

党史学习教育对大学新生积极心理品质提升的实证研究

谢桂璇, 林旭渠, 刘桂霖, 林佳曼, 刘莉莹, 吴文春*, 李莉

韩山师范学院教育科学学院, 广东 潮州

收稿日期: 2023年1月2日; 录用日期: 2023年2月13日; 发布日期: 2023年2月22日

摘要

本研究在于考察党史材料的学习对培养和提升大学新生自信心、心理韧性以及感恩这三种积极心理品质的影响。从韩山师范学院招募了123名被试, 分为实验组与对照组。实验组进行党史材料的学习(共3次实验, 每次2小时, 隔两天实验), 对照组不进行党史材料的学习。干预前后, 采用大学生自信心问卷中的整体自信分量表、青少年心理韧性量表和感恩问卷GQ-6 (中译版)对两组进行测评。干预前, 两组的整体自信、感恩、心理韧性总分均没有显著差异(均 $p > 0.05$); 干预后, 实验组的整体自信和心理韧性相比于对照组有提升, 心理韧性方面达到显著性提升($p < 0.05$), 尤其体现在人际协助方面。党史学习教育有利于提升大学新生的心理韧性, 尤其体现在人际协助方面。根据上述结果, 党史学习教育丰富了心理韧性的提升途径, 学校可以通过加强党史学习教育, 激发学生自身应对困境的优势资源, 提升学生的心理韧性水平, 从而更好地帮助学生应对今后学习和生活所面临的挫折和压力。

关键词

党史学习教育, 大学新生, 积极心理品质

An Empirical Study on the Improvement of Positive Psychological Quality of College Freshmen by Party History Learning and Education

Guixuan Xie, Xuqu Lin, Guilin Liu, Jiaman Lin, Liying Liu, Wenchun Wu*, Li Li

School of Education Science, Hanshan Normal University, Chaozhou Guangdong

Received: Jan. 2nd, 2023; accepted: Feb. 13th, 2023; published: Feb. 22nd, 2023

*通讯作者。

文章引用: 谢桂璇, 林旭渠, 刘桂霖, 林佳曼, 刘莉莹, 吴文春, 李莉(2023). 党史学习教育对大学新生积极心理品质提升的实证研究. *心理学进展*, 13(2), 565-572. DOI: 10.12677/ap.2023.132071

Abstract

This study examined the influence of the study of Party history materials on cultivating and improving the three positive psychological qualities of self-confidence, psychological resilience and gratitude of college freshmen. A total of 123 subjects were recruited from Hanshan Normal University and divided into experimental and control groups. The experimental group studied Party history materials (a total of 3 experiments, each time for 2 hours, two days apart), and the control group did not study Party history materials. Before and after the intervention, the overall self-confidence subscale, the adolescent resilience scale and the gratitude questionnaire GQ-6 (Chinese version) were used to evaluate the two groups. Before the intervention, there were no significant differences in the overall scores of self-confidence, gratitude, and resilience between the two groups (all $p > 0.05$). After the intervention, the overall self-confidence and mental toughness of the experimental group were improved compared with the control group, and the psychological toughness was significantly improved ($p < 0.05$), especially in interpersonal assistance. Party history study and education is conducive to improving the psychological resilience of college freshmen, especially in terms of interpersonal assistance. According to the above results, Party history learning and education has enriched the ways to improve psychological resilience, and schools can strengthen Party history learning and education, stimulate students' own advantageous resources to cope with difficulties, and improve students' psychological resilience level, so as to better help students cope with the setbacks and pressures they face in future study and life.

