

# 初中生积极心理品质的现状、问题及其教育对策分析

贾文硕

南京林业大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年11月20日; 录用日期: 2023年12月19日; 发布日期: 2023年12月28日

## 摘要

培养学生积极心理品质对其终身发展而言意义重大, 为更好地了解目前初中生积极心理品质现状, 在进行研究中采取问卷调查的方式进行, 在统计分析的基础上得出的结论是: 初中生积极心理品质中的“仁慈”维度得分最高, “知识与智慧”这一维度得分最低; 在“真诚、友善、团结合作、宽恕、欣赏美”几个品质上, 男生与女生间的差异明显, 并且女生得分更高; “知识与智慧”维度上, 初一学生低于第二学生; 在“超越自我”维度上, 初一学生明显低于初二、初三阶段学生; 教师虽然对积极心理品质培养的态度较好, 但是实际认知情况还需提高; 语文教师对积极心理品质的认识明显高于数学、英语教师。通过深入探究发现当前还存在学生积极心理品质发展不均衡、教学中教师未建立积极心理品质教育观念、教师对积极心理品质认知不足的问题, 并结合现存问题从在情感教育下增强学生的积极情绪、教学中重视渗透积极心理健康教育、提高师生对积极心理品质的认识方面提出具体的对策建议。

## 关键词

初中生, 积极心理品质, 教育对策

# Analysis on the Present Situation, Problems and Educational Countermeasures of Junior Middle School Students' Positive Psychological Quality

Wenshuo Jia

College of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Nov. 20<sup>th</sup>, 2023; accepted: Dec. 19<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 28<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Cultivating students' positive psychological quality is of great significance to their lifelong development. In order to better understand the current situation of positive psychological quality of junior high school students, questionnaire survey was adopted in the research. Based on statistical analysis, the conclusion is that "kindness" dimension of positive psychological quality of junior high school students has the highest score, and "knowledge and wisdom" dimension has the lowest score. In "sincerity, friendliness, unity, cooperation, forgiveness, appreciation of beauty", there are obvious differences between boys and girls, and girls score higher; in the dimension of "knowledge and wisdom", the students in grade one are lower than students in grade two; in the dimension of "beyond self", the students in grade one are obviously lower than those in grade two and grade three. Although teachers have a good attitude towards the cultivation of positive psychological qualities, their actual cognition needs to be improved. The cognition of positive psychological quality of Chinese teachers is obviously higher than that of mathematics and English teachers. Through in-depth investigation, it is found that there are still problems such as unbalanced development of students' positive psychological quality, failure of teachers to establish the concept of forward some concrete countermeasures and suggestions on enhancing students' positive emotions under emotional education, emphasizing the infiltration of positive mental health education in teaching, and improving teachers' and students' understanding of positive mental quality.

## Keywords

Junior High School Students, Positive Psychological Quality, Educational Countermeasure

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

自 1998 年塞利格曼先生首次提出积极心理学以来, 该领域迅速崭露头角, 成为心理学研究的焦点。其主要思想是强调在教育和管理过程中要关注人自身存在的积极因素, 通过对个体的积极心理品质进行培养, 进而提高个人的生活质量和水平。随着积极心理学的进步, 基于积极心理学的干预策略也逐渐出现, 其中所使用的所有干预方法都可以被称作积极心理干预。在过去的几年里, 各个部委都多次强调了加强对心理健康问题研究的重要性, 并积极推动各种形式的心理健康服务的发展。由此可知, 国家相关部门越来越重视心理健康, 并且其重视度是以前前所未有的。随着目前正处于网络快速发展的时代, 各种信息给我们带来前所未有的冲击, 其中当然也存在一些负面新闻, 非常容易引起消极情绪。另外, 正处于经济转型阶段的中国, 更倾向于重视经济增长, 而忽略了对精神层面的需求。加之, 快生活节奏下, 抑郁、焦虑的群体也是日益常见, 如果放任不管, 那么必定导致病情越来越严重。建设健康中国阶段, 心理健康建设也同样重要, 而积极心理学所注重的是提升, 通过该种干预方式可有效预防人们出现心理问题。虽然近年来我国对开展积极心理学理论与实践方面的研究逐渐兴起, 但我国对积极心理干预的研究较晚, 并且缺少针对性调查。积极心理干预是进行的实证研究, 当前国内学者基本集中于高校内部教师, 面向于大学生, 并且采取的方式较为单一, 导致研究过程缺少针对性。积极心理的理论作为一种新兴的干预方式, 怎样提高初中生积极心理品质是当前需研究的重点(伍雪, 2023)。

