

# 社会实践活动对曾留守经历大学生 积极心理品质的影响初探 ——以江汉艺术职业学院为例

刘濛 杜继锋 金道日娜 李国珍  
(江汉艺术职业学院 湖北潜江 433100)

**摘要:**本研究采用社会实践活动为干预途径,以《中国大学生积极心理品质量表》为评估工具,采用实践组和控制组前后测实验设计,探索社会实践活动对曾留守经历大学生积极心理品质的影响。实验招募有留守经历的大学生参与,被试分为实践组和控制组,实践组参与4次社会实践活动,控制组不作任何处理。研究发现,经过4次社会实践活动后,实践组和控制组的积极心理品质得分上有显著差异;实践组的积极心理品质在认知、人际、情感、公正维度上的得分及总分上相比于参与社会实践活动前有显著变化。干预实验表明,社会实践活动对曾留守经历大学生积极心理品质有显著提升效果。

**关键词:** 社会实践; 留守经历大学生; 积极心理品质

中图分类号: G64 文献标识码:

Intervention Research on Social Practice Activities on Positive Psychological Quality of College Students with Left-behind Experience

——Taking Jiangnan Art Vocational College as An Example

## 一、问题提出

留守儿童是指父母双方外出务工或一方外出务工另一方无监护能力的不满十六周岁的未成年人<sup>[1]</sup>。留守儿童数量不断增长是我国社会转型期产生的特有的社会现象,目前在读的高校学生中有留守经历的数量日趋庞大,留守经历大学生也成为了心理健康教育研究的重点关注对象,大量研究发现曾留守经历大学生与非留守经历大学生在心理健康、人格特质上存在差异。

随着积极心理学的兴起,将大学心理健康教育视角从关注“消极情绪和问题矫正”转向关注“积极品质和挖掘潜能”。积极心理品质是积极心理学的一个重要研究领域,培养积极心理品质能提升人们的主观幸福感,拥有积极乐观的人生态度,促进自我成长和探索。有研究发现,高校对积极心理品质的培养主要是通过心理健康课程和讲座、团体心理辅导、团体活动和心理咨询等活动形式来培养<sup>[2]</sup>。实践育人是高校人才培养的重要形式,有学者发现,校外社会实践活动通过体验的方式对学生的心理素养有着积极作用,而社会实践活动和积极心理品质的关系并不明确。

因此,本研究探讨社会实践活动在留守经历大学生积极心理品质优化上的作用,从而为留守经历大学生积极心理品质提升路径提供一些有价值的参考。

## 二、研究对象和方法

### 1.1 被试的选取

在江汉艺术职业学院大一学生中公开招募被试150名,完成两份问卷:自编的调查问卷和《中国大学生积极心理品质量表》,回收有效问卷147份,最终筛选出有留守经历学生64名,并且将被试随机划分为控制组和实践组,每组32人。其中控制组男1人,女31人,实践组男2人,女30人。经统计学检验,控制组和实践组学生在性别、年龄、专业等变量上无显著差异。

### 1.2 研究的基本方法

实践组被试需参与4次主题为“积极情绪,幸福成长”的社会实践活动,活动内容为前往乡镇小学开展教学实践,包括心理健康课和团体素质拓展活动两种。控制组不参加任何社会实践活动。

### 1.3 研究的基本情况

#### 1.3.1 社会实践活动方案

社会实践活动方案围绕“积极情绪,幸福成长”主题开展教学实践,以小学四五年级学生作为教学对象,分别开展2次心理健康课,2次团体素质拓展活动。活动的设计目的是帮助留守经历的学生在社会实践活动中发现积极优势、体验积极情绪、发展积极关系、培养积极应对、促进积极成长<sup>[3]</sup>。整个实践过程历时约1个月,活动方案见表1。

表1 “积极情绪 幸福成长”社会实践活动方案

活动目标	活动名称	活动内容	活动时长
为探索曾留守经历大学生的积极心理品质的优化路径,深入探讨“实践育人”在心理健康教育中的作用。组织学生进入乡镇小学开展以“积极情绪,幸福成长”为主题的社会实践活动,要求学生走出校园,走向社会进行实践。帮助留守经历的学生在实践中发现积极优势、体验积极情绪、发展积极关系、培养积极应对、促进积极成长。	“积极情绪 幸福成长”心理健康课	1.情绪小故事 2.一吐为快 3.情绪拼盘 4.情绪调节小妙招 5.装饰幸福树 6.送你一朵小红花	60分钟
	“积极情绪 幸福成长”团体素质拓展活动	1.情绪袋袋跳:传递情绪卡 2.传递积极球:背夹球 3.运走消极球:珠行万里 4.情绪大揭秘 5.快乐风火轮 6.快乐分享会	90分钟

