

The Investigation Report about Positive Mental Characters among New Higher Vocational College Students

—Taking a Higher Vocational College in Chongqing as an Example

Ying Xie¹, Xinyang Ma², Ling Xie³

¹Centre for Psychological Health Education, Chongqing Business Vocational College, Chongqing

²School of Education Science, Chongqing Normal University, Chongqing

³Financial and Monetary Institute, Chongqing Technology and Business University, Chongqing

Email: 277429453@qq.com

Received: Mar. 14th, 2018; accepted: Mar. 21st, 2018; published: Mar. 28th, 2018

Abstract

Through the investigation of the positive mental characters among 677 new higher vocational college students, we find out that the influencing factors for the score of self-assessment about positive mental characters to different degrees included sex, major category, origin of student, introvert and extrovert character, health situation, physical exercise, the number of interests, the number of good friends, conditions of participating in activities. To optimize individuality, cultivate the positive mental characters, foster the positive defense mechanism, improve the level of life satisfaction among new higher vocational college students, we could carry out some measures targeted at the status, influences and the deficiencies about positive mental characters.

Keywords

New Higher Vocational College Students, Positive Mental Characters, Investigation Report

高职新生积极心理品质现状的调研报告

—以重庆市某高职院校为例

谢颖¹, 马欣阳², 谢林³

¹重庆商务职业学院单位心理健康中心, 重庆

²重庆师范大学教育科学学院, 重庆

³重庆工商大学财政金融学院, 重庆

Email: 277429453@qq.com

收稿日期: 2018年3月14日; 录用日期: 2018年3月21日; 发布日期: 2018年3月28日

摘要

通过采用问卷调查的方式,对677名高职新生展开了关于积极心理品质的自评调查,发现性别、专业类别、生源地、性格内外向、身体健康状况、参加体育锻炼情况、兴趣爱好多少、好朋友多少、参加活动多少均在不同程度上影响高职新生的积极心理品质的自评分数。学校可结合高职新生积极心理品质的现状、影响其积极心理品质自评分数的因素源以及自评分数较低的品质,实施有针对性干预策略,以期优化高职新生的个性,培养高职新生的积极心理品质,帮助高职新生建构积极防御机制,提升高职新生的生活满意度。

关键词

高职新生, 积极心理品质, 调研报告

Copyright © 2018 by authors and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 引言

近年来,不少学者开展了对大学生积极心理品质的研究,但是高职学生之一群体的研究却非常少见(侯洁,张茂聪,2017)。积极心理品质作为人类发展过程中最重要的基础建构,影响着个体认识问题、感受问题和应对问题的积极取向,是个体内在力量与潜能实现的基础(吴九君,温小平,何莉,2015)。随着国家的发展,对人才的培养提出了更高的要求,高职学生的竞争力将面临更为艰巨的挑战,而加强对其智、情结合的积极心理品质的培养,有助于提升其综合素质,增强其综合竞争力(张利芹,2017)。重庆市作为四大直辖市之一,因其独特的地理环境与发展环境,高职学生的积极心理品质的现状与可行的培养策略与其他地区的可能存在差异,为此,本研究通过对重庆市高职新生积极心理现状展开调研,以期寻求培养积极心理品质的策略,促进其更好的完善自我,达到身心和谐的状态。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

通过整群取样的方法,在高职新生中发放问卷进行调查,共计700名学生参与,最终收回有效问卷677份,有效率为96.7%。其中男生234人,女生443人。文科生486人,理科生191人。来自农村的学生441人,中小城市的学生195人,大城市的学生41人。

2.2. 研究方法

采用由杜鹃修订的《当代高职院校学生积极心理品质问卷》(杜鹃,2013),问卷由72道题目构成,包括六大维度,分别为灵性与超越、自我管理 with 谦虚、智能与知识、正直与勇气、人性与爱、正义与仁爱。问卷采用Likert式5点正向计分方式,1=非常不符合我,2=基本不符合我,3=不确定是否符合

我, 4 = 基本符合我, 5 = 非常符合我。该问卷的科隆巴赫系数为 0.962, 各因子的科隆巴赫系数均在 0.909 以上, 信效度较好。

2.3. 数据处理

采用 SPSS17.0 进行数据的统计分析和处理。

3. 结果和分析

3.1. 高职新生积极心理品质总体自评情况

根据描述性统计结果显示高职新生积极心理品质总体自评处于较高水平, 各维度自评高低顺序是人性与爱、正直与勇气、正义与仁爱、灵性与超越、智能与知识、自我管理与谦虚(见表 1)。