## 2. 积极心理品质的内涵

心理品质是一个人心理过程与个性心理的表现, 不仅包括先天性的因素, 同样也涉及后天生活的有关经验, 具有统一性、复杂性以及稳定性。积极心理品质实际就是在先天性与后天环境教育相互作用下所形成的一种积极向上的心理品质。对学生积极心理品质现状进行研究, 可对学生心理进行积极的引导, 激发出其积极的一面, 实现快乐成长。

塞利格曼、皮特森在分析人类所具有的相关品质和美德时, 进而确定了 24 个人格特点, 即: 人类历史中强调可帮助人们实现美好生活的积极心理特点, 并将其划分为智慧与知识、勇气、仁慈、正义、自制与超越自我六大类型美德。

## 3. 初中生积极心理品质的现状

### 3.1. 调查问卷设计

#### 3.1.1. 调查对象与目的

本文调查对象是各个初中生与语数英三科教师, 旨在探究教师对学生积极心理品质的认知以及学生自我认识情况, 进而提出具体的改善策略, 帮助学生以及相关个体树立正确态度, 促进初中生积极心理品质的发展。

#### 3.1.2. 调查问卷的编制

问卷调查中, 编制调查问卷是整个过程中最关键的一步, 问卷的质量与调查结果的科学性和有效性之间存在密切的关联。编制调查问卷前, 阅读大量关于积极心理品质方面的书籍, 并根据本调查目的形成问卷终版。本问卷主要包括三部分, 第一部分主要说明调查目的、原因以及作答要求; 第二部分为了解调查对象个人基本情况; 第三部分是关于学生积极心理品质方面的内容。

#### 3.1.3. 调查问卷发放与回收

本次调查问卷利用线下发放的方式, 经老师、同学的帮助, 向初中生与语数英三科教师发放问卷。本次调查问卷向学生总共发放 200 份, 其中回收的有效问卷是 194 份, 有效率为 97%; 向三科教师分别发放 20 份, 回收的所有问卷都有效, 因此有效率可达 100%。此外, 调查结果利用 AMOS 系统实行验证性因子分析, 检验最终结构的效度。结果分析主要包括两种, 分别是利用 SPSS 系统对教师与学生数据进行显著性分析、对各变量进行回归预测分析(王文晴, 2023)。

### 3.2. 调查结果分析

#### 3.2.1. 初中生积极心理品质的自我评价

##### 1) 自我评价的一般特点

据表 1 显示, 初中生积极心理品质中的“仁慈”维度得分最高, 其中代表初中生与他人交往中都可以做到友善; “超越自我”这一维度得分也相对较高, 代表初中生对生活充满希望, 可以宽恕他人, 并欣赏生活中具有的美; “知识与智慧”这一维度得分最低, 代表初中生普遍认为自身自制力还有待提高, 并且谦虚谨慎也还需提高。

据表 2 显示, “友善、爱”这两个维度得分较高, 这种情况有可能因为初中生渴望能够获得他人的尊重和爱, 因此能较好地表达爱、接受爱。“感恩希望、幽默、信仰、宽恕、欣赏美”这五个品质得分也相对较高, 这一情况有可能因为初中生已经具有分析美的体验能力, 并不会完全因外部客观事实而影响自身判断, 为此, 教师需注重对学生的引导, 使其可从道德层面上感知生活中的美。另外, 好奇心可

