

Review on Students' Adversity Quotient in China

Jiajia Lin

Shanghai Normal University, Shanghai
Email: 18930969059@163.com

Received: Jun. 26th, 2018; accepted: Jul. 12th, 2018; published: Jul. 19th, 2018

Abstract

Adversity quotient refers to the way in which people react to adversity. That is the ability to face setbacks, get out of difficulties, and surmount difficulties. This paper systematically combs the research in this field, mainly focusing on the concept and measurement methods of adversity quotient, influencing factors, effects of several aspects of research, student's current situation of AQ and adversity quotient education in China. The trend of future research is the influencing factors, the mechanism of AQ and the empirical study of adversity quotient education.

Keywords

Adversity Quotient, Influencing Factors, Adversity Quotient Education

中国学生逆商研究述评

蔺佳佳

上海师范大学, 上海
Email: 18930969059@163.com

收稿日期: 2018年6月26日; 录用日期: 2018年7月12日; 发布日期: 2018年7月19日

摘 要

逆商是指人们面对逆境时, 所表现出来的反应方式, 即面对挫折、摆脱困境和超越困难的能力。本文对逆商的概念和测量方法、影响因素、影响效果、我国学生的逆商水平和逆商教育等几个方面进行了梳理。逆商的影响因素和作用机制, 以及逆商教育的实证研究仍然是未来的研究方向。

关键词

逆商, 影响因素, 逆商教育

Copyright © 2018 by author 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

1997年, 美国著名作家、白宫知名商业顾问保罗·斯托茨(Paul G. Stoltz)在各国科学家研究成果的基础上, 提出了顺境要EQ, 逆境需AQ的概念。“AQ”是英文Adversity Quotient的缩写, 寓意为“逆商”。它主要是用来表示挫折承受力的一种指标, 反映的是一个人面对逆境、挫折时的心理状态和应变能力, 是衡量某个人在社会生活中忍受逆境、战胜逆境的素质标准(Stoltz, 1997)。逆商的概念提出以来, 便受到学术界和教育界的广泛关注。

随着科技的进步, 经济的发展, 人们的生活节奏越来越快, 各方面的压力也越来越大。中国是人口大国, 也是教育大国, 当前我国学生处于高逆境环境中, 面临来自父母、学业、情感、人际关系和就业等诸多方面的压力。学生自杀的悲剧频发, 引发了社会各界对于学生心理素质和挫折教育的关注和讨论。研究者们开始关注学生群体的逆商水平以及学校的逆商教育。因为是否拥有高AQ不仅关系到学生的学习和就业, 更关系着他们的面对挫折时的心态, 以及未来能否拥有积极向上的生活。

2. 逆商的概念与测量

2.1. 逆商的定义

Paul G Stoltz (1997)首次提出逆商的概念, 将其定义为: 人们面对逆境时, 所表现出来的反应方式, 即面对挫折、摆脱困境和超越困难的能力。Paul认为, 逆商包括四个维度: 控制(Control)、归因(Origin + Ownership)、延伸(Reach)和忍耐(Endurance), 简称为CORE。其中, C控制, 是指个体主观感受到的对逆境的控制能力。O归因, 是指个体所认为的导致逆境的原因以及愿意承担责任、改善后果的情况。R延伸, 是对逆境影响范围的评估与觉察。E忍耐, 是指认识到问题的持久性以及它对个体的影响持续时间。保罗·斯托茨认为, 在具有高IQ(智商)与EQ(情商)的情况下, AQ(逆商)对一个人的人格完善与事业成功起着决定性的作用, 因为它往往决定了一个人在深陷困境的情况下是否能够用锲而不舍的勇气和毅力达成目标(Stoltz, 1997)。

