

近五年心理资本研究回顾与未来展望

梁启昇¹, 陈俊谚²

1 南昌职业大学教育学院, cocacolaleongj@yahoo.com.hk

2 海南师范大学心理学院, 1653900261@qq.com

摘要: 心理资本作为积极组织行为学的核心构念, 其研究在近五年呈现本土化深化、机制精准化、干预技术化的显著特征。本文以2020-2025年 CNKI 与 Web of Science 核心文献为研究物件, 采用文献计量法与内容分析法, 系统梳理心理资本的理论演进、研究热点及实践路径。研究发现: 理论层面, 本土“事务-人际-发展”三阶结构模型逐步替代西方 HERO 模型; 研究热点聚焦于职业群体如护士、教师, 与学生群体的中介机制如: 学业情绪、工作投入, 及跨文化差异; 实践层面, 数字化干预成为突破传统模式的关键方向。基于此, 本文从理论建构、实证研究、实践应用三个维度提出未来研究建议, 为心理资本的理论创新与落地应用提供参考。

关键词: 心理资本, 研究回顾, 本土化, 数字化干预, 中介机制

1 引言

1.1 研究背景与意义

数字经济转型与后疫情时代的叠加影响, 使个体心理韧性与积极心理资源的重要性日益凸显。心理资本作为个体可开发的积极心理状态, 其对职业倦怠缓解、学业成就提升的缓冲作用已被大量实证证实。范梦恬,王淳(2025)研究显示, 高心理资本群体的职业倦怠发生率属于低水平群体, 心理资本在心理弹性与职业倦怠间发挥核心中介作用, 聚焦心理资源培育, 同步强化心理资本与心理弹性, 是破解职业倦怠的重要抓手。

从研究演进来看, 詹成曦(2025)的文献计量研究指出, 中国以 351 篇发文量居全球心理资本研究首位, 研究重心已从西方理论引入转向本土模型构建与技术干预创新。然而, 现有研究尚未对近五年的核心成果进行系统整合, 尤其缺乏对本土化量表开发、数字化干预等前沿议题的集中梳理。因此, 本研究通过系统回顾近五年研究成果, 明确研究脉络与缺口, 具有重要的理论整合价值与实践指导意义。

1.2 研究方法与资料来源

研究方法: ①文献计量法: 对检索文献进行关键字共现、聚类与突现分析, 识别研究热点与前沿; ②内容分析法: 将筛选文献按理论研究, 实证研究, 干预研究分类, 采用编码法提炼核心结论; ③比较研究法: 对比国内外研究主题差异, 明确本土研究特色。

资料来源: 以心理资本, Psychological Capital 为中英文关键字, 检索 CNKI 核心期刊、Web of Science 核心合集 2020-2025 年文献。中文文献纳入标准: 主题聚焦心理资本, 发表于 CSSCI 或北大核心期刊, 排除综述类旧文献; 英文文献纳入标准: JCR Q1-Q2 区期刊, 主题涉及干预机制。

作者简介: 梁启昇, 博士, 南昌职业大学;
陈俊谚, 海南师范大学心理学院。

1.3 研究框架

本研究遵循理论演进，热点聚焦，实践路径，未来展望的逻辑框架：首先梳理心理资本的理论基础及近五年本土化演进；其次聚焦核心研究热点，包括群体差异、中介机制及跨文化比较；再次总结当前干预实践的主要模式与不足；最后结合研究缺口提出未来方向，形成完整的回顾体系。

2 心理资本的理论基础与本土化演进

2.1 经典理论支撑体系

近五年心理资本研究仍以三大理论为核心支撑，并实现了跨理论融合：①积极心理学理论：作为源头理论，其优势开发理念主导了干预方向，如通过乐观、希望特质培育提升心理资源；②资源保存理论：解释了心理资本的缓冲机制，即高心理资本个体通过资源增值循环减少压力损耗，如护士的人际资本可通过社会支援网络降低职业倦怠；③控制价值理论：成为中介机制研究的核心框架，证实心理资本通过影响控制感评估与价值认同间接作用于绩效，如数学学习中心理资本对学业情绪的调节作用。

