进行修正。

综上所述,该研究证实了词在语境中的合理性对中文阅读的词切分过程有较强且较早的影响,表明中文读者能够利用前文语境信息进行初始切分,而不仅仅是利用句子语境信息检查和评估初始切分结果是否正确。该研究成果有助于深入理解中文阅读的认知机理,为计算模型提供科学依据,以及为进一步提高人工智能领域的自然语言加工能力提供借鉴。

上述研究受国家自然科学基金(31970992)、国际(地区)合作与交流项目(62061136001)的资助。

相关成果已在线发表于 *Journal of Memory and Language*, 第一作者为心理所博士研究生黄林洁琼,通讯作者为李兴珊研究员。

论文信息:

Huang, L.#, Staub, A., & Li, X*. (2021). Prior context influences lexical competition when segmenting Chinese overlapping ambiguous strings. *Journal of Memory and Language*, 118, 104218. <https://doi.org/10.1016/j.jml.2021.104218>

[返回目录](#)

心理所研究发现 P50 可能是首发精神分裂症患者临床症状及认知障碍的有效生物标志物

作者:中国科学院心理健康重点实验室 张向阳研究组 夏璐瑶

除精神病理学症状外,包括执行功能、工作记忆、注意力和记忆等方面的认知缺陷也是精神分裂症的主要特征之一。感觉门控可以对无关的感觉信息进行预筛选,在信息被转移到更高阶区域进行精细处理前,抑制不相关的刺激以保护认知的完整性。这是大脑的一种适应良好的抑制功能。

抑制机制和感觉门控通常通过条件-测试 P50 范式进行评估,其中成对的“click”刺激以 500ms 的间隔出现,引起大脑中的正极性反应,该反应发生在刺激开始后约 50ms。第一个刺激称为条件反射刺激(S1),第二个刺激称为测试刺激(S2)。在精神分裂症患者中反复发现较高的 P50 门控率,提示重复刺激的抑制机制存在缺陷。然而,在精神分裂症患者中,

P50 感觉门控与精神病理学症状以及认知功能障碍之间的联系尚不清楚，针对中国人群，尤其是首发未服用药物的精神分裂症患者，进行 P50 感觉门控与精神病理学症状以及认知功能障碍的研究较少。

中国科学院心理健康重点实验室张向阳研究组近期开展了一项研究，研究者在北京回龙观医院同时招募了 130 名首发未服用药物的精神分裂症患者和 189 名健康对照者。研究采用阳性与阴性症状量表 (PANSS) 及其五因素模型对患者的精神病理症状进行评分，并采用条件-测试 P50 范式和事件相关电位 (ERP) 技术记录 P50 成分。以此探究首发未服用药物的精神分裂症患者 P50 感觉门控缺陷与精神病理学症状及认知缺陷的关系。

结果表明，与正常对照组相比，精神分裂症患者存在着 P50 感觉门控缺陷，首发精神分裂症患者的 P50 成分具体表现为，P50 差值降低，S1、S2 潜伏期延长，S1、S2 波幅降低（如图 1）。进一步研究发现，在精神分裂症患者中，S1 潜伏期与 PANSS 阴性症状或认知因素（如图 2）、P50 比值与一般精神病理和 PANSS 总分（如图 3）、P50 差值与一般精神病理和 PANSS 总分（如图 4）之间均有显著相关。多元回归分析显示，S1 潜伏期、性别、年龄和教育程度是阴性症状评分的影响因素。S1 潜伏期、S2 潜伏期、性别、年龄和吸烟状况是认知因素的影响因素。研究结果提示，首发未服药的精神分裂症患者的 P50 感觉门控缺陷与精神病理学症状以及认知缺陷均存在相关。

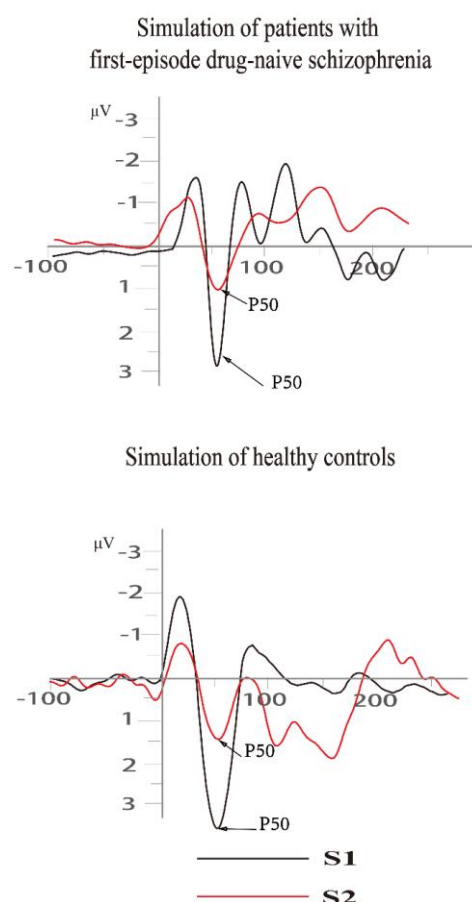


图 1 模拟首发未服药的精神分裂症患者和健康对照组的组平均值。

Click 开始时间为 0ms。黑色粗线：S1 响应波形；红线：S2 响应波形。

箭头显示 P50 波的位置。 正极性向下。

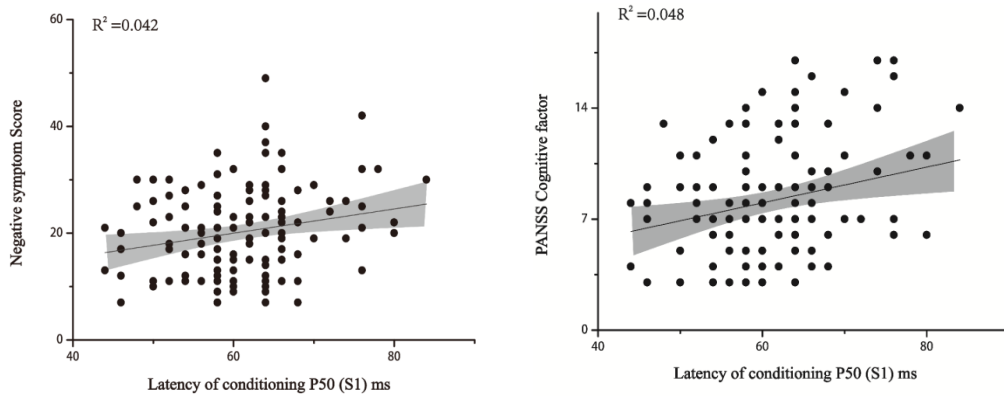


图 2 S1 潜伏期与 PANSS 阴性症状和认知因子之间呈正相关

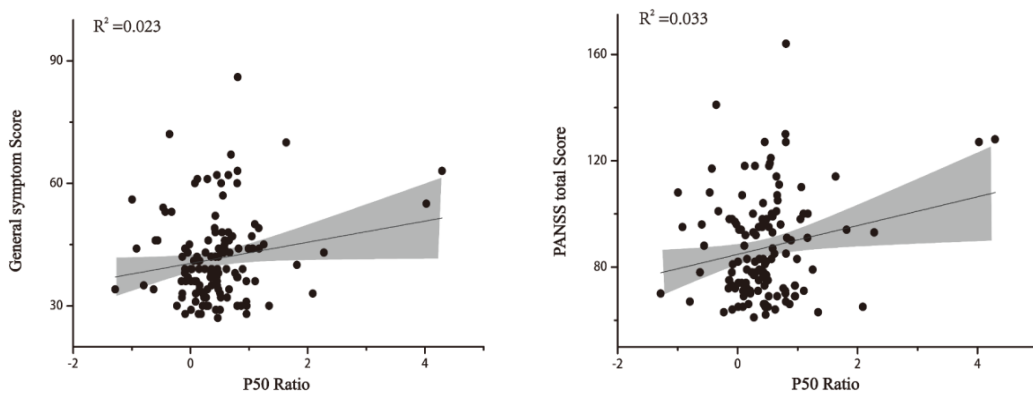


图 3 P50 比率与 PANSS 一般精神病理学症状和总分之间呈正相关

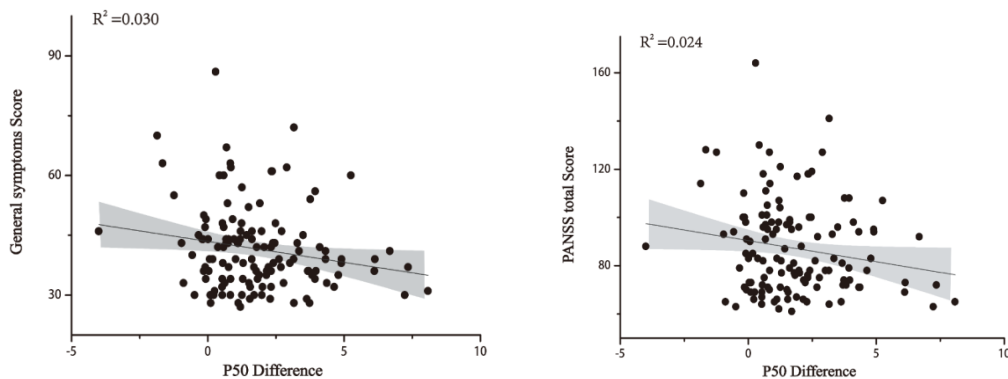


图 4 P50 差值与 PANSS 一般精神病理学症状和总分之间呈负相关

该研究表明,首发未服药的精神分裂症患者的 P50 感觉门控缺陷可能与他们的精神病理学症状以及认知缺陷有关。P50 可能是首发未服药的精神分裂症患者精神病理症状以及认知障碍的有效生物标志物。

该研究受中国科学院和国家自然科学基金 (81371477) 支持。

研究结果已发表于 *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*:
论文信息:

Xia, L., Wang, D., Wei, G., Wang, J., Zhou, H., Xu, H., Tian, Y., Dai, Q., Xiu, M., Chen, D., Wang, L., Zhang, X. (2021). P50 inhibition defects with psychopathology

心理所研究发现无创性脑刺激能提升老年人认知及躯体健康水平

作者：中国科学院心理健康重点实验室 李娟研究组

记忆能力,尤其是记住最近发生事件具体细节的情节记忆能力会随着年龄增长快速下降。老化还会带来更大罹患心血管疾病的风险,而心血管疾病又是痴呆的重要危险因素之一。无创性脑刺激(non-invasive brain stimulation, NIBS)包括重复经颅磁刺激(rTMS)与经颅直流电刺激(tDCS),已被用于一些疾病的治疗,例如脑卒中、抑郁症、睡眠障碍等。但关于无创性脑刺激对正常老年人脑认知功能和心血管健康影响的研究还比较有限。

为此,中国科学院心理研究所李娟研究组的科研人员进行了一系列的研究,探究无创性脑刺激对老年人认知能力及心血管健康的影响及其作用机制。包括一项 tDCS 元分析研究、一项 tDCS 干预研究和一项 rTMS 干预研究。

鉴于当前 tDCS 是否能提升老年人情节记忆的研究结果并不一致,研究者首先开展一项元分析研究,旨在为 tDCS 对老年人情节记忆功能的影响功效提供定量评估。最终包含 566 名 60 岁以上参与者的 24 篇文章符合纳入标准,结果发现与假刺激组相比, tDCS 组在即刻刺激后(Hedges' $g=0.625$, $p=0.001$)和长期随访(Hedges' $g=0.404$, $p=0.002$)时均显示出显著的记忆改善,并且这个改善效果在认知正常和认知受损老年人之间没有差异。

在元分析表明 tDCS 能够改善老年人记忆衰退的基础上,研究进一步通过功能性核磁共振(fMRI)探索其背后的作用机制。49 名健康的老年人接受了作用于左侧背外侧前额叶的 10 次 tDCS 或假刺激。刺激前后,研究者对老年人进行一系列的神经心理测验,并请他们在核磁共振扫描过程中执行了一项来源记忆任务。结果发现,与假刺激相比, tDCS 并没有提高健康老年人的执行功能成绩,但是在记忆提取阶段 tDCS 刺激区域(即前额叶皮层区域)的大脑激活水平在刺激后升高,并延伸到双侧前扣带皮层(如图 1),同时老年人的记忆(项目记忆)成绩提升,更为重要的是,前额叶皮层的神经变化与记忆增益显著相关。这提示 tDCS 可以通过提升提取阶段神经激活水平来改善老年人的记忆。

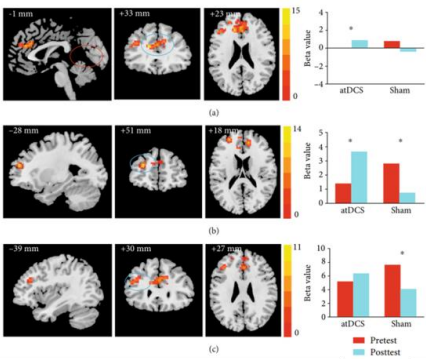


图 1 项目记忆提取期间 tDCS 相关活动改变示意图

大脑区域在(a)双侧前扣带回(BA32)，(b)左额中回(BA 10)和(c)左额中回2 (BA 9/46)的激活中显示出显著的组间(tDCS 组 vs 假刺激组)×测试时间(前测 vs 后测)交互作用，柱状图为大脑激活 beta 值

以往研究发现，老年人即使能够做到记忆成绩和年轻人相当，但是在神经活动层面往往还是可以观察到年龄差异，即老年人动用了补偿机制。比如事件相关电位研究发现，在记忆提取阶段存在典型的“新旧效应”（能够正确提取的旧项目比新项目诱发更大的正走向的波幅），老年人除了和年轻人有共同的顶叶新旧效应，还通常存在仅在老年人出现的晚期后部翻转的新旧效应。

tDCS 研究发现脑刺激能够通过提升提取阶段神经活动水平来改善老年人的记忆成绩，但是尚不能回答这种神经的可塑性是进一步增强了老年人特有的补偿机制，还是使得老年人和年轻人共同的神经活动得到了增强，换言之，脑刺激可以诱发老年人定量还是定性的神经可塑性变化？

为了回答这个问题，李娟研究组开展了一项 rTMS 干预研究。基于随机控制设计，对实验组健康老年人的右半球背外侧前额叶(rDLPFC)施加 10 Hz 的为期两周总共 10 次的 rTMS 干预，对照组的健康老年人则接受假刺激。干预前后，研究者让老年人进行来源记忆任务，同时记录 EEG。结果发现，rTMS 改善了健康老年人的来源记忆成绩。更为有趣的是，老年人特有的回想成分——晚期后部翻转的新旧效应并没有出现 rTMS 组与对照组的差异，但年轻人依赖的回想成分——左侧顶叶新旧效应在 rTMS 组表现出选择性提高（见图 2-3），这说明 rTMS 使得老年人的记忆提取过程更加“年轻化”，也就提示脑刺激是可以诱发老年人定性的神经可塑性变化。

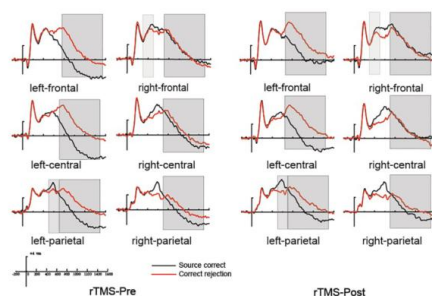


图 2 rTMS 组干预前、后来源记忆提取时 ERPs

（500-700ms 顶叶新旧效应；700-1500ms 翻转新旧效应）

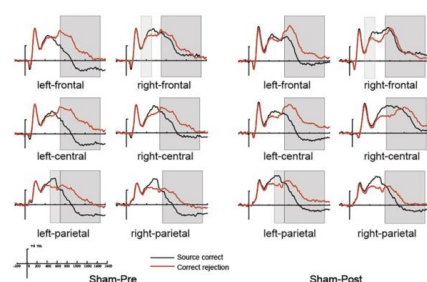


图 3 对照组干预前、后来源记忆提取时 ERPs

（500-700ms 顶叶新旧效应；700-1500ms 翻转新旧效应）

此外，在躯体健康水平，尤其是心血管相关的健康指标上发现，相比于对照组，rTMS干预组的老年人表现出血脂水平的显著降低，包括总胆固醇(CHO)和甘油三酯(TG)；同时，rTMS还增加了促甲状腺激素和甲状腺素(T4)水平，这表明rTMS可以通过改变下丘脑-垂体-甲状腺(HPT)轴的活动来调节血脂代谢，减少健康老年人罹患心血管病的风险。

综上，李娟研究组的一系列研究表明，无创性脑刺激能够使得健康老年人大脑“年轻化”，可作为一种有效手段改善老年人记忆能力及血脂代谢，提升老年人大脑认知及躯体健康水平。该系列研究为无创性脑刺激技术在健康老年人中的应用提供了重要依据。

该系列研究受到国家重点研发项目(2020YFC2003000, 2018YFC2000300, 2018YFC2001701, 2017YFB1401203, 2016YFC1305900)，国家自然科学基金(32071079, 31861133011, 31671157, 31711530157)，北京市科学技术委员会(Z171100008217006, Z171100000117006)资助。

相关论文信息：

Huo, L., Zheng, Z., Huang, J., Li, R., Li, J., & Li, J*. (2020). Transcranial Direct Current Stimulation Enhances Episodic Memory in Healthy Older Adults by Modulating Retrieval-Specific Activation. *Neural plasticity*, 2020.

Cui, X., Ren, W., Zheng, Z., & Li, J.* (2020). rTMS Improved Source Memory and Modulated Recollection-based Retrieval in Healthy Older Adults. *Frontiers in Psychology*, 11, 1137.

Huo LJ, Zhu XY, Zheng ZW, Ma J, Ma Z, Gui W, Li, J.* (2019). Effects of transcranial direct current stimulation on episodic memory in the elderly: a meta-analysis. *The Journals of Gerontology: Series B*,

Huo, L., Zheng, Z., Li, J., Wan, W., Cui, X., Chen, S., ... & Li, J. (2018). Long-term transcranial direct current stimulation does not improve executive function in healthy older adults. *Frontiers in aging neuroscience*, 10, 298.

Ren, W., Ma, J., Li, J., Zhang, Z.*, & Wang, M.* (2017). Repetitive Transcranial Magnetic Stimulation (rTMS) Modulates Lipid Metabolism in Aging Adults. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 9:334.

