

大学生心理健康问题 与策略研究

DAXUESHENG XINLI JIANKANG WENTI YU CELÜE YANJIU

赵平 夏玲◎著



中国科学技术大学出版社

B844. 2/165

2012

大学生 心理健康问题 与策略研究

赵平 夏玲◎著

DAXUESHENG XINLI JIANKANG WENTI
YU CELUE YANJIU

北方工业大学图书馆



C00318287



中国科学技术大学出版社

内 容 简 介

本书以大学生为研究对象,结合大学生生活适应、人际适应、环境适应、心理适应、学习适应、职业生涯规划、爱情经营、性心理保健等人生课题,针对大学生成人、成才中常见的独特的心理问题、心理障碍和心理疾病,从学理层面和实践理性层面上探究其心理的、生理的、家庭的、学校的、社会的以及文化传统的根源,并以积极心理学为主、积极心理学与消极心理学相结合的方法,探索科学的应对策略。

本书适合作为高校心理健康教育教师、辅导员的教学参考书,亦可作为大学生自我心理调适及呵护的指导用书。

图书在版编目(CIP)数据

大学生心理健康问题与策略研究/赵平,夏玲著. —合肥:中国科学技术大学出版社,2012.8

ISBN 978-7-312-03095-6

I. 大… II. ①赵…②夏… III. 大学生—心理健康—健康教育—研究 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 164818 号

出版 中国科学技术大学出版社

安徽省合肥市金寨路 96 号,230026

网址: <http://press.ustc.edu.cn>

印刷 安徽省瑞隆印务有限公司

发行 中国科学技术大学出版社

经销 全国新华书店

开本 710 mm×960 mm 1/16

印张 16.75

字数 328 千

版次 2012 年 8 月第 1 版

印次 2012 年 8 月第 1 次印刷

定价 30.00 元

前 言

成长的烦恼,就业的压力,情感的纠结,生活的郁闷等使大学生成为心理危机的高发群体,严重制约了大学生健康成长和顺利成才,这已受到学界的广泛关注。相关心理研究工作者对大学生的心理问题、心理疾病、精神分裂等心理健康问题做了广泛而深入的研究,成果斐然,为大学生心理健康问题的研究和心理呵护做出了重大贡献。

从已有的研究成果看,在大学生心理健康问题的研究中有以下倾向:

1. 侧重于西方理论的引进研究,中国化不足

(1) 研究、介绍西方一般性心理学的经典作家、经典著作、经典理论很多,满足于完整体系述评,缺少形下思考,与中国国情结合研究不够。

(2) 热衷于用西方各种量表进行实际调查,似乎在为西方某种理论提供佐证,且只是获得一些数据和发现一些一般性心理问题,缺少有针对性的策略分析和形上思考。

2. 侧重于实践感性经验的总结,理论抽象不足

也有学者走入生活,就大量心理健康教育、心理咨询、心理危机干预中的成功案例展开研究,但多停留在感性经验介绍,学理性分析不足,普遍意义缺失。

3. 侧重于一般性心理问题研究,针对性不足

研究聚焦在一般受众的一般性心理问题探索,对大学生这一特别群体心理发展的特别问题及成因与策略挖掘不深,形上思考及形下指导的针对性较弱。

4. 侧重于消极心理学研究,积极心理学探索不足

对消极心理学的理论探索 and 实际运用研究得多,积极心理学的心理健康教育价值还没有得到应有重视。在心理咨询实践中动辄就是心理疾病,动辄就是精神分裂和人格变态,很容易把简单的问题复杂化,把小的问题扩大化,增加了来访者的心理负担或负强化了患者的病情。

因此,我们试图以大学生这一独特群体为研究对象,结合大学生生活适应、人际适应、环境适应、心理适应、学习适应、职业生涯规划、爱情经营、性心理保健等人生课题,针对大学生成人、成才中常见的独特的心理问题、心理障碍和心理疾病,从学理层面和实践理性层面上探究其心理的、生理的、家庭的、学校的、社会的以及文

化传统的根源,并以积极心理学为主、积极心理学与消极心理学相结合的方法,探索科学的应对策略,从而为西方经典理论中国化,积极心理学理论的运用与探究,尤其是有针对性地对大学生心理问题作形上思辨与形下对策相统一的研究打开一扇窗,为高校心理健康教育教师的教学科研、辅导员的工作和大学生的自我心理调适、自我心理呵护提供理论支持和方法论的帮助。

