

QINGSHAONIAN WEIXIANXINGWEI
GANYUSHIFANYANJIU



青少年 危险行为 干预示范研究

◎江光荣 主编



科学出版社

青少年危险行为干预示范研究

江光荣 主编

科学出版社

北京

版权所有,侵权必究

举报电话:010-64030229;010-64034315;13501151303

内 容 简 介

本书是国家科技支撑计划课题“我国青少年危险行为的评估、预警与干预示范研究”(2009BAI77B02)的研究成果之一。

青少年处在生长发育与心理发展的特殊阶段,他们是攻击/暴力、违纪/违法、吸烟/酗酒、不健康饮食行为/缺乏体力活动、自杀/自伤、不安全性行为等危及健康和生命的行为的易发人群。本研究依据“学校为本的危险行为三级干预模式”,从不同层面、采用不同方法对青少年危险行为进行干预,并比较干预效果、优化干预方案,研发网络管理服务平台。研究成果为学校、家庭、社区及专业服务机构开展青少年危险行为的干预工作提供了科学指导与实践参考。

本书适合中小学教育心理工作者、中小学学生家长、教师阅读;同时也适合作为大学心理学专业的学生,临床心理学、心理咨询和社会工作等专业学生的教材;并可以作为各类青少年心理健康专业机构中的工作人员开展专业服务的参考材料。

图书在版编目(CIP)数据

青少年危险行为干预示范研究/江光荣主编. —北京:科学出版社,2013.2
ISBN 978-7-03-036686-3

I. ①青… II. ①江… III. ①青少年—健康教育—研究 IV. ①G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第026808号

责任编辑:吉正霞 肖 婷/责任校对:蔡 莹
责任印制:彭 超/封面设计:苏 波

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

武汉市首壹印务有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

开本:787×1092 1/16

2013年2月第一版 印张:16 1/2

2013年2月第一次印刷 字数:370 000

定价:58.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

青少年危险行为干预示范研究参加单位

I 级干预实验学校

武汉市长虹中学

武汉市石牌岭高级职业中学

武汉市马房山中学

武汉市卓刀泉中学

II 级、III 级干预实验学校

华中师范大学子课题组

武汉市情智中学

武汉市仪表电子学校

武汉市第一轻工业学校

武汉市第二卫生学校

武汉市第二轻工业学校

湖北省园林技术学校

武汉市第二职业教育中心

武汉市财政学校

武汉市电子信息技术学校

武汉市工业科技学校

武汉市艺术学校

武汉市农业学校

武汉市黄陂武湖职高

荆州国土资源学校

荆州职业技术学院

武汉市心理医院子课题组

武汉市第一商业学院

武汉市开发区职校

武汉市第一职业教育中心

武汉市中等职业艺术学校

武汉市供销商业学校

武汉市财贸学校

II 级、III 级干预服务机构

华中师范大学心理学院

中南大学湘雅二医院

湖北省青少年心理健康教育中心

人的发展与心理健康湖北省重点实验室

武汉市心理医院

武汉市教育科学研究院

荆门市教育科学研究所

荆门市知博青少年心智成长中心

网络服务平台建设实验学校

荆门一中

荆门市东宝中学

沙洋中学

海慧中学

荆门市东宝区文峰初级中学

钟祥市职业高级中学

湖北信息工程学校

青少年危险行为干预示范研究参加人员

课题总负责人:江光荣

协助人员:张 微 朱 旭 鲁艳桦 王 铭

I 级干预课题组

课题组负责人:谢 员

协助人员:黄晏清 江 丽

II 级干预课题组(华中师范大学)

个体干预负责人:张 微

协助人员:肖 琳 陶 甜 陈 佳

团体干预负责人:贺金波

协助人员:鲍远纯

II 级干预课题组(武汉市心理医院)

课题组负责人:童 俊

协助人员:王 华

III 级干预课题组(华中师范大学)

子课题组 1 负责人:夏 勉

协助人员:于 潇

子课题组 2 负责人:陶 嵘

协助人员:雷光辉

子课题组 3 负责人:吴才智

协助人员:黎冬萍

III 级干预课题组(武汉市心理医院)

