

# 国内积极心理品质研究的发展与现状研究——基于 CiteSpace软件文献计量可视化分析

罗婷婷, 洪显利, 王文清, 李红仪

重庆师范大学特殊儿童智能康复与教育重庆市哲学社会科学重点实验室, 重庆

**摘要:** 积极心理品质是一种正向的心理特质, 它体现了个体在认知、情感和行为上的积极取向。近年来, 积极心理品质受到国内众多学者的关注。本研究对近20年以来“积极心理品质”为关键词的文献为研究对象, 运用CiteSpace软件对国内积极心理品质研究的演进历程、研究热点及应用现状进行分析, 研究结果发现: 在演进历程上, 我国积极心理品质研究文献总体呈上升趋势, 且每个阶段研究侧重点有所不同; 研究热点上, 国内研究在研究对象、概念研究和培养对策等方面各有侧重; 在应用现状上, 国内积极心理品质研究具有多样性, 强调了其培养的重要性和途径。

**关键词:** 积极心理品质; 研究发展; 积极心理学; 培养途径

---

## The Development and Current Status of Research on positive Psychological Qualities in China: based on CiteSpace Software Literature Measurement and Visualization Analysis

Tingting Luo, Xianli Hong, Wenqing Wang, Hongyi Li

Chongqing Key Laboratory of Philosophy and Social Sciences for Intelligent Rehabilitation and Education of  
Children with Special Needs, Chongqing Normal University, Chongqing

**Abstract:** Positive psychological qualities represent a positive mental disposition that reflects an individual's proactive orientation in cognition, emotions, and behavior. In recent years, these qualities have garnered significant attention from domestic scholars. This study examines literature with “positive psychological qualities” as keywords over the past two decades, using CiteSpace software to analyze the evolution, research hotspots, and application status of related studies in China. The findings reveal three key aspects: First, research on positive psychological qualities has shown an upward trend across all stages, with distinct focuses at each phase. Second, domestic studies emphasize different dimensions such as research subjects, conceptual frameworks, and cultivation strategies. Third, current applications demonstrate diversity, highlighting both the importance and practical approaches for developing these qualities.

**Keywords:** Positive Psychological Quality; Research and Development; Positive Psychology; Cultivation Approach

## 1 引言

随着经济社会的快速发展和学生成长环境的变化，学生心理健康问题日益凸显。党的二十大报告明确提出“重视心理健康和精神卫生”，强调了学生心理健康的重要性。并提出要切实把心理健康工作摆在更加突出位置，统筹政策与制度、学科与人才、技术与环境，贯通大中小学各学段，贯穿学校、家庭、社会各方面。需要培育学生热爱生活、珍视生命、自尊自信、理性平和、乐观向上心理品质和不懈奋斗、荣辱不惊、百折不挠的意志品质，促进学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展。所以，积极心理品质培育是学生心理健康教育核心，其重要性体现在：于个体，是应对压力、塑造人格、激活潜能的心理“防护网”，助力素质协调发展；于教育生态，打破传统问题干预局限，以发展性导向融入育人体系，推动“立德树人”落地；于社会，是国家软实力建设重要部分，为民族复兴凝聚心理合力。深化相关研究能为教育实践提供理论指导，揭示心理品质形成机制，助力构建中国特色积极心理健康教育体系，实现个体与社会同频共振。

积极心理品质的起源可以追溯到1999年，Hillson和Made提出“Positive personality”概念，随后Seligman进一步使用相关术语，提出“Positive personal trait”由主观幸福感、乐观等构成，并强调美德和力量的重要性[1]。21世纪初，积极心理学研究逐渐系统化，取得显著进展，研究者归纳出两百种美德，并提出六种核心美德及其对应力量（如自律、仁爱等），为积极心理品质的培养提供了具体路径[2]。在国内，孟万金首次引入“积极心理品质”这一术语，根据孟万金的定义，“积极心理品质”是“正向的心理特质”，而“心理品质”可能包含中性或负向特质。对积极心理品质的含义结合中国独有的文化特色进行了解释，他认为积极心理品质不是固定不变的先天潜能，而是在受到环境的影响的作用不断发展的，但心理特质具有一定的稳定性，会影响到个体的认知、情感与行为的发展[3]。其他学者也在其基础上对“积极心理品质”的含义进行细分，从内容和作用进一步解释积极心

理品质，比如：“积极心理品质”应当是正向的品质，包括：“自信、进取、挑战、执着、奉献、宽容等”[4,5]。积极心理品质可以调节个体的外在压力，应对外在挑战[6]。

本研究以1999年1月至2024年12月中国知网中收录的990篇主题为“积极心理品质”的核心文献为研究对象，运用CiteSpace软件对国内积极心理品质研究的演进历程、研究热点、应用现状进行分析，以客观地展现我国积极心理品质的研究和应用现状，希望为未来该领域的研究和实践提供参考和启示。

## 2 研究方法

本文利用CiteSpace（6.3.R1版本）软件对我国积极心理学品质近20年的文献进行可视化分析，旨在了解和掌握我国积极心理品质的研究热点及发展。

### 2.1 研究工具

CiteSpace（6.3.R1版本）软件广泛应用于科学文献分析以揭示特定知识领域的研究历程、研究热点、研究前沿及动态变化趋势，是信息可视化领域颇具特色、功能完备且简便快捷的代表性计量工具[7]。

### 2.2 数据来源

国内研究数据源自于中国知网中的CNKI数据库，在高级检索页面中，以“积极心理品质”为主题进行检索，检索时限为1999年1月到2024年12月，文献筛选过程包括三个阶段：首先，初步筛查标题和关键词，以排除明显无关的文章；其次，详细阅读每篇文章的摘要，进一步确认文献的相关性；最后，全面审阅全文内容，确保文献符合本研究的目的和要求。经过严格筛选，最终确定了990篇符合标准的文献用于后续分析。

### 2.3 研究思路

采用CiteSpace软件，基于知识图谱分析，力图从发数量、发文趋势探寻研究历程，依托关键词共现网络探测研究热点，根据关键词聚类检测探讨研

究发展应用趋势, 获得积极心理品质近二十年来的研究概况、研究热点及研究趋势。

### 3 研究结果分析

#### 3.1 国内积极心理品质发文量随时间分布情况

文献的时间分布能够揭示某一领域的研究热点和发展趋势。通过对CNKI中的积极心理品质研究文献进行统计分析, 如图1所示, 可以看出我国积极心理品质文献发文量呈现上升趋势, 具体可将我国积极心理品质文献发表演进历程大致分为三个阶段: 一是初期阶段(1999-2008年), 二是增长阶段(2009-2016年), 三是持续发展阶段(2017-2024年)。

