



重大公共卫生事件中社会心态调适的“心”路径

朱 慧, 刘群英

安徽医科大学医学人文研究中心, 安徽 合肥 230032

摘要:重大公共卫生事件发生后,社会心态的调适对于维护社会稳定、战胜疫情危机、有序恢复社会生产生活具有重要意义。社会心态调适不仅需要个人心理自我调适的“小处方”,更需要社会整体联动的“大处方”。基于社会心理服务体系建设的国家治理“心”思路,提出从提升人民群众的获得感、增进人民群众的奋进感、增强人民群众的安全感、增强人民群众的公平感、提升人民群众的归属感五个方面构建社会心态调适的“心”路径。

关键词:社会心态;重大公共卫生事件;调适路径

中图分类号:C913.4

文献标志码:A

文章编号:1671-0479(2021)02-133-006

doi:10.7655/NYDXBSS20210207

随着转型升级进入新阶段,经济增长进入新常态,中国特色社会主义进入新时代,我国社会主要矛盾发生了新变化,人们在追求美好生活的过程中因新需求未得到满足滋生了一些不良社会心态,影响了社会治理效果。而在全面建成小康社会的进程中,人们已不再仅仅满足于对物质生活的追求,而是越来越渴求和关注心理层面的主观感受。调适不良社会心态,加强社会心理服务体系建设,培育良好社会心态,满足人们社会心理层面的需求,给予人民群众更多的获得感、奋进感、安全感、公平感、归属感,已成为党和国家治理的重要议题之一。

重大公共卫生事件成因复杂多变,传播范围广泛,常带有突发性特征,给人类社会带来巨大生命和财产损失的同时,影响社会心态培育,易引发社会危机,威胁社会稳定,给国家治理带来更大难度和挑战。习近平总书记多次指出,要“着力防范化解重点领域风险”,要对社会风险“早识别、早处置、早发现、早预警”。重大公共危机事件带来的社会风险具有突发性、综合性、复杂性、全局性等特征,而社会心态作为社会的“晴雨表”和“风向标”,发挥着重要的社会风险预警作用,在重大公共卫生事件中对控制事件进程和效果的影响也更加显著。新型冠状病毒肺炎(简称新冠肺炎)疫情是对我国社会心理服务体系的检验,是对党和政府风险防范能

力和危机化解能力的考验,是对国家治理能力的大检阅。化解重大公共卫生事件中的心理危机、调适不良社会心态、筑牢社会心理防线是党和国家打好新冠肺炎疫情防控战争的重要任务之一。重大疫情危机下的社会心态问题研究再次受到了党和政府以及学界的高度关注。

一、社会心态的研究背景

党的十九大报告明确提出,“加强社会心理服务体系建设,培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”,习近平总书记在2019年1月的中央政法工作会议上再次强调,“要健全社会心理服务体系和疏导机制、危机干预机制,塑造自尊自信、理性平和、亲善友爱的社会心态。”社会心态培育出现在社会治理的纲领性文件,进一步深化了社会建设的内涵,也把握住了社会管理创新的核心矛盾和问题。

(一)社会心态的概念

社会心态,是心理学术语,与个人心态同属于“心态”的次级概念,个人心理、社会心理则同属于“心理”的次级概念。广义上的社会心理包括微观、中观、宏观的社会心理,如人际的社会心理、群际的社会心理,也包括狭义的社会心理,即常使用的社会心态。社会心态是一种宏观的社会心理状态,是在一定时期内形成的,是整个社会或社会的大多数

基金项目:国家社会科学基金项目“新时代尊医重卫社会风气的价值引领及其培育机制研究”(19BKS169)

收稿日期:2020-05-20

作者简介:朱慧(1984—),女,安徽怀宁人,硕士,副教授,研究方向为思想政治教育,医学伦理;刘群英(1963—),男,安徽宿松人,高级经济师,研究员,研究方向为大学生思想政治教育,通信作者,188896503@qq.com。

成员共有的、反映出来的一般、一致、普遍的心理状态。社会心态是一种低级的社会意识,具有宏观性、变动性、突生性、广泛性、传染性等特质。尽管关于社会心态的概念界定尚未完全统一,但都基本上认同现代心理学知情意三分法,认为社会心态是一段时间内弥散在整个社会或社会群体/类别中的宏观社会心境状态,是整个社会的情绪基调、社会共识和社会价值观的总和^[1]。多数研究者在此基础上增减一些限定性条件或心理成分。杨宜音、王俊秀团队在此概念基础上,形成《中国社会心态研究报告》蓝皮书系列年度报告(2011—2019年),为党政部门了解民情民意、学界开展研究提供了有益参考。