课题组负责人:童 俊

协助人员:王 华

III 级干预课题组(中南大学湘雅二医院)

子课题组 1 负责人:姚树桥

协助人员:陈于宇

子课题组 2 负责人:王小平

协助人员:周建松

网络平台课题组

课题组负责人:江光荣 周保英

协助人员:吴冬冬 雷光辉

I 级干预授课人员(按姓氏汉语拼音字母排序,下同)

刁春婷 句玲玲 黄雅凌 黄晏清 何青青 刘烜方 马玉芝 亓艳丽 陶 甜
吴 微 易 菲 张盼盼 张 楚

II 级团体干预人员

鲍远纯 柴小运 陈 佳 程丽娟 程旻曦 董乐芳 扶 蓓 高丽蓉 郭敏慧
郭昫澄 姜春燕 句玲玲 雷玉菊 李 然 梁庆席 梁亭亭 林志红 阮 娟
宋 凤 孙 芳 陶 甜 汪 熹 王晓娟 魏 虹 吴 辉 肖 琳 尹 靓
张红娟 张 慧 张家秀 赵晓敏 郑丽娜 郑晓燕 周明娜

II 级个别干预咨询师

包海燕 陈天军 程 坤 董乐芳 黄巧凤 李春玲 李谷雨 李 倩 梁亭亭
梁宇颂 刘慧兰 刘小丽 刘 瑜 罗新兰 孟 然 彭 路 任 娜 容 练
舒剑萍 宋 凤 孙 茜 田 磊 涂永波 汪丽霞 王 春 王品琥 魏 虹
夏 海 薛海涛 杨 静 易 丹 易 萍 尹春容 尹 靓 应巧玲 于丽娜
张春燕 张 艳 章劲元 赵宝富 赵翠荣 赵 丽 郑 荣 郑 媛 周红玲
周明娜 左淑曦

III 级干预咨询师

程 坤 董乐芳 扶 蓓 高丽蓉 郭敏慧 郭昫澄 贾丽梅 黎冬萍 李春玲
李谷雨 李 慧 李 佳 李 然 李 锐 梁亭亭 凌 霄 刘小丽 刘 瑜
鲁 婷 罗新兰 孟 然 舒剑萍 宋 凤 孙姣英 陶 甜 涂永波 汪丽霞
王 春 王 华 王纪念 魏 虹 吴 辉 吴 微 夏 海 肖晶星 杨继先
杨 柳 易 丹 尹春容 尹 靓 于丽娜 余艳琴 张 艳 赵宝富 赵晓敏
郑 荣 周红玲 周明娜

网络服务平台建设工作人员

曹曼琳 陈锐娟 崔 佳 雷光辉 彭轶雯 孙维燕 王惠玲 杨歆喃 张少龙

前 言

本书是国家科技支撑计划课题“我国青少年危险行为的评估、预警与干预示范研究”(2009BAI77B02)的成果之一。课题由中南大学和华中师范大学共同承担,中南大学负责危险行为的评估与预警部分,华中师范大学负责干预部分。本书即为青少年危险行为干预部分的研究成果。

青少年危险行为之所以被重视,原因之一在于青少年危险行为在当代社会中普遍增加。青少年正处于身心急剧发展变化的时期。在心理发展上,对自我的探索和发现是这个年龄段的主题(埃里克森,1998)。青少年的许多活动,本质上都是对个人的身体、心理和社会性存在的探索,旨在解答“我是谁”和“我要向何处去”两个基本问题。在当代社会中,这个古来有之的发展问题,被放到新的社会历史条件下展开,就出现了特有的困难。依学者之见,当代青少年发展有两个历史性特点,一是身心发展不同步,身体发育提前(张春兴,1991),二是选择的自由度增加,传统规范和榜样的作用下降(江光荣,2012)。这两个条件意味着当代青少年自我探索的压力增加,而探索的能力下降。青少年危险行为在当代出现大幅度上升,恐怕跟这个基本的社会历史原因有密切关系。

