

高校大学生情商现状调查及对策研究

——以烟台地区高校为例

王艺锦 孙悦 姜姗姗

鲁东大学 山东 烟台 261000

【摘要】 高校是大学生由校园步入社会的关键时期,相较于以往的各学段来说,大学生在享受丰富多彩的生活的同时,也面临着来自人际交往、学习压力等方面的严峻挑战。本文通过借鉴国内外学者对情商概念所进行的相关界定及研究,在此基础上,开展大学生情商现状调查,分析大学生在情绪控制、压力管理、人际交往等方面的水平及普遍存在的问题,并为提高大学生情商提出有效建议。

【关键词】 大学生;情商;对策

一、核心概念与理论基础

(一) 核心概念

1. 情商

情商又被称为情绪智力,是与传统智商概念相对应的用来衡量情绪商数的概念。国内外学者在从内涵和外延角度对其进行概念界定方面做出了诸多努力。美国学者彼得·沙洛维和约翰·梅耶认为情绪智力是精确的知觉、评估和表达情绪的能力,接近或产生促进思维的情感能力,理解情绪和情绪知识的能力,调节情绪促进情绪和智力发展的能力。^[1]以色列心理学家鲁文·巴昂认为情商是指影响人应付环境需要和压力的一系列情绪的、人格的和人际能力的总和。^[2]我国学者卢家楣则对情商做出了如下定义:情商是人以情绪为操作对象、成功完成情感活动所需的一种能力。

在涉及情商的外延及结构时,美国心理学家丹尼尔·戈尔曼提出了情商五因素结构理论,鲁文·巴昂则提出了包含六个维度,16种子成分的情商结构模型。随着专家们对情商研究的持续推进,人们对情商的认识也在日趋加深,其表现为在内涵上逐渐优化,在外延上不断拓展。

通过借鉴众多学者对情商概念的已有研究,结合高校大学生群体的特殊性,本研究将情商定义为:积极影响大学生情绪识别和管理、建立和维护健康的人际关系、有助于实现人生目标和提升幸福感所需的基本心智能力。

2. 情商培养

情商培养的概念有广义和狭义之分,狭义的情商培养是指依靠于正规学校教育,按照一定的教育目的和方针要求,有组织有计划地对学生的心理和情绪施加积极影响的过程。我国学者蔡敏认为,情商培养是根据社会发展的需求和大学生自身发展的需要,在遵循大学生心理发展规律的基础上,借鉴国外先进的心理教育经验,通过在学校开设系统性的课程,并以巴昂情商理论模型涵

盖的诸多特质为主要内容,采用有效的教学方法和手段以引导大学生不断提高情商水平的一系列教学活动。^[3]

然而,影响大学生情商的因素有很多,不能只将学校因素纳入考虑范围。因此,在本研究中应借鉴丹尼尔·戈尔曼的情商五因素结构理论,对情商培养给出如下定义:情商培养是素质教育的内涵式要求,旨在通过正规和非正规的教育手段,培养与提升高校大学生的情绪智力,即了解并调节自身情绪、激励自我、认识他人情绪和维护良好人际关系,从而帮助大学生实现人生理想,更好地应对社会生活中压力与挑战的过程。

(二) 理论基础

1. 马克思关于人的全面发展理论

人的全面发展理论在我国教育目的以及一系列教育目标的制定中发挥了指导作用,在大学生情商培养的研究中也具有借鉴意义。马克思认为,人的全面发展具有多方面的规定性。^[4]

第一,人的能力和需要的全面发展。其中,人的能力的全面发展指的是全面发展智力、体力、自然力和社会力等,而情商培养重在提升大学生的情绪智力水平,符合马克思的第一层语境。

第二,人的社会关系的全面发展。人是各种社会关系的总和,高校大学生情商培养能够在一定程度上通过协调人际关系等帮助其实现社会关系的全面丰富。

第三,人的素质与个性的提高与发展。具体表现为人的综合素质和自觉能动性、创造性和自主性的提高。首先,在概念界定里也提到,情商是一种基本的心智能力,情商培养是素质教育的要求,旨在促进学生综合素质的协调发展。其次,大学情商培养有利于其实现人生价值,追求远大目标,从这个层面上也是激发个人个性即自觉能动性、创造性和自主性的过程。