促使学生深入探究自身所感兴趣的事物，而教师需有效利用该优势，促使学生好好学习；初中生较为重视人际关系，为此教师应注意引导学生正确处理人际关系。但是，“爱学习、创造力、洞察力”三个品质得分相对更低一些，这些品质还需多注意一些(曹云飞，李云潇，张小琳，2023)。

**Table 1.** Self-evaluation of junior high school students' positive psychological quality

**表 1.** 初中生积极心理品质的自我评价

分类	知识与智慧	勇气	仁慈	正义	自制	超越自我
平均值	5.10	5.23	5.55	5.33	5.16	5.43
标准差	0.85	0.85	0.98	0.82	0.94	0.84

**Table 2.** Self-evaluation of junior middle school students' different positive psychological qualities

**表 2.** 初中生不同积极心理品质的自我评价

品质	平均值	标准差	品质	平均值	标准差
社交智力	5.31	1.04	友善	5.54	1.10
爱学习	4.82	1.28	爱	5.57	1.14
创造力	4.89	1.18	团队合作	5.77	0.92
好奇心	5.76	1.03	领导力	4.82	0.99
开放思维	5.09	1.06	自制力	5.19	1.04
洞察力	4.51	1.28	谦虚	5.12	1.12
坚持	5.25	1.07	感恩希望	5.49	1.02
真诚	5.41	1.02	幽默	5.37	1.05
勇敢	4.96	1.05	信仰	5.07	1.46
宽恕	5.50	1.21	欣赏美	5.70	1.09

## 2) 不同性别初中生积极心理品质的差异

根据表 3 显示，在“真诚、友善、团结合作、宽恕、欣赏美”几个品质上，男生与女生间的差异明显，并且女生得分更高。

**Table 3.** Differences of positive psychological quality among junior middle school students of different sexes

**表 3.** 不同性别初中生积极心理品质的差异

品质	男(M ± SD)	女(M ± SD)	T	品质	男(M ± SD)	女(M ± SD)	T
社交智力	5.18 ± 1.07	5.41 ± 0.99	0.441	友善	5.25 ± 1.19	5.77 ± 0.97	10.813
爱学习	4.55 ± 1.28	5.03 ± 1.25	0.053	爱	5.34 ± 1.16	5.75 ± 1.08	3.051
创造力	4.80 ± 1.22	4.98 ± 1.15	1.275	团队合作	5.58 ± 0.96	5.93 ± 0.84	11.789
好奇心	5.69 ± 1.08	5.82 ± 0.98	1.883	领导力	4.67 ± 0.98	4.94 ± 0.99	0.122
开放思维	5.01 ± 1.05	5.16 ± 1.07	0.181	自制力	5.12 ± 1.02	5.24 ± 1.05	0.207
洞察力	4.47 ± 1.29	4.54 ± 1.28	0.253	谦虚	4.92 ± 1.17	5.28 ± 1.05	2.647
坚持	5.18 ± 1.06	5.31 ± 1.07	0.537	感恩希望	5.30 ± 1.04	5.64 ± 0.98	0.771

## Continued

真诚	5.21 ± 1.07	5.57 ± 0.95	4.164	幽默	5.20 ± 1.05	5.50 ± 1.04	0.003
勇敢	4.94 ± 1.07	4.97 ± 1.03	0.011	信仰	4.93 ± 1.49	5.19 ± 1.43	0.706
宽恕	5.25 ± 1.25	5.71 ± 1.14	8.743	欣赏美	5.42 ± 1.14	5.93 ± 0.99	11.581

## 3) 不同年级初中生积极心理品质的差异

在表 4 中, 经对比发现, “超越自我”这一维度在不同年级上的差异明显, 其他维度与总量表间的差异并不明显。经深入分析发现, “知识与智慧”维度上, 初一学生低于第二学生; 在“超越自我”维度上, 初一年级的学生数量明显低于初二和初三的学生, 但在其他方面的分数上, 两者之间并没有显著的差距(徐妍娜, 2023)。