重视青少年危险行为的另一个原因或者理由,是防治危险行为的成本效益计较。我们知道,个体在各个发展阶段遇到的障碍,起始时多半是“正常的障碍”——这些障碍在正常的发展环境下,发生率相当高,但是可以被克服。但如果发展的环境不利,发展的任务不能顺利完成(埃里克森,1998),正常的障碍可能演变为人格上的问题或其他长期性的损害。简单地说,在危险行为高发的青少年时期,抓紧进行以预防为主干预,成本低、效果好;错过这个时机,就只能进行以治疗为主的干预,成本高、效果差。所以说这是一个经济学问题。

课题组参考国外经验,依据青少年危险行为的理论以及国内外相关研究成果,结合我国现实情况,提出“以学校为本的危险行为三级干预模式”。这个模式主张构建以学校为主、社区为辅,社会、学校和家庭“三位一体”的干预体系。其中,I级干预(班级和家庭层面)以正常青少年为对象,进行普及性的心理健康教育,以健康人格培养为重点,实现对青少年危险行为的预防性干预。II级干预(学校和社区层面)以危险行为易感青少年为对象,以学校心理健康教育与辅导中心、社区心理辅导机构为实施主体,进行针对性的危险行为预防工作。这一级干预以个别心理辅导、团体心理辅导、家长学校课程等形式实施,同时要协调好家庭和社区环境干预。III级干预(专业机构层面)以已经出现危险行为的青少年为对象,以各级精神/心理卫生专业服务机构为主要队伍,实行以矫治为主的危险行为干预。课题干预部分的总体思路,就是设计一个体现此三级干预模式的具体方案,开发其中的关键技术,然后组织实施,并评价其效果和有关技术指标。

为完成危险行为干预的示范研究,我们将研究任务分为两部分。前一部分是结合

文献研究,以专家法为主设计出一套干预方案及相应的技术;后一部分是挑选实验单位,培训干预人员,组织实施干预方案,评估干预技术的有效性。课题工作从2010年开始,至2012年底结束,共三年时间。大致上,2010年进行文献研究、技术开发、方案设计,以及专门干预人员培训;2011年进行干预实施与示范,其中部分追踪观察一直延续到2012年6月;2012年收集、分析数据,并撰写本书。至此,全部研究任务按计划圆满完成。

此部分研究任务工作量大,分工复杂。参与实验的学生超过18500人,一线教师超过380人,专门干预人员110人,子课题承担单位5个,实验学校和专业机构40所,专业研究人员19人。如此庞杂的一个研究项目,最后能够保质保量如期完成,实在不易。作为负责人,在欣慰之余,我由衷地感谢全体参与者的努力。首先要感谢课题核心团队——华中师范大学心理学院部分师生的和衷共济,互相支持。其中,张微副教授作为任务总协调人,为我分担了大量烦杂的组织协调工作,朱旭博士在技术质量控制方面起了很好的把关作用,博士生鲁艳桦协助我做了大量组织管理工作,博士生王铭承担了最后的统稿任务。其次要感谢担任干预工作的班主任老师、心理咨询师的不辞辛劳、耐心细致,这些充满爱心而又专业的干预为本研究的质量提供了保障。再次要感谢华中师范大学、中南大学、武汉市心理医院、武汉市教育科学研究院、荆门市教育科学研究所以及各实验学校的协助和支持。最后,要特别感谢众多参加实验的中学生同学,是你们的参与和配合,使研究得以顺利完成。

