

农村留守儿童 积极心理研究

A Study on Positive Psychology
of Left-Behind Children in China

余益兵◎著



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

农村留守儿童 积极心理研究

A Study on Positive Psychology
of Left-Behind Children in China

余益兵◎著



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

图书在版编目(CIP)数据

农村留守儿童积极心理研究 / 余益兵著. -- 北京 :
社会科学文献出版社, 2018. 11

(童享阳光书系)

ISBN 978 - 7 - 5201 - 3354 - 8

I. ①农… II. ①余… III. ①农村 - 少年儿童 - 心理
健康 - 健康教育 - 研究 - 中国 IV. ①B844. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 200863 号

· 童享阳光书系 ·

农村留守儿童积极心理研究

著 者 / 余益兵

出 版 人 / 谢寿光

项目统筹 / 刘 荣

责任编辑 / 单远举 刘 翠

出 版 / 社会科学文献出版社 · 独立编辑工作室 (010) 59367011

地址: 北京市北三环中路甲 29 号院华龙大厦 邮编: 100029

网址: www.ssap.com.cn

发 行 / 市场营销中心 (010) 59367081 59367083

印 装 / 三河市尚艺印装有限公司

规 格 / 开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 18.25 字 数: 271 千字

版 次 / 2018 年 11 月第 1 版 2018 年 11 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 5201 - 3354 - 8

定 价 / 89.00 元



本书如有印装质量问题, 请与读者服务中心 (010 - 59367028) 联系

版权所有 翻印必究

自序

农村留守儿童是经济社会发展到特定阶段的产物，指的是由于城乡一体化而促发的农村富余劳动力转移到城市寻求更高的收入和更好的发展前景，但未成年子女无法随迁进城，导致部分未成年子女脱离父母直接照料和有效监管的一种现象。农村留守儿童现象，从一个侧面反映了我国城乡发展不均衡、公共服务不均等、社会保障不完善等社会问题。留守儿童问题与一系列可预见或不可预见的社会问题密切相关；反过来，留守儿童问题唯有靠城乡社会综合治理和乡村社会振兴才能得到根本解决。

社会问题的解决需要时间，但留守儿童的发展与教育不能等。近30年来，人口学、社会学、教育学、心理学等不同学科的研究者对农村留守儿童问题开展了大量调查研究，提出了大量政策建议，最终促成《国务院关于加强农村留守儿童关爱保护工作的意见》（国发〔2016〕13号）出台，标志着农村留守儿童问题上升到国家战略层面。该文件指出：“农村劳动力外出务工……导致部分儿童与父母长期分离，缺乏亲情关爱和有效监护，出现心理健康问题甚至极端行为，遭受意外伤害甚至不法侵害。”这是国家文件第一次采用心理学专业规范术语揭示农村留守儿童心理发展存在的风险及其产生的心理与教育机制。

然而，这只是我们认识留守儿童的一个方面。留守儿童作为积极能动的主体，其内在的力量和优势并没有被充分认识，这将不利于留守儿童群体的健康发展。一方面，过分凸显留守儿童群体生存过程中的“缺失”或“剥夺”，客观上可能加剧群体外成员对于留守儿童的群体偏见和消极刻板印象，引发留守儿童群体内的人格认同和行为固化，这将成为他们学校投

人和社会融合进程中新的社会心理阻力。另一方面，过分强调留守儿童的心理脆弱性，容易因湮没在社会同情氛围中而忽视了留守儿童自身发展的积极动力。

《农村留守儿童积极心理研究》就是为此做出的初步努力。作为福建省“2011 协同创新中心”区域农村教师发展协同创新中心资助出版项目“童享阳光”书系的第一本，本书在前期田野调查和深度访谈的基础上，选取若干种相对重要的积极心理品质，展开系统的理论和实证研究，涉及留守儿童积极心理品质的测量方法、发展现状、影响因素及心理功能等方面，希望提供一种认识和洞察留守儿童群体心理特点的新视角。全书共分为五章。