根据描述性统计结果显示高职新生积极心理品质总体自评处于较高水平, 各维度自评高低顺序是人性与爱、正直与勇气、正义与仁爱、灵性与超越、智能与知识、自我管理与谦虚。各品质自评高低顺序是善良、感恩、信用、自尊、正直、诚实、忠诚、仗义、真诚、有责任感(见表 2)。

Table 1. The total score and 6 components of self-assessment about positive mental characters among new higher vocational college students

表 1. 高职新生积极心理品质总体及各维度自评情况

	N	极小值	极大值	均值	标准差
灵性与超越	677	1.24	5	3.91	0.537
自我管理与谦虚	677	1	5	3.55	0.562
智能与知识	677	1	5	3.814	0.536
正直与勇气	677	1.13	4.94	4	0.518
人性与爱	677	1	5	4.16	0.542
正义与仁爱	677	1	5	3.94	0.562
积极心理品质	677	1.17	4.99	3.90	0.497

Table 2. The top 10 characters of self-assessment about positive mental characters among new higher vocational college students

表 2. 高职新生积极品质自评前十项品质

序号	项目	N	极小值	极大值	均值	标准差
1	善良	677	1	5	4.36	0.655
2	感恩	677	1	5	4.36	0.638
3	信用	677	1	5	4.28	0.641
4	自尊	677	1	5	4.24	0.642
5	正直	677	1	5	4.23	0.668
6	诚实	677	1	5	4.22	0.651
7	忠诚	677	1	5	4.21	0.687
8	仗义	677	1	5	4.21	0.681
9	真诚	677	1	5	4.19	0.704
10	有责任感	677	1	5	4.18	0.659

3.2. 不同因素高职学生积极心理品质自评情况的比较

3.2.1. 不同性别高职学生积极心理品质自评情况的比较

以性别为变量,男生在积极心理品质总体自评、智能与知识这两方面的自评分数显著高于女生的自评分数,其他维度均没有达到统计学的显著性(见表3)。

3.2.2. 文理科不同的高职学生积极心理品质自评情况的比较

以专业为变量,文科生在积极心理品质总体自评、灵性与超越、正直与勇气自评分数、人性与爱自评分数、正义与仁爱的自评分数显著高于理科生,自我管理 with 谦虚这一维度虽没有达到统计学的显著性,但是文科学生的自评分数高于理科学生的自评分数(见表4)。

3.2.3. 不同生源地的高职学生积极心理品质自评情况的比较

以生源地为变量,来自大城市的学生在积极心理品质总体自评、灵性与超越自、自我管理与谦虚、智能与知识、正义与仁爱自评分数显著高于来自农村的学生,正直与勇气,人性与爱虽没有达到统计学的显著性,但是来自大城市学生的自评分数高于来自农村学生的自评分数。来自中小城市的学生在积极心理品质总体自评、灵性与超越自、自我管理与谦虚、智能与知识自评分数显著高于来自农村的学生,正直与勇气,人性与爱,正义与仁爱虽没有达到统计学的显著性,但是来自中小城市学生的自评分数高于来自农村学生的自评分数(见表5)。

3.2.4. 内外向性格程度不同对高职学生积极心理品质自评情况的影响

以性格为变量,性格非常外向、较为外向的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度自评分数均显著高于说不清、较为内向的学生(见表6)。

Table 3. The score of self-assessment about positive mental characters in different gender among new higher vocational college students

表 3. 不同性别的高职学生积极心理品质自评情况

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
性别	男	234	3.95 ± 0.59	3.61 ± 0.60	3.91 ± 0.56	4.05 ± 0.56	4.18 ± 0.59	3.99 ± 0.61	3.95 ± 0.54
	女	443	3.89 ± 0.50	3.53 ± 0.539	3.77 ± 0.52	3.99 ± 0.49	4.14 ± 0.51	3.92 ± 0.53	3.95 ± 0.47
	<i>t/p</i>		1.46/0.144	1.80/0.07	3.32/0.001	1.45/0.15	0.89/0.38	1.57/0.12	2.08/0.04

注: $p < 0.05$

Table 4. The score of self-assessment about positive mental characters in liberal art or science among new higher vocational college students