2.2. 逆商的测量

逆商反应量表(Adversity Response profile, 简称ARP), 1997年Paul在Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities一书中发表, 姜冀松(1998)翻译了该量表。ARP由30个情境60个条目组成, 分为4个维度: 控制, 归因, 延伸以及忍耐。该量表的Cronbach α 系数为0.86, 已成为应用最广泛的测量工具。李炳全(2008)等抽取了中国606名学生, 对ARP进行了修订, 在国内得到了广泛应用, 主要测量学生的逆商水平。

路西(2002)在《让逆商AQ克服逆境》一书中发表了路西量表。路西根据Paul对逆商的定义, 将路西量表分为行为模式(A)、才能欲望(B)、智力、健康和性格(C)、信念与信仰(D)以及面对逆境的反应(E)5

个部分每部分 20 题, 共 100 题, 采用 Likert5 级计分法, 每部分的最高分得分为 100 分。路西在原量表发表时未报告量表信度, 且也是根据 Stoltz 对逆商的定义提出, 因而该量表未得到广泛应用。

3. 我国学生逆商现状

李炳全等(2008)调查了全国 606 名学生的逆商情况, 发现小学、初中、高中、大学生的逆商水平处于中等水平(117.2~124.2 之间)。初中生的 AQ 总分最高, 显著高于小学生, 也高于高中生和大学生, 但没有显著差异。徐芳芳等(2015)也发现, 初中生的 AQ 值高于高中生和大学生, 但未发现显著差异。目前的研究表明, 初中生的逆商水平高于小学生和高中生。这可能是由于与初中生处于青春期, 自信心高, 对自我评价可能偏高。相对于小学生, 初中生适应能力提高; 相对于高中生, 其学业压力较小, 高中生可能面临更多的压力。

3.1. 中学生逆商特点

值得关注的是, 皇甫倩等(2015)的研究发现, 高中生整体的逆商水平呈现“凹”字形发展。即高一、高三学生的逆商水平高于高二学生, 但不存在明显的增长趋势。钱晨露(2015)对初中生逆商现状的研究中也发现, 初中生整体的逆商水平呈现“凹”字形发展。逆商得分: 八年级 < 七年级 < 九年级, 且七年级 AQ 总分显著高于八年级。七年级和高一新生刚刚步入初/高中生活, 还未可能做好了面对新生活的准备。他们相信自己能克服生活、学习中的挫折和困难, 但还未经历挫折; 九年级和高三学生一方面逐渐适应了中学生活, 比低年级的学生心理更加成熟。另一方面九年级和高三学生在中考和高考高压下, 得到了更多锻炼, 有更多应对方式, 心理素质也相对提高。八年级和高二的学生, 经历了从小学到初中/初中到高中的转变, 课业压力增加, 面临更多人际、情感压力, 有的学生可能无法适应、调整好自己的心态。家长和老师相对会更关注新生和中考/高考生, 认为他们面临更多的压力和挑战, 较少的关注八年级和高二的学生。但是从调查结果来看, 处于八年级和高二的学生逆商水平相对较低, 呼吁教师和家长更多的关注这一阶段的学生, 帮助他们更好的适应中学生活。

3.2. 大学生逆商特点

大学生的逆商处于中等水平, 逆商得分高于高中生, 低于初中生, 但差异不显著(徐芳芳等, 2015)。相比于中学生, 大学生在归因、忍耐和延伸维度上得分均有提高, 但控制维度上得分低于中学生。这可能是由于大学生的压力来源更加多样, 对于即将步入社会的大学生来说, 环境因素更加不可控, 导致在控制维度上得分较低。这提示高校的教育工作者, 大学生的逆商教育应着重于在控制维度上, 帮助大学生了解环境虽然是不可控的, 但是人的心态可以调节。接受不确定因素, 保持良好心态, 以便提高自己的可控感。