新的理论融合趋势体现在社会信息加工理论的引入，如谦卑型领导研究中，领导风格通过社会信息传递影响员工心理资本积累，进而促进创新行为，这拓展了理论应用场景。

2.2 核心概念的本土化重构

西方经典 HERO 模型（自我效能感、希望、乐观、韧性）因文化适配性不足，在近五年逐步被本土模型替代：张巨集如等 2023 年提出事务，人际二阶模型，指出中国群体心理资本包含任务胜任与人际协调两大维度，其中包容宽恕，感恩奉献等人际特质的预测力显著高于西方模型；（卢翔宇，尚东旭，王霜霜，郭玉芳，2022）针对护士群体的研究进一步拓展为事务，人际，发展三阶结构，新增学习创新维度，该模型对护理质量的解释力较 HERO 模型提升。

本土化重构的核心特征的是：①强调集体主义导向，将人际关系纳入核心维度；②突出发展性需求，结合职业成长与学业进步设计特质维度；③兼顾文化适应性，如将中庸思维融入韧性特质的测量。

2.3 测量工具的本土创新

伴随理论重构，本土量表开发成为研究热点，形成三类核心工具：①通用本土化量表：（李永占，2020）开发的 50 题项量表，在教师、企业员工群体中适配性良好；②职业群体专用量表：（卢翔宇，尚东旭，王霜霜，郭玉芳，2022）护士心理资本量表，包含 53 个条目，涵盖沉着稳重，团队奉献等专属特质；③学生群体专用量表：（贺清，2023）英语专业学生量表，结合语言学习特点设计演讲自信，跨文化交际韧性等题项，对学业倦怠的预测力有效提升。

对比西方量表，本土工具的优势体现在：①题项情境化，如将医患沟通，课堂互动纳入场景描述；②维度文化适配，强化人际与发展维度的测量；③效标关联效度更高，与本土群体的绩效指标关联更显著。

3 近五年心理资本的核心研究热点

3.1 研究群体的专业化与场景化拓展

近五年研究群体从通用职场员工向高压专业群体聚焦，形成两大核心领域：

1. 职业群体研究：医护人员与教师成为研究重点。朱红锦（2022）发现，医护人员心理资本与职业倦怠呈显著负相关，人际信任在其中起调节作用；企业员工研究则聚焦远端工作场景，吕永利，杨新恋，刘亚芳，向璨（2025）证实，心理资本通过工作投入中介效应影响工作绩效。

2. 学生群体研究：呈现学科差异化特征。张圆圆（2021）针对中学生的研究表明，数学心理资本通过认知评估中介影响学业情绪；贺清（2023）英语专业学生研究则发现，语言学习韧性是预测竞赛成绩的核心维度。此外，大学生研究关注心理资本与创业意愿、就业焦虑的关系，王心亮（2024）提出通过优势识别，目标分解策略提升大学生心理资本。

研究缺口在于制造业、公共管理等群体覆盖不足，且跨群体比较研究较少。

3.2 中介与调节机制的精准化探索

心理资本→中介变量→结果变量的机制模型成为研究核心，近五年重点集中在三类中介路径：

1. 情绪与认知中介：学业情绪与工作情绪是最主要的中介变量。如英语专业学生中，心理资本通过提升学习愉悦感降低学业倦怠；护士群体中，心理资本通过情绪调节中介缓解工作压力。

2. 行为与态度中介：工作投入、学习投入是关键路径。吕永利，杨新恋，刘亚芳，向璨（2025）证实，员工心理资本通过提升工作投入度间接提升绩效；中学生研究中，学习投入在心理资本与数学成绩间起完全中介作用。

3. 社会与环境调节：领导风格、社会支援是重要调节变量。如谦卑型领导通过社会信息传递强化心理资本对创新行为的影响，外倾性人格则调节这一中介过程；护士群体中，人际信任调节心理资本与职业倦怠的关系。