(二)社会心态培育和社会心理服务

社会心态作为狭义上的社会心理,其培育离不开社会心理服务。社会心理服务涉及社会成员之间、社会群体之间的和谐相处以及社会心态的培育、调适等一系列内容。社会心理服务和社会心态培育的共同特征是两者都是指向社会或群体的,均和社会治理在社会层面上产生了一定的协作和互动,共同的载体都是社会公众。社会心理服务体系作为社会治理的“四大体系”之一,是满足“美好生活需要”的重要手段^[2],分宏观、中观、微观三个层面的建设目标。宏观层面目标是营造健康社会;中观层面的目标是健康社区、行业和领域的培育和塑造,即社会心态的培育;微观层面目标是个体的心理健康以及个体、人际关系、群体和群际间的和谐^[3]。在社会转型的历史时期,需要中国特色的社会心理服务与社会心态培育。社会心理服务与社会心态的培育既有交叉,却又各自不同。社会心理服务影响社会心态培育的内容,社会心态培育主导社会心理服务的方向,两者互为因果、相互促进^[4]。

(三)社会心态培育的时代背景

社会心态不是纯心理问题,而是一个同社会结构、社会变迁、文明发展阶段等密切相关又深层互动的复杂性问题、文明论问题^[5]。社会心态作为社会变迁研究的一个重要组成部分,是社会变革的一个无法忽视的社会心理资源与条件,政府的宏观决策管理部门、研究中国现实社会变迁和社会问题的学术界,都尤为关注^[1]。任何一个共同体想要保持持续发展态势,就要密切关注社会心态的变化趋势,对社会心态加以培育或调适,对可能出现的问题进行干预和引导^[5]。

当前,我国社会心态虽然整体上呈现出良好态势,如人们对党和国家的信任度高、对国家取得的成就充满自豪感、社会价值观奋进务实理性、群际关系相对和谐,社会风险可控^[6],但随着国际形势的风云变化、国内社会问题不断出现,改革不断纵深推进,社会矛盾和社会摩擦时有发生。社会财富分

配带来的相对剥夺感导致的仇富情绪,教育、医疗、就业等领域中优质资源稀缺导致的社会焦虑,西方文化价值观念冲击导致的社会迷茫等消极方面,不容忽视。这些负性、不良的诸如冷漠、仇恨、焦虑等消极社会心态,不仅影响了“自尊自信、理性平和、积极向上”社会心态的培育,也严重影响了社会可持续发展能力及和谐社会的构建,给社会治理带来一定阻力。在新冠肺炎疫情席卷全球之际,国际间意识形态的对立不断升级,社会心态变得更加复杂、敏感、多样,社会心态的培育和调适也因此面临着更加严峻的考验。

二、重大公共卫生事件下社会心态培育的重要意义

社会心态由社会存在决定,又反映社会存在,随着经济基础、政治制度的发展而变化。重大公共卫生事件发生后,党和政府更要对社会心态的变化持续保持高度的关注,对不良社会心态及时予以调适,使其成为维护社会稳定的有力“心”武器、战胜重大疫情危机的强大“心”基础、危机后社会生产生活有序恢复的重要“心”力量。

(一)社会心态建设是维护社会稳定的有力“心”武器

社会心态能反映社会风气,能反映社会大多数成员的主观体验、感受、精神风貌和状态。积极的社会心态有助于国家和美、社会和睦、家庭和乐、身心和谐,而消极的社会心态是社会的不稳定因素之一,影响社会发展和社会进步。个体在遭遇独立性压力生活事件(如地震、自然灾害、突发公共卫生事件)时容易继发或合并产生依从性压力生活事件,压力源的多元叠加刺激容易放大社会心态的消极方面,使人们的恐慌、焦虑、强迫、疑病、浮躁、愤怒等负性情绪通过社会卷入和社会关联在短期内迅速形成一种弥散性、有着强大群体力量的社会心态,从而打破平衡,引发社会思潮或群体性事件,扰乱社会秩序,影响社会稳定。相反,良好的社会心态则是社会稳定的稳压器,能及时化解负面情绪,促进社会的相互理解、相互信任、相互包容,形成牢固的心理防御屏障,是维护社会稳定秩序的有力“心”武器。