1.3.2 研究材料

1.3.2.1 中国大学生积极心理品质量表

采用孟万金等编制的《中国大学生积极心理品质量表》作为评估工具<sup>[4]</sup>。该量表包括6个维度20各因子:认知维度包括创造力、好奇心、热爱学习、思维力4个因子;情感维度包括真诚、勇敢坚持、热情3个因子;人际维度包括感受爱、爱与善良、社交认知3个因子;公正维度包括领导能力、团队精神、正直公平3个维度;节制维度包括宽容、谦虚、审慎、自制4个因子;超越维度包括心灵触动、希望与信念、幽默风趣3个因子,共计62个条目。每个条目以描述的内容与自身符合程度进行打分,采取5点计分(1=非常像我;2=比较像我;3=一般;4=比较不像我;5=非常像我),分数越低,<sup>[4]</sup>表明越具有该项积极心理品质。

1.3.2.2 社会实践活动效果自评问卷

采用自编的社会实践活动效果自评问卷。问卷从内容、气氛、自我参与度、自我表现、活动效果、活动整体满意度方面设计了6个客观题,2个开放式问题。

1.3.3 实验设计

采取实践组与控制组前后测实验设计。实践组接受社会实践活动干预,而控制组不参与社会实践活动干预。研究分前测、干预、后测3个阶段:前测阶段,即实践活动开展前采用《中国大学生积极心理品质量表》对实践组和控制组被试的积极心理品质进行测查;干预阶段,实践组参与4次教学实践活动;后测阶段,4次实践活动后,采用自编的社会实践活动效果自评问卷对实践组进行测试,并再次对两组被试进行积极心理品质测查。

1.4 统计处理

采用SPSS26.0进行数据统计分析。

2 研究数据与分析

2.1 前测结果

实践组与控制组的前测结果独立样本t检验结果表明,实践组与控制组的前测结果在总分及各维度上均无显著差异(p>0.05),说明实践组与控制组是同质的,符合干预实验的要求,见表2。

表2 实践组与控制组积极心理品质得分前测结果比较(x±s)

因变量	控制组 (n=32)	实践组 (n=32)	t	p
认知	29.34 ± 5.184	30.56 ± 3.445	-1.108	0.272
人际	23.81 ± 2.923	25.03 ± 3.167	-1.600	0.115
情感	24.63 ± 3.119	25.06 ± 3.252	-0.549	0.585
公正	21.00 ± 4.135	20.88 ± 3.635	0.128	0.898
节制	24.72 ± 4.305	25.00 ± 4.111	-0.267	0.790
超越	24.88 ± 4.943	23.75 ± 5.454	0.865	0.391
积极心理品质总分	148.38 ± 18.673	150.28 ± 16.836	-0.429	0.669

2.2 后测结果

为期4次社会实践活动结束后,对两组被试积极心理品质进行了后测,结果见表2。社会实践活动后,实践组积极心理品质得分与控制组得分有了明显变化,具体表现为在认知、人际、情感、公正4个维度及总分上得分均有显著下降,与控制组得分差异显著(p<0.05)。在节制、超越维度上两组被试得分差异不显著(p>0.05),见表3。

表3 实践组与控制组积极心理品质得分后测结果比较(x±s)

因变量	控制组 (n=32)	实践组 (n=32)	t	p
认知	28.88 ± 4.233	23.56 ± 3.388	5.543	0.000
人际	23.09 ± 3.145	18.56 ± 3.079	5.823	0.000
情感	23.53 ± 4.472	19.63 ± 3.190	4.023	0.000
公正	21.13 ± 3.200	16.25 ± 3.935	5.437	0.000
节制	23.78 ± 3.713	23.81 ± 3.955	-0.033	0.974
超越	23.03 ± 4.146	22.38 ± 4.499	0.607	0.546
积极心理品质总分	143.44 ± 17.037	124.19 ± 15.374	4.745	0.000

2.3 实践组与控制组前后测结果比较

对实践组和控制组的前后测结果(前测-后测)进行配对样本t检验,结果发现,控制组的积极心理品质前后测结果在认知、人际、情感、公正、节制5个维度及总分上差异不显著(p>0.05),在超越维度上有显著差异(p<0.05)。实践组的积极心理品质前后测结果在认知、人际、情感、公正、节制、超越6个维度及总分上均差异显著(p<0.05),见表4。