因此,马克思关于人的全面发展理论在以上三个层次上能够

为高校大学生情商培养提供理论支撑。

2. 加德纳的多元智能理论

加德纳的多元智能理论涵盖以下九种智能：语言、数理逻辑、人际、空间、自然探索、音乐、肢体动觉、内省以及存在等智能。尽管加德纳也说多元智能的组成是不确定的，但是不可否认的是人际智能和内省智能在其理论中不可或缺。他认为人际智能是指能够理解与认同他人的能力，而内省智能即能够深入自己内心，有效建立自我模式并运用这一模式的能力。^[5]

高校大学生的情商培养与多元智能理论传达的核心要义相呼应，即反省自己以提高对他人和对自身情绪能力的认知与体察。

二、大学生情商现状调查

(一) 基本信息构成

本研究使用学者蔡敏编订的《高校大学生情商测试量表》，并根据实际情况对相关分量表进行修改删减，最终留下 53 个题目，经可靠性分析和因子分析得到 α 系数 0.98，KMO 值 0.904，问卷的信效度良好，可以用来测量高校大学生情商。调查以烟台地区四所高校（烟台大学、鲁东大学、山东工商学院和滨州医学院）的大学生作为被试，分层随机抽取 500 名大学生作为调查对象，回收有效问卷 437 份，回收率为 87.4%，有效样本特征情况见表 1。

表 1 有效样本特征情况统计表

变量	类别	人数	百分比 (%)	变量	类别	人数	百分比 (%)
性别	男	180	41.3	年级	大一	91	20.9
	女	257	58.7		大二	117	26.8
政治面貌	中共党员	55	12.6		大三	107	24.4
	共青团员	354	81.1		大四	122	27.9
	群众	28	6.3	独生子女	是	155	35.4
家庭所在地	城镇	185	42.4		否	282	64.6
	农村	252	57.6	学生干部	是	80	18.3
专业	文科类	133	30.5	否	357	81.7	
	理科类	111	25.4	学业成绩	100-90分	55	12.6
	工科类	106	24.2		89-80分	241	55.1
	医学类	50	11.6		79-70分	114	26.0
	艺术类	37	8.4		69-60分	27	6.3

(二) 高校大学生情商总体水平

本研究的大学生情商测试量表分为五个部分，分别测量大学生在自我意识、自我表达、自我激励、自我调节和人际等维度上的发展情况，采用“五点量表”，以“3分”为临界值，高于3分表明情商总体状况较好，低于3分则表明情商有待提高。

从调查结果来看（见表2），高校大学生情商总体向好，但在“自我表达”、“自我调节”和“人际”方面偏低，而这三个方面对于大学生的学业、工作、生活具有非常重要的意义。因此，需

要从多方面努力来提升大学生情商。同时，总体情商水平虽然高于临界值“3分”，但差距并不明显，为培养全面发展、更具国际竞争力的综合型高素质人才，大学生情商培养势在必行。

表 2 高校大学生情商测试情况

量表	自我意识	自我表达	自我激励	自我调节	人际	总体情商
均值	3.91	2.83	3.22	2.74	2.92	3.12

(三) 不同样本特征与大学生情商的相关性

1. 家庭所在地与大学生情商

调查结果表明，家庭所在地与大学生总体情商的 p 值小于 0.05，表明家庭所在地是影响大学生情商发展的一个重要因素。从总体上来看，家庭所在地为城镇的学生情商高于来自农村的学生。城镇学生在前期成长过程中家庭经济条件、父母陪伴时间、金钱投入力度等方面都优于农村大学生，这些物质条件为城镇大学生的情商发展奠定了良好的基础。且城镇整体环境在政治、经济、文化等方面更为复杂和先进，因此城镇大学生拥有较好的情商发展的社会环境。

2. 平均成绩与大学生情商

大学生学业成绩高低和总体情商的相关度高，其 p 值小于 0.01。普遍认为智商和学业成绩之间具有直接联系，智商高的学生往往学业成绩更高，智商低的学生很难取得很高的学业成绩，但情商和智商之间的是否正相关并不能直接表现出来。在本研究中，学生的专业平均成绩越高，情商总体情况越好。这是因为成绩高的学生会受到更多来自教师、同学的关注，他们的自我效能感更高，在学业中会获得自信、自尊、愉悦等积极情绪，有利于情商发展。同样，学生的情商水平也将会对他们的学业成绩产生重要影响。

