

团体心理辅导对小学生坚毅品质养成的影响

黎晓娜¹, 何远梅², 李晓华¹, 马聪颖¹

(1. 陇东学院教育学院, 甘肃 庆阳 745000; 2. 广州大学体育学院, 广东 广州 510006)

[摘要] 为了解坚毅相关主题团体心理辅导对小学生坚毅品质养成的干预效果, 本研究采用准实验方法, 对东莞某私立小学实施团体心理辅导干预教学活动。结果显示: 1. 小学三年级学生的心理坚毅处于中等水平; 2. 不同性别、生源三年级学生在兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性、坚毅总分并不存在显著差异; 是否留守三年级小学生的兴趣一致性与努力坚持性差异不显著, 而坚毅、信念坚定性存在显著差异 ($t = -2.020, -2.254; P < 0.05$), 非留守儿童显著高于留守儿童; 3. 实验组与控制组前测差异不显著, 对实验组实施2个月8次团体心理辅导后测, 实验组与控制组在兴趣一致性及坚毅总分 ($t = 2.392, 2.137, p < 0.05$) 差异显著, 在信念坚定性、努力坚持性 ($t = 3.072, 6.435, p < 0.001$) 差异极其显著, 实验组显著高于控制组。结论: 有关坚毅品质主题的团体心理辅导是小学生坚毅品质提高的有效干预手段。

[关键词] 小学生; 坚毅品质; 团体心理辅导

[中图分类号] G 444

[文献标识码] A

[文章编号] 1671-6493 (2020) 03-0046-05

一 引言

1954年, 马斯洛发表《动机与人格》一书, 首次提到“积极心理学”的概念。坚毅是积极心理品质中最受关注的品质之一。培养学生的坚毅品质, 不仅有利于个体心理健康和学习生活的成功, 也能促进学生对教师教学深度与广度的更进一步的认识, 同时也能够增进学生与管理人员、教师之间的互动, 改善双方关系, 提升学生对这种教学模式以及教学环境的适应能力^[1]。“坚毅 (Grit)”用来客观描述这种促进个体积极适应的心理状态, 最初由美国心理学家安吉拉·达克沃斯和同事们提出, 已广泛传播并得到研究人员、决策者、教育实践者的广泛关注^[2]。2013年, 达克沃斯在TED演讲时提出了“Grit”对教育的重要性并对坚毅给出了明确的定义, 即“向着长期的目标, 坚持自己的激情, 即便历经失败, 受挫无数, 依然能够坚持不懈努力下去的心理倾向, 是对长期目标的坚持和激情。”^[3]坚毅与个体在各个领域的成功紧密相连,

早在2006年, 高尔顿认为除了天赋之外, 成功人士的基本特征, 即“辛勤和辛勤劳动能力”^[4]。坚毅的学生倾向于报告更大的积极影响和目标承诺, 如, 较好的学术成就、工作及婚姻的坚持等^[5]。2013年, 美国教育部提出在课堂教学过程中加强学生坚毅品质的培养, 研究人员已经开始测试有关坚毅的干预措施^[6], 培养和提高青少年儿童坚毅品质是目前教育界尤为重要的一个研究课题。

中国传统文化很早就有“坚毅”的相关文献, 如, “九层之台起于累土, 千里之行始于足下。(老子的《道德经》第六十四章)”“天将降大任于斯人也, 必先苦其心志, 劳其筋骨, 饿其体肤, 空乏其身, 行拂乱其所为。(《孟子·告子下》)”还有李白的“铁杵磨成针”等都是为了实现既定目标坚持不懈的追求的精神, 都隐含了为了长期目标而不断努力的决心和毅力, 但相比毅力、信念, 坚毅的内涵更加丰富, 其中有两点最为突出: 一方面, 面对失败与挫折能做到不轻言放弃; 另一方面, 能一直饱含激情地为实现长远目标而保持稳定

[收稿日期] 2019-09-15

[基金项目] 广东省哲学社会科学规划2016年度学科共建项目 (GD16XTY03); 甘肃省“十三五”教育科学规划重点课题“认知风格与教学交互模式对在线学习效果的影响” (GS [2018] GHBBKZ020); 陇东学院博士基金项目“青少年坚毅品质养成机制研究” (XYBY1709); 甘肃省高等学校创新项目 (2019A-115)