(二)社会心态建设是战胜疫情危机的强大“心”力量

良好的社会心态是一股影响社会事实的“心”力量。这股力量可以和其他力量一起,通过劳动实践战胜传染性疾病,帮助社会度过重大疫情危机。首先,良好的社会心态可以增进患者免疫力的提高。在抗击新冠肺炎疫情中,武汉市第一医院联合前来支援的多支医疗队,成立了武汉首家“阳光医

院”,组建“圆梦心理睡眠联合干预工作组”,通过心理治疗、身心同治,实现患者生理—心理—社会功能的完全康复。心理治疗越来越受到现代医学的青睐,健康心态在面对疫病时显得尤为关键。其次,良好社会心态可以有效防止传染性疾病的扩散,筑起疫情防控的心理防线。历史一再证明,如果陷进恐惧而不能自拔,恐惧就会将灾害呈几何级数放大。1994年印度发生的鼠疫尽管流行时间短,但由于社会恐慌,在短短几个星期内就有约50万人逃离家园。新冠肺炎疫情中,战“疫”早期人们因对病毒一无所知而产生的恐惧感客观上加速了疫情的传播。最后,良好的社会心态是集聚多方力量的凝合剂。从个体心理汇合或融合为社会心态的形成机制,即社会卷入和社会关联,其操作化路径有社会认同、情绪感染、去个体化、镶嵌化、关系化等^[7]。当积极的社会情绪被充分调动或感染后,个体或社会成员的情绪往往会被去个体化、被校正并得以强化,如我们通常所说的巨大的喜悦、激情豪迈、振奋人心、同仇敌忾等,形成一种新的强大的社会力量。良性的社会心态激发的情绪感染、情绪扩大化将使人们有信心有勇气有力量去战胜困难和灾害。

(三)社会心态建设是生产生活有序恢复的重要“心”基础

自尊自信的社会心态是加强社会主义意识形态建设的内在要求,理性平和的社会心态是打造共建共治共享的社会治理格局的现实要求,积极向上的社会心态是满足人民美好精神文化生活期待的必然选择^[8]。社会心理是社会存在与社会意识、社会存在与思想体系相互作用的必经关节点,这一关节点作用必须以实践活动为前提和基础。社会心态建设在突发公共卫生事件的前兆期、暴发期、处理期和恢复期均占有一席之地,尤其是在恢复期。恢复期不仅是疫情防控的决胜期,也是后疫情时代的起点。越是胜利在望的阶段,个体或群体的心理差异性越是明显,心理换挡期更容易引起社会心理振荡,影响经济复苏。2003年非典疫情过后,如何恢复经济是当时的首要问题,心态的调整被认为是经济复苏的重要手段之一。习近平总书记在新冠肺炎疫情发生后多次强调要加强心理干预和疏导,重视社会心理建设,凸显了社会心态的重要意义。

三、重大公共卫生事件社会心态调适的“心”路径

在中国特色社会主义进入新时代的历史机遇期,时有发生公共危机事件不时冲击社会心态。重大公共卫生事件既是对突发公共卫生事件应急管理体系的检验,也是对社会心态的考验与洗礼。社会心态在重大公共卫生事件中容易随事态发展

而迅速变化,也易受不利情绪的影响和干扰,从而在认知、态度、行为上表现出一定偏差。个体会通过掌握和使用一定的自我调适方法来调整这种偏差,如对自我的正确认知、积极的思维方式、理性收集信息、寻求家庭社会支持、倾听焦虑、积极运动、规律休息等方法,以缓解突发事件带来的不确定感、紧张感、恐惧感、愤怒感等。然而,社会心态的调适不仅需要个人心理自我调适的“小处方”,还需要社会整体联动的“大处方”。

借鉴心理学知、情、意的分类方式,从社会认知、社会情绪、社会价值和社会行为倾向四个方面考察社会心态具有较好解释力^[9]。王俊秀等^[9]为发挥社会心态警报器的作用,建立了社会心态指标体系,将这四个作为一级指标,而在社会认知下的八个二级指标分别是社会安全感、社会公正感、社会信任感、社会支持感、社会认同与归属感、社会幸福感、社会成就感和社会成员自我效能感。社会认知是基础,决定了社会心态的走向。鉴于此,本文拟从提升人民群众的获得感、增进人民群众的奋进感、增强人民群众的安全感、增强人民群众的公平感、提升人民群众的归属感五个方面构建社会心态调适的“心”路径,让社会整体联动的“大处方”不断优化人民的主观感受和体验,增进幸福感。

