

# “百千万工程”助力大学生积极心理资本研究

区瀚庭

(广东金融学院国际教育学院, 广东广州)

**摘要:** 近年来, 大学生的心理问题与心理素养成为学校和社会高度关心的问题, 探究大学生参与“百千万工程”社会实践与积极心理资本的关系有助于拓展分析心理资本影响因素。本研究使用心理资本量表、积极心理资本问卷, 对广东省某本科高校大学生“百千万工程”社会实践队伍队员进行准实验研究。结果显示, 相比于参加实践前, 大学生参与“百千万工程”社会实践后, 其积极心理资本总体水平有一定提高, 各维度积极心理资本间的相关性变强, 多数积极心理资本维度水平得到显著性提高。由此可知, 大学生可以通过“百千万工程”社会实践有效提高积极心理资本水平。高校应该持续重视“百千万工程”社会实践的建设, 建立实践前后对比及反馈机制, 促进“百千万工程”社会实践科学化、规范化, 建立大学生通过社会实践切实提高积极心理资本水平的长效机制。

**关键词:** 大学生社会实践; 积极心理资本; “百千万工程”; 影响效应; 社会实验

近年来, 随着中国大学生数量持续增加, 大学生人际关系、大学生就业以及大学生心理健康等问题与话题逐渐成为社会各界广泛关注的焦点。一方面, 大学生在进入大学后对自己的生活学习没有目标, 导致迷茫感; 另一方面, 大学生持续面对就业压力<sup>[1]</sup>, 面临毕业即失业的窘迫处境。在此情形下, 大学生的积极心理资本积累将在应对压力与不利事件时起到良好的调节作用<sup>[2]</sup>。大学生积极心理资本与就业压力关系调查分析表明, 大学生的积极心理资本相对较高, 而就业压力相对较低, 二者之间存在显著的负相关关系<sup>[2]</sup>。心理资本是个体在成长和发展过程中所形成的一种积极心理要素主要包括自我效能、乐观、韧性和希望四个方面<sup>[3]</sup>。既有研究表明, 积极心理资本和大学生不良心理健康状况呈负相关, 积极心理资本水平高的大学生心理健康水平越高<sup>[4]</sup>。“百县千镇万村高质量发展工程”是坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导, 全面贯彻党的二十大精神, 以推动高质量发展为主题, 以乡村振兴战略、区域协调发展战略、主体功能区战略、新型城镇化战略为牵引, 以城乡融合发展为主要途径, 以构建城乡区域协调发展新格局为目标, 壮大县域综合实力, 全面推进乡村振兴的重要战略布局<sup>[5]</sup>。与此同时, 参与“百千万工程”社会实践的大学生通过参与美育帮扶、支教帮扶等活动, 能够提升在学校无法获取的获得感, 这使得大学生在社会实践过程中得到了成就感<sup>[6]</sup>。综上所述, 积极心理资本在调节大学生面临困难时的心理健康状态与心理弹性有显著作用, 而参与“百千万工程”社会实践, 能够提高大学生的心理获得感。根据已有研究成果, 进一步探究大学生参加“百千万工程”社会实践能否促进大学生积极心理资本积累, 以提高大学生的心理健康水平。

## 1 研究问题与理论基础

### 1.1 心理资本与积极心理资本

心理资本是个体一般积极性的核心心理要素, 表现为符合积极组织行为学 (positive organizational behavior, POB) 标准的心理状态, 它超出了传统的人力资本和社会资本, 能够通过有针对性地提高与开发从而使个体获得一定的竞争优势<sup>[7]</sup>。根据积极组织行为学 (POB) 的包含标准, 研究者们发现最符合 POB 标准的积极心理能力包括自我效能、希望、乐观和韧性四个维度<sup>[7]</sup>, 并据此将心理资本的结构定格在这一四维结构上。而在经过研究者的详细讨论后, 原有的四维结构可以衍生为有可能纳入心理资本结构的另外 11 个构念, 形成多维度结构, 它们分别是认知层面的创造力和智慧, 情感层面的幸福感、沉浸体验和幽默, 社会层面的感恩、宽恕和情绪智力, 以及更高层次的精神性、真实性和勇气<sup>[7]</sup>。