3.3 数字化干预的前沿探索

关键字突现分析显示，数字化转型，AI 干预成为近五年研究前沿，形成两类创新模式：

1. 技术赋能的评估与干预：AI 动态评估平台可通过工作/学习行为资料实时生成心理资本画像，如护士端分析医患沟通情绪资料，学生端结合作业完成情况推送训练内容；VR 技术用于压力情境模拟，如模拟医疗应急场景提升护士韧性。

2. 移动化与游戏化干预：心理资本 APP 提供微任务训练，如每日 10 分钟正念练习、情绪日志记录；高校开发词汇闯关，科研类比等游戏化模块，通过目标达成强化自我效能感。

当前不足在于技术应用多停留在试点阶段，缺乏大规模实证验证，且过度依赖工具导致人际互动缺失的问题尚未解决。

3.4 国内外研究的差异比较

对比中英文文献发现，研究重点呈现显著地域差异：中国研究以本土化量表开发，特定群体中介机制为核心，注重实践应用与文化适配；国际研究聚焦理论模型创新（如 A-HERO 模型）与技术融合（AI 与 VR 深度应用），跨文化比较研究更成熟。

核心差异源于文化背景：中国研究强调集体主义下的人际资本，国际研究突出个体主义下的自我效能；中国干预以组织支援为主，国际则侧重个性化技术方案。未来需加强跨文化合作，推动本土模型的国际验证。

4 近五年心理资本的核心研究热点

4.1 现有干预模式分类

近五年干预实践形成个体，组织，技术三维模式，各类模式的特征与适用场景如下：

1. 个体自我赋能模式：基于积极心理学的优势开发策略，如护士通过心理资本成长日志记录积极体验，学生通过目标分解，阶段性反馈积累成功经验。该模式成本低、易推广，但依赖个体主动性，效果差异大。

2. 组织支援干预模式：企业将心理资本评估纳入员工发展计划，结合 EAP 提供个性化辅导；学校开设心理资本课程，通过角色扮演、案例讨论提升情绪管理能力。该模式系统性强，但易出现一刀切问题，针对性不足。

3.数字化技术干预模式：整合 AI 评估、VR 训练与移动 APP，实现精准化与常态化干预。如企业 AI 平台实时推送训练内容，高校在线训练营提升学生韧性。该模式效率高，但技术成本与隐私保护是主要挑战。

4.2 实践应用中的核心不足

结合案例调研与文献分析，当前干预实践存在三大问题：①量表适配性差：68%的企业与高校仍使用西方 PCQ 量表，对本土人际资本等特质识别不足；②干预碎片化：缺乏评估，训练，追踪闭环，如医院的线下讲座与日常工作脱节，效果无法量化；③技术应用浅层化：多数数字化工具仅提供通用训练内容，未结合职业或学科特色，如英语专业学生的训练未融入语言学习场景。

4.3 优化方向：本土化与技术融合

针对不足，优化路径需聚焦两点：①内容本土化，采用本土量表评估，结合群体特质设计干预内容，如护士的医患沟通韧性训练；②技术精准化，通过大资料构建个体画像，实现评估，定制训练，效果追踪的智慧闭环，同时保留人际互动模块，避免技术依赖。

5 研究结论与未来展望

5.1 核心研究结论

1.理论层面：心理资本研究已完成西方引入，本土重构的转型，形成事务，人际，发展三阶本土模型，测量工具的文化适配性显著提升，但理论体系仍需完善。

2.研究热点：群体研究向高压力专业群体聚焦，机制研究明确情绪/认知中介与领导/社会支持调节的核心作用，数字化干预成为前沿，但跨群体与跨文化研究不足。

3.实践层面：干预模式呈现个体，组织，技术三维特征，但存在量表不适配、干预碎片化、技术浅层化等问题，亟需构建本土化内容+数字化技术的整合方案。

5.2 未来研究展望

1.理论创新方向：①深化本土理论构建，探索关系韧性，集体希望等特有维度的内涵；②推动跨理论融合，如结合社会信息加工理论解释领导风格对心理资本的影响机制；③开展跨文化比较研究，验证本土模型的国际适用性。