[返回目录](#)

心理所研究发现高分裂型特质个体更可能觉知到付出高于回报型失衡

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈楚侨研究组

付出-回报型失衡(ERI)是一种会影响人们目标导向动机行为的环境应激因素，指高努力付出和低奖赏回报之间的失衡。比如，个体会觉知到自己付出了许多努力，但收获却少得可怜。这样的一种失衡体验通常在有阴性症状的精神分裂症谱系群体中存在，这种群体不愿付出努力去追求奖赏，也很难维持自己的目标设置。研究发现高分裂型特质个体的行为表现与精神分裂症患者有类似的地方。然而，目前并不清楚分裂型特质个体是否也会明显觉知到付出-回报失衡，长期的付出-回报失衡是否与分裂型特质个体的神经活动改变有关。

中国科学院心理健康重点实验室神经心理学和应用认知神经科学(NACN)实验室的黄佳博士与陈楚侨研究员，及其合作者进行了一项研究，考察付出>回报型失衡和分裂型特质两

者如何与脑结构与功能改变关联。研究者入组了 37 例高分裂型特质个体和 36 例低分裂型特质个体，采集了他们的静息态功能像和结构像数据。所有的被试也完成了付出-回报失衡量表。

研究结果发现，高分裂型特质个体更可能知觉到付出>回报型失衡。更有趣的是，研究还发现付出>回报型失衡的严重程度与高分裂型特质个体左侧苍白球的灰质体积下降有关，还和前额叶、纹状体和小脑之间的功能连接改变有关。低分裂型特质个体并没有表现出这种改变。

综上所述，该研究结果发现表示付出-回报失衡和高分裂型特质个体的灰质体积减少以及静息态的功能连接改变有关。

该研究是由国家重点研发计划，国家自然科学基金，北京市科委领军人才和中国科学院心理健康重点实验室资助。

该研究论文已发表于期刊 *Cognitive Neuropsychiatry*:

Yan, Y. J., Huang, J. *, Lui, S. S. Y., Cheung, E. F. C., Madsen, K. H., Chan, R. C. K. * (in press). The effect of effort-reward imbalance on brain structure and resting-state functional connectivity in individuals with high levels of schizotypal traits. *Cognitive Neuropsychiatry*,
<http://dx.doi.org/10.1080/13546805.2021.1899906>
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13546805.2021.1899906?journalCode=pnp20>

[返回目录](#)

心理所研究发现动作镇痛的行为特性与神经机制

作者：中国科学院心理健康重点实验室 胡理研究组

疼痛是一项重大的公共卫生议题：慢性疼痛患病率高达 20%~50%，给疼痛患者带来了巨大的痛苦，也给我国造成超过数千亿人民币的经济损失。目前，镇痛药物仍然是治疗各类疼痛的主要手段。然而，阿片类镇痛药物风险巨大，根据美国疾控中心的调查研究数据，近年来北美地区爆发的阿片危机，每天都夺取了上百人的宝贵生命。在此时代背景下，寻找有效的非药物镇痛方法刻不容缓。

幸运的是，在与疼痛共存的漫长历史中，人类自身也逐渐演化出了一系列抵抗疼痛的手段。这些源自生物本能的“天然镇痛手段”为开发非药物镇痛方法提供了思路和启示。试想，如果我们在关门的时候，手指不小心被门夹到了，我们的第一反应是什么？迅速缩手，并大幅甩动受伤的手！这一再自然不过的反应，产生的原因是什么呢？

如果仔细体会整个过程，我们将发现，在甩手的过程中，手上的疼痛感有明显的减弱。这种现象称为动作诱发的痛觉减退（movement-induced hypoalgesia）。不过，目前研究者对这一现象的内在机制尚无定论，无法明确这一动作镇痛效应是单一神经机制还是多种神经机制共同作用的结果。

为解决这一难题，中国科学院心理健康重点实验室的胡理研究员和吕雪靖副研究员等人深入分析了三种主流镇痛机制的特征，并通过一系列实验对甩手动作后的镇痛效果进行评估，借助心理物理测量和脑电技术量化了甩手动作与痛觉减退效应之间的关系，证实了动作诱发的痛觉减退现象是由三种机制共同作用的结果。

动作诱发的痛觉减退存在三种可能的内在机制：一是在运动执行过程中，大脑为减少运动产生的感觉输入对认知资源的占用，会阻止自主运动部位的感觉信息的上传，因此导致运动过程中的感觉衰减（即自传入镇痛机制）；二是动作诱发的痛觉减退是由于运动造成的粗纤维（A 和 A β 纤维）激活抑制了细纤维（A 和 C 纤维）对伤害性信号的传导，从而减弱其向更高一级的中枢神经系统传导伤害性神经冲动（即非伤害性干扰机制，又称闸门控制理论）；三是自主运动也可能改变人们对伤害性刺激的预期与注意，从而通过疼痛下行抑制通路缓解疼痛（即疼痛下行抑制调控机制）。从这三种机制产生的镇痛作用的时空特征来看（图 1），自传入镇痛机制产生的是持续时间较短的局部镇痛效果；非伤害性干扰机制产生的是持续时间较长的局部镇痛效果；而疼痛下行抑制调控机制产生的则是持续时间较短的全局镇痛效果。

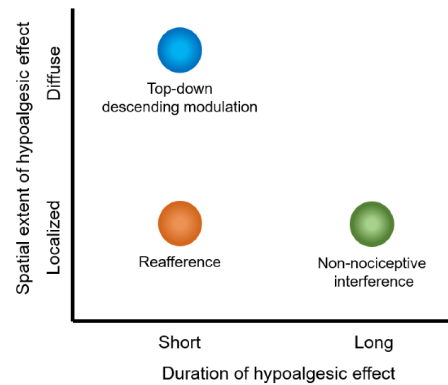


图 1 三种动作镇痛机制的时空特征简图

以这三种动作镇痛机制的时空特征差异为基础，该项研究通过五个密切相关的实验，对 129 名健康被试甩手动作后的疼痛感受进行系统评估，明确了这三种机制在动作诱发的痛觉减退中均起重要作用，并借助脑电技术研究了这一现象背后的中枢神经机制。

具体来说，该研究首先探究了甩手频率（1Hz 或 5Hz）对镇痛作用的影响（实验一），确定了高频率甩手可起到更强的镇痛作用。在此基础上，该研究通过操纵甩手和疼痛刺激之间的时间间隔（分别为 1s，5s，10s，15s，20s 和 30s；实验二、实验三），刻画了甩手镇痛效果的时间特征；通过操纵甩动手和接受疼痛刺激手的异同性，即甩手后疼痛刺激施加于甩动手（相同手）的手背或非甩动手（不同手）的手背（实验四、实验五），刻画了甩手镇痛效果的空间特征。

研究结果显示，镇痛效果随着甩手动作与施加刺激之间时间间隔的延长先快速下降，再缓慢下降并维持较长时间；疼痛刺激施加于非甩动手手背时，依然有一定的短时镇痛作用，但镇痛效果明显弱于疼痛刺激施加于甩动手手背时的镇痛效果。同时，脑电研究（实验五）也发现，刺激前脑神经振荡信号中 alpha 频段能量在甩手后 1s 显著下降（图 2），该变化反映了双侧感觉运动皮层的激活，进而对疼痛施加自上而下的抑制调控。

综上，甩手既有较强的短时局部镇痛作用（自传入镇痛机制），也有一定的长时局部镇痛作用（非伤害性干扰机制），还有较弱的短时全局镇痛作用（疼痛下行抑制调控机制）。因此，动作诱发的痛觉减退现象是由三种不同机制共同作用的结果。

该研究深化了研究者对主动运动镇痛效果和神经机制的认识，为开发非药物镇痛方法提供理论依据，有助于优化疼痛管理策略，缓解病人痛苦，提高他们的生活质量。

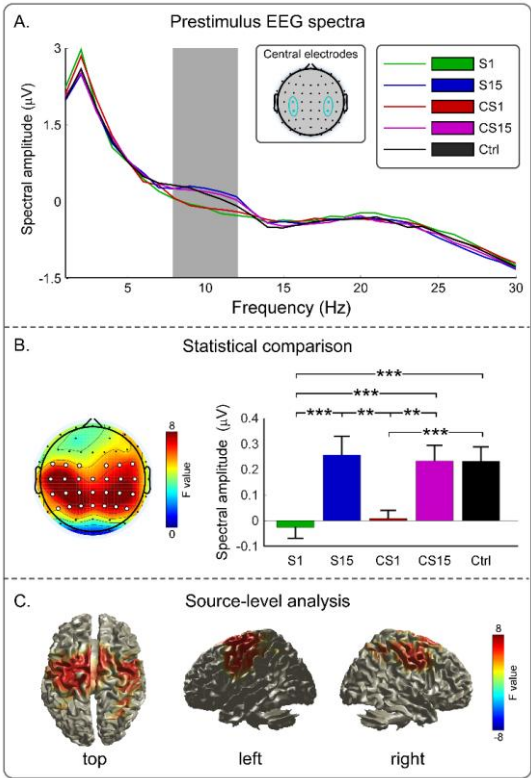


图2 主动运动对自发脑神经振荡信号的影响

该研究受国家自然科学基金委项目（31822025，31701000，32071061）资助。

研究成果已在线发表于《纽约科学院年鉴》(*Annals of the New York Academy of Sciences*):

论文信息:

Lu, X., Yao, X., Thompson, W. F., & Hu, L. (2021). Movement-induced hypoalgesia: behavioral characteristics and neural mechanisms. *Annals of the New York Academy of Sciences*.

<http://doi.org/10.1111/nyas.14587>

[返回目录](#)

心理所研究揭示传统太极拳的正念成分

作者：中国科学院心理健康重点实验室 魏高峡

正念是一种源于禅修的心理训练方法，具有悠久的历史。这一方法强调对当下有意识的觉知和不带判断的思考。已有研究表明，正念训练能缓解个体负性情绪、降低应激水平，改善心理健康状况。传统观念认为，太极拳中含有明显的正念成分。然而，鲜有研究对太极拳的正念成分进行科学验证。

近日，中国科学院心理研究所魏高峡副研究员带领团队开展了一项追踪实验研究。该研究发现，8周包含内在感受性提升的太极拳锻炼能显著提高个体正念水平，并且观察到这种正念水平的改善效应在太极拳锻炼结束16周后仍然存在。

研究招募了61名健康成年人被试，分为太极拳组和不参与任何锻炼的对照组。太极拳组被试进行了每周3次，每次1小时，持续8周的简化14式太极拳学习。在干预开始前、结束时以及锻炼结束16周后，通过《五因素正念量表》及《多维度内在感受性量表》测量所有被试的正念及内在感受性水平。

结果发现，太极拳锻炼者的正念水平（包括描述、觉知行动、不判断及不反应）表现出显著提升，且高于对照组被试（图1）。在内在感受性方面，锻炼者与自我调控相关的维度分数（包括注意力调试、自我调试及信任）也表现出显著的提升（图2）。太极拳锻炼可能通过增强个体内在感受性的觉知，提高了其正念水平。此外，追踪研究表明，在锻炼结束16周后，太极拳组被试的正念水平在描述、觉知行动、不判断维度以及内在感受性的信任维度分数上仍显著高于对照组。

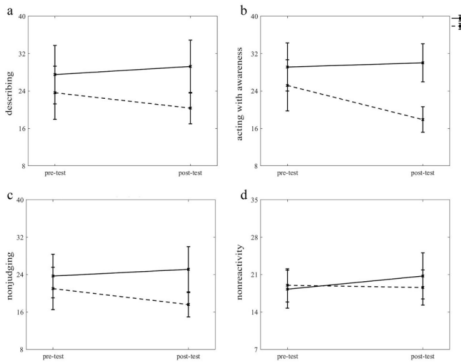


图1 八周太极拳锻炼改善锻炼者的正念水平

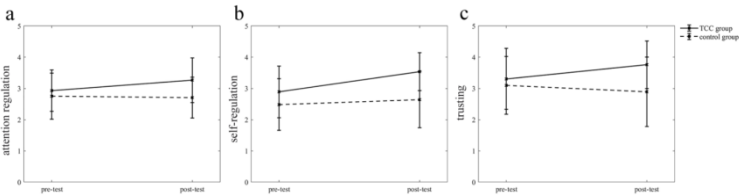


图2 八周太极拳锻炼改善锻炼者的内在感受性水平

目前，太极拳技术正逐渐被作为一种替代医学的手段应用到临床干预中。该研究关于太极拳和正念关系的探讨，对其在情绪障碍等身心疾病中的应用和推广具有重要的启示意义。

该系列研究受国家自然科学基金（31671163）和中国科学院心理研究所自主部署项目的资助。

相关研究论文已发表于 *Mindfulness*:
Chen, L.-Z., Dai, A.-Y., Yao, Y., Si, R., Hu, Z., Ge, L., Du, X., Li, A., & Wei, G.-X. (2021). Effects of 8-Week Tai Chi Chuan Practice on Mindfulness Level. *Mindfulness*.
<https://doi.org/10.1007/s12671-021-01622-8>

[返回目录](#)

心理所基于文本数据研究四库全书儒家经典的“仁”“礼”变迁

作者：中国科学院行为科学重点实验室 朱廷劭研究组 胡博

中国诸子百家文化中，以儒家文化最为光耀。自孔子创立以来，儒学居于中国思想文化主流 2000 余年，对中国民族文化心理结构影响深远。“仁”和“礼”是传统儒学之核心，也是中国传统道德文化核心价值的重要组成部分。一般认为，“仁”是内在的道德情感，“礼”是外在的行为规范；“仁”是“礼”的心理基础，“礼”是“仁”的体现、落实。

以往研究大多集中于对“仁”“礼”词义的阐释、内在交互关系的分析、社会功能属性的探讨及重要程度的对比等方面，未见基于长时间跨度的定量分析。近年来，大数据技术为文化心理变迁研究带来新思路，以定量方式开展文言数据分析与知识挖掘越来越受到人们的重视。

中国科学院行为科学重点实验室朱廷劭研究组的科研人员基于清代乾隆时期《四库全书》文言文本大数据，通过甄选 132 本儒家经典，计算“仁”和“礼”在各历史时期儒家典籍中的词频增减情况，描绘了两者从春秋至清朝的变迁轨迹。同时，对各著作中的“仁”“礼”词频做均值差异检验，以推断两者在著作中的被重视程度。

该研究采用的工具是研究组自主开发的古文 CC-LIWC 词典。通过运行词典主程序，计算“仁”和“礼”在各朝代（时期）儒家典籍中的词频均值，以折线图的方式展示了从春秋至清朝“仁”“礼”变迁情况（见图 1）。

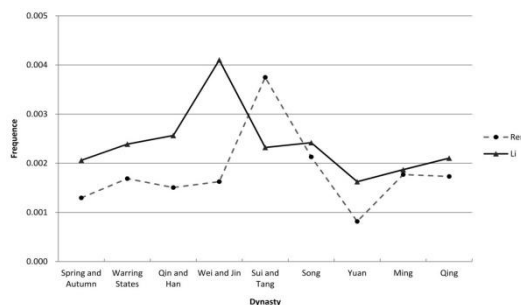


图 1 从春秋至清朝“仁”和“礼”的变迁

研究发现，从春秋至清朝，“仁”“礼”词频均经历了一次波峰和一次波谷，“仁”的最高点在隋唐，“礼”的最高点在魏晋，两者最低点均在元朝。

魏晋时期，门阀世族依靠“礼”维系社会等级制度，随着“五礼”在此期间逐步走向制度化，“礼”的社会地位大幅提升。隋唐时期，“仁”词频升至最高点，“礼”词频大幅下降，或与古文运动关系密切。安史之乱以后，韩愈、柳宗元等人发起古文运动，抵制世家大族之“礼”，否定汉魏以来的官方儒学，主张重续儒学道统，先秦儒学之仁义道德由此进一步得到重视。至元朝，在第一任皇帝忽必烈的打压下，汉族儒士被逐渐疏远和压制；加之一系列民族歧视政策致使儒学发展受阻，“仁”“礼”词频由此降至最低点。

为了进一步分析“仁”和“礼”在不同儒家典籍中受重视程度。研究人员将唐朝安史之乱作为分割点，分安史之乱之前、安史之乱以后，春秋至清朝三个时间段，对各儒家典籍中的“仁”“礼”词频做均值差异检验（见表 2）。

Era	Quantity of Books	Average Frequency of “Ren”	Average Frequency of “Li”	T-Value
Pre-An-Shi	32	0.00153	0.00257	-2.44664 *
Post-An-Shi	100	0.00199	0.00215	-0.96811
From Spring and Autumn to Qing	132	0.00188	0.00225	-2.27637 *

表 2 不同时代的“仁”“礼”词频均值差异检验 * $P < 0.05$

结果显示，儒家经典著作中，“礼”比“仁”更常被提及，尤其是在安史之乱以前。安史之乱以后，两者并无显著差异。由此推断，安史之乱可能是儒家经典著作中“仁”“礼”词频发生重要变化的“分水岭”。

该研究基于文言文本大数据，通过分析长时间跨度的词频变化，揭示了“仁”和“礼”在儒家典籍中的变迁情况，克服了以往定性分析难以处理大量文言资料这一困难，为中国传统文化心理变迁研究提供了新视角。

研究成果在线发表于 *Frontiers in Psychology*:

Hu B, Xing F, Fan M, Zhu T (2021) Research on the Evolution of “Ren” and “Li” in SikuQuanshu Confucian Classics. *Front. Psychol.* doi: 10.3389/fpsyg.2021.603344
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.603344/abstract>

[返回目录](#)

学术活动

中国科学院行为科学重点实验室召开 2020 年度学术交流会暨项目结题答辩会

作者：中国科学院行为科学重点实验室

2月2日，中国科学院行为科学重点实验室学术交流会暨项目结题答辩会在中国科学院心理研究所召开。答辩评委包括心理所所长傅小兰，党委书记、副所长孙向红，副所长刘勋、陈雪峰，以及认知与发展、社会与工程心理学研究室的全部PI组长。全所100余位师生线上参会。

答辩项目为行为科学重点实验室2018-2019、2019-2020年度的重点自主及合作类研究项目，包括1大项和10小项，共计15项子课题。答辩分为上下午两个阶段，分别由刘勋研究员和李兴珊研究员主持。研究方向涵盖冲动行为、生育意愿及生育行为、儿童认知、语言等。

评审结果分为A特优（5分）、B优秀（4分）、C达标（3分）、D基本达标（2分）、E不达标（1分），由评委现场通过无记名的方式打分，统计出每项课题的总得分。共有5项子课题获得特优，8项子课题获得优秀。

此次答辩会是对2018年以来实验室部署项目取得研究成果的全面梳理检验。会议促进了所内师生的学术交流共享，最大范围地听取意见建议，为实验室及行为科学这一研究平台

的未来发展提供动力支撑。参会人员会后进行了热烈的交流讨论，会议圆满结束并取得良好效果。



[返回目录](#)

中国科学院心理健康重点实验室召开 2020 年度学术年会暨学术委员会会议

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈燕

3月26日，中国科学院心理健康重点实验室2020年度学术年会暨学术委员会会议在心理所召开。学术委员会主任张旭院士、学术委员会副主任隋南研究员和韩布新研究员，委员范明研究员、郭春彦教授、赫荣乔研究员、李武教授、李小俚教授、罗非研究员、曾长青研究员和张建新研究员出席会议。心理所所长傅小兰、党委书记孙向红、副所长陈雪峰、纪委书记刘斌、中国科学院前沿与教育局重点实验室处处长侯宏飞和《中国科学院院刊》编辑部主任杨柳春应邀出席会议。心理所部分科研人员也参加了会议。

上午的会议由隋南和韩布新主持。傅小兰在致辞中首先感谢学术委员会专家莅临指导，并表示2021年是心理健康重点实验室成立的第19年，今年将以院重点实验室体系重组工作要求为指导，申请组建心理健康国家重点实验室，希望各位委员提出宝贵建议。侯宏飞针对申请组建心理健康国家重点实验室提出了中肯的建议，指出要转换思路，以需求为导向，做有组织的科研，注重与其他研究单位的合作和交流等。接着，实验室主任王亮研究员汇报了实验室2019-2020年工作进展及2021年工作计划。王毅副研究员（陈楚侨研究组）、涂毅恒研究员、李新影研究员、张向阳研究员、王力研究员、李娟研究员依次作了题为“跨临床与亚临床群体心理病理学研究”“疼痛的认知神经机制与调控”“青少年情绪问题的行为遗传学研究：从遗传、环境到脑发育”、“精神分裂症认知损伤的神经、生理机制及其干预”“创伤后应激障碍的表型、机制与发展轨迹研究”和“脑认知健康研究与增强：延缓认知老化与痴呆防治”的学术报告。与会专家就相关问题进行了深入讨论。

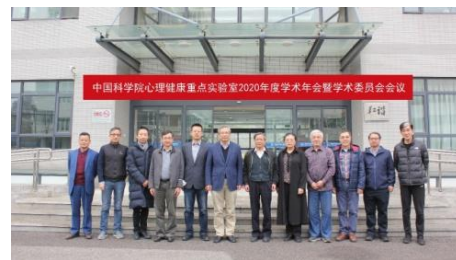
下午的会议由张旭院士主持，刘正奎研究员、李勇辉研究员、龙迪副研究员、陈祉妍副研究员分别作了题为“疫情心理援助与危机干预”“基于虚拟现实的成瘾行为评估和干预技术研发与应用”“儿童性侵犯专业干预：政策法规进步与专业服务体系建设”和“2020年国民心理健康状况调查报告：现状、趋势与服务需求”的学术报告。