积极心理资本, 一般意义上指比较良好的心理资本层次和积累, 具体表现为积极的人格特征, 如友善、乐观、宽容、有信心、自尊、乐于助人等<sup>[8]</sup>。这些具体的外在表现, 契合了以往提出的心理资本中的能力概念。因此, 外在行为变化的各维度考察, 可以视作对个体积极心理资本的考察。

### 1.2 “百千万工程”突击队

---

**作者简介:** 区瀚庭 (2004— ) 广东金融学院国际教育学院, 金融学专业本科在读。

“百千万工程”社会实践是围绕中国“百县千镇万村高质量发展工程”开展高校学生与基层乡县一对一对接的社会实践活动，囊括“三下乡”等下乡工程。高校学生通过调研当地青年状况、开展思想政治宣讲、参与基层治理、助力地方发展、深化专业研究等目标完成实践锻炼。大学生暑期社会实践活动，为大学生提供了深入社会基层的平台，对正值心理品质培养和发展期的大学生意志锤炼意义重大<sup>[9]</sup>。

## 2 研究设计

### 2.1 研究对象

研究运用准实验方法，对同一研究对象群体进行干预前的前测调查与干预后的后测调查。通过对比分析两次测量数据的变化，以评估干预措施的实施效果。研究对象群体为广东省某本科高校参与“百千万工程”社会实践暑期下乡队伍的队员。干预于 2025 年 6 月—8 月实施，前测与后测问卷各发放 87 份，两套问卷整合统计后，确认回收有效问卷 52 份，问卷有效率为 60%。其中，男生 18 人 (34.6%)，女生 34 人 (65.4%)；大一、大二、大三学生分别为 46 人 (88.5%)、3 人 (5.77%)、3 人 (5.77%)；来自城镇和农村的学生分别为 47 人 (90.4%)、5 人 (9.6%)。

表 1 人口统计学信息

		人数	百分比 (%)
性别	男	18	34.6
	女	34	65.4
年级	大一	46	88.5
	大二	3	5.77
	大三	3	5.77
生源地	城镇	47	90.4
	农村	5	9.6
担任职务	队长	6	11.5
	副队长	4	7.69
	组长	8	15.4
	队员	44	84.6

### 2.2 研究工具

**(1) 心理资本量表。**根据 Luthans, Avolio, Walumbwa 和 Li (2005) 对心理资本的定义与范畴划定，心理资本由自我效能、希望、乐观和韧性构成基础的四个维度。如今在已有的本土化研究中，研究者发现，本土心理资本结构既包括与西方心理资本类似的事务型心理资本（如自信勇敢、乐观希望、奋发进取、坚韧顽强等），也包括带有中国本土文化气息的人际型心理资本（如谦虚诚恳、包容宽恕、尊敬、礼让、感恩奉献等）<sup>[10]</sup>。在本土的心理资本调查量表结构中，有研究者认为，可以考虑将创造力、智慧、幽默、真实性、感恩之心等纳入心理资本结构的范畴<sup>[11]</sup>。在参考了既有的心理资本量表后（见柯江林，孙健敏，李永瑞，2009；也见吴伟炯，刘毅，路红，谢雪贤，2012），设计了前测、后测两份调查问卷，问卷均采用李克特 7 级量表，结合事务型心理资本与人际型心理资本量表，将问卷分为八个维度，共 24 题。8 个维度分别为：自信、奋进、坚韧、勇敢、谦虚、尊敬、奉献、礼让。前测问卷用于调研大学生未参与“百千万工程”社会实践前的心理资本情况，后测问卷用于调研参与“百千万工程”社会实践后的积极心理资本情况。在进行统计分析后，将两组问卷结论进行检验与比对，并得出结论。

**(2) SPSS 统计工具：统计学分析。**在完成问卷调查以后，筛选有效问卷，实施统一编码，构建数据库，选用统计软件 SPSS27.0 分析与处理相关数据，完成 F 检验、T 检验、相关等统计分析。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