第一章是总论，侧重从积极心理取向出发，特别是从自我、人际和文化三个向度对可能发挥保护性作用的若干种积极心理品质进行文献梳理。其中，对于留守儿童心理发展比较重要但后续章节不再涉及的部分，则尽量结合国内外最新研究进展进行梳理并提出未来研究的方向，为下一步深入研究做好铺垫。

第二章到第五章，分别对“坚毅”“勤奋”“共情”“生命意义”四种积极心理品质进行系统研究。在整体研究设计思路上，我们试图从以下方面着手。

一是加强中英文语境下的词汇学分析和最新文献梳理，增强我们的研究成果与国内外同行对话交流的能力。

二是注重研究工具的原创性开发及其心理测量学检验，试图编制反映农村学生教育生态背景、具有良好信效度的测量工具。

三是充分运用实证调查数据揭示留守儿童积极心理品质的发展水平及其个体差异。为了保证数据分析结果的完整性，本书保留了看似简单甚至略显累赘的人口统计学变量的描述性分析。整体而言，与非留守儿童相比，农村留守儿童的积极心理品质并没有表现出严重损伤，这坚定了我们对于促进留守儿童积极发展可能性的信念。

四是采用模型建构方法考察积极心理品质的功能，特别是对于提升学业成就的作用。以学业成就为结果变量，并不意味着积极心理品质最重要的功

能在于学业成就方面，而是希望本研究结果能够为将来开展留守儿童代际传递的教育阻断机制研究提供实证依据，即留守儿童积极心理品质培养是否以及在何种条件下可以促进留守儿童学业进步和社会阶层向上流动。

心理干预和促进是心理学研究继描述、预测、解释之后的第四项目标。因此，即使没有开展探索性的教育培养与干预研究，本书也呈现可能的教育培养方案或给出宏观上的教育建议。可见，这本著作是一个开放的体系，它以自身的缺陷和不足预示着我们的研究团队或研究同行未来可能努力的方向，这也算是开展留守儿童积极心理研究应该有的学术心态。例如，书中提到的“自我控制”“真实自我/虚假自我”“感恩”“宽容”“爱的能力”“希望”“勇敢”“逆境信念”等，都是具有深厚传统文化底蕴且内涵丰富的积极心理品质，它们对于社会处境不利儿童人格发展的作用还有待揭示；本书已经开展的“坚毅”“勤奋”“共情”“生命意义”四种积极品质的研究也仅仅开了个头便告停止，无论是大样本的跟踪研究、教育促进模式还是脑与神经机制等都值得继续深化研究。

在本书写作过程中，曾引用或参阅了国内外大量文献资料，拜读原作的过程中曾不止一次感受到沉浸其中的美好体验。我的研究团队为书稿的完成付出了大量的努力。社会科学文献出版社刘荣副编审、刘翠编辑为本书高质量出版付出了专业、细致而富有耐心的努力，使本书减少了疏漏并臻于完善。闽南师范大学福建省区域农村教师发展协同创新中心为本书提供了出版资助。在此，一并致以最诚挚的感恩和谢意。

因本人学术能力和水平有限，本书还存在诸多瑕疵甚至错误之处，请各位专家和读者批评指正。我也真诚地期望能收到关于本书在研究方面存在的瑕疵、疏漏和错误信息的反馈，以期“童享阳光”书系后续研究日臻规范和科学。

是为序。

余益兵

2018年8月18日

目 录

c o n t e n t s

第一章 积极心理：幸福和力量的源泉	1
本章导读	1
第一节 积极心理的内涵	2
第二节 积极心理的成分	4
第三节 积极心理的测量	8
第四节 积极心理的功能	10
第二章 坚毅：追求远大目标的不懈动力	34
本章导读	34
第一节 坚毅的内涵	36
第二节 坚毅的测量	40
第三节 坚毅的发展	59
第四节 坚毅的功能	68
第五节 教育建议	82
第三章 勤奋：追求成功的行为法则	87
本章导读	87
第一节 勤奋的内涵	88
第二节 勤奋的测量	93