4. 逆商的影响因素

4.1. 家庭因素

Yakoh 等(2015)研究发现, 家庭教养方式为民主型的青少年得分显著高于其他教养方式, 这与马跃等人(2007)的研究结果一致; 而专制型、溺爱型和放养型与逆商得分显著负相关。钱晨露(2015)的研究发现, 家庭教育方式为开放式的初中学生, AQ 得分高于溺爱式和专制式, 但无统计学差异。尽管各种教养方式与逆商的关系还不明确, 但就目前较一致的研究结果是: 开放型和民主型教养方式与高逆商正相关。

在民主型和开放型教养方式下成长的青少年, 在面对挫折时既有机会独自处理(溺爱型父母处于对孩子的保护, 可能更多的帮孩子解决问题), 又可以与父母讨论, 获得支持和建议(放养型父母可能希望孩子

能独立解决问题,较少与他们讨论、提供支持)。在孩子面对困难时,父母的支持和理解十分重要,有助于孩子获得更多的支持、习得更多积极应对方式,提高逆商水平。

4.2. 个体特征

Rachapoom 等(2009)的一项关于 AQ 影响因素的研究发现,自信能显著影响 AQ。王波等(2016)则发现,大专生自卑感与逆境商数呈负相关;且大专生逆境商数与自卑感对就业压力具有正向预测作用。自信与自卑是相对对立的观念,个体越自信,对面对逆境时的表现越有信心,逆商得分越高;相反,个体越自卑,对自己面临困难的表现评价可能较低,因而在逆商量表上的得分越低。高自信的个体面对挫折时,更容易相信自己有克服困难的能力。倾向于采取积极的应对方式,直面挫折、解决问题;自卑感强的个体面对挫折时,可能认为自己不具备克服困难的能力,容易将挫折夸大,因而可能采取较为消极的应对方式,在挫折面前易逃避。逆商教育中可增加相应的自信心训练,提高学生的自信,培养积极的应对方式。

人们关于逆商与情商的关系一直充满好奇,Siphai 等人(2015)发现,情商能显著预测逆商($r = 0.577, p < 0.001$)。但关于情商与逆商的研究目前较少,Siphai 等人的研究表明,EQ 和 AQ 的关系密不可分,EQ 能显著预测 AQ,关于两者之间是否相互影响,仍有待进一步研究。

5. 逆商的影响效果

5.1. 逆商与心理健康

Espejo 等人(2006)研究发现童年遭遇逆境而有焦虑症的人容易在成年时候引发抑郁。陈灿锐等(2008)研究发现,学生的 AQ 与抑郁、焦虑呈负相关,焦虑对 AQ 和抑郁有显著的中介作用。这与薛峰等(2014),研究结果一致,AQ 与抑郁、焦虑呈负相关。这表明,提高逆商水平,可能会缓解焦虑和抑郁情绪。AQ 高的学生在遇到困境时,倾向于采取积极的应对方式,解决困难,因而体验到较少的消极情绪;AQ 低的学生遇到挫折时则相反,挫折本身会让他们体验到消极情绪,消极的应对方式可能无法解决问题,因而他们更容易体验到焦虑、抑郁等情绪。

5.2. 逆商与学业成就

张琪等(2015)逆商总体水平及各部分得分与护生护理专业课、人文课的平均成绩无相关性。李婉婷等(2015),对高年级护生学生逆商研究,护生成绩处于 > 90 分段的护生逆商显著低于成绩在 $80\sim 89$ 分段的护生,即并非成绩越好,逆商水平越高。曹春艳等(2015),数学成绩对初中生的数学逆商有影响。数学成绩能显著预测初中学生的 AQ。目前关于逆商与学业成就的研究,结果大多是两者无显著相关。这与我们对逆商和学业成就的预期不太一致,并不是逆商越高成绩越好,或者成绩越好逆商越高。但是,也有研究表明,成绩能显著预测逆商值,两者的关系有待进一步研究。此外,这两者的关系很大程度上受其他因素影响,也是未来研究的方向。