### 2.3 研究方法

#### (1) 问卷调查法

通过设计结构化问卷，以线上发放的方法向目标大学生社会实践群体样本收集标准化数

据。问卷问题均以单项选择题呈现，包含人口统计学问题（目标群体的个人基础信息）与积极心理资本量表测试题。对问卷量表进行信度与效度分析，对人口学数据进行描述性统计，并对量表结果进行差异性分析与皮尔逊相关性分析。

### (2) 准实验法

本研究采用单组样本进行前测与后测的准实验设计，以评估学生参与“百千万工程”社会实践对其积极心理资本的影响。研究使用同一份量表，对广东金融学院的同一批学生分别在参与实践活动前（前测）与参与实践活动后（后测）进行测量。数据分析将采用配对样本 T 检验等方法，比较前后测得分的差异性。准实验法因无法进行随机分组，如本研究样本均来自同一高校，其内在效度存在局限，但通过前后测对比仍可为因果推断提供重要依据。

## 3 研究结果

### 3.1 信度与效度分析

(1) **信度分析。**问卷中心理资本测试量表包含自我效能、希望、乐观、韧性四个基础维度，细分为八个具体维度，分别是自信、奋进、坚韧、勇敢、谦虚、尊敬、奉献、礼让。量表采用李克特 7 级评分量表（1=非常不符合，2=比较不符合，3=有点不符合，4=一般，5=有点符合，6=比较符合，7 非常符合），分数越高，填写者积极心理资本越厚。在前测中，量表的内部一致性 Cronbach $\alpha$ 系数为 0.962，在后测中，量表的内部一致性 Cronbach $\alpha$ 系数为 0.981，内部一致性信度较好。

(2) **效度分析。**在本研究中，前测量表与后测量表的探索性因子分析（KMO 与巴特利特球度检验）结果如下：KMO 取样适切性量数分别为 0.752 和 0.762，均大于 0.7；巴特利特球度检验显著性 $<0.01$ ，小于基准值 0.05，量表通过探索性因子分析。因本量表为自制量表，进一步进行验证性因子分析，检验量表聚合效度。

表 2 前测量表聚合效度指标

维度	CR	AVE
自信	0.927	0.810
奋进	0.927	0.810
坚韧	0.946	0.853
勇敢	0.923	0.801
谦虚	0.881	0.713
尊敬	0.823	0.616
奉献	0.859	0.672
礼让	0.786	0.602

表 3 后测量表聚合效度指标

维度	CR	AVE
自信	0.944	0.848
奋进	0.934	0.826
坚韧	0.926	0.806
勇敢	0.911	0.773
谦虚	0.938	0.834
尊敬	0.911	0.775
奉献	0.919	0.792
礼让	0.655	0.423

通常情况下， $AVE > 0.5$ ， $CR > 0.7$ ，说明聚合效度较高。由表 2 可知，每个；由表 3 可知，除“礼让”维度外，其他维度的 AVE 均高于 0.66，CR 值均在 0.77 以上，AVE 和 CR 值均达到标准数值，表明本量表具有较高的聚合效度。

### 3.2 研究结果

#### (1) 参加“社会实践”前大学生积极心理资本水平总体情况。

参加“百千万工程”社会实践前大学生积极心理资本总体情况如表 4 所示，自信、奋进、坚韧、勇敢、谦虚、尊敬、奉献、礼让八项积极心理资本平均值分别为 5.9936、6.0000、6.0449、

6.0192、6.3333、6.1410、6.0577。由此可见，准备参与“百千万工程”社会实践的大学生总体积极心理资本水平较高，这一研究结果与既有研究一致：现代大学生接受的大量先进的教育理念以及前沿的科学知识，对大学生积极心理资本的培养起了重要作用<sup>[12]</sup>。这也一定程度上反映出，积极投身于“百千万工程”社会实践活动的学生本身就拥有较好的积极心理资本水平。