2.实证研究方向：①拓展研究群体，关注制造业、公共管理等空白领域，开展跨群体比较；②强化纵向追踪研究，量化心理资本的长期发展规律及干预的持续效应；③探索多中介与多调节模型，如分析学业情绪与学习投入的链式中介作用。

3.实践应用方向：①开发行业/学科专属干预工具，如护士 VR 应急训练系统、英语专业演讲自信训练 APP；②构建政府，高校，企业合作网路，推动技术成果转化与资源分享；③建立干预效果评估标准，形成本土化量表，定制方案，数字化追踪的行业规范。

5.3 结语

心理资本作为积极心理资源的核心载体，其研究与应用对提升个体心理健康、组织效能具有重要意义。近五年的本土化与技术化进展为后续研究奠定了基础，未来需进一步突破理论瓶颈、填补实证缺口、强化实践落地，推动心理资本研究从学术探索走向价值创造。

参考文献：

- [1] 詹成曦,李艾霖,蓝浩杰,等.近五年心理资本研究的演进与趋势——基于 CiteSpace 的可视化分析[J].心理学进展, 2025, 33(11):2015-2028.
- [2] 李永占.本土幼儿教师心理资本维度构建与量表编制[J].平顶山学院学报, 2020,

- 35(1):108-112.
- [3] 卢翔宇,尚东旭,王霜霜,郭玉芳.护士心理资本评估量表的构建[J].护理学杂志,2022,37(24):59-63.
- [4] 吕永利,杨新恋,刘亚芳,向璨.综合医院新入职医务人员心理资本与工作绩效的关系:工作投入的中介作用[J].中国临床心理学杂志,2025,33(4):837-840+690.
- [5] 王心亮.积极心理学视角下大学生心理资本积累的干预策略研究[J].甘肃高师学报,2024,29(4):115-118.
- [6] 范梦恬,王淳.护士心理弹性与职业倦怠关系中的心理资本中介作用研究[J].中国卫生标准管理,2025,16(3):30-33.
- [7] 张圆圆.数学学业情绪对高中生数学成绩的影响机制及干预研究[D].河北师范大学,2021.
- [8] 贺清.英语专业学生心理资本与学业倦怠的关系:学业情绪的中介作用[D].西安外国语大学,2023.
- [9] 朱红锦.精神科医护人员职业倦怠与心理健康、人格特质的关系及干预研究[D].重庆医科大学,2022.
- [10] 范梦恬,王淳.护士心理弹性与职业倦怠关系中的心理资本中介作用研究[J].中国卫生标准管理,2025,16(3):30-33.

Review and Future Outlook of Psychological Capital Research in the Past Five Years

Liang Qisheng¹, Chen Junyan²

1 School of Education, Nanchang Vocational University, cocacolaleongj@yahoo.com.hk

2 School of Psychology, Hainan Normal University, 1653900261@qq.com

Abstract: As a core construct of positive organizational behavior, research on psychological capital has shown distinct characteristics of localization deepening, mechanism refinement, and intervention digitalization over the past five years. Based on the core literature from CNKI and Web of Science spanning 2020 to 2025, this study adopted bibliometric analysis and content analysis methods to systematically sort out the theoretical evolution, research hotspots, and practical paths of psychological capital. The findings reveal that: at the theoretical level, the indigenous three-dimensional structure model of "task-interpersonal-development" has gradually replaced the Western HERO model; at the research hotspot level, studies have focused on the mediating mechanisms (e.g., academic emotions, work engagement) and cross-cultural differences among professional groups (such as nurses and teachers) and student groups; at the practical level, digital intervention has emerged as a key direction to break through traditional models. On this basis, this paper puts forward future research suggestions from three dimensions—theoretical construction, empirical research, and practical application—providing a reference for the theoretical innovation and practical implementation of psychological capital.

Keywords: Psychological capital, Research review, Localization, Digital intervention, Mediating mechanism