

政治学

# 紧紧依靠群众，打赢疫情防控阻击战

■ 郝宇青

## 这是人民战争 总体战阻击战

十九届四中全会决议指出：坚持人民当家作主，发展人民民主，密切联系群众，紧紧依靠人民推动国家发展，是我国国家制度和治理体系的显著优势之一。这一制度优势，在革命战争年代发挥了重要的甚至是决定性的作用。早在井冈山时期，毛泽东同志就指出：“革命战争是群众的战争，只有动员群众，才能进行战争，只有依靠群众，才能进行战争。”这就是说：人民群众是可以依靠的力量。正是因为如此，群众路线成为党的生命线和根本工作路线，也成为党的三大法宝之一。在革命时期如此，在社会主义建设时期，也是如此。

面对这次疫情大考，以习近平同志为核心的中共中央准确判断疫情形势，及时制定疫情防控战略策略，全面部署疫情防控工作，并明确提出了：要紧紧依靠人民群众，坚决打赢疫情防控阻击战，总体战、阻击战。把疫情防控看作是一场人民战争，无疑是我们党在应对疫情大考而采取的重要政治战略和策略，这就决定了：要打赢疫情防控阻击战，紧紧依靠人民群众就是最重要的前提和基础。

综观中华人民共和国历史，这次疫情可谓传播速度最快、感染范围最广、防控难度最大的一次重大突发公共卫生事件。它对于作为执政党的中国共产党来说，是一次国家治理体系和治理能力的大考。在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，经过全国人民的艰苦努力，目前疫情防控形势积极向好的态势正在拓展。而疫情防控工作取得的成效，是和中国共产党领导、

中国特色社会主义制度的显著优势分不开的。例如，坚持党的集中统一领导、坚持全国一盘棋、坚持集中力量办大事、坚持以人民为中心等制度优势在疫情防控工作中都充分展现了力量。可以看到，在整个疫情防控过程中，加强对疫情防控工作的统一领导、统一指挥、统一行动，上至党中央的决策部署，下至基层党组织的坚强战斗堡垒作用，以及党员的先锋模范作用，都汇集成了防控疫情的强大力量。武汉火神山医院的建成、全国医护人员的迅速汇集到武汉、各种医用物资和生活必需品应急保供、全国人民的紧急动员，等等，都是中国共产党领导、中国特色社会主义制度优势的具体体现。

## 进行战争就要 动员群众

既然疫情防控是一场人民战争，那么，面对疫情，就要动员人民群众。这主要包括：宣传和普及关于新型冠状病毒肺炎与防治的相关知识，介绍关于疫情防控的及时信息等，并动员人民群众积极参与到防疫抗疫的行动中来。这是因为，理论是行动的先导，只有在广大人民群众有了对新型冠状病毒肺炎的科学认识，才能化为他们参与疫情防控的实际行动，才能真正把疫情防控变为一场人民战争。

当然，在突如其来的疫情面前，要做好宣传和动员工作，并不是一件容易的事情。可以看到，在疫情爆发初期，一方面是因为疫情来势凶猛，应急管理和救治措施未能及时跟进，应急管理渠道不够通畅。所幸的是，我们的应急管理部门和宣传部门及时加大了宣传力度，尤其是提升了主流媒体网上传播能力，及时

公开了关于疫情的各种信息，公开报道了医用物资和生活必需品的应急保供，宣传群众中涌现出来的先进典型，讴歌抗疫一线的医务工作者、人民解放军指战员、公安干警、基层干部、志愿者，尤其那些疫情防控中的“逆行者”，同时，通过思想工作，加强对人民群众的心理疏导，尽可能做到疫情防控和人文关怀的统一。当然，在疫情期间，各种谣言制造者有之，违背公序良俗者有之，拿鸡毛当令箭者有之，发国难财者有之，主流媒体对这些不良现象甚至违法犯罪现象，给予了及时的揭露和批评。所有这些都对于化解广大人民群众中间的焦虑情绪起到了积极作用。可以说，正是通过耐心细致的思想工作，广大人民群众自觉服从抗疫大局、遵守疫情防控各项规定，也坚定了抗疫的决心和信心，很多人也体会到了“宅在家里，就是为防疫抗疫做贡献”。有了这样的认识，就为疫情防控工作成为一场人民战争奠定了群众基础，为早日打赢疫情防控阻击战提供良好的社会条件。