Keywords

Party History Study and Education, Freshmen in College, Positive Psychological Qualities

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

积极心理品质是大学生适应发展的必备心理素质。大学新生普遍面临对校园生活不适应的问题,其不适应通常表现为生活不适应、学习不适应、人际关系不适应、心理不适应(李承杰, 宋立文, 2021)。生活上,生活方式发生了巨大的变化,需要独立地安排和处理生活中的各种事项,部分学生还需要对气候、饮食和语言表达等多方面进行调整适应。学习上,大学的学习风格与中学时期相比变化较大,学生的学习主动性和自觉性欠缺则容易出现逃课、学习效率低下、厌学、考前焦虑等一系列问题。大学中的异性关系、宿舍关系、师生关系都比之前更加复杂,在新的人际交往圈中,他们往往会出现各种矛盾心理。对于大学新生来说,心理上的不适应主要体现为社会角色转变的不适应,从一个两耳不闻窗外事的中学生到成为真正的成年人,这种角色转变是大学新生需要面对的第一挑战。李承杰, 宋立文(2021)对大学新生适应困难的原因进行分析,发现是由学生心理落差大、缺乏目标和自控力、韧性不足所导致。新生中学时无暇了解大学生活,对大学的期望过度理想化,高校多元的评价机制对以往只看重成绩的学生产生自我评价的冲击,从而导致新生心理上出现极大的反差,使得新生无所适从,容易出现失落和自卑。升入大学前,新生的目标非常明确,那就是考上一所心仪的大学,但是真正升入大学后,原有目标已达成,但新的目标还未建立,使得学生茫然、困惑,产生更多让自己松口气的想法,甚至最终对学习失去兴趣。

韧性不足会使学生遇到打击后情绪低迷,严重者一蹶不振。因此,提升大学新生自信心、感恩、心理韧性这三种积极心理品质是非常有必要的。通过提升新生自信心、感恩、心理韧性这三种积极心理品质,能够使新生更好地应对入学后心理上出现的极大反差,激发其珍惜当下生活、并为了更美好的未来好好学习的心向,即使遇到困难、打击后也能够有效应对和适应。

国外学者给予自信的定义非常多。国内车文博、黄希庭、燕国材等研究者,也给出了自信各种各样的定义,其中,“相信自己”被众多研究者提及(车丽萍, 2002)。车丽萍, 黄希庭(2006)主张“自信是一个多维度多层次的心理系统,是个体对自己的积极肯定和确认程度,是对自身能力、价值等做出正向认知与评价的一种相对稳定的人格特征”,这一定义被后来的研究者大量引用。近几年关于自信心提升的实证研究颇为丰富。戴雯(2012)通过其研究表明其所进行的自信心团体辅导能够有效地提高女大专生的自信水平,其研究进行的个案辅导也可以有效地帮助个体更好地融入团体从而促进其增强自信心。崔云燕(2020)发现气排球和花式跳绳的训练对女大学生的自信心也具有积极影响,但啦啦操效果更显著于前两者。王心力(2020)通过实验研究证实经过三个月的游泳运动干预对提升大学生的自信心水平有一定的帮助,对大学生自信心水平的提升具有很好的效果。

“滴水之恩,当涌泉相报”,“投我以木桃,报之以琼瑶”,说起感恩,我们都知道它是我们中华民族的传统美德。感恩是对他人、社会和自然给予自己带来恩惠和方便,在心里产生认可并意欲回馈的一种认识,一种情怀和行为。但对大学生而言,感恩不是对所受之恩的简单回报,而是一种自立意识、自尊意识、责任意识的表现以及一种精神境界的追求(杨玺, 龚平, 2011)。关于感恩提升的实证研究至今还较少,但积极探索这一领域,丰富这一领域的研究,也正是本研究的创新点之一。

心理韧性是指面对丧失、困难或逆境时的有效应对和适应(Tugade & Fredrickson, 2004)。在提升心理韧性方面,刘硕等人(2021)通过研究认知行为团体心理辅导活动对高中生心理韧性的干预效果,得出认知行为团体辅导课程可以有效提升高中生的心理韧性水平、生活满意度及学业成绩的结论。许树艳等人(2022)通过干预研究证明正念培育能有效提高学警大学生的心理韧性。

