



健康教育

参与式研究方法

米光明 安家璇 主编

JIANKANG JIAOYU
CANYUSHI YANJIU FANGFA



化学工业出版社
生物·医药出版分社



中国疾病预防控制中心健康教育所

健康教育

参与式研究方法

米光明 安家璈 主编

JIANKANG JIAOYU
CANYUSHI YANJIU FANGFA



化学工业出版社
生物·医药出版分社

·北京·

内 容 提 要

本书介绍了参与式研究的来源与发展、原理、基本方法与工具、应用技巧,以及健康教育参与式研究的实施过程、培训和应用案例。通过健康教育参与式研究方法的推广和运用,不仅可以收集到人民群众最关心、最直接、最现实的卫生与健康问题,还可以在参与的过程中,让参与者真正了解分析自身状况所需要的各种信息,学会制定解决问题的有效方法和计划。

本书可供健康教育人员、健康促进人员参考使用,也可作为相关专业教师、学生教材用书。

图书在版编目(CIP)数据

健康教育参与式研究方法/米光明,安家璈主编. —北京:化学工业出版社,2007.5

ISBN 978-7-122-00340-9

I. 健… II. ①米…②安… III. 健康教育-研究方法
IV. R193

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第060017号

责任编辑:邱飞婵 蔡红

文字编辑:朱恺

责任校对:洪雅姝

装帧设计:张辉

出版发行:化学工业出版社 生物·医药出版分社

(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印刷:北京永鑫印刷有限责任公司

装订:三河市万龙印装有限公司

720mm×1000mm 1/16 印张11 $\frac{3}{4}$ 字数164千字 2007年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519680)

售后服务:010-64519661

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 25.00 元

版权所有 违者必究

中国疾病预防控制中心健康教育所

《健康教育参与式研究方法》编写人员

主 编 米光明 安家璈

主 审 陶茂萱 许文青

副主编 钮文异 李小宁 张新卫 张强

编写人员（以汉语拼音为序）

艾溪涛 安家璈 蔡 颖 常 慧 陈 斌

陈玉芬 董 波 杜维婧 季文琦 敬新苗

李方波 李小宁 米光明 牛建平 钮文异

苏丹婷 魏南方 徐锦杭 徐 瑜 张兰英

张麓曾 张 强 张同军 张新卫 张雪海

前 言

实现经济社会的可持续发展必须要坚持科学发展、坚持以人为本、转变发展观念、创新发展模式、提高发展质量，才能把经济社会的发展切实转入全面协调可持续发展的轨道。而社会的发展则需要大众积极互动、自我动员、自我效能地参与进来，树立社区群众的主人翁意识，在相关信息和政策的支持下，通过专业人员的参谋与技术指导，由社区群众利用自己的传统知识、经验和技能做出社区的最终发展决策。这就是在各个领域应该普遍推广使用的一种鼓励和提倡大众参与社区发展的理念和方法，即社区参与式研究。所谓参与是指社区组织起来自行确定需求、进行社区行动设计、实施及评估的过程。参与式研究是一种工作方法，也是一种解决问题的思维方式。它的理论基础和基本工具来自于多学科的交叉与融合，其目的是通过一种开放的、群体参与的过程，帮助专业人员向社区群众学习，与社区群众相互交流和分享他们的生活经验，并由社区做出改善自身状况的决策和行动计划，最终实现社区赋权与社区发展。

本书中的参与式研究在健康教育和健康促进领域的广泛应用，必定会有助于提高实施健康教育和健康促进的能力和有效性，为进一步推动中国的经济社会发展和民族振兴做出应有的贡献。

编者

2007年4月

目 录

第一单元 参与式研究概述	1
1.1 参与的定义	1
1.2 什么是参与式研究	3
1.3 参与式研究的来源与发展	4
1.4 参与式研究的理论基础	8
1.5 参与式研究方法的工具及内容	13
1.6 参与式研究方法的应用范围及在卫生领域的应用	17
1.7 参与式社区发展的实践	19
第二单元 参与式研究的基本方法与工具	24
2.1 关于参与式研究方法和工具的使用经验	24
2.2 小组参与式评估	26
2.3 社区参与式绘图	32
2.4 季节性分析法	42
2.5 矩阵图	45
2.6 问题树	49
2.7 排序与打分法	51
2.8 利益相关者分析	54
2.9 社区大事记	58
2.10 维恩图	59
2.11 流程图分析法	61
2.12 社区计划会议	62
2.13 角色扮演	62
第三单元 参与式研究方法的应用技巧	64
3.1 如何参与角色分析	64
3.2 如何组织热身运动	66
3.3 如何组织小组讨论	69