##### 3.1.1 初期阶段(1999-2008年)

我国积极心理品质研究的初期阶段(1999年至2008年)呈现出量少面宽但深度不足的显著特征, 研究整体处于起步探索阶段。

从研究规模来看, 这一时期的成果产出相对有限。1999年仅有1篇相关文章发表, 此后更出现了长达五年的研究空白期; 直至2005年至2008年, 每年发表的文章数量仍稳定在5篇以下。这种低频次、间歇性的发文状态, 反映出积极心理品质研究在初期尚未形成持续的学术关注。

研究主题的聚焦点则清晰地指向特定群体。这一阶段的研究核心围绕具体研究对象展开, 热点关键词集中在“大学生”、“初中生”、“中小学生”、

“留守儿童”等群体上, 同时伴随“培养”、“干预策略”、“自信”、“自尊”、“敬业”等延伸概念。这种关键词分布表明, 初期研究虽覆盖了不同教育阶段和群体类型, 涉及品质培养、具体心理特质等多方面内容, 但尚未形成对某一主题的深入挖掘, 整体呈现“广而不深”的特点。

在现实问题的关注上, 研究重点指向学校心理健康教育的短板。如当时学校心理健康教育存在诸多缺陷: 学生参与缺乏主动性、教育效果不显著, 且部分学校采用的心理健康标准不合理、干预方法欠科学[8]。同时, 研究者注意到不同年龄段学生的心理问题呈现差异化特征, 且问题数量日益增多。

基于这一现实, 学界开始意识到积极心理品质的重要性, 认为积极心理品质是人类生存的核心要素, 提出依据建构主义原理来培养学生积极心理品质[9]。

此外, 针对积极心理品质的培养途径, 初期研究也进行了初步探索。发现倡导良好的教师心理, 以引导和帮助学生积极心理素质的形成是培养积极心理品质的主要途径[10]; 除理论教学外, 提出需结合行为训练开展体验式教学[11]; 并提出需要进一步倡导构建“积极、体验式”的心理健康课堂教学模式[12]。这些探索虽处于起步阶段, 但已初步形成了“教师引导—体验式教学—课堂模式建构”的实践思路。

总体而言, 我国积极心理品质研究的初期阶段, 在低产出的背景下完成了对研究对象、现实问题及培养路径的初步扫描, 为后续研究奠定了基础, 但深度与系统性的不足也成为这一时期的显著局限。

##### 3.1.2 增长阶段(2009-2016年)

我国积极心理品质研究的增长阶段, 呈现出研究规模显著扩大与研究质量逐步提升的双重特征, 研究者的关注焦点更趋多元且研究深度有所加强。

从研究规模来看, 这一阶段最直观的表现是发文数量的直线上升, 同时热点关键词的分布更为集中。这种变化清晰地反映出, 越来越多的研究者将目光投向积极心理品质领域, 并且开始针对不同维度的内容展开系统性探索, 研究领域从初期的零散状态逐渐走向聚焦。

从研究对象上来看, 其覆盖范围进一步拓展并更加具体化。除了“中小学生”等较为宽泛的群体外, “医学生”、“高职学生”、“贫困大学生”等细分群体进入研究视野, 尤其是对贫困大学生群体的关注, 体现出积极心理品质研究开始向特定处境群体延伸, 研究的针对性显著增强。

在研究内容上, 则更深入地触及积极心理品质与个体心理状态、社会适应的内在关联。“抑郁”、“心理品质”、“心理弹性”、“心理韧性”等关键词的出现, 表明研究者们开始系统探讨积极心理品质与个体心理问题的互动关系, 以及其对个体适