表4与表5为参加“百千万工程”社会实践前后大学生积极心理资本总体情况。通过对比可知，在经过“百千万工程”社会实践后，大学生在8个积极心理资本维度测量中的平均值都有了一定的提高。

表4 参加“百千万工程”社会实践前大学生积极心理资本总体情况

	最小值	最大值	平均值	标准差
自信	4.67	6.67	5.9936	0.65510
奋进	4.00	7.00	6.0000	0.89783
坚韧	3.33	7.00	6.0449	0.91711
勇敢	4.00	7.00	6.0192	0.84640
谦虚	5.00	7.00	6.3333	0.66010
尊敬	4.00	7.00	6.1410	0.73311
奉献	4.67	7.00	6.3333	0.64676
礼让	3.67	7.00	6.0577	0.86501

表5 参加“百千万工程”社会实践后大学生积极心理资本总体情况

	最小值	最大值	平均值	标准差
自信	5	7.33	6.7115	0.7292
奋进	4	7	6.2692	0.8633
坚韧	4.33	7	6.3846	0.7595
勇敢	4.67	7	6.3654	0.7873
谦虚	4.33	7	6.4551	0.7498
尊敬	4.67	7	6.4359	0.7187
奉献	4.33	7	6.5256	0.6871
礼让	4.67	7	6.3782	0.7527

### (2) 参加“百千万工程”社会实践前大学生积极心理资本差异分析。

表6为参加“百千万工程”社会实践前大学生不同性别之间的积极心理资本差异分析。通过研究发现，男生的各项积极心理资本水平均值高于女生的积极心理资本水平均值，但其得分最大值略低于女生的得分最大值。由于独立T检验各项P值均>0.05，男女积极心理资本水平无明显差异。

表6 男女积极心理资本水平的差异

	男	女	T	P
自信	6.17±0.65	5.9±0.65	1.399	0.168
奋进	6.31±0.86	5.83±0.88	1.885	0.650
坚韧	6.33±0.86	5.89±0.92	1.68	0.099
勇敢	6.30±0.87	5.87±0.81	1.752	0.860
谦虚	6.52±0.65	6.24±0.65	1.489	0.143
尊敬	6.43±0.63	5.99±0.75	2.107	0.040*
奉献	6.56±0.56	6.22±0.67	1.845	0.071
礼让	6.30±0.91	5.93±0.83	1.463	0.150

注：\*\*表示  $P<0.01$ ，\*表示  $P<0.05$ 。

### (3) 大学生参加“百千万工程”社会实践前积极心理资本相关性分析。

表7为大学生参加“百千万工程”社会实践前各项积极心理资本相关性分析。由此可知，大学生积极心理资本各维度之间均呈现正相关性。这表明，参加“百千万工程”社会实践的大学生总体上具有较好的积极心理资本水平。但个别维度，如自信、奋进、坚韧、奉献，与总体积极心理资本水平呈现一定负相关性。这可能是由于一部分大学生在构建自己的积极心理

资本时, 过于片面强调某一种品质而丧失了其他一部分品质, 比如有的大学生过于希望得到他人认可, 过度展现利他性和奉献自我, 反而使得个人奋进不足。

表7 大学生参加“百千万工程”社会实践前积极心理资本相关性分析

	总分	自信	奋进	坚韧	勇敢	谦虚	尊敬	奉献	礼让
总分	1								
自信	-0.041	1							
奋进	-0.088	0.822**	1						
坚韧	-0.057	0.780**	0.934**	1					
勇敢	0.019	0.743**	0.823**	0.832**	1				
谦虚	0.029	0.514**	0.504**	0.507**	0.737**	1			
尊敬	-0.039	0.515**	0.563**	0.512**	0.677**	0.765**	1		
奉献	-0.066	0.679**	0.627**	0.683**	0.724**	0.781**	0.721**	1	
礼让	0.032	0.358**	0.401**	0.431**	0.451**	0.527**	0.722**	0.646**	1