6. 逆商教育

6.1. 逆商与体育教学

体育教学由于其特殊性,不仅能使学生增强体质,在教学过程中可以磨练学生的意志力,培养学生克服困难和战胜挫折的能力。李吴磊(2014)强调了在体育教学中进行逆商教育的必要性,体育教学在逆商教育方面得天独厚的优越性。他认为在体育教学中进行逆教育主要包括三个方面:理论指导、体育实践和实践延伸。何婷婷(2011)采用实验法对高中生进行了逆商训练。通过理论教学(观看体育竞赛、名人事

迹等)和体育实践在体育教学中融入挫折教育,提升学生的心理承受能力。雷瑛等(2013)在高校体育教学中设置大学生逆商的培养课程,引入素质拓展训练,提高了女大学生的抗挫折力。并且其研究表明,女大学生的逆商水平越高,毕业后的就业率越高。

6.2. 逆商与学科教学

王巍然(2015)对小学数学教学中学生逆商的培养进行了探索,提出给予学生适当的压力、对学生进行积极正面的评价等方法。但其研究仅提出了数学教学中培养逆商的方法,并未进行实证研究。朱桂凤(2016)提出了慢教育课堂数学逆商的培养,对数学逆商的培养框架进行理性建构和知性研究。包括思维控制力、思维归属感、思维影响力、思维延伸力四个维度和认知心向、数学观念以及课程精神三个层面。这对数学教学和逆商培养方式的探索都是一种创新,但也未进行实证研究。韦学宁(2012)、严璟(2012)和曹怡玲(2018)分别探索了在语文、英语教学中进行逆商教育的方法。逆商与各学科教学的研究多为理论研究和教学方法的总结,给一线教师的教学工作提供了指导。但缺少实证性研究,无法说明这些方法对学生的逆商培养有怎样的影响。

6.3. 逆商与心理健康教育

钱晨露(2015)总结了逆商研究的干预手段,主要包括:积极心理实验探索(书写日记、体验积极情绪)、开展心理咨询和团体辅导活动。钱晨露(2015)围绕“逆商”这一主题设计了:积极优势、积极情绪、积极应对和自我决定等八个单元的团体辅导活动。实验组经过团体辅导活动后,逆商得分显著提升。研究者和一线教师对心理健康教育过程中的逆商教育进行了积极探索,但该方面的研究报告较少,且多为理论性文章。逆商教育仍然是心理工作者研究和实践的方向。

7. 总结与展望

逆商自1997年提出以来,便受到了学术界的广泛关注,涉及教育、经济、军事、医学、心理学等领域。但目前关于逆商的研究多集中于教育领域,心理学领域的研究相对较少,关于逆商的研究仍存在许多问题。第一,研究表明我国学生的逆商处于中、低等水平,学校教育中逆商教育呼声和高。研究者和一线教师进行了积极探索,但多为理论研究和方法总结。实证研究较少,无法说明逆商教育的有效性。第二,研究多以调查报告的形式出现,研究严谨度有待提高,如使用信效度较差的测量工具,缺乏进一步统计分析等。第三,由于研究较少,许多研究结果的推广性是存疑的。如逆商与学业成就的关系,目前的研究并未得出较为一致的结果,仍有待进一步研究。第四,目前的研究多为逆商与其他变量的关系研究,关于逆商作用机制的研究较少。如逆商与焦虑、抑郁情绪呈负相关,但逆商对这些负性情绪的影响机制仍不清楚。

逆商教育是近年来的热点,但关于这方面的研究较少,主要是学校逆商教育的理论研究和方法总结。总体来说可从以下方面开展逆商教育:第一,在学科教学过程中进行逆商教育,如体育、数学等学科可结合学科特点将学科教学与逆商教育结合。第二,加强学生心理辅导,学校通过设置心理咨询室,开设心理健康课程、团体辅导活动等培养学生逆商。第三,研究表明家庭教养方式对学生逆商水平相关,家长在家庭教育中应渗透逆商教育,给孩子提高心理支持,让孩子养成解决问题的积极应对方式。

参考文献

- 曹春艳,张定强,丁亥复赛(2015). 民族地区初中生数学逆商的调查与分析——以甘南藏族自治州藏汉初中生数学逆商的比较为例. *数学教育学报*, 24(2), 50-53.
- 曹怡玲(2018). 中小学英语教学中逆商教育的渗透探究. *校园英语*, 3, 137.