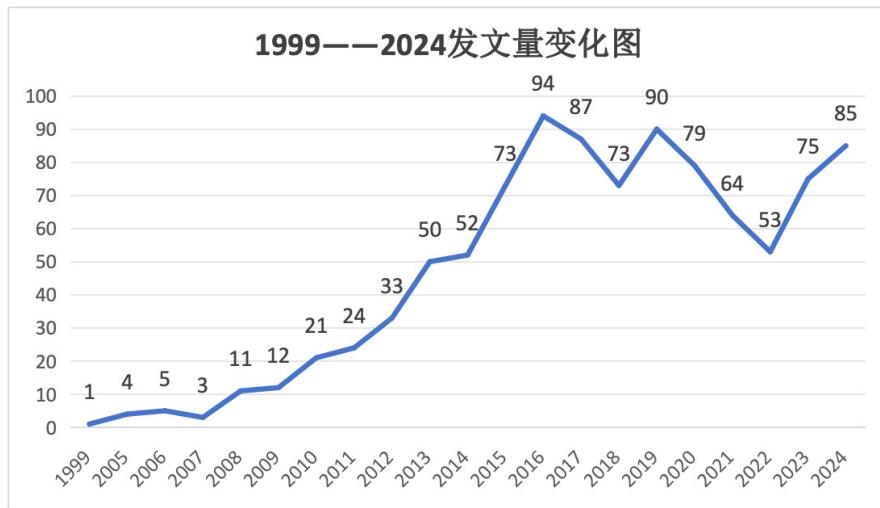


图1. 国内积极心理品质文献发文量随时间变化图

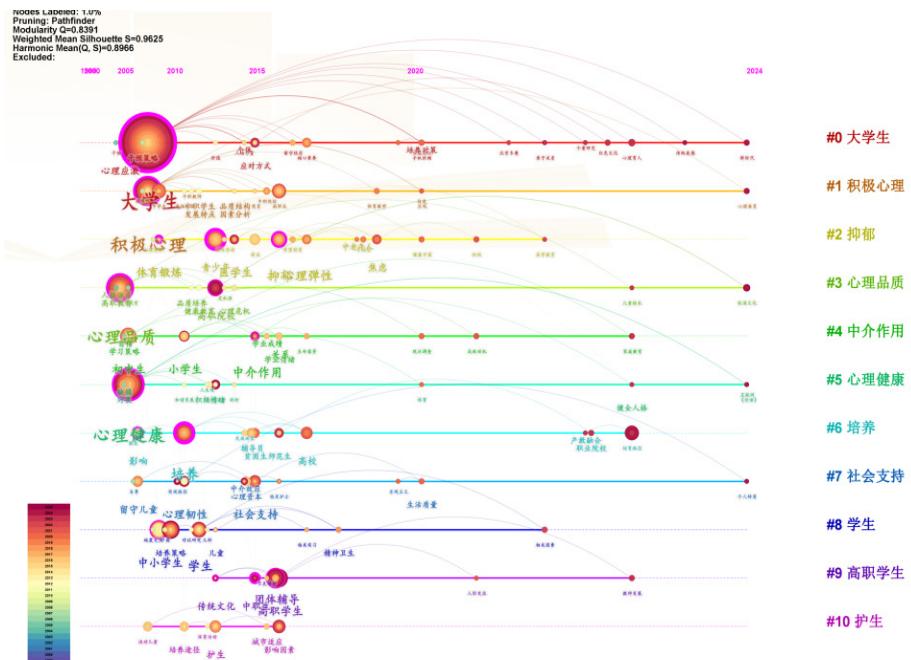


图2. 国内积极心理品质文献关键词共现时间线可视化网络图谱

应能力的影响。例如，积极心理品质的水平与个体的抑郁情绪之间存在明显的反向关联[13]；在多种美德维度中，除知识与智慧、正义外，勇气、仁慈、自制和超越自我这四个维度对缓解抑郁情绪具有显著的预测作用[14]。研究者研究证实个体自身的积极心理品质与其社会适应能力之间存在密切的相关性，这为理解积极心理品质的现实价值提供了重要依据[15]。

值得注意的是，这一阶段的研究方法也更趋科学化。“中介效应”、“中介作用”、“应对方式”等关键词的出现，说明研究者开始深入探究积极心理品质形成的影响因素及相应的教育对策，研究视角从现象描述转向机制分析。同时，量表工具的广泛应用成为这一阶段的重要特征，例如研究者为系统考察积极心理品质及其影响因素，采用中国大学生积极心理品质量表，并结合焦虑自评量表、

抑郁自评量表、自我效能感量表进行综合调查,这种多工具结合的研究方式显著提升了研究结果的科学性与可靠性[16]。

总体而言,增长阶段的积极心理品质研究在规模扩大的同时,实现了研究对象的细化、研究内容的深化与研究方法的规范化,为后续研究的发展奠定了坚实基础。

### 3.1.3 持续发展阶段 (2017-2024年)

在积极心理品质研究的持续发展阶段,我国相关研究呈现出精细化程度加深、覆盖维度拓宽且与时代发展紧密结合的鲜明特点,且研究的系统性和实践指导性显著增强。

从研究对象上来看,其年龄跨度实现了全面延伸,从之前聚焦的学生群体拓展至更广泛的人群。“中老年”、“儿童”、“幼儿”、“教师”关键词的出现,标志着研究不再局限于特定教育阶段的学生,而是覆盖了人生全周期的不同群体。其中,针对教师群体的研究尤为值得关注,有研究者提出关注教师的心理健康状态,培养其乐观、积极的生活态度,不仅对教师自身的身心健康至关重要,还能对学生的身心发展产生积极影响,凸显出教师群体在积极心理品质传导中的重要作用[17]。

在研究内容上,我国开始深入探究积极心理品质形成的环境影响因素,尤其聚焦家庭与学校两大核心场域,且实践应用始终围绕学生成长展开。“家庭教育”、“校园文化”等热点关键词的出现,反映出研究者们认识到环境因素对积极心理品质培育的关键作用,提出学校教育在积极心理品质培养中,不能仅停留在提升学生的认知层面,更要注重通过实践活动让学生体验积极心理品质;而社会、学校、家庭的协同配合是实现这一目标的核心,同时需着力构建丰富多元的积极校园文化,为学生积极心理品质的养成提供土壤[18]。

此外,研究进一步触及积极心理品质的内在机制,开始深入剖析个人特质与积极心理品质形成的关联。“个人特质”、“成就动机”等关键词的出现,表明研究者们从关注外部现象转向探索内在逻辑,试图揭示积极心理品质培养的深层规律,以及

其与个体内在动力系统的相互作用,这使得研究的理论深度得到显著提升。

从研究主题上来看,研究主题与时代发展、国家战略的结合更为紧密,呈现出鲜明的国情特色。“健康中国”、“红色文化”、“新时代”等关键词的融入,体现出积极心理品质研究不再局限于纯粹的学术探讨,而是主动回应时代需求。有研究者提出,培育学生坚定的政治方向、深厚的爱国情怀和文化自信等具有时代特征的积极心理品质,不仅能够提升学生的主观幸福感,增强其抗压抗挫能力,还能有效激发大学生的潜能,助力其实现自我价值[19],这一研究方向将积极心理品质的培养与国家发展、个体成长有机统一,赋予了研究更深远的现实意义。

总体而言,持续发展阶段的积极心理品质研究在广度与深度上均实现了突破,既关注具体群体与环境的微观影响,又衔接时代发展的宏观需求,为实践应用提供了更具针对性的理论支撑。

通过研究我国积极心理品质发文量随时间分布情况可知,我国积极心理品质的研究经历了从初期探索到平稳发展的过程,发文量的增加反映了其在学术界的地位不断提升。然而,研究仍存在局限性。从现有文献来看,初期研究深度不足,对核心概念界定模糊;增长阶段虽方法规范化,但跨群体比较研究较少;持续发展阶段虽覆盖广泛,却在不同群体积极心理品质的动态变化追踪上有所欠缺。未来的研究仍需解决理论与实践的结合、效果评估等问题,才能确保研究对积极心理品质的实践具有持续指导意义。

## 3.2 国内积极心理品质研究热点分析

关键词是作者对文章主题的高度提炼,在一定程度上反映研究者的关注热点,通过对高频关键词进行分析,可以掌握积极心理品质领域的研究热点。一般认为,某一关键词出现的频率越高,表明其所代表的主题热点程度越高;中心性则能反映关键词的核心程度,节点的相关性越大,中心性就越高,一般认为,中心性大于0.1,则该关键词在这个领域的影响力就较大[20]。

由图3可知,国内积极心理品质研究关键词有200个节点,176条连线,整体网络密度为0.0088。根据对高频关键共现网络的分析可知,国内积极心理品质的研究热点主要包括大学生、心理健康、积极心理、心理品质、培养等八个主要的高频次且中心性程度较高的关键词,一定程度上反映了国内积极心理品质的研究热点。目前,我国积极心理品质研究热点主要围绕着大学生积极心理品质研究、积极心理品质培养研究、心理品质与心理健康研究等。