[作者简介] 黎晓娜 (1976—), 女, 河南周口人, 陇东学院教育学院副教授, 博士生, 主要研究方向为学生发展与教育。

兴趣^[7]。目前国内有关坚毅的研究主要集中坚毅积极后效及坚毅品质养成的影响因素^[8-9]。针对小学生坚毅品质培养的研究相对较少,对于正在培养良好行为习惯、塑造优秀品格的小学生来说,坚毅的重要性不言而喻,值得研究者进一步探究。

20 世纪 80 年代,团体心理辅导 (group counseling) 这一方法被清华大学的樊富珉教授开始传授,从最初的大学生校园逐渐走向中小学校园。它不仅被用于治疗各种神经症,如恐怖症、抑郁性等,同时也用于促进发展团体成员的积极心理品质。团体心理辅导是在团体情境下为参与者提供心理援助与指导的心理咨询形式,它是以团体为载体,让参与者经过一定的活动形式和人际交往过程,使参与者在交往中能够认识自我、探讨自我、接纳自我或解决成员共同的发展或心理问题。它是对参与者有所启发、引导、支持与鼓励的心理教育形式,让参与者在活动中体验成长、学习和改变他们的观念、态度以及做事方式的心理干预活动^[10]。

小学生作为教育界十分关注的群体,是未来社会发展的新生力量,其积极健康的心理品质的培养一直是教育教学的重点,坚毅品质对个体心理健康和人生发展极为重要,如今的小学生,在家中和学校受到过多的关注和保护,因此他们很少有独自面对困难与挑战的机会,而且这种过多的保护不一定有益于学生的健康成长与能力发展。本研究的展开有助于提高我国研究者对小学生坚毅素养研究的关注,丰富我国对于坚毅品质的研究以及将坚毅教育理念应用于学校教育。基于国内外有关小学生坚毅品质的研究现状,本研究是对小学三年级学生群体的团体心理辅导干预研究。本研究提出了两个问题,一是了解小学三年级学生的坚毅现状如何;二是运用团体心理辅导,对三年级小学生群体进行干预,验证是否能够有效提升学生坚毅品质。因此本研究提出:1. 运用团体心理辅导对小学三年级学生心理坚毅干预的效果显著;2. 小学生心理坚毅在性别、是否留守、生源地、所在班级变量上存在显著差异。

二 研究对象与方法

(一) 研究对象

本研究选取了广东省东莞市某私立小学三年级两个班的学生,其平均年龄在 9 岁,标准差是 0.86。于 2018 年 9 月初开学发放问卷 104 份;两个

月的团体干预后再次发放问卷 104 份,回收都是 100%,剔除无效问卷 9 份,有效率为 91.35%。被试分布情况如表 1 所示。

表 1 被试的基本情况统计表

变量		人数	百分比
性别	男生	44	46.3%
	女生	51	53.7%
班级	三(5)	45	47.4%
	三(6)	50	52.6%
户籍	城市	43	45.3%
	农村	52	54.7%
是否独生	是	67	70.5%
	否	28	29.5%

(二) 研究工具

1. 《简式坚毅自陈量表》^[11] 该量表是 Duckworth 等人编制的 Grit 量表的中文修订版,该量表有 12 个项目,分为努力坚持性和兴趣稳定性两个维度,采用李克特 5 点计分的方式,1 表示一点也不符合,5 表示完全符合。其中,努力维度包括:第 1、4、6、9、10、12 共 6 个项目,正向计分;兴趣维度包括:第 2、3、5、7、8、11 共 6 个项目,反向计分。总分得分越高表示坚毅程度越高,该量表的内部一致性系数为 0.85。

2. 《青少年坚毅自陈量表》在由 Duckworth 等人编制简明坚毅自陈量表 (Grit - s) (12 - item scale) 以及由 Datu, J. A. D., Yuen, M., & Chen, G. 编制的 Triarchic Model of Grit Scale (TMGS) 基础上,结合中国的实际文化背景,由黎晓娜、刘华山等人改编,采用李克特 5 点量表计分,5 代表非常像我,1 代表一点不像我。该量表包括三个维度:努力坚持性 (Perseverance of effort)、兴趣一致性 (Consistency of interests)、及坚定性信念 (Firmness of belief)。量表的 Cronbacha 内部一致性信度为 0.814, spearman-brown 分半信度为 0.805, 本问卷结构效度 $\chi^2/df = 2.863$, $RM - SEA = 0.044$, $CFI = 0.938$, $TLI = 0.915$ 。因此,问卷的信度效度良好,符合心理测量学要求。