**Table 4.** Differences of positive psychological quality among junior middle school students of different sexes

**表 4.** 不同性别初中生积极心理品质的差异

品质	初一(M ± SD)	初二(M ± SD)	初三(M ± SD)	F
知识与智慧	5.01 ± 0.91	5.17 ± 0.83	5.12 ± 0.87	2.869
勇气	5.31 ± 0.91	5.20 ± 0.87	5.19 ± 0.84	1.859
仁慈	5.46 ± 0.99	5.61 ± 1.01	5.59 ± 0.99	2.030
正义	5.33 ± 0.87	5.35 ± 0.84	5.31 ± 0.81	0.083
自制	5.15 ± 0.97	5.20 ± 0.95	5.14 ± 0.97	0.282
超越自我	5.31 ± 0.86	5.51 ± 0.84	5.48 ± 0.88	4.646
总量表	5.23 ± 0.86	5.33 ± 0.77	5.29 ± 0.79	1.158

**Table 5.** Differences in different positive qualities of junior high school students in different grades

**表 5.** 不同年级初中生在不同积极品质上的差异

品质	初一(M ± SD)	初二(M ± SD)	初三(M ± SD)	F
社交智力	5.19 ± 1.10	5.36 ± 0.95	5.36 ± 1.06	2.662
爱学习	4.83 ± 1.29	4.88 ± 1.30	4.75 ± 1.26	0.748
创造力	4.85 ± 1.28	4.98 ± 1.10	4.88 ± 1.16	1.011
好奇心	5.77 ± 1.11	5.80 ± 0.96	5.71 ± 1.01	0.668
开放思维	4.90 ± 1.09	5.23 ± 1.02	5.16 ± 1.04	8.076
洞察力	4.32 ± 1.36	4.55 ± 1.22	4.66 ± 1.23	5.524
坚持	5.43 ± 1.05	5.19 ± 1.09	5.13 ± 1.03	6.969
真诚	5.39 ± 1.11	5.43 ± 0.99	5.41 ± 0.95	0.137
勇敢	4.96 ± 1.15	4.90 ± 1.02	5.01 ± 0.96	0.709
宽恕	5.36 ± 1.28	5.60 ± 1.16	5.55 ± 1.18	3.242
友善	5.51 ± 1.10	5.54 ± 1.14	5.56 ± 1.07	0.184
爱	5.41 ± 1.16	5.68 ± 1.11	5.62 ± 1.13	4.746
团队合作	5.70 ± 0.95	5.78 ± 0.92	5.84 ± 0.88	1.604

Continued

领导力	4.89 ± 1.02	4.85 ± 0.99	4.72 ± 0.98	2.254
自制力	5.19 ± 1.04	5.23 ± 1.03	5.14 ± 1.04	0.521
谦虚	5.08 ± 1.17	5.14 ± 1.09	5.15 ± 1.10	0.332
感恩希望	5.39 ± 1.05	5.51 ± 0.99	5.58 ± 1.02	2.590
幽默	5.26 ± 1.06	5.49 ± 1.01	5.35 ± 1.08	3.396
信仰	4.96 ± 1.55	5.17 ± 1.40	5.09 ± 1.44	1.499
欣赏美	5.52 ± 1.15	5.74 ± 1.10	5.85 ± 0.99	6.840

经上表 5 显示,“开放思维、洞察力、坚持、爱、幽默、宽恕、欣赏美”品质上存在着明显的差异,其中“勇敢”这一品质的差异并不具有方差分析的可行性,而其他品质经过检验,“开放思维、坚持、欣赏美”品质的得分显示,初一学生明显低于初二、初三的学生;“洞察力”品质上,初一学生要低于初三的学生;“爱、幽默、宽恕”品质上,初二的学生要明显低于初三的学生。

### 3.2.2. 教师对学生积极心理品质的认知

#### 1) 教师对学生积极心理品质认知的一般特点

根据图 1、图 2 相关调查显示,68%的教师有一了解积极心理品质,有 92%的教师表示了解培养学生积极心理品质的方法。除此以外,52%的教师知晓教学过程可对学生积极心理品质加以培养;48%的教师清楚怎样借助教学环境培养学生积极心理品质。总体而言,有一半以上初中教师不清楚或只了解一点积极心理品质。