习近平总书记曾指出,中国共产党的历史是中国近现代以来历史最为可歌可泣的篇章。因为它承载着无数革命者为祖国独立和人民自由而奋斗的峥嵘岁月,记录着无数英烈抵御外来侵略的顽强抗争,凝聚着中华民族危难时刻可歌可泣的精神力量(李佳恩, 2021)。习近平总书记也曾指出“党的历史是最生动、最有说服力的教科书”。党史学习教育是党中央站在建党百年的重大时刻和“两个一百年”历史交汇的关键节点上为统筹中华民族伟大复兴战略全局和世界百年未有之大变局、为动员全党全国满怀信心投身全面建设社会主义现代化国家而作出的重大决策(刘淑艳, 孙涛, 2022)。党史学习教育使大学生了解中国共产党发展历程,了解在推进党的发展历程中起到重要角色的人物、重要会议,以及党的建设发展历程。通过党史学习教育让大学生更加了解党、了解红色文化。赵婧文和于军(2021)认为勇于自我革命是马克思主义政党的品格,提升自我革命能力是我们党永葆生机活力的密钥,并通过研究证实党史学习教育中可以推进自我革命能力的提升。唐德军(2021)证实了深化党史学习教育,可以通过组织瞻仰红色遗址、聆听党史故事、讲授专题党课、重温红色经典、开展主题活动,充分利用新媒体手段等形式进行对党史的学习。黄志坚(2021)也在其研究中表明深入学习党的历史,有利于培养判断力、领悟力和执行力,增强“四个意识”、坚定“四个自信”,做到“两个维护”,推出更多体现中国精神、中国文化、中国气质、中国水平的同新时代相匹配的文化精品。加强党的历史学习,旨在让青年人进一步认清祖国所处的历史方位,知晓过去、把握现在,明晰未来,进一步增强历史自觉和历史担当,对于引导帮助大学生成长具有重要的现实意义(李佳恩, 2021)。

到目前为止,党史学习教育在心理健康教育这一领域的实证研究极少。近些年关于提升自信心、心理韧性这两种积极心理品质的实证研究相较于感恩方面较为丰富,干预的形式也非常多元化,如有团体

心理辅导、气排球训练、花式跳绳训练、游泳运动训练、正念等。同时,我们也了解到党史材料的可领悟性高、可学习性强。因此,本研究在于考察党史材料的学习对培养和提升大学新生自信心、心理韧性以及感恩这三种积极心理品质的影响。并作出党史学习教育能促进学生在相应方面的积极心理品质发展的这一研究假设。通过此研究,有利于宣传党史学习教育的重要性,引导学生在学习党史中感悟真理之光、汲取信仰之力、追寻初心之源、传承精神之美,以昂扬向上的精神状态和奋斗姿态投入学习和生活;有助于从新的角度去发掘党史学习教育活动对培养大学新生积极心理品质的促进作用,并为各高校及时调整、制定更有利于促进大学生心理发展、提升其心理健康水平的党史学习教育活动计划和措施提供实证依据;有助于丰富党史学习教育在心理健康教育领域的实证研究成果。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

选取韩山师范学院在校大一本科生 123 人,实验组男生 9 人、女生 48 人,对照组男生 12 人、女生 54 人,两组被试年龄在 18~22 岁($M = 19.59, SD = 0.735$),视力或矫正视力正常,完成实验后获得小礼品。

2.2. 实验材料

党史学习的材料为三部影片,分别是《建党伟业》、《勇士》和《焦裕禄》。三部影片材料均经过两位心理学专家的评定,符合实验要求,可作为实验材料。《建党伟业》全程 119 分钟,情节围绕 1921 年前后展开,讲述从 1911 年辛亥革命后到 1921 年中国共产党成立这段时间内的历史故事与风云人物,主要以毛泽东、李大钊、陈独秀、蔡和森、张国焘、周恩来等第一批中国共产党员为中心,讲述他们在风雨飘摇的时代中为国家赴汤蹈火的精彩故事。《勇士》全程 110 分钟,以红军长征途中强渡大渡河,飞夺泸定桥的英雄史实为原型,展现勇士们在敌人的围追堵截中大智大勇,挑战生死关口的非凡经历。李东学在片中饰演率领 22 名突击队员的黄开湘团长,他与战士们穿越枪林弹雨的围剿,突破天险飞夺泸定桥,以血肉之躯粉碎了国民政府的阴谋,在中国革命史上谱写了不朽的一页篇章。在勇士们心中,黄开湘团长不但是并肩作战的战友,更是带领他们击败困难的“战神”。《焦裕禄》全程 97 分钟,讲述了在 1962 年冬,焦裕禄被派往灾荒严重的河南省兰考县任县委第二书记,眼见街上成群结队的乞丐、纷纷逃亡外地的饥民,他心情十分沉重,下决心根治长期困苦兰考百姓的风沙、水涝和盐碱“三害”,不久,他在多次深入基层做调查研究的基础上,制定出治理“三害”的方案。但深入群众的工作方式招致县长、县委副书记吴荣先的不满。升为县委书记后,焦裕禄不顾肝脏经常胀痛,几乎每日都坚持去治理“三害”第一线工作,很得人民爱戴,吴荣先指使人就某件事借题发挥想将焦裕禄整垮,结果全县群众聚在一起为他鸣冤。其后兰考遭遇特大水灾,焦裕禄得肝病虽然已到晚期,仍坚持去抗灾第一线的工作。

