

积极心理学在大学生苏商精神培育过程中的运用

张娟

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年1月5日; 录用日期: 2024年2月20日; 发布日期: 2024年2月29日

摘要

积极心理学主张以人的积极品质为核心进行心理学研究, 倡导心理学不应该仅仅只是关注人的心理健康, 同样也应该关注人的积极情绪, 苏商精神是一种诚信经营、稳健务实、兼济天下的积极商业精神, 苏商精神与积极心理学有着深刻的关联性, 将积极心理学与苏商精神相融合, 寻找其中的关联性, 探寻苏商精神与积极心理学相融合过程中的可行性, 并提出积极心理学与苏商精神相结合的具体策略。在积极心理学的视角之下, 构建积极的社会组织从而营造一种积极的教育环境氛围, 强化心理资本建设, 提升学生的发展能力, 从而针对性的培育和传承苏商精神。

关键词

苏商精神, 积极心理学, 高校

The Application of Positive Psychology in the Cultivation Process of College Students' Su Shang Spirit

Juan Zhang

Academy of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Jan. 5th, 2024; accepted: Feb. 20th, 2024; published: Feb. 29th, 2024

Abstract

Positive psychology advocates that psychological research should focus on people's positive qualities and advocate that psychology should not only pay attention to people's mental health, but also

pay attention to people's positive emotions. Su Shang spirit is a kind of positive business spirit with integrity management, steady and pragmatic, and helps the world. Su Shang Spirit has a profound correlation with positive psychology. This paper tries to integrate positive psychology with Su Shang spirit, find the correlation between them, explore the feasibility of Su Shang spirit and positive psychology, and put forward the specific strategy of combining positive psychology with Su Shang spirit. From the perspective of positive psychology, to build a positive social organization to create a positive educational environment, strengthen the construction of psychological capital, enhance the development ability of students, so as to cultivate and inherit the spirit of Su Shang.

Keywords

Su Shang Spirit, Positive Psychology, Colleges and Universities

Copyright © 2024 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

积极心理学是研究人的主体能动性以及美好品德等积极情绪和理念的心理学术概念，目前我国以及形成了以幸福和快乐为核心的较为系统的理论框架。大学生是涵养苏商精神的主要对象，大学生的积极心理品质是高校思想政治教育的重要主体，以积极心理学为重要资源，有针对性的培育大学生的苏商精神，不断开拓思维，探索以积极心理学为视角的大学生苏商精神的培养路径。

2. 积极心理学的研究内容

积极心理学作为一门关于人的潜能和美德的科学理论，它是“致力于研究人的发展潜力和美德等积极品质的一门科学。”主张以一种普通个人的心态来解读人的心理情绪，研究人的积极的、正面的、向上的美德，从而使得每个人获得自己的幸福和满足。积极心理学是心理学的分支，主要包括三个方面的内容：

在主观层面中，情绪主要是指的一种状态，“积极的情感”指的是“能够激发个体产生接近性行为或行为倾向的情感(任俊, 2006)。”在积极心理学理论之中认为积极的情绪可以促进人的身心健康，增强人的幸福感提高个人对生活的满意程度。积极情绪重点研究的是两个方面，一是个人的主观感受，这种感受主要是指主观幸福感，同样也是指对生活的满意程度，它同样也是积极情绪体验的研究核心。二是快乐，快乐影响着人的心理选择，从而对个人产生一种直接的影响。积极的情绪体验不仅影响个人生活满意度，对于缓解人的心理缺陷也有着十分重要的作用，一是积极的情绪能够实现个人灵感的增长，二是积极的情绪能够抵消消极情绪，同样也增强个人生活的积极性。

在个人层面，“人格”是指“个体带有倾向性的、本质的、比较稳定的心理特征，如兴趣、爱好、能力、气质、性格等方面的总和(时蓉华, 1988)。”在积极心理学理论之中，人格是由于内在的机制、外在的行为和社会环境因素塑造而成，它受社会环境的重要影响，“而积极人格特质是指与情景变量一起影响行为、认知和情感的相对持久的一些积极的个人特征(陈笑弟, 2019)。”积极人格特质的人通常具备两个方面的特征，首先是正向的利己特质，一是指能够看到自己的长处，利用自身的优势实现自己预设的目标，二是接纳自己的不足，不断克服困难，修正自己，弥补不足。其次是正向的利他特质，主要是指积极的人际关系，同样包括两个层次，一是在别人遇到困难时候自己能够施以援手，二是自己遇到困