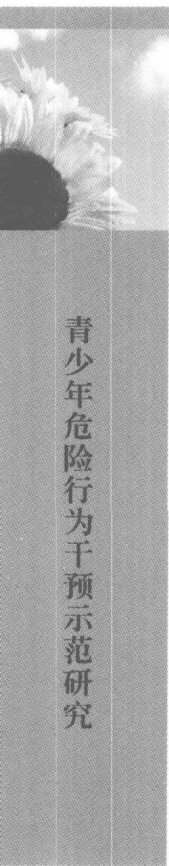


2012.12.1

目 录

上篇 青少年危险行为干预研究

1 绪论	3
1.1 研究背景	3
1.2 问题提出	4
2 青少年危险行为及干预:概念、理论与研究	6
2.1 青少年危险行为概述	6
2.1.1 青少年危险行为的概念及分类	6
2.1.2 青少年危险行为的流行概况	6
2.2 青少年危险行为的影响因素	7
2.2.1 人格	7
2.2.2 家庭	7
2.2.3 学习	8
2.2.4 情绪	8
2.2.5 人际关系	9
2.2.6 性	9
2.3 青少年危险行为的理论解释	10
2.3.1 问题行为理论	10
2.3.2 危险或保护性理论	11
2.4 青少年危险行为的干预	11
2.4.1 青少年危险行为的 I 级干预	11
2.4.2 青少年危险行为的 II 级干预	12
2.4.3 青少年危险行为的 III 级干预	14
3 青少年危险行为的三级干预研究	29
3.1 青少年危险行为 I 级干预研究	29
3.1.1 研究方法	29
3.1.2 研究结果	31
3.1.3 讨论	33
3.2 青少年危险行为 II 级干预研究	34
3.2.1 研究方法	34
3.2.2 研究结果	36
3.2.3 讨论	38
3.3 青少年危险行为 III 级干预研究	38
3.3.1 研究方法	39



3.3.2	研究结果	41
3.3.3	讨论	56
3.4	青少年危险行为三级干预管理网络服务平台的使用示范研究	57
3.4.1	平台介绍	57
3.4.2	研究方法	57
3.4.3	平台使用结果	58
3.4.4	讨论	59
3.5	研究结论与建议	59
3.5.1	立足通识课程教育,重视班级环境建设	59
3.5.2	积极开展个别辅导,稳定实施团体辅导	60
3.5.3	灵活选择治疗方案,谨慎看待危险行为	60
3.5.4	普及三级干预管理,侧重学校教育辅导	61

下篇 青少年危险行为三级干预方案及干预示范案例

4	青少年危险行为 I 级干预方案	65
4.1	干预目标	65
4.1.1	目标描述	65
4.1.2	六种危险行为的具体干预目标	65
4.2	课程干预方案	67
4.2.1	第一课:健康饮食,快乐运动,阳光生活	67
4.2.2	第二课:无烟青春更美好	68
4.2.3	第三课:花季与酒	70
4.2.4	第四课:平安的日子真好	71
4.2.5	第五课:遵纪守法	74
4.2.6	第六课:解读性密码	78
4.2.7	第七课:生命如此美丽	80
4.3	班级环境建设干预方案	82
4.3.1	班主任培训	83
4.3.2	班级环境建设目标	83
4.3.3	班级环境建设干预策略	83
5	青少年危险行为 II 级干预方案	89
5.1	青少年危险行为高危群体个别辅导方案	89
5.1.1	个别辅导方案的特点及其选择原则	89
5.1.2	青少年危险行为个别辅导方案设计	91
5.2	青少年危险行为高危群体团体辅导方案	99
5.2.1	团体辅导方案的特点及其选择原则	99
5.2.2	青少年危险行为团体辅导方案设计	100

5.2.3 团体辅导材料	108
5.2.4 青少年危险行为团体辅导示例	111
6 青少年危险行为 III 级干预方案	130
6.1 青少年攻击/暴力行为治疗方案	130
6.1.1 行为界定	130
6.1.2 青少年攻击/暴力行为人本治疗方案	130
6.1.3 青少年攻击/暴力行为认知治疗方案	133
6.1.4 青少年攻击/暴力行为行为治疗方案	137
6.2 青少年违纪/违法行为治疗方案	140
6.2.1 行为界定	140
6.2.2 青少年违纪/违法行为人本治疗方案	141
6.2.3 青少年违纪/违法行为认知治疗方案	144
6.2.4 青少年违纪/违法行为行为治疗方案	147
6.3 青少年自杀/自伤行为治疗方案	150
6.3.1 行为界定	150
6.3.2 青少年自杀/自伤行为人本治疗方案	151
6.3.3 青少年自杀/自伤行为认知治疗方案	154
6.3.4 青少年自杀/自伤行为行为治疗方案	158
6.4 青少年吸烟/过度饮酒行为治疗方案	159
6.4.1 行为界定	159
6.4.2 青少年吸烟/过度饮酒行为人本治疗方案	160
6.4.3 青少年吸烟/过度饮酒行为认知治疗方案	163
6.4.4 青少年吸烟/过度饮酒行为行为治疗方案	164
6.5 青少年不健康饮食/缺乏体力活动行为治疗方案	166
6.5.1 行为界定	166
6.5.2 青少年不健康饮食/缺乏体力活动行为人本治疗方案	167
6.5.3 青少年不健康饮食/缺乏体力活动行为认知治疗方案	170
6.5.4 青少年不健康饮食/缺乏体力活动行为行为治疗方案	173
6.6 青少年无保护性行为治疗方案	175
6.6.1 行为界定	175
6.6.2 青少年无保护性行为人本治疗方案	176
6.6.3 青少年无保护性行为认知治疗方案	179
6.6.4 青少年无保护性行为行为治疗方案	182
7 青少年危险行为干预示范案例	186
7.1 青少年危险行为 II 级干预个别辅导示范案例	186
7.2 青少年危险行为 III 级干预示范案例	196
7.2.1 青少年攻击/暴力行为人本治疗示范案例	196