第三节 勤奋的发展	103
第四节 勤奋的功能	113
第五节 教育建议	131
 第四章 共情：追求人际和谐的内在能力	134
本章导读	134
第一节 共情的内涵	135
第二节 共情的测量	137
第三节 共情的发展	138
第四节 共情的功能	156
第五节 共情的培养	163
 第五章 生命意义：努力活下去的理由	190
本章导读	190
第一节 生命意义的内涵	191
第二节 生命意义的测量	193
第三节 生命意义的发展	202
第四节 生命意义的功能	220
第五节 生命意义的培育	223
 参考文献	229
 附 录 农村学生发展状况调查问卷	265
 后 记	280

第一章

积极心理：幸福和力量的源泉

真正的幸福来源于你对自身所拥有的优势的辨别和运用，来源于你对生活意义的理解和追求，它是可控的。

——马丁·塞利格曼

❧ 本章导读 ❧

积极心理品质培养是中小学心理健康教育的重要目标。早在 2002 年，教育部在《中小学心理健康教育指导纲要》中就将心理健康教育的总目标界定为“提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展”。2012 年，教育部颁布的修订版《中小学心理健康教育指导纲要》明确将“促进学生身心和谐可持续发展，为他们健康成长和幸福生活奠定基础”写进总目标，强调要“培养学生积极心理品质，挖掘他们的心理潜能”，科学界定了中小學生身心和谐发展的基本内容就是培养积极心理品质，强调了心理健康教育的预防性与发展性相结合的原则，为我国现阶段中小学心理健康教育指明了方向。

农村留守儿童是我国城镇化进程中出现的特殊儿童群体。部分儿童由于父母长期外出，缺乏有效监管和亲情呵护，出现了不同程度的心理和行

为问题，甚至遭遇意外伤害，引起了全社会的高度重视。与此同时，在相当长的一段时间内，农村留守儿童被贴上了“问题儿童”“高危儿童”等负面标签，形成了新的歧视和偏见，成为新时期留守儿童关爱教育工作中新的社会阻力。正如马斯洛（A. H. Maslow, 1908 ~ 1970）曾说过的，“心理科学在表现人类消极方面获取的成功一直比它在表现人类积极方面大得多。它向我们展示了人类的缺点、疾病、罪恶，但很少揭示人类的潜力、美德、可能的抱负、可能达到的心理高度”（马斯洛，1987：34）。对于过去30年农村留守儿童问题的心理学研究，这一论断依然是适用的。当然，这一趋势正在逐渐改变，农村留守儿童个体内部的力量、优势和逆境中的复原力问题开始得到关注。

作为本书的第一章，本章从积极心理取向出发，对什么是积极心理、积极心理的基本成分、心理结构、测量工具以及心理功能等问题进行简要介绍，为后续章节开展积极取向的农村留守儿童心理学相关研究奠定理论和方法学基础。

第一节 积极心理的内涵

积极心理的内涵与积极心理学思潮密不可分。“积极心理学”（Positive Psychology）这个概念公认最早出现于马斯洛1954年出版的经典之作《动机与人格》一书中。在该书最后一章（第17章），作者以“走向积极的心理学”为题，对心理学的消极方面及其改进进行阐述，并在该书“附录甲 积极的心理学所要研究的问题”部分进行简要论述。积极心理学正式受到世人关注，则始见于1998年宾夕法尼亚大学心理学教授马丁·塞利格曼（Martin E. P. Seligman）在就任美国心理学会主席的大会报告中。他明确提出，要把建设积极心理学当成一个心理学科学研究领域，作为自己任职内的重要使命。随后，塞利格曼（Seligman, 2000：5 - 14）在美国心理学学会会刊《美国心理学家》（*American Psychologist*）杂志上发

表《积极心理学导论》一文，标志着积极心理学作为一种新的理论观点正式形成。与传统病理心理学取向不同，积极心理学强调心理学不仅要研究人或社会存在的各种问题，同时还要研究人的各种积极力量和品质，探索人类健康发展的途径，进而提高人们的生活幸福感。在2016年7月19日召开的首届世界积极教育联盟成立大会上，清华大学彭凯平教授介绍了积极教育理念在中国的推广和实践，提出中国积极心理学的“351计划”，即到2051年，中国幸福指数升至世界第51位，同时中国有51%的人感觉幸福。