表 4. 文理科不同的高职学生积极心理品质自评情况

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
专业	文科	486	3.94 ± 0.52	3.58 ± 0.549	3.82 ± 0.52	4.04 ± 0.48	4.18 ± 0.50	3.97 ± 0.53	3.92 ± 0.47
	理科	191	3.83 ± 0.58	3.49 ± 0.59	3.79 ± 0.57	3.93 ± 0.59	4.09 ± 0.63	3.86 ± 0.63	3.83 ± 0.55
	<i>t/p</i>		2.29/0.02	1.84/0.07	0.76/0.45	2.46/0.01	2.04/0.04	2.33/0.02	2.04/0.04

注: $p < 0.05$

Table 5. The score of self-assessment about positive mental characters in city or country among new higher vocational college students

表 5. 不同生源地的高职学生积极心理品质自评情况的比较

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
生源地	农村(A)	441	3.86 ± 0.53	3.52 ± 0.64	3.77 ± 0.53	3.99 ± 0.51	4.14 ± 0.54	3.90 ± 0.56	3.86 ± 0.49
	中小城市(B)	195	3.98 ± 0.52	3.65 ± 0.65	3.88 ± 0.51	4.02 ± 0.50	4.16 ± 0.54	3.99 ± 0.54	3.94 ± 0.48
	大城市(C)	41	4.07 ± 0.61	3.73 ± 0.74	3.99 ± 0.63	4.10 ± 0.63	4.31 ± 0.61	4.13 ± 0.65	4.05 ± 0.60
	<i>F/p</i>		5.28/0.005	3.86/0.022	5.18/0.006	0.98/0.38	1.72/0.18	4.49/0.01	4.03/0.02
事后多重比较			C > A B > A	C > A B > A	C > A B > A		C > A	C > A B > A	

注: $p < 0.05$

Table 6. The score of self-assessment about positive mental characters in introvert or extrovert character among new higher vocational college students

表 6. 内外向性格程度不同的高职学生积极心理品质自评情况的比较

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
性格	非常外向(A)	45	4.40 ± 0.48	4.11 ± 0.61	4.28 ± 0.52	4.40 ± 0.47	4.56 ± 0.49	4.46 ± 0.46	4.36 ± 0.46
	较外向(B)	250	4.07 ± 0.46	3.73 ± 0.584	3.96 ± 0.46	4.09 ± 0.47	4.22 ± 0.48	4.09 ± 0.47	4.03 ± 0.43
	说不清(C)	222	3.76 ± 0.54	3.40 ± 0.65	3.68 ± 0.54	3.90 ± 0.55	4.04 ± 0.59	3.80 ± 0.58	3.76 ± 0.52
	较内向(D)	154	3.72 ± 0.49	3.41 ± 0.62	3.64 ± 0.51	3.92 ± 0.48	4.11 ± 0.52	3.75 ± 0.54	3.75 ± 0.45
	<i>F/P</i>		37.10/0.000	27.00/0.000	31.09/0.000	17.06/0.000	14.12/0.000	33.18/0.000	32.43/0.000
事后多重比较			A > B, C, D B > C, D	A > B, C, D B > C, D	A > B, C, D B > C, D	A > B, C, D B > C, D	A > B, C, D B > C, D	A > B, C, D B > C, D	

注: $p < 0.05$

3.2.5. 身体情况的不同对高职学生积极心理品质自评情况的影响

以健康状况为变量, 身体情况很好的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度自评分数均显著高于身体易生病、一般、较好的学生。身体情况较好的学生在积极心理品质总体自评、灵性与超越、正直与勇气、人性与爱显著高于身体易生病的学生, 其他维度则没有达到统计学的显著性。身体情况较好的学生在积极心理品质总体自评、智能与知识显著高于身体一般的学生, 其他维度则没有达到统计学的显著性(见表 7)。

3.2.6. 体育锻炼时间多少对高职学生积极心理品质自评情况的影响

以体育锻炼为变量, 经常体育锻炼的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度均显著高于很少、偶尔锻炼、说不准的学生。除人性与爱以外, 偶尔进行体育锻炼的学生在积极心理品质总体自评分数、灵性与超越、自我管理与谦虚、智能与知识、正直与勇气、人正义与仁爱均显著高于很少进行体育锻炼的学生。除人性与爱以外, 对体育锻炼情况说不准的学生在积极心理品质总体自评分数、灵性与超越、自我管理与谦虚、智能与知识、正直与勇气、人正义与仁爱均显著高于很少进行体育锻炼的学生(见表 8)。

Table 7. The score of self-assessment about positive mental characters in different physical condition among new higher vocational college students**表 7.** 不同身体情况的高职学生积极心理品质自评情况的比较

