

DOI: 10.12361/2705-0866-05-03-118737

大学生骨干积极心理品质的培育路径

丁少岩

上海海洋大学爱恩学院, 中国·上海 201306

【摘要】大学生骨干是学生队伍中的先进分子,新时代对于大学生骨干所应发挥的引领示范作用提出了更高的要求,特别是心理品质上。因此,本研究以大学生骨干为研究对象,从积极心理学的角度梳理当代大学生骨干的积极心理品质的现状,分析产生这些现状的原因。结合新时代大学生骨干的培养现状和要求,探究大学生骨干积极心理品质的培育路径。

【关键词】大学生骨干; 积极心理品质; 培育

The Cultivation Path of College Students' Backbone Positive Psychological Quality

Shaoyan Ding

Aien College, Shanghai Ocean University, Shanghai, 201306, China.

[Abstract] The backbone of college students is an advanced member of the student team. The new era puts forward higher requirements for the leading and exemplary role that the backbone of college students should play, especially in psychological quality. Therefore, this study takes the backbone of college students as the research object, combs the current situation of the positive psychological quality of the backbone of contemporary college students from the perspective of positive psychology, and analyzes the reasons for these conditions. Based on the current situation and requirements of the cultivation of backbone college students in the new era, this paper explores the cultivation path of the positive psychological quality of backbone college students.

[Keywords] Backbone of College Students; Positive Psychological Quality; Cultivation

大学生骨干是高校学生中的先进学生和优秀学生代表,具有一定的先进性,一方面,作为国家建设的后备中坚力量,他们承担着民族复兴大任的时代使命和建设社会主义事业的重要责任。另一方面,作为学生群体中的模范团体,在思想、学习、社会实践等方面都深深影响着周围的师生,这就要求他们要拥有一个健康积极的心理品质,能够引领同学们克服困难,不断进步,彰显大学生的积极形象。大学生骨干积极心理品质的培育能够在源头上培养更健康、更积极的学生骨干队伍,引导广大大学生骨干积极面对现实中的冲击和挑战,认识到自身有待进一步挖掘的潜能,积极主动地提高自身的思想认识水平和政治觉悟,更加坚定共产主义信念,从而促进大学生骨干队伍整体素质的提高。

因此,本研究将通过问卷调查的方式,从积极心理学的角度梳理当代大学生骨干的积极心理品质的现状,分析产生这些现状的原因。并且结合当前高校学生骨干的培养现状和要求,探究能够有效提高大学生骨干积极心理品质水平的培育路径。

1 大学生骨干积极心理品质的现状

本研究采用了孟万金、官群编制的《中国大学生积极心理品质量表》,该量表共分为6个维度,即认知维度(主要指创造力、好奇心、热爱学习、思维力和洞察力)、勇气维度(主要指

勇敢、坚持和热情)、情感维度(主要指感受爱、友善和社交认知)、公正维度(主要指团队精神、正直公平和领导能力)、节制维度(主要指宽容、谦虚、审慎和自制)以及超越维度(指感恩、希望、信念和幽默)。

认知维度强调个体具有获取知识的需要,能够在自身好奇心的驱使下积极主动地去获取知识,并且能够将知识经验运用到现实生活中去,指导实践。其中创造力是个体能够基于自身的知识经验和实际情况,打破惯性思维,寻求能够高效、简单解决问题的能力。好奇心能够驱使个体对于新奇事物进行探究和摸索。热爱学习是个体通过阅读、旅行等主动了解世界的一个手段。思维力是个体外部事物进行分析、综合、概括、抽象等一些过程一种能力,也是在学习过程中所用到的核心能力。洞察力则是能够剥开事物的表面寻求本质的一种能力。

勇气维度强调个体在遭遇挫折的时候,能够凭借自身的性格优势克服困难,完成任务和目标。在面对困难时,具有勇气气质的个体能够不惧怕逆境的磨砺,敢于向困难发起挑战。能够坚持的个体不会因为外界环境的变化而轻易放弃,总能够做到善始善终,目标一旦定了下来就会为之奋斗。热情是指个体对于生活和事物充满了兴趣,并且享受整个过程,能够推动个体走向成功。

