



国内高校大学生逆商教育研究综述

郅咏欢

(中国石油大学(北京),北京 102249)

摘 要:当前我国高校大学生处于高逆境环境中,面临来自学习、感情及人际关系、就业等诸多方面的压力。是否拥有高 AQ 不仅关系到大学生的学习和就业,更关系着他们的未来能否拥有积极向上的生活,因此高校在逆商教育方面有肩负着不可推卸的责任。高校要加强逆商教育理论引导,将体育教学与逆商教育相结合,在就业指导中引入逆商教育,高校教师在大学生逆商教育中扮演着重要角色。

关键词:大学生,逆商教育,体育教学,大学生就业

中图分类号: G649.2

文献标识码: A

文章编号: 1671-931X(2014) 05-0116-04

116

一、引言

(一)逆商的概念

逆商,即 Adversity Quotient(AQ),全称逆境商数,也被译为挫折商或逆境商,是美国职业培训师 Paul G. Stoltz 在 20 世纪 90 年代率先提出的。逆商可用于衡量一个人应对挫折和逆境的能力。逆商包括四个维度,即控制力、责任归属感、影响范围和持续时间。控制力是指在逆境中对可控因素的掌控和改变的能力;责任归属感是指在逆境中对遭遇的问题的归因和责任承担能力;影响范围指逆境会对个人生活的其它方面造成多大的影响,把逆境控制在一定范围之内是有效解决问题的前提条件之一;持续时间指逆境会持续多久,及逆境的影响时间有多久。^[1]

(二)当代教育呼吁逆商教育

当代大学生处于高逆境环境中,面临着适应环境,处理感情和人际关系,以及来自学习和就业压力的诸多挑战。有关研究显示,目前在我国每年有 25 万人自杀,已成为青年人群的首位死因。据一项相关

调查,目前我国约有 3000 万青少年存在不同的心理问题,其中大学生中有心理障碍者为 16%-25.4%,而且呈现上升趋势。^[2] 大学生的抗挫折能力亟待提高。此外,在实际生活中,大学生随时可能经历“逆境”的考验,比如你倾入大量努力的事情,到最后却以失败而告终。这时,你所历经的痛苦和纠结到你坦然面对并积极应对的过程,正是你逆境商的一个运用过程。^[3]

综观当代大学生的实际特点,一方面,从入学起,他们就承受着较大的思想压力,诸如:学业上的压力、综合素质的提高、未来就业的不确定感、环境的不适应等等。另一方面,大学生正值青春年少,缺乏人生经验,抗挫折能力与调控能力较差。面对困境与重压,容易沉陷在消极的泥潭而不能自拔。例如:一些大学生不能承受学习成绩下降、失恋等带来的身心压力,呈现焦虑、失眠、抑郁、恐惧;个别学生精神崩溃、跳楼自杀...身心的失衡,不仅影响其智能的发挥,而且还会使其潜能的挖掘、综合能力的培养、人格的完备受到抑制。因此,高校积极开展大学生逆

收稿日期:2014-08-15

作者简介:郅咏欢(1988-),女,河北省石家庄市人,中国石油大学(北京)高等教育学 2013 级硕士研究生,研究方向:终身教育与人力资源开发。

商培养的教育活动,促使其在逆境面前形成良好的思维方式、良好的行为反应方式十分必要。

(三)逆商在教育领域的应用

逆境商最初源于管理学,是为了拥有更好的管理效能,更好的帮管理者解决企业中人的问题提出的一种能力培训。逐渐发展到现在,逆境商已广泛应用于各个领域实际问题的解决中,并逐渐成为一项必备的重要能力。^[3]

教育层面上,当代大学教育呼吁把逆境商教育纳入大学教育的一个重要组成部分。由于国内和国外大学生的文化背景和所处的逆商环境有较大的差异,所以本文主要论述国内大学生逆商教育的研究现状。

目前的研究主要集中在三个方面:一,针对不同类型院校的学生进行研究,因学生的不同特点,有针对性地开展逆商教育;二,针对逆商和就业关系展开研究;三,从体育教学及各项体育运动的角度,对逆商教育提出措施建议。

二、文献综述

(一)针对不同类型院校学生的逆商教育研究

张定强,曹春艳以西北师范大学为例调查师范大学生逆商现状并对师范教育进行了反思。调查发现,当代师范生的逆商处于中等水平,控制力、影响力和持续力较好,但是起因和责任归属不理想;生源地对师范生的逆商有影响,民族、专业、性别、年级、年龄及独生子女对逆商影响不大。^[4]作者在借鉴保罗·史托兹编制的APR《逆商反应量表》和路西编制的《路西量表》针的基础上,根据师范生的特点,设计了一份《师范生逆商量表》。研究方法上也结合了访谈和问卷两种形式。论文给出了西北师范大学学生逆商调查的结果,但还不能把结果推广到全体师范生。