最后，在近两个小时的学术交流环节中，委员们一方面肯定了实验室2019-2020年取得的成绩，同时也提出了今后筹备申请国家重点实验室的诸多宝贵建议，如加强领军人才引进工作、优化组织结构、运用新技术与新设备提升科研数据水平，并提出要聚焦留守儿童与老

年群体的心理健康问题，集中力量做既能满足国家重大需求，又具有心理学学科特色的科学研究等。此外，各位专家对《心理健康蓝皮书》给予了高度的认可，并对其今后的研究成果给予更高的期望。



全部与会人员合影



学术委员会委员合影

[返回目录](#)

心理所举办第三届发展认知神经科学线上研讨会

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈楚侨研究组

1月19日，“亚临床儿童与青少年心理病理学研究”研讨会在线上举办。此次研讨会由中国科学院心理研究所神经心理学和应用认知神经科学（NACN）实验室研究员陈楚侨和华东师范大学发展与教育心理学研究所教授邓赐平联合组织并共同主持。

此次研讨会为期1天，共包含9场主题汇报，两个团队的50余名师生参会。双方团队在情感与认知神经科学的研究视角下，分享了聚焦儿童青少年群体的最新研究进展。会上，陈楚侨和邓赐平分别致开幕词。陈楚侨作了“发展认知神经科学的简要回顾和前沿进展”的主题演讲，邓赐平则围绕“遗传，环境及发展的多样性”主题作系统阐述。

与会人员热烈讨论了发展认知神经科学领域未来的研究展望及可能的合作计划。双方一致同意，将进一步增进交流，在跨临床组别的研究框架下，更深入地探讨亚临床儿童青少年的心理病理学机制，助力心理疾病的预防和治疗。

此研讨会每两年举办一次，旨在促进双方团队在发展认知神经科学领域的交流与合作。相关研究采用各种心理学研究技术和手段，关注健康儿童青少年、亚临床人群及神经发育性疾病患者的心理健康和认知发展。

[返回目录](#)

心理所成功举办“移空技术工作坊”

作者：保护儿童及家庭研究服务中心 牛亚南

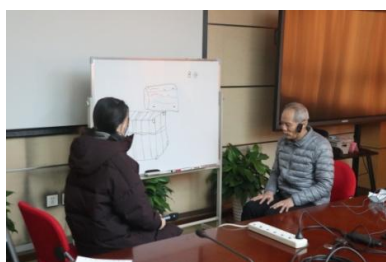
12月30日，移空技术研究院院长、北京中医药大学教授（退休）、博士生导师刘天君应中国科学院心理研究所保护儿童及家庭研究服务中心邀请，在心理所南楼一层会议室举办了“移空技术工作坊”。工作坊由心理所教授、保护儿童及家庭研究服务中心主任龙迪主持，心理所所长傅小兰、应用发展部和继续教育学院负责人及相关人员、所内外师生及专业从业人员四十余人参加了工作坊。



刘天君言简意赅地阐释了移空技术的原理和操作步骤。移空技术秉承与发扬传统中医治神为先的学术思想，以中国古代修炼技术中的存想与入静技术为核心操作内容，由治疗师指导来访者充分运用意识的想象功能，先将所需要解决的心理障碍、心身疾患的症状象征性物化，并放入为其量身打造的承载物，而后在不同的心理距离上反复移动置放象征物的承载物，使二者在移动过程中逐渐变化乃至消失，从而缓解或消除症状及其影响。



刘教授还现场演示了移空技术操作的全过程。从三调放松开始，经由静态作业、动态作业的操作至最后的疗效评估。随后大家就移空技术的操作注意事项、适用范围、实证研究以及中国传统文化与西方心理学之间的关系展开了热烈的讨论，刘天君回应并分享了自己的经验和反思，并进一步倡导大家树立民族文化自信，鼓励大家充分探索和发掘中国传统文化精髓，更好地服务广大民众身心健康和生命成长的需要。



会后，大家就进一步合作研究意向进行了交流研讨。



新冠疫情期间，心理所保护儿童及家庭研究服务中心承接心理所应急攻关项目“新冠疫情创伤疗愈本土化心身支持项目”，采用移空技术和正念生活小组等本土化心身支持方法，服务新冠疫情中创伤疗愈的需求，探索基于中国传统文化的创伤疗愈和哀伤辅导技术、方法和工具，并通过实证研究验证其可行性和有效性。

刘天君简介：

移空技术研究院院长，北京中医药大学教授（退休）、主任医师、博士生导师，德国海德堡大学、图宾根大学、科隆大学心理学高级访问学者。中国心理学会心理督导师、中国心理卫生协会心理督导师及心理治疗与心理咨询专委会催眠学组副组长、中国认知行为治疗专委会顾问、中国医学气功学会名誉会长。已出版《中医气功学》（“十三五”全国高等教育教材）、《气功入静之门》、《移空技术操作手册——一项本土化的心身治疗技术》、《当心理咨询遇见传统文化》等多部专著。

移空技术简介：

移空技术是一项原创的本土化心身治疗技术，由刘天君首发于 2008 年第五届世界心理治疗大会。2009 年此项技术研究作为子课题参加国家科技支撑计划课题“十种心理咨询与心理治疗技术的规范与示范研究（2009BAI77B070）”。

移空技术问世 10 多年来，从理论研究到临床应用，积累了较为丰富的经验，实践表明，这是一项原理清晰、实用性强的简易治疗技术，临床适用范围广泛，目前已在《中国临床心理学杂志》、《心理学进展》、《心理咨询理论与实践》等期刊发表多篇学术论文。

[返回目录](#)

心理所牵头承担“心理调适对老年健康的影响和干预作用”国家重点研发计划专项项目

作者：中国科学院心理健康重点实验室 李娟研究组

新冠肺炎疫情爆发以来，老年人作为高危人群，严格遵守居家隔离政策，为疫情态势长期向好做出了巨大贡献。与此同时，长期居家隔离也使老年人生活习惯被打破，缺少交流，更容易出现紧张、焦虑、恐慌等情绪反应。

为帮助老年人在这一特殊时期调试心态，提高心理免疫力，推进“智慧大脑训练营”项目开展，中国科学院心理研究所老年心理研究中心于 2 月初快速展开行动，采取基于远程电子设备的干预方法，推出定期电话访问、线上视频课程与线下资料邮寄相结合的全新教学模式，为老年人提供记忆锻炼、居家运动、居家休闲活动等线上专题课程及线下练习材料，保证“线下停课，线上训练”，并由研究组内部专人对接项目内老人，每周电话访问，为老人宣讲防疫知识，提供心理支持与辅导，对于出现了负面情绪的老年人，研究组成员予以持续的积极关注，并利用专业知识为老年人及时处理情绪问题，保证老年人在疫情期间的心理健康。

在这一特殊时期，为使项目成果惠及全体老年人，线上视频课程在微信公众号“中科院老年心理中心”同步推送，助力后疫情时期老年人心理健康和日常生活“新常态”。



“中科院老年心理中心”公众号

本次多维度线上干预的实施与成果的后期总结与集成,不仅对北京市乃至全国基于社区的老年认知障碍早期预警和综合干预有重要指导意义,同时也将为今后老年人干预项目的实施提供区别于以往(主要采用线下干预)的新思路和新方法。

“智慧大脑训练营”是由心理所老年心理研究中心李娟研究组联合北京市朝阳区疾病预防控制中心开展的大型痴呆预防社区项目。该项目受到北京市科委脑科学研究重点专项、科技部重点研发专项等支持。项目自2017年启动,在朝阳区小红门、八里庄、管庄第二、左家庄、劲松、潘家园第二、酒仙桥、三里屯、东湖及八里庄第二共10个社区完成了对2200余名社区老人的认知障碍风险筛查,并对其中约200位认知障碍高风险老人开展为期6个月结合认知-运动-生活方式管理的综合干预。

[返回目录](#)

综合新闻

心理所视觉与计算认知实验室荣获“中央和国家机关三八红旗集体”

作者:妇委会

近日,中央和国家机关妇工委公布2020年度中央和国家机关三八红旗手(集体)名单。中国科学院心理研究所视觉与计算认知实验室荣获“中央和国家机关三八红旗集体”。

该团队曾于2018年荣获中国科学院“巾帼建功先进集体”称号,2019年荣获全国妇联颁发的“全国巾帼文明岗”称号。团队带头人傅小兰研究员曾获全国三八红旗手、全国妇女创先争优先进个人等荣誉称号,是中共十八大、十九大代表。

视觉与计算认知实验室致力于视觉与计算认知研究,面向国家重大需求,在国内率先开展微表情的认知心理学研究,首次研究了微表情发生的时间特性及其规律,以及微表情识别的认知神经机制,揭示了200毫秒是人类面部表情识别时间进程的转折点,为计算机自动检测和识别微表情提供了心理学依据,极大地促进了心理学与计算机科学的结合与交叉。建立的3个微表情数据库已经被53个国家716个研究团队申请使用;研究成果“微表情识别方法”获得2018年度第八届吴文俊人工智能自然科学奖一等奖。先后承担科技创新2030—“新一代人工智能”重大项目课题等多项国家重要科技任务,在国内外核心期刊发表论文400余篇,主持或参与制定国家标准11项,获国家发明专利授权3项和实用新型专利授权17项,主编著作或译著20部。

[返回目录](#)

心理所荣获2020年度中国女科技工作者社会服务奖

作者:妇委会

3月22日,中国女科技工作者协会主办的女科技领军人才研修班在宁波开班。开班仪式上颁发了2019和2020年度中国女科技工作者协会社会服务奖,2020年社会服务奖共颁发1个单位奖和5名个人奖。中国科学院心理研究所荣获2020年度社会服务奖单位奖,心理所副所长陈雪峰荣获2020年度社会服务奖个人奖。

颁奖仪式由协会常务副会长、国家自然科学基金委员会副主任高瑞平主持。第十一届全国政协副主席、中国科学院院士、中国科学院生物物理所研究员王志珍出席颁奖仪式并颁发单位奖。协会会长、中国工程院院士、国家肝癌科学中心主任王红阳，发展中国家科学院院士、原中国科学院党组副书记方新等共同为获奖者颁奖。

颁奖仪式通过短片介绍了获奖单位和个人在抗击疫情中服务社会的情况。颁奖词中称，心理所多位女科技工作者发挥半边天的作用，投身一线疫情心理服务，她们使命在心、责任在肩，为防控疫情提供心理学支持，用专业和爱心奉献社会、服务人民。陈雪峰同志发挥学科专长，投身疫情心理服务，率队逆行武汉持续工作 40 余天，在开展一线心理服务的同时，积极建言献策、多渠道开展科学普及，发挥了重要的社会心理疏导作用。

中国女科技工作者协会由全国女科技工作者志愿组成，是党和政府联系女科技工作者的桥梁和纽带，在全国妇联和中国科协的领导下，认真履行协会宗旨和任务，竭诚为女科技工作者服务。女科技工作者社会服务奖设立于 2015 年，旨在更好地团结广大女科技工作者凝聚发展共识、发挥专业所长、服务经济社会。该奖项每年评审一次，分为单位会员奖和个人会员奖，表彰协会在服务经济社会发展中的杰出代表。2019 年奖项侧重于扶贫领域的优秀代表，2020 年奖项侧重于抗击疫情领域的优秀代表。

心理所龙迪教授曾于 2015 年获奖，是该奖项首批 8 名获奖科技工作者之一。



[返回目录](#)

心理所荣获北京分院 2020 年度“弘扬科学家精神”系列活动多项表彰

作者：党办 苗娟

近日，科技创新发展中心（北京分院）公布“弘扬科学家精神”系列活动表彰名单。根据系列活动组织开展情况，经综合评审、中科院北京分院分党组会研究审议，中国科学院心理研究所郭黎媛荣获“诵读科学经典弘扬科学精神”活动先进个人，抗击疫情“安心行动”工作组临时党支部牵头拍摄的微视频《抗击疫情“心”战疫，逆行武汉显担当》荣获“率先行动故事汇”微视频征集展示活动（第二季）“创新为民奖”。

2021 年是中国共产党建党 100 周年，是“十四五”和中科院“率先行动”计划第二阶段的开局之年。心理所将继续认真学习贯彻习近平总书记关于弘扬科学家精神的有关指示和中共中央办公厅、国务院办公厅有关文件精神，引导研究所师生认真学习、传承发扬老一辈科学家精神，大力弘扬新时代科学家精神，建设优良学风作风，激励广大科研人员坚守“科技报国、创新为民”的初心，为研究所履行好国家战略科技力量的使命职责做出新贡献。

[返回目录](#)

心理所荣获中科院老科协 2020 年度“学术沙龙工作优秀奖”

作者：综合办公室 赵伟

3月9日，院老科协通过“科技云会”线上召开了中科院老科协九届二次会员代表大会暨九届三次理事会。

会上，院老协理事长孙建国对2020年工作进行了总结，并部署了2021年工作安排，副理事长项国英宣读了2020年度先进集体和先进个人名单。心理所分会荣获中科院老科协2020年度“学术沙龙工作优秀奖”，分会副理事长吴瑞华被评为2020年度协会工作“先进个人”。

心理所分会自2019年换届以来，成员之间团结互助、积极调研，与兄弟单位进行了良好的合作与交流。结合自身学科特点，在较短的时间内打开工作局面。2020年12月，分会成功举办了第一期学术沙龙活动，为未来工作的开展奠定基础。

此次获奖是院老科协对心理所分会工作的肯定和鼓励，也对未来工作提出了更高的标准和期望。心理所分会将在各级领导的关心和指导下，迈出新步伐，勇创新佳绩！



[返回目录](#)

内蒙古库伦旗政法委向心理所发来感谢信

作者：应用发展部 吴坎坎

近日，内蒙古库伦旗政法委向中国科学院心理研究所发来感谢信。感谢心理所以对库伦旗一直以来的支持和帮助。

2020年，心理所科技扶贫团队在库伦旗设立“中国科学院科技扶贫项目心理帮扶库伦旗示范基地”，支持库伦旗建设“知行心理工作室”“知行热线”，以及9个社区的“知心姐姐”心理工作室，对库伦旗心理咨询师、政法干部、教师、人民调解员、疫情防控人员和各类群体开展专题培训和个案督导。

感谢信中提到，通过一系列的学习培训和个案督导，库伦旗的广大学员对心理健康的认知和心理危机干预等心理健康知识普遍得到提高，极大提升了库伦旗心理咨询师业务水平和实战能力，为库伦旗心理健康服务体系建设提供有力的技术支持，使心理健康服务体系建设更加成熟和完善，有效服务于基层社会治理。

2020年6月，心理所针对政法干警、学校教师和疫情防控人员开展了为期15天“心理成长训练营”线上培训，累计培训700人；2020年11月，心理所专家团队在库伦旗开展“心

理危机干预和心理援助专题培训”，为 120 余位库伦旗各部门心理咨询师、志愿者、相关工作人员进行 40 课时的培训；心理所心理咨询专家每两周为“知行心理工作室”心理咨询师提供个案督导，截止目前已进行 10 期，近 50 名心理咨询师和志愿者接受督导。2021 年 1 月，面向“知行热线”30 余名线上心理咨询师开展了为期 12 个课时的心理援助热线接听培训和实战演练。

心理所将在库伦旗继续深入落实乡村振兴战略和社会心理服务体系建设，提升心理学服务于库伦旗市域社会治理的成效，以库伦旗为试点，推进社会心理服务体系建设服务于乡村振兴和基层社会治理的模式。

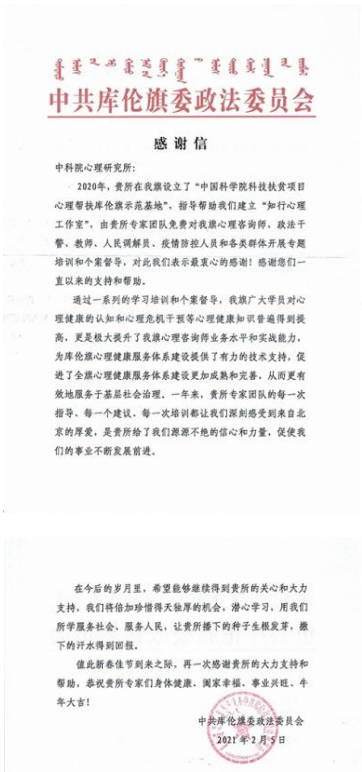
库伦旗从“心”开始，加快推进市域社会治理现代化的工作经验也得到了广泛的媒体关注：

新华社：库伦旗：推进市域社会治理 从“心”开始

中国网：通辽市库伦旗：推进市域社会治理 从“心”开始

法制日报：搭建心理健康服务体系 内蒙古通辽市库伦旗推进市域治理现代化有新招

今日头条：库伦旗：推进市域社会治理 从“心”开始



[返回目录](#)

心理所举行 2021 新春线上团拜会

作者：心理所研究生会 于祎雯

2 月 11 日，中国科学院心理研究所举行 2021 新春线上团拜会，为全体师生送上新春祝福，慰问留所过年的研究生同学们。



会上，心理所所长傅小兰为大家送上祝福，希望大家在心理所这个大家庭里互爱互敬、团结奋斗、共同成长，瞄准“两加快，一努力”要求，围绕研究所主责主业，聚焦原始创新和关键核心技术突破，为“十四五”打开新局面，彰显国家战略科技力量的责任和担当。党委书记、副所长孙向红代表所党委向大家拜年，向因疫情不能回家的同学们表示关心，希望大家在所里度过一个欢乐祥和、安心健康的新年，并祝愿大家在新的一年里再接再厉，做出好成绩。副所长刘勋对因投入科研放弃回家过年的同学们表示关心，介绍了心理所面向就地过年的同学们开展的发放慰问金、书画协会书“福”送“福”活动、研究生会“别样年味儿”系列活动等安心、暖心、稳心工作。党委副书记、副所长陈雪峰祝愿同学们的论文早日被接收，希望线上祝福能够化作温暖的怀抱，驱散同学们的思乡情，并希望大家在百年未有之大变局和学业发展的关键期，多思考、多体会，创造美好的未来。学生工作处处长雍武，导师代表韩布新、严超赣、李永娟等老师也结合自身工作和特长爱好，通过春联、作诗送出别具一格的新春祝福。

此次线上团拜会还设置了家庭祝福环节，一些留所同学的家人、朋友也通过此次活动送上来自远方的温暖与祝福。最后，参会师生进行线上互动，纷纷在聊天框留下新年祝福，进行线上合影。

2021年，祝愿大家牛年大吉，阖家欢乐！展望未来，风鹏正举、宏图大展！

[返回目录](#)

党群之窗

心理所两课题分别荣获北京分院党建政研会 2020 年度优秀课题一等奖、二等奖

作者：党办 苗娟

为深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想，把思想建党、理论强党摆在更加突出的位置，结合党建重点工作和研究所工作实际，注重研究成果的转移转化，更好地指导实践，近日，北京分院党建政研会对 2020 年度优秀课题进行表彰。中国科学院心理研究所完成的课题《心理学视角下研究生思想政治教育现状与对策研究》和《增强“不忘初心、牢记使命”主题教育实效研究》分别荣获北京分院党建政研会课题一等奖和二等奖。

《心理学视角下研究生思想政治教育现状与对策研究》由心理所研究生党总支承担。该课题从心理学视角出发，结合量化分析和质性研究，探究心理所学生的思政教育现状、党建工作的不足，以及导师在思政观形成中的重要作用。研究基于调查结果提出相关解决措施和政策建议，有利于改进现有工作，为学生培养工作提供借鉴。

《增强“不忘初心、牢记使命”主题教育实效研究》由心理所管理支撑与学会联合党支部承担。该课题结合支部功能和党员特点，针对支部存在的学习缺乏系统性、指导实践不够和担当意识、责任意识和服务意识不足等问题，部署推进了一系列举措，推动职能部门转作风、提效能，切实增强主题教育的实效性。

[返回目录](#)

心理所召开 2021 年第一次党委理论学习中心组学习扩大会议

作者：党办 苗娟

3月30日上午，中国科学院心理研究所党委在铭责楼421会议室召开2021年第一次党委理论学习中心组学习扩大会议。心理所党委委员、纪委委员、党支部（总支）书记、研究室主任、各职能部门负责人、群团负责人等26人参加会议。会议由党委书记孙向红主持。