注: \*\*表示  $P<0.01$ , \*表示  $P<0.05$ 。

表8 为大学生社会实践后各项积极心理资本相关性分析。通过表8与表7的对比, 可知, 在经过社会实践活动后, 大学生群体各维度的积极心理资本水平, 以及各维度积极心理资本水平与总体积极心理资本水平之间的相关性有了显著的提高。由此, 可以认为参加“百千万工程”社会实践可以全方位多维度提高大学生的积极心理资本水平。

表8 大学生参加“百千万工程”社会实践后积极心理资本相关性分析

	总分	自信	奋进	坚韧	勇敢	谦虚	尊敬	奉献	礼让
总分	1								
自信	0.778**	1							
奋进	0.917**	0.887**	1						
坚韧	0.915**	0.842**	0.876**	1					
勇敢	0.912**	0.779**	0.904**	0.883**	1				
谦虚	0.926**	0.631**	0.807**	0.785**	0.872**	1			
尊敬	0.922**	0.706**	0.832**	0.784**	0.783**	0.910**	1		
奉献	0.942**	0.656**	0.811**	0.828**	0.806**	0.918**	0.908**	1	
礼让	0.881**	0.723**	0.799**	0.766**	0.736**	0.793**	0.837**	0.830**	1

注: \*\*表示  $P<0.01$ , \*表示  $P<0.05$ 。

表9 为前测与后测组间相关性及其差异显著性。结果表明, 参加“百千万工程”社会实践对大学生的多数积极心理资本维度产生了显著的积极影响。具体而言, 自信 ( $t=5.792, p<0.01$ ) 坚韧 ( $t=2.070, p<0.05$ ) 勇敢 ( $t=2.397, p<0.05$ ) 尊敬 ( $t=2.371, p<0.05$ ) 和礼让 ( $t=2.350, p<0.05$ ) 等维度差异性显著。在参加社会实践后, 学生的自信水平得到了极为显著的提升。而在奋进 ( $t=1.521, p=0.134$ )、谦虚 ( $t=0.983, p=0.330$ ) 和奉献 ( $t=1.573, p=0.122$ ) 三个维度上, 尽管后测均值略高于前测, 但其前后差异未达到统计学上的显著性水平, 表明目前大学生参加“百千万工程”社会实践在这些方面的效果有限, 应在社会实践中加强相关实践活动与教育内容。

表9 前测与后测组间相关性及其差异显著性

测量	前测均值	后测均值	组间相关性	T	P
自信	5.9936	6.7115	0.169	5.792	<0.01**
奋进	6.0000	6.2692	-0.051	1.521	0.134
坚韧	6.0449	6.3846	0.012	2.070	0.044*
勇敢	6.0192	6.3654	0.189	2.397	0.020*
谦虚	6.3333	6.4551	0.202	0.983	0.330
尊敬	6.1410	6.4359	0.237	2.371	0.022*
奉献	6.3333	6.5256	0.127	1.573	0.122
礼让	6.0577	6.3782	0.267	2.350	0.023*

注: \*\*表示  $P<0.01$ , \*表示  $P<0.05$ 。

## 4 结论与讨论

### 4.1 研究结论

研究表明,愿意参与暑期“百千万工程”社会实践的学生的积极心理资本水平普遍较高。在参与社会实践后,大学生积极心理资本水平总体均值有了一定的提高,各项积极心理资本水平相关性增强。研究发现,参与“百千万工程”社会实践,能显著提高大学生多方面积极心理资本水平。具体总结如下:

第一,大学生积极心理资本及各维度积极心理资本处于中高等水平,通过“百千万工程”社会实践,大学生各维度积极心理资本水平均值有一定的提高。以“自信”维度积极心理资本水平为例,52名调研对象在前测问卷中的得分均值为5.9936,而经过“百千万工程”社会实践干预后,得分均值上升至6.7115。

第二,在参与“百千万工程”社会实践前,大学生各项积极心理资本之间有显著正相关性,但一部分维度与总体积极心理资本水平间存在负相关。通过“百千万工程”社会实践,各积极心理资本维度间相关性增强。积极心理资本维度与总体得分的相关性变化具体表现为:自信(前测相关性: -0.041; 后测相关性: 0.778)、奋进(前测相关性: -0.088; 后测相关性: 0.917)、坚韧(前测相关性: -0.057; 后测相关性: 0.915)、尊敬(前测相关性: -0.039; 后测相关性: 0.922)、奉献(前测相关性: -0.066; 后测相关性: 0.942)。