由表1可知,国内积极心理品质研究的热点可大致归纳为积极心理品质的研究对象及内容两个方面。

从研究对象上来看,“大学生”以172的高频数位居高频关键词首位,“高职学生”“高职院校”“初中生”等也在高频列,说明国内积极心理品质研究聚焦于大学生群体,同时也涵盖职业教育与基础教育阶段的学生,呈现出从高校到基础教育延伸的研究态势。此外,“大学生”、“青少年”、“中学生”在高中心性关键词之中,可以看出这些群体是积极心理品质研究的核心关联对象,研究围绕其展开的网络关联度高,是推动该领域知识网络构建的关键节点。

从研究内容上来看,“心理健康”、“心理品质”、“积极心理”为高频与高中心性关键词,这表明了积极心理品质研究以心理健康为基础,聚焦心理品质内涵与积极心理理论,且在研究网络中起重要连接作用,串联起不同研究对象与方向。同时,由表1可看出,“培养”、“培养策略”、“团体辅导”是高频关键词,其中,“培养”同为高中心性关键词(中心性0.57),凸显积极心理品质的培养是研究热点与关键方向,且我国研究者关注通过策略、团体辅导等方式干预培养积极心理品质。此外,“抑郁”、“体育锻炼”为高中心性关键词,说明抑郁等消极心理状态是积极心理品质研究的关联焦点,体育锻炼作为影响积极心理品质的重要因素,体现出生理活动对积极心理品质的作用研究是知识网络中的重要分支。

综上所述,整体来看,国内积极心理品

质研究形成以“大学生”为核心研究对象,围绕“心理健康、积极心理、心理品质”概念体系,聚焦“培养”干预手段,关联“抑郁”等消极心理与“体育锻炼”等影响因素的知识网络。未来研究或可深化不同群体,拓展影响因素研究,强化不同主题间的交叉融合,完善积极心理品质研究的知识体系。

表1. 国内积极心理品质研究高频关键词频次、高中心性关键词数表(前10个)

序号	高频次前10位关键词	频数	高中心性前10位关键词	中心性
1	大学生	172	培养	0.57
2	心理健康	56	大学生	0.44
3	心理品质	51	青少年	0.40
4	积极心理	36	抑郁	0.36
5	培养	22	影响	0.32
6	高职学生	21	心理健康	0.32
7	高职院校	18	积极心理	0.29
8	培养策略	15	体育锻炼	0.25
9	团体辅导	15	中职生	0.24
10	初中生	14	心理品质	0.21

### 3.3 国内积极心理品质研究的应用现状

通过关键词聚类分析可以迅速把握积极心理品质的研究主题及应用现状。对国内积极心理品质文献进行基于关键词共现绘制的关键词聚类图谱(图4),聚类的模块值( $\text{Q}=0.8391$ )高于0.3的标准值,平均轮廓值( $\text{S}=0.9595$ )高于0.5,这表明聚类结果合理且具有较高的内部一致性,聚类结构显著且聚类效果可令人信服。根据图4显示,共形成11个聚类主题。这11个聚类为“#0大学生”、“#1积极心理”、“#2抑郁”、“#3心理品质”、“#4中介作用”、“#5心理健康”、“#6培养”、“#7社会支持”、“#8学生”、“#9高职学生”、“#10护理”。聚类0、聚类8、聚类9和聚类10,主要是对积极心理品质的研究对象进行研究。其中聚类0主要聚焦大学生群体的积极心理品质培养及其与新时代背景的关联。结合数智时代特点,提出依托信息技术搭建数字化课程平台、优化校园文化环境、强化家校社协同育人等策略[21];在探讨大学生心理健康与适应能力的问题上,积极心理品质对大学生心理有危机预防的作用,强调通过校园文化建设、学科渗透