难的时候能获得他人的帮助。

在群体层面,积极心理学所倡导的是积极的社会组织系统,社会组织系统也就是环境,环境是对积极情绪建立和个体性格产生影响的重要因素。因此,积极的社会组织系统的建立就至关重要,在宏观层面,可以通过制定相关的公共政策来塑造积极的社会环境,或者是利用相关媒体,积极吸收借鉴积极心理学理论,发挥社会导向作用。在微观层面,学校要为学生构建积极的社会文化环境,以此增强学生的个人主观幸福感,引导学生追求有价值的人生等。

3. 积极心理学本土化与学生苏商精神培育的关联性

积极心理学于1988年由美国心理学家马丁·塞里格曼(Martin EP Seligman)提出,一改传统心理学从消极视角致力于人类问题的解决与补救,主张以积极的教育理念,挖掘个体潜在的具有建设性的力量。高校苏商精神培育的重要方向就是培养学生积极的人格品质,从而促进经济社会发展,这与积极心理学理念紧密相连。

苏商文化精神伴随着我国经济社会文化的发展而不断丰富其内涵,它同样是苏商之魂,是推动江苏地区经济发展的重要精神力量。高校苏商精神培育的重要方向就是培养学生积极的人格品质。“稳健务实”的商业态度是苏商精神的必然要求,这需要一种严谨专注的态度,也就是将所有热情投入到自己所从事的事业之中,以此达到一种忘我的精神境界。苏商精神是各商业家和积极创业的年轻人所持续追求的理想与信念,在追求过程之中需谨记自我否定的创新意识。创新创造是苏商精神的重要价值意蕴,在商业精神之中发挥着关键力量,这是一个企业前进的助推器。无论是企业家个人成就的取得还是企业的成果,唯有创新才能够不断脱颖而出,从而实现自我的价值。

首先,“诚信经营”的商业美德与积极心理学研究中的性格力量 and 美德相通。积极心理学所重要关注的内容正是发展美德和塑造美德,因此对于“诚信经营”这种具有现实意义的商业美德更需我们大力培养和发扬。高校可采取一些具体的措施激发个人的美德和人格特征,比如智慧、感恩等美德皆有助于学生苏商精神的培养。

其次,“稳健务实”的商业态度与积极心理学家奇克森特米哈伊(Csikszentmihalyi)提出的“投入”(engagement)与“福流”(flow)有一定关联(余春燕,林祝亮,2020)。其中,“福流”是指一个人对于某一项活动表现出极其浓厚的兴趣,而人在对某一项活动表现出兴趣之后往往会积极投入到这一活动。还有一点就是所描述的这种情绪体验是基于自我而产生的,并没有其他外在的力量和因素。苏商精神为代表的企业家,无不孜孜不倦、稳健务实且严谨专注的投身于自己的事业之中,他们极少受到外界的干扰的同时也不惧怕挫折和失败,沉浸在这种“福流”之中。高校同样应引导学生进入这种“福流”之中,从而培养学生严谨专注且务实的学习态度。

最后,苏商精神中敢为人先的创新精神与“积极心理学家奇克森特米哈伊(Csikszentmihalyi)所提出的创造系统模型可以带给我们一些启发,该模型认为创造力是由个体(person)、专业(domain)和领域(field)三个方面交互作用的结果,即个体特征、专业文化氛围和社会背景都是影响创造力发展的重要因素(李积鹏,叶长文,2017)。”目前我国正在由制造大国向制造强国转变,这同样也是一个鼓励创新创造的好时候,在这种社会环境之下,各大高校更应该积极建立起苏商精神培育的文化氛围,同时积极主动激励学生创造精神,将敢为人先与开拓创新的精神融入到生活学习之中,以此取得更好的成绩。

4. 苏商精神培育中运用积极心理学的可行性

积极心理学主要是主张关注人自身的积极情绪和积极力量,从而实现人在个人心理上的满足,帮助人去追求和实现幸福美好的生活,积极心理学的方式方法被广泛应用于学校教育、社会教育等,学校教

育中高校教育是重要关注点，大学生是积极心理学研究的重要对象。在以高校学生为研究对象的积极心理学理论之中，始终坚持“以学生为本”，“以学生全面发展为目标”，这与以“苏商精神”作为研究对象的思想教育有着高度契合性，也为其提供了现实可能性。

积极心理学深受西方人本主义思想的影响，也就体现着“以人为本”的理念，相比于传统心理学通常是注重个人心理健康问题，积极心理学更加注重对人的积极情绪和积极倾向的教育，从个人的实际情况出发，对个人进行心理辅导，促进个人积极健康状态的形成，也使得个人获得持续健康发展的积极力量。苏商精神作为思想政治教育课程的育人理念，同样也坚持“以学生为本”，这就为积极心理学运用于大学生培育苏商精神提供了现实可能性。