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
健康状况	较易生病(A)	80	3.75 ± 0.66	3.46 ± 0.73	3.70 ± 0.64	3.87 ± 0.60	4.02 ± 0.65	3.84 ± 0.67	3.76 ± 0.61
	一般(B)	254	3.83 ± 0.49	3.50 ± 0.52	3.73 ± 0.49	3.94 ± 0.49	4.10 ± 0.53	3.86 ± 0.53	3.82 ± 0.45
	较好(C)	233	3.92 ± 0.51	3.54 ± 0.53	3.83 ± 0.51	4.01 ± 0.49	4.18 ± 0.50	3.95 ± 0.52	3.90 ± 0.47
	很好(D)	110	4.18 ± 0.51	3.81 ± 0.55	4.07 ± 0.53	4.25 ± 0.48	4.34 ± 0.53	4.18 ± 0.57	4.14 ± 0.48
	F/P		14.36/0.000	8.32/0.000	11.98/0.000	12.63/0.000	6.81/0.0000	9.69/0.0000	13.76/0.000
事后多重比较			C, D > A D > B, C	D > A, B, C	D > A, B, C C > B	D > A, B, C C > A	D > A, B, C C > A	D > A, B, C	D > A, B, C C > A, B

注: $p < 0.05$ **Table 8.** The score of self-assessment about positive mental characters in different frequency of physical exercise among new higher vocational college students**表 8.** 不同体育锻炼情况的高职学生积极心理品质自评情况的比较

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
体育锻炼	很少(A)	109	3.70 ± 0.56	3.37 ± 0.65	3.63 ± 0.55	3.85 ± 0.51	4.08 ± 0.53	3.77 ± 0.58	3.72 ± 0.50
	偶尔(B)	283	3.92 ± 0.51	3.55 ± 0.65	3.81 ± 0.52	4.00 ± 0.49	4.15 ± 0.54	3.92 ± 0.54	3.90 ± 0.47
	说不准(C)	191	3.90 ± 0.50	3.60 ± 0.63	3.81 ± 0.52	4.00 ± 0.52	4.14 ± 0.52	3.95 ± 0.53	3.89 ± 0.48
	经常(D)	94	4.14 ± 0.57	3.82 ± 0.60	4.04 ± 0.54	4.20 ± 0.54	4.30 ± 0.59	4.19 ± 0.58	4.11 ± 0.53
	F/P		11.90/0.000	8.64/0.000	10.14/0.000	8.19/0.000	2.94/0.033	9.99/0.000	11.00/0.000
事后多重比较			D > A, B, C B > A, C > A	D > A, B, C B > A, C > A	D > A, B, C B > A, C > A	D > A, B, C B > A, C > A	D > A, B, C	D > A, B, C B > A, C > A	D > A, B, C B > A, C > A

注: $p < 0.05$

3.2.7. 好朋友个数的多少对高职学生积极心理品质自评情况的影响

以好朋友个数为变量, 好朋友个数有 7 个的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度自评分数均显著高于好朋友个数在 0~2, 3~4 的学生, 在灵性与超越、自我管理与谦虚、智能与知识、正义与仁爱显著高于好朋友个数在 5~6 的学生, 正直与勇气, 人性与爱则没有达到统计学上的显著性, 好朋友个数有 3~4 个的学生在灵性与超越上显著高于好朋友个数有 0~2 个的学生, 其他维度没有达到统计学的显著性。除自我管理与谦虚、人性与爱以外, 好朋友个数有 5~6 个的学生在积极心理品质自评分数、灵性与超越、智能与知识、正直与勇气、正义与仁爱均显著高于好朋友个数有 0~2 个、好朋友个数 3~4 个的学生(见表 9)。

3.2.8. 兴趣爱好多少对高职学生积极心理品质自评情况的影响

以兴趣爱好为变量, 兴趣爱好多的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度自评分数均显著高于较少、一般、较多的学生。兴趣爱好一般多的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度自评分数均显著高于较少的学生。兴趣爱好较多的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度的自评分数均显著高于较少的学生, 在积极心理品质总体自评、灵性与超越、智能与知识、正直与勇气、人性与爱、正义与仁爱显著高于一般的学生, 自我管理与谦虚则没有达到统计学的显著性(见表 10)。

Table 9. The score of self-assessment about positive mental characters in the number of good friend among new higher vocational college students