积极心理品质是积极心理研究的层面之一。塞利格曼认为，积极心理学重点关注个体水平上的积极人格特质、主观水平上的积极情绪体验和积极的社会组织系统三个方面，利用积极力量和品质来帮助个体最大限度地发掘自身潜力，使个体达到更高水平的适应，获得幸福快乐的生活。积极心理品质正是使人适应环境的最佳力量。并且，积极人格特质把人类的各种优秀品质整合到同一体系中，使得积极心理品质的研究更加系统化，逐渐成为积极心理学领域的研究重点。

据《现代汉语词典》（第五版）解释，“品质”可定义为：行为、作风上所表现的思想、认识、品性等的本质。个体的心理品质有两个方面的含义：一是强调个别差异，即人与人之间存在心理品质水平上的量的差异；二是期望标准，即一定文化下对公民良好适应社会所提出的发展标准，也从而成为特定时期儿童教育所要遵循的基本规格和质量底线。因此，心理品质是个体化和社会化的结晶，它反映的是在某一时期、某一场合表现出来的一贯的、稳定的又富有个性特色的心理特征，它是多种心理素质的高度凝结，如记忆品质、思维品质、注意品质、意志品质等。

皮特森（Peterson）和塞利格曼认为，个人品质是一种优秀的个性特质，它与具体的美德相结合，同时也体现在价值-行为分类体系中（Alan Carr, 2008: 48）。比如，伦理学家所提倡的勇气、智慧、仁慈、节制、正义和卓越等核心价值，因其具有积极力量的良好品德，也被积极心理学家作为积极人格特征进行研究，另外还包括好奇心、感激、正义、公平、平

等和正直等。任俊、叶浩生（2005：120～126）认为，从积极心理学视角出发，人格心理学应提倡积极人格特质的研究；强调人格形成过程中各因素的交互作用；重视人的能力及潜力在人格形成过程中的作用。我们认为，积极心理品质是一个多面向的概念，既主要体现在个体层面上，也可体现为人与人之间的关系层面（积极关系）以及群体组织层面（积极组织），最高层面是文化层面。

第二节 积极心理的成分

人类积极心理品质与美德是密切相关的，同样具有稳定性、建设性和潜在性三大特征。

（1）稳定性。人的积极情绪具有短暂的愉快感和持续的满足感两种不同的状态。愉快感来自感官的愉悦体验，满足感使人能进入卷入状态或沉浸体验。个体积极心理品质一旦形成，便具有相对稳定性，需要较长时间才能改变。

（2）建设性。积极心理品质使人具有向上的动力、自我改变与自我完善的能力，促使个体积极成长。

（3）潜在性。积极心理品质属于个体内部稳定的心理特征，在一定外部环境激发下才能完全展示出来。

人类积极心理的构成是多样化的，很难精确统计积极心理究竟由哪些部分构成。到目前为止，一般认可人类拥有的6类美德及相应的24种积极心理品质的分类框架（Park & Peterson, 2006）。下面对6类美德进行简单介绍（见表1-1）。