## 进行战争就要 依靠群众

既然疫情防控是一场人民战争，更为重要的，就是要依靠人民群众。依靠人民群众就是在贯彻群众路线的过程中汇聚旗帜力量、凝聚群众智慧。在这个意义上，人民群众是中国共产党力量之源和胜利之本。正因为如此，“以人民为中心”始终镌刻在了党的旗帜上，群众路线始终是党的重要法宝。

依靠人民群众是战胜各种艰难险阻的基本力量。要早日打赢疫情防控人民战争，最重要的方法就是要紧紧依靠人民群众。

而且，只有广大人民群众参与到疫情防控工作中来，疫情防控才真正转化为人民战争。可以看到，疫情发生以来，我们紧紧依靠人民群众，具体表现在基层、社区、工青妇等人民团体、各种社会力量，所有这些投入到了疫情防控阻击战之中，他们以不同的方式贡献着人力资源、物质资源和智力资源等；所有这些构成了一个联防联控、群防群治的巨大而细密的网络和防线，从而有力地支援了疫情防控的人民战争。可以看到，疫情发生以来，不是武汉一个城市、湖北一个省的战斗，而是整个国家、整个中华民族的战斗，是整个党和广大人民群众的战争。国家并没有因为疫情而“停摆”，“疫情就是命令，防控就是责任”，这句话并不仅仅是对党员干部有效，广大人民群众也加入进来了。除了那些奋战在疫情防控一线的党员干部，还有奋战在救治一线的医护人员、奋战在宣传一线传递正能量的媒体人、奋战在科研一线的研究人员、奋战在生产一线的产业工人、奋战在物流一线的后勤保障人员……实践证明，正是有了广大人民群众的积极和有效参与，疫情防控工作才取得了积极成效，疫情防控阻击战才有胜利的希望。

习近平总书记强调：“我们必须清醒看到，当前疫情形势依然严峻复杂，防控正处在最吃劲的关键阶段。这个时候，必须高度警惕麻痹思想、厌战情绪、侥幸心理、松劲心态，否则将带来严重后果，甚至前功尽弃。”这就告诉我们：疫情防控阻击战不获全胜决不轻言成功。而要取得疫情防控阻击战的最后胜利，就必须坚持紧紧依靠人民群众的方针。

（作者为上海市习近平新时代中国特色社会主义思想研究中心研究员、上海科学社会主义学会副会长、华东师范大学公共管理学院教授）

心理学

## 提高心理弹性 要念好三字经

■ 席居哲

新冠肺炎疫情给每个人都带来了心理上程度不同的影响。比如说，我们会恐慌、焦虑、抑郁，甚至有些人感到愤怒。这是疫情发生之后一种自然的应对反应。

面对疫情，为什么不同人的心理承受能力不一样？心理学研究发现，人在长久的历史进程中要面临周遭的规律性变化，有些变化是可预期的，比方说生老病死；还有突发性变化，比如说天灾人祸。在应对过程中，我们已经练就了一种称为“心理弹性”的适应力。它的实质就是摧而不垮，甚至是遇挫弥坚。

高心理弹性者主要包括这样几个核心特点：对于变化的适应能力非常好；情绪调整能力较强；坚毅而乐观；拥有比较好的计划能力和执行力。这对我们怎么提高个体的心理弹性，促进疫情中的适应和疫情后的健康成长，有非常重要的启示价值。

怎样提高心理弹性？我们给大家编撰了一个心理弹性增进三字经：

一、顺便。纳变化，重防范；管信息，隔谣言；暂抽离，进心田。

巧用力。定计划，实现它；多阅读，看名家；听音乐，慢韶华。

在一起。绘本多，亲子乐；共怀旧，深交流；说好话，疏烦恼。

多积极。思过去，念未来；惜当下，自关怀；春寒尽，花盛开。

我们有四个层面，来说心理弹性三字经。

第一，“一顺便”。就是我们要顺应变化，来接纳变化。

第二，“巧用力”。疫情期间，人的掌控感的丧失是影响到我们感受的很重要因素。定一个哪怕是小小的计划，实现它，就会感觉有一种掌控感。书籍可以为我们提供更丰厚的人生启迪，让我们既能够感受到天地间非常幸运的一粒微尘，应对变化是我们每个人在人生当中都要去做的一件事。听一听轻音乐，也是一种非常好的疗愈的手段。

