

坚毅人格特质的研究综述

范紫荆

广西师范大学，桂林

摘要 | 坚毅是一种在日常生活中常被提及和赞扬的积极人格特质，表示对某一长期目标的坚持和热情。作为一种美德和优势，坚毅对个体的学业表现和工作业绩有很强的预测力；同时，坚毅能够预测个体的幸福感、生活满意度，是个体应对生活压力的重要心理资源，有助于个体保持心理健康的状态。本文对近年来坚毅人格特质相关研究进行了梳理，在讨论坚毅人格的概念、结构的基础上，回顾了坚毅人格的测量方式和相关变量的研究，并为培养坚毅人格提出了具体建议。

关键词 | 坚毅人格特质；坚持努力；兴趣一致

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风”“只要功夫深，铁杵磨成针”“梅花香自苦寒来”，中国文化中的许多俗语都体现着中国社会对坚忍不拔的奋斗精神的极力推崇。2022年3月，^[1]教育部发布的《义务教育课程方案（2022版）》将培养有担当、具有坚毅勇敢品质的学生作为义务教育的培养目标之一^[1]，体现了国家层面对不畏困难、自强不息的品质的重视。近年来，许多研究者开始意识到这种品质的重要性，从国外引入了坚毅（Grit）人格特质的概念，并进行了许多相关研究。坚毅是指向着长期目标保持激情并坚持不懈地努力下去的一种积极心理品质^[2]。近十年以来，关于坚毅人格特质的研究成了国内外人格心理学界的一个非常活跃的领域，本文试图对国内外有关坚毅人格特质的研究成果进行总结，以期为后续相关研究提供参考。

2 坚毅人格的概念与结构

美国心理学家达克沃思 (Duckworth) 等人通过对学术界、新闻业、投资银行、法律、医学、艺术等行业的专业人士的访谈发现, 坚毅是一种各领域杰出人士普遍具备的非认知人格特质^[3]。拥有坚毅特质的个体对实现目标具有持久的热情并愿意坚持不懈地付出努力。即使并不具备出色的天赋, 或在中途遭遇逆境和失败, 也不会放弃或重新选择一个新的目标, 而是选择坚持到底, 因而最终能在本行业取得其他人达不到的成就。

达克沃思等人对坚毅特质、尽责性、智力、自我控制等相近概念进行了比较研究, 得出了坚毅的双因素结构, 包括对某一长期目标持久的热情 (兴趣一致) 和坚持不懈的努力 (坚持努力) 两个维度^[3]。科瑞德 (Credé) 等人通过元分析研究发现坚持努力维度比兴趣一致维度及坚毅特质整体能更好地预测个体表现, 质疑了坚毅的双因素结构^[7]。冈萨雷斯 (Gonzalez) 等人采用平行分析、项目反应理论等现代心理测量方法, 通过两个不同的美国样本对坚毅特质的双因素结构进行了探究, 提出坚毅特质本质上是一维的, 双维度可能是测量偏差导致的结果^[8]。达图 (Datu) 等人通过访谈法对集体主义背景下坚毅特质的结构进行了探究, 在两个原有维度的基础上增加了情景适应维度, 指能够欣然接受生活中的变化、灵活地改进调整原先的计划并与身边其他人保持和谐友善的人际关系^[9]。

国内学者的研究中, 谢娜等人在中国文化背景下对达克沃思提出的坚毅特质结构模型进行了验证, 验证性因子分析的结果支持了坚毅的双因素模型^[10]。黎晓娜等人通过文献分析、专家讨论及对青少年进行深度访谈, 发现了三维度的青少年坚毅特质结构, 新增了信念坚定性的维度^[11]。郭利明等人采用扎根理论和德尔菲法构建了包含坚毅力的行为性、情感性、认知性等3个一级指标, 专注性、坚持性、积极情感、消极情感、目标意识、自我监控等6个二级指标的学生坚毅力测评理论模型^[12], 更加明确了坚毅特质的结构与内涵。