情感维度是指个体在人际交往中所表现出来的积极品质,能够维系与他人的亲密关系。其中感受爱是一种能力,可以在相处过程中对他人给予关心和关爱。友善的个体在人际交往中更容易做到善待他人以构建和谐的人际关系。社交认知这种能力越高的个体,往往比其他人更善于处理人际冲突,总可以轻松地解决问题。

公正维度则强调个体在处理集体事件的过程中,能够按照一定的价值标准做到没有偏私。其中具有团队精神的人往往有着较强的集体荣誉感,还能够做到顾全大局,使整个集体中的个体齐心协力,朝着一个目标努力。因此,要使得整个团队具有凝聚力和战斗力,就要求这个团队有着一个核心人物,他扮演着“领头羊”的角色,他的领导能力能够让团队成员劲往一处使,利用团队成员的不同优势使得整个团队健康发展。正直公平则是在处理团队事务时,秉持公平公正的原则能够做到在任务分配上合理,在生活中给予关心。

节制维度则是强调当个体的某种心理或者行为超出一定程度时,能够进行自我控制与约束。宽容是指当他人做了损害自身利益的时候,不会与其计较与争论。谦虚的个体往往表现出一种低调、不张扬的个性态度,尽管很擅长某件事,也不会炫耀。审慎的个体在做决定的时候,会进行深思熟虑,考虑到事情的后果,选择最有利的解决办法。自制则是个体在面对不同处境和情况下,自觉地规范自己的行为、调节自己的情绪。

超越维度,懂得感恩的个体在生活中很少抱怨,可以找到很多值得感激的事情,因此比较容易获得幸福。对生活抱有希望的个体总会感到乐观,坚信事情总会得到解决并且成功。具有坚定信念的个体认为人生理想和目标能够塑造自身的行为,让自己的生活过得更为精彩。幽默的个体善于打破沉默的环境氛围,使他人摆脱坏心情,带来正能量。选取了120名大学生骨

干为研究对象,通过SPSS25对数据进行描述性统计处理,大学生骨干积极心理品质的一般情况见表1:

通过表1可以看出,大学生骨干总的积极心理品质整体上处于一个较高的水平上,在六个维度的水平由高到低分别是:认知维度、情感维度、勇气维度、超越维度、节制维度和公正维度。这说明大学生骨干在遇到困难时,首先能够利用已有的知识经验,对于问题保持一种求知的态度,主动打破惯性思维,从不同的角度分析和看待问题,从而成功地解决面临的问题。在解决问题的过程中,大学生骨干也会考虑到小组成员中其他人的感受和观点。当小组内部意见出现分歧之后,能够主动尝试协调处理各个成员之间不同的意见,但可能存在小组某个成员不能够很好地克制自己的情绪和行为,会使得整个小组的决策出现偏见。

因此,大学生骨干在这六种积极心理品质上应当优于普通大学生。首先,大学生骨干需要每天通过“青年大学习”等平台及其他书籍学习党团有关的知识理论,并将其转化到日常生活学习中,做到知行合一。此外,还需要提高在面对困难时的勇气,这就是我们所倡导的“骨干先行”的行动口号,在克服困难的过程中坚持自己的初心目标,磨练自己的性格,彰显大学生骨干的责任担当。在情感维度上,要求大学生骨干在不同的情景场合下,能够做到理解他人的感受,避免产生人际矛盾,同时还要主动关心帮助有困难的同学,践行“为人民服务”的宗旨。大学生骨干尽管作为学生干部,但不能脱离群众。在和普通同学相处的过程中,需要积极发挥带头作用,主动为班级建设做贡献,提高班级同学的凝聚力。大学生骨干要具有一定的理性价值判断能力,当心中出现有悖骨干行为规范准则想法的时候,一定要及时消除不良想法,自觉地维护大学生骨干的形象。最后一点,大学生骨干要保持积极乐观的心态,要坚定实现中华民族伟大复兴中国梦的信心。

2 当代大学生骨干的积极心理品质现状的产生原因

很多大学生骨干不能够深刻认识到理论武装头脑的紧迫性,政治理论学习不够重视,导致理论学习的自觉性、积极性和主动性都较低。团支部组织生活作为理论学习的重要场合,部分大学生骨干存在“划水”现象,不积极分享学习感悟,不能够重视团支部活动的重要性,使得活动流于形式,没有起到集体学习的促进作用。部分大学生骨干由于自我意识发展、性格、家庭原因,不擅长在集体活动或者课外活动中表现,甚至不愿意参加这些活动,从而团队意识比较淡薄,往往也会导致在面对困难时出现逃避的现象,没有起到好的榜样示范作用。