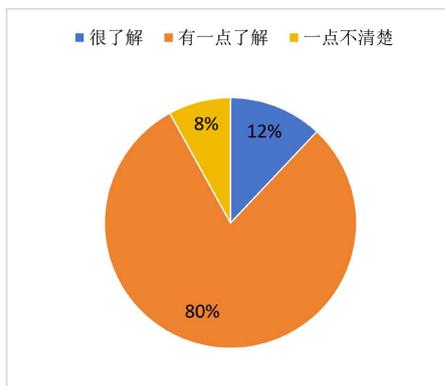
结合初中教师对积极心理品质培养态度情况发现,大多数教师愿意培养,并认为对学生健康成长而言意义重大。虽然还有 78%的教师愿意花费一些时间培养学生,但是依旧还有部分教师存在怕耽误教学任务的心理。

从行为角度上进行分析,有 50%的教师认为完成教学任务过程中需更注重传授相关知识,只有 4%的教师认为教学任务的完成不应该仅集中于向学生传授相关知识;68%的教师认为在促进学生积极学习过程中,可尝试利用更多新的教学方法。从具体行为角度上进行分析,86%的教师经常表扬学生,90%的教师经常会将积极的一面反馈给学生。总体而言,受应试教育压力的影响,教师虽然注重培养学生积极心理品质,但是更多的关注点在于学习相关知识(王华, 2022)。



Figure 1. Diagram of the practical teaching system of automation major

图 1. 自动化专业实践教学体系图



**Figure 2.** Teachers' understanding of the methods of cultivating positive psychological quality  
**图 2.** 教师对积极心理品质培养方法的了解

从各个学科角度上进行分析，不同学科教师对积极心理品质认知与行为的总均分有所差异，其中语文教师是 14.5，数学教师是 13.9，英语教师是 13.5，由此可知，语文教师的认知度最好，明显优于英语与数学教师。

2) 教师对积极心理品质培养重视度

根据表 6 显示，语文教师着重培养的积极心理品质是“爱、真诚、友善、谦虚、宽恕”。被忽视的积极心理品质是“信仰、领导力、好奇心、洞察力、幽默”；数学教师着重培养的积极心理品质是“团队合作、真诚、爱、友善、自制力”。被忽视的积极心理品质是“领导力、信仰、幽默、勇敢、社交智力”；英语教师着重培养的积极心理品质是“爱、友善、谦虚、团队合作、感恩希望”。被忽视的积极心理品质是“领导力、洞察力、幽默、信仰以及开放思维”。综上所述，不同学科教师对积极心理品质培养的着重点不同，但是却又存在一些相似之处。对于他们而言，培养学习过程中应着重培养学生的真诚、友善、爱、团队合作、谦虚的品质，而像领导、幽默、洞察力、信仰品质并不重视。当教师重视某一品质时，那么在日常教学阶段有可能会着重培养，所以，教师必须对积极心理品质有一定的认识，不能忽视其他自认为不重要的品质(兰丽莎，赵慧敏，欧阳益，2022)。

**Table 6.** Teachers' attention to positive psychological quality  
**表 6.** 教师对积极心理品质的重视度

品质	语文	数学	英语	总数
社交智力	14	10	15	39
爱学习	11	15	18	44
创造力	8	14	17	39
好奇心	7	12	10	29
开放思维	5	14	10	29
洞察力	7	14	10	31
坚持	10	12	15	37
真诚	15	15	18	48
勇敢	10	8	15	33
宽恕	14	15	15	44

Continued

友善	15	15	16	46
爱	14	15	19	48
团队合作	11	16	17	44
领导力	10	5	14	29
自制力	6	15	15	36
谦虚	13	12	17	42
感恩希望	11	11	17	39
幽默	5	10	14	29
信仰	2	7	10	19
欣赏美	2	2	8	12