(三) 实验程序

使用《坚毅量表中文修订版》进行前测,实

验班在课堂上实施团体心理辅导，每个星期接受 1 次以培养坚毅品质为导向的团体辅导，每次辅导的时间控制在 2 个小时左右，共计开展 2 个月 8 次主题鲜明的团体心理辅导活动，控制组照常进行课堂教学。实验结束后，运用《青少年坚毅自陈量表》同时对实验班和对照班的学生的坚毅状况进行追踪后测，问卷当场回收。

（四）统计方法

以班级为单位统一发放问卷，由笔者对学生进行测试，以指导语所示作答。使用 spss20.0 统计软件对实验组和对照组的实验数据进行录入和统计分析。

三 研究结果与分析

（一）不同性别三年级小学生在各变量上独立样本 *t* 检验结果

表 2 不同性别三年级小学生在坚毅及其维度的独立样本 *t* 结果

变量	<i>M</i> ± <i>SD</i>		<i>t</i>
	男生(<i>n</i> = 43)	女生(<i>n</i> = 52)	
兴趣一致性	3.547 ± 0.546	3.716 ± 0.495	1.573
努力坚持性	3.806 ± 0.611	3.907 ± 0.591	0.813
信念坚定性	3.692 ± 0.592	3.821 ± 0.553	1.066
坚毅总分	3.699 ± 0.485	3.822 ± 0.435	1.283

注：****p* < 0.001，***p* < 0.01，**p* < 0.05

如表 2 所示，不同性别三年级小学生坚毅、兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性差异不显著。

（二）不同生源地三年级小学生在各变量上的独立样本 *t* 检验结果

表 3 不同生源地三年级小学生在各变量上的独立样本 *t* 结果

变量	<i>M</i> ± <i>SD</i>		<i>t</i>
	城市(<i>n</i> = 43)	农村(<i>n</i> = 52)	
兴趣一致性	3.657 ± 0.520	3.625 ± 0.298	0.295
努力坚持性	3.950 ± 0.521	3.790 ± 0.653	1.338
信念坚定性	3.762 ± 0.494	3.760 ± 0.494	0.016
坚毅总分	3.956 ± 0.533	3.838 ± 0.722	0.915

注：****p* < 0.001，***p* < 0.01，**p* < 0.05

如表 3 所示，采用独立样本 *t* 检验的方法对不同生源地三年级小学生的兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性、坚毅总分进行统计分析，结果显示，不同生源地小学生在坚毅、努力坚持性、兴趣一致性及信念坚定性等维度上差异不显著。

（三）留守与否三年级小学生在各变量上的独立样本 *t* 检验结果

表 4 留守与否三年级小学生在各变量上的独立样本 *t* 结果

变量	<i>M</i> ± <i>SD</i>		<i>t</i>
	留守(<i>n</i> = 67)	非留守(<i>n</i> = 28)	
兴趣一致性	3.597 ± 0.481	3.741 ± 0.610	-1.113
努力坚持性	3.794 ± 0.614	4.023 ± 0.538	-1.822
信念坚定性	3.689 ± 0.590	3.928 ± 0.494	-2.020*
坚毅总分	3.702 ± 0.473	3.915 ± 0.395	-2.254*

注：****p* < 0.001，***p* < 0.01，**p* < 0.05

如表 4 所示，采用独立样本 *t* 检验的方法对留守与否三年级小学生的兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性、坚毅总分进行统计分析。结果显示，三年级小学生的兴趣一致性与努力坚持性差异不显著，而坚毅总分、信念坚定性存在显著差异(*t* = -2.020, -2.254; *P* < 0.05)，非留守儿童显著高于留守儿童。