从方法论角度看,我们坚持理论联系实际,将理论与实证研究相结合,不轻信直觉经验,也不盲从学界权威观点,具体的方法有:文献研究法——分析、汲取中外相关研究成果;个案分析法——作者都是一线心理咨询师,从大量生动案例中探索出规律性的东西;调查研究法——作者利用自身工作优势,在所在院校中进行问卷调查,获取大量数据,为该研究提供了有力的现实依据;测量法——作者所在院校的心理咨询室都安装了瑞格心理教育信息化管理系统,并使用心理测试软件SCL-90建立了学生的心理健康档案,这都为研究提供了丰富资料。

本书是安徽师范大学皖江学院校级精品课程“思想道德修养与法律基础”[2010wjpkc01]和安徽省教育厅人文社会科学重点研究基地重点项目“唯物史观视域中的思想政治教育方法创新研究”[2011sk707zd]的阶段性研究成果,同时也是安徽省思想政治理论课课程优秀教学团队建设项目[2011SZKJSGC8-3]及安徽省思政理论课重点基础学科思想政治教育项目[2011SZKJSGC5-3]的成果之一。

本书由安徽师范大学皖江学院心理健康教育中心主任、安徽师范大学政法学院博士、教授、硕士生导师赵平,芜湖职业技术学院心理健康教育中心主任夏玲,安徽商贸职业技术学院心理健康教育中心咨询师罗佳,苏州嘉俊奥特威工业自动化有限公司总经理助理、心理咨询师王海侠共同完成。撰写分工如下:

绪论、第一章、第八章、第九章、第十章由赵平撰写,第二章、第五章、第七章、第十二章由夏玲撰写,第四章由罗佳撰写,第十一章由王海侠撰写,第三章由夏玲、罗佳共同撰写,第六章由赵平、王海侠共同撰写。

本书在编写过程中,参阅了大量国内外相关学科的研究成果,在此表示诚挚的谢意!同时得到了教育部高校辅导员培训和研修基地(安徽师范大学)和芜湖职业技术学院的大力支持,在此一并表示衷心的感谢!

由于水平有限,疏漏之处在所难免,敬请各位专家和同行批评指正!

著 者

2012年5月31日

目 录

前言	(i)
绪论 大学生心理健康素质优化意义探幽	(1)
一、大学生的心理危机:现状与后果	(1)
二、大学生心理素质及其优化	(5)
三、心理健康教育及其功能与原则	(16)
第一章 心理健康教育的基本理论分析与探索	(21)
第一节 精神分析理论	(21)
一、精神分析的主要理论	(22)
二、精神分析理论的得与失	(26)
第二节 行为主义理论	(27)
一、行为主义的主要理论	(28)
二、行为主义理论的得与失	(30)
第三节 人本主义理论	(30)
一、人本主义的主要理论	(31)
二、人本主义理论的得与失	(33)
第四节 理性情绪治疗理论	(35)
一、理性情绪治疗的主要理论	(35)
二、理性情绪治疗理论的得与失	(39)
第二章 大学生心理健康问题的级差及原因探究	(40)
第一节 大学生心理健康问题的年级差异及原因探析	(41)
一、低年级阶段心理问题	(41)
二、中年级阶段心理问题	(42)
三、高年级阶段心理问题	(42)

第二节 大学生心理健康问题的性别差异及原因探析	(43)
一、女大学生常见心理健康问题与归因	(43)
二、男大学生常见心理健康问题与归因	(45)
第三节 大学生心理健康问题的家庭背景差异及原因探析	(46)
一、经济困难大学生常见心理健康问题	(46)
二、单亲大学生常见心理健康问题	(48)
三、留守大学生常见心理健康问题	(50)
四、独生子女大学生常见心理健康问题	(52)
第四节 大学生心理健康问题的院校差异及原因探析	(54)
一、专科大学生的心理健康问题	(54)
二、独立学院大学生的心理健康问题	(57)
 第三章 大学生自我意识问题与策略探本	(63)
第一节 自我与自我意识	(63)
一、自我	(63)
二、自我意识	(64)
第二节 大学生自我意识的发展与特点	(65)
一、大学生自我意识的发展	(65)
二、大学生自我意识的发展特点	(66)
第三节 大学生自我意识问题与调适	(68)
一、大学生自我意识发展存在的问题	(69)
二、大学生自我意识问题的调适方法	(71)
 第四章 大学生常见的人格障碍与调适探索	(75)
第一节 偏执型人格障碍及其调适	(76)
一、偏执型人格障碍的表现	(76)
二、偏执型人格障碍的调适	(76)
第二节 强迫型人格障碍及其调适	(79)
一、强迫型人格障碍的表现	(79)
二、强迫型人格障碍的调适	(80)
第三节 冲动型人格障碍及其调适	(81)
一、冲动型人格障碍的表现	(81)
二、冲动型人格障碍的调适	(82)