一 智慧

属于个体认知的力量，包含对知识的习得和使用，主要包括以下几个方面。

表 1-1 美德与性格品质

美德	界定特征	性格品质
1. 智慧	知识获得和运用	(1) 对世界的好奇和兴趣 (2) 好学 (3) 创造性、独立性和完整性 (4) 判断力、批判性思维、开放性的观念 (5) 个人、社会 and 情商 (6) 独特视角、统揽全局、智慧
2. 勇气	面对内部、外部两种不同立场誓达目标的意志	(7) 英勇、勇敢、勇气 (8) 坚持、努力、勤奋 (9) 正直、诚实、真实
3. 爱心	人际交往的品质	(10) 善良、慷慨 (11) 爱与被爱的能力
4. 正义	文明的品质	(12) 公民之间的关系、公民的权利和义务、团队精神、忠诚 (13) 公平、平等、正义 (14) 领导关系
5. 自制	谨慎处世的品质	(15) 自我控制、自我管理 (16) 谨慎小心 (17) 适度、谦逊
6. 卓越	个体与整个人类相联系的品质	(18) 对美、卓越的敬畏、欣赏及领会 (19) 感激 (20) 希望、乐观、信念和信仰 (21) 精神追求、信仰、信念 (22) 宽恕 (23) 风趣、幽默 (24) 热心、激情、热情、精力充沛

资料来源：Alan Carr（2008）。

创造力（创意、独特性）：考虑用新颖且多样的方法概括事物、做事情，取得艺术及其他成就。

好奇心（求新、热心于体验）：对正在进行的事情本身感兴趣，发现迷人的学科和话题，勇于探索 and 发现。

热爱学习：主动或正式地掌握新技能、新话题以及各种知识；这些新

技能、新话题以及各种知识明显与好奇心有关但是又超出好奇心，标志着对已有知识系统性增加的趋势。

开放思维：对事情的所有方面从头到尾地进行考虑和审查，不急于得出结论，能够依据证据改变人的想法；公平权衡所有的证据。

洞察力：能够为别人提供明智的咨询；具有有助于自身和他人有效看待世界的具体方法。

二 勇气

属于人类情感的力量，包括面对来自内外阻碍目标实现等逆境的意志锻炼，主要体现在以下几个方面。

勇敢（英勇、勇猛）：面对威胁、挑战、困难或痛苦不退缩；即便有反对也要坚持正确的事情；依据信念行事，即便该信念还不流行；包括身体上的勇敢和精神上的勇敢。

坚持（坚定不移、勤勉刻苦）：善始善终；在行动过程中即便遇到障碍也坚持到底；将所做的事情纳入成功轨道，乐于完成任务。

真实：说实话，态度诚恳，行动真诚；不找借口，为感情和行动负责。

热情：兴奋和精力充沛地生活；做事不半途而废或缺乏兴趣；生活富有冒险精神；感到有活力和积极主动。

三 爱心

属于人际的力量，包括对别人呵护和友好，主要体现在以下几个方面。

爱：重视与别人的关系，尤其是那些相互之间的分享与照顾；平易近人。

善良：关心照顾别人；与人方便，助人为乐。

社会智慧：懂得别人和自身的动机和情绪，知道如何适应不同的社会情景，懂得如何不干扰别人，使人正常工作。

四 正义

属于社会公正的力量，是健康社会生活的基础，具体包括以下几个方面。

正直：根据公正、公平的原则对所有人一视同仁；不让个人情绪形成对别人的偏见；为所有人提供公平机会。

领导力：鼓励所在群体或团队做好事情，并且维持群体内部良好关系；组织群体活动，并且保证活动顺利进行。

团队精神：作为群体或团队的一员，工作表现好，忠于群体；尽职尽责。

五 自制

属于人类组织节制或无过分的力量，主要体现在以下几个方面。

宽容：宽恕那些有错的人；容忍别人的不足；给人提供第二次机会；没有报复心理。

谦卑：让成绩和事实说话，不自以为是或特殊化。

审慎：仔细决策，不做不适当的冒险，不说将来可能后悔的话，不做将来可能后悔的事。

自我调节：调节个人感受和行为；遵守纪律；控制个人的欲望和情绪。

六 卓越

属于一种与更广泛的外界建立联结和提供生命意义的力量，包括以下几个方面。

审美：关注和欣赏来自生活各方面的美好与卓越，以及熟练的行为，从自然、艺术、数学、科学到日常经验。

感恩：意识到并感激所发生的一切美好事情；从容地表达感谢。

希望（乐观、关注未来、有远见）：拥有关于未来的目标，并且努力

去实现它；相信未来一切都会好起来。

幽默：喜欢笑和逗笑；给别人带来欢乐，看到光明的一面；喜欢开玩笑。

信仰：对宇宙的更高目标和意义具有一致的信念；知道在更大的时空内拥有自己合适的位置；相信生命的意义在于塑造行为和提供快乐。

第三节 积极心理的测量

积极心理品质是一个内涵丰富、结构复杂的概念。依据积极心理品质的理论模型编制的测量工具并不是很多，多数研究工具仅对若干单一品质进行测量，或根据研究需要进行问卷组合。这里，主要介绍具有代表性的两类测量工具。