### 3) 教师对不同学生积极心理品质认知状况的认识

据表 7 所示, 各个年级的教师们在认知上存在显著的不同。经过深入地测试, 发现初一年级的教师在培养学生的积极心理品质的认知上明显不如其他年级。尽管在其他方面没有太大的差异, 但初一的得分是最低的, 而初三的得分是最高的。

**Table 7.** Differences of positive psychological quality among junior middle school students of different sexes

**表 7.** 不同性别初中生积极心理品质的差异

分类	初一	初二	初三	df	F 值
认知	9.01 ± 1.42	9.01 ± 1.54	10.01 ± 1.56	2	4.440
行为	12.71 ± 1.16	12.94 ± 1.90	13.01 ± 1.06	2	1.209
总分	21.71 ± 2.13	21.94 ± 2.88	23.01 ± 2.18	2	3.627

## 4. 初中生积极心理品质存在的问题

### 4.1. 学生积极心理品质发展不均衡

据相关调查数据显示, 学生大多数积极心理品质自评分数较高, 整体发展情况良好, 但是学生在爱学习、勇敢、洞察力、创造力以及领导力方面的评分却相对低一些。在我国, 不同区域学校存在这样那样的问题, 尤其是农村与城市学校间的差距, 所以, 教师需对学生积极心理品质有一个认知。特别是不同性别的学生, 一些品质的差异也相对较大, 加之, 女生在真诚、友善、宽恕、团队合作、欣赏美上具有较高得分, 这一结果有可能与社会要求、父母教养方式、期望值的差异相关。初一学生在欣赏美、爱、开放思维、宽恕、幽默品质上明显更低, 究其原因发现, 刚刚进入校园的学生需进行适应, 虽然年纪的不断升高, 他们自身的学习、生活已经开始步入正轨, 已经从中找到适合自己发展的方向, 因此积极心理品质的得分就相对高一些。

### 4.2. 教学中教师未建立积极心理品质教育观念

经以上调查可知, 虽然已经有一半的教师对培养学生积极心理品质有一定的认识, 也知晓哪种教学方式更适合培养学生, 但是还有一半教师在培养学生积极心理品质时未形成系统的教学方案, 并未重视

该项工作的开展。当教师未渗透相关理念的情况下，那在课上就不会渗透积极心理品质的内容，教学阶段就必会深挖教材中存在的积极心理健康因素，也难以有效培养学生积极心理品质，渗透点并不符合学生的实际心理特点。除教师本身存在的因素外，另外一个主要原因就是教师渗透积极心理健康教育阶段会耽误实际教学任务。其实，教学过程渗透积极心理健康教育并不会耽误知识目标的完成(陈红，2018)，只单纯对教师的要求相对较高，需教师灵活运用学科知识以及心理学知识。当前学校开展心理健康教育过程中，存在一种错误认知就是积极心理品质培养是心理教师或思想品德教师的主要任务。其实并不是，相较于在初中生出现心理问题后立即采取补救措施，更为重要的是在日常生活中注重培育学生的积极心理品质，以确保他们的心理承受力得到相应的提升，并促使他们健康地成长。

### 4.3. 教师对积极心理品质认知不足

教师只有对积极心理品质的认识越深入，那么才可以在教学阶段重视培养学生积极心理品质，对学生发展而言意义重大。经相关调查研究发现，12%的教师对积极心理品质的培养方法很了解，该数据显示，有一半以上教师对积极心理品质的了解不足，很难主动了解教学阶段培养学生积极心理品质的方法。除此以外，教师对学生积极心理品质的认知还存在年级上的差异，其中初一年级教师得分较低，这代表教师只有对积极心理品质的认知度较高，才能够促进学生发展积极心理品质。