第四节 反社会型人格障碍及其调适	(82)
一、反社会型人格障碍的表现	(83)
二、反社会型人格障碍的调适	(84)
第五节 依赖型人格障碍及其调适	(85)
一、依赖型人格障碍的表现	(85)
二、依赖型人格障碍的调适	(86)
第六节 癯症型人格障碍及其调适	(87)
一、癯症型人格障碍的表现	(87)
二、癯症型人格障碍的调适	(88)
 第五章 大学生学习心理问题与调适探讨	(90)
第一节 大学生学习心理及其特点	(90)
一、大学生学习心理	(90)
二、大学生学习特点	(91)
第二节 影响大学生学习行为的非智力因素	(92)
一、兴趣与学习	(92)
二、情感与学习	(94)
三、意志与学习	(95)
四、性格与学习	(97)
五、态度与学习	(98)
第三节 大学生学习心理问题及调适方法	(98)
一、学习焦虑过度	(99)
二、学习动力缺乏	(101)
三、学习动机过强	(102)
四、注意力涣散	(103)
五、记忆力减退	(105)
六、考试焦虑	(106)
 第六章 大学生人际交往问题与调适探寻	(110)
第一节 大学生人际交往及其内容	(110)
一、大学生人际交往的内涵、类型与特点	(111)
二、大学生人际交往主要内容	(113)
第二节 大学生人际交往的意义	(116)
一、人际交往是大学生社会化进程的推进器	(116)

二、人际交往是大学生正确认识自我的重要途径	(117)
三、人际交往是大学生实现个性全面发展的重要手段	(117)
四、人际交往是大学生保持心理健康的有效方式	(119)
第三节 大学生人际交往的问题与策略	(120)
一、大学生人际交往的不良心理	(120)
二、大学生人际交往过程中应该遵循的原则	(124)
三、大学生人际交往的艺术	(125)
第七章 大学生恋爱心理问题与调适探赜	(128)
第一节 大学生恋爱类型及其心理行为特征	(129)
一、大学生恋爱类型与特点	(129)
二、大学生恋爱心理行为特征	(132)
第二节 大学生恋爱心理过程与问题	(135)
一、大学生恋爱心理的发展过程	(135)
二、大学生常见的恋爱心理问题	(136)
第三节 大学生恋爱心理问题的调适方法	(146)
一、树立正确的恋爱观	(146)
二、培养健康的恋爱行为	(147)
三、强化爱的能力与责任	(148)
第八章 大学生性心理健康与呵护探赜	(151)
第一节 性与性心理	(151)
一、性的内涵	(152)
二、性心理的概念	(153)
第二节 大学生性心理特征与健康	(155)
一、大学生性心理发展阶段	(155)
二、大学生性心理的特征	(157)
三、性心理健康及其标准	(160)
第三节 大学生性心理问题与矫正	(161)
一、常态性性心理问题及其对策	(162)
二、变态性性心理问题及其消解	(165)