3. 政治面貌与大学生情商

调查结果发现，高校大学生的政治面貌与总体情商水平呈现出显著性差异（ p 值小于 0.05）。大学生中的党员群体的总体情商水平高于其他群体（共青团员和群众）的大学生，共青团员群体的情商则处于三类群体的中间水平。虽然大学生党员和已参加工作的党员在人际关系、决策能力、表达能力等方面有一定的距离，但是在整个大学生群体中，学生党员表现出较高的情商水平，其学习和工作能力也明显高于其他学生群体。

4. 学生职务与大学生情商

有学者认为，大学生是否为学生干部在各方面的表现都会差

距明显。^[6]调查结果也显示,担任过学生干部的大学生群体情商更高,是否担任过学生干部与大学生情商呈现出显著性的差异。可以说,学生干部通常都具有较强的主动性、领导能力和影响力。当然,这与学生干部拥有更多锻炼机会有关,包括与教师、领导等的频繁沟通交流、对班级事务的管理和自我监督等,这些为学生的情商发展创造了有利的机会。

5.不同性别与大学生情商

以往的调查显示,男女的情绪智力发展上有所不同,男生在情绪表达方面情商水平普遍高于女生。^[7]还有学者认为,除了在社会管理方面男女之间存在差异,其他能力都没有显著性差异。^[8]但此次调查发现,男女性别之间的差异与情商总体水平之间并没有呈现显著性相关($p>0.05$)。女性大学生群体和男性大学生群体的情商水平并无明显差距,大体相当。

6.是否独生子女与大学生情商

是否独生子女在情商总体上并未呈现出显著性差异,但对五个分量表和大学生情商水平进行分析发现,在“人际”这一维度上非独生子女优于独生子女,其他方面相互抵消,所以整体呈现非显著性差异。进一步分析发现,是否独生子女和家庭所在地显著相关($p<0.01$),城镇大学生群体往往是独生子女,而农村中非独生子女则偏多,因此,农村大学生在“人际”维度上占有一定的优势。值得注意的是,前面已得出城镇大学生在情商其他维度上得分较高的结论,所以农村大学生这种在“人际”上的优势被其他方面的劣势抵消了。

7.不同专业与大学生情商

调查结果显示,在目标群体中不管是文科类、理工类、医学类、还是艺术类专业的大学生的情商分值大体相当,可以说,专业这一变量对大学生的情商没有显著影响。这说明情商水平的差异不在于专业,而在于大学生个人。因此,在任何一个专业中,大学生的情商都有发展的机会,且相差不大。

8.不同年级与大学生情商

许多学者都曾对不同年级大学生情商差异做过调查。如窦胜功、徐忠波等人认为大学二、三、四年级学生情商水平呈现出逐年明显的发展、成长、成熟的规律,并且在大四年级时发生了飞跃。^[9]另外,陈淑华经过调查发现,大一新生和大二、大三学生在情商均值上有显著性差异,大二、大三学生的情商水平明显高于大一学生。^[10]

本研究的调查结果发现,对于高校大学生而言,大一与大二、大三情商水平呈显著性差异;对于大二、大三学生而言,二者没有表现出显著性差异;大三与大四之间存在显著性差异。总体来

看,新生刚进入大学还没有适应从高中到大学环境的转变,情商水平处于较低的状态。经过一年的适应期后,大二有了一定的提高,并保持这种状态。大四经过实习,在一定程度上接触社会后,情商水平又出现了相应的提高。因此,学生情商水平的变化与关键节点的经历和实践有着一定的关联。

三、原因分析

(一)个人对情商的重要性认识不足

大多数学生对自身感受的认识程度不够准确,也不能通过人际交往的微妙信号识别他人的需要或欲望。^[11]这充分说明大学生在自我意识和人际方面欠缺认识,没有将情商摆在一个重要的位置,对情商是什么,包含哪些方面,怎样提高等重视程度普遍不够。