会上，孙向红领学了习近平总书记在党史学习教育动员大会上的重要讲话，传达中科院党史学习教育动员会精神和党史学习教育有关工作部署，结合参加院属单位党政正职党史学习教育专题培训班体会作重点发言，并学习解读了《中国共产党党员权利保障条例》。她强调，开展党史学习教育是党站在“两个一百年”奋斗目标交汇的关键节点做出的重大决策，是党的政治生活中的一件大事。要认真学习把握党史学习教育的目标要求，全面深刻理解、把握和落实习近平总书记对中科院提出的“四个率先”和“两加快一努力”要求，坚持做到学思践悟、知行合一，按照院党组党史学习教育“四个结合”、“两个促进”的要求，坚持党建引领科研，在党史学习教育中不断深化对国家战略科技力量初心使命的认识，大力弘扬科学家精神，以学习成效履行国家战略科技力量的职责使命，增强肩扛“国家事”“国家责”的思想自觉、政治自觉和行动自觉。

纪委书记刘斌领学了十九届中央纪委五次全会精神。他强调，要进一步督促研究所强化国家战略科技力量，紧紧围绕科技自立自强这一战略要求，聚焦研究所的主责主业，有所为有所不为。加快落实习近平总书记对中科院提出的“四个率先”和“两加快一努力”要求。要长期坚持严的主基调，不断实现不敢腐、不能腐、不想腐一体推进战略目标，为实现高水平科技自立自强目标营造风清气正的政治生态。



所长傅小兰结合此次学习主题谈了自身体会。她强调，目前中科院国重体系面临重组，将以科技自立自强、建设科技强国为努力方向，通过调整、充实、整合、撤销等方式，对现有的国家重点实验室优化重组。要将党史学习教育与申建心理健康国家重点实验室、编制十

四五规划等工作结合，引领广大党员干部和科技人员聚焦主责主业，强化国家战略科技力量的使命与担当。

党委委员刘勋、张建新、周智红等参会同志也分别围绕此次学习主题，结合自身工作和研究所十四五规划，交流了心得体会。

[返回目录](#)

心理所举办学习贯彻党的十九届五中全会精神辅导报告会

作者：党办

为深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想，学习贯彻党的十九届五中全会精神，2020年12月10日下午，心理所党委在南楼9层会议室举办了学习贯彻党的十九届五中全会精神辅导报告会。本次报告会采取线上与线下相结合的方式进行。心理所领导班子、党委委员、纪委委员、各支部书记、职能部门正副处长、研究室正副主任、年轻干部学习小组成员、研究生党员、离退休党员、团员代表等共近300人参加了会议。报告会由心理所党委副书记、纪委书记陈雪峰主持。



中央党校（国家行政学院）教授张伟作了题为“学习贯彻十九届五中全会精神”专题报告。报告主要从把握贯穿始终的三个“新”、领会贯穿始终的安全发展、学习贯穿始终的原则思想三个方面开展，以丰富的历史资料、数据和要素讲解为支撑，就十九届五中全会精神为大家做了系统而又深入浅出的讲解。报告受到广大党员干部的热烈欢迎和广泛好评。大家认为，这次辅导报告是对学习贯彻五中全会精神的一次集中“加油”，帮助大家深化了对全会精神的理解。

最后，陈雪峰结合报告内容和研究所学习贯彻党的十九届五中全会精神工作部署做总结发言。她强调，《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十四个五年规划和二〇三五年远景目标的建议》中的“健全社会心理服务体系和危机干预机制”“重视青少年身体素质和心理健康教育”“重视精神卫生和心理健康”等论述都与研究所工作息息相关，希望大家深入学习领会党中央关于“十四五”规划和二〇三五年远景目标的部署要求，切实把思想和行动统一到全会精神上来，紧密联系实际进行学习，为研究所“十四五”规划献计献策，发挥好心理学国家战略科技力量的应有作用。

[返回目录](#)

心理所纪委学习贯彻十九届中央纪委五次全会精神

作者：纪监审办

3月18日，中国科学院心理研究所组织召开2021年第一次纪委会议，学习中国共产党第十九届中央纪律检查委员会第五次全体会议精神。会议由纪委书记刘斌主持，纪委委员和纪监审办公室工作人员参加了会议。

会议学习传达了习近平总书记在十九届中央纪委五次全会上的重要讲话、赵乐际同志所作的工作报告，以及全会公报。深刻领会一年来党中央全面从严治党取得新的重大成果，以及面对新形势新任务全会对纪检监察工作提出的任务要求。会议强调，要坚持围绕中心、服务大局，不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力，强化国家战略科技力量，聚焦研究所主责主业，对标对表习近平总书记对中科院提出的“四个率先”和“两加快一努力”要求，加强党风廉政建设和反腐败工作，为“率先行动”计划第二阶段和“十四五”改革发展保驾护航。

会议还围绕研究所2021年纪检监察审计工作要点的制定，学习了上级工作部署。

[返回目录](#)

心理所党委举办2020年度党务干部培训班

作者：党办

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，进一步加强基层党组织建设，推动“基层党组织建设年”活动顺利开展，提升研究所党务干部的党务工作能力和水平，2020年11月10日，中国科学院心理研究所党委在南楼九层会议室举办了心理所2020年度党务干部培训班。心理所各党支部（总支）书记、副书记、支委及党小组长等55人参加了培训。



会议现场

心理所党委书记孙向红讲了题为“一以贯之，坚定不移推进全面从严治党”的精彩党课。她逐条解读了《党委（党组）落实全面从严治党主体责任规定》《院属单位党委落实全面从严治党的主体责任清单》相关内容，并对支部如何贯彻落实全面从严治党责任提出了具体要求。她强调，各支部要深入组织学习《党委（党组）落实全面从严治党主体责任规定》和《院属单位党委落实全面从严治党的主体责任清单》，认真落实全面从严治党的相关要求，对党员从严进行教育管理监督，支委要带头遵守执行全面从严治党各项规定，自觉接受监督，在全面从严治党中发挥示范表率作用。



心理所党委书记孙向红讲党课

心理所党委副书记、纪委书记陈雪峰以“扎实做好支部纪律监督工作”为题讲了一堂生动的党课。她详细解读了《中国共产党章程》《中国共产党党内监督条例》《中国共产党党员教育管理工作条例》等党内法规的内容，要求各支部结合实际抓好贯彻落实，做好学习宣贯中央精神情况、党风廉政建设责任制落实情况、中央八项规定精神落实情况、经常性纪律教育开展情况、制度建设和执行情况、科研诚信的监督工作，配合开展执纪审查工作，运用监督执纪“四种形态”。



心理所党委副书记、纪委书记陈雪峰讲党课

直属机关党委宣传部部长李斌讲解了中科院党建宣传工作，他从理顺党宣工作体系、推进制度化建设、推进创造性落实等方面介绍了 2020 年党建宣传工作重点；中科院科技创新发展中心（北京分院）党群办公室主任徐治国作了题为“党建工作那些事儿”的报告，生动讲解了中央对党建工作要求、北京分院党建工作重点和支部党建着力点，并就做好基层党支部工作分享了自身体会。



直属机关党委宣传部部长李斌作报告



北京分院党群办公室主任徐治国作报告

最后，此次培训特别邀请到中科院半导体研究所党支部书记、照明研发中心主任王军喜和中科院高能所行政管理处党支部书记王湘鉴作党支部工作经验交流。王军喜结合自己担任党支部书记的心得体会，重点分享了其支部党建如何助推实现科研成果产出和跨界应用的经验；王湘鉴结合具体事例重点介绍了党支部“一三三一”工作法，阐述了行政管理处党支部在开展“三会一课”、组织主题党日活动等方面好的经验和做法。



王军喜作报告



王湘鉴作报告

随后，与会人员交流了支部在工作中遇到的问题和困难，分享了在“基层组织建设年”活动中，开展党员思想政治教育工作中的经验与体会，交流了本次培训的收获与感想。大家纷纷表示，通过本次系统培训，对今后开展党支部工作有很大帮助，大家打开了新的视角和思路，提高了认识，掌握了方法，增强了进一步做好党务工作的信心和能力。

[返回目录](#)

心理所召开 2020 年度党员领导干部民主生活会

作者：党办

1月27日上午，心理所召开2020年度党员领导干部民主生活会。所长、党委委员傅小兰，副所长、党委委员刘勋，党委副书记、纪委书记、副所长陈雪峰参加会议。中科院科技创新发展中心(北京分院)科技创新办公室主任初玉到会指导。会议由党委书记孙向红主持。

本次会议的主题是认真学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，加强政治建设，提高政治能力，坚守人民情怀，夺取决胜全面建成小康社会、实现第一个百年奋斗目标的伟大胜利，开启全面建设社会主义现代化国家新征程。

为高质量地开好这次民主生活会，所领导班子制定了详实的工作方案，会前通过党委理论学习中心组学习会和《中国科学院心理研究所2020年度党员领导干部民主生活会学习材料汇编》，认真学习研讨了习近平新时代中国特色社会主义思想、党的十九届五中全会精神，以及习近平总书记关于科技创新领域的重要论述等，并广泛征求全所同志对领导班子和班子成员的意见建议。同时，班子成员之间、班子成员与分管部门主要负责人等开展谈心谈话。在此基础上，所领导班子成员认真撰写了对照检查材料，进一步查摆问题，为开好此次民主生活会奠定了良好的基础。

会上，孙向红代表所领导班子汇报了上一年度巡视整改专题民主生活会和“不忘初心、牢记使命”主题教育专题民主生活会查摆问题整改落实情况，并按照中央“三个对照”、“三个摆进去”的要求，重点从五个方面进行了班子对照检查，分析了问题产生的原因，提出下一步整改举措。

随后，孙向红、傅小兰、刘勋、陈雪峰分别联系个人思想和工作实际，逐一做了对照检查，认真开展了批评与自我批评。班子成员坚持实事求是、直面问题，相互批评、开诚布公，做到真点问题、点真问题，达到“团结一批评一团结”的预期目的。

初玉对我所会议民主生活会给予肯定。他认为，会议有质量、有成效，班子成员能够紧扣主题，把自己摆进去、把职责摆进去、把工作摆进去；敢于刀刃向内、自我革命，真刀真枪地开展批评与自我批评，取得了统一思想、明确方向、凝聚力量的成效。

孙向红对此次民主生活会进行总结。她表示，所领导班子将按照院党组部署，继续认真学习习近平新时代中国特色社会主义思想和院工作会议精神，切实加强政治建设，不断提升领导班子政治判断力、政治领悟力和政治执行力；所领导班子将齐心协力，结合查摆的问题和意见建议认真开展整改工作，进一步细化整改方案、明确整改时限，认真做好民主生活会意见反馈和整改方案落实工作；将按照“加快打造原始创新策源地，加快突破关键核心技术，努力抢占科技制高点”的要求，团结带领全所同志为实现中华民族伟大复兴的中国梦、为社会心理健康、心理服务工作以及研究所创新发展做出应有贡献！



[返回目录](#)

管理支撑与学会联合党支部召开全体党员大会

作者：管理支撑与学会联合党支部 张蔓

1月22日上午，中国科学院心理研究所管理支撑与学会联合党支部召开全体党员大会。支部书记张永博作2020年度支部工作述职报告，39名党员和3名入党申请人参加会议。

张永博对照“基层组织建设年”活动达标评估内容，从政治功能发挥、支部班子建设、党员队伍建设、支部作用发挥等方面，全面总结了支部2020年度开展的具体工作。支部始终坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，以“基层组织建设年”活动为抓手，以政治建设为主导，在所党委的坚强领导和支委班子的带领下，深入推进支部工作标准化规范化建设，引导广大党员增强“四个意识”，坚定“四个自信”，落实“两个维护”。张永博希望支部全体党员投入足够精力，继续保持参与组织生活的积极性。同时，支部将一如既往地发挥模范带头作用，带领全体管理支撑人员一起努力为研究所的科研工作开展保驾护航。



支部书记张永博做述职报告

心理所党委副书记、纪委书记陈雪峰总结发言。她充分肯定了支部一年来党建工作取得的成绩，认为全体党员参与组织生活态度端正、学习认真；支部班子分工明确、履职到位，团结带领支部党员前进；支部党建活动氛围严肃认真，活动质量和效果明显提升。同时，她建议支部活动内容要不断拓展，形式不断出新，党员不断增强政治素质和提高业务能力，充分发挥党支部的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用。陈雪峰还分享了侯建国院长在中国科学院 2021 年度工作会议上报告的重点内容和 2021 年中国科学院重点任务，希望和大家在日常工作和支部活动中一起研究讨论，更好地把党建和本职工作相结合，推动研究所事业的发展。

会上，张永博还介绍了支部 1 月和 2 月的主题党日活动、民主推荐入党申请人转为积极分子、组织生活会和民主测评等重点工作安排，并对支委班子履职情况民主测评工作进行了详细说明。会议最后，全体与会党员现场填写并提交了《支委班子履职情况民主测评表》。



会议现场

[返回目录](#)

心理所书画协会举办系列活动迎春送福

2021 年春节期间，中国科学院心理研究所书画协会举办系列活动挥毫泼墨，为留京过年的师生送上祝福，喜迎新春佳节的到来。

2 月 9 日，书画协会与学生工作处在北楼 201 联合举办书“福”送“福”活动。心理所副所长陈雪峰，书画协会会长、中国心理学会前任理事长韩布新等人挥毫泼墨，为留京过年研究生书写“福”字送上新年祝福。书“福”活动结束后，多位未能现场参与活动的老师把自己精心书写的福字送到了学生处。学生处的申琳于除夕当天将老师们的美好祝福送到了留所过年的同学们手中。



春节期间，书画协会还举办了首届“迎新春书画云展”。此次云展活动邀请了职业画家、中国书法家协会会员刘荣宏担任职工书画作品和儿童书法作品的点评专家，并邀请心理所研

究员、儿童绘画心理专家李甦担任儿童绘画作品的点评专家。心理所职工的 5 幅书法作品和 23 幅绘画作品，以及职工子女的 5 幅儿童书法作品和 21 幅绘画作品参展。

参展作品主题多样、内容丰富，传达了作者们热爱生活、积极向上的精神和高雅的艺术情操。参展作品集结成册，心理所所长傅小兰撰写贺词，于元宵节正式发布，受到全所职工的广泛好评，记录了 2021 年春节的美好回忆。

首届书画云展电子画册：

<https://flbook.com.cn/c/z2abSgqiIT>



[返回目录](#)

人物聚焦

陈楚侨研究员获 2021 年全球精神分裂症研究奖

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈楚侨研究组

近日，中国科学院心理健康重点实验室神经心理学与应用认知神经科学实验室的陈楚侨研究员获得精神分裂症国际研究协会（SIRS）颁发的 2021 年全球精神分裂症研究奖，表彰其在理解精神分裂症谱系的病理机制以及将基础研究发现成功转化到临床实践中所做的重要贡献。该奖项自 2019 年设立，每年仅颁发给一位学者，旨在鼓励支持研究者间的合作交流。

墨尔本大学精神病学系神经精神病学中心教授 Christos Pantelis 评论：“陈楚侨研究员对理解精神分裂症和分裂型障碍不同阶段的快感和动机缺乏的认知加工和神经机制做出了重要贡献。他关于神经软体征的研究也发展出量化的、便于临床施测的测量方法。” Pantelis 教授希望通过该奖项使陈楚侨研究员进一步推进中国的精神分裂症研究，并促进精神分裂症和分裂型障碍研究的国际合作。

SIRS 主席 Til Wykes 教授评论：陈楚侨研究员的最新研究为“神经软体征并不‘软’，而是具有脑结构和脑功能网络基础”这一理念提供了强有力的证据。陈楚侨研究员关于神经软体征的主要发现对发展中国家和拥有大量人口的国家特别有用。

陈楚侨研究员是国家自然科学基金杰出青年基金获得者、北京市百名领军人才计划入选者、美国心理科学协会 Fellow、2019 年科睿唯安（Clarivate Analytics）高被引学者。他最近的工作扩展到更广泛的神经发育和神经退行性疾病，包括自闭症谱系障碍和老年痴呆。

相关链接：

<https://schizophreniaresearchsociety.org/meetings/awards-and-grants/2021-global-schizophrenia-award/>

[返回目录](#)

陈楚侨研究员受邀加入期刊 Schizophrenia Research 编委会

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈楚侨研究组

近日，中国科学院心理研究所研究员、中国科学院心理健康重点实验室神经心理学与应用认知神经科学实验室陈楚侨博士受邀加入期刊 Schizophrenia Research 的编委会。

Schizophrenia Research 是精神分裂症国际研究学会 Schizophrenia International Research Society (SIRS) 的官方期刊，也是精神分裂症研究领域的旗帜性期刊和最大的专业刊物之一。哈佛医学院教授 Matcheri Keshavan 是期刊主编。通过该刊，国际研究者与临床工作者与全球范围内的精神分裂症研究团队们分享研究成果。6000 多个研究机构拥有 Schizophrenia Research 的在线或印刷访问权。

陈楚侨研究员是国家杰出青年科学基金获得者，“科技北京”百名领军人才培养工程入选者，长期以来致力于心理疾患和脑疾病特别是精神分裂症谱系障碍和情绪障碍的生物学标记识别研究。

[返回目录](#)

韩布新研究员受邀参加全国老龄委第一届专家委员会成立大会暨专题研讨会

作者：中国科学院心理健康重点实验室 韩布新研究组

3月5日，全国老龄工作委员会第一届专家委员会成立大会暨专题研讨会召开。国家卫生健康委党组成员、全国老龄办常务副主任、中国老龄协会会长王建军到会做重要讲话，并为专家委员颁发聘书。中国科学院心理研究所研究员韩布新受邀参会并接受聘书。会议由卫健委老龄健康司司长王海东主持。



国家卫健委党组成员王建军向韩布新研究员颁发聘书

与会专家围绕“贯彻落实党的十九届五中全会精神，谋划‘十四五’推动实施积极应对人口老龄化国家战略”进行发言，就《“十四五”国家老龄事业发展规划（讨论稿）》进行深入讨论，提出意见建议。韩布新提出重视老年人心理健康维护与促进中家庭的核心作用、高龄老人需求、涉老心理服务体系建设、行业规范立法等四点建议。

全国老龄委专家委员会是全国老龄委为健全老龄领域重大决策专家咨询论证制度，进一步提高老龄工作决策的民主化、专业化、科学化水平而设立的决策咨询机构。专委会委员实行聘任制，每届任期3年，主要职责是参与全国老龄委的有关会议活动，咨询论证和综合研究，对涉及老龄领域的重要问题提供评估意见和对策建议等。

国家卫生健康委老龄健康司、中国老龄协会相关领导同志出席会议。

[返回目录](#)

蔡新璐、周晗昱两位博士荣获精神分裂症国际研究协会（SIRS） 2021 年会议 “Early Career Award”

作者：中国科学院心理健康重点实验室 陈楚侨研究组

近日，中国科学院心理健康重点实验室神经心理和应用认知神经科学实验室（NACN Lab）的博士研究生蔡新璐、周晗昱荣获精神分裂症国际研究协会（SIRS）2021 年会议的 “Early Career Award”。

此次 “Early Career Award” 共有 600 位申请者，最终 47 人获此荣誉。蔡新璐来自中国科学院大学中丹学院的认知神经科学项目，周晗昱是心理研究所的博士研究生。两人均为 2021 年的应届毕业生，由心理所研究员陈楚侨指导。

两位获奖人将于 4 月 17 日-4 月 21 日参与今年在线上举办的 SIRS 会议，并汇报和分享其相关研究。蔡新璐将作题为 “首发精神分裂症患者及其一级亲属的神经软体征与大脑-小脑功能连接的关系” 的研究报告，周晗昱的报告主题为 “早发精神分裂症青少年患者的视听时间整合能力”。