表4 实践组与控制组积极心理品质前后测(前测-后测)结果比较(x±s)

因变量	控制组 (n=32)	t	实践组 (n=32)	t
认知	0.469 ± 3.389	0.783	7.000 ± 2.286	17.322***
人际	0.719 ± 3.314	1.227	6.469 ± 2.652	13.800***
情感	1.094 ± 4.098	1.510	5.438 ± 3.445	8.929***
公正	-0.125 ± 2.803	-0.252	4.625 ± 3.933	6.652***
节制	0.938 ± 3.801	1.395	1.188 ± 2.681	2.505*
超越	1.844 ± 3.977	2.623*	1.375 ± 3.066	2.537*
积极心理品质总分	4.938 ± 14.891	1.876	26.094 ± 8.913	16.561***

注: \*p<0.05,\*\*p<0.01,\*\*\*p<0.001,

为进一步探索社会实践活动对积极心理品质各维度上的具体影响,对20个因子也进行了前后测比较,结果发现,实践组在认知维度中的创造力、好奇心、热爱学习、思维4个因子及总分上前测有显著差异(p<0.001);在人际维度中的真诚、勇敢坚持、热情3个因子及总分上前测有显著差异(p<0.001);在情感维度中的感受爱、爱与友善、社交认知三个因子及总分上前测有显著差异(p<0.001);在公正维度中的团队精神、正直公平、领导力三个因子及总分上前测有显著差异(p<0.001);在节制维度中自制因子及总分上前测有显著差异(p<0.05);在超越维度中的希望与信念因子及总分上前测有显著差异(p<0.05),得分有显著下降,心灵触动、幽默风趣2个因子上未见显著差异,

2.4 实践组对实践活动的反馈

在社会实践结束后,对实践组进行社会实践活动的满意度自评问卷,其中客观题6项。结果整理如表5所示。

表5 社会实践活动满意度反馈结果(人)

	很不满意	较不满意	一般	比较满意	非常满意
1.我对社会实践的内容感到	0	0	4	17	11
2.我对社会实践的气氛感到	0	0	6	18	8
3.我对社会实践的参与度感到	0	0	2	17	13
4.我对社会实践中的表现感到	0	1	5	18	8
5.我对社会实践的效果感到	0	0	6	13	13
6.我对社会实践的整体感到	0	0	4	14	14

表5结果显示,对社会实践活动参与度感到满意的占93.75%,对活动中自我表现的满意占81.2%,表明大多数成员认真参与了此次活动,对本次社会实践活动内容感到满意的占87.5%,对活动整体满意占87.5%,表明大多数成员对活动感到满意。

### 3. 讨论

以上结果显示,社会实践活动后实践组积极心理品质得分相较于控制组有显著变化,这说明社会实践活动能有效提升曾留守经历大学生的积极心理品质,主要源于以下几方面。

#### 3.1 坚持积极价值取向

本研究以积极心理学理论、社会观察学习理论、成就动机理论为基础设计了社会实践活动方案,活动方案设计参考阳志平、彭华军的《积极心理品质团体活动课操作指南》一书。积极心理取向强调人性友好和人性潜能,关注积极心理品质的培养。活动过程中,坚持积极价值取向贯穿于活动中,激发被试潜能,以体验式活动培养被试的积极心理品质。

#### 3.2 促进自我认识,提高学习热情

社会实践活动对留守经历大学生积极心理品质的认知维度有显著提升。在社会实践活动自评问卷的主观题上,很多学生表示社会实践活动使自己对能力有了清晰的认识,希望将来能够学习更多的知识更好地服务社会。如有的成员写道:“此次活动是我第一次近距离接触学生,让我真正体验教师这个职业,今后要更好的学习才能更好地服务社会”。社会实践活动为学生提供了近距离接触社会的平台,丰富学生的社会经验,以体验式学习加深自我认识和思考。

#### 3.3 增加人际交往技能,丰富情感体验

社会实践活动对留守经历大学生积极心理品质的人际、情感维度有显著提升。社会实践活动多以小组形式开展,活动内容涉及诸多社交场景,有效提高和训练了学生的人际交往技能。有成员写道:“活动开始前我一直很紧张,但小组成员都在不停地给我打气,让我感受到温暖和关怀。”“临走的时候抢着与我合照,能够被人需要感觉自己很有价值。”社会实践活动为学生提供了感知友善与爱的机会,提升学生社交技能。