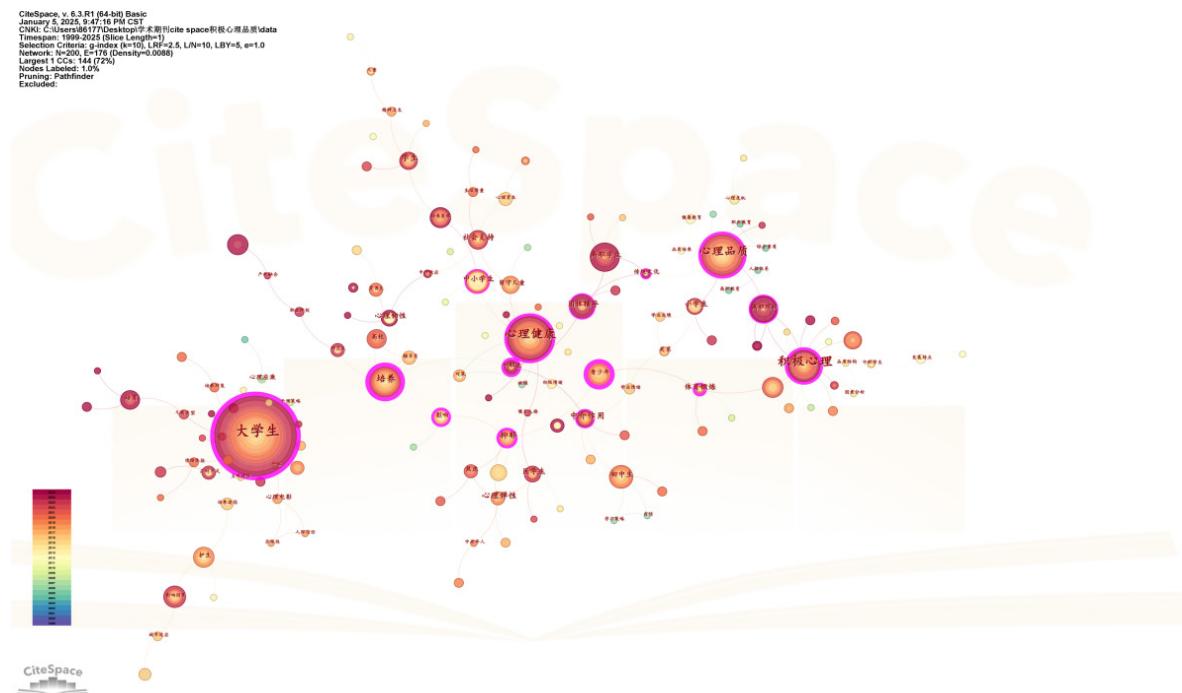


图3. 国内积极心理品质关键词共现图

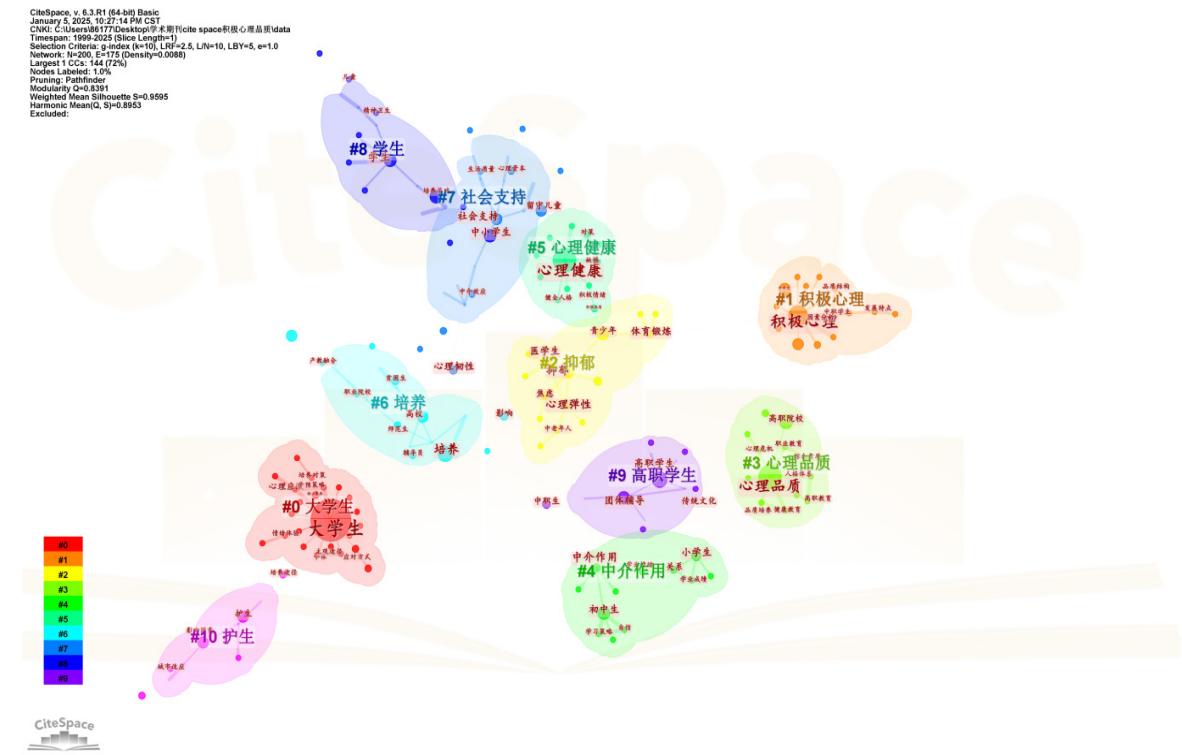


图4. 国内积极心理品质关键词聚类图

等方式提升抗压能力[22]; 另外, 有研究关注贫困大学生积极心理品质的独特性, 发现其认知维度表现优于非贫困生, 但社交智慧等品质需针对性

培养[23]。聚类8主要是覆盖中小学生群体的积极心理品质研究, 提出序列化培养, 依据年级差异制定培养内容, 如小学低年级侧重“求知力”, 高年级

强化“创造力”[24]。聚类9主要探索职业院校学生的积极心理品质培养，提出班级管理创新和团体辅导来培养职业院校学生的积极心理品质，结合高职生特点，通过活动体验、学科渗透等方式培养职业适应力[25]；利用团体心理咨询提升高生的团队精神与抗压能力[26]。聚类10关注护理专业学生的积极心理品质及其影响因素，发现农村与城镇护生的积极心理品质影响因素存在差异[16]；通过临床实践与心理干预提升护生的敬业水平与心理韧性[27]。由此看出，国内积极心理品质研究已形成“群体细分—策略适配—实践验证”的应用框架：针对大学生，注重时代背景与技术赋能的结合；针对中小学生，强调分阶段、分场景的序列化培养；针对职业院校学生，聚焦职业素养与团队协作；针对护生，关注职业认同与韧性提升。这些研究体现了从“问题干预”向“潜能开发”的范式转变，但仍需在基础机制探索、特殊群体覆盖（如中老年、流动儿童）及跨文化比较方面深化，以推动理论创新与实践效果的全面提升。

聚类1研究注重积极心理学理论本土化与实践融合，孟万金等学者提出“积极心理健康教育”模式，强调以发展性目标挖掘个体美德与潜能[3]。跨领域实践中，体育教学通过职业体能训练培养高生自信、抗压能力，职业教育结合团体辅导提升中职生职业适应力，心理健康教育倡导“积极、体验式”课堂促进学生自我探索[25,28]。研究形成“群体细分—策略适配”框架，如针对高生通过活动体验强化团队精神，针对贫困生以体育锻炼增强社会支持感知，体现从“问题干预”向“潜能开发”的转向，为不同群体积极心理品质培育提供了理论与实践参考。

聚类2聚焦积极心理品质与抑郁的关联及干预机制，研究显示积极心理品质对抑郁症状具有显著负向影响，且在不同群体中呈现差异化作用[29]。针对留守青少年的大规模调查表明，积极心理品质能反向预测抑郁症状，其中与父母一方留守的青少年积极心理品质得分高于与亲戚留守者，抑郁水平更低，且家庭氛围改善对高积极心理品质青少年的抑郁缓解效果更显著[30]；父母受教育程度在这一

影响中起调节作用，父母教育水平越高，积极心理品质对抑郁的抑制效果越明显[31]。烧伤康复期患者研究发现，焦虑、抑郁情绪与希望水平、心理弹性、感恩倾向呈负相关，女性及重度烧伤患者抑郁发生率更高，积极心理品质低是情绪障碍的重要危险因素[29,32]。此外，通过体育锻炼能够提升积极心理品质，并间接降低抑郁风险，且集体类运动对正义合作、灵性超越等维度的积极影响更突出[33]。医学专科生研究显示，抑郁、焦虑及压力在积极心理品质与生活满意度间起中介作用，积极心理品质可通过减少负性情绪提升生活满意度[34]。综上，积极心理品质是抑郁的重要保护因素，其作用受群体特征、家庭环境及体育锻炼等多重因素影响，为抑郁干预提供了实践路径。

聚类3的研究聚焦于积极心理品质的内涵、结构及其与心理健康的关联。在理论基础层面，研究者们明确了积极心理品质的核心内涵与结构框架。孟万金于2008年将积极心理品质定义为在环境影响下逐步发展形成的稳定正向心理特质，这一界定为后续研究提供了概念基础[3]；官群等人则在2009年编制了《中国积极心理品质量表》，该量表将积极心理品质划分为六大美德维度，为相关实证研究提供了标准化的测量工具，推动了研究的规范化发展[34]。有研究发现，积极心理品质的水平与个体心理健康状态呈正相关，即积极心理品质越突出，个体的心理健康状况往往越好。基于这一关联，研究者们进一步探索了积极心理品质的培养途径，例如提出可通过劳动教育培育积极心理品质[36]；强调文化融合在培养中的作用[37]，这些途径为教育实践提供了具体可行的方法。