此次是 NACN 实验室的成员第 8 次因在精神分裂症研究领域的出色表现而获得类似的奖项。但是，同一实验室的两名学生同时获得该荣誉尚属首次。

SIRS 会议是精神分裂症研究领域最重要的国际会议。过去几年中，来自全球数以千计的科学家和研究人员参会，交流研究想法、研究技术和数据，致力于推动相关科学研究和临床治疗。

相关链接：

https://schizophreniaresearchsociety.org/wp-content/uploads/2021/02/2021-SIRS-Travel-Awardees_post-to-website.pdf

[返回目录](#)

应用与服务

心理所与佛山市人民政府签署战略合作协议

作者：应用发展部

1 月 13 日上午，中国科学院心理研究所与佛山市人民政府战略合作协议签约仪式在佛山市举行。此次战略合作将推动中国科学院心理健康服务体系建设项目成果在当地教育系统落地。

此次合作基于中科院心理健康服务体系建设项目相关成果，共同探索和构建佛山市学生心理健康科研服务体系，在佛山市教师发展中心共同打造 “儿童青少年脑科学与学习心理发展” 应用研究基地，加强横向课题研究，探索一条有特色的、可在全省乃至全国推行的、具有先行示范意义的学生心理健康教育科研服务高质量发展道路。

签约仪式后，心理所专家面向当地 100 余位中小学校长、专兼职心理教师、班主任代表进行专场报告，就心理学在学生教育中的应用、中科院心理健康服务体系建设情况、青少年心理健康服务云平台等内容进行了报告和交流。

佛山市人民政府副市长许国、心理所应用发展部主任张莉、佛山市教育局、禅城区政府、南海区政府、顺德区政府、高明区政府、三水区政府相关领导出席签约仪式。签约仪式由佛山市人民政府副秘书长邓灿荣主持。



[返回目录](#)

心理所联合湖北妇联举办“家庭服务心理教练”培训助力提升基层治理水平

2020年初，新冠肺炎疫情爆发，对人们的工作生活产生了各种影响。中国科学院心理研究所和湖北省妇女联合会联合开展调查，结果显示：疫情期间，53.7%的妇女因担心感染新冠肺炎，对生活环境的安全感到担忧；41.6%的妇女表示因为收入减少，感到经济压力增大；因子女教育困难、家庭成员关系紧张而感到焦虑的也占不少比例。

2020年9月至11月，心理所联合湖北省妇联，以及湖北省妇女儿童发展基金会顺利举办为期两个月的“家庭服务心理教练”网络培训班。来自湖北17个州县的486位妇联干部、专兼职家调员、承接心理咨询服务的社会工作者顺利通过考核完成培训。

此次培训班旨在加强疫后妇女儿童心理疏导，提升湖北省妇女儿童家庭心理服务专业化水平，培养一批家庭服务心理队伍，更好地服务湖北省妇女儿童。培训邀请心理所教授史占彪、张雨青、刘正奎，以及华中师范大学教授佐斌等专家授课，通过网络平台开展教学。培训包括网络课程、在线督导、实战对话、考核颁证四个环节。网络课程有26课时的必修课和9课时的选修课，学员在35天内完成课程；然后通过分组的方式，进行在线实战对话和实战督导；最后经过在线实战考核和线下作业的方式完成考核。培训内容涉及反家暴、提升婚姻质量、离异家庭心理调适、新冠疫情康复后生活心理辅导与支持、修复疫情带来的家庭创伤、上访群众心理疏导、提升心理服务工作人员心理素质和工作能力、成为优秀的家庭服务心理教练八个主题。

家庭教育心理服务是社会服务体系的重要组成部分。为期两个月的培训效果显著，依托心理所的专业团队力量，通过完备的课程体系，完善的教学管理体系，形成了丰富的学员作业成果，涌现出一系列生动感人、催人奋进的家庭案例故事，在当地培养出一支心理素质好、专业水平高、合作理念强、个性特征鲜明的妇联干部心理专业服务队伍。

培训期间，全国人大常委会副委员长、全国妇联主席沈跃跃在湖北调研，现场了解“家庭服务心理教练”网络培训班。湖北省妇联主席李述永陪同调研，心理所史占彪教授汇报培训开展情况。沈跃跃强调了要做好家庭建设和妇女心理健康，要进一步激发妇女积极性主动性创造性，为湖北省培养一支带不走的家庭服务心理教练队伍。

疫情期间，为化解基层矛盾，特别是家庭矛盾，保护妇女儿童合法权益。湖北各地妇联及心理健康协会，在基层建设心理咨询室，选派专业的心理咨询室为当地居民提供心理咨询服务，通过心理疏导和家庭纠纷调解，缓解家庭不良情绪，促进社会和谐稳定。心理所联合湖北妇联实施的“家爱心坊”妇女儿童心理援助项目，面向湖北省女性社区工作者等重点群体开展心理科普、心理自助、心理咨询和危机干预等服务。据不完全统计，湖北省各级“家调委”受理咨询 9028 件次，开展免费调解 5603 件，达成协议 1270 件次。

2020 年 3 月起，心理所在湖北面向社区、医院、公安等机构的工作人员开展一系列心理援助工作，并在武汉设立抗击疫情心理援助工作站，持续开展两年的心理援助工作。心理所将结合多年来的科研成果和时间经验，切实为一线工作人员提供专业帮助，在当地培养开展心理援助的专业人才队伍，丰富和完善当地社会心理服务体系的人才建设和心理援助服务。

[返回目录](#)

胡理研究组“一种用于镇痛的音乐电刺激的产生方法”获国家发明专利授权

作者：知识产权办公室 魏婧靓

近日，中国科学院心理健康重点实验室胡理研究组提交的国家发明专利申请“一种用于镇痛的音乐电刺激的产生方法”（专利号：201711186135.1）获得正式授权。

疼痛是一种广泛存在于我们生活中的复杂主观感受，2020 年国际疼痛研究协会对疼痛进行了重新定义，将其描述为“与实际或潜在组织损伤相关，或类似的令人不快的感觉和情感体验”。疼痛不仅会引起躯体不适，还会导致情绪问题和认知功能下降，严重影响着人们的生活质量。面对恼人的疼痛，患者往往首选药物治疗。然而，镇痛药物常常需要反复给药并伴有许多副作用。因此，寻找替代性非药物疗法缓解疼痛已成为当今重要的科学、社会和经济议题。目前，心理手段（如音乐）和物理手段（如经皮神经电刺激）是临床疼痛管理中较为常见的两种非药物镇痛手段。尽管心理镇痛和物理镇痛在作用机制和适用人群上都存在差异，但二者都可以有效缓解疼痛，还都具备经济、安全、易操作等优点，因此均有较广泛的实际应用。

基于前期对音乐镇痛和经皮神经电刺激镇痛的研究成果，心理所研究员胡理和副研究员吕雪靖等发明了“一种用于镇痛的音乐电刺激的产生方法”，进一步整合心理和物理两类非药物镇痛手段，以实现更优的镇痛效果。同时，该发明专利解决了镇痛领域现有音乐电刺激技术缺乏节奏感和乐律感等技术问题。具体而言，该方法通过选取被试喜欢的音乐，首先提取音乐的音高、音长和响度等特征；然后将这些特征转化为电刺激的刺激频率、刺激持续时间和刺激强度等参数，形成具有音乐节奏感和乐律感的音乐电刺激；所述音乐电刺激可作用于被试的任意皮肤表面来实施镇痛。上述方法能够让被试接受电刺激镇痛的同时，明显感受到作用于皮肤表面的刺激与喜欢音乐的节奏、旋律和强弱等变化相关，从而产生更好的镇痛效果。

[返回目录](#)

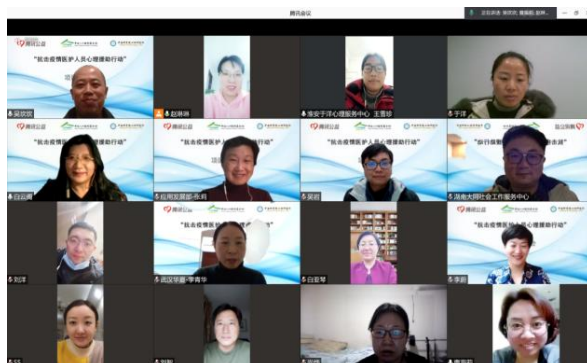
心理所召开抗疫医护人员心理援助行动试点项目推进会

作者：应用发展部

1月27日，心理所线上召开抗疫医护人员心理援助行动项目推进会。该项目由腾讯公益慈善基金会和中国人口福利基金会支持，在12个地区开展心理援助试点。项目的12个线下试点地区代表参加会议。心理所应用发展部主任、全国心理援助联盟副主席张莉、秘书长吴坎坎出席会议并致辞。会议由项目协调人赵琳琳主持。

会上，吴坎坎首先介绍了该项目线下试点的背景、实施概况以及前期的部分经验和成果。随后，12个试点地区的代表分别介绍了扎根当地服务当地，依托专业优势和当地特色面向当地援鄂医疗队、当地医疗系统医护人员及其家属开展心理援助工作的具体情况，包括心理健康教育和普及、个体心理咨询、团体心理辅导、医护人员及家属训练营、心理培训和心理危机干预等工作。最后，张莉在总结中感谢各地心理援助队伍的参与和支持，肯定各试点地区在此过程中发挥的积极作用，希望大家继续发挥专业优势、应对疫情带来的考验，发挥心理学专业人员的社会责任和专业价值。

腾讯公益抗击疫情医护人员心理援助行动项目已覆盖北京、湖北武汉、吉林通化等11个地区和应急管理部应急总医院的医护人员，累计服务超过2.7万人次。项目计划在12个试点开展心理援助试点至3月31日。同时，“中科院心理所心理援助平台”也将继续面向抗疫医护人员和民众开展持续的线上心理支持。



[返回目录](#)

福州市仓山区中小学生积极心理品质培养项目正式启动

作者：心理健康应用中心

3月17日上午，福州市仓山区“中小学生积极心理品质培养项目”（简称：积极心理品质项目）启动仪式在福州召开。



“中小学生积极心理品质培养项目”启动仪式

该项目得到了福州市仓山区教育局的支持,由中国科学院心理研究所心理健康应用中心提供专业化、体系化的中小学心理健康教育课程资源,旨在共同打造“仓山区中小学心理健康教育公共资源平台”,为辖区内近百所学校心理健康教育工作打下坚实基础。

项目紧扣心理健康教育的总目标,以提高学生心理素质,培养积极乐观健康向上的心理品质,促进学生身心可持续发展为宗旨,从教师培训、教学效果测评分析、教研督导、课程配套服务四大方面着手推进。迄今为止,心理所专家已面向参与项目的教师进行了本学期的理论培训、技能培训和团体培训,并完成理论测评工作,使参训教师更好地掌握教学目标和教学方法,达到课程教学目的。

该系列课程由心理所依据国家《中小学生心理健康指导纲要》进行设计,保证心理学干预方式科学性的基础上,更具趣味性,使师生掌握积极自我评价和心理自我调控的思维及方法,培育良好的心理素质,树立积极乐观的心态。目前已在仓山区 14 所实验校中开设针对中小学生积极心理品质培养的系列课程。



王詠教授发言

心理所、仓山区教育局、福建尚善公益基金会、仓山区实验校的相关专家领导,及实验校的授课教师、项目组成员参加项目启动仪式。

[返回目录](#)

2020 年朝阳区中小学生积极心理品质项目经验交流会顺利召开

作者: 心理健康应用中心

2020 年 12 月 29 日,2020 年朝阳区中小学生积极心理品质培养项目经验交流会在线上举行。

会上,中国科学院心理研究所教授、心理健康应用中心主任王詠报告了 2020 年项目的工作重点及成效,详细解读了积极乐观和心理韧性两门课程在疫情期间对学生的积极作用。项目聚焦于针对疫情特殊时期的积极心理品质课程教学教研和师资队伍建设,建立抗击疫情时期中小学生积极心理品质培养的长效机制。项目数据表明,开设积极心理课的班级学生,其积极心理品质提升显著高于未开设此课的学生,学习课时多的学生心理韧性提升显著高于学习课时少的学生。积极心理品质课程激发了学生自身内在的积极力量和优秀品质,帮助学生更好地挖掘自身潜力,应对疫情期间的心理问题、提升心理健康水平。

北京市和平街第一中学、北京市朝阳区外国语学校、北京师范大学朝阳学校和北京师范大学三帆中学朝阳学校的代表分别介绍学校在统一规划课程和实施中的经验。

张馨尹、郭丽娜和贺春平三位一线心理教师代表分别介绍了学生成长个案，从学生的角度来体现课程的影响。吴伊娜和郑璐分别展示了 2 节示范课。

中国人民大学心理学系教授雷雳在点评中肯定了项目的学术基础和设计思路，赞扬了课堂教学形式和教师风采，并从发展心理学和教育心理学规律出发对课程细节提出了进一步完善建议。

北京教育学院朝阳分院副院长闫新全在总结中肯定了项目成效，指出积极心理品质课程对于树立学生和教师阳光心态、构建社会和谐系统的重要意义，并勉励参会的各校领导和教师在这个专业平台上，依靠政策支持、专家引领和榜样示范，进一步开展好教学工作，让学生有更多的参与和收获，切实提升学生的心理健康水平，把学生培养成为人格健全、身心健康、全面发展的国家栋梁。

朝阳区教委、北京教育学院朝阳分院领导及相关工作人员，心理所积极品质项目团队成员、兼职心理教研员，朝阳区各中小学德育主管领导、专兼职心理教师 250 余人参加会议。

[返回目录](#)

心理所在内蒙古库伦旗开展家校共育工作坊

作者：中国科学院心理健康重点实验室 高文斌研究组

3 月 18 日至 21 日，中国科学院心理研究所副研究员王利刚与项目团队成员杨晶晶、王玥珺和余辉等一行在库伦旗开展家校共育工作坊。库伦旗教育科学体育局局长杨海军、库伦镇小学校长红英、六家子镇学校校长刘志星、库伦旗回族幼儿园副园长王昕等全程参与本次工作坊。

此次活动面向库伦旗 60 余名教师和库伦镇小学四年级四班学生及家长。活动分家校共育学生工作坊、家长工作坊及教师家访经验萃取工作坊三部分，提炼并推广库伦旗家校共育工作中的成功经验。

在学生工作坊中，通过游戏、绘画、沙盘创作、雕塑剧场等方式，引导孩子们发挥创造力、想象力和团队协作能力，展现自己心目中好学校、好老师及好家庭的样子，让孩子们敞开心扉，表达自己对学校和家庭的期待和真实情感。



孩子们积极参与活动现场

家长工作坊通过开放的小组合作研讨形式，引导家长们探讨家校合作的定义、家校合作的关键内容、盘点家校合作现状、家长在教育中的困惑与解决建议等方面进行了探讨。活动中，各小组进行头脑风暴式的讨论，气氛热烈，碰撞出许多思维的火花。

随后，王利刚就家长所关心的“如何帮助学生合理使用电子产品、如何帮助孩子自律、如何走进孩子的心里”三个方面进行系统讲解，建议家校通力合作，通过在嘎查村、社区创办活动，建设孩子社群，增强孩子对村庄和社区的情感联结来丰富孩子的课余生活。



家长积极研讨家校共育的策略和方法



学生给家长们介绍他们心目中的好学校



王利刚在家长工作坊现场开展家长培训

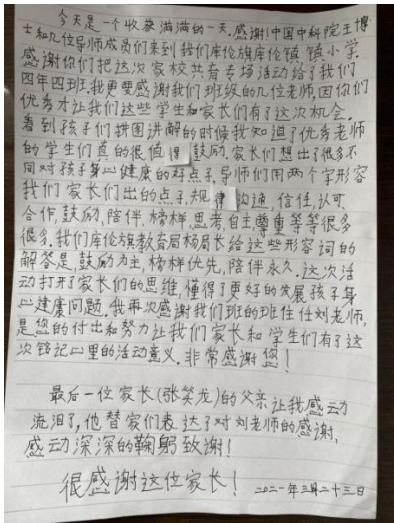
在教师家访经验萃取工作坊中，教师们分组对家访工作的意义、家访流程、关键要素、注意事项及当前家访工作中依然面临的挑战和困难进行了讨论。教师们站在学生和家长的角

度来思考怎么开展好的家访工作，总结出家访前、中、后三个环节的工作技巧。与会教师还分享了自己的家访故事，表达了自己对家校共育工作的想法和感情，引发全场的共鸣。



教师研讨现场

本次工作坊得到了库伦旗教科体局局长杨海军、各学校教师代表、学生及家长的高度认可，使库伦旗家校合作工作迈上了新台阶。



库伦旗小学家长的活动体会

[返回目录](#)

“问题管理加（PM+）”2020 年度会议圆满召开

作者：全国心理援助联盟 钱炜 吴岩

2月21日下午，“问题管理加（PM+）”2020 年度会议在线上召开。此次年度会议主题为“助人者的相聚、回顾与展望”，由中国科学院心理研究所和中国心理学会危机干预工作委员会联合主办。来自全国各地的“问题管理加”学员通过互联网相聚一起，重温心理志愿服务历程。



心理所副所长、中国心理学会副秘书长陈雪峰，心理所研究员、中国心理学会副秘书长刘正奎，心理所应用发展部主任、心理所全国心理援助联盟副主席张莉，中国心理学会心理危机干预工作委员会全国心理委员研究协作组组长费俊峰，心理所全国心理援助联盟秘书长、中国心理学会心理危机干预工作委员会委员兼秘书长吴坎坎等专家参加会议。世界卫生组织驻华项目官方丹女士应邀参会。会议由心理所全国心理援助联盟副秘书长钱炜主持。

世界卫生组织驻华代表 Gauden Galea 发来视频致辞，他在讲话中对心理志愿服务工作者的工作予以高度肯定，并表示“问题管理加”的工作为实现“健康中国 2030”目标以及西太平洋地区的健康安全做出了积极贡献。

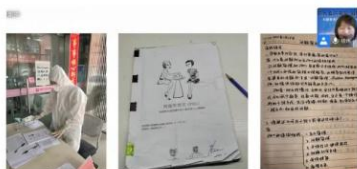
陈雪峰在致辞中充分肯定了“问题管理加”的科学性和可操作性，帮助包括金银潭医院公益特训班的医护人员等相关人群快速高效地掌握自助和助人的方法，服务于国家和社会需求，为解决现实问题做出实际贡献。刘正奎在讲话中介绍了“问题管理加”在此次疫情中取得的显著效果，通过自助安心训练营小程序在医疗系统中探索出的情绪管理门诊新模式。

钱炜在主题发言中回顾了“问题管理加”中开展的各项工作，重点介绍了“问题管理加”在疫情期间的创新性的心理援助工作，包括系列自助安心训练营的研发推广、武汉金银潭医院专项训练、湖南省人民医院的情绪管理门诊，以及百度的 AI 项目等工作。

斯坦福大学教授、美国国家 PTSD 中心前主任 Josef I. Ruzek，斯坦福大学医学院精神与行为科学系临床副教授、心理所全国心理援助联盟专家委员会委员童慧琦发来视频，鼓励并期待大家继续开展相关工作，做好创新与应用工作。

会上，陈雪峰、刘正奎、吴坎坎为“助人者专项行动”获奖者颁奖，表彰他们在疫情期间通过网络合作开展心理援助工作中作出的突出贡献。学员和志愿者代表分享了过去一年的工作历程，并表示将继续做好心理援助相关工作。

2020 年除夕前夜，抗击疫情“安心行动”正式启动，“助人者心理援助计划”专项行动中，“问题管理加”团队和志愿者们积极参与到抗击疫情的工作中。在大家的相互协作与努力下，自助安心训练营上线、地面心理援助工作有序推动、系列公益讲座开讲、网络短程心理援助各项工作迅速开展，实现“问题管理加”的创新与多领域应用。



PM+心理援助工作和学习回顾

[返回目录](#)