#### 3.4 增加应对挫折能力,提升心理韧性

社会实践中学生必须面对和克服困难才能保障活动顺利进行,学生挫折应对能力得到了有效提升。有成员写道:“在带领珠行万里活动时,我的队伍一直无法顺利完成,差点要坚持不下去了,可最终还是成功了。其实我也很沮丧,差点想劝大家放弃,但没想到坚持下来体验到了更多的快乐。”社会实践活动促使学生直面挫折,同时提供良好的团队支持,对提高心理韧性有积极作用。

### 4. 研究不足与展望

#### 4.1 研究不足

##### 4.1.1 被试选取局限性

被试仅选取了高职院校大一师范类专业部分留守经历大学生进行了初步探索和实践,对性别、来自城乡、留守时长、是否学生干部等因素未进行严格控制,对研究结论的信效度可能存在影响。

##### 4.1.2 社会实践活动设计的不足

社会实践活动设计导致的无关变量难以控制。被试在活动中分工不同,无法保证被试在活动体验和活动内容的一致性;社会实践活动设计并不是连续进行的,因此,活动参与的频率和形式也可能影响效果。

##### 4.1.3 研究者参与社会实践经验不足

由于主试参与社会实践的经验不足,本研究在方案设计、实验程序设计、实践活动安排等方面存在缺陷和不足,在一定程度上影响了社会实践的效果。

### 4.2 展望

本研究发现参与社会实践活动对曾留守经历大学生的积极心理品质在认知、人际、情感和公正4个维度上有显著提升效果。后期还需进一步深入探讨以下几个方面。第一,积极心理品质提升的效果需要长时间的参与活动进一步验证;第二,研究需要扩大样本范围,控制性别、留守时间、留守方式、家庭经济条件等因素带来的影响;第三,社会实践活动方案可以更多元化,用于比较不同主题的实践内容对积极心理品质的影响;最后,还需进一步探讨社会实践活动前的练习效应对积极心理品质的影响。

### 参考文献:

- [1]《国务院关于加强农村留守儿童关爱保护工作的意见》,《中华人民共和国国务院公报》2016年第6期。
  - [2]陈跃男.关于大学生积极心理品质培养途径的探讨[J].中国管理信息化,2011,022:91-92
  - [3]孟万金,官群.中国大学生积极心理品质量表编制报告[J].中国特殊教育,2009(08):71-77.
  - [4]王芳.师范生积极心理品质培养途径探讨——以社会服务为视角[J].开封教育学院学报,2017,37(10):163-164.
  - [5]熊会芳.当代大学生积极心理品质现状及其培育路径研究,长沙理工大学硕士论文,2016
  - [6]尹晨祖,梁芳美.朋辈团体心理辅导对留守经历大学生积极心理品质的干预研究[J].河池学院学报,2020,40(05):86-92.
  - [7]杨智勇,佟欣.高校贫困生积极心理品质现状与发展路径研究——以江西理工大学为例[J].江西理工大学学报,2020,41(06):70-76.
  - [8]陈雯.高职院校少数民族学生积极心理品质和社会核心价值观认同程度:志愿行为倾向的中介作用——以湖北职业技术学院为例[J].佳木斯职业学院学报,2019(01):1-3.
  - [9]陈永涌,韩冬.青海藏族大学生积极心理品质现状及促进研究[J].青海师范大学民族师范学院学报,2021,32(02):62-68.
- 作者简介:刘濛,女,1988年8月,汉族,湖北孝感人,研究生,硕士,江汉艺术职业学院心理健康教育中心副主任,讲师,研究方向:大学生心理健康教育,发展与教育心理学,幼儿心理学,心理咨询等。
- 杜继锋,男,1982年1月,汉族,湖北潜江人,研究生,硕士,江汉艺术职业学院学工部副部长,讲师,研究方向:大学生心理健康教育,教育心理学等。
- 金道日娜,女,1990年4月,蒙古族,内蒙古人,研究生,硕士,江汉艺术职业学院心理健康教育中心专职教师,助教,研究方向:大学生心理健康教育,心理咨询等。
- 李国珍,女,1990年8月,汉族,海南人,本科,学士,江汉艺术职业学院心理健康教育中心专职教师,助教,研究方向:大学生心理健康教育,心理咨询等。
- 基金项目:2019年湖北省高校学生工作精品项目和实践育人特色项目《“向阳而生,播种希望”——以社会实践为载体探索曾留守经历大学生的积极心理品质优化路径》(编号:2019SJJPD3020)