3.4	如何在培训中使用头脑风暴	76
3.5	如何在参与式学习中使用直观手段	80
3.6	营造支持性谈话氛围	84
3.7	如何进行冲突协调	87
3.8	如何激励利益相关者参与	90
3.9	敏感话题的处理	92
第四单元	健康教育参与式研究的实施过程	96
4.1	健康教育参与式研究的实施过程概述	96
4.2	做好参与式研究前的准备工作	97
4.3	用参与式研究方法进行社区问题分析	99
4.4	健康问题的原因及影响因素分析	102
4.5	寻求解决问题的方法	102
4.6	制定传播策略的逻辑框架	103
4.7	参与式健康教育计划的实施	105
4.8	健康教育参与式研究工作的监测评估	109
4.9	用参与式研究方法解决健康教育问题应该注意的几个问题	112
第五单元	参与式研究方法的培训	120
5.1	参与式研究方法培训概述	120
5.2	参与式研究方法培训计划的制定与实施	123
5.3	实地培训的准备	128
5.4	实地培训的实施过程	131
5.5	实地培训工作的回顾和小结	134
5.6	实地培训的成果展示	135
5.7	培训的考核、评估与奖励	137
5.8	培训总结	137
第六单元	参与式研究方法的应用案例	141
6.1	孟加拉国流浪儿童生存状况参与式研究	141
6.2	促进校外青少年预防艾滋病健康教育的传播战略研究 (定性研究部分)	147

6.3	卫生部/联合国儿童基金会健康促进合作项目参与式 研究方法培训班第10活动小组现场实习报告	153
6.4	贵州省免疫接种行为改变策略的制定	161
6.5	辽宁省沈阳市长白乡农村校外青少年预防艾滋病同伴 教育参与式培训	165
6.6	福建省娱乐场所预防艾滋病参与式干预的实施	170

参考文献	176
-------------------	-----

第一单元 参与式研究概述

本单元中概要介绍了参与、参与式研究及参与式研究方法的概念、意义、产生背景及发展趋向，为我们在健康教育与健康促进的实践中理解和运用参与式研究方法奠定必要的基础。

1.1 参与的定义

何谓参与？不同的学者和机构都给出了自己的解释，在社会发展领域里比较有影响力的解释有以下几种：“公众参与指的是通过一系列的正规及非正规的机制直接使公众介入决策”（Sewell 和 Coppock, 1977）。“参与是在对产生利益的活动进行选择及努力的行动之前的介入”（Uphoff 和 Esman, 1990）。“市民参与是对权力的再分配，这种再分配能够使在目前的政治及经济过程中被排除在外的穷人在将来被包括进来”（Cahn 和 Passeff, 1971）。“参与可被定义为在决策过程中人们自愿的、民主的介入，包括确立总目标、确定发展政策、计划、实施及评估经济及发展计划；为发展努力做贡献；分享发展利益”（Poppe, 1992）。参与可被定义为农村贫困人口组织他们自己的组织来确定他们真正的需求、介入行动的设计、实施及评估的过程。这种行动是自我产生的，并且是基于对生产资源及服务的可使用基础上，而不仅仅是劳动介入。同时，也基于在起始阶段的援助及支持以促进并维持发展活动（Oakley, Peter 等, 1991）。

由此可见，参与这个概念是非常复杂的，不是一个单一的、明确的概念。目前，对参与的内涵可以有 6 种不同的解释，从被动参与到自我动员，这 6 种不同的参与类型可以用一个倒立的三角形来表示，最下面是被动的参与，最上面是主动的参与，中间有许多不同程度的表现状态（图 1-1）。在健康教育与健康促进实践中，各种类型的参与均有存在，力求实现当地社区的自我动员是健康教育工作者应不断追求的社会目标。

如何判断一项社会发展项目或一项以社会动员和社区参与为基本策略的健康促进项目是否达到了让当地人主动参与的目的？可以参

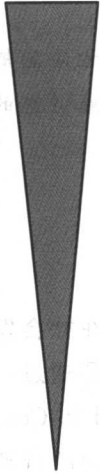

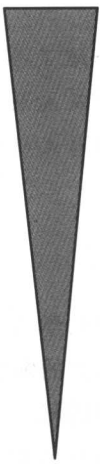
决策程度	参与的形式	外来者的控制程度	当地人的控制程度	说明
	自我动员			村民决定做什么,自己做计划,自己干
	互动参与			外来者和村民共同合作,一起分析情况,一起做计划,外界协助,村民干
	功能性参与			外来者倾听并接受群众的意见。接下来的活动由干部/外来者决定和计划
	被咨询而参与			外来者了解村民的意见后,由外来者作出决策。村民:“项目是政府的事”
	随着激励(物资等)而参与			外来者决定项目内容,并用奖励或惩罚来使村民参加。村民“我无所谓”
	被动参与			外来者决定做什么,村民被告知即将要发生的事,并要求必须这么做。村民:“叫我怎么做,我只好怎么做”