(二)家庭教育中忽视情商教育

环境对人的身心发展有重要影响,原生家庭对大学生认知发展、行为养成和习惯的培养都起着潜移默化的作用。家庭经济条件、文化氛围、教育观念、教育方式等的差异导致了在不同家庭环境中成长的大学生在情商水平上的差异。

城镇大学生的情商普遍高于农村大学生,这就说明学生家庭环境对情商存在影响。城镇大学生的家庭氛围、父母受教育程度、父母的价值观、学生接触社会程度等都要高于农村大学生群体,在开放且文化程度更高的家庭里,接受的言传身教也相对较多,可能对大学生情商启蒙起到了一定的作用。

(三)高校缺乏相关的培养规划

通过与被试访谈交流发现,所调查的四所高校中均未有专门的情商培养课程,培养计划中也缺乏对于情商培养要求的表述,在涉及情商培养的一些相关科目中,如大学生心理健康教育、职业生涯规划等课程中,由于学校缺乏重视,缺乏专业人员对这些课程进行策划和整合,教师教学也流于形式,无法达到提高学生情商的要求。

(四)社会缺乏相应的引导

在由于社会转型引起社会观念的巨大变化时,情商对于人们树立正确信念、形成正确的价值观具有重要的引导意义。^[12]随着改革开放的进一步深入,以及商品经济的飞速发展,人们的生活水平普遍得到了很大的提高,当代大学生出生于社会和平稳定、经济飞速发展的时期,有良好的生活成长条件。然而,在文化多元化过程中,一些消极的思想,如享乐主义、过于自我等也对当代大学生形成正确的人生观、价值观、以及与他人交往过程中的共情能力造成了负面的冲击。

基于以上问题,社会生活中针对大学生的情商教育就显得尤

为重要,但当前我国社会对于大学生情商的培养仍然存在诸多不足之处,尤其缺乏来自社会的正确引导与调节机制。

五、对策

(一) 学生方面

1. 提高个体情商意识

个体要有自主锻炼的意识,多去接触不同的人 and 事物,适当增加情商方面的事例积累,以更好的帮助自己,真正的实现大学生情商和智商的相互促进、共同发展。当然,这只是一个层面,家庭的教养方式,父母的价值观等,也会对大学生个人情商意识造成积极或消极的影响。

2. 利用多种方法提升自身情商

在日常生活中,学生要积极寻求适合自身的能够提升情商的方法。例如识别他人情绪,培养自身的移情能力。多参加社团等学校团体活动,创造更多与他人交往的机会。在情感自我觉知的基础上进一步提升自身的情绪觉察能力,深化与他人之间的人际沟通。在日常生活中积极进行情商自我训练,力求能够达到通过细微的社会信号,敏锐地感受到他人的情绪变化和需求。

(二) 家庭方面

1. 重视情商教育

家庭是学生最初和最重要的生活场所,家庭对于人的成长起了不可估量的作用。因此从家庭环境出发提高大学生的情商水平也显得尤为重要。因此,家长应该转变教育观念,不能只关注子女的学业成绩,重视他们智商的发展,还应意识到提升子女心理素质的重要性,树立全人教育的科学理念,从而在家庭中更好地开展情商教育活动。

2. 转变家庭教育方式

家长要改变传统的家庭教育方式,多采用积极的引导方法,在生活中潜移默化的培养孩子的情商。家庭中多采用民主的教育方法,丰富子女的情感生活,增加体验感,以此来提高子女的情商水平。

3. 营造和谐的家庭氛围

家庭是最普遍的社会群体,每个人都与家庭有关。可以说,家庭不仅是人们的生活场所,更是他们心灵的“港湾”。为了让每个生活在家庭中的成员(尤其是子女)的身心得到健康、和谐地发展,家长有责任和义务为子女布置优美的物质环境,营造文明、健康、向上的家庭氛围,使其能够树立正确的人生观和价值观。此外,家长还应以民主、平等的教育理念为指导,经常同子女进行积极的互动与情感交流。

(三) 学校方面

1. 树立重视情商教育的理念

德国著名的哲学家和教育家雅思贝尔谈到“重新确立大学的观念是首要的任务”,因此,要培养智商和情商双重发展的当代大学生,就必须树立正确的情商教育理念,建立相应的较为完善的体系机制,让学校对学生的情商教育更加专业化、体系化。

