

# 大学生积极人格特征培养策略研究

刘芳

(泰国格乐大学)

**摘要:**人格的发展过程表现为内化培育和外在塑造相互影响的动态过程,因此,我们将大学生人格发展限定为由青少年到成人的变化过程。心理学研究证实,在这个变化过程中,自我意识作为人格发展的内在因素,在其中起着最基础的作用。自我意识的发展是有规律的变化过程,把握住自我意识的发展历程可以为如何进行人格塑造提供科学的依据。人格教育要想更有针对性和有效性就只有依据不同的自我发展阶段,遵循不同年龄阶段的人格发展历程。针对高校在培养现代大学生积极人格时不能从源头上改变学生思想价值观,与社会现实有所脱离,针对性不强等问题,作为培养学生积极人格重要场所的高等学校,必须实施一些举措和策略。

**关键词:**大学生;积极人格特征;培养策略

## 一、研究背景

国民素质,是一个可以全面的揭示核心竞争力的关键指标。教育是提升中国国民素质、强化中国竞争力的重要手段。新时期背景下,教育要完成新的历史使命,同时也对教育事业有较大的期待。教育是培养人的事业,包括如何培养,培养什么人的问题。

教育要想准确考察大学生在青年期人格发展及其特点,就应该对自我意识是人格生成、发展的基础有明确而充分的认识。因此,只有把其和人的一生发展结合才能进行深入的理解。在实际生活中,学校与社会的相互影响,使得大学生通过这样一个开放的平台,了解到各种思想和行为模式。通过在社会实践中针对各种价值观的反思,青年们才有办法逐步的坚持自己在学校所学习的这些思想和观念。因此学校要紧紧把握住学生在这个时期的发展特点来进行各方面的教育。

## 二、研究意义

人格是个体特定的行为模式的根本展现,通常直接影响到个体的言行。具有积极人格的个体在各种工作中保持自信,并且对待所有的人和事比较客观,容易适应社会,并且抵御源自于外部的挫折。所以,分析对这些大学生的积极人格的培养,对整个社会的进步有着较为重要的现实意义。个体积极人格中的品质往往可以让其更好的应对挫折,而这样的品质往往是在后天逐步培养而形成的。如果大学生养成了这样的品质,可以较好的解决这些问题,通过对这些问题关注,并且提出解决策略,然后在面对困境的时候获得社会的帮助,可逐步地提升其自我效能感;而悲观的大学生则会通过规避这些问题,消极的处理问题,导致自己在困境中变得更加的绝望,甚至在很长一段时间里都没有办法崛起。

## 三、大学生积极人格特征培养影响因素分析

### 1.家庭因素

自出生起,到成长,孩子学习的首个场所就是家庭,首任老师就是家长。家庭结构的完整性、亲子关系、教养方式以及家庭环境直接影响到学生的人格发展。在积极人格的发展和塑造期间,家庭扮演了极其重要的角色。

#### (1)家庭环境

目前对人格特质的界定主要采用心理学家艾森克的人格划分,他将人格划分为两个维度:稳定-不稳定性(情绪),按照这两个维度把人格分为以下四种类型:内倾不稳定型、外倾稳定型、内倾稳定型、外倾不稳定型。近年来,伴随大学生积极人格的逐步建立,专家们对大学生人格特质的分析也相对而言比较关注,儿童的个性特质受到家庭环境的影响较大,宽松的家庭环境是儿童积极人格的保证,人处在宽松、民主的家庭氛围下,经常体验到愉悦,有利于其

健康发展;相反长期处于压抑的环境下,会使得儿童产生孤独、内向、冲动等人格特征。有关孤独感研究已经证实:当父母对孩子冷漠、不理不睬、甚至拒绝的时候,儿童孤独感会显然提高,这种孤独感对其良好人格的养成很不利。

#### (2)家庭教育

家长的教养方式将使学生的人格发展受到直接影响,家长在子女的教育及养育期间形成的一种稳定的行为特点或者心理特征就是家庭教养方式。在子女的社会化进程中,家长和家庭发挥的作用显然是容易判断的。子女会观察父母的言行举止并有意识或无意识地学习、仿效,将父母的行为准则当成自己的行为准则,对个人行为予以一定的调整或者是约束。所以,家长的一言一行会直接影响到这些子女的性格。这说明了,合理的、积极的家庭教养能够培养出积极向上的子女,错误的家庭教养则容易培养出消极的、不自信