聚类4聚焦积极心理品质在个体心理社会变量间的中介效应，研究显示其可通过多种路径连接外部环境与内在心理结果，如发现抑郁焦虑压力在医学专科生积极心理品质与生活满意度间起部分中介作用[38]，职业倦怠在高校青年教师积极心理品质与离职倾向间呈部分中介效应[39]，积极心理品质中介学校氛围对中职生幸福感的影响[40]；特殊群体研究中，有研究者发现社会支持在贫困大学生积极心理品质与心理韧性间存在部分或完全中介

作用[41], 积极心理品质中介学校支持氛围对特殊教育教师职业幸福感的影响[42]。此外, 研究还涉及链式中介(如学校归属感→积极心理品质→主观幸福感)、调节中介等复杂机制, 为教育干预、职业心理健康促进等提供“环境支持—品质培养—结果改善”的实践路径[43,44]。

聚类5主要聚焦积极心理品质对心理健康的促进作用, 研究表明高校心理健康教育需从“问题导向”转向以培养乐观、自信等积极心理品质为核心的“发展导向”[45,46]。例如, 许多研究证明积极心理品质与主观幸福感、生活满意度呈显著正相关[13], 对抑郁、焦虑等负性情绪具有显著负向影响。如有研究者表明烧伤康复期患者的希望水平、心理弹性等品质与情绪障碍风险呈负相关[29]; 贫困大学生的父母情感温暖可通过“精神卓越”、“正义”等品质间接提升其积极心理健康水平[47]。另外, 针对不同群体, 提出差异化干预策略研究, 如通过团体辅导提升高职生职业适应力[25]、结合临床实践增强护生心理韧性[16]、以积极心理健康教育改善学习困难儿童心理状态[48]。此外, 社会支持通过心理弹性对积极心理品质产生间接增强作用, 构建家庭、学校、社会协同的支持网络成为重要实践路径[21,49]。由此可知, 大量研究表明积极心理品质对心理健康具有促进作用, 未来研究可进一步拓展特殊群体覆盖范围, 结合多学科方法揭示积极心理品质作用于心理健康的深层机制。

聚类6聚焦积极心理品质的培养策略与实践路径, 强调家庭、学校与社会共同参与, 如通过“三位一体”教育网络促进学生人格健全[10]。在思想品德、地理等学科教学中融入积极心理教育[50,51]。此外, 针对不同群体提出差异化培养策略, 如在高职教育中构建“积极体验式”教育体系[52], 通过“幸福魔方”活动体系[53]和强化心理委员胜任力[54]等方式提升学生积极心理品质; 在中职德育课教学中, 以课文为范本营造培养环境, 以名著阅读拓宽主渠道, 以综合性学习和写作为抓手提升学生积极心理品质[55]。同时, 重视劳动教育对高职学生积极心理品质的促进作用, 通过重构劳动课程体系、强化校内外劳动实践等方式, 提升学生劳动认知水

平与自我超越能力[36]。由此看出, 国内积极心理品质培养已形成家庭、学校、社会协同及分群体差异化干预的多元实践路径, 但特殊群体精准干预与长效机制构建仍需深化。

聚类7聚焦社会支持系统对积极心理品质的塑造机制, 有研究表明社会支持可通过提升心理弹性间接增强积极心理品质。例如, 在针对留守儿童的研究中发现, 家庭支持、学校支持和同伴支持等不同维度的社会支持均对其积极心理品质(如真诚、宽容、信念与希望)具有显著正向预测作用, 其中学校支持对每项积极心理品质均有预测效力[56]。此外, 研究还提出构建家庭、学校、社会协同的支持网络, 通过建立危机干预系统与心理援助机制, 帮助个体应对压力情境, 进而促进积极心理品质的发展[57]。这些发现为完善社会支持体系以培育积极心理品质提供了实践路径, 强调通过多层次支持网络的协同作用, 增强个体心理资源与韧性水平。由此看出, 社会支持系统对积极心理品质的塑造作用显著, 且通过提升心理弹性等机制发挥影响, 相关研究为构建协同支持网络和危机干预机制提供了依据。

综上所述, 国内积极心理品质研究的应用呈现多维度、跨群体的特点, 涵盖理论构建、量表开发、教育实践及干预策略等多个层面。但未来仍需进一步深化基础机制研究、拓展特殊群体覆盖范围, 并加强跨文化与国际合作, 以推动理论与实践的双向突破。

## 4 结论和展望

### 4.1 结论

#### 4.1.1 研究发展脉络与热点聚焦

通过CiteSpace的文献计量分析可知, 国内积极心理品质研究自以来, 呈现出持续增长的态势。研究热点主要集中在积极心理品质的内涵解构(如resilience、乐观、感恩等维度)、测量工具开发、个体发展机制(如对心理健康、学业或职业成就的影响)以及特定群体应用(如青少年、老年人、特殊职业群体等)。关键词共现分析显示, “积极心理品质”与“心理健康”、“教育干预”、“社会

表2. 研究关键词聚类表

聚类号	大类	轮廓值	平均年	聚类识别词	对数似然标签值最大的5个关键词
0	23	1	2017	大学生	大学生(71.8)；积极心理(9.53)；新时代(7.89)；积极心理品质(6.99)；留守经历(5.25)
1	16	1	2014	积极心理	积极心理(45)；高职生(19.33)；发展特点(9.6)；体育教学(9.6)；中职学生(9.6)
2	15	0.939	2016	抑郁	抑郁(21.11)；心理弹性(15.78)；青少年(11.42)；体育锻炼(10.48)；焦虑(10.48)
3	13	0.967	2011	心理品质	心理品质(33.27)；积极心理品质(22.56)；高职院校(12.47)；心理危机(8.88)；校园文化(8.88)
4	12	0.937	2014	中介作用	中介作用(23.2)；初中生(12.93)；小学(11.49)；关系(11.49)；学业情绪(7.79)
5	12	0.893	2014	心理健康	心理健康(48.81)；对策(9.6)；积极情绪(9.6)；积极心理学(8.15)；大学生(5.34)
6	11	0.962	2015	培养	培养(23.19)；影响(21.11)；贫困生(15.78)；职业院校(10.4)；民族地区(10.48)
7	11	0.977	2014	社会支持	社会支持(22.41)；生活质量(12.06)；心理资本(12.06)；留守儿童(12.06)；中介效应(12.06)
8	11	1	2013	学生	学生(28.52)；中小学生(16.86)；精神卫生(16.86)；儿童(11.19)；培养策略(11.1)
9	7	0.806	2017	高职学生	高职学生(43.76)；团体辅导(19.7)；中职生(12.18)；职业体能训练(6.06)；积极心理品质培养(6.06)
10	6	0.947	2012	护生	护生(41.5)；影响因素(22.44)；留守儿童(17.61)；医学生(17.61)；时间管理(11.71)