采用车丽萍,黄希庭(2006)编制的大学生自信心问卷中的整体自信分量表,共 19 个项目,分为 3 个维度(综合确认、总体肯定、否定自我)。采用 5 点计分,1 表示完全不符合,5 表示完全符合。其中,项目 33、62、64、67、68 为反向计分题。该分量表的内部一致性信度系数为 0.8272、重测信度系数 0.8569,表明此分量表有良好的内部一致性和跨时间的稳定性。

采用胡月琴,甘怡群(2021)编制的青少年心理韧性量表,共 27 个项目,分为 5 个维度(目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助),前 3 个维度构成个人高阶因子,后 2 个维度构成社会高阶因子。采用 5 点计分,1 表示完全不符合,5 表示完全符合。其中,项目 1、2、5、6、9、12、15、16、17、21、26、27 为反向计分题。得分越高代表心理韧性水平越高。量表的内部一致性系数为 0.85,5 个维度的内部一致性系数分别为 0.81、0.73、0.81、0.74、0.71。

采用魏昶等人(2011)修订的感恩问卷 GQ-6,该问卷通过评估个体感恩体验的频度和强度,以及激发

感恩情绪事件的密度和广度来评定个体感恩情绪特质的个体差异。共 6 个项目, 采用 5 点计分, 1 表示完全不同意, 5 表示完全同意。项目 3 和 6 为反向计分题, 对反向计分项目反转处理后, 计算所有项目的均分, 分数越高表示感恩倾向越强。该量表内部一致性信度系数为 0.81、重测信度系数 0.70。

2.3. 实验设计与程序

2 (组别: 实验组、对照组) × 2 (施测时间: 前测、后测) 的混合实验设计, 其中组别为被试间变量, 施测时间为被试内变量。因变量为感恩、自信心、心理韧性这三种积极心理品质的得分。本研究采用实验组、对照组前后测的实验设计, 实验组需参加党史学习, 对照组则不需要参加党史学习。前测是指在实验的开始之前对被试者进行测量, 后测是指在实验结束后对被试者进行测量, 实验的设计详见表 1:

Table 1. Design of experiments
表 1. 实验设计

组别	前测	实验处理	后测
实验组	O ₁	X	O ₂
对照组	O ₃	-	O ₄

(注 O₁、O₃ 为前测, O₂、O₄ 为后测, X 为实验操作, -为不接受实验处理)。

在开展实验前, 分别对实验组、对照组成员进行问卷前测; 紧接着, 实验组进行党史学习, 对照组则不进行学习; 在实验结束后分别对实验组、对照组成员进行问卷后测。实验组党史学习安排详见表 2:

Table 2. Arrangement of Party history study in the experimental group
表 2. 实验组党史学习安排表

时间	地点	学习内容
4 月 17 日	东丽 B 伟南楼 402 基础心理实验室	《建党伟业》
4 月 20 日		《勇士》
4 月 23 日		《焦裕禄》

前测共发放问卷 123 份, 回收 123 份, 回收率 100%; 后测共发放问卷 107 份, 回收 107 份, 回收率 100%; 剔除中途申请退出的被试数据 19 份及数据连续、规律等无效数据 5 份, 最后得有效数据 99 份。