积极心理学无论是个体层面还是群体层面，都主张促进人的全面发展。在个体层面，积极心理学认为应当关注人的个人情绪，也应当关注人的个人品格，以此引导人们形成积极的心理状态，更好的体验自己的个人生活，从而实现个人全面发展。在群体层面，积极心理学主张从社会环境的角度出发，营造一种积极的社会心态，提升群体的主观幸福感受。苏商精神的内容之中涵盖爱国情怀、崇文意识、实业精神以及创新意识等内容，具体到培育过程就是提高大学生的思想道德素质以及个人品格，在践行苏商精神过程之中实现全面发展。综上所述，苏商精神培育与积极心理学在“实现全面发展”这个层次上基本吻合，这同样为积极心理学运用于大学生培育苏商精神提供了现实可能性。

5. 积极心理学视角下大学生苏商精神培育措施

培育现代苏商精神的核心，就是培育人的精神。积极心理学方法的运用，能够引导大学生产生积极的认知，也能使得大学生从在接受课堂、环境等外部的引导的同时，使得大学生从内在的心理出发，从而全方位的培育苏商精神。

5.1. 构建积极社会组织从而营造积极的教育环境

积极心理学在群体层面的组织系统，主要是强调如何塑造出一个良好的社会环境，从而使得个人发挥出人性的积极层面，比如说：利他、承担社会责任等。培育“苏商精神”需要一定的文化沃土，这就离不开对于高校学生心理情境教育的培育。积极良好的社会文化氛围有利于青年的身心发展，提高青年的学习热情。弘扬“苏商精神”，培育和弘扬社会主义核心价值观，更有利于个人成长以及青年人才的培养。建立完善的教育教学体系，提高苏商精神的教育比例。高校学生应该改变当前重理论、轻实践的情况，打破各个方面的界限和距离感，深入到企业去实习，从实践之中获得关于苏商精神的认知和体会，让学生直观的感受苏商精神对于个人成长的巨大推动力和价值意义。

5.2. 运用积极心理学培育现代苏商精神

运用积极心理学培育现代苏商精神，首先就要倡导积极的心态和情感。情感状态对学生的个人人格培养有着很大的影响，这些情感通常包括积极的态度、情绪稳定等。在现阶段的社会中，焦虑、抑郁等这些词不断地充斥着大学生的生活，这也就导致现代心理健康问题越来越成为人们关注的焦点。高校学生要更加关注大学生的心理健康，对高校学生进行符合社会主义核心价值观的“三观”教育，激发大学生对于苏商精神的认同感。

5.3. 加强积极心理资本教育从而提升学生的发展能力

国际著名管理学家路桑斯(Luthans, F.)认为心理资本是个体在成长和发展过程中表现出来的一种积极心理发展状态，自信、希望、乐观和坚韧性是构成积极心理品质的重要维度，积极心理资本可以帮助个体缓解负面心理状态，提升绩效、促进成长(孙艺铭, 2023)。而大学生积极心理资本的培育，不仅需要通

过心理健康课程,更需要全员参与。首先,重视积极心理资源的开发,以思想政治教育课程为载体,积极主动开发心理资本课程,在此基础上不断建立一套融合模式的课程体系。其次,丰富高校学生的思想政治教育课外活动形式,可以通过读书会、辩论赛、脱口秀等形式开展相关的课外活动,让学生契机关注苏商精神。同时要注重成果的转化,多种多样的课外活动形式只是苏商精神传播的载体,更重要的是要让苏商精神教育的成果转化为学生的心理资本,从而推动学生心理资本的培育。最后,要看到新媒体对于提升大学生积极心理水平的重要作用,使得积极心理资本教育提升突破时空的限制。

6. 结语

积极心理学致力于研究人的积极品质,致力于使个人获得幸福生活,致力于实现个人的全面进步和发展,苏商精神同样也是为了推动个人全面发展。运用积极心理学的方法培育大学生的苏商精神,不仅为苏商精神的培育提供了新的方式方法,而且对于大学生挖掘自身优势实现自身全面发展有着重要作用。

基金项目

本文系 2023 年江苏省研究生科研创新计划(项目号: KYCX23_0908)阶段性成果。

参考文献

- 陈笑弟(2019). *积极心理学视角下的德育应用研究*(p. 65). 北京师范大学出版社.
- 李积鹏, 叶长文(2017). 积极心理学视域下高职生核心素养建构及场培育初探. *高等职业教育探索*, (4), 60-65.
- 任俊(2006). *积极心理学*(p. 86). 上海教育出版社.
- 时蓉华(1988). *社会心理学词典*(p. 44). 四川人民出版社.
- 孙艺铭(2023). 五年制高职生社会支持与积极心理资本的关系研究. *佳木斯职业学院学报*, 39(8), 199-202.
- 余春燕, 林祝亮(2020). 积极心理学视角下的职业院校工匠精神培育研究. *高等职业教育探索*, 19(6), 48-53.