## 5. 初中生积极心理品质教育对策

### 5.1. 在情感教育下增强学生的积极情绪

1) 结合初中生学习以及生活的实际状况，针对性地进行积极心理品质培养。对初中学生来说，他们往往情感高涨、容易冲动、情绪不稳、缺乏自制力，但在这个阶段，他们的自我意识更为强烈，但由于知识和能力的不足，他们往往过于依赖他人。所以，培养初中生积极心理品质时，需以此为核心，如，借助爱的培养，解决青春期孩子异性关系、亲子关系、人际交往方面的问题，重点培养学生的抗挫能力。特别是初中阶段的学生，第一次面临人生的考试，家长需在考试前期就对学生进行心理辅导并开展升学辅导教育，从而帮助孩子从中掌握有效的复习方法。

2) 皮亚杰指出，同伴在初中生成长中扮演的角色，与父母在该时期所起的作用具有同等的重要性。众多研究都已表明，在与同伴交往过程中，同伴间会相互影响，尤其是处于青春期的孩子们，具有强烈的独立意识，因此在遇到问题时会寻求同伴的帮助更多一些。当与同伴交往中具有良好的关系时，对青少年发展而言意义重大。当拥有相似价值观与活动爱好的孩子们聚在一起，不仅日常中经常聚在一起，而且他们之间的密切度要明显高于其他同龄的伙伴。因此，培养学生积极心理品质时，需重视同伴的力量，并借助积极的态度进行规范，以纠正孩子的不良品质。

### 5.2. 教学中重视渗透积极心理品质教育

1) 教材中实际也存在丰富的心理健康教育资源，例如，数学题往往不止有一种解题方法，通过多种学习思考可更好地培养学生开放思维，通过解决培养学生克服困难的品质；语文教材中也不乏一些心理健康教育资源。如“一碗阳春面”中可培养初中生坚强的意志以及锻炼积极的人格。只有当教师深入挖掘教材中潜在的积极心理品质，才可确保教学阶段轻松地表达出来，要培养初中生的积极心理品质，教师就要在教学中用积极的行动潜移默化地熏陶着学生(夏健，2017)。

2) 根据以上调查发现，语文教师忽视的积极心理品质有信仰、领导力、好奇心、洞察力、幽默；数学教师被忽视的积极心理品质是领导力、信仰、幽默、勇敢、社交智力；英语教师被忽视的积极心理品质是领导力、洞察力、幽默、信仰以及开放思维。在这之中，三科教师都忽视了信仰、领导力以及幽默

这三个积极心理品质。对于这些品质而言，与我们的实际生活有着紧密联系，因此对我们发展而言意义重大，尤其是领导力与信仰这两种品质。信仰不只是人类最基本的情感，同样也是我们生活的信念，是支撑我们坚持走下去的动力。不管人生处于哪个阶段，也不管科学技术水平发展到哪种程度，信仰都在指引我们前进的道路，同样也是提高我们自身道德水平的方式；虽然幽默不是每一个人都具备的特质，但当某一个人具有幽默感时，那么他必定是吸引他人的一种优势，同样教师自身也需要具有一定的幽默感，为提高课堂教学氛围以及教学效果而言意义重大，所以幽默已经成为教学中的一部分；实际教学阶段，还需着重培养学生领导力行为，如小组合作、竞选班干部等，所以日常教学阶段，需对积极心理品质有一定的认知，重视被忽视的品质，并实现均衡培养。

### 5.3. 提高师生对积极心理品质的认识

学校是开展教学活动的主要场所，所以培养学生积极心理品质也需融入学校管理过程。在学校内部，有必要创设和谐友爱的教学环境，提高教师归属感，最大程度上发挥出师生的潜能。

第一，学校重视加大师资队伍的建设力度。作为任课教师，不仅需了解积极心理品质，同样还需自身具有一定的积极心理品质，只有这样才能展现出他们自身的示范效应，并对学生产生影响，在潜移默化中形成积极心理品质。经相关调查研究显示，目前还有较多教师对积极心理品质的认识不足，更别说对心理品质培养的认知了。为此，学校需重视加大师资队伍的建设力度，确保教师对积极心理品质有一定的认知。