表1:大学生骨干积极心理品质的一般情况

	最小值	最大值	均值	标准偏差
认知维度	34	60	48.3816	6.48273
勇气维度	30	50	41.25	4.88023
情感维度	31	55	45.2632	5.76048
公正维度	26	44	36.3421	4.20017
节制维度	24	49	39.4342	5.27468
超越维度	27	50	40.6447	6.07882
总的积极心理品质	182	307	251.3158	29.04489

尽管在当今社会网络发达，能够从很多平台获取想要获取的资料，但大学生甚至一些大学生骨干也很少主动去接触心理健康方面的知识，没有将心理健康放在重要的位置，更不会在出现心理困惑和危机的时候寻求帮助，就会导致情绪管理能力没有得到较好地发展。

3 大学生骨干积极心理品质的培育

培养大学生骨干的积极心理品质，既是高校对于大学生骨干进行思想政治教育的一项举措，同时也是提高大学生骨干心理健康水平的一个重要方式，更是创建文明和谐校园与培养创新有担当人才的关键。

4 深化理论知识学习，提高大学生骨干的自我认知水平

“人学始知道，不学非自然”。理论是基础，任何时候都不能忘记学习。大学是整个人生的一个重要时期，这个时期能够不断修正自己的世界观、人生观和价值观，而前提就是需要主动汲取理论知识，这些理论知识不光是课堂上所习得的学科专业知识，同时也包括自主学习共青团的相关理论以及心理健康知识。专业知识的学习能够提高自身的专业素养以及核心竞争力，共青团的相关理论知识的学习能够有助于提高大学生骨干的政治素质，把握政治方向，筑牢思想之基。心理学知识的学习能够帮助自身养成一个理性平和的心态，对自己有一个更加积极、客观和全面的评价。理论学习的关键就是要充分发挥课堂教学的主阵地作用，同时不断树立自主学习的意识，实现课堂教学与自主学习有机结合，激发大学生骨干对于理论知识的求知欲望，促进积极心理品质中认知维度和超越维度的发展。

5 扩展第二课堂活动，提升大学生骨干的团队意识和坚韧品质

理论学习的最终目的都是要运用到具体的实践当中去。认识

的根本动力就是实践，实践能够检验认知。实践教育也是大学生骨干教育的一个重要方面，实践教育也就是校园的第二课堂活动。第二课堂活动可以通过素质拓展活动、团体辅导以及志愿服务活动来达到拓宽教育渠道的目的。素质拓展活动能够有效提高大学生骨干在真实情境下应对紧急突发事件的能力，也能够有效培养他们的团队意识，提高团队协作能力，认识到集体对于个人发展的重要作用。团体辅导也是第二课堂活动的有趣形式之一。团体辅导是通过一些有预定目的的游戏，引导参与成员有效沟通、进行积极自我探索，从而进一步加强整个班级凝聚力。志愿服务活动能够提高个人的自我价值感和成就感，很好体现了积极心理学中价值的社会机能。此外，大学生骨干积极参与到志愿服务活动中去，可以了解社会发展规律，解决对社会现象的困惑，认准自己在社会中的位置。因此，我们要不断创新第二课堂活动形式，让大学生骨干积极主动地参与到形式多样且富有教育意义的实践当中去，不断促进积极心理品质中勇气维度和公正维度的发展。

参考文献：

- [1] 蒋常香. 大学生党员积极心理品质现状和对策研究[J]. 法制与社会, 2015(28): 234-235.
- [2] 王秀莉. 大学生党员积极心理品质现状及对策分析[J]. 考试周刊, 2016(A1): 149.
- [3] 赵锦, 郑旭. 全面从严治党视域下大学生党员积极心理品质的培育研究[J]. 湖北开放职业学院学报, 2020, 33(14): 77-78.
- [4] 彭雯诗. 大学生党员积极心理品质培育研究[D]. 江西理工大学, 2018.
- [5] 侯佳琦. 大学生积极心理品质培育研究[D]. 渤海大学, 2019.