第九章 大学生就业心理问题与对策探微	(181)
第一节 大学生就业现状扫描	(181)
一、大学生就业难问题的出现及发展	(181)
二、大学生就业难问题的原因分析	(183)
第二节 大学生就业心理问题的表现与归因	(184)
一、大学生就业心理问题的表现	(184)
二、大学生就业心理问题的成因	(189)
第三节 大学生就业心理问题的调试策略和方法	(190)
一、自我调适	(190)
二、辅助系统的服务和支持	(198)
第十章 大学生审美心理问题与策略探元	(199)
第一节 审美教育在大学生心理调适中的意义	(199)
一、审美信息沟通与美感生成	(199)
二、大学生审美教育的心理调适意义	(203)
第二节 大学生审美心理问题的主要表现	(205)
一、大学生审美心理特征分析	(205)
二、常见的大学生审美心理问题	(206)
第三节 大学生审美心理问题的校正	(210)
一、培养健康审美趣味	(210)
二、提升高雅审美能力	(211)
三、拓宽审美修养的途径	(212)
第十一章 大学生常见心理疾病与调适探端	(213)
第一节 强迫症及其治疗	(214)
一、强迫症的表现	(214)
二、强迫症的治疗方法	(215)
第二节 焦虑症及其治疗	(216)
一、焦虑症的表现	(217)
二、焦虑症的治疗方法	(218)
第三节 恐惧症及其治疗	(219)
一、恐惧症的表现	(219)
二、恐惧症的治疗方法	(220)

第四节 抑郁症及其治疗	(221)
一、抑郁症的表现	(221)
二、抑郁症的治疗方法	(222)
第五节 神经衰弱及其治疗	(223)
一、神经衰弱的表现	(223)
二、神经衰弱的治疗方法	(224)
第十二章 大学生心理咨询与干预技术探求	(226)
第一节 心理咨询与心理治疗	(226)
一、心理咨询的内涵与原则	(227)
二、心理治疗的内涵与原则	(229)
三、心理咨询与心理治疗的关系	(231)
第二节 大学生心理咨询艺术	(232)
一、大学生个体心理咨询	(232)
二、大学生团体心理咨询	(234)
三、大学生朋辈咨询	(237)
第三节 大学生心理危机与心理危机干预艺术	(246)
一、心理危机及其特点	(247)
二、心理危机干预及其特点	(247)
三、大学生心理危机预防与干预体系的构建	(248)
参考文献	(254)

绪论 大学生心理健康素质 优化意义探幽

【案例】法国一个偏僻的小镇,据传有一股特别灵验的泉水,常会出现神迹,可以医治各种疾病。有一天,一个拄着拐杖,少了一条腿的退伍军人,一跛一跛地走过镇上的马路,旁边的居民带着同情的口吻说:“可怜的家伙,难道他要向上帝祈求再有一条腿吗?”这一句话被退伍的军人听到了,他转过身对他们说:“我不是要向上帝祈求有一条新的腿,而是要祈求他帮助我,教我如果没有一条腿后也知道如何过日子。”

天有不测风云,人有旦夕祸福。我们要学会接纳失去的事实,无论人生的得与失,都要让自己的生命充满亮丽与光彩,不再为过去掉泪,努力地继续生活。

一、大学生的心理危机:现状与后果

自1964年著名心理学家 G. Caplan 首次提出心理危机的概念以来,国内外关于心理危机对大学生的影响的研究已经取得了丰硕成果。

(一) 心理危机的内涵

目前关于心理危机的定义比较权威的是 G. Caplan 的理论,他认为每个人都在努力保持一种内心的稳定状态,保持自身与环境的平衡和协调,当重大问题或变化发生使个体感到难以解决、难以把握时,平衡就会被打破,正常的生活将受到干扰,内心的紧张不断积蓄,继而出现无所适从甚至思维和行为的紊乱,进入一种失衡状态,就会出现暂时的心理困扰。这种暂时性的心理失衡状态就是心理危机。^① 生活中发生任何变化都会带来相应的生活方式的改变,如果个体不能及时调整自己去应付这种变化,就容易发生心理危机。

^① Caplan G. Support Systems and Community Mental Health Lectures on Concept Development [M]. New York: Behavioral Publications, 1974.

(二) 危机事件

G. Caplan 认为,产生心理危机的原因在于“他遇到了对他的生活足以产生影响的事件”,而正是由于这些事件才让人产生了心理危机,所以这些事件就被看作危机事件。危机事件是指对一个社会系统的基本价值和行为准则架构构成严重威胁,并且在时间压力和不确定性极高的情况下必须对其做出关键决策的事件。危机事件可以是突发性的公共危机事件,如非典、H1N1、瘟疫、地震、战争等;也可以是个人内在的冲突,如失恋、失业、丧失亲人、人际关系紧张等。^①而这些危机事件能否使一个人产生心理危机不仅仅取决于事件的本身,更重要的是还取决于个人对危机事件的认识及其认知水平的高低。也就是说个体对危机事件的反应是不一样的,危机事件给个体带来的影响也是不一样的。比如,对待人际关系,有的人发现自己在这方面存在缺点,他能够正确地看待自己,并积极地采取相应的措施弥补自己的不足,主动适应周围的环境。经过他的努力,交际困难不仅没有给他造成多大的心理负担,反而使其交际能力得到了提高;而有的人采取消极的态度去对待,久而久之会在自卑以及逃避中慢慢消沉下去,“危机事件”就会对他产生严重的影响。