戴玉琴等人调查了本科护生逆境商现状,研究发现教师素质与教学方法、教学过程、是否独生子女及是否担任班干部是影响本科护生逆境商的主要因素。作者采用APR量表及学习满意度量表对本科护生进行问卷调查,结果显示本科护生的逆商和学习满意度均处于中等水平,且二者呈正相关。^[5]由于受问卷发放难度等因素的限制,该研究也只选取了一所学校的学生为研究对象,并没有将结果推广到其他护校。

目前我国绝大多数工程应用型本科院校都是在原有的高职高专基础上合并组建而成的,普遍存在着缺乏人文传统、人文精神方面的历史积淀,人文素质教育重视不足,作为人文素质教育的重要内容之一的逆商教育更是欠缺。唐新华在分析了工程应用型本科院校的特殊性之后,指出其逆商教育存在的

三种问题:一,逆商教育内容系统性不强,极易流于形式;二,逆商教育方式方法单一,缺乏实效性、针对性;三,缺乏教育实践。作者着重阐述了CDIO工程教育在推进工程应用型本科学生逆商教育中的载体作用。CDIO教学模式近年来应用于工程学生的逆境商教育中,CDIO即构思(Conceive)、设计(Design)、实现(Implement)和运作(Operate)教学模式,它强调从实践操作出发,针对所遇到的困境,积极采取应对措施。^[6]将逆商教育与CDIO教学模式相结合,是逆商教育在实践领域的一次突破。

龚晓会等人在逆商教育研究中采用了实验研究的方法,研究对象是河北工程学院的医学专科生,该实验设置了研究组和对照组,对研究组的学生开展逆商培养的课程,引入情境教育,采用“模拟应激”、“个例指导”、“社会实践”、“强化训练”、“专家讲话”等手段,促使学生优良意志品质的积淀,同时在管理模式上也采用有利于逆商培养的方法。结果研究组的学生AQ在实验前后有明显变化,证明研究组的施教方法效果优于对照组。^[7]该研究将实验法引入逆商教育研究中,使逆商教育研究进一步科学化,同时也提出了提高学生逆商的可操作性方法。但实验法的缺陷是不能证明学生逆商提高不是由于受到前测的影响。

鲁楠对高职学生的逆商现状进行研究,从家庭、学校、社会、自身四个角度分析了影响高职学生逆商的因素,并提出了逆商提高的建议。^[8]但作者并没有给出关于高职学生逆商的具体数据和实证研究。

吕静对独立学院“90后”学生的心理特点进行分析研究,阐述了对其进行逆商教育的必要性,并提出了独特的教育方法,如武汉科技大学中南分校规定在校学生必须参加为期一周的素质拓展活动,主要项目有:破冰、雷区取水、穿越电网、信任背摔、蚂蚁过河、信任牵手、鼓动人心等,通过这些素质拓展,学生可学会如何处理人际关系,提升团队合作精神,加强其逆商水平。^[9]在素质拓展活动中开展逆商教育,是逆商教育实践中的又一创新。

国外关于逆商教育的研究,涉及学生、课程、环境等教育因素中的逆商问题,S.N.D.T.女子教育学院的Almeida通过开发一项与逆商有关的课程来提高大专生的逆商。^[10]圣约瑟学院的zhou探讨了学术表现和逆境商数的关系,得出结论:AQ高的人,学术表现也好;AQ低的人,学术表现相对差。^[11]

(二)逆商教育与体育教学

现代体育科学研究证明,体育不仅可以增强学生体质健康,而且还可以通过体育来向学生进行有效的思想品德教育,开发学生智力,提高学生的心理素质水平,尤其是对身处逆境时的心理调节能力的培养有着重要的作用。^[14]体育与健康课程的课程目

标也明确提出培养学生具有良好的心理品质,表现出人际交往的能力与合作精神;提高对个人健康和群体健康的责任感,形成健康的生活方式;发扬体育精神,形成积极进取、乐观开朗的生活态度。^[12]因此,在体育教学中也需融入逆境商教育,培养学生的社会适应性。^[13]同时,何婷婷等人从体育的本质功能和社会功能两个角度分析了体育对逆境商提高的良好作用。