表 9. 好朋友个数的多少对高职学生积极心理品质自评情况的影响

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
好朋友有	0~2 (A)	54	3.56 ± 0.62	3.31 ± 0.58	3.59 ± 0.65	3.82 ± 0.66	4.04 ± 0.73	3.71 ± 0.73	3.66 ± 0.60
	3~4 (B)	209	3.79 ± 0.48	3.47 ± 0.64	3.69 ± 0.46	3.89 ± 0.46	4.06 ± 0.49	3.81 ± 0.49	3.78 ± 0.43
	5~6 (C)	144	3.90 ± 0.46	3.51 ± 0.60	3.81 ± 0.44	4.03 ± 0.45	4.16 ± 0.43	3.93 ± 0.47	3.90 ± 0.41
	7 (D)	270	4.06 ± 0.54	3.73 ± 0.66	3.96 ± 0.57	4.13 ± 0.54	4.26 ± 0.57	4.10 ± 0.58	4.04 ± 0.53
	F/P		20.12/0.000	10.67/0.000	14.17/0.000	11.20/0.000	6.07/0.000	14.74/0.000	16.01/0.000
事后多重比较			D > A, B, C B > A, C > A, B	D > A, B, C	D > A, B, C C > A, B	D > A, B C > A, B	D > A, B	D > A, B, C C > A, B	D > A, B, C C > A, B

注: $p < 0.05$

Table 10. The score of self-assessment about positive mental characters in the number of hobby among new higher vocational college students

表 10. 兴趣爱好的多少对高职学生积极心理品质自评情况的影响

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
兴趣爱好	较少(A)	159	3.60 ± 0.47	3.26 ± 0.60	3.55 ± 0.48	3.81 ± 0.43	4.02 ± 0.48	3.70 ± 0.46	3.65 ± 0.41
	一般(B)	332	3.91 ± 0.48	3.59 ± 0.60	3.81 ± 0.48	4.00 ± 0.50	4.13 ± 0.50	3.94 ± 0.52	3.89 ± 0.45
	较多(C)	133	4.05 ± 0.49	3.69 ± 0.63	3.95 ± 0.47	4.12 ± 0.49	4.24 ± 0.55	4.05 ± 0.54	4.02 ± 0.46
	多(D)	53	4.41 ± 0.64	4.04 ± 0.73	4.28 ± 0.72	4.42 ± 0.64	4.52 ± 0.73	4.42 ± 0.68	4.35 ± 0.65
	F/P		41.30/0.000	24.95/0.000	33.39/0.000	23.35/0.000	12.85/0.000	26.74/0.000	34.98/0.000
事后多重比较			D > A, B, C C > B > A	D > A, B, C B, C > A	D > A, B, C C > B > A	D > A, B, C C > B > A	D > A, B, C C > B > A	D > A, B, C C > B > A	D > A, B, C C > B > A

注: $p < 0.05$

3.2.9. 参加活动的多少高职学生积极心理品质自评情况的比较

以参加活动为变量, 参加活动较多的学生在积极心理品质总体自评以及六大维度自评分数均显著高于较少、一般的学生, 参加活动一般的学生在在积极心理品质总体自评以及六大维度自评分数均显著高于较少的学生(见表 11)。

4. 讨论

本研究发现, 高职学生的积极心理品质总体自评分数较高, 这可能跟高职学生的学业压力较小有关系。但是整体在为自我管理方面仍然有很大的进步空间, 这与李自维等人的研究结果一致(李自维, 2009)(王新波, 2010)。男生与女生之间在大脑加工方式上存在差异, 男生的情绪与思维不容易受到外界环境影响, 很少对自己产生否定。同时, 从传统历史演变来看, 男生的自我优越感本身就高于女生, 所以男生更容易对自己产生积极评价。来自城市的学生积极心理品质自我评价分数较高, 这与张小菊(张小菊, 2013)等人的研究结果一致。这可能与他们从小成长的环境有很大关系, 他们获得的关注较多, 习得的积极应对方式、心态更为全面, 知识掌握情况也更具优势(李思晴, 2017)。相较于来自农村的孩子, 城市的孩子因为见识广泛, 表现自我的机会较多, 拥有较高的自信心, 积累了不少应对问题的方式与技巧, 更容易形成对自我的积极肯定评价。性格非常外向、较为外向的学生拥有积极的认知模式, 相较于性格内向的学生, 他们能够用积极的态度、积极的情绪去应对问题从而寻找解决问题的办法。身体健康与心理健康是统一发展的, 随着体质的不断发展, 心理健康状况也会不断完善(索利红, 2012)。经常性进行生活锻炼