支持”等形成紧密关联网络，反映出研究对实践应用的关注。

#### 4.1.2 研究力量与学科交叉特征

从机构与作者合作网络来看，高等院校和科研院所为主要研究阵地，部分核心团队形成了稳定的合作集群。学科交叉性显著，心理学、教育学、社会学等领域的融合研究逐步增多，但跨学科深度仍有提升空间。研究方法上，以定量分析为主，文献计量、问卷调查及实验研究为常用手段，质性研究与混合方法的应用相对有限。

#### 4.1.3 发展趋势与现存局限

近年来，研究逐渐从理论探讨向干预实践转化，如积极心理品质在心理健康促进、教育教学改革中的应用研究增多。然而，仍存在以下局限：

(1) 研究对象多集中于学生群体，对职场人群、弱势群体等覆盖不足；(2) 干预研究的长期效果追踪较少，理论模型的跨文化适应性有待验证；

(3) 与神经科学、人工智能等新兴领域的结合较为薄弱，未能充分挖掘积极心理品质的生理机制与技术赋能路径。

### 4.2 展望

#### 4.2.1 拓展研究对象与场景

未来研究可进一步覆盖不同年龄、职业、文化背景的群体，尤其是农村人口、慢性病患者、一线

工作者等特殊群体，探究积极心理品质的差异化形成机制与干预策略。同时，结合数字化社会背景，关注网络环境下积极心理品质的培养路径（如社交媒体对感恩、共情的影响）。

#### 4.2.2 深化跨学科与技术融合

推动心理学与神经科学、计算机科学、教育学的交叉研究，借助大数据分析等技术手段，探索积极心理品质的神经基础与动态演化规律。例如，通过机器学习构建积极心理品质预测模型，为个性化干预提供数据支撑。

#### 4.2.3 强化干预研究的科学性与长效性

设计多周期、大样本的干预实验，结合质性研究方法（如深度访谈、个案追踪），系统评估积极心理品质干预的长期效果。同时，借鉴积极心理学在国外的应用经验，结合中国文化背景（如儒家思想、集体主义价值观），开发本土化的干预方案，提升研究的实践转化价值。

#### 4.2.4 构建多维度研究体系

建立“理论构建—测量工具—干预实践—效果评估”的闭环研究体系，加强基础研究与应用研究的衔接。鼓励学者通过元分析等方法整合现有成果，明确不同积极心理品质的核心维度与作用边界，为学术研究与社会应用提供更清晰的理论框架。

## 参考文献

- [1] 王新波. 中国初中生积极心理品质数据库建设新进展[J]. 中国特殊教育, 2010, (4): 9.
- [2] Diener E, Suh E M, Lucas R E, et al. Subjective well-being: Three decades of Progress[J]. Psychologicalbulletin, 1999, 125(2):
- [3] 孟万金. 积极心理健康教育[M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2008. 5.
- [4] 余晓灵, 孙燕, 王新波. 中学生积极心理品质培养内容的序化研究——以北京市第十九中学学生问卷调查为例[J]. 中国特殊教育, 2009(12): 71-77.
- [5] 蔡志红. 互为天使: 学生积极心理品质培养的有效策略[J]. 思想理论教育, 2013, (22): 73-76.
- [6] 吴洁琼, 樊富珉. 基于PERMA模型的积极心理品质团体辅导: 过程及效果C//中国心理学会. 第二十三届全国心理学学术会议摘要集(上). 第二十三届全国心理学学术会议摘要集(上), 2021: 128-129.
- [7] 陈锐, 陈超美, 刘则渊, 等. CiteSpace知识图谱的方法论功能[J]. 科学学研究, 2015, 33(02): 242-253.
- [8] 张高产. 积极心理品质培养: 心理教育的重要价值取向[J]. 江苏教育学院学报(社会科学版), 2006, (02): 36-38.
- [9] 石国兴. 建构主义视野中的心理健康教育[J]. 教育研究, 2006, (05): 59-62.
- [10] 渠慎霞. 浅论职高学生积极心理品质的培养[J]. 中等职业教育, 2005, (20): 27-28.
- [11] 周宗建. 积极心理品质的培养——论新民警的心理素质强化训练[J]. 上海公安高等专科学校学报, 2005, (05): 52-54+67.
- [12] 石夏莉. 构建高校“积极、体验式”心理健康课堂教学[J]. 梧州学院学报, 2008, (05): 91-96.
- [13] 叶发钦, 李燕燕, 蔡伟林. 广西中小学生积极心理品质调查研究报告[J]. 广西教育学院学报, 2013, (04): 177-181+2.
- [14] 蔡伟林. 中小学生积极心理品质与抑郁的相关研究[J]. 教育探索, 2014, (03): 142-143.
- [15] 厉飞飞. 积极心理学视角下留守儿童的社会适应性研究[J]. 开封教育学院学报, 2015, 35(10): 209-210.
- [16] 郭玉芳, 张娜, 张静平. 独生与非独生护生积极心理品质及其影响因素的比较[J]. 解放军护理杂志, 2016, 33(21): 11-15+20.
- [17] 钟玲. 运用团体辅导提升教师积极心理品质的实践研究[J]. 华夏教师, 2023, (19): 33-34+41.
- [18] 汪勇刚. 地方院校大学生积极心理品质现状调查及对策研究[J]. 创新创业理论研究与实践, 2019, 2(23): 12-14.
- [19] 李怡和, 陆卓林, 陶嘉炜, 黄秋芬, 陈俊任. 当代大学生积极心理品质认同度调查与培育策略[J]. 心理月刊, 2023, 18(16): 79-82.
- [20] 胡乙. 科学知识图谱视角下CiteSpace的学科基础与原理分析[J]. 中国设备工程, 2024, (01): 263-265.
- [21] 李海云. 数智时代大学生积极心理品质培育策略研究[J]. 黄河科技学院学报, 2024, 26(12): 83-87.
- [22] 谢念湘, 赵金波, 佟玉英. 积极心理学视角下的大学生心理危机预防[J]. 学术交流, 2011, (10): 206-209.
- [23] 陈磊, 何云凤, 夏星星. 高校贫困生积极心理品质发展现状及教育对策研究[J]. 中国特殊教育, 2011, (10): 87-91+86.
- [24] 单志艳. 小学低年级学生积极心理品质培养研究[J]. 中国特殊教育, 2010, (11): 20-23.
- [25] 李妮娜, 严融. 班级管理对高师生积极心理教育探讨[J]. 岳阳职业技术学院学报, 2009, 24(04): 30-33.
- [26] 赵曙, 张鹏宇, 李响, 张清媛. 医学生积极心理品质的培养策略研究[J]. 大庆师范学院学报, 2014, 34(06): 113-115.
- [27] 刘旺. 特殊教育教师的积极心理品质及其对结果变量的影响[J]. 中国特殊教育, 2007, (03): 67-71.
- [28] 王访清. 职业体能训练促进高职学生积极心理品质发展研究[J]. 辽宁经济职业技术学院. 辽宁经济管理干部学院学报, 2024, (05): 88-90.
- [29] 周华. 积极心理品质在烧伤康复期情绪障碍患者中的作用[J]. 中国美容医学, 2019, 28(03): 155-158.
- [30] 张红英, 王军, 李新影, 陈虹, 王宇宸. 我国留守青少年积极心理品质对抑郁症状的影响[J]. 中国健康教育, 2017, 33(05): 387-391.
- [31] 张红英, 王军, 李新影, 陈虹, 王宇宸. 父母受教育程度在积极心理品质对青少年抑郁症状影响中的调节作用[J]. 中国全科医学, 2016, 19(24): 2975-2981.
- [32] 董利华, 韩寅, 杨百元. 烧伤康复期患者焦虑、抑郁与积极心理品质的关系分析[J]. 中国美容医学, 2019, 28(07): 137-140.
- [33] 曹定兵. 大学生积极心理品质视域下高校体育课程改革探析[J]. 体育世界(学术版), 2018, (07): 111-112.
- [34] 官群, 孟万金, John Keller. 中国中小学生积极心理品质量表编制报告[J]. 中国特殊教育, 2009, (04): 70-76+87.
- [35] 叶发钦, 李燕燕, 蔡伟林. 广西中小学生积极心理品质调查研