第三，“在一起”。足不出户让很多人有更多时间跟家人在一起，但如果我们在在这方面没有做好更多设计和想法，很多人会有一种大眼瞪小眼的感觉。所以在这里提了三层想法：

“绘本多，亲子乐”。在疫情发生之后，青少年特别是年幼的儿童，更多时候会通过过度的黏人来表达内心的情绪。我们的团队研究发现，如果父母在跟孩子一起读绘本时，在跟绘本故事的情节相关联的地方，设计一些情节化的小游戏，包括拟声、一个动作，或是简单的角色扮演，对于我们的孩子都是非常好的疗愈作用。

“共怀旧，深交流”。积极临床心理学发现，怀旧是一种带有淡淡苦味的甜，会让我们的心理获得一种超越感和厚实感，而另一些研究发现，当我们在叙述过去的时候，实际上我们是在整理自己的过去，这种整理过程它是一个个人统一性获得的很重要的路径。跟我们的家人多谈谈这种交流，其实不仅能够加深情感，更重要的是我们可以获得对关系、对个人、对家庭的更深入的认同。

“说好话，疏烦恼”。我们发现，有一些人出口不讲究，说话比较随意，动不动就对对方进行评价。家庭成员之间，该怎么让我们的话说得氛围好一些，让我们感受好一些，同时真正获得这种关系的支持的力量，让我们能够共克时艰。有八个字叫“好好说话，多说好话”，非常重要。

第四，“多积极”。怀有积极的思维，积极地面向未来，积极地接纳过去，“思过去，念未来，惜当下，自关怀”。我们相信春寒尽了，万花一定会盛开。

在这段时间中，更要强调一种“神经纪律”。很多人在自己的家庭当中，可能比较休闲，这是一种行为暗示，久而久之它会让我们因为这种状态而变得更加懒散。所以建议大家在家时，第一，发式要整齐。第二，可以适当穿一件你穿的新衣服。第三，走路的时候，要大步流星往前走。第四，要科学膳食。第五，我们要做适量运动。第六，要做充足睡眠，睡好我们的身体免疫力，就会能够保持比较好的战斗力。

（作者为华东师范大学心理学系教授）

社会学

## 流动社会的疫情防控

■ 何雪松

中国古代思想家荀子云，人生而不能无群，这里的“群”指的是人类的各种形态的群体和组织。这段时间因为抗击疫情大家都“宅”在家里，对“群”的渴望想必非常强烈，对荀子的这句话也有了更为深刻的认识和理解。严复在《群学肄言》中以“群学”一词翻译社会学，社会学考察的是“人群之变动”，也就是群体、组织与结构之变，从而掌握社会的脉动。从社会学的视角，我们尝试对疫情之变提出如下三点思考：第一，新冠病毒在我们这样的社会是如何传播的？第二，我们是以怎样的社会机制来应对病毒？第三，我们应该建设怎样的社会从而可以更好地面对挑战？

### 一、流动社会的病毒传播

当代中国的一个显著的结构特性就是进入一个所谓的流动社会，人、资本、信息和资源在城乡之间、地区之间和国家之间流动。线下+线上形塑了流动社会的基本图景。流动的社会，看似一切都是变动的，却让我们更加深刻地理解到社会学的一个基本原理：人类类社会是互相依存，正是人与人之间的联结，形成了今天的全球网络。

病毒就是在这样的流动社会里实现人传人的，具体而言就是经过人类之间的接触而进行传播的。从现有的病例看，病毒感染者“成群结队”的特征：一类是关系亲近，家人、亲朋好友、同事一起感染；一类是空间接近，大家坐一个电梯、同进一个超市、一个餐馆吃饭或在同一个医院看病问诊而感染。社会学的“小世界理论”提示我们，你与世界上任何一个陌生的人之间可以联系起来很容易，换句话说，病毒可以很快通过你的关系网络感染到。

病毒的流动与人员的流动有着同样的时空特点。从空间上看，与重点地区之间的人员往来更为密切的城市或地区，病毒传播的可能性就更大，病毒随着人流而来，所以要“外防输入、内防扩散”。从时间上看，春节前后是人员流动最为频繁的时间，节前是返乡团聚、旅游观光，节后是返城复工、开学开业。这两者的汇聚就构成了新冠病毒传播的时空模式，这样的模式决定了控制病毒的机制。