第三,由配对样本T检验分析结果可知,大学生在参与“百千万工程”社会实践后,多数心理资本维度水平显著提高,其中“自信”积极心理资本维度的差异性特别显著,少数维度在统计学上尚未体现出显著差异性。具体表现为:自信( $t=5.792, p<0.01$ )、坚韧( $t=2.070, p<0.05$ )、勇敢( $t=2.397, p<0.05$ )、尊敬( $t=2.371, p<0.05$ )和礼让( $t=2.350, p<0.05$ )等维度差异性显著。而在奋进( $t=1.521, p=0.134$ )、谦虚( $t=0.983, p=0.330$ )和奉献( $t=1.573, p=0.122$ )等维度差异性不显著。

### 4.2 对策与建议

为发挥以“百千万工程”社会实践为代表的社会实践对大学生积极心理资本的正面作用,建议从以下几方面提高“百千万工程”社会实践的质量和参与度,并提高实践教育的重视程度,提升大学生积极心理资本水平的能力。

根据大学生积极心理资本总体分析,通过社会实践,大学生各项积极心理资本维度水平均获得提高,以“自信”维度的提升最为显著( $t=5.792, p<0.01$ ),这证明社会实践中的挑战能有效激发学生的自我效能感。建议在社会实践中,明确设计并固化1-2项由学生独立或主导完成的任务,例如:独立主持一场村民访谈、面向乡镇干部进行一次项目汇报或主讲一场村民宣讲会等。任务应具备适当的挑战性,并在完成后由指导老师和实践单位给予及时、具体的正向反馈,将实践中取得的客观成果,显性化地转化为学生内心的自信资本。

根据大学生积极性心理资本相关性分析,经过社会实践后,大学生各积极心理资本维度之间的相关性显著增强,表明社会实践有助于积极心理资本结构的整合。建议在实践内容设计中,注重多项心理素质的协同培养。既要有个人主导性实践,也要设计团队协作场景与任务,例如共同帮助帮扶乡村完成一面墙绘、齐心协力完成一场助农直播等,避免片面强调单一品质,促进学生积极心理资本的全面、协调发展。

根据大学生积极心理资本差异性分析,“奋进”“谦虚”“奉献”三个维度在实践前后未呈现显著差异。建议在社会实践中增加具有明确目标导向评优评先或奖励机制,记录每位学生每一项任务的贡献程度,例如,设置计分系统,记录每个队员参与和完成的事项,且设定不同分数层级,如完成宣讲内容设计得分多于搜集资料等杂务工作等,激发学生的进取心;建议通过撰写实践日志、开展团体反思会等方式,引导学生深入理解奉献行为的社会价值与个人意义,增强其内在奉献动机。通过诸如此类的实践评价与反馈机制,切实提升这些维度的心理资本水平。

根据大学生的积极心理资本差异,进行针对性开发与教育。人们普遍要求男性是勇敢的、坚强的、领导者的角色,女性是体贴、顺从、情绪化的角色<sup>[13]</sup>。通过“百千万工程”社会实践教育,下乡队伍应当适当给予女生更多劳作与发表观点的机会,也给予男生更多问询、采访、心理辅导等工作机会,使性别不再成为个人成长和能力的刻板界定和枷锁。同理,对于不同性格的大学生,也应该鼓励他们多尝试不同的角色,探索不同的工作内容,促进大学生找到

自己的能力与热爱所在，同时补齐短板，使积极心理资本水平有重点地、均衡地发展。

当今正处于百年未有之大变局，大学生的培养不应该仅仅存在于书本里，应当加强社会实践教育水平，在实践中充分开发出大学生的积极心理资本，提升大学生的积极心理资本水平，使大学生保持良好的心态，更好更快地融入社会就业与社会实践中去。切实提高“百千万工程”社会实践教育水平，能够促进大学生未来更好地发展。