- 究报告[J]. 广西教育学院学报, 2013, (04): 177-181+2.
- [36] 戴朝晖, 陈钢. 基于学生积极心理品质培育的高职劳动教育逻辑进路[J]. 豫章师范学院学报, 2024, 39 (05): 113-117.
- [37] 赵红飞. 思政教育与服装文化在大学生积极心理品质培育中的融合路径研究[J]. 化纤与纺织技术, 2024, 53 (05): 197-199.
- [38] 王旭, 黄弋冰, 褚慧慧, 郭祥. 积极心理品质对医学专科生生活满意度的影响: 抑郁焦虑压力的中介作用[J]. 阜阳师范大学学报(自然科学版), 2024, 41(04): 65-69+90.
- [39] 谢晓东. “非升即走”高校青年教师积极心理品质与离职倾向的关系: 职业倦怠的中介作用[J]. 广东水利电力职业技术学院学报, 2024, 22(04): 59-61+88.
- [40] 高淑艳, 张凯, 李静, 费立教. 学校氛围对中职生幸福感的影响: 积极心理品质的中介效应[J]. 牡丹江师范学院学报(社会科学版), 2024, (04): 80-86.
- [41] 欧阳益, 罗秋怡, 张珊明. 贫困大学生积极心理品质与心理韧性的关系: 社会支持的中介作用[J]. 成都师范学院学报, 2024, 40(03): 53-62.
- [42] 王崇高, 张金波, 王雁. 学校支持氛围与特殊教育教师职业幸福感: 积极心理品质的中介作用[J]. 现代特殊教育, 2021, (12): 9-17.
- [43] 袁文萍, 马磊, 陈晶, 雷威. 学校归属感对高等职业院校学生网络成瘾的影响: 积极心理品质和主观幸福感的链式中介作用[J]. 教育生物学杂志, 2021, 9(04): 296-302.
- [44] 许娟, 金晓娜, 郑婷婷. 学校环境对民办高校护生人文关怀能力的影响: 同伴间关爱行为和积极心理品质的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2023, 31(02): 476-480.
- [45] 宋志英. 积极心理学理念下高校心理健康教育策略[J]. 江苏高教, 2009, (04): 106-108.
- [46] 盛洁, 赵梦雅. 积极心理健康教育+专项活动的融合教育模式探索[J]. 景德镇学院学报, 2024, 39(05): 131-136.
- [47] 余琼. 父母情感温暖与贫困大学生积极心理健康的关系: 积极心理品质的中介作用[J]. 校园心理, 2023, 21(03): 165-171.
- [48] 明秀萍, 曾丹英, 周欣奕, 张树东. 学习困难儿童积极心理品质与心理健康的关系研究[J]. 教育生物学杂志, 2022, 10(06): 450-456.
- [49] 沈丽丽, 满其军. 留守儿童社会支持与积极心理品质的关系研究[J]. 池州学院学报, 2018, 32(06): 7-10.
- [50] 夏健. 初中思想品德课程教学中学生积极心理品质的培养[J]. 西部素质教育, 2017, 3(18): 103.
- [51] 王新贺. “双超常教育”理论指导下的中学地理教学创新[J]. 中国特殊教育, 2010, (07): 54-58.
- [52] 吴忠, 蔡洁. 加强心理健康教育 提高学校心育水平[J]. 科学大众(科学教育), 2019, (02): 18.
- [53] 翟晶. “幸福魔方”积极心理健康活动体系分析[J]. 襄阳职业技术学院学报, 2024, 23(06): 93-96+118.
- [54] 赵晨晨. 高职院校心理委员胜任力与积极心理品质关系研究——以对某高校的调研为例[J]. 西部学刊, 2024, (19): 138-143.
- [55] 周平. 教材视域下积极心理品质的养成[J]. 中学语文教学参考, 2024, (23): 67-69.
- [56] 沈丽丽, 游达, 满其军. 留守儿童领悟社会支持与积极心理品质的关系研究[J]. 上海教育科研, 2019, (05): 45-48+44.
- [57] 朱蕴丽, 苗元江. 公共卫生事件的心理应激与干预策略[J]. 南昌大学学报(人文社会科学版), 2005, (03): 49-52.