学会动态

中国心理学会荣获中国科协 2020 年度全国学会科普工作优秀单位

作者：科普委 中国心理学会



中国科协日前发布了《中国科协科普部关于公布 2020 年度全国学会科普工作考核结果的通知》(科协普函综字〔2020〕81 号),对科协下辖的全国学会和协会单位在 2020 年度传播科学思想和普及科学知识工作中做出显著成绩和贡献的其中 62 个单位给予表扬。中国心理学会因科普工作成绩突出,荣膺“2020 年度全国学会科普工作优秀单位”光荣称号。中国心理学会依托心理学普及工作委员会开展科学普及工作,2011 至 2020 年期间,两次获得科协表扬,一次荣获“全国科普工作先进集体”,六次获得“全国学会科普工作优秀单位”的光荣称号。

2020 年中国心理学会在中国科协领导下积极贯彻落实《全民科学素质行动计划纲要》，充分发挥全国学会的组织优势和人才优势，动员组织更多科技工作者，围绕公众关切的社会热点开展科普，丰富科普内容、创新表达形式、拓展信息渠道，不断提高科普的实效性和覆盖面。

疫情期间注重结合科普信息化手段，迅速响应“科普中国”、“学习强国”、“新京报”、“三联生活周刊”、“科技日报”、“中国新闻网”等官方媒体；举办“疫情期间企业机关员工心理建设”、“新征程·心出发”和《“重启 2020”心理十讲》等公益课程；编撰出版《应对疫情企业机关单位心理建设手册》；在全国范围内开展三轮追踪“抗击疫情公众心理建设调查”，带动公众应用科学规范的心理知识技能进行自觉心理建设，助力全面复工复产。

建设“心理服务基层协作网”，打造“心理科学传播讲师”志愿服务队伍。截至 2020 年协作网遴选科普讲师 1000 余人，来自司法、医疗、社区、心理学服务机构、学校基层和未成年人指导中心等，覆盖全国 28 个省，95 个地级市。2020 年 9 月中国心理学会与中国科协科普部共同组建成立“科普中国心理应急志愿服务队”，在最短时间内初步搭建重点城市的心理应急支援服务站网络，编制《心理应急志愿服务工作手册（试行版）》，完成心理应急志愿服务信息化工作平台基础建设，紧急应时启动河北省新冠肺炎疫情防控的心理应急志愿服务工作，初步摸索建立“平时备好，急时可用”的平战结合机制。

广泛动员和利用各方面的专家资源，注重将科学传播专家团队建设 with 科普项目结合，发挥科学传播专家团队示范引领作用。成功举办 2020 年中国科协峰会系列活动青年科学家沙龙第九期——心理服务关键技术的成果转化与应用融合，以“心理服务关键技术的成果转化与应用融合”为主题，重点研讨心理服务关键技术创新、技术成果转化经验思考与经济科技融合，搭建青年科技工作者交流平台。承担中国科协科“科普传播专家工作室建设试点项目”，组建“心理科学传播专家工作室”，发挥首席科学传播专家影响力，指导建立一批具有职业化科学传播水平的队伍，建立常态化空间，树立科普品牌。

召开“2020 全国心理服务基层协作网年会暨心理应急志愿服务大会”，由中国科协科普部指导，提炼了特殊时期协作网开展基层心理服务的工作经验，探讨如何建立学会协同机制，分享了一线抗疫同志专题报告。同期发布了“心理服务机构发展现状调研报告”，探讨目前行业发展存在的问题，并提出服务产品化和产品服务化的有关思考。

在下一阶段的工作中，中国心理学会将继续加强科普组织和队伍建设，以“加强学会科普能力建设，提升公众心理科学素质”为科普工作主线，落实心理科学服务基层，面向社会对心理服务和普及的需求，探索适应大众传播的科普方式，动员社会各界的资源和力量，共同推动我国心理科普工作更深入和全面的开展，为提高全民心理科学素质做出新的更大的贡献。

[返回目录](#)

中国心理学会第十二届理事会第四次全体会议暨全国各省级心理学会理事长 联席会在广州召开

2020年12月18日上午，中国心理学会第十二届理事会第四次全体会议暨全国省级心理学会理事长联席会在广州华泰宾馆召开，本次会议由广州大学承办。中国心理学会常务理事和理事、各省级心理学会负责人和代表等72人出席会议，22人通过腾讯会议平台同步参加会议，罗劲秘书长主持会议。

首先，由中国心理学会资深会士北京师范大学张厚粲教授为2020年新增选的会士北京师范大学罗跃嘉教授、陕西师范大学游旭群教授颁发了会士证书。

随后，罗劲秘书长介绍《中国心理学会第十三届理事会换届方案（草案）》起草的背景、制度依据和原则，秘书长助理张蔓介绍换届方案的具体内容，包括：换届时间、地点、届次；会员代表的规模、组成原则和产生办法；理事会和常务理事会的规模、组成原则、人选条件、名额分配和产生办法，理事的选举方式；监事会的规模、组成原则、人选条件及产生方式；学会负责人的规模、组成原则、人选条件及产生方式；司库的产生方式；换届工作组织机构情况；筹备进度安排等。与会代表通过了《中国心理学会第十三届理事会换届方案（草案）》，秘书处将把方案具体落实成为规范文本，报中国科协审批同意后执行。会议还通过了关于变更学会法定代表人的决议：同意按照《中国心理学会章程》规定，变更学会法定代表人为现任理事长李红。

最后，三理事长依次发表讲话。

韩布新前任理事长概括总结了学会理事会2020年工作，团结和带领广大会员和心理科学工作者为做好疫情防控贡献心理科学的专业力量并取得良好社会反响，还简要介绍了一所三会开展“心理咨询师职业水平评价规范研制”项目的进展。

李红理事长介绍了学会2021年度工作重点。第一，要做好学会换届工作。第二，全面梳理总结中国心理学会建会100周年的发展成果，向中国共产党建党100周年献礼。第三，将向相关部门提交关于在国家社会科学基金申请中将心理学作为一个独立学科单列的建议。

赵国祥候任理事长对学会未来工作做了展望，认为心理学界应积极响应十九届五中全会精神，大力发展会员、提升学术水平、提升服务社会能力，彰显心理学在中国经济社会发展过程中的活力、朝气、实力，增强学会在社会上的影响。

在会议第二阶段，北京心理学会苏彦捷秘书长、甘肃省心理学会刘锦涛副秘书长、上海市心理学会刘俊升秘书长、江苏省心理学会邓铸理事长、湖北省心理学会佐斌理事长、重庆心理学会王卫红秘书长、贵州省心理学会王洪礼首席会长、广东省心理学会陈彩琦秘书长等8位代表围绕省级心理学会的组织建设、学术交流、社会服务等工作做了交流报告。



[返回目录](#)

中国心理学会召开理事会党员会议学习党的十九届五中全会精神

作者：科普委 中国心理学会

2020年12月18日上午，中国心理学会理事会党员会议在广州华泰宾馆召开，出席中国心理学会第十二届理事会第四次全体会议暨全国省级心理学会理事长联席会的代表们参加了会议。党委副书记李红主持会议。

按照社团党发77号文《关于全国学会党组织深入开展党的十九届五中全会精神宣讲活动的通知》要求，由中国心理学会候任理事长、河南师范大学党委书记赵国祥教授向理事会党员做十九届五中全会精神专题宣讲。

党的十九届五中全会是一次具有历史性意义的重要会议，会议总结了决胜全面建成小康社会取得10方面决定性成就，分析了我国发展环境面临的深刻复杂变化，明确了到2035年基本实现社会主义现代化9方面远景目标，确定了“十四五”时期经济社会发展指导思想和必须遵循的原则和6大“新”目标，提出了12项工作要求。

赵国祥候任理事长指出，心理学在新形势下面临的机遇与挑战。面临的机遇是，从没有像现在这样受到国家的重视，从没有像现在这样被社会民众迫切需要，从没有像现在这样感觉到责任的重大。面临的挑战是，人才培养与社会需求相适应，科学研究与国家重大战略需求相适应，心理学工作者的专业能力与解决社会心理问题相适应，心理学科普宣传与社会大众对心理学科的科学认知相适应。

赵国祥候任理事长提出，心理学科技工作者要全面学习、深刻领会、准确把握习近平总书记重要讲话精神和全会精神，不断增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，深刻把握在新时代背景下改革发展的重点问题，为推动心理学科发展和中国心理学会事业发展做出新贡献。

会议最后，学会党委按照科技社团党委对学会党委换届的指导意见进行了换届，由现任负责人中的党员组成新一届党委：李红担任党委书记，赵国祥担任副书记，陈红、苏彦捷、罗劲担任委员。学会党委将继续在学会建设中发挥政治引领、思想引领和组织保障作用。



[返回目录](#)

中国心理学会第六届（2020-2022年度）青年人才托举工程项目遴选会在京召开

作者：青工委 中国心理学会

2021年3月2日，根据《中国科协青年人才托举工程管理办法》《中国科协青年人才托举工程实施细则》相关要求，中国心理学会在京组织召开了第六届“青年人才托举工程”（2020-2022年度）项目遴选评审会。

中国心理学会前任理事长、中科院心理研究所韩布新研究员，中国心理学会原理事长、北京大学周晓林教授，中国心理学会副理事长、北京大学苏彦捷教授，中国心理学会副秘书长、中科院心理研究所陈雪峰研究员，首都师范大学郭春彦教授，首都师范大学丁锦红教授，北京师范大学秦绍正教授，中国人民大学张清芳教授，北京理工大学贾晓明教授 9 位专家组成了专家评审组。评审组由韩布新研究员担任组长，对有 12 名候选人进行了遴选评审。鉴于疫情防控需要，本次遴选会候选人采用线上线下报告结合的方式进行答辩。

经答辩、评审及匿名投票，中科院心理研究所涂毅恒研究员、首都师范大学赵婧副教授 2 人通过评审，拟作为中国心理学会第六届青年人才托举工程（2020-2022 年度）项目扶持人才上报科协。

中国心理学会青年托举工程项目的开展持续推动了学会在青年人才培养与扶持方面的工作，取得了良好的工作成果。



评审现场



入选人答辩现场

[返回目录](#)

总报告《2020 年国民心理健康状况调查报告：现状、趋势与服务需求》：意识增强，表现乐观，需求多重，但地区和人群差异明显

2021 年 3 月，2020 版“心理健康蓝皮书”《中国国民心理健康发展报告(2020)》正式发布，本书由中国科学院心理研究所科研团队完成，全书由总报告、分报告与专题报告三个部分组成。

本书总报告《2020 年国民心理健康状况调查报告：现状、趋势与服务需求》（以下简称《总报告》）对 2020 年国民心理健康现状与趋势、心理健康服务需求状况进行了调查与分析，并与 2008 年国民心理健康状况调查结果进行对比，提出了维护和促进国民心理健康、提高心理健康素养水平的对策和建议。

《总报告》依据的是 2020 年国民心理健康状况调查的核心样本，经过全国公开征集与筛选，其地域覆盖了全国东、中、西部的 12 省市；采集对象涵盖了各年龄层、各行各业人群；在全部有效样本中抽取代表性较好的样本，构成由 5098 个样本组成的核心样本。核心样本的人口学变量特征为：男性占 44.3%，女性占 55.7%；年龄范围为 18-76 岁，平均值为 31.4 岁，标准差为 9.5 岁；城镇户口占 62.8%，农村户口占 37.2%；学历在高中及以下占 19.4%，中专/大专占 25.4%，大学本科占 47.0%，研究生及以上占 8.2%；东部地区占 69.0%，中部地区占 12.0%，西部地区占 10.8%，东北地区占 8.2%。

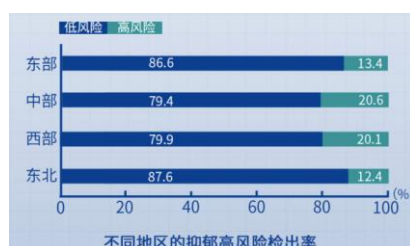
本次调查的核心问卷是中国心理健康量表，该量表为陈祉妍等于 2008 年编制的多维心理健康评估工具，适用于普通人群的心理健康状况评估。该工具包含情绪体验、自我认识、人际交往、认知效能、适应能力 5 个分量表，既可评估个体心理健康水平，也可反映个体内部的优势与不足。除核心监测工具外，本次调查同时使用了流调中心抑郁量表、广泛性焦虑障碍量表、多维生活满意度问卷等调查问题。

一、2020 年心理健康情况

1. 心理健康状况地区差异显著

结果发现，心理健康状况的地区差异仍然显著，东部地区人们的心理健康状况显著优于其他地区。以抑郁调查结果为例，东部地区的抑郁高风险检出率为 13.4%，东北地区的检出率为 12.4%，中部地区的检出率为 20.6%，西部地区的检出率为 20.1%。

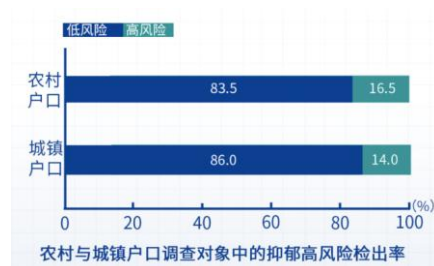
城市户籍人口的心理健康状况显著优于农村户籍人口，其中，低收入、低学历、无业/失业人群的心理健康问题更为突出。农村户口的抑郁检出率为 16.5%，高于城镇户口的检出率 14%。



2. 不同户口、学历群体之间存在差异

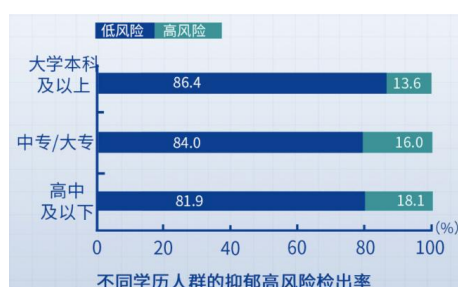
对户口类型不同的调查对象进行分析，发现抑郁水平在统计上存在显著差异。农村户口人群中抑郁高风险的检出率为 16.5%，略高于城镇户口的检出率 14.0%。

不同学历的调查对象在心理健康水平上也存在差异。以抑郁为例，大学本科及以上群体的抑郁高风险检出率为 13.6%，中专/大专群体的检出率为 16%，高中及以下群体的检出率为 18.1%。



3. 年龄差异显著

将调查对象划分为四个年龄段：18~24 岁、25~34 岁、35~44 岁、45 岁及以上。分析发现，年龄差异显著。随着年龄增大，以中国心理健康量表衡量的心理健康指数呈现逐年升高的趋势。25~34 岁组与 35~44 岁组之间差异不显著，而 18~25 岁组的心理健康指数低于其他各年龄段，45 岁及以上组高于其他各年龄段。抑郁水平则呈现随年龄增大而降低的趋势。这一结果提示，青年期的心理健康问题较为多发，需要重视青年心理健康问题的预防与干预。



心理健康蓝皮书还发布了关于青少年群体、科技工作者、医务工作者、留守儿童等群体详细的心理健康报告，如想了解，可购买蓝皮书获得全部报告。

二、十年变迁情况

2007 年末至 2008 年初，中国科学院心理研究所国民心理健康状况研究小组进行了首次全国心理健康状况调查，其中包含成年人有效数据 6720 份。2020 年调查在设计上采用了一部分与 2008 年调查完全一致的题目，以便进行跨年比较。

1. 心理健康意识有所增强

心理健康意识体现为认识到心理健康工作的重要性。2020 年调查中 94.0% 的调查对象认为心理健康工作是重要的，与 2008 年 87.9% 的占比相比，提高了 6.1 个百分点。

2. 对未来心理健康状况表现乐观倾向

在预测未来 5 年心理健康状况的变化时，人们普遍表现出乐观的倾向，在评估预测周围的人未来 5 年的心理健康状况时，有 50.2% 的人认为未来会更好，有 17.1% 的人认为不变，有 32.7% 的人认为可能会变差，在评估自身的变化时更加积极，有 67.9% 的人认为自己在未

来 5 年心理健康状况会变好，18.5%的人认为会不变，有 13.6%的人认为会变差。

过去 10 年间，心理健康水平的地区差异可能有所扩大，东部地区的优势日益突出，而基于过去经验，东部地区调查对象也对未来的心理健康水平抱有更积极的预期。

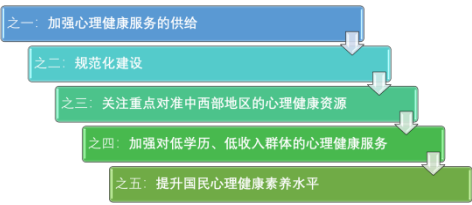
3. 心理健康知识的需求多重

调查询问人们需要哪方面的心理健康知识，并分析不同群体的需求特征。平均来说，人们会在七个领域中选择三个领域，意味着人们的心理健康知识需求是多重的，具体来看，选中率最高的是自我调节，大约七成调查对象选择了这个领域，提示着人们普遍意识到自己在维护心理健康中的责任与作用，希望提高自我调节的能力，选中率居第 2 位的是人际交往，大约六成调查对象，选择了此领域，提示着人们重视人际交往的满意度，希望增加这方面的知识和提高这方面的技能，值得注意的是，对心理疾病防治的选中率不足半数提示着，虽然人们重视对心理疾病的预防和治疗知识，但总的来说人们对这方面支持的主动获取动力不足。女性在各项心理健康知识需求上的选中率均高于男性，表现出更强的心理健康知识渴求。

不同年龄段调查对象的心理健康，知识需求表现出差异，年龄越低需求水平越高。这一年龄差异提示我们青年群体对心理健康知识有更强的需求，在心理健康科普工作中要侧重对青年群体的服务。

三、对策与建议

根据以上调查结果，《总报告》提出了维护和促进国民心理健康、提高心理健康素养水平的对策和建议，重中之重的建议是加强心理健康服务的便利性、针对性和服务质量的提高。



[返回目录](#)

分报告《2020 年医务工作者心理健康状况调查报告》：医务工作者心理健康水平存在差异，工作-家庭冲突影响工作倦怠

蓝皮书对医务人员进行了一期专题报告，较为详细的展现了医生、护士、医技人员和管理人员的心理健康状况。

1. 医生群体的心理健康问题最为突出

报告指出，我国医务工作者以抑郁、焦虑为代表的心理健康问题发生比例不容忽视。有 72.3%的医务工作者无抑郁倾向，有 27.7%的医务工作者可能存在抑郁倾向，在不同岗位上的医务工作者存在较高抑郁风险的比例为 5.1%到 12.8%不等。特别是有超过 1/10 的医生存在较高的抑郁风险，这一比例相比于护士、管理人员等其他群体更高。焦虑方面，有 80.2%的医务工作者无焦虑倾向，19.8%的医务工作者有焦虑倾向。医务工作者的焦虑水平同样为医生为最高、护士次之，但各类岗位之间的差异小于抑郁水平上的差异。

同时调查发现,相比于其他岗位,医生面临着更大的工作倦怠。工作倦怠是指在以人为服务的职业领域中,个体产生的一种情感过度消耗、疲惫不堪、对待服务对象冷淡、负面的态度和个人成就感降低的症状。出现工作倦怠的个体通常会表现为身体疲劳、情绪低落、创造力衰竭、价值感降低,这种状态不仅仅影响到工作,也会进而影响到整个生活和情绪状态。这一结果提示我们,对于不同岗位的医务工作者,要开展针对性的心理健康服务,关注医生的心理健康问题。

2. 医务工作者的心理健康状况存在群体差异

蓝皮书指出,我国医务工作者的心理健康问题存在群体差异。30岁至45岁年龄组的群体的心理健康风险高于其他年龄组;在工作年限上,工作1—5年的医务工作者的抑郁得分显著高于工作5~10年和10年及以上的医务工作者。工作不足1年的医务工作者的抑郁得分显著高于工作10年及以上的医务工作者。

蓝皮书指出,需要加强对医务工作者的职业生涯支持,特别是在职业发展初期阶段。本次调查发现,工作年限在1—5年的医务工作者的各类心理问题更加突出。这显示,医务工作者心理问题高发的阶段并非在入职之初,而是在对工作内容初步熟悉、工作身份初步适应之后,仍存在一段时期适应发展上的困难。要重视这个阶段医务工作者在职业发展上的压力,加强对其的相应引导和支持。同时也需要加强整体的医务工作者的心理健康服务体系建设。