Table 11. The score of self-assessment about positive mental characters in the frequency of joining activity among new higher vocational college students**表 11.** 参加活动的多少对高职学生积极心理品质自评情况的影响

项目	分类	N	积极心理品质六大维度自评分数						积极心理品质自评分数
			灵性与超越	自我管理与谦虚	智能与知识	正直与勇气	人性与爱	正义与仁爱	
参加各类活动	较少(A)	254	3.65 ± 0.52	3.35 ± 0.64	3.60 ± 0.51	3.82 ± 0.49	4.01 ± 0.55	3.70 ± 0.54	3.68 ± 0.47
	一般(B)	327	3.99 ± 0.48	3.65 ± 0.61	3.89 ± 0.49	4.07 ± 0.49	4.17 ± 0.52	4.03 ± 0.51	3.97 ± 0.46
	较多(C)	96	4.22 ± 0.49	3.90 ± 0.62	4.15 ± 0.51	4.30 ± 0.49	4.47 ± 0.47	4.28 ± 0.51	4.22 ± 0.46
	F/P		66.03/0.000	31.29/0.000	48.86/0.000	37.53/0.000	26.74/0.000	51.46/0.000	56.26/0.000
事后多重比较			C > B > A	C > B > A	C > B > A	C > B > A	C > B > A	C > B > A	C > B > A

注: $p < 0.05$

的学生, 因为长期在运动过程中磨砺自身毅力, 较少出现生理问题的困扰, 能够促进心理韧性的进一步发展, 从而促进积极心理品质的完善。相较于没有多少兴趣爱好, 不喜欢参加活动的学生, 兴趣爱好广泛、参加活动积极的学生更容易体验到生活的多样性, 由此对生活会产生较大的兴趣以及较高的愉悦感, 由此建立了积极的防御机制。擅长广交朋友的学生, 拥有广阔的社会支持系统, 不光能够更好的与他人相处, 满足自己爱与归属的需要(龚平, 2016), 还能够通过与他人交往过程中, 不断地认知自我与完善自我, 不断增强了自我效能感, 从而加强了对自我的肯定。

5. 结语

学校可结合高职新生目前的积极心理品质的现状、影响其自评分数的因素源以及自评分数较低的品质, 实施有针对性的干预策略, 例如: 发展以优化性格为目的团体活动、开设以完善高职新生的心理韧性为目标的选修课、建设以培养高职新生积极应对策略的心理健康课程体系、帮助高职新生发展并运用有效的防御机制以及提高自我效能感等等, 以期优化高职新生的个性, 培养其积极心理品质, 帮助其建构积极防御机制, 提升其生活满意度。

基金项目

重庆商务职业学院校级课题“心理健康课程对高职学生积极心理品质养成的作用的研究与实践”阶段性成果(SWJWJG201729)。

参考文献

- 侯洁, 张茂聪(2017). 我国积极心理健康教育研究十年总结-基于 CNKI 学术期刊 2007-2017 “积极心理健康教育”和“积极心理品质”主题文献的可视化解读. *中国特殊教育*, (5), 36-43.
- 吴九君, 温小平, 何莉(2015). 大学生积极心理品质对心理健康的多元回归分析. *中国心理健康学杂志*, 23(12), 1885-1888.
- 张利芹(2017). “健康中国”背景下高职学生积极心理品质的培养体系的构建. *智库时代*, (8), 148-150.
- 杜鹃(2013). *高职院校学生主要积极心理品质现状和对策研究*. 硕士论文, 长沙市: 湖南农业大学.
- 李自维(2009). *大学生积极品质评价与心理健康教育相应模式研究*. 硕士论文, 重庆市: 西南大学.
- 王新波(2010). 大学生积极心理品质培养研究. *中国特殊教育*, (11), 40-45.
- 张小菊(2013). 大学新生父母教育方式与积极心理品质关系研究. *中国特殊教育*, (1), 94-95.
- 李思晴(2017). 高职新生积极心理品质现状调查及培养策略-以某高职院校为例. *武汉交通职业学院学报*, 3(19), 56-61.
- 索利红(2012). *大学生体质现状与心理健康状况关系的研究*. 硕士论文, 呼和浩特市: 内蒙古师范大学.
- 龚平(2016). 高职学生心理健康与家庭教育模式关系. *教育与培训*, 3(11), 150-151.

知网检索的两种方式：

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择：[ISSN]，输入期刊 ISSN：2160-7273，即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入，输入文章标题，即可查询

投稿请点击：<http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱：ap@hanspub.org