

积极语言语商模型研究

——基于小样本心理学实验

严妍 张显翠 刘荆郎

湖北省荆门市东宝区漳河镇漳河初级中学，荆门

摘要 | 积极语言是积极心理学的一个重要分支，是对积极心理学应用领域的有效延伸。国外多数学者将积极语言的研究融入语言心理学研究框架中^[1]。本研究选取的是多因素实验的方法，来完成对36名中学生的语商能力测试和情绪智力测试。通过前后两次的测试和中间四个月对于被试的实验处理，最后得出关于积极语言语商模型的维度（语言情感表达能力、语言逻辑能力、言语理解与表达能力、肢体表达能力）和能够影响到积极语言能力水平的因素（情绪智力水平）。朗读、运动、唱歌对于人的情绪有很好的调节作用，同样地，朗读、运动、唱歌对于人的积极语言表达能力增强是更有效的，而记忆词汇和默写词汇的作用会更小。

关键词 | 维度；因素；调节；有效

Copyright © 2025 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 研究背景

语言是一种社会现象，是人类通过高度结构化的声音组合，或书写、手势等构成的一种符号系统，同时又是运用这种符号系统来交流思想的一种行为。语言的基本结构材料是词。词是一种符号，它标志着一定的事物。词按照一定的语法规则结合在一起，构成短语和句子，为人类提供了最重要、最有效的交际工具。积极的语言与其他语言的区别在于它是积极的。积极是一种正面的情感体验，中国学者认为，这种正面性有利于人的成长和发展^[2]。

之前我们做历史资料分析时提到过，国外学者对积极语言在教学中应用的研究成果可借鉴的不多，这可能与国外较为开放的教育模式，以及国外教师更自由的教学语言相关。卡桑久（Casanguiu）则简单明了地指出，并不是任何时候使用积极语言都可以起到好的作用，有的时候过分赞美的真实性反而会降低他人的愉悦感和满足感。^[3]所以中国学者的研究是我们在探索实验过程中的指南针。然而对于语言模型的研究，国内研究者从输入和输出的角度，将语言产生过程的基本模式解读为：由语言产生者编码，语言接受者接受信息并解码。这种方式更加侧重于语言产生的过程，而并不是语言本身自己

通讯作者：严妍，湖北省荆门市东宝区漳河镇漳河初级中学，研究方向：教育心理学。

文章引用：严妍，张显翠，刘荆郎. 积极语言语商模型研究——基于小样本心理学实验 [J]. 中国心理学前沿, 2025, 7 (1): 114-117.

<https://doi.org/10.35534/pc.0701020>

的结构与内容^[4]。

按照中国教育发展与战略学会对语商模型基本维度的判定,提出了“语商能力理论”模型的二十三个维度,给我们的研究指明了大体的方向。

有了这个指引,结合前人研究的成果,我们做出了一系列有关积极语言模型的假设。这些假设分别是:

(1) 积极语言的语商模型可分为以下几个维度:语言情感表达能力、语言逻辑能力、言语理解与表达能力、肢体表达能力。(2) 情绪智力水平决定了积极语言在不同环境中的运用能力。

2 研究方法

2.1 被试

36名初中生自愿参加了本实验,其中默写组12人,朗读组12人,唱歌运动组12人。被试年龄在13~15岁之间,均无精神病史。

2.2 实验材料

情绪智力量表(EIS)和语商智力量表(自主设计)、高清摄像头(1920*1080 30帧/秒)、诗歌选篇、体育器材(跳绳、篮球、乒乓球等)。

2.3 实验设计

关于实验设计的实操修改:原本课题组采用的是实验设计流程设计,但是由于在实际操作过程中发现,加入控制组的学生有抵触情绪,主观认为被不公平对待,因此,课题组将配对组实验设计改良成了多因素实验设计。

2.4 数据处理

采用SPSS 22.0进行统计分析。

3 量表评估

我校自主设计的积极语言评价量表的克隆巴赫 Alpha系数为0.777,达到国际标准,可以使用。我校参考国内改良版的中学生情绪智力量表的克隆巴赫 Alpha系数为0.812,达到国际标准,可以使用。

表1 积极语言评价量表可靠性统计

Table 1 Reliability coefficient scale

克隆巴赫 Alpha	项数
0.777	5

4 结果与分析

4.1 描述统计

测试的最大值和最小值发生了变化,前测情绪智力总分最大值是153分,后测情绪智力总分最大值是

156分。情绪智力本身较高的学生能力得到了更好进一步提升。前测情绪智力总分的最小值是80分,后测情绪智力总分的最小值是93分,这证明情绪智力本身较低的学生在总分上得到了提高。前测积极语言的最大值分是88分,后测积极语言的最大值分是90分,前测积极语言的最小值是70分,后测积极语言的最小值是62。证明本身积极语言能力高的学生能力更好了,本身积极语言能力低的同学却更低了,在这里可以考虑训练方式本身就对积极语言能力强的人更适宜更有效,本身积极语言能力弱的同学对于训练就是被动接受,动机不强。前后两次测试的总体数据呈以上特点,但是在个别分类的指标之中,又有所不同和波动。