2. 改革和研发相关的教育内容

首先,在原有的教材里增加情商教育内容,在学生原有的知识体系上对学生进行情商教育的渗透。比如在排球课上,排球老师在讲解排球知识的同时,要把排球运动的团队精神渗透进去,让学生在排球活动中体会到团结合作的重要性。

其次,研发专门用于开展情商教育的教材。在其他学科课程的基础上开发专门针对大学生的情商教材,并开设专门的课程,如《如何提高情商》、《压力管理》、《冲动控制》等。

3. 采取多样化的教学形式

首先,课堂上教师要丰富学生课堂情商体验。在课堂上对学生进行情商渗透,多进行情景教学和案例教学,改变以往传统的讲授法,鼓励学生进行小组交流,帮助学生互相沟通交流,相互借鉴,取长补短。

其次,鼓励学生积极参加社团组织。除上课外,很多学生都喜欢参与各种各样的社团,通过参加社团,不仅可以与其他同学进行沟通交流,增强自身的人际交往能力,还可以通过组织策划社团活动来提高自己的组织能力。

(四) 社会方面

1. 加强学生与社会的联系

当前社会竞争激烈,很多高校毕业生步入社会后很难适应。因此,社会应该努力为大学生提供相应的平台和锻炼的机会,并加大宣传力度,鼓励大学生多参与社会实践活动。如动员各种社会团体吸纳大学生进行志愿者服务,引导企业为大学生提供更多的实习和见习机会等,使其多积累社会经验,以帮助他们更好地适应社会。

2. 充分利用社会媒介的舆论导向作用

要优化大学生情商教育的舆论环境,从而为提高大学生情商水平营造良好的社会氛围。广大社会媒体应树立正确的宣传理念,不对畸形成功观进行宣传,加大对社会文明风尚的宣传力度,引导大学生正确看待自己的人生与成功。此外,社会媒体还应密切关注国内外多元文化的消极影响以及不良思想的侵袭、误导,为大学生的情商教育营造良好的社会环境。

3.建立完善的社会支持体系

一般而言,社会支持系统既包括我们所拥有的客观的、物质化或可以数量化的支持,更强调我们主观上对支持的感受和体验。事实表明,往往情商高的人在遇到困难和挫折时善于求助社会支

持体系,缓冲自己的焦虑感和恐惧感。在这里,我们可以构建由家庭、社区、学校、政府等组成的社会支持体系,为弱势大学生群体提供各种资源(包括物质、金钱、情感等)支持,使大学生能够顺利走出人生低谷,迈向成功巅峰。

参考文献:

- [1] Mayer, J. D., Salovey, P. What is emotional intelligence? In: Salovey, P. & Sluyter, D. (Eds.). Emotional development and emotional Intelligence: Implications for educators. New York, NY, USA: Basic Books, Inc. 1997: 3-31
- [2] Bar-On, R., Bar-On Emotional Quotient Inventory: Technical Manual. Toronto, ON: Multi-Health Systems Inc. 1997
- [3][6] 李超. 大学生情商培养课程研究[D]. 辽宁师范大学, 2016: 55.
- [4] 吴向东. 论马克思人的全面发展理论[J]. 马克思主义研究, 2005(01): 29-37.
- [5] 刘爱香. 当前大学生情商现状分析及培养路径研究[D]. 华中师范大学, 2013.
- [7] 卢家楣, 陈念劬, 王雷等. 中国当代大学生情绪智力现状调查研究[J]. 心理科学, 2016, (6): 1302-1309.
- [8][10] 陈淑华, 陆俊, 王玉璇. 当代大学生情商现状调查分析与培养对策[J]. 中国成人教育, 2012, (3): 82-84.
- [9] 刘茂福. 大学生的情商问题及情商教育探究[J]. 高等教育研究, 2010, (7): 71-73.
- [11] 蔡敏, 李超. 情商培养课程: 美国提升大学生职业素养的新途径[J]. 教育科学, 2014, 30(03): 85-89.
- [12] 何苏. 大学生情商教育双边培养体系的初探[J]. 中国成人教育, 2012, (3): 64-66.