曹芳将培养学生的抗挫折能力引入到冬季体育课教学中,分析了冬季,尤其是北方的冬季,由于天气的寒冷,以及学生意志品质的薄弱,学生体育运动过程中易产生心理挫折。因此要在冬季体育课学习中,培养学生的抗挫折能力,提高心理健康水平。^[13]作者虽然没有明确提出“逆商”概念,但已将抗挫折教育与冬季体育教学结合,开始探讨体育教学中抗挫折能力教育的问题。不足之处是作者没有认识到抗挫折教育在体育教学,乃至整个教学过程中的常规性。张吉将冰上教学与逆商教育相结合,利用冰上课本身的特点对学生进行心理健康教育,消除学生的心理障碍,培养和提高学生承受挫折的能力,从而促进学生身心的全面发展。^[15]马养红认为大学军事课在提高大学生逆商方面有着重要的作用。军事技能训练可以提升大学生自我控制意志力、责任感和持续性;军事理论学习可以促使其理解逆境,认识逆境并转化逆境。^[16]尤文静认为当代大学生所处的高逆境环境及其所处生存发展环境的不确定性决定了必须增强大学生的逆商。历奇体验式训练可以有效提升大学生的适应能力,有效帮助大学生挖掘自身的潜能,有效促进大学生人际关系改善,有效树立大学生的自信心,有效地完善大学生的人格品质。^[17]李海珍采用座谈访谈法,结合定向越野课程特殊的教学手段和参与方式,提出定向越野课程特殊的场地环境、技术模式、参与方式、赛事体验来提高大学生的逆境意识。^[18]

周红兵研究指出教师在逆境教育中发挥着重要作用。因此在体育锻炼和竞赛的过程中,老师不仅要事先跟学生讲明锻炼的目的和意义,而且在体育竞赛过程中,教师还要有意识地设置一些困难、障碍、挫折环节或在原有的练习内容、结构、方法和要求等方面提出更高的目标,培养学生以正确的心态面对失败和压力的能力,使他们经过努力和拼搏而获得成功。^[14]目前对体育教学与逆商教育的研究多采用文献分析法和座谈访谈法,还没有相关的实证研究。

(三)逆商教育与就业

当前大学生就业形势严峻,导致严重的就业心理危机。李婷婷,刘金如对就业压力进行了两个层面的分析,大学生就业压力的心理因素分析和社会因素分析。作者主张运用逆商教育理论对大学生就业

心理进行干预,把逆商培养作为高校就业指导的着力点,鼓励大学生正确认识人生的挫折和逆境,加强自身认知,调整就业期望值;认为社会需要大量高逆商的人才。^[19]

涂永红认为日益激烈的就业竞争导致大学生就业逆商的出现,对此通过引导大学生转变就业观念、加强就业挫折认知教育、科学设置就业逆商教育内容、科学运用教育方式、构建就业心理防御机制等途径加强就业逆商教育,提高大学生的就业逆商水平。^[20]唐新华将逆商教育与大学生就业力联系起来,作者认为这二者虽属不同的领域,但发展轨迹和最终目的是相同的,并且作者还论证了逆商教育与就业力的显性和隐性和谐。作者把逆商培养作为就业教育的着力点,采取切实可行的措施和方法,提升学生的就业力。^[21]付斌就逆商教育对就业的影响做了实证研究,通过有针对性的“情境教育”,如“就业情境的模拟应激”、“行为反应日记”等,对学生进行就业逆商的培养,可以明显改善大学生就业心理状况,提高就业核心竞争力。^{[22][23]}

心理学家认为,一个人事业成功必须具备高智商、高情商和高挫折商这三个因素,100%成功=20%IQ+80%[EQ+AQ]。^[24]但也有人对此提出了不同看法,如谢剑虹认为人们夸大了情商和逆商的作用。他认为不能简单地把成功归之于哪一个或哪几个心理因素,也不能忽略任何一个成功所需要的心理基础;不能简单地用IQ、EQ、AQ等概念来代表智力、情绪情感、意志等理论;不能把智力、情绪情感、意志等理论对立起来。^[25]

三、结语

总的来说,可以从以下几个方面来开展逆商教育:

第一,明确逆商教育的常规性教学任务,根据学生的个性特点和兴趣、需求,科学设置逆商培养课程,如《逆境商数》、《逆境·人生》、《逆境与就业》、《逆商——通向成功的挫折教育》、《挫折教育学》、《大学生心理》、《心理调适艺术》等,形成系统的逆商教育体系等。^{[17][26]}通过逆商课程的开展,使大学生明白逆商的概念,调整自己对待逆境的心态,掌握面对逆境时的处理技巧,以便在逆境来临时有的放矢。

第二,将逆商教育与体育教学相结合,使大学生在体育锻炼中提高自身逆商。如冰上体育、历奇体验式训练、军事训练课以及定向越野课程等等。^{[15][16][17][18]}此外,还要积极拓展逆商教育的新形式,探索逆商教育在素质拓展训练中应用的可能性,如破冰、雷区取水、穿越电网、信任背摔、蚂蚁过河、信任牵手、鼓动人心等。^[9]