(一)加大民生建设,提升人民群众的获得感

获得感指人们得到某种物质或利益后的主观感受或心理状态。2015年2月27日习近平总书记在召开的中央全面深化改革委员会第十次会议上强调,要让人民群众有更多的获得感,该词由此迅速流行,现用以指人民群众共享改革成果的幸福感。获得感作为一种主观感受,其产生经历了既得利益前后对比的心理比较过程^[10]。因此,获得感的提升不仅与改革实践及其利益相关,也与人的主观感受有关。社会转型、社会变迁过程中因各种矛盾而滋生的不良社会心态,本质上是民生问题。我国40多年改革开放的红利普惠民众,民生问题客观上得到了极大改善,人民的获得感应大幅提升。然而,根据现代经济学上的边际效用规律,在其他条件不变的情况下,消费者从某种物品连续增加的每一消费单位中所得到的效用增量是递减的。由于边际效用,民生方面的物质利益带来的获得感呈现出下降态势。

增强人民群众的获得感,最根本的是要继续加大民生建设的力度,以更有力的措施又“好”又“快”地解决人民群众最关心的问题。一是优先解决弱势群体的利益问题,防止因疫返贫导致次生心理危机。党和政府关注丧失收入来源的贫困群体、因抗疫或被隔离而无人照顾的老弱妇幼等,尤其是具有多重弱势身份的群体,及时解决他们最关心最直接

最迫切的问题。二是着力解决重点群体的现实诉求。妥善安置因隔离而被滞留在外的人员,及时消解群体污名化心态;积极落实医护人员的防护物资,缓解医患人员的焦虑心态等。三是集中力量解决民生的核心问题。重大疫情下民生的核心问题就是保障人民的健康权和生命权。医护人员和科研机构加紧科研、临床攻关,阻挡疫情扩散的同时找到科学有效的治疗方法,人们随着感染率、致死率、治愈率、出院率波动而产生的恐慌、焦虑、疑病等负面情绪才会得以根本缓解。加紧疫苗研制,消灭“刺激源”,从源头上消除传染病对人民生命健康和安全的威胁是治本之策。

(二)保持舆论引导,增进人民群众的奋进感

奋进感指人们为了达到某种目标在奋勇前进过程中的心理感受,展现的是昂扬的精神状态和积极进取的态度。奋进感是支撑人们勇往直前的动力,是一种积极的情感状态,和良好的社会心态正相关,是自尊自信的社会心态的题中之义。从“攻心为上,攻城为下;心战为上,兵战为下”的兵家名言,到被许多军事理论家称为“战争之外的战争,战争之上的战争”的心理战^[11],舆论宣传均在战争中发挥着重要作用,或鼓舞士气,或迷惑敌人。和平年代的舆论宣传对内要“因势而谋、应势而动、顺势而为”,对外要“让更多国外受众听得懂、听得进、听得明白,不断提升对外传播效果”。媒体的变革使人们的互动更为紧密,传播更为便捷,一种社会心态的蔓延也变得更为迅速,影响力也更大。因此,坚持正确的舆论导向是增进信心的首要前提。

信仰、信念、信心,任何时候都至关重要。在疫情防控的战场上,要始终保持舆论引导。一是舆论宣传和心态预警相结合。重大疫情下的交通管制让流动的人群按下了暂停键,在群际想象型接触中,一条平时看来微不足道的负面新闻报道都极易在“人人都是麦克风”的新媒体环境下诱发蝴蝶效应。既要加强舆论宣传、提振信心,又要及时对社会心态予以疏导,避免产生群体对立心态、诱发群体性事件。二是信息发布和信息治理两手都要硬。历史和现实多次表明,如果权威发布集体失语,谣言便会大肆蔓延,公众情绪会更加紧张、愤怒、恐惧。信息发布要及时、准确,以免引发非理性恐慌和愤怒;要严谨、规范,以免引发非理性抢购等行为;要科学、实事求是,既不能刻意去迎合公众期待心理,也不要介意个别非理性的攻击声音。三是要提升权威媒体舆情应对能力,避免解构权威的心态蔓延。政府公信力在短期内频繁遭受较大冲击,易导致解构权威的心态蔓延,引起舆情危机,降低政府公信力。