4.2 测试的比率统计分析

语言情感表达能力与积极语言总分的比率统计中位数,中位数居中8.5%,离差系数0.067%,这是前一次的测试,后一次的测试中位数居中10.4%离差系数0.082,前后两次测试的差异比较大。从后一次测试离差系数中,可见得数据的波动性更大,差异性更大,中位数的浮动转移到了10.4%,可见得此次实验对于语言情感表达能力的影响比较大。其次差异比较大的是言语理解与表达能力。肢体表达能力、语言逻辑能力其中位数居中差异不大。中位数居中比例差异系数减少的是肢体语言表达能力。可以见得,通过训练以后,肢体语言表达能力的中位数更加集中了。肢体语言表达能力的离差系数也减少了,证明浮动性变得非常小,也就是说这一次实验在肢体表达能力上面效果不多。更多的效果体现在语言情感的表达、言语理解与能力的表达、语言逻辑能力的表达。

4.3 测试数据的交叉分析

前测的情绪智力总分对应积极语言总分的交叉分析表显示,数据集中在72分、74分到78分之间的人数最多,后测的积极语言总分的分数集中在78分到86分之间的人数最多。前测同段分数线下智情绪智力总分分数分布在84到93段,102到110分布比较均匀,但是148分以后没有高分更高的分层。

后测的情绪智力总分对应积极语言总分的交叉分析表,中低分层有93~105,分数比较分散。中段分数在119到125之间,没有高段分数。极少在分数更多地集中在129到135之间。后测的情绪智力总分在分数段为93到156之间都有一个均匀地分布。而且积极语言的总分也在92分左右。就是可以见得后测的效果明显高于前测,因为前测的积极语言总分分布在148分以上的为零。情绪智力总分在148分以上的为零,后面就有148分以上的,而且后面148分以上的这个对应到的积极语言的分数也是属于偏高分段。由此可以见得,可能在高分段的学生里面,他本身愿意接受这个训练的,这个实验效果会更好一些。处于低分段的学生,他本身接受实验锻炼的这

个意愿比较低，效果也就差一些。呈现出两极分化的倾向。

4.4 皮尔逊相关性分析

情绪智力总分对积极语言总分的相关性在训练后显著，在0.05双尾级别。情绪的感觉能力对积极语言总分的相关性显著，但是训练后下降至0.01。情绪的表达能力和积极语言的总分相关性显著，但训练后相关性不显著。情绪智力总分和言语理解与表达分数在训练后相关性显著，言语理解与表达能力水平在一定程度上受情绪智力的影响。情绪智力总分和言语理解与表达分数相关性显著，训练后提升至0.05。言语理解与表达能力水平在一定程度上受情绪智力的影响。情绪的感觉能力得分与语言情感表达能力相关性显著，但训练后下降。情绪的感觉能力与言语理解与表达能力相关性显著，训练后上升至0.05。情绪的表达能力和语言情感表达能力相关性显著，但在训练后下降。情绪的表达能力和言语逻辑能力相关性显著，但在训练后下降。情绪的表达能力和言语理解与表达能力相关性显著，但在训练后下降。

4.5 小组训练对比差值数据分析

默写组的同学最大值升高不多，最小值降低的浮动比较大，分别是30，-31，-14，-9，-7。最大值分别是8，6，6，5。相比较而言，朗读组的同学最小值降低的比较少，是-25，-16，-5，-6，而最大值升高的也比较高，30，30，24，7。运动组的同学，最小值降得比较多，是-43，-8，-13，-7，最大值升高的也比较高，是49，8，20。从以上数据可见的朗读、运动、唱歌对于人的积极语言表达能力的增强是更有效的，而记忆词汇和默写词汇的作用会更小。

在对比差值的横向对比中，我们可以看到训练一即默写项目的积极语言的差值和推理理解自身情绪差值的波动比较大，推理和理解他人情绪差值和言语逻辑差值相对波动比较小。训练二即朗读中，推理和理解自身情绪加差值的波动比较大，情绪智力差值波动比较大，而言语逻辑能力差值比较小，对情绪的感觉差距也比较小。训练类别三即运动与音乐中，积极语言的差值波动比较大，情绪的感觉差距比较大，推理和理解他人情绪的差值波动比较大，其他项目相对均衡。