第三,在就业指导中引入逆商教育,开展就业逆

商教育。以逆商培养作为就业教育的着力点^[21],通过有针对性的“情境教育”,如“就业情境的模拟应激”、“行为反应日记”等,提高大学生的就业逆商。^[22]

第四,要充分发挥高校教师在逆商教育中的重要作用。^[24]教育学家曾说过,广义上的教育,是人对人的影响。教师除了要教给学生谋生的知识、技能之外,更重要的是教会他们在面临困难、挫折时,怎样不被彻底打败,跌倒后怎样爬起来。如果知识、技能代表的是无数的“0”,那么逆商教育应该是“0”前面的那个“1”。无数沉重的事实证明,当代的教育关注更多的是“0”,而非“1”,这种舍本逐末的现象亟待改变。

参考文献:

- [1] [美]保罗·史托兹.AQ 逆境商数[M].天津人民出版社,1998,(8).
- [2] 沈杰.中国每年25万人自杀 须防社会转型期心理震荡[EB/OL].http://news.163.com/07/0225/06/385GS4H5000120GU.html,2007-02-20.
- [3] 何婷婷,季浏,刘琪.基于体育功能的角度,探析体育对逆境商数的培养[J].浙江体育教学,2010,(7).
- [4] 张定强,曹春艳.师范大学生逆商现状的调查及对师范教育的反思——以西北师范大学为例[J].当代教育与文化,2011,(2).
- [5] 戴玉琴,功香,海艳,银娟.护生逆境商现状及其影响因素的调查分析[J].护理管理杂志,2012,(10).
- [6] 唐新华.CDIO 工程教育在推进工程应用型本科学生逆商教育中的作用研究[J].教育与职业,2010,(3).
- [7] 龚晓会,刘志军,付斌.医学生的逆商及培养[J].河北建筑科技学院学报(社科版),2004,(6).
- [8] 鲁楠.试析高职学生逆商的提升[J].高等农业教育,2009,(8).
- [9] 吕静.述评独立学院“90后”大学生逆商问题[J].企业导报,2010,(12).
- [10] Almeida, A. Development of a Programmed for Enhancing the Adversity Quotient of Junior College Student [EB/OL].http://peak learning.com.2009,(8).
- [11] Zhou,H.J.AQ and Academic Performance among College Student [EB/OL].http://peak learning.com.2009,(5).
- [12] 季浏.体育与健康课程标准解读[M].武汉:湖北教育出版社,2002:18.
- [13] 曹芳.冬季体育课教学中如何培养学生的抗挫折能力[J],渤海大学学报,2005,(3).
- [14] 周红兵.浅谈高校体育对学生逆境商数的培养[J].商业经济,2005,(11).
- [15] 张吉.谈冰上课教学与大学生逆商的提高[J].沧州师范专科学校学报,2008,(12).
- [16] 马养红.军事课:提高大学生逆商的利器[J].中国科教创新导报,2009,(17).
- [17] 尤文静. 历奇体验式训练对提升大学生逆境商的启示[J].内蒙古电大学刊,2011,(4).
- [18] 李海珍.高校开设定向越野课程对大学生逆境商数(AQ)的影响[J].运动,2010,(12).
- [19] 李婷婷,刘金如.逆商教育——大学生就业心理压力干预的有效途径[J].内蒙古农业大学学报,2011,(6).
- [20] 涂永红.试论大学生就业逆商教育[J].宜春学院学报,2011,(3).
- [21] 唐新华.逆商教育与大学生就业力的和谐成长[J].现代教育管理,2009,(5).
- [22] 付斌.大学生就业心理的干预研究[D].石家庄:河北师范大学,2009.
- [23] 龚晓会,安津平.当代大学生的逆商培养[N].人民日报.2003-08-29(6).
- [24] [美]保罗·史托兹.比智商、情商更重要的是逆商[M].海潮出版社,2003.
- [25] 谢剑虹.浅析情感智商、逆境商数和智商[J].长沙民政职业技术学院学报,2002,(3).
- [26] 靳建华,徐新生.高校开展逆商教育的思考[J].许昌学院学报,2005,(2).

[责任编辑:许海燕]

Research Review on Adversity Quotient Education of Domestic College Students

QIE Yong-huan

(China University of Petroleum, Beijing 102249, China)

Abstract: At present, college students are at a high stress environment, facing learning, emotional, interpersonal relationships and employment pressures. Having high AQ is not only related to students' learning and employment, but also having a positive life in their future or not. It is unshirkable responsibility of the colleges to give adversity quotient education. Colleges and universities must strengthen the adversity quotient education, combine physical education with adversity quotient education, and bring the adversity quotient education to employment guidance. And college teachers play an important role in the college students' adversity quotient education.

Key words: college students; adversity quotient education; PE; college student employment