（四）实验组前测和对照组前测的差异研究

表 5 实验组前测和控制组前测的各变量差异检验

变量	<i>M</i> ± <i>SD</i>		<i>t</i>
	实验组(<i>n</i> = 45)	对照组(<i>n</i> = 50)	
兴趣一致性	2.983 ± 0.948	2.940 ± 0.977	0.216
努力坚持性	3.293 ± 0.537	3.284 ± 0.404	0.115
信念坚定性	2.301 ± 0.388	2.306 ± 0.350	0.065
坚毅总分	2.530 ± 0.446	2.474 ± 0.367	0.176

注：****p* < 0.001，***p* < 0.01，**p* < 0.05

如表 5 所示，采用独立样本 *t* 检验的方法三年级两个班小学生的兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性、坚毅总分前测得分进行统计分析，结果显示，三年级小学生的兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性、坚毅总分上，实验组与对照组前测结果并不存在显著差异，这表明实验班与控制班在坚毅

及其维度上实验干预前具有同质性。

(五) 实验组后测和控制组后测的差异研究

表6 实验组后测和控制组后测的独立样本 *t* 检验结果分析

变量	<i>M</i> ± <i>SD</i>		<i>t</i>
	实验组 (<i>n</i> = 45)	对照组 (<i>n</i> = 50)	
兴趣一致性	3.767 ± 0.393	3.520 ± 0.597	2.392 *
努力坚持性	4.208 ± 0.370	3.543 ± 0.591	6.435 ***
信念坚定性	3.936 ± 0.453	3.595 ± 0.614	3.072 ***
坚毅总分	4.041 ± 0.624	3.760 ± 0.640	2.137 *

注: ****p* < 0.001, ***p* < 0.01, **p* < 0.05

如表6所示,对三年级实验组与控制组小学生后测结果进行独立样本 *t* 检验分析,实验组与控制组学生在兴趣一致性及坚毅总分 (*t* = 2.392, 2.137, *p* < 0.05) 差异显著,在信念坚定性、努力坚持性上 (*t* = 3.072, 6.435, *p* < 0.001) 差异极其显著,实验组显著高于控制组,说明团体心理辅导对小学三年级学生坚毅品质干预的效果显著。

四 讨 论

(一) 人口学变量对坚毅及其维度的影响

本研究得出不同性别三年级小学生的兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性、坚毅总分并不存在显著差异。这与胡恒德,张琰研究结果一致,他们认为坚毅品质得分男女比较差异无统计学意义^[12]。但与黎晓娜、乔俊雅研究结果不同,黎晓娜认为女大学生坚毅品质显著高于男生^[8]。乔俊雅也研究得出坚毅总分存在显著的性别差异,女生的情境适应性得分和坚毅总分均显著高于男生^[13]。可能源于时代的发展,中国传统的男尊女卑观念逐渐淡化,性别歧视较少存在,女性地位逐渐发展和提高,学校对于男、女生一视同仁,使得男生与女生之间的性别差异日渐减少; Duckworth 等人认为,坚毅水平会随着年龄的增长而增加,本研究也可能源于研究对象不同,黎晓娜等研究对象为大学生,而本研究对象是三年级小学生。

本研究得出不同留守状态的三年级小学生在兴趣一致性与努力坚持性不存在显著差异,而在信念坚定性、坚毅总分上存在显著差异,非留守儿童显著高于留守儿童。张恩凯研究得出留守幼儿与非留守幼儿在坚持性上差异显著,留守幼儿显著

低于非留守幼儿。^[14]与王登芹等人研究结论相符,她的研究表明,农村留守儿童由于与父母长期分离,缺少亲情的陪伴,心理坚毅程度和一般自我效能感要低于非留守儿童^[15]。进一步验证了本研究结果。可能由于留守儿童与父母在生活上隔离,积极情感发展在一定程度上受到阻碍,家庭支持不到位引发儿童的坚毅水平发展受到影响,因为家庭自主支持、父母教养方式是影响儿童坚毅品质发展的重要因素^[16]。

(二) 团体心理辅导有效干预小学生坚毅品质的养成

本研究验证了团体心理辅导能显著提升小学三年级学生坚毅水平的研究假设。通过团体心理辅导,实验组学生的心理坚毅水平显著提升,对照组学生的心理坚毅水平无显著变化,团体心理辅导干预效果显著。通过团体辅导干预结果表明,心理坚毅作为一种个体在压力情境下的应对资源,并非是固定、静止的,而是可以通过一定的方法进行干预和提升。正如 Rutter 的发展模型所言,心理坚毅是利用个人力量及环境资源,缓解危机事件的影响来促进个体内在资源的开发,使得个体变得更有能力去面对困境与挫折并得以良好发展^[17]。通过团体辅导的方法,让被试调动足以应对压力情境的个体资源,有利于个体心理坚毅的提升。这与 Seligman 在澳大利亚基隆小学所做的干预一样,起到了提升个体心理韧性的作用。