(三) 心理危机的类别

根据 G. Caplan 和 Burgess 的危机种类划分,结合大学生在成长过程中所遇到的危机事件,大学生心理危机大体可以分为三类^②:

1. 成长性危机

成长性危机是指大学生从某一个阶段转入下一个阶段时,原有的行为不足以完成新课题,不断变化的阶段需要他不断进行调整,如从高中升入大学,生活、学习、人际关系等都会发生改变。每一次成长性危机的成功解决都是大学生朝着成熟和完善迈进步的阶梯。

2. 境遇性危机

境遇性危机是指突如其来的、无法预料的和难以控制的心理危机。区别境遇性心理危机和其他心理危机的关键在于,引发大学生心理危机的重大生活事件是大学生本人无法预料和难以控制的,如父母离婚、经济来源突然中断、非典暴发、亲人逝世等。

① 樊富珉.“非典”危机反应与危机心理干预[J].清华大学学报:哲学社会科学版,2003(4).

② Burgess A W, Lazare A. Community Mental Health: Target Populations [M]. Englewood Cliffs, N. J. :Prentice-Hall, 1976.

3. 存在性危机

存在性危机是指大学生因为人生的存在性问题而产生的心理危机。这些作为人的存在的特征决定了人的一生中所必须面对的存在问题^①：它们是死亡、自由、有限、孤独和自我认同的问题。实际上，个体在大学阶段前和在大学阶段后都在不断地追问和探索存在性问题，但大学生因为年龄和身心的特点对存在性问题的思考特别集中。存在性心理危机的成功解决对大学生的人生观、价值观和世界观的正确树立有着重大影响。

大学生心理危机表现出一定层次性。《中国青年报》的一份调查结果显示，14%的大学生存在抑郁症状，17%的大学生存在焦虑症状，12%的大学生存在敌对情绪。其中，“一年级集中表现为对新生活的适应问题，兼有学习问题、专业问题、人际交往问题；二年级出现的问题依次为人际交往、学习与事业、情感与恋爱；三年级集中在自我发展与能力培养、人际交往、情感与恋爱问题；四年级则以择业问题为多数，兼有恋爱问题、未来发展和能力培养问题等。而和城镇大学生相比，农村大学生的心理问题要更多一些。”上述调查显示，大学生心理问题的诱因主要集中在学习、交往和感情三个方面，但这三个方面对于不同年级的学生造成的心理压力是有差别的。类似的调查还显示，除了年级差异导致的分层外，大学生心理问题的层次性还表现在性别、学科、成绩和经济状况方面的差异。2004年，华中科技大学社会学系陈志霞等人运用“自杀态度调查问卷”，采取分层抽样方式，对1010名大学生的自杀意念与自杀态度进行调查。结果发现：有过轻生念头的学生占10.7%；其中女性（11.8%）高于男性（9.3%）；三年级最高（13.0%），一年级12.2%，二年级11.8%，四年级4.7%；文科生（16.3%）高于理科生（12.1%）、工科生（8.2%）和医科生（6.7%）；城镇学生（11.1%）高于农村学生（9.6%）；学习成绩差的学生（24.1%）高于学习成绩好的学生（14.7%）和成绩一般的学生（9.6%）；经济宽裕的学生（15.2%）高于经济状况一般的学生（10.5%）和困难的学生（10.7%）。尽管《中国青年报》和陈志霞等人的调查结果存在细微差异，但两组调查都揭示了现阶段大学生心理问题所呈现出的分层性的特点。

（四）心理危机产生的原因

国外学者Humphrey认为心理危机源自个体、家庭和老师三个方面；国内学者认为心理危机来源于六个方面，即人际关系、学习、受惩罚、亲友与财产丧失、健康与适应问题。^②学者们都认为大学时期是一个人身心迅速发展的黄金时期，因而造就了大学生这样一个特殊的群体。他们内心相对比较复杂，一方面由于心理、

① 黄希庭. 人格心理学[M]. 杭州：浙江教育出版社，2002：8.