### 参考文献

- [1] 范俊强, 黄雨心, 徐艺敏, 等. 就业焦虑: 毕业前大学生心理压力及其纾解[J]. 教育学术月刊, 2022, (09): 75-82.
- [2] 武传伟, 吴翌琳. 大学生积极心理资本与就业压力关系调查分析[J]. 调研世界, 2018, (12): 19-22.
- [3] 黄紫薇, 李雅超, 常扩, 等. 大学生心理健康与父母教养方式的关系: 心理资本的中介效应[J]. 中国健康心理学杂志, 2020, (05): 737-742.
- [4] 邹长华, 信中贵, 李泳汉, 等. 大学生情绪调节自我效能感和积极心理资本在心理弹性与心理健康关联中的作用[J]. 中国学校卫生, 2023, (01): 94-98.
- [5] 广东省人民政府. 中共广东省委关于实施“百县千镇万村高质量发展工程”促进城乡区域协调发展的决定[EB/OL] (2023-02-27) [2025-10-15]. [https://www.gd.gov.cn/gdywdt/zwzt/bxqzwc/zxzc/content/post\\_4639219.html](https://www.gd.gov.cn/gdywdt/zwzt/bxqzwc/zxzc/content/post_4639219.html)
- [6] 许庆子. “百千万工程”背景下的美育支教大学生获得感的质性研究——以 G 校的支教项目为例[J]. 西部学刊, 2024, (18): 96-100.
- [7] 熊猛, 叶一舵. 心理资本: 理论、测量、影响因素及作用[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2014, 32 (03): 84-92.
- [8] 李力, 廖晓明. 积极心理资本: 测量及其与应对方式的关系研究[J]. 黑龙江高教研究, 2012, 30 (09): 37-40.
- [9] 王左丹. 大学生暑期社会实践长效机制构建探析[J]. 思想教育研究, 2014, (03): 83-86.
- [10] 熊猛, 叶一舵. 积极心理资本的结构、功能及干预研究述评[J]. 心理与行为研究, 2016, 14 (06): 842-849.
- [11] 柯江林, 孙健敏, 李永瑞. 心理资本: 本土量表的开发及中西比较[J]. 心理学报, 2009, 41 (09): 875-888.
- [12] 李林英, 肖雯. 大学生心理资本的调查研究[J]. 北京理工大学学报(社会科学版), 2011, 13 (01): 148-152.
- [13] 徐大真. 性别刻板印象之性别效应研究[J]. 心理科学, 2003, (04): 741-742.

# **Empirical Study on the Impact of College Students' Participation in the “Hundreds, Thousands, and Millions Project” Task Force on Positive Psychological Capital**

OU Hanting

(School of International Program, Guangdong University of Finance, Guangzhou, Guangdong, China)

**Abstract:** In recent years, college students' psychological issues and mental well-being have become a major concern for both educational institutions and society. Exploring the relationship between college students' participation in the “Hundred-Thousand-Ten-Thousand Project” task force activities and their positive psychological capital can help broaden the analysis of factors influencing psychological capital. This quasi-experimental study employed psychological capital scales and positive psychological capital questionnaires to examine members of the “Hundred-Thousand-Ten-Thousand Project” task force at a Guangdong undergraduate university. Results indicate that compared to pre-participation levels, college students' overall positive psychological capital increased after joining the task force. Correlations among positive psychological capital dimensions strengthened, with most dimensions showing significant improvement. This indicates that university students can effectively enhance their positive psychological capital through participation in the “Hundred-Thousand-Ten-Thousand Project” task force practice. Chinese universities should continue to prioritize the development of the “Hundred-Thousand-Ten-Thousand Project” social practice, establish pre- and post-practice comparison and feedback mechanisms, promote the scientific and standardized implementation of the social practice, and establish a long-term mechanism for university students to tangibly enhance their positive psychological capital through social practice.

**Keywords :** College Student Social Practice ; Positive Psychological Capital ; Hundred-Thousand-Ten-Thousand Project; Impact Effect; Social Experiment