3 坚毅人格的测量

基于坚毅人格特质二因素结构, 达克沃思等人^[3]编制了适用于各年龄段和领域的坚毅特质量表 (the original grit scale, Grit-O), 共包含12个条目, 采用Likert 5点评分 (1 = 完全不像我, 5 = 非常像我)。量表的内部一致性系数为0.85, 但模型拟合不佳 (CFI = 0.83, RMSEA = 0.11)。后来, 达克沃思和奎恩 (Quinn)^[13]对Grit-O进行了修订, 在原量表的基础上删除了4个条目, 仍采用Likert 5点评分 (1 = 完全不像我, 5 = 非常像我), 最终得到包含8个条目的简式坚毅特质量表 (the short grit scale, Grit-S), 在四组不同样本中进行了验证性因子分析, 结果显示该量表具有良好的信度与效度。

波斯蒂戈 (Postigo) 等人^[14]结合经典测量理论与项目反应理论, 开发并验证了单维的奥维耶多坚毅量表 (oviedo grit scale; EGO)。量表的内部一致性系数为0.94, 同时具有良好的结构效度与效标效度。

达图等人^[15]基于质性研究的结果, 开发了三因素坚毅人格特质量表 (the triarchic model of grit scale, TMGS), 共包含10个项目, 分为坚持努力、兴趣一致、情景适应三个维度, 采用Likert 5点评分 (1 = 完全不像我, 5 = 非常像我)。研究者在两组不同的样本中进行了验证性因子分析, 结果显示该量表具有良好的信度与效度。

黎晓娜等人^[11]编制了三维度的青少年坚毅特质自陈量表,共包含15个项目,分为坚持努力、兴趣一致、信念坚定三个维度,采用Likert 5点评分(1=完全不符合,5=完全符合)。量表的内部一致性系数为0.71,模型拟合良好(CFI=0.94, RMSEA=0.04)。

郭利明等人^[12]基于二阶六因素的坚毅测评模型,设计了面向学生活动场景的表现性评价工具,在采集数据时同时使用了行为数据和自我报告的结果,旨在对学生坚毅力进行更加客观和智能的测量。

4 坚毅人格的相关变量

4.1 坚毅人格的前因变量

4.1.1 个体因素

达克沃思等人的研究发现,在控制了受教育水平和人格变量后,随着被试年龄的增长,坚毅特质水平逐渐提高^[3, 13]。这可能是因为随着个体逐渐成熟,更加能够明确自己的兴趣和目标,更能够保持持久的热情与坚持不懈的努力。在性别方面,在德国^[16]和波兰^[17]被试中进行测试时,研究结果显示坚毅特质不存在性别差异;在日本^[18]被试中进行测试时,结果显示女性相比男性具有更高的坚毅特质;国内学者对国内青少年样本进行测试的结果显示,男性在坚毅特质总分及其分维度上的得分均显著高于女性^[19]。坚毅特质在不同国家样本下的差异可能受到不同文化背景的影响。

动机水平对坚毅特质存在影响。冯库林(Von Culin)等人^[20]对美国16,191名成年人进行了网上调查,结果显示通过追求意义获得幸福(意义取向)的得分与坚毅特质两个维度的相关关系均不显著,通过投入需要注意的活动获得幸福(投入取向)的得分与坚毅特质中的坚持努力维度具有显著的正相关关系,通过积极享乐获得幸福(快乐取向)的得分与坚毅特质中兴趣一致维度具有显著的负相关关系。铃木(Suzuki)等人^[18]对日本样本的研究结果显示,意义取向和投入取向的得分与坚毅特质水平具有显著的正相关关系,快乐取向的得分与坚毅特质水平具有显著的负相关关系。这可能是因为集体主义文化的背景下,人们更加看重对人生意义的追求,并将其作为坚持目标的动力。

内部信念对坚毅特质也存在影响。希尔(Hill)^[21]等人发现目标承诺与坚毅特质之间具有显著的正相关关系。乔丹(Jordan)等人^[22]发现自我效能感与坚毅特质的坚持努力维度具有显著的正相关关系。韦斯特(West)等人^[23]发现拥有成长型思维模式与坚毅特质之间具有显著的正相关关系,认为自己的能力可以通过努力获得提高的信念能够激励个体坚持不懈地朝着目标努力,从而表现出较高的坚毅水平。