### 二、控制病毒的双重机制

病毒以网络的形式横向快速流动，纵向的组织化不可能有同样的反应速度，因此需要适应性地扁平化，诉诸基层和群众，每个人都成为行动者，构成行动者网络，这就是抗击疫情“人民战争”。针对病毒传播的“存量”和“增量”采取了围绕“流动”的双重运行机制：抑制流动和增强流动。

控制病毒的继续传播，需要“抑制流动”。武汉封城、社区封闭、集中隔离、居家观察，都是为了降低人员流动，控制病毒在人与人之间的传播，减少“增量”。社会减慢，就减缓了病毒传播的速度。这对于一个

流动社会而言，的确是极大的挑战。阻隔病毒起到了明显的成效。就目前的形势而言，抗击疫情进入一个新的阶段，就是要逐步恢复生产和生活秩序，这就需要改变“暂停”模式，在人员流动中阻隔病毒，因此需要“有序流动”，适当增加流动的速度。

救治病毒感染，需要“增强流动”。短短的时间内建立雷神山、火神山医院，靠的就是人员、技术和资源的快速聚集，这样的流动速度是令人瞩目的。各地医护人员、物资的“驰援”，无疑都是在与时间赛跑。我们的很多社会工作同事不眠不休地以线上+线下的方式在提供力所能及的帮助。社会的加速，就是在为了加快患者的救治，减少“存量”，降低死亡率。

### 三、如何让社会更“有力”

疫情波及的范围之广，无疑需要动员一切可以动员的社会力量予以应对，“政府有为”、“市场有效”和“社会有力”是面对任何挑战的成功基石。在党中央集中统一领导下，在各方面共同努力下，防控工作正有力开展，充分显示社会主义制度集中力量办大事的优势。市场有效，市场在资源配置中起决定性作用，很多电商、物流和互联网平台担当了这样的责任。“社会有力”包含三层意思：活力、平衡和团结。

首先是活力。一个社会的活力，就体现人人有责、人人尽责。每个人都是参与者，大家捐钱、捐物或做志愿者，以不同的方式组织起来积极参与抗击疫情。很多社会组织、社会工作机构和基金会活跃在抗击疫情的第一线，这是社会活力的体现。一个充满活力的社会，一定是每个人都愿意发声、愿意参与、愿意反思的社会。

再次是平衡。我们可以观察到的是，社会舆论对为官不为、胡乱作为、官僚主义、形式主义、社会达尔文主义等现象都给予了尖锐的批评，这是社会自发形成的保护机制。社会所表达出来的力量是寻求平衡的政策和措施，这是为了更好地保障“政府有为”和“市场有效”。这样的力量不能削弱，只能加强。

第三是团结。我们看到了“一方有难，八方支援”的大国团结，但也要更加鲜明地反对歧视和排斥。一个社会越是在面对挑战和困难的时候，就越能看到其文明的底色，我们要推进包容、共享，减少排斥、隔离。

这次疫情提醒我们，经济社会发展的不平衡需要立即予以纠偏，建设强而有力的、充满生机的社会是国家治理体系和治理能力现代化的重要组成部分，社会学人和社会工作者应该为此作出更大的努力。

（作者为华东理工大学社会与公共管理学院教授，上海高校智库社会工作与社会政策研究院院长）

历史学

## 疫病研究的历史诠释

■ 高晔

在疫情面前，历史学家或许不能像医生、公共卫生学家和科学家那样站在抗击疫情的第一线，但通过向公共政策制定者和社会大众提供既往的疫情信息，人与疫病相互博弈的历史知识，历史学者可以帮助人们以更广阔的视野和更理性的态度来对待疾病，提升社会整体应对能力。从职业与专业角度提供相关信息与资料，是学术研究者对社会应尽的责任和关怀。

公共卫生安全是人类面临的共同挑战。古代病理学的研究成果告诉我们，疾病与地球上的生命几乎是同时出现的，它是人类文明前行中形影相伴的同道者。专家们在古生代的动物身上发现有龋齿和寄生虫病。在金字塔内封存了4000年的木乃伊身上，考古学家就发现了寄生虫病和梅毒的痕迹。古埃及雕像中也有患有脊髓灰质炎病人的形象。可见，疾病从古至今都和我们“形影不离”，疾病的历史与人类历史一样悠久而复杂。