### 2.教育因素

由于社会的和历史的原因,学校教育存在着不少的问题。第一,教育内容和现实生活对比,显得有些落后,其手段和方法不能完全适应大学生的思想变化和心里特点;第二,教育理想性和现实生活中非道德性之间有着很大的差异,社会上的丑恶现象不同程度地对大学生的道德是非观念产生了影响。第三,学校教育在某种意义上也疏忽了校园文化带来的影响,教育底蕴不够丰富,个性特色不够鲜明。这种教育的结果必然会使大学生产生迷茫和困惑,通常反映出对传统的社会伦理价值的认可度减低,还有很大一部分的大学生身上产生了精神空虚的问题,这也说明了大学生的价值观极其不稳定。

### 3.社会因素

社会环境终究是人创造的,同时,人又是源自于社会环境。人与社会环境存在密切联系,人格的养成和环境之间的关系非比寻常。环境是通过润物细无声的方式去影响大学生。它的引导力、感染力相当强大,轻松得到大学生的认同,尽管它并非强制性的。

### 4.个人因素

个体与环境的持续作用和影响促进了人格的形成,人格是先天和后天互相作用而逐步形成的,在人格形成期间,个体的主体原因而在其中扮演了重要的角色。

## 四、大学生积极人格特征培养改进措施

积极人格不但是人的整体的一个部分,又是现代化社会得以逐步形成和发展的基础。针对高校在培养现代大学生积极人格时不能从源头上改变学生思想价值观,与社会现实有所脱离,针对性不强等问题,作为培养学生积极人格重要场所的高等学校,必须实施以

下举措和策略：以为党和国家培养人才为目标，从大学生现实情况和社会发展需求入手，确立对这些学生积极人格培养的根本目标，将大学生培养成具有文化、求发展、有理性、促和谐以及能适应等诸多人格特点的优秀人才；在培养学生积极人格时以引导高校学生价值观为主，通过重要的价值观念来引导学生；利用资源整合，推动家庭和学校的关联和互动；利用培养学生实践能力的方式去培育大学生积极人格，促进他们构建很好的社会关系，使他们的社团活动以及课外活动更加丰富；将创新人格当成培育高校学生的内容之一，支持并鼓励大学生创新，为国为党输送更多优秀的高端人才及创新型人才。

利用大学生积极人格培育，促进他们的心理受到挫折的能力和接受能力有所提升，能够乐观面对生活中的挑战，激发他们的信心，使他们更加乐观，更加韧性等，实现身心健康成长。身心现在正好是处于发展阶段的大学生，无法有效控制个人情绪，加上心理冲突等因素所影响，不利于积极人格的培育。所以，我们要从下述几个方面切入，逐步的培育好大学生的积极人格：首先，为学生提供积极体验的机会，例如体验积极情绪、自控能力，以及成功经历，协助学生反思自我，构建正确的价值观，对失败的因素予以研究且归纳。第二，构建和谐家庭气氛，家长发挥示范效应，积极培养子女的勇敢、自信、力争上游的人格特征。此外，利用社会实习及家庭教育等举措，让学生懂得知恩图报。第三，学校应针对心理辅导、就业辅导、扶贫救济以及学业帮助等构建积极组织体制，解决了学生的这些问题；赋予学生更大的发展平台，提高他们的个人竞争效能感；培养学生控制自我能力，让他们构成创新、自立、自强等积极人格；使用心理辅导与课程教学等手段，培养学生积极的归因风格。第四，要求社会媒体积极报道那些有利于社会积极发展的新闻资讯，做到社会公平公正，利用改善民生、提高信息披露程度、征求民意、增加学生就业率、消除偏见等方式实现。

## 五、建议

### 1. 鼓励大学生自我反思以提高大学生智慧水平

在专业发展和进入到社会以前的较为重要的时期，便是大学时期。引导并培养学生的自我反思能力就显得十分重要，有利于他们的日后发展。反之，如果大学生并不会进行反思和批判等，就无法反思个人所学知识及积累的经验，不但制约了自己当前的学习和未来的职业发展，又不利于智慧的提升。所以，学校需要将任课老师的正向影响全面发挥出来，在教育教学中对大学生实施反思教育，且培养他们的反思能力。此外，利用大学老师的模范效应，在教育教学期间影响学生、熏陶学生，支持并鼓励学生自我反思，促进其自我反思能力的提升，使大学生的智慧能力更强。自我反思是研究且认知个人能力的一种思维模式。让学生自我反思，帮助学生意识到自身的优势和不足，了解到个人的理论知识与实践能力，发现不足并及时改正。鼓励大学生反思自我，不但能够正向对学生的产生较大的影响，又可让其智力水平得到提高。