4.1.2 环境因素

李婷等人^[24]的研究发现,父母的坚毅特质水平及教养方式影响子女的坚毅特质水平。父亲和母亲的坚毅特质总分及分维度得分均可正向预测青少年坚毅特质的总分及分维度得分,且父母教养方式的关爱维度在亲子坚毅特质的代际传递中起中介作用。高水平的社会支持有助于青少年坚毅特质水平的提高^[25],且来自父母和同伴的支持相比教师支持能够更好地促进青少年坚毅特质的养成^[26]。这可能是因为青少年与父母和同伴的相处时间更多,因而受到更多影响。

具体情境也对坚毅特质水平存在影响。迪梅尼奇(DiMenichi)与里士满(Richmond)^[27]研究发现,

被试在回忆一段自己坚持完成一件事最后失败的经历后的坚毅特质自评得分显著高于回忆成功经历后的自评得分,且在注意任务中能够获得更好的表现。

4.2 坚毅人格的结果变量

4.2.1 学业和工作表现

达克沃思等人^[3, 13]对大学生被试进行研究发现,在控制了智商因素后,个体的坚毅特质水平与学业水平仍呈正相关;在控制了年龄和尽责性水平后,个体的坚毅特质水平与一生中受教育程度仍呈正相关。拥有更高水平坚毅特质的个体更能够坚持长期的学业目标,更可能取得较高的学业成就。方(Fong)和金(Kim)^[4]对美国不同族裔的大学生进行调查,同样发现坚毅特质与大学生的学业表现呈正相关。鲍曼(Bowman)等人^[28]对两所大学的三个样本进行调查,发现坚毅特质的坚持努力维度能够预测更高的学业适应、GPA、学校满意度、学校归属感、师生互动及坚持学习的意愿和更低的转专业意愿,坚毅特质的兴趣一致维度仅能够预测较低的转专业意愿。结果表明在影响学业表现的作用机制中,坚持努力可能起着主要的作用。沃尔特(Wolters)等人^[29]对坚毅特质、学生自我管理学习与学业成就之间的关系进行了研究,结果显示坚毅特质的坚持努力维度对自我管理学习包括价值感、自我效能感、认知、元认知、动机、时间与学习环境管理策略、拖延在内的七个维度都存在持续性的预测作用,而兴趣一致维度仅对时间与学习环境管理策略和拖延两个维度存在预测作用。相似结果提示可以通过培养学生的坚持努力来提升学生的自我管理学习能力,进而提高学业表现。官群等人^[30]对非英语专业大学生的英语学习情况进行调查发现,拥有更高水平坚毅特质的个体更能够坚持刻意练习,从而获得更好的学业表现。杜帅领和朱艳丽^[31]以农村中学生为对象的研究发现农村中学生的坚毅特质水平与学业拖延行为呈显著负相关,与学业成就呈显著正相关,且学业拖延行为在农村中学生的坚毅特质和学业成就的关系中起完全中介作用。

坚毅特质同样能够预测个体的工作表现。达克沃思等人^[3, 13]对美国中西部全职或兼职工作的大学生进行调查发现,个体的坚毅特质水平与离职意向和跳槽次数呈显著负相关,拥有较高水平坚毅特质的学生更能够坚持在当前的工作岗位上持续工作;且与大五人格中的其他特质相比,坚毅人格是唯一能够预测跳槽次数的人格特质。穆勒(Mueller)等人^[5]的研究显示坚毅特质水平与创业者的风险投资绩效存在正相关。梅里亚克(Meriac)等人^[32]探究了坚毅特质与工作伦理之间的关系,结果显示二者之间呈显著正相关;相比于工作伦理,坚毅特质更能够预测个体的压力处理水平,从而在压力状态下坚持向目标努力,以获得更好的绩效水平。罗伯逊克拉夫特(Robertson-Kraft)和达克沃思^[33]对新手教师的研究发现拥有高水平坚毅特质且乐观的教师表现出更好的教学绩效,并更多选择留任,且坚毅特质在乐观与教学绩效的关系中起完全中介作用。凯利(Kelly)等人^[34]对1558名西点军校的军人进行研究发现,坚毅特质的坚持努力维度可以有效预测未来四年训练中的表现,并作为军官选拔标准中的重要指标。

认知神经科学方面的研究发现,在坚毅特质的坚持努力维度上得分较高的个体,交感神经和副交感神经在任务过程中都表现出更高层次的激活水平,而在兴趣一致维度上得分较高的个体则表现出更低水平的交感神经系统的激活^[35]。在神经层面不同的反应可能对个体行为产生影响,最终导致学业与工作表现上的差异。