本研究以这一思潮为研究的主题理念,去发掘个体的优势和潜能,让其成为更好的自己,以积极心理学为理念设计的团体辅导活动让参与者在活动过程中不断认识自我、发掘自我,同时配以适当的挫折情境,让参与者充分利用自己的潜能去应对,提升自身的心理坚毅水平。实验组与对照组在前、后测试结果证明了心理坚毅的可干预性,也证明了以积极心理学为理念的团体辅导对小学生心理坚毅的提升具有正向的干预作用。

五 结论与展望

(一) 结论

1. 小学三年级学生的心理坚毅处于中等水平。
2. 不同性别、生源的三年级学生在兴趣一致性、努力坚持性、信念坚定性、坚毅总分并不存在显著差异;是否留守三年级小学生的兴趣一致性与努力坚持性差异不显著,而坚毅总分、信念坚定性存在

显著差异 ($t = -2.020, -2.254; P < 0.05$), 非留守儿童显著高于留守儿童。3. 团体干预前实验组和对照组差异不显著; 实验组与控制组后测学生在兴趣一致性及坚毅总分 ($t = 2.392, 2.137, p < 0.05$) 差异显著; 在信念坚定性、努力坚持性上 ($t = 3.072, 6.435, p < 0.001$) 差异极其显著, 实验组显著高于控制班组, 团体心理辅导对小学三年级学生坚毅品质干预的效果显著。

(二) 展望

目前对于通过团体心理辅导来提高小学生心理坚毅的研究还处于探索阶段, 需要不断地丰富和发展。本研究通过团体心理辅导活动对小学三年级学生的心理坚毅进行干预研究, 得出一些有益的结论, 扩展了有关坚毅发展的理论, 但还需要有更多的实证研究来支撑, 并且研究的力度还要加大, 例如, 在现实生活中, 还有哪些相关因素影响小学生心理坚毅的培养和发展, 学生坚毅品质养成的路径有哪些, 作用机制如何? 此外, 在研究方法上还需要不断丰富和发展, 目前的文献多采用调查法从横向角度探讨学生坚毅品质养成的因素, 未来研究设计纵向研究来探讨学生坚毅品质养成的内部机制, 有利于人们从不同的角度去理解个体坚毅养成, 从而找到更好的培养和发展小学生坚毅品质的方法、途径与策略。

[参考文献]