5 结论

该研究实验将积极语言语商模型分为以下几个维度：语言情感表达能力、言语逻辑能力、言语理解与表达能力、肢体表达能力。在日常生活与工作之中，语言情感表达能力和言语逻辑能力，还有言语理解与表达能力，最能够体现出积极语言能力水平，而肢体表达能力则经常被我们所忽视。可是肢体表达的方式和方法，往往可以暴露出这个人的性格，展现出个人风采。如果单

就肢体表达能力所摆出的动作而言，很多被试的动作都能够反映出一定的问题。性格比较偏向内的、积极语言表达的能力比较低的，还有语言比较消极的被试，往往更加退缩，肢体不容易放松，更加内敛，更加紧张。

情绪智力的高低影响着积极语言的能力水平。情绪智力越高，积极语言的水平也就越高，情绪智力越低，积极语言的水平也就越低。在调查研究中发现，情绪的表达能力对初中生来说非常重要，他们正处在身心发展的高峰期，是人生成长的重要时期，不仅是学习知识的黄金期，更是培养如何表达自我情绪能力的关键时期。良好的情绪表达可以帮助我们与他人更好地交流和理解彼此。合理的情绪表达，能够有效地传达自己的想法、意见、感受和需求，让他人了解我们真实的想法。这样的言语表达能力在日常生活和将来的职业生涯中都是至关重要的。

身体锻炼已被认为是传统抑郁疗法的一种替代或补充（Hales and Travis, 1987; Martinsen, 1987, 1990）。身体锻炼抗抑郁作用的整体效果身体锻炼与抑郁关系的研究已有很长历史。音乐可以通过生理和心理两方面途径来治疗疾病。长期参与体育运动可引发积极情绪，增加生活满意度和主观幸福感。有研究招募了276名女性被试，经过测试发现，比起中等程度锻炼和少动的人们，积极锻炼的女性更机敏热情，对生活的态度也更积极^[5]。

有研究表明，与积极音乐一样，悲伤音乐也可诱发积极情绪，其心理机制有“解离理论”和“中和理论”两种。解离理论认为，人们听悲伤音乐之所以会产生积极情绪，是因为个体认知自己是安全的，因此能从悲伤音乐描绘的消极情境中与自己的真实情况相解离，此时的音乐传达的“悲伤”就是愉悦的。中和理论则认为，悲伤音乐的确会唤醒负性情绪，但个体的审美判断会起到关键的中和作用，也就是说，个体可以知觉到音乐这一艺术形式带来的美感从而唤起正性的积极情绪，这种积极情绪正好将悲伤音乐唤起的消极情绪中和了^[6]。

我们的实验数据也显示出，积极的语言表达需要积极的情绪来配合。在学生的训练中，朗读、运动、唱歌对于人的情绪有很好的调节作用，同样地，朗读、运动、唱歌对于人的积极语言表达能力的增强是更有效的，而记忆词汇和默写词汇的作用会更小。

参考文献

- [1] 陈虹, 严小萍, 朱红英. 积极心理学视域下的积极语言研究[J]. 基础教育参考, 2016(17): 3-6.
- [2] 彭聃龄. 普通心理学(第3版)[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2004: 288.
- [3] 陈虹, 严小萍, 朱红英. 积极心理学视域下的积极语言研究[J]. 基础教育参考, 2016(17):

- 3-6.
- [4] 桂诗春. 实验心理语言学纲要: 语言的感知 理解与产生 (第2版) [M]. 长沙: 湖南教育出版社, 2005: 5.
- [5] 周爱保, 翁小寒. 音乐可改善运动中的情绪体验 [J]. 中国社会科学报, 2022 (8): 1-2.
- [6] 周爱保, 翁小寒. 音乐可改善运动中的情绪体验 [J]. 中国社会科学报, 2022 (8): 2-4.

Research on Positive Language Quotient Model: Based on Small Sample Psychology Experiment

Yan Yan Zhang Xiancui Liu Jingyun

Teaching Department of Zhanghe Junior Middle School, Zhanghe Town, Dongbao District, Jingmen

Abstract: Positive language is an important branch of positive psychology and an effective extension of the application field of positive psychology. Most foreign scholars integrate the study of positive language into the research framework of linguistic psychology. This study selects the method of multi-factor experiment to complete the language quotient ability test and emotional intelligence test of 36 middle school students. Through the two tests before and after and the experimental processing of the subjects in the middle four months, the dimensions of the positive language quotient model (verbal emotion expression ability, verbal logic ability, verbal understanding and expression ability, physical expression ability) and the factors that can affect the level of positive language ability (emotional intelligence level) are finally obtained. Reading, sports and singing have a good regulating effect on people's emotions. Similarly, reading, sports and singing are more effective in enhancing people's positive language expression ability, while memorizing and writing vocabulary are less effective.

Key words: Dimension; Factor; Adjustment; Effective