对“流行病”的讨论和记录最早可上溯到公元前400年的《希波克拉底文集》，书中有两个章节是以“流行病学（Epidemic）”为标题的。《文集》分析，公元前4世纪希腊“流行病”与季节、气候和地理环境相关联。作者考察了历史上和同时代的大量病案，对疾病的症状、治疗方式以及生存率等作了详细的记录。

希腊文用“loimos”来表示死亡率、同时会侵袭许多人的严重疾病，类似拉丁文的“pestis”，表示“瘟疫”。最初中医典籍中采用“疫”来指称此类疾病，有“疾疫”、“瘟疫”、“厉疫”、“厉气”和“时行”等词，《释名》曰：“疫，役也，言有鬼行役也。”《说文解字》曰：“疫，民皆病也。”但“疫”最初表示的只是流行病意思而非传染。直至明代，医生吴有性在《温疫论》中指出：“疫者，以其蔓延门户如徭役之役，众人均等之谓也。”“疫”才代表具有高传染性的疾病。

流行病和恶性传染病不仅肆虐人群，甚至会毁灭国家与民族。公元前430年，在希腊伯罗奔尼撒战争时期，发生了一场大规模传染病，结果导致雅典城邦全面溃败。古代中国也同样遭受过无数次“瘟疫”的袭击。《三国演义》中有著名的“赤壁之战”，在正史中记载导致曹军战败的原因也是瘟疫：“公到赤壁，与备战，不利。于是大疫，吏士多死者，乃引军还。”历史学家根据历史文献和医案分析有可能是急性血吸虫病、疟疾、斑疹伤寒或是鼠疫。

历史上，瘟疫的爆发对人类社会造成了毁灭性的破坏，让人类付出了惨重的代价，但与此同时也推动了人类文明的进步，它使人类对新出现的疾病从“未

知”到“已知”，乃至现在我们科学家可以做到对某些疾病的“预知”；教会人们重新思考生命的意义和生命的价值，懂得敬畏自然，敬畏生命；教育人们相信科学，不要迷信，只有通过科学研究才能找到对付疾病的方法和药物，只有科学能够挽救人类生命；推动国家完善公共卫生体制和体系，加强社会安全立法，提升国家治理能力水平；启发医学家探究致病原因，研发针对性疫苗，催生新的学科、研究领域和研究方法，比如细菌学、流行病学的兴起、统计学调查方法的广泛应用、人口普查和疾病谱的出现，由控制霍乱而形成的水资源控制和水质量监督、疾病研究的社会学取向等。正是基于这一点，以社会学、地理学、人类学和环境生态学的方法探讨疾病的发生、发展、流行并拓展抗击疫病的新方法与新视角的疫病史研究应运而生。以往的历史学家忽略了疫病对文明进程的影响力，他们没有充分认识到疫病的威力，尤其对于普通民众而言，疫病破坏性更为显著。1860-1864年间，德国医学家奥古斯特·赫希编辑出版了《历史地理病理学手册》，尝试从宏观角度审视疫病的演化，开创了疫病地理学史的研究。上世纪80年代，英国剑桥大学学者开展的人类疫病史研究指出，在整个人类历史上，病原体的进化发挥了并现在依然发挥着巨大的作用。近几十年来，疫病史研究通过揭示各种疫病循环模式的历史影响，将疫病史纳入历史诠释的范畴，正在逐渐改变历史学对疾病的传统认知，并开拓出诸多新兴的研究领域与方向。

疫情期间，我正在进行中国科协“老科学家采集工程——闻玉梅院士”项目的收尾工作，无意中读到这样一段史料：1993年闻玉梅在《在上医大学研讨会上的发言》说到“华山医院的翁心华教授，他到现在还是看20元一人的门诊，200元的（门诊）他是不看的。问他为什么，他说传染病是穷人的疾病，穷人才会来看传染病。他这个作风是从戴自英教授、徐肇瑛教授那儿传承下来的，并都一直保持着。”华山医院感染科1955年由戴自英教授创建以来，一直将社会关怀、百姓服务放在首位，翁心华是现在抗疫明星张文宏医生的博士生导师，SARS期间就是翁心华领着张文宏一起开展抗疫工作。因此，张文宏今天表现出所有的一切：专业知识、科学精神和社会关怀都是有历史的。

此次新冠肺炎疫情引发的一系列社会连锁反应，对理解历史上的疫病史和史料解读不失为一个理想的参照物，这可能就是历史研究与现实关照之间的关系。

（作者为复旦大学历史系教授）