(三)提高心理疏导,增强人民群众的安全感

安全感是许多学科共同使用的概念。根据马斯洛需求层次理论,人们对安全的需求是在生理需求得到满足之后产生的需求,都属于低层次需求。心理学认为安全是人格特质,也是一种基本需求,是决定心理健康的因素之一。当作为社会心态测量指标时,则指的是在一定社会环境下个体对于不确定和不安全的感受^[12]。有学者基于社会心理危机的风险放大机制,利用网络爬虫软件对2014—2016年32件重大突发事件进行定性比较分析,发现突发事件中公众安全感的影响因素中,媒体传播对公众安全感的解释力最大,其次分别是事件属性、群体心理与行为和政府应对^[13]。

重大突发传染病和重大突发事件不同,除具有突发性,还具有传染性,媒体的广泛传播增强了公众的防范意识,但同时也加大了人们的不安全感。一要化危为安。有效的心理干预可以有效缓解突发事件造成的焦虑、恐慌等消极情绪,使个体掌握有效心理策略,重获安全感^[14]。充分激活心理危机干预体系,发挥心理学力量,为不同群体提供专业化的心理干预。借鉴社会类型学分析方法,按照传染病的感染风险依据是否在疫区、是否被感染两个维度进行群体分型,针对出现的恐惧、焦虑、害怕、担忧、愤怒、悲观等情绪,在不同群体中运用心理学技术开展有差异性的心理疏导,引导社会心态朝着良性方向发展。二是危中求机。社会心态具有变动性特征,尤其是在新媒体时代更是难以捉摸和测量。动态监测重大疫情下的社会心态对于完善社会心态测评指标体系、建立社会心态预警机制、把握社会心态变化趋势具有重要意义。充分发挥社会学家、政治家的工匠精神,将重大疫情视为公众心理资产建设的契机,将危机应对中的“应考措施”常态化,如对社会心理服务工作人才线上线下培训,对社会心态进行动态监测和预警;整合高校心理资源、开通心理热线等。常态化、动态化、长效化是加强社会心态培育的必由之路。

(四)把控社会治理,增强人民群众的公平感

公平感是指人们将自己在社会中的地位、收入、声望、财富、机会等,和他人做比较,或是与自己的过去做比较,对自己在社会中受到的待遇是否公正的一种主观性评价。社会公平感是一种心理活动和心态表征,受社会实际状况和个体实际水平的影响。不良社会心态是社会矛盾与冲突产生的温床,如屡见于报端的暴力伤医事件、突发性群体事件、网络声讨事件等,背后都具有动力性的复杂社会心态。只有实现社会公平正义,社会关系才能协调,社会心态才能和谐,整个社会才能稳定。

社会治理要切实把握社会心态这个风向标和晴雨表,尊重客观规律进行调节和疏导,才能更好地预防和化解矛盾,平复社会情绪,增进社会公平感。一是坚持法治。要完善疫情防控相关立法,加强配套制度建设,完善处罚程序,强化公共安全保障,构建系统完备、科学规范、运行有效的疫情防控法律体系^[15]。宣传疫情防控相关法律知识,坚守法律底线,维护法律权威,对严重违法行为,需依法予以行政处罚、依法追究刑事责任,打破“法不责众”的不良心理预期,努力形成学法、信法、守法、用法的良好风气。二是把握好情和理的度。社会治理中要发挥社会情感的团结作用和功能。建立情理法融合机制,协调处理多元利益问题,实行自治德法治一体化治理,坚持疫情防控和社会生产两不误,对涉及群众诉求的问题及时解决。

(五)增强思政工作,提升人民群众的归属感

归属感,指的是个体和群体间的一种内在联系,是个体对群体及其从属关系的划定、认同和维系,并由此产生对这种划定、认同和维系的主观感受和心理表现。归属感和安全感、责任感相关,是社会融合的重要指征。社会融合本质上就是聚民心的过程。在革命、建设、改革发展时期,党的思想政治工作一直发挥着“生命线”的作用,不断增进人们的认同感,提升归属感。思想政治工作在公共危机管理系统中具有政治引领、凝聚共识的宏观功能和思想转化、心理疏导的微观功能。有效开展思想政治工作有利于增进共识、凝心聚力,形成理性平和的社会心态。