7.2.2	青少年违纪/违法行为行为治疗示范案例	200
7.2.3	青少年自杀/自伤行为认知治疗示范案例	208
7.2.4	青少年吸烟/过度饮酒行为认知治疗示范案例	211
7.2.5	青少年不健康饮食/缺乏体力活动行为治疗示范案例	216
7.2.6	青少年无保护性行为行为治疗示范案例	221
附录		227
附录 1	青少年危险行为倾向性问卷	227
附录 2	中学生心理健康量表	229
附录 3	我的班级	230
附录 4	班级环境建设过程记录表	232
附录 5	青少年“健康相关行为”知识测试卷	233
附录 6	课程效果评定表	236
附录 7	通识课程课堂记录表	237
附录 8	青少年健康相关行为调查问卷	238
附录 9	流调中心用抑郁量表	240
附录 10	焦虑自评量表	241
附录 11	咨询师辅导过程记录表	242
参考文献		243

青少年危险行为干预研究报告

上篇

1 绪 论

1.1 研究背景

世界卫生组织(WHO)将青少年的年龄范围界定为10~19岁(WHO,1995)。青少年时期是生命发展过程中的一个独特阶段,既不同于儿童阶段,也不同于成人阶段。这是一个生理和心理都在发生巨变的时期,一个自我探索与尝试独立的时期,一个需要建立起新的关系的时期——同龄人之间的关系、伙伴之间的关系以及与师长的关系。在此阶段,青少年开始关注自己的身体形象,对一些成人行为向往甚至效仿,反叛老师和家长等权威形象,为人处世稍显冲动,对性充满好奇但认识上片面肤浅……正是由于青少年生长发育与心理发展的特殊性,使他们成为了暴力、违法乱纪、吸烟、酗酒、不健康饮食行为、不安全性行为、自伤、自杀等危及健康和生命的行为的易发人群。近年来,青少年危险行为(adolescent risk behavior)逐渐成为流行病学和心理学研究的一个热点问题。

青少年历来被认为是最健康的人群,其死亡率、患病率在各年龄群体中相对最低,其健康问题一直未引起充分重视。然而,伴随疾病谱的变化,伤害(包括非故意伤害和故意伤害)已取代躯体疾病,成为发达国家和一些“社会转型期”国家(包括我国)青少年的首位死因,伤害与不健康行为、生活方式的关系也越来越密切。在美国、西欧、日本等发达国家和地区,大约四分之三的青少年死亡与危险行为有关。在我国,随着社会竞争的日益加剧和升学就业压力的增大,青少年危险行为也明显增多。