- 陈灿锐, 李炳全, 李浙琮(2008). 学生的逆境商、焦虑和抑郁的关系研究. *学校心理卫生*, 22(9), 674-677.
- 何婷婷(2011). 体育教学中实施“逆商”教育对高中生逆境商的影响研究. 硕士论文, 华东师范大学, 上海.
- 皇甫倩, 王后雄(2015). 新时期高中生逆商水平发展现状的调查与分析. *教育科学研究*, 8, 48-54.
- 雷瑛, 吕后刚, 耿文光(2013). 高校体育教学中加强逆境商数培养提高女大学生就业能力的研究. *南京体育学院学报(自然科学版)*, 12(1), 94-97.
- 李炳全, 陈灿锐(2008). 逆境商量表在中国 606 名学生中的信效度检验. *中国心理卫生杂志*, 22(8), 605-607.
- 李婉婷, 庞书勤, 严培晶, 刘玲玉, 辛惠明, 梅阳阳(2015). 护理本科生逆商水平与人文课程相关性分析. *护理研究*, 26, 3234-3236.
- 李吴磊(2014). 在体育教学中对学生逆境商教育的研究. *教育探索*, 7, 73-75.
- 路西(2002). *让逆商AQ克服逆境*. 北京: 中国盲文出版社.
- 马跃, 陈长香, 张妍娜, 田喜凤(2007). 影响大学生逆商的外部因素分析. *中国健康心理学杂志*, 15(3), 238-240.
- 钱晨露(2015). 初中生逆商现状及干预研究. 硕士论文, 扬州大学, 扬州.
- 王波, 梅松丽(2016). 医学类大专生自卑感与逆商培养策略的相关研究. *吉林医学*, 37(11), 2832-2833.
- 王巍然(2015). 小学数学教学中如何培养学生逆商的研究. *数学教学与研究*, 31, 68.
- 韦学宁(2012). 浅谈中学语文教学中如何渗透情商和逆商的培养. *语数外学习*, 6, 32-34.
- 徐芳芳, 单庆芳, 洪贝琪, 吉峰(2015). 青少年逆境商与父母教养方式关系研究. *中国学校卫生*, 11, 1665-1668.
- 严璟(2012). 以英语学科为例初探小学生逆商教育. *外语教研*, 20, 79.
- 张琪, 庞书勤, 严培晶, 李绵利, 吴异兰, 陈丽香, 李婉婷(2015). 本科实习护生逆商与学业成绩的相关性分析. *护理学杂志*, 1, 55-57.
- 朱桂凤(2016). 慢教育语境下数学逆商的培养. *教学与管理*, 3, 45-47.
- Espejo, E. P., Hammen, C. L., & Connolly, N. P. (2006). Stress Sensitization and Adolescent Depressive Severity as a Function of Childhood Adversity: A Link to Anxiety Disorders. *Abnormal Child Psychology*, 35, 287-299.
- Siphai, S. (2015). Influences of Moral, Emotional and Adversity Quotient on Good Citizenship of Rajabhat University's Students in the Northeast of Thailand. *Educational Research and Reviews*, 10, 2413-2421. <https://doi.org/10.5897/ERR2015.2212>
- Stoltz, P. G. (1997). *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. Hoboken: Wiley.
- Yakoh, M., Chongrukasa, D., & Prinyapol, P. (2015). Parenting Styles and Adversity Quotient of Youth at Pattani Foster Home. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 205, 282-286. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.078>

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