4.2.2 心理健康

辛格 (Singh) 和贾 (Jha) [36] 对 254 名理工科本科生的研究表明, 坚毅特质与积极情绪、幸福感和生活满意度均呈显著正相关, 且坚毅特质能够预测幸福感和生活满意度。瓦伊尼奥 (Vainio) 和道坎泰特 (Daukantaitė) [6] 对坚毅特质与良好生活状态之间的关系进行了探究, 结果显示坚毅特质与心理健康、生活满意度和人际和谐度这三个构成良好生活状态的维度均呈显著正相关, 且坚毅特质能够预测三个维度的水平, 个体感知到的一致性和自主性在其中起中介作用。研究表明, 在追求目标的过程中, 坚毅特质通过使个体感受到自己经验的连续性和自我决定能力, 提升个体的内部动机, 获得良好的生活状态。于悦 [37] 对坚毅特质、希望感、社会支持之间的关系进行了探究, 结果显示坚毅特质能够显著预测青少年对未来的希望感, 且在社会支持与希望之间起中介作用。

阿尼斯蒂斯 (Anestis) 和塞尔比 (Selby) [38] 研究发现, 更高水平的坚毅特质能够预测更加频繁的自杀企图和非自杀性自伤行为, 并在非自杀性自伤行为与自伤未遂之间起调节作用, 个体的坚毅特质水平越高, 二者之间的关系越密切。而布洛克 (Blalock) 等人 [39] 的研究结果则相反, 发现坚毅特质能够负向预测自杀企图, 且能够缓冲负性生活事件对自杀企图的影响。克莱曼 (Kleiman) 等人 [40] 对 209 名大学生进行了纵向追踪研究, 发现感恩与坚毅特质能够提升个体的生命意义, 从而减少自杀企图。以上不同的研究结果说明了坚毅特质对自杀存在不同的影响方式, 其作用路径可能受到个体其他方面人格特质的影响。

5 坚毅人格的培养

作为一种积极的心理品质, 坚毅人格特质与个体的最终成就具有高度的相关性。许多学者也就如何培养这一品质提出了具体的建议, 主要包括家庭教育、学校教育、自我提升等方面。在家庭教育层面, 需要家长以充满关爱的教养方式为孩子营造能够获得安全感和归属感的家庭氛围, 使孩子无论在顺境还是逆境都能够获得坚持的勇气和信心 [2]。在学校教育层面, 需要教师改变“分数至上”的技能性学校教育模式, 重视在学生的学习过程中通过体育活动、社会实践培养学生的坚毅品质 [26]。在自我提升方面, 要引导学生提高自己的目标管理和自我调节能力, 养成成长型的思维模式, 不断从解决挑战中获得成就感 [12]。

6 结语

在以“立德树人”为根本任务、培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义建设者和接班人的教育目标的指引下, 坚毅是学生综合素质中必备的优秀品质之一, 也是我国未来人才培养的核心目标之一。自从 2007 年坚毅人格特质被提出以来, 该领域取得了许多有价值的研究成果, 但仍存在一些不足之处。首先, 针对不同文化背景的探索得到了不同维度的坚毅特质结构, 今后的研究可以综合不同的分类, 更加全面地对坚毅特质的内涵进行探索。其次, 目前对坚毅特质的测量主要通过自我报告法, 可能存在社会赞许性或情境的影响, 未来可以开发更为客观的测量工具, 综合使用自我报告法、观察者报告法和资料分析法等不同方式来收集数据。最后, 已有研究主要关注坚毅特质相关变量的影响因素和作用方式, 缺少有关坚毅特质的干预研究。如何才能有效地帮助人们塑造坚毅人格还需要进一步的理论研究和实践