发达国家对青少年危险行为的监控和防治已经取得长足进步,但我国这项工作还非常薄弱。美国是最早开展青少年危险行为调查和监测的国家。美国疾病预防控制中心(Centers for Disease Control and Prevention)所开发的“青少年危险行为监测系统”(The Youth Risk Behavior Surveillance System, YRBSS)在青少年危险行为的监测上居世界各国之首,其理论基础、监测内容与指标、工作经验等方面均有大量值得借鉴之处。YRBSS从1991年开始每两年在全美进行一次监测,很好地了解了青少年危险行为的流行特点和发展规律,为制订相应的政策、法规和宏观干预策略,以及指导学校、社区、家庭采取具体的(健康教育、健康促进)预防、干预措施等提供了科学依据。近些年,我国也参照YRBSS开展了青少年危险行为的全国性调查(季成叶,2007)。

目前,对青少年危险行为的干预主要包括对青少年个体的干预和对外界环境(家庭、学校、社区等)的干预两个方面(Cardoza, Documét, Fryer, Gold, & Butler III, 2012)。在流行病学调查和相关影响因素的研究基础上,国外已经发展了大量针对青少年危险行为的干预技术和干预方案。流行病学调查结果发现这些干预措施能有效降低

青少年危险行为的发生率。埃勒贝克(Ellebeck)等(2009)根据 YRBSS 调查的意外伤害数据发现,1991~2007 年间,美国高中生的安全行为在增加,危险行为在减少;1991~1997 年间,在政府采取干预措施后,青少年的吸烟、饮酒和物质滥用等危险行为由上升转为下降趋势。这些干预措施的实施主要以个别治疗或辅导、学校教育、家庭访问/治疗、社区干预等途径来实现。在我国,针对青少年危险行为的干预研究逐渐起步,目前尚缺乏大规模的示范性研究。

青少年是家庭的希望、社会的命脉、国家的未来,促进青少年健康成长是整个社会教育体系的目标。有效预防并减少青少年危险行为的发生,对青少年危险行为进行科学有效的干预,无疑有助于促进青少年身心健康地成长,同时也减轻家庭、学校和社会的心理负担。开展青少年危险行为干预的示范性研究,能够为学校教育、家庭教育、社区干预、心理咨询与治疗等提供科学指导与参考,具有十分重要的意义。

1.2 问题提出

2010 年,中南大学和华中师范大学共同承担了国家科技支撑计划《我国青少年危险行为的评估、预警与干预示范研究》,提出了“学校为本的危险行为三级干预模式”。该模式主要参考美国 YRBSS 的经验,依据青少年危险行为的理论解释以及国内外相关研究成果,结合我国现实情况,主张构建以学校为主、社区为辅,社会、学校和家庭“三位一体”的干预体系,开展社区、老师、同学、家庭共同参与的“无缝化”危险行为三级干预模式。

在该模式中:

I 级干预(班级和家庭层面)。以全体青少年为对象,进行普及性的心理健康教育,以健康人格培养为重点,实现对青少年危险行为的预防性干预。这一级干预以心理健康教育(如心理健康教育课程、班级和谐环境建设)为主要干预途径。

II 级干预(学校和社区层面)。以危险行为易感青少年群体为对象,以学校心理健康教育与辅导中心、社区心理辅导机构为基本队伍,进行针对性的危险行为预防工作。这一级干预以个别心理辅导、团体心理辅导、家长学校课程等形式实施,同时要协调好家庭和社区环境干预。

III 级干预(专业机构层面)。以已经出现危险行为的青少年为对象,以各级精神/心理卫生专业服务机构为主要队伍,实行以矫治为主的危险行为干预。

根据上述三级干预模式,我们在三个层面开展青少年危险行为的干预示范研究。I 级干预以班级为单位,针对全体青少年开展普遍的预防性干预,开设相关课程、建设班级和谐环境,并探讨课程干预、班级环境建设干预以及二者结合的干预效果。II 级干预针对危险行为易感青少年进行结构化的个别和团体心理辅导,并对照两种干预的即时效果和 6 个月之后的干预效果。III 级干预以已出现危险行为的青少年为对象,实行以矫治为主的危险行为干预,并通过考察干预前后以及 3 个月、6 个月之后的干预效果,比较不同干预方法的效果。此外,II 级干预和 III 级干预具体干预方法的选择基于以下条件:①在国际上广泛应用已被循证研究证明具有良好的效果;②易于操作、规范及程序化程度高,能在我国基层单位广泛推广;③最好在我国有一定应用基础;④对于引进