- [1] 张楠. 大学生坚毅品质的影响因素研究 [D]. 南昌: 南昌大学, 2018.
- [2] DUCKWORTH, A. Grit: the power of passion and perseverance [J]. *Personnel Psychology*, 2016 (69): 1021 - 1024.
- [3] DUCKWORTH, A. L., CHRISTOPHER, P., MATTHEWS, M. D., & KELLY, D. R. Grit: perseverance and passion for long-term goals [J]. *J Pers Soc Psychol*, 2007, 92 (6): 1087 - 1101.
- [4] GALTON, F. Hereditary genius: An inquiry into its laws and consequences [M]. Amherst, NY: Prometheus Books, 2006: 40 - 41.
- [5] ESKREIS - WINKLER, L., SHULMAN, E. P., BEAL, S. A., DUCKWORTH, A. L. The grit effect: predicting retention in the military, the workplace, school and marriage [J]. *Frontiers in Psychology*, 2014 (5): 36 - 37.
- [6] MUENKS, K., YANG, J. S., WIGFIELD, A. Associations between grit, motivation, and achievement in high school students [J]. *Motivation Science*, 2018, 4 (2): 158 - 176.
- [7] 翟乡平. 成长型思维与坚毅的关系: 未来时间洞察力、成就动机的多重中介作用 [D]. 烟台: 鲁东大学, 2018.
- [8] 黎晓娜, 吴慧芬, 刘华山. 大学生责任感对其坚毅品质养成的影响——自我效能感的中介作用 [J]. 集美大学学报 (教育科学版), 2019, 20 (4): 28 - 34.
- [9] 黎晓娜. 青少年责任感与其坚毅个性的关系研究 [J]. 教师, 2019 (5): 57 - 58.
- [10] 樊富珏. 团体心理辅导 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2010: 27 - 28.
- [11] 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.
- [12] 胡恒德, 张琰, 戴红, 朱霞. 军校学员主观幸福感、坚毅品质与学业倦怠的关系 [J]. 华南国防医学杂志, 2019, 33 (3): 181 - 184.
- [13] 乔俊雅. 农村初中生坚毅品质与学业成就的关系: 成就目标定向、自我调节学习的链式中介作用 [D]. 漳州: 闽南师范大学, 2018.
- [14] 张恩凯. 农村留守幼儿自我控制能力研究 [D]. 开封: 河南大学, 2012.
- [15] 王登芹, 宋国红, 陈现彬, 刘冰. 团体心理辅导对留守儿童心理韧性及一般自我效能感的干预研究 [J]. 中国校医, 2016, 30 (11): 802 - 803.
- [16] LAN, X., MARCI, T., & MOSCARDINO, U. Parental autonomy support, grit, and psychological adjustment in Chinese adolescents from divorced families [J]. *Journal of Family Psychology*, 2019, 33 (5): 511 - 520.
- [17] 李晶晶. 团体心理辅导对增强大学生心理韧性的实验研究——基于积极心理学理念 [D]. 合肥: 安徽医科大学, 2014.

(责任编辑: 上官林武)

(下转第 73 页)

Construction of Modern University Institution with Chinese Characteristics based on the Perspective of Constitution

DUAN Lian-lian, BI Xian-shun
(School of Education, Shandong University, Yantai 264025, China)

Abstract: The formulation of university statutes should embody the basic elements, spirit and concept of the modern university institution with Chinese characteristics, and formulate the direction and purpose of the modern university institution with Chinese characteristics from the point of top-level design, so that all universities can construct and perfect the modern university institution following the laws and chapters which will become an important part to improve of the modern university institution with Chinese characteristics. By sorting out the expression of modern university institution with Chinese characteristics in the university statutes of 112 subordinate universities, the paper aims to understand the construction content of modern university institution with Chinese characteristics in various universities and to analyze the existing problems. The construction of modern university institution with Chinese characteristics should take advantage of the constitution construction to reveal the essential attributes of modern university institution and retain the concept of universal and international modern university institution; It should embody Chinese characteristics to encourage independent innovation of universities and take root in running universities in China; Finally, it is necessary for all sectors of society to respond to the social responsibilities of universities in many ways.

Key words: University statutes; Chinese characteristics; modern university institution

(上接第 56 页)

Intervention Study of Group Psychological Counseling on the Development of Grit of Third Grade Primary School Students

LI Xiao-na¹, HE Yuan-mei², LI Xiao-hua¹, MA Cong-ying¹
(1. Education College of Long Dong University, Qingyang 745000, China;
2. College of Physical Education, Guangzhou University, Guangzhou 510006, China)

Abstract: In order to understand the intervention effect of group psychological guidance on cultivating Pupils' grit quality, quasi experimental method was used at a private primary school in Dong guan in this study. Results show: 1. The psychological grit of the third grade students in primary school is at the middle level; (2. Third grade students of different genders and sources have no significant difference in the total scores of grit, consistency of interest, perseverance of effort, Firmness of belief; There was no significant difference between the consistency of interest and the persistence of effort, but there was significant difference between the perseverance and the firmness of belief about left behind children ($t = -2.020, -2.254; P < 0.05$), and non left behind children are significantly higher than left behind children; 3. There was no significant difference in the pretest between the experimental group and the control group. After 8 times of group counseling for about 2 months in the experimental group, there was significant difference between the experimental group and the control group in consistency of interest and the total score of grit ($t = 2.392, 2.137, P < 0.05$) and extremely significant difference in Firmness of belief and perseverance of effort ($t = 3.072, 6.435, P < 0.001$). The experimental group was significantly higher than the control group. Conclusion: group psychological counseling is an effective intervention to improve the students' grit.

Key words: pupils; grit quality; group counseling