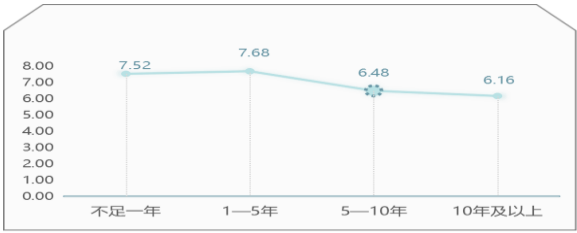


图 不同工作年限的医务工作者的抑郁得分

3. 工作-家庭冲突影响医务工作者工作倦怠水平

蓝皮书调查发现,医务工作者普遍报告工作对家庭的影响较为突出,特别是已婚、有子女的医务工作者。工作-家庭冲突是指“个体在工作与家庭中扮演着不同的角色,不同角色的需求不一样,因此会导致工作家庭间的冲突”。工作-家庭冲突会影响心理健康和工作倦怠水平,随着工作-家庭冲突水平的升高(工作侵扰家庭越多),医务工作者的心理健康水平越差、工作倦怠水平越高。

因此报告指出,医务工作者的工作家庭平衡的促进需要得到重视。不仅要关注女性医务工作者的工作对其家庭的影响,男性医务工作者的工作-家庭冲突也不容忽视。在维护医务工作者的心理健康时,需要从内部和外部两方面减少工作对家庭的不利影响。从内部来说,要通过讲座培训、加强宣传等方式增强医护人员维护工作与家庭平衡的意识,提高应对技能。从外部来说,要从制度和措施上给予一定保障,减少他们的后顾之忧。例如,对于家庭中子女年幼、生育二胎的医务工作者,给予时间上、空间上的灵活安排,减少冲突和压力。

4. 医务工作者的心理健康意识较强,但心理健康知识和技能尚有待提高

蓝皮书指出，医务工作者普遍拥有心理健康意识，然而实际的心理健康知识和技能掌握仍需提高。医生的心理健康知识的掌握好于其他岗位，而实际的调查情绪的技能和方法掌握上差于其他岗位。

心理健康素养是一个能综合反映个体或群体的心理健康的理念、认知、行为、节能水平的健康指标，其是健康素养的重要组成部分，心理健康素养影响人们对心理疾病的认知和应对，最终作用于心理健康。提升心理健康素养，要关注多种方面的培养。

蓝皮书指出，注重提升医务工作者的心理健康素养，对于医务工作者自身和病患都有好处。由于身心健康的交互作用，许多罹患躯体疾病的患者同时也存在各种心理压力，就医时常伴随着心理疏导的需求，甚至在部分科室就医的患者中有较高比例的人员存在心理问题或心因性躯体不适。因此，医务工作者特别是一线的医护人员，需要掌握比普通人群更多的心理健康知识和心理调节技能，以便更好地及时识别并有效引导患者获得恰当的治疗。

《关于加强心理健康服务的指导意见》提出，“加强医疗机构心理健康服务能力”，心理健康服务要求更高的心理健康素养，这也对医务工作者这个职业群体提出了新的更高的要求。

医护人员战斗长期战斗在守护广大人民群众生命健康的第一线，是建设健康中国的重要力量，因此，维护医务工作者的心理健康，提高其心理健康素养，是我们共同的追求。

当我们在赞美“医者仁心”的时候，让我们也不要忘记，医护人员本身的心理健康，也是值得被关注的。

[返回目录](#)

分报告《2020年广东地区产业工人心理健康与生活满意度调查》：整体状况良好，关注自我调节、教育孩子和人际交往等方面知识

产业工人是工人阶级中发挥支撑作用的主体力量，是创造社会财富的中坚力量，是创新驱动发展的骨干力量，是实施制造强国战略的有生力量。心理健康是整体健康的重要组成部分，在个体层面，影响着个人的幸福健康；在群体层面，影响着群体的生产力、创造力，维护和促进产业工人的心理健康具有重要意义。前人研究发现，我国产业工人抑郁问题多发，心理健康问题不容忽视。因此，为了更好地了解产业工人心理健康现状和心理健康需求，2020年的调查中以广东地区产业工人为取样，在调查分析的基础上为产业工人的心理健康服务提供参考。

本次调查采集有效样本 927 份，主要调查对象是广东地区从事运输业和制造业的人员。其中，男性 57.3%，女性 42.7%；年龄范围为 19~68 岁，平均年龄 33.9 岁；城镇户口 61.4%，农村户口 38.6%。本次调查主要有以下发现。

1. 产业工人整体心理健康状况良好，但农村女性抑郁、焦虑水平显著高于其他群体

本次调查结果显示，产业工人中 13.3%有抑郁倾向，6.0%属于高风险群体。与全国成人常模相比，总体差异不大，但抑郁高风险的比例略高。调查还发现，抑郁水平随着年龄增长，

有显著降低的趋势，这一趋势也与以往研究发现一致。就焦虑水平而言，11.1%有焦虑倾向，并且女性焦虑水平显著高于男性。

值得注意的是，在抑郁和焦虑水平方面，农村户口的女性群体均显著高于其他三个群体，这一结果提示我们应特别关注农村户口女性产业工人的心理健康状况。因此，有关单位和群团组织应关注这一群体的职业发展、生活压力和情绪健康，改善产业工人中农村女性的工作环境和生活处境；为这一群体重点提供心理健康服务，提高心理辅导和心理咨询的可得性，通过针对这一群体需求的心理健康科普工作，提升其情绪调节和问题解决能力。

2. 产业工人总体生活满意度处于中等水平，其中家庭满意度最高，生活压力满意度最低

本次调查中采用7个题目，分别评估了产业工人的总体生活满意度，以及在工作、家庭、物质生活质量、身体健康、精神生活、生活压力这六个具体领域的满意度。调查结果显示，57%的人认为生活总体来说较满意，但有21.8%的人对生活总体感到不满意，这一比例超过了1/5，值得关注。

具体各领域满意度来说，满意度最高的为家庭满意度，其中75.6%倾向于满意，11.9%倾向于不满意；其次是身体健康，其中70.2%倾向于满意，18.8%倾向于不满意；而最不满意的是生活压力方面，其中只有49.2%倾向于满意，而倾向于不满意的则高达30.5%，说明产业工人面临较大的生活压力；对工作的满意度也不高，倾向于满意的比例为60.3%，倾向于不满意的为18.6%。这一结果提示，工作可能是产业工人压力的重要来源之一。因此，应保障产业工人工作环境的安全健康，避免超时工作，促进工作环境的人际和谐，以便从工作方面减少压力来源。同时可通过心理健康科普讲座、宣传单、网上资源等方式，倡导科学的减压方式，鼓励职工通过人际支持等方式有效疏导压力。

3. 产业工人对心理健康知识有一定需求，主要集中在自我调节、教育孩子和人际交往方面

本次调查发现，产业工人中不论男女，对于心理健康知识的需求排名前三的都依次为自我调节、教育孩子和人际交往。在这个群体中，对教育子女方面的知识需求格外强烈，特别是在有子女的调查对象中，男性对教育孩子的知识需求率为53.1%，女性则高达56.4%。近年来留守儿童问题等引发广泛关注，本调查结果中产业工人在教育子女方面也有着希望得到科学的指导和支持的迫切需求。因此，有关单位的工会、妇联等群团组织应协调心理健康专业资源，通过线上与线下相结合，讲座、培训、答疑、咨询相结合的方式，为产业工人养育子女方面的困惑提供解答方案，为家庭养育中出现的问题提供专业支持。

调查还显示，产业工人对“心理疾病防治”方面的知识需求率最低，说明广东地区产业工人群体的心理健康意识还有待提升，对于心理疾病防治的重视程度有待提高。缺乏足够的心理健康意识和心理疾病相关知识会阻碍个体对心理疾病的及早识别和有效应对，对个体的健康、工作、家庭等各方面都会带来不良影响。因此，有关单位的工会、共青团、妇联等群团组织应积极开展心理健康宣传活动，针对产业工人进行常见心理疾病的科普。

[返回目录](#)

分报告《2020年大学生心理健康状况与需求》：心理健康意识较强，具备一定的心理健康技能，但仍有待提高

大学生的心理健康，不仅影响着当前这个数量逐渐增加的群体，而且影响着未来人才的发展乃至国家的建设与发展。近年来大学生的抑郁、自杀等问题日益引发社会关注，2020年9月国家卫健委发布了《探索抑郁症防治特色服务工作方案》，提出把抑郁症筛查纳入高中及高校学生的健康体检内容，更是将学生作为四大重点防治群体之一。因此，调查追踪大学生的心理健康状况，分析其现状与动态变化，探讨其影响因素，对于促进大学生的心理健康具有重要的参考价值。

本次调查针对大学生的心理健康现状、心理健康素养、心理健康服务需求及其满足程度设计了专项调查。调查大学生总人数为8446人，平均年龄为20.1岁，其中本科生3631人，大专生4816人；男性2941人，女性5494人，12人性别数据缺失。本次调查主要有以下发现。

1. 大学生心理健康状况总体良好，但一定比例的抑郁、焦虑等问题不容忽视

本次调查结果显示，大学生中有18.5%有抑郁倾向，4.2%有抑郁高风险倾向；8.4%有焦虑倾向；睡眠不足的问题在大学生中比较普遍，43.8%的大学生表示最近一周中有几天睡眠不足，7.9%的大学生表示超过半数时间，而4.4%的大学生表示几乎每天都睡眠不足。针对较普遍的大学生睡眠不足问题，报告建议，学校和家长应加强睡眠健康的教育及其他健康生活方式的倡导、加强时间管理和自我控制等方面的技能培训，这些措施都有利于促进充足睡眠，维护长远的心理与生理健康。

大专生在抑郁水平、焦虑水平、睡眠质量、自评心理健康状况等方面的心理健康状况都好于本科生。报告还指出，大学生心理健康状况存在性别差异，其中本科女生的抑郁水平最高，显著高于全国平均水平，也高于本科男生、大专男生和大专女生这三个群体。抑郁是自杀的高危因素之一，随着抑郁水平的升高，自杀意念的出现比例显著上升。而在抑郁风险较高的群体中，自杀意念出现的比例较高。

报告建议，家长和老师要密切关注大学生的心理健康状况，特别是要主动识别和支持抑郁高风险群体，以防发生不可挽回的悲剧。高校在新生心理健康筛查和访谈的基础上，应针对存在抑郁隐患的学生提供良好的心理咨询尝试体验，增加学生在未来求助于心理咨询的可能性。与此同时，通过日常的心理健康自我检测及建议推送、通过提高高校教师与学生的抑郁问题识别能力、加强师生心理健康支持能力，有助于从多角度为一问题严重的学生提供主动支持。

2. 大学生的心理健康意识较强，具备一定的心理健康技能，但仍有待提高

本次调查结果显示，大学生中心理健康意识较低、亟需提高的仅为4%，心理健康意识处于中等、有待进一步提升的为39%，而心理健康意识较强的为57%。本调查以情绪调控技能为代表来评估心理健康技能。情绪调控技能以情绪觉察为基础，并包括以人际支持、认知重评、转移注意三种方式。调查发现，60.8%的大学生至少拥有三种情绪调节方式中的一种，

其中转移注意是大学生最主要的情绪调控方式。采用相关分析发现，利用人际支持是大学生最有效的情绪调控方式。由于大专生利用人际支持调控情绪的水平高于本科生，这也部分解释了前面发现的大专生心理健康水平高于本科生的结果。

针对这些调查结果，报告指出，应通过更多的宣传和科普活动提高大学生对心理健康重要性的理解。通过课程教育、团体活动、个体与小组咨询等形式提高这部分大学生的情绪调控技能，有助于预防未来可能出现的心理健康问题，改善大学生的情绪健康。

3. 大学生的心理健康知识需求丰富，心理咨询需求的满足程度显著高于全国普通水平，但咨询的便利性仍需提高

本次调查结果显示，大学生对心理健康知识的需求丰富，排前三的依次是：人际交往、自我调节及职业指导。本科生的心理健康知识需求显著高于大专生。大学生中将近九成知道本校有心理健康中心为学生免费提供心理咨询，但仅有 21.4% 的大学生使用过心理咨询服务。对于校内心理咨询服务，分别有 38.0% 的本科和 11.9% 的大专生表示不便利。心理问题比较严重时，大学生更多采用校外心理咨询服务，究其原因一方面学生需要精神科医生、心理治疗师等更专业的治疗服务，另一方面，学生需要心理咨询的时间较长，也往往超过学校提供的限次。整体而言，大学生群体对于心理咨询服务的满意度高。

在心理健康知识方面，大学生的需求强烈，报告建议未来可针对大学生重视人际交往、自我调节和职业指导等方面的特点进一步针对性的提供课程。加强职业指导方面的心理服务工作也是促进高校心理健康教育工作从治“已病”向治“未病”、从治疗性向预防性的更积极的转变。此外，针对仍有部分学生觉得校内心理咨询服务便利性不够的问题，高校心理咨询中心可进一步开展调查，研究是哪些原因影响学生无法便利地获得心理咨询服务。对于学生的顾虑、病耻感等内因，应加强科学宣传；对于学校心理咨询中心人力不足、开设时间不足、预约流程不畅等情况，应从队伍建设、流程制度完善等方面逐步解决。

[返回目录](#)

专题报告《2020 年中国青少年心理健康素养现状》：青少年心理健康知识掌握不足，心理健康技能运用需提高，家庭环境影响明显

青少年心理健康关系到民族的未来健康发展，是“健康中国”建设的重要内容。随着经济社会的快速发展，我国青少年群体在学习、适应环境和人际关系等方面的压力增大，呈现出心理健康问题的发生率和心理障碍患病率逐渐上升的趋势。为改善这一状况，心理健康领域内的学者们建议从提升孩子们的心理健康素养入手。心理健康素养是指人们综合运用心理健康知识、技能和态度，保持和促进心理健康的能力。我国《健康中国行动（2019-2030 年）》中提出，“到 2022 年和 2030 年，居民心理健康素养水平提升到 20% 和 30%”。

蓝皮书中专题报告了《我国青少年心理健康素养现状》，研究结果进一步显示：改善国民心理健康水平，首先应该从孩子抓起，提高青少年心理健康素养对于国民整体的心理健康促进工作更为紧迫，更具有长远意义。

专题报告来源于科学的调查研究。2020 年 4 月至 8 月，中国科学院心理研究所国民心

理健康评估与发展中心对山东、河北等 29 个省（自治区、直辖市）近 3 万名 10-19 岁的青少年开展了一次心理健康素养调查研究。重点考察了心理疾病的预防、心理疾病的识别、心理疾病的干预与治疗、家庭教育与保护、自杀预防 5 个方面的心理健康知识，人际支持、认知重评和转移注意 3 种情绪调节技能，以及心理健康的意识和专业心理求助的态度。

从报告的总体来看，我国青少年心理健康素养水平稳中有升，总达标率为 14.24%（2018 年全国居民调查基线水平约为 12%）。结果表明，大多数青少年心理健康意识较好，能够重视心理健康，也初步具备了心理健康知识基础，平均能够对 60% 以上的心理健康知识做出正确回答。60% 以上青少年能够初步使用一种情绪调节技能。当自己出现心理问题时，30% 以上青少年肯定会找心理咨询师寻求帮助；当家人或朋友出现心理问题时，50% 以上青少年肯定会找心理咨询师寻求帮助。这些均表明，我国青少年具有一定水平的心理健康素养。但是，报告中的研究结果也呈现出了一些问题，启示我们在将来心理健康促进工作中予以关注。

1. 青少年心理健康知识是制约心理健康素养提升的短板

报告中指出，青少年对一部分心理健康知识题目的正确作答率很低。例如，题目“抑郁症服药好转后，可以自己一边逐渐减少药量一边观察”，作答正确的人数不足四分之一，这会对青少年的心理疾病治疗产生负面影响。再例如，题目“决定了要自杀的人是不会告诉别人的”的作答有近 80% 的人群都没有掌握。然而，现实生活中有自杀想法的人在自杀行为实施之前，几乎都经历过挣扎、犹豫、求救、失望，会有一些预警或求救信号，这是发现和预防自杀行为的机会。当人们不了解这一知识时，就可能会忽略身边人发出的预警或求救信号，从而错失挽救生命的机会。青少年心理健康知识结构的不平衡性，提示我们加强青少年心理健康知识科学普及的重要性，而且要针对青少年所面临的各种心理健康风险问题，多角度、多渠道地进行知识普及。

2. 青少年心理健康技能的学习与运用值得关注

报告中指出，虽然半数以上青少年掌握一种以上基本情绪调节方法，但是更倾向于运用转移注意来解决困境。尽管人们对某件事情过分焦虑时，把注意力转移到令人放松的事情上可以有效缓解负性情绪，但是，这种方法适应的情境是有限的、暂时的，单一运用这种方法，并不利于真正克服焦虑。相对而言，认知重评和人际支持是更有效和更持久的情绪调节方法，然而，青少年们却运用相对不足。这启示我们，向青少年传授更多的预防与缓解情绪问题的技能，并加强在日常学习生活的实践运用，也许是促进青少年心理健康更为根本与长远的工作。

3. 高年级阶段青少年的专业心理求助态度亟待重视

报告中指出，随着青少年年龄、年级的提高，专业心理求助态度逐渐变得消极，高中生的专业心理求助态度显著比初中生和小学生更消极。同时发现，青少年专业心理求助态度受抑郁的负性影响最大。这一发现警示我们：高中生面临着高考等很大的学业压力，是抑郁情绪等心理问题的高发期，这也可能导致他们求助态度更加消极。这种负性循环，将会加大青少年心理问题恶化、无法及时干预和治疗的风险。对此，一方面社会、学校和家庭应更为积极主动地开展心理健康服务工作，主动地关注他们的心理状况，主动地消解他们的认识误区

和困扰，主动地帮助他们及早发现、识别和干预心理问题；另一方面，提示青少年心理健康素养要从低年级抓起，孩子们遇有心理问题时，越早向专业人员求助，越容易生成这种有效解决心理困扰的经验，到了高年级也会更愿意以专业求助的方式解决问题。

4. 家庭环境对青少年心理健康素养的影响不容忽视

报告中指出，无论是青少年的心理健康知识，还是专业心理求助态度，都受到家庭因素的重要影响。父母的文化程度越低，青少年的心理健康知识水平越低。青少年在遇有自己、家人或朋友出现心理问题时，是否愿意寻求心理咨询师的帮助，受经济状况、父母之间关系影响很大。经济状况差，父母关系不好的家庭，青少年的专业心理求助态度也更消极。这些发现进一步提示我们，在关注青少年心理健康素养的同时，还要关注青少年所处的家庭环境，以及学校、社会环境的多重影响作用。提升孩子的心理健康素养，作为父母还要从改善夫妻关系、家庭环境等方面做起。

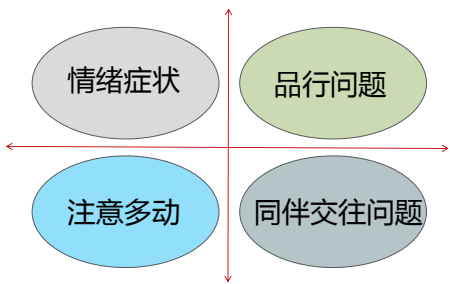
[返回目录](#)

专题报告《农村贫困地区留守儿童心理健康状况》：不同年龄、不同年级、不同留守状态儿童情绪行为问题有差异

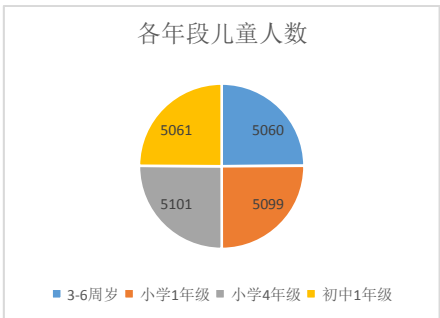
过去 30 多年以来，我国农村劳动力一直在向城市迁移。2019 年我国农民工总量达到 29077 万人，伴随而来的是农村地区数量庞大的留守儿童群体。这些留守儿童的心理健康状况到底如何？留守儿童的心理状况比非留守儿童差吗？哪个年龄阶段的留守儿童心理健康问题更多？