② 刘贤臣. 青少年应激性生活事件和应付方式研究[J]. 中国心理卫生，1998（1）.

生理发育的渐进性和持续性导致他们心理和行为很大程度上保持着原有的特色;另一方面,由于生活和学习环境的改变,他们的生活方式、思维结构和价值体系势必发生转型和重构,并日益呈现出鲜明的个性特征。^①但是,之前的学校、家庭教育只重视学生的学习能力的培养,而对学生的生活能力、人际交往能力、心理素质的关注不足,他们的心理发展相对滞后于生理的发展,在理智、情感、道德等方面还未达到相应的水平。他们远离亲人和家乡,生活在陌生的环境中,需要学会独立地去面对很多问题,而他们较为简单的人生阅历不足以面对在大学里所遇到的诸如学习、情感、人际关系等多方面的重要问题。而任何一件事情都可能对他的思想和行为造成影响,都有可能使其心理发生暂时的不平衡,都有可能成为发生心理危机的诱因。^②

(五) 心理危机的结局

由危机事件引起的心理危机所产生的情绪失衡状态并不是持续终生的。绝大多数学者认为,人的心理危机状态大约要持续4~6周,在这段时期里,由于处理危机的手段不同,个体先前经历危机的体验不同,个体人格特质的不同,当事人的结局也不相同。危机事件对大学生来说可能是一个危险,也可能是一个机会。它对大学生的生活、工作和身心造成的影响一般有四种结局^③:

1. 增强心理素质

危机事件将激发大学生去解决困难,若方法得当,不仅能顺利度过危机,而且将通过应对危机学会处理困境的新方法,并总结经验和教训,使身心健康水平得到提高,心理素质得到增强,这是最佳的结局。

2. 留下心理阴影

虽然度过了危机,但将留下心理创伤,特别是对成长中的大学生而言,会使他形成一种偏见,留下痛点,影响今后对社会的适应,当遇到同样的事情时将采取消极的态度,比如大学生失恋之后如果留下阴影,会对爱产生怀疑,不利于当事者日后的生活。

3. 诱发心理障碍

当事人将缺少应对危机的办法,表现在心理恐慌、无助,出现心理障碍,陷于神经质或精神病,以后任何的生活变故都会诱发当事人的心理危机,其心理承受能力明显降低,心理健康程度严重下降。

① 马莉. 注重心理疏导化解心理危机[J]. 长沙大学学报, 2007(3).

② 王成果. 青少年心理危机与危机干预[J]. 中国青年研究, 2003(1).

③ Gilliland B E, James R K. Crisis Intervention Strategies [M]. New York: Brooks/Cole Publishing Company, 1997.

4. 出现心理崩溃

当事人未能度过危机,心理承受不了,出现心理崩溃,出现自伤自毁,甚至自杀的行为。

二、大学生心理素质及其优化

(一) 心理素质(含大学生心理素质)及其结构探讨

1. 国内关于心理素质的研究

心理素质及其教育于20世纪80年代中期开始受到我国心理学界的关注,通过30余年的研究,现已成为教育心理学研究的重要领域,积累了大量关于心理素质及其教育的研究资料。已有研究表明,心理素质是学生素质结构的重要组成部分,心理素质教育在整个素质教育里占据核心地位,是全面发展教育的重要内容和归宿。^①随着我国高校心理健康教育的推进,我国心理素质及其教育研究中涉及大学生心理素质及其教育的研究资料日趋丰富。研究大学生心理素质及其教育是高校实施素质教育的客观要求,也是促进大学生心理健康发展的现实需要。

我们查阅的文献中关于心理素质概念的描述很多,但严格定义的却较少。研究者在界定心理素质概念的基础上,或从理论分析的角度,或采用实证分析的方法,对心理素质的结构成分进行了探索,以下是几种具有代表性的观点:

钱含芬认为,心理素质是由心理能力素质(智力因素)、心理动力素质(人格因素)、身心潜能素质3个亚系统构成的交互作用、动态同构的自组织系统。^②肖汉仕认为,心理素质是一个人的性格品质、心理能力、心理动力、心理健康状况及心因性行为的水平或质量的综合体现。^③刘华山认为,心理素质是个性心理品质在人的生活实践中的综合表现,其结构包括7个方面:正确的人生态度、积极的自我概念、敬业与责任感、关爱与合作精神、智慧与创造力、实践与生存力、耐挫与坚持力。^④张大均认为,心理素质是以生理条件为基础的,将外在获得的刺激内化成稳定的、基本的、内隐的,具有基础、衍生和发展功能的,并与人的适应行为和创造行为密切联系的心理品质,包括认知品质、个性品质和适应能力3个基本维度、9大因素、22种成分。^⑤燕国材认为,心理素质是一系列稳定心理特点的综合,由智力

① 张大均. 论人的心理素质[J]. 心理与行为研究, 2003(2).

② 钱含芬. 学生心理素质与学业成就相关的研究[J]. 心理发展与教育, 1996(1).

③ 肖汉仕. 心理素质的结构及其内外关系[J]. 中国教育学刊, 1999(4).

④ 刘华山. 试析学生心理素质特征与结构[J]. 教育研究与实验, 1999(4).

⑤ 张大均. 论人的心理素质[J]. 心理与行为研究, 2003(2).

素质和非智力素质构成。^①李虹认为,心理素质是在自然素质的基础上通过社会化的过程而形成的综合心理能力和质量,由知、情、意、行4个因素组成。^②

此外,有些研究者还专门探讨了大学生的心理素质概念和结构。如:周治金认为,大学生心理素质是在生理素质的基础上,通过后天环境和教育的作用形成并发展起来的,与大学生的学习、学术研究和生活实践密切联系的心理品质的综合表现。^③许燕认为,高师学生心理素质由社会适应素质、自我完善素质、职业性格素质、能力素质、人际管理素质、再生素质6种素质构成。^④王滔认为,大学生心理素质由认知特性、个性、适应性3个维度、10个因素、26种成分构成。^⑤张焰认为,大学生心理素质包括基础性心理素质、实践性心理素质和综合性心理素质3个主要层面。^⑥罗品超认为,大学生心理素质指在先天生理特性的基础上,大学生在社会适应过程中所形成的与大学生的学习和生活实践密切联系的心理过程、个性心理方面的稳定的特征,它由性格特征素质、认知能力素质、人际管理素质、职业能力素质、心理动力素质、学习心理素质、自我意识7个因素构成。^⑦

尽管研究者对心理素质概念和结构成分的分析存在着差异,但概括起来也有一些共同之处:

首先,心理素质概念具有以下几层含义:①整体性。心理素质是心理品质的综合,有的认为是静态组合,有的认为是动态整合;②结构性。心理素质是按一定心理规则建构起来的组织结构;③基本性。心理素质是人内化了的、稳定和基本的心理品质;④差异性。心理素质反映人的各个方面、各个层次心理特征的个别差异;⑤交互性。心理素质是先天和后天交互作用的结果。

其次,心理素质结构具有以下几个特点:①多成分。心理素质由多种心理成分构成,既有认知成分,也有非认知成分;既有心理能力成分,也有心理健康和社会适应成分;既有情感和动力成分,也有自我成分;②多层次。心理素质由各个层次的心理成分构成,既有特质层次,也有行为习惯层次;既有品质层次,也有潜质层次;③结构与功能匹配。心理素质作为内隐的心理结构,也外显地展现在个体的心理健康功能、社会适应功能和创造发展功能的发挥过程中。

① 燕国材.论心理素质及其教育[J].云梦学刊,2000(3).

② 李虹.素质、心理素质与素质教育[J].心理与行为研究,2004(4).

③ 周治金.论大学生心理素质结构[J].高等教育研究,2003(3).

④ 许燕.面向21世纪高师学生心理素质结构的研究[J].教育研究,1999(10).

⑤ 王滔.大学生心理素质结构及其发展特点的研究[D]:硕士学位论文.重庆:西南师范大学,2002.

⑥ 张焰.大学生心理素质的理论建构[J].教育理论与实践,2005(4).

⑦ 罗品超.大学生心理素质构成因素及其测量工具的研究[D]:硕士学位论文.广州:华南师范大学,

2005.