3. 结果与分析

在实验开始之前将实验组和对照组进行问卷前测, 采用独立样本 *t* 检验检测两组被试是否同质, 结果见表 3。由表 3 可知实验组和对照组在整体自信、感恩和心理韧性的前测得分上均无显著差异。

Table 3. Results of independent sample *t*-test between experimental group and control group before experiment
表 3. 实验前实验组与对照组独立样本 *t* 检验结果

	组别	<i>n</i>	<i>M</i> ± <i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
整体自信	对照组	55	61.86 ± 9.02	-0.27	0.785
	实验组	44	61.36 ± 8.88		
心理韧性	对照组	55	94.96 ± 15.09	-0.24	0.811
	实验组	44	94.30 ± 11.27		
感恩	对照组	55	4.02 ± 0.71	-0.70	0.485
	实验组	44	3.92 ± 0.73		

注: *p* > 0.05 没有显著性, *p* < 0.05 有显著性, 下同。

实验结束后,将实验组和对照组在整体自信、感恩、心理韧性三方面进行独立样本 t 检验,结果见表 4。从表中数据可得知,实验后,整体自信、感恩在组间没有达到显著性差异,心理韧性在组间达到显著性差异, $p < 0.05$ 。

Table 4. Independent sample t -test results for the difference between the experimental group and the control group
表 4. 实验组与对照组前后测差异独立样本 t 检验结果

	组别	n	$M \pm SD$	t	p
整体自信	对照组	55	0.26 ± 6.25	0.78	0.435
	实验组	44	1.13 ± 4.25		
心理韧性	对照组	55	-2.00 ± 8.94	2.27	0.025
	实验组	44	1.23 ± 5.02		
感恩	对照组	55	-0.25 ± 0.71	0.35	0.720
	实验组	44	-0.20 ± 0.58		

实验结束后,将对照组和实验组心理韧性的五维度进行独立样本 t 检验,结果见表 5。从表中数据可得知,试验后,目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持在组间没有达到显著性差异。人际协助在实验组、对照组间存在显著性差异, $p < 0.05$ 。

Table 5. Independent sample t -test results of five-dimensional mental toughness before and after test
表 5. 心理韧性五维度前后测差异独立样本 t 检验结果

	组别	n	$M \pm SD$	t	p
目标专注	对照组	55	-0.08 ± 0.53	0.96	0.342
	实验组	44	0.02 ± 0.41		
情绪控制	对照组	55	-0.06 ± 0.59	1.11	0.269
	实验组	44	0.07 ± 0.46		
积极认知	对照组	55	-0.04 ± 0.58	-0.24	0.815
	实验组	44	-0.06 ± 0.48		
家庭支持	对照组	55	-0.12 ± 0.59	0.77	0.446
	实验组	44	-0.04 ± 0.44		
人际协助	对照组	55	-0.07 ± 0.59	2.58	0.011
	实验组	44	0.20 ± 0.44		

实验结束后,将不同性别在整体自信、感恩、心理韧性上的得分进行独立样本 t 检验,结果见表 6。从表中数据可得知,实验后,心理韧性、感恩在组间没有达到显著性差异,整体自信在组间达到显著性差异, $p < 0.01$ 。

Table 6. Independent sample t -test results for the difference between the male group and the female group
表 6. 男生组与女生组前后测差异独立样本 t 检验结果

	组别	n	$M \pm SD$	t	p
整体自信	男生	15	-2.95 ± 6.41	-2.88	0.005
	女生	84	1.29 ± 5.03		
心理韧性	男生	15	-3.50 ± 9.23	-1.64	0.105
	女生	84	-0.04 ± 7.20		
感恩	男生	15	-0.47 ± 0.91	-1.17	0.118
	女生	84	-0.18 ± 0.59		

4. 讨论

本研究分析结果显示,实验前实验组与对照组在整体自信、感恩和心理韧性上没有显著性差异,说明在实验前实验组和对照组是同质的,符合实验分组的要求,可以进行党史学习干预实验。实验后,相比于对照组,实验组在整体自信、心理韧性方面有相应的提升,在心理韧性方面达到显著性提升,尤其体现在人际协助方面。随着学习时间的推移,男生、女生在整体自信得分也存在显著性差异,女生的整体自信得分显著高于男生。