本调查通过对我国 12 个省 27 个县的 20321 名农村儿童情绪行为问题的评估，一一为你揭晓答案。

评估的指标包括情绪症状、品行问题、注意多动和同伴交往问题。



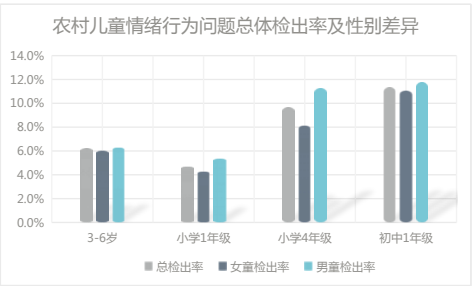
调查对象的年龄段有 3-6 周岁、小学一年级、小学四年级和初中一年级，各年龄段平均占总样本的 1/4。



农村儿童情绪行为问题总体检出率

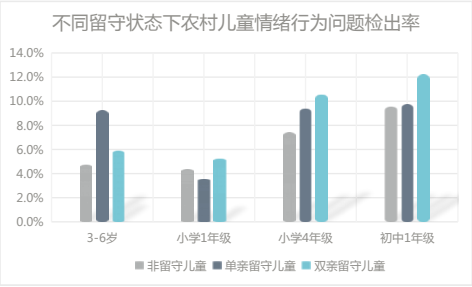
总的来说，在各年龄段儿童中，初中一年级儿童的情绪行为问题最多，有 11.3% 的儿童有显著的情绪行为问题。

只有小学四年级儿童有明显的性别差异，男生的情绪行为问题比女生更严重。



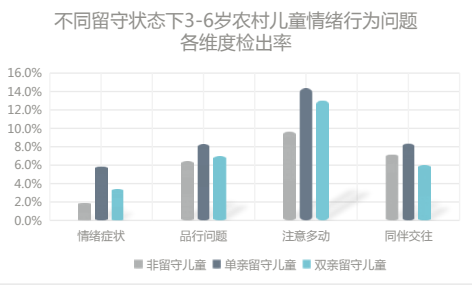
不同留守状态下儿童情绪行为问题总体检出率

除小学一年级外，双亲留守儿童和非留守儿童的情绪行为问题有显著差异。总的来说，非留守儿童的心理健康最好，双亲留守儿童的心理健康状况最差（3-6 岁儿童除外）。



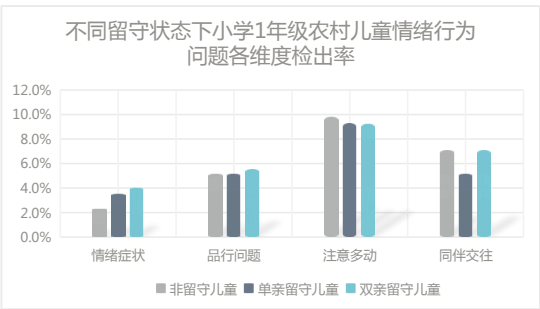
3-6 岁儿童情绪行为问题检出率

对 3-6 岁儿童而言，除同伴交往问题外，非留守儿童的情绪行为问题最少；单亲留守儿童的情绪行为问题最多。



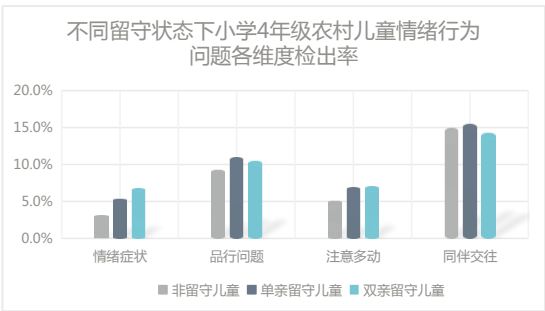
小学一年级儿童情绪行为问题检出率

对小学一年级儿童而言，双亲留守儿童的情绪症状最多，非留守儿童的情绪症状最少。留守儿童与非留守儿童在品行问题、注意多动和同伴交往上无显著差异。



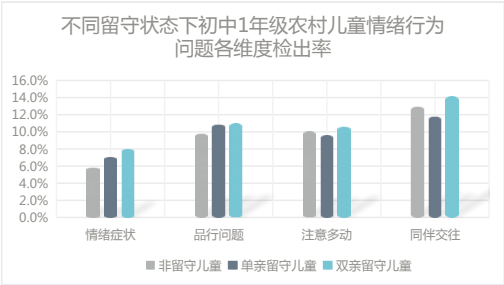
小学四年级儿童情绪行为问题检出率

对小学四年级儿童而言，双亲留守儿童的情绪症状最多，非留守儿童的情绪症状最少。留守儿童与非留守儿童在品行问题、注意多动和同伴交往上无显著差异。



初中一年级儿童情绪行为问题检出率

对初中一年级儿童而言，留守儿童和非留守儿童的情绪行为问题检出率无显著差异。



影响因素

影响不同年龄段儿童出现情绪行为问题的因素各不相同。

1. 家庭人均年收入较低是造成 3-6 岁儿童出现情绪行为问题(总体检出率)的风险因素。
2. 家庭人均年收入较低和同住的兄弟姐妹数量较少是造成小学一年级儿童出现情绪行为问题的风险因素。
3. 在小学四年级儿童中，与女孩相比，男孩更容易出现情绪行为问题。此外，双亲留守儿童也更容易出现情绪行为问题。
4. 双亲留守也是造成初中一年级儿童出现情绪行为问题的风险因素。

建议

1. 从政府层面，将留守儿童工作纳入当地的社会发展规划。
2. 从专业机构和社会组织层面，形成专业服务能力，包括评估工具与系统、干预设备、网络与技术服务平台等。目前国内亟待建立完备的专业服务体系来支持留守儿童。
3. 从学校层面，可以在校园内建立儿童心理健康档案，具备初步评估能力的心理专职老师开展随访，并与班主任、任课老师都保持沟通，了解每位学生的心理状态。针对中高风险留守儿童，心理专职老师可以开展心理危机干预工作。
4. 从家长层面，由务工人员所在单位和社区与留守儿童所在学校和社区合作，加强对外出父母教育理念的引导，以提高其关爱子女的意识。为留守儿童父母建立家校联系机制，随时了解孩子的发育状况。

[返回目录](#)

专题报告《2009 年和 2020 年青少年心理健康状况的年际演变》：稳中有降，抑郁检出率平稳，九成孩子睡眠不足

一、抑郁检出率与十余年前相当

1. 24.6%的青少年抑郁，其中重度抑郁的比例为 7.4%

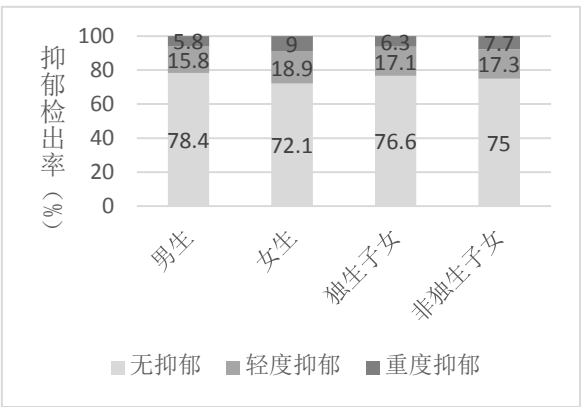
2020 年青少年的抑郁检出率为 24.6%，其中，轻度抑郁的检出率为 17.2%，高出 2009 年 0.4 个百分点。重度抑郁为 7.4%，与 2009 年保持一致。

表 1 各样本抑郁的检出率（%）

	无抑郁	轻度抑郁	重度抑郁
2020 年青少年样本	75.4	17.2	7.4
2009 年青少年样本	75.8	16.8	7.4

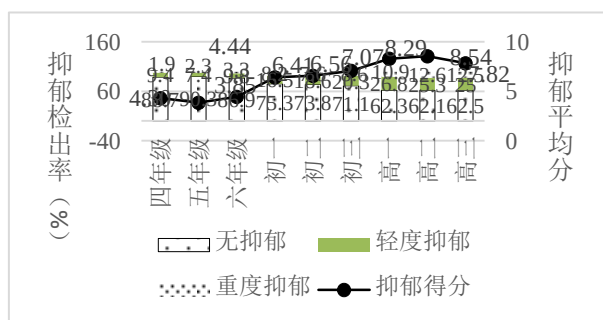
2. 群组间差异与十余年前基本一致

女生抑郁高于男生，非独生子女高于独生子女。女生有抑郁倾向的比例为 18.9%，高出男生 3.1 个百分点，重度抑郁的比例为 9%，高出男生 3.2 个百分点。非独生子女青少年有抑郁倾向的比例为 17.3%，与独生子女相当，重度抑郁的比例为 7.7%，高出独生子女 1.4 个百分点。



图一 抑郁检出率的人群差异

抑郁随着年级的升高而升高，一成多高中生重度抑郁。随着年级的增长，抑郁的检出率呈现上升趋势。小学阶段的抑郁检出率为一成左右，其中重度抑郁的检出率约为 1.9–3.3%，初中阶段的抑郁检出率约为 3 成，重度抑郁的检出率为 7.6%–8.6%。高中阶段的抑郁检出率接近 4 成，其中重度抑郁的检出率为 10.9%–12.5%。对抑郁得分进行单因素方差分析，结果发现抑郁的平均水平随年级的升高而增加 ($F(8, 15161) = 105.13, p < 0.001, \eta^2 = 0.05$)，小学阶段没有显著差异，初一和初二显著高于小学阶段，显著低于初三以及高中阶段，高中阶段显著高于小学和初中，但三个年级间没有显著差异。

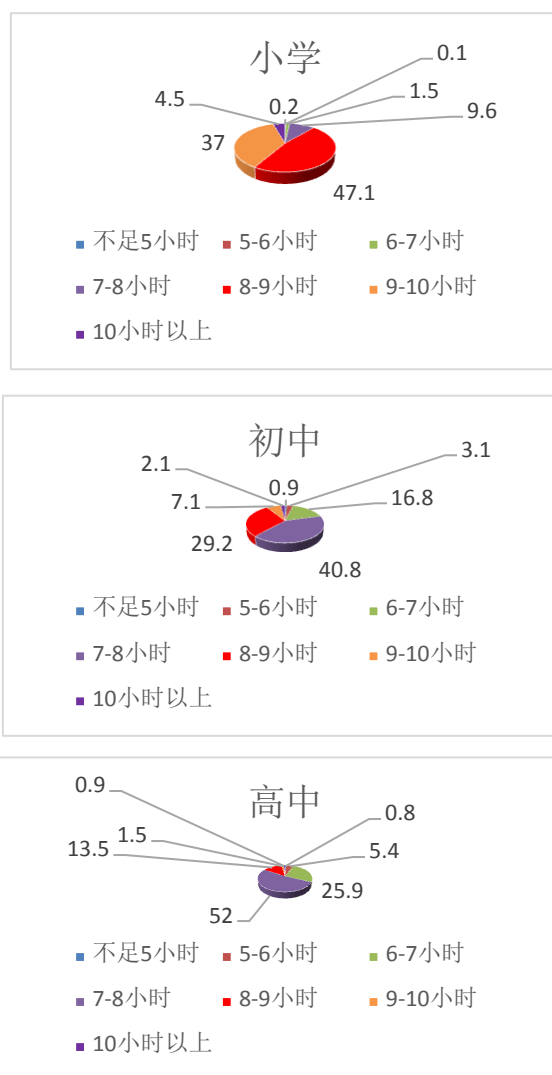


图二 各年龄段的抑郁检出率和得分发展趋势

二、睡眠不足现象持续恶化

1. 2020 年青少年的平均睡眠时长为 7.8 个小时。

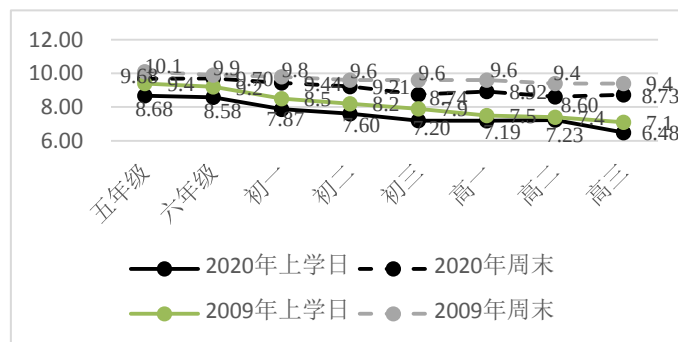
分学段的分析发现小学生的平均睡眠时长为 8.7 个小时，初中生为 7.6 个小时，高中生为 7.2 个小时。《健康中国行动（2019-2030）》中倡导小学生、初中生和高中生每天睡眠时间不少于 10、9 和 8 个小时。然而本次研究发现，95.5% 的小学生睡眠不足 10 小时，90.8% 的初中生睡眠不足 9 小时，84.1% 的高中生睡眠不足 8 小时。



图三 各学段的睡眠时长分布

2. 总体来说，青少年的睡眠时长比 2009 年缩短

年际比较来看，相比 2009 年，各个学段青少年的睡眠时长均呈现下降的趋势，小学和初中阶段上学日平均睡眠时长减少约 40 分钟，高中阶段减少约 10-20 分钟。小学生周末的平均睡眠时长减少 10-20 分钟，初一初二减少约 20 分钟，初三以及高中阶段下滑更为严重，减少 40-60 分钟。即，初三以及高中学生连周末补觉的机会也在减少。



图四 睡眠时长随年级变化趋势的年际比较

本次调研发现，人际关系、生活习惯和个人心理素养水平是心理健康的保护因素，表现为人际关系越好，饮食习惯越健康，运动频率越高，心理弹性越大，青少年的抑郁水平越低，睡眠质量越高。建议青少年以吃好睡好运动好为目标，全面培养健康的生活习惯，同时也号召学校、家庭、社区、网络相结合全面提升青少年的心理健康状况。

[返回目录](#)

专题报告《老年人心理健康状况调查报告及干预建议——以北京市老年人为例》：老年人的幸福感和自尊水平处于中等偏上水平，锻炼是老年人心理健康的良药

当前我国老龄化趋势加剧，在全球范围内，我国属于老龄化速度较快的国家，且将在长期保持较高增速。2019 年中共中央、国务院印发《国家积极应对人口老龄化中长期规划》，标志着应对老龄化已成为国家战略。

在这一背景下，老年人的心理健康状况成为值得深切关注的话题。本次蓝皮书的报告《老年人心理健康状况调查报告及干预建议》以北京市老年人为例，分析调查了当前老年人的心理健康状况。研究共收集有效老年人样本 415 份，平均样本年龄为 69.36 岁。

近三分之一的老年人存在抑郁状态

在老年群体中，抑郁是常见的心理症状之一。长期的抑郁状态可能导致抑郁症的产生，甚至进一步发展成自残、自伤等严重情况。

在对北京市老年人的调查后发现，约有五分之一（19.05%）的老年人处于轻度抑郁状态，近十分之一（12.17%）的老年人存在中高程度的抑郁情绪。进一步分析发现，不同性别、不同教育程度、不同婚姻状态和不同家庭结构的老人在抑郁得分方面并无显著差异。这意味着抑郁的发生非常普遍，可能侵害每一位老人的心理健康。

报告指出，老年人的抑郁情况与其收入水平、居住水平、健康水平等基本生活情况存在紧密联系。整体而言，这三类水平较低的老年人在抑郁得分上都要显著高于水平较好的老年人，而更高的抑郁分数意味着更严重的心理状况。

老年人的幸福感和自尊水平处于中等偏上水平

报告中指出，约 72.7%中老年人存在良好的主观幸福感，对自己的生活感到高兴和满意。仅有 9.7%的老年人对自己的生活感到难过和沮丧。

分析发现，不同性别、不同婚姻状态和不同受教育程度的老人在主观幸福感得分上并无显著差异，这意味着性别、婚姻、教育程度并非影响老人幸福感的重要因素。

调查还发现，收入水平和居住水平仍是影响幸福感的重要因素，二者水平越高，老年人的幸福感也会随之上升。值得一提的是，老年人对自我健康状况的主观认知同样影响着他们的幸福感。如果对自己身体状况感觉良好的老人报告了更强烈的幸福感。

而在自尊方面，大部分（84.78%）的老年人拥有中等程度的自尊水平，12.86%的老人拥有较高程度的自尊水平。因此整体而言，老年人群体的自尊水平较为良好。

在影响因素方面，除了收入水平和居住水平显著影响着老年人的自尊水平，其余因素均无显著影响。

婚姻能帮助老人拥有更多的社会支持

社会支持是个体重要的外部资源和心理资源，它能影响我们对事物的认知、情感和反应，从而帮助我们应对生活中的各种变迁。如果老年人缺乏社会支持，则可能更容易受到生活各方面压力带来的影响，从而损害个体的身心健康。研究发现，社会支持水平与心理健康水平及主观幸福感密切相关。

调查指出，婚姻是影响老年人社会支持的重要因素。无论是否是再婚，处于婚姻状态的老年人在社会支持方面的状况都要显著好于单身或丧偶的老人。和配偶同居，或和配偶、子女同居的老人在该方面的状况也要明显好于仅仅和子女同居的老人。这意味着配偶在社会支持方面发挥了重要的作用。

锻炼：老年人心理健康的良药

在影响着老年人心理健康各类因素里，坚持锻炼是显著影响着心理健康的保护性因素。调查显示，相比不爱锻炼的老人，拥有良好锻炼习惯的老人拥有更高的个体幸福感和较低的抑郁情绪。

由此可见，相比住房条件、收入水平这类难以在短期内提升的客观因素，锻炼是一种更为主观可控，同时也是相当有效的影响因素。

建议与对策：我们应该如何促进老年人的心理健康

根据上述的调查结果，报告主要建议从促进老年人的身体锻炼和社会支持两方面入手，

着力提高老年人的心理健康水平。

在锻炼方面，报告提出了以下建议：

（1）倡导树立全民健身的健康意识，通过开展各类健康知识讲座，帮助老年人培养定期锻炼的意识，同时找到适宜自己的锻炼方式。

（2）为老年人提供足够的活动空间和丰富的活动设施，通过利用公园、社区场地等各类公共空间来满足老年人的锻炼需求。

（3）组织群体性老年健身运动和开办老年运动比赛。通过这类集体活动，老年人可以在合作中结交到新朋友，改善单调孤独的生活状态，在集体中获得归属感。老人也可以在竞争中获得自我成就感，拥有有更为积极的自我认识。

在社会支持方面，报告提出以下建议：

（1）重视家庭的支持作用，子女需要为老人提供情感支持和生活照料。由于老年人的生活圈子较为狭窄，子女往往是他们的重要情感倾诉对象。子女的情感支持越多，老人的自尊水平越高。同时，子女与父母的情感交流互动也有助于缓解老人的负性情绪，改善老人的心理健康状况。

（2）在老年人力所能及且主观愿意的情况下，子女可以适当接受老人提供的帮助，例如偶尔的生活照料和物质支持等等。研究显示，平衡互利的相互支持，往往会给老人带来更好的心理体验，有助于维持其尊严感、价值感、自我效能感。

（3）社区应积极为老年人提供人际交往条件，鼓励老年人参与到集体活动当中。也可以邀请专家开展一些针对性的团体活动，比如团体回忆治疗可以通过帮助老人回顾欢乐时光、憧憬未来愿景等方式调动老人的积极情绪，提高其心理健康水平。

[返回目录](#)



中国科学院心理研究所
INSTITUTE OF PSYCHOLOGY, CAS



地址：北京市朝阳区林萃路16号院
邮编：100101
电话：010-64859028
传真：010-64872070
网址：www.psych.ac.cn
邮箱：tougao@psych.ac.cn