验证。

参考文献

- [1] 教育部. 关于印发义务教育课程方案和课程标准(2022年版)的通知[EB/OL]. [2023-07-16]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2022-04/21/content_5686535.htm.
- [2] 魏怡, 胡军生. 坚毅性人格: 概念结构、影响因素及作用结果[J]. 心理技术与应用, 2017, 5(1): 52-61.
- [3] Duckworth A L, Peterson C, Matthews M D, et al. Grit: Perseverance and passion for long-term goals [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2007, 92(6): 1087-1101.
- [4] Fong C J, Kim Y W. A clash of constructs? Re-examining grit in light of academic buoyancy and future time perspective [J]. *Current Psychology*, 2021, 40(4): 1824-1837.
- [5] Mueller B A, Wolfe M T, Syed I. Passion and grit: An exploration of the pathways leading to venture success [J]. *Journal of Business Venturing*, 2017, 32(3): 260-279.
- [6] Vainio M M, Daukantaitė D. Grit and Different Aspects of Well-Being: Direct and Indirect Relationships via Sense of Coherence and Authenticity [J]. *Journal of Happiness Studies*, 2016, 17(5): 2119-2147.
- [7] Credé M, Tynan M C, Harms P D. Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2017, 113(3): 492-511.
- [8] Gonzalez O, Canning J R, Smyth H, et al. A Psychometric Evaluation of the Short Grit Scale: A Closer Look at its Factor Structure and Scale Functioning [J]. *European Journal of Psychological Assessment: Official Organ of the European Association of Psychological Assessment*, 2020, 36(4): 646-657.
- [9] Datu J A D, Yuen M, Chen G. Exploring Determination for Long-Term Goals in a Collectivist Context: A Qualitative Study [J]. *Current Psychology*, 2018, 37(1): 263-271.
- [10] 谢娜, 王臻, 赵金龙. 12项坚毅量表(12-Item Grit Scale)的中文修订[J]. *中国健康心理学杂志*, 2017, 25(6): 893-896.
- [11] 黎晓娜, 李晓华, 卜鹏翠, 等. 青少年坚毅品质自陈量表的编制及信效度检验[J]. *陇东学院学报*, 2020, 31(3): 135-140.
- [12] 郭利明, 郑勤华, 齐欣. 学生坚毅力测评: 理论模型、表现性评价工具与数据指标[J]. *中国电化教育*, 2023(7): 109-117.
- [13] Duckworth A L, Quinn P D. Development and validation of the short grit scale (grit-s) [J]. *Journal of Personality Assessment*, 2009, 91(2): 166-174.
- [14] Postigo Á, Cuesta M, García-Cueto E, et al. Grit assessment: Is one dimension enough? [J]. *Journal of Personality Assessment*, 2021, 103(6): 786-796.
- [15] Datu J A D, Yuen M, Chen G. Development and validation of the Triarchic Model of Grit Scale (TMGS): Evidence from Filipino undergraduate students [J]. *Personality and Individual Differences*, 2017(114): 198-205.
- [16] Schmidt F T C, Fleckenstein J, Retelsdorf J, et al. Measuring Grit: A German Validation and a Domain-Specific Approach to Grit [J]. *European Journal of Psychological Assessment*, 2019, 35(3): 436-447.
- [17] Wyszynska P, Ponikiewska K, Karaś D, et al. Psychometric Properties of the Polish Version of the Short Grit Scale [J]. *Polish Psychological Bulletin*, 2017(48): 229-236.