重大疫情应对中基于生命权和健康权形成的人类卫生健康共同体,其稳固需要思想政治工作在“量”上下功夫。一是厚植家国情怀,提升思想政治工作的能量。要将在疫情应对中涌现出的平凡故事、流露的家国情怀、展现的抗疫精神作为思想政治工作的鲜活素材,综合运用比较、历史、心理和实践的思维,不断强化人们对于中国特色社会主义理论体系的正确认知以及在重大疫情中党和政府防控措施和防控成效的情感认同,从而凝聚人心,形成正能量。二是践行社会主义核心价值观,优化思想政治工作的质量。社会心态的核心是社会核心价值观。重大疫情中要善于运用因事而化、因时而进,因势而新的思想政治工作方法,要积极拓宽思想政治工作的阵地,丰富工作手段,正确引导人们对突发事件的个性化认知,提高人们信息鉴别能力,将社会主义核心价值观落细落小落实,抵达疫

情防控的“神经末梢”处,体现出积极向上的良好社会心态的本质。三是强化国家安全意识,增加思想政治工作的重量。重大疫情危机中要牢牢掌握住意识形态工作的主体地位,在参与公共卫生全球治理的过程中,既要坚持推动构建人类命运共同体,又要始终保持对国家安全的高度警惕,将总体国家安全观贯穿思想政治工作的全过程。

参考文献

- [1] 杨宜音. 个体与宏观社会的心理关系:社会心态概念的界定[J]. 社会学研究,2006(4):117-131
- [2] 傅小兰. 加强社会心理服务体系[J]. 人民论坛,2017(S2):124
- [3] 王俊秀. 从心理健康到幸福社会[N]. 光明日报,2019-01-18(11)
- [4] 俞国良,谢天. 社会转型:社会心理服务与社会心态培育[J]. 河北学刊,2018,38(2):175-181
- [5] 陈忠. 阳光乐观的社会心态是发展的深层动力——文明论视野中的青年心态[J]. 探索与争鸣,2018(4):50-53
- [6] 辛自强. 社会想象的三大维度及嬗变[J]. 人民论坛,2019(29):61-63
- [7] 杨宜音. 社会心态形成的心理机制及效应[J]. 哈尔滨工业大学学报(社会科学版),2012,14(6):2-7
- [8] 陈虹. 培育健康社会心态汇聚砥砺前行力量[J]. 红旗文稿,2018(20):38-39
- [9] 王俊秀. 社会心态的结构和指标体系[J]. 社会科学战线,2013(2):167-173
- [10] 杨鹏飞,王冉. 边疆社会健康国民心态建设:内涵、意义与路径选择[J]. 湖北民族学院学报(哲学社会科学版),2019,37(1):14-19, 33
- [11] 高鹏. 信息化战争中的心理战研究与运用[J]. 思想政治教育研究,2010,26(3):126-128
- [12] 王俊秀,刘晓柳. 现状、变化和相互关系:安全感、获得感与幸福感及其提升路径[J]. 江苏社会科学,2019(1):41-49
- [13] 刘晓君,杨菁. 重大突发事件中公众安全感的影响因素研究——基于32起事件网络爬虫数据的QCA分析[J]. 风险灾害危机研究,2018(1):137-158
- [14] 秦邦辉,孙艳君,何源. 国外重大突发公共卫生事件心理危机干预措施及启示[J]. 南京医科大学学报(社会科学版),2020,20(2):116-122
- [15] 习近平. 全面提高依法防控依法治理能力 健全国家公共卫生应急管理体系[J]. 求是,2020(5):1-2

(本文编辑:姜鑫)

The “heart” path of social psychological adjustment in major public health events

ZHU Hui, LIU Qunying

Medical Humanities Research Center, Anhui Medical University, Hefei 230032, China

Abstract: After the occurrence of major public health events, the adjustment of social mentality is of great significance to maintain social stability, overcome the crisis, and restore social production and life orderly. Social psychological adjustment needs not only “a small prescription” of individual psychological self adjustment, but also “a big prescription” of overall social linkage. Based on the idea of “heart” of national governance in the construction of social psychological service system, this paper put forward the “heart” path of building social psychological adjustment from five aspects: enhancing the sense of gain, the sense of progress, the sense of security, the sense of fairness and the sense of belonging of the people.

Key words: social mentality; major public health event; adaptive path