大学心理健康教育一直在强调,不仅要关注挫折和压力对学生造成的消极影响,更应激发学生自身具备应对困境的优势资源,提高个体应对困境的能力。那么,根据上述结果,学校可以通过拓宽党史学习途径,丰富党史学习资源,加强党史学习教育,提升学生的心理韧性水平,从而更好地帮助学生应对学习和生活所面临的挫折和压力,例如:挂科、考证失败、奖学金评选落选、考研失败、班委和学生干部竞选落选等学业挫折;宿舍矛盾、失恋等人际压力;考研失利和求职失败等职业发展压力;家庭贫困等经济压力;亲人离世、自然灾害等创伤事件。

参照本研究的方案和设计,可从实验形式、参与实验的被试人数上做进一步改进。本实验采取观看视频的形式进行,每次参与实验的被试人数为实验组的所有人数,在一定程度上可能会影响被试的观影效果,导致被试产生疲劳效应,从而对实验结果造成影响。并且,本研究整体自信、心理韧性和感恩的重复测量都是在干预前后以被试自评的方式进行测量,可能存在时间效应。

简言之,本研究在于考察党史材料的学习对培养和提升大学新生自信心、心理韧性以及感恩这三种积极心理品质的影响,验证了党史学习教育能有效提升大学新生的心理韧性水平。本研究拓展了有关积极心理品质的干预研究,从新的角度发掘党史学习教育活动对培养大学新生积极心理品质的促进作用,丰富了党史学习教育在心理健康教育领域的实证研究成果,可望为学校教育提供参考,以提高学生的整体自信、心理韧性等积极心理品质。

5. 结论

党史学习教育有利于提升大学新生的心理韧性,尤其体现在人际协助方面。

参考文献

- 车丽萍(2002). 自信的概念、心理机制与功能研究. *西南师范大学学报(人文社会科学版)*, 28(2), 86-89.
- 车丽萍, 黄希庭(2006). 青年大学生自信的理论建构研究. *心理科学*, 29(3), 563-569.
- 崔云燕(2020). *啦啦操运动对女大学生自信心的影响研究*. 硕士学位论文, 成都: 成都体育学院.
- 戴雯(2012). *团体辅导对高等职业技术学院女大专生自信的干预研究*. 硕士学位论文, 长沙: 湖南师范大学.
- 胡月琴, 甘怡群(2008). 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, 40(8), 902-912.
- 黄志坚(2021). 建设政治强、业务精的新时代编辑队伍——从党史学习教育中汲取养分. *中国编辑*, (8), 89-92.
- 李承杰, 宋立文(2021). 积极心理学对大学新生适应教育的启示与实践. *教育教学论坛*, (24), 173-176.
- 李佳恩(2021). 关于加强大学生党史教育的几点思考. *大庆社会科学*, (5), 33-36.
- 刘淑艳, 孙涛(2022). 习近平总书记关于党史学习教育重要论述的三重维度. *学校党建与思想教育*, (8), 25-28.
- 刘硕, 宋莉莉, 王詠(2021). 运用认知行为团体心理辅导提升高中生的心理韧性. *中国临床心理学杂志*, 29(2), 419-423+442.
- 唐德军(2021). 深化党史学习教育 做好思想政治工作. *邵阳日报*.
- 王心力(2020). *大学生自信心水平调查及游泳运动干预研究*. 硕士学位论文, 南京: 南京师范大学.
- 魏昶, 吴慧婷, 孔祥娜, 王海涛(2011). 感恩问卷 GQ-6 的修订及信效度检验. *中国学校卫生*, 32(10), 1201-1202.
- 许树艳, 廖倩, 明秀峰, 黄昊(2022). 正念培育改善学警大学生心理韧性的对照研究. *中国健康心理学杂志*, 30(3),

441-447.

杨玺, 龚平(2011). 论大学生感恩教育. *现代农业*, (2), 104-105.

赵婧文, 于军(2021). 在党史学习教育中提升自我革命能力. *解放军报*.

Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back from Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333.

<https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>