第二，校园中的精神文化，实际上不仅具有较强的感染力，而且在教育以及培养学生方面也都起到了重要作用。经过积极校园文化的烘托，学生有更多机会接触更多新朋友，从而使他们的校园生活更丰富。相关研究表明，如果学生在温暖和安全的的环境中，那么他的幸福感和乐观等积极情感也会相应提升，对培养学生积极心理品质更为有益。

第三，学校内部需定期开展教师活动，通过交流学习他人身上的闪光点。不同学科间具有的特点有所不同，同样在培养学生品质上也有所差异。如，语文学科在培养学生积极心理品质时更助于爱、真诚、社交能力等方面的品质；数学侧重点是坚持、勇敢以及团队合作等方面的品质；英语学科的侧重点在于自制力、爱、友善等方面的品质。因不同教师采取的教学方法不同，所以培养学生积极品质过程中也有差异。加之，教师对积极心理品质的重视度不一，导致最终培养效果也有所不同。为此，学校有必要组织教师开展相关的交流活动，从中学习他人教学经验，保证在培养学生积极心理品质时做到面面俱到。

## 6. 结论

在 20 世纪 80 年代，我国开始对学校的心理健康教育进行研究，并随着时间的推移取得了显著的进展。在社会迅猛发展的背景下，学生所面对的竞争压力也日益加剧，这导致学生出现各种程度的心理健康问题。因此，如何确保学校的心理健康教育能够面向所有学生，成为每一位从事心理健康教育的人都需要深入思考的问题。目前我国中小学普遍采用了积极心理健康教育模式，该教学模式强调通过各种有效措施提高每个学生的心理素质，促进他们健康成长。积极心理健康教育的诞生标志着一次革命性的进步。在解决部分学生的心理健康问题的同时，教育和研究的核心是促进人和社会的积极因素，特别是对学生的积极心理特质和潜在心理能力进行集中培养。因此，作为初中阶段教师应当重视其教学过程中对于初中生积极心理素质的培育和开发工作，促进初中生健康成长。在学科教学中融入积极的心理健康教育，并不意味着减少学科内容或忽视学生的需求。相反，这是在学科教学内容的基础上进一步融入积极心理健康教育，旨在整合多方面的积极心理特质，以培养学生成为更加乐观和健康的个体。本研究通过采取问卷调查法调查初中生积极心理品质的现状以及不同学科教师对学生积极心理品质的认知，在进行

分析整理的基础上,发现目前还存在学生积极心理品质发展不均衡、教学中教师未建立积极心理品质教育观念、教师对积极心理品质认知不足等方面的问题,为更好地培养学生积极心理品质,有必要从在情感教育下增强学生的积极情绪、教学中重视渗透积极心理健康教育、提高师生对积极心理品质的认识几方面进行教育,希望通过本研究可为初中心理健康教育提供一定参考。

## 参考文献

- 曹云飞,李云潇,张小琳(2023). 疫情背景下初中生积极心理品质现状调查. *文科爱好者*, (3), 1-3.
- 陈红(2018). *小学数学教学中渗透积极心理品质培养的研究*(p. 39). 硕士学位论文,扬州:扬州大学.
- 兰丽莎,赵慧敏,欧阳益(2022). 家庭社会经济地位对初中生积极心理品质的影响——社会支持的中介作用与父母冲突的调节作用. *内蒙古师范大学学报(自然科学汉文版)*, 51(5), 477-482.
- 王华(2022). 英语学生社团活动在初中生积极心理品质培养中的作用研究. *试题与研究*, (32), 10-12.
- 王文晴(2023). 浅谈语文“综合性学习”课堂教学中培养学生积极心理品质. *安徽教育科研*, (26), 110-112.
- 伍雪(2023). 家庭教育视角下初中生积极心理品质的培养策略. *教育科学论坛*, (35), 51-53.
- 夏健(2017). 初中思想品德课程教学中学生积极心理品质的培养. *西部素质教育*, 3(18), 103.
- 徐妍娜(2023). 发掘优势,理解幸福——初中生积极心理品质培养心理课设计. *中小学心理健康教育*, (17), 33-36.