一 优势行动价值问卷

优势行动价值问卷（The Values in Action Inventory of Strengths, VIA-IS）由皮特森等人（Peterson et al., 2005）在价值-实践分类体系基础上于2005年编制而成。VIA-IS是一份适用于成年人群的自陈式问卷，含24个分量表，测量相应的24种性格优势，每个分量表10题，共240个题目。采用李克特五级计分方法，某项性格优势分量表得分越高，说明该被试所具有的此项优势就越突出。后来，Park等人修订了适用于10~17岁青少年的VIA-Youth，分为24个分量表，共198题，有若干反向计分项。该量表目前已有英语、法语、德语、西班牙语、希伯来语、日语等多个语言的版本。由于原版问卷的基本结构存在跨文化不稳定性等问题，成人版和青少年版问卷的探索性因素分析均难以获得理论预期的六类美德。

段文杰等人（2011：473~475；Duan et al., 2013：336-345）采用兼顾文化共通性与特殊性的方法，对240个题目进行了逐一筛选，综合考虑定性与定量研究结果，最终保留了96个题目，形成测量24个性格优点和3项

长处的中文美德问卷 (Chinese Virtues Questionnaire, CVQ-96)。该问卷由 96 个题目组成, 包括 3 个二阶因子 (长处层面) 和 24 个一阶因子 (性格优点层面)。具体内容为: ①亲和力层面, 包括仁慈、团队精神、公平正义、爱与被爱、真诚、领导力、宽恕、感恩等; ②生命力层面, 包括幽默、好奇、激情、创造力、洞察力、希望、社交智力、发现美的能力、勇敢、信念等; ③意志力层面, 包括判断力、审慎、自我调节、坚持不懈、学习、谦虚。要求作答者根据自身的实际情况, 对每个题目按照 1 = “非常不像我”, 5 = “非常像我” 进行评分。对应性格优点或长处题目得分相加后的项目均分, 即为该项性格优点或长处的得分。得分越高, 说明作答者具有的某项性格优点或长处越突出。该量表在中国大陆的大中小学生群体, 以及香港大学生群体和社区居民中均具有较好的信效度。

二 中小學生积极心理品质量表

官群等人 (2009: 70 ~ 76) 在 VIA 理论架构和测量工具基础上, 结合中国传统文化和当前国情, 研制了中国中小學生积极心理品质量表。该量表共包括 6 个分量表 (智慧和知识、勇气、人性、公正、节制、超越), 含 15 项积极心理品质, 共 61 个题目。验证性因子分析 TLI 和 CFI 等项拟合指标均在 0.95 以上, 6 个分量表和总量表的克朗巴赫 α 信度系数均在 0.70 以上。该量表的编制和应用为了解我国中小學生积极心理品质的发展起到了基础性作用, 但也存在一些不足。①该量表适用学段跨度大, 涵盖小学到高中十二年学段。考虑到小学生、初中生和高中生的社会认知和道德发展水平不尽相同, 同一份量表能否真实测量出该学段学生相对重要的积极心理品质发展水平, 有待探讨。②在编制过程中, 考虑到毕业班升学、学生自我报告能力等实际情况, 并没有涉及高三年级、初三年级和小学低年段的学生被试, 这是取样方面的一个缺憾。③该问卷仅包括 6 类 15 项积极心理品质, 是否有遗漏青少年发展相对重要的其他品质, 有待探讨, 特别是题项难以反映中华文化中的一些积极心理品质的行为指标, 该量表还需要更多的后续研究以趋于完善。