### 2. 引导大学生进行自我反思建构以提高大学生智慧水平

提升大学生群体的智慧水平，首先要引领他们予以自我反思。在传统教育模式下，大学生被动的接受这些方面的教育，较少会主动的实施反思。处于特殊年龄时期的大学生，无论是解决问题的能力，还是其他方面的能力都有待提高，未能掌握正确的解决问题的方式。所以，有目的有规划地为大学生构建自我反思机制，可以协助大学生提高个人的智慧水平及自我反思能力。显然，这种构建并非随意构建，而是根据社会要求、内在的良知以及个人期望等一定

的标准去建构自我反思，使他们在自我反思的构建中获得更多的智慧。只有这样，才可以让大学生切实了解到个人的学习情况、生活情况是怎样的，可以进行科学合理的自我批判和反思。现阶段，培养学生的自我反思和反思思维的应用能力就显得十分重要，原因是，只有实现真正意义上的形成了自我反思，才可以让这些大学生有良好的智慧。大学生在自我反思的时候，深化了对个人的认知与清楚，能够客观公正地评价自己，重新思考、分析过去遇到的或者正遇到的事情、行为、观念，促使个人行为更加理性、明智，实现智慧水平的提升。如今，许多在学生都没有积极反思个人的学习或生活，仅仅是对目前的情况进行被动的反思，而非主动进行自我反思。若学生可以主动进行自我反思，除了可以让其在工作中更加积极之外，又可以促进个人智慧能力与反思能力的提升。

### 3. 体育锻炼中意志品质培养

利用体育运动能够培养出意志坚强、乐观向上、顽强勇猛的学生，推动学生保持良好的心理素质。前面已经针对其品质的培养提出了具体的解决思路，因为在培养学生意志品质中体育运动的作用比较独特，故而重点分析当中的细节部分。

在现代教育中，最重要的一个部分即体育，这是个体综合发展离不开教育的主要原因。在培养学生品质意志上，体育课程显然有其优势。在《体育之研究》中，中国毛泽东同志认为，“体育的根本作用就是强筋骨，可以增长知识，调节情感，以及强化意志。”由此可见，体育在个体的身体成长中起到调控其个人情感情绪的作用，进而让其品质意志有办法得到一定程度的提升。“德智皆寄于体，无体是无德智也”也足以反映了身体发展是人综合发展的先决条件，侧面显示了体育运动和心理健康素质的关联，而非仅仅是培养心理健康培养的关键渠道。经许多实践研究，参与体育运动比较频繁的学生，他们的品质意志明显强于很少参与体育运动的同学，特别是在自信心、果断性、坚韧性以及自控能力等各方面。

## 参考文献：

- [1] 曹凯播. 大学毕业生人格特质和职业选择的关系研究[J]. 生涯发展教育研究, 2016(2), 6-8。
- [2] 甘霖、曾若琳. 大学生人格特质与职业成熟度的相关研究[J]. 通化师范学院学报, 2013(5), 3-5。
- [3] 葛宝山、王侃. 个人特质与个人网络对创业意向的影响—基于网店创业者的调查[J]. 管理学报, 2010(12), 6-8。
- [4] 洪炜、徐红红. 应激、积极人格与心理健康关系模型的初步研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2009(3), 45-47。
- [5] 刘惠、胡振江. 人格特质理论述评[J]. 牡丹江师范学院学报(哲学社会科学版), 2005(4), 12-16。
- [6] 阎小红、李文静. 人格特质的因素分析[J]. 烟台教育学院学报, 2004(1), 43-46。
- [7] 于海波、侯悦、何雪梅. 主动性人格与职业成功关系研究—领导—成员交换关系中生适应力的作用[J]. 软科学, 2011(7), 65-66。
- [8] 张晓晓、黄辛隐、耿婕. 浅析社团对中学生积极人格特质发展的影响. 中小学心理健康教育, 2017(10), 65-66。
- [9] 赵萍. 浅析学生人格特质对英语学习的影响. 思想战线, 2010(1), 76-77。
- [10] 朱从庆、董宝林. 人格特质与大学生锻炼动机: 情绪调节方式的中介效应. 武汉体育学院学报, 2016(1), 65-67。