- [18] Suzuki Y, Tamesue D, Asahi K, et al. Grit and Work Engagement: A Cross-Sectional Study [J]. PLOS ONE, 2015, 10 (9): e0137501.
- [19] 宋莉莉, 邱瑀, 王詠, 等. 12条目坚毅量表中文版在青少年群体中的信效度检验 [J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29 (9): 1354-1359.
- [20] Von Culin K R, Tsukayama E, Duckworth A L. Unpacking grit: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals [J]. The Journal of Positive Psychology, 2014, 9 (4): 306-312.
- [21] Hill P L, Burrow A L, Bronk K C. Persevering with Positivity and Purpose: An Examination of Purpose Commitment and Positive Affect as Predictors of Grit [J]. Journal of Happiness Studies, 2016, 17 (1): 257-269.
- [22] Jordan M H, Gabriel T J, Teasley R, et al. An integrative approach to identifying factors related to long-term career commitments: A military example [J]. The Career Development International, 2015, 20 (2): 163-178.
- [23] West M R, Kraft M A, Finn A S, et al. Promise and paradox: Measuring students' non-cognitive skills and the impact of schooling [J]. Educational Evaluation and Policy Analysis, 2016, 38 (1): 148-170.
- [24] 李婷, 张又文, 李玥漪, 等. 坚毅力的代际传递: 父母教养方式的中介作用 [J]. 心理发展与教育, 2022, 38 (2): 207-215.
- [25] Banse H, Palacios N. Supportive classrooms for Latino English language learners: Grit, ELL status, and the classroom context [J]. The Journal of Educational Research, 2018, 111 (6): 645-656.
- [26] 黎晓娜, 刘华山. 自主支持情境与支持源对中学生坚毅品质养成及教育启示 [J]. 现代中小学教育, 2023, 39 (6): 70-74.
- [27] Dimenichi B C, Richmond L L. Reflecting on past failures leads to increased perseverance and sustained attention [J]. Journal of Cognitive Psychology, 2015, 27 (2): 180-193.
- [28] Bowman N A, Hill P L, Denson N, et al. Keep on truckin' or stay the course? Exploring grit dimensions as differential predictors of educational achievement, satisfaction, and intentions [J]. Social Psychological and Personality Science, 2015, 6 (6): 639-645.
- [29] Wolters C A, Hussain M. Investigating grit and its relations with college students' self-regulated learning and academic achievement [J]. Metacognition and Learning, 2015, 10 (3): 293-311.
- [30] 官群, 薛琳, 吕婷婷. 坚毅和刻意训练与中国大学生英语成就的关系 [J]. 中国特殊教育, 2015 (12): 78-82.
- [31] 杜帅领, 朱艳丽. 农村中学生坚毅人格与学业成就的关系: 学业拖延的完全中介效应 [J]. 心理技术与应用, 2020, 8 (1): 9-16.
- [32] Meriac J P, Slifka J S, Labat L R. Work ethic and grit: An examination of empirical redundancy [J]. Personality and Individual Differences, 2015 (86): 401-405.
- [33] Robertson-Kraft C, Duckworth A L. True Grit: Trait-level Perseverance and Passion for Long-term Goals Predicts Effectiveness and Retention among Novice Teachers [J]. Teachers College Record (1970), 2014, 116 (3).
- [34] Kelly D R, Matthews M D, Bartone P T. Grit and hardiness as predictors of performance among West Point cadets [J]. Military Psychology, 2014, 26 (4): 327-342.
- [35] Silvia P, Eddington K, Beaty R, et al. Gritty People Try Harder: Grit and Effort-Related Cardiac Autonomic Activity During an Active Coping Challenge [J]. International journal of psychophysiology: Official journal of

- the International Organization of Psychophysiology, 2013, 88 (2) : 200–205.
- [36] Singh K, Jha S D. Positive and negative affect, and grit as predictors of happiness and life satisfaction [J] . Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 2008, 34 (Spec Issue) : 40–45.
- [37] 于悦. 青少年希望感现状及其与社会支持、坚毅的关系研究 [D] . 南昌: 南昌大学, 2017.
- [38] Anestis M D, Selby E A. Grit and perseverance in suicidal behavior and non-suicidal self-injury [J] . Death Studies, 2015, 39 (1/5) : 211–218.
- [39] Blalock D V, Young K C, Kleiman E M. Stability amidst turmoil: Grit buffers the effects of negative life events on suicidal ideation [J] . Psychiatry Research, 2015, 228 (3) : 781–784.
- [40] Kleiman E M, Adams L M, Kashdan T B, et al. Gratitude and grit indirectly reduce risk of suicidal ideations by enhancing meaning in life: Evidence for a mediated moderation model [J] . Journal of Research in Personality, 2013, 47 (5) : 539–546.

A Review of Grit Personality Trait

Fan Zijing

Guangxi Normal University, Guilin

Abstract: Grit is a positive personality trait that is often mentioned and praised in daily life, indicating persistence and enthusiasm for a long-term goal. As a virtue and strength, grit has a strong predictive effect for individuals' academic and job performance; meanwhile, grit can predict individuals' happiness and life satisfaction, and is an important psychological resource for individuals to cope with life stress, which can help them to maintain a state of psychological health. This review summarizes the research related to grit personality trait in recent years. Based on the discussion of the concept and structure of grit personality, this article reviews the researches on the measurement of grit personality and related variables, and puts forward specific suggestions for the cultivation of grit personality.

Key words: Grit personality trait; Perseverance of effort; Consistency of interest