图 1-1 参与的程度示意

考如下标准。

- **参与决策** 当地人是否能够在项目中参与到重要的决策中,是否在项目全过程的各个环节都能够主动介入。
- **承诺责任** 当地人是否能够对项目发展做出自己的贡献,而不只是依赖外来机构的支持,他们是否有足够的动机和动力实施项目。
- **利用知识** 当地人是否能够充分运用自己的本土知识对项目的开展进行规划、提出实施意见;是否能将自己的本土知识运用到健康教育材料的制作、预试验;能否运用自己的本土知识来执行项目活动。
- **控制资源** 当地人能否自己掌握和使用当地社区的资源,使其为发展项目服务。
- **能力建设** 当地人是否具有自我组织、自我教育、自我培训、自我提高的能力;是否能够正确判断并挖掘自身的潜能。
- **分享利益** 当地人是否能够从项目中分享利益,而不只是单方面的投入和参与。
- **权力再分配** 项目的实施能否完善社区相关的政策和规章制度,使当地人获得更多的公平、平等权利。

■ 体制改革 通过项目的实施，能否在当地社区建立起一些正式或非正式的社会、经济、文化、卫生、法制体制，从条件上保证当地人的持续参与。

在实践中，很多类型的参与式活动或项目仅仅是要求当地群众参加某种活动或接受外来人所提供的某种服务。因此，在使用和解释参与一词时，应明确参与的含义，是属于参与的哪一种类型。为了真正达到社会动员、社区赋权的目标，在健康教育与健康促进工作中，研究者应运用各种有效方法，使那些被动的、教导式的、在物质条件驱使下产生的参与转变为积极互动的、自我动员、自我效能的参与。

1.2 什么是参与式研究

参与式研究是一种工具、一种方法论和工作手段，它帮助研究者更直接、客观、准确、深入地了解目标人群关于健康信息与服务的需求，为制定健康教育与健康促进干预计划和实施方案提供依据。它通过一种开放的、群体参与的过程，运用多种定性研究方法，帮助研究者向社区群众学习、与社区群众相互交流和分享他们的生活经验，并和群众一起做出改善社区健康状况的决策和行动计划，最终达到社区赋权的目的。

参与式研究理念基于对当地群众、干预对象的知识、技能和能力的重新认识和公正认识。干预者要给予干预对象充分的尊重。该理念的核心是赋予权利和机会均等，即通过还干预对象的发言权、决策权来培养自信、自尊和社区自我发展的能力。社区参与注重的是过程而不仅仅是结果，其目的是建立社区群众的主人翁意识和公平、公正的管理机制和伙伴关系，在相互尊重、平等磋商、分享经验的基础上，寻找共同利益和兴趣，经过必要的沟通达成社区共识。在相关信息和政策的支持、专业人员的参谋与技术指导下，社区百姓利用自己的传统知识、经验和技能做出社区的最终发展决策。

与非参与式活动相比较，参与式研究有许多独特的优势。

• 参与式研究的项目设计能够保证项目内容符合目标人群的需求，从而为项目开始后，确保社区群众的支持与合作奠定基础。与

项目参与者沟通并共同设计的项目，无论是就实现项目目标而言还是就项目的可持续性而言都具备更大的成功机会。

- 大多数实地工作者希望能够让目标人群来积极参与为目标人群设计的项目，但又往往缺乏这方面的技能。参与式研究活动提供了一系列口头和文图表达手段，来帮助社区参与者估计自身的处境，积极参与项目的设计和实施。

- 参与式的评估为理解特定环境中目标人群的社会关系和社会文化各层面提供了深刻思考的空间。对目标人群来讲，特别适合他们了解和理解人际关系中的性别差异、交际问题以及交往中的其他问题。

- 参与式的评估与研究过程可以使研究者充分吸收目标人群的观念，使目标人群占主导位置。让目标人群自己澄清和分析自己所关心的问题，可以使他们积极参与项目的设计和实施。参与式研究没有先入为主的框框，而是较为开放的一个过程，以通过实际评估的过程来发现问题和重点。

★ [重要提示] 参与式研究的要点

在 20 世纪 70 年代召开的全球参与式研究计划大会上，提出参与式研究的要点包括以下几个方面。

- 问题由社区自己定义、分析及解决；
- 研究项目的受益者应该是社区成员本身；
- 社区成员将积极参加项目的全过程；
- 参与式研究是通过参与式交流的过程实现的，参与者应包含那些没有权势的群体，那些贫困和边缘的人群；
- 参与的过程可利用并扩大自己的资源，并为最终过渡到独立发展提供条件；
- 参与式研究方法是一种社区参与的科学方法，在实施过程中对社会现实提供准确全面的解释；
- 研究人员在研究过程中应该以参与者、协助者和学习者的姿态出现，而非高高在上的专家学者。

1.3 参与式研究的来源与发展

最早提出行动者参与研究 (activist participatory research) 理念

的是巴西的教育学家 P. Freire, 他提出通过对话的方式激发人们的意识和潜能来采取行动 (1948)。现在一般公认英国苏塞克斯大学研究所是参与式研究这一方法的领头者, 那里的学者如罗伯特·查博斯 (Robert Chambers) 则被视为这股新知识与实践潮流的学科带头人。

早期参与式研究主要是在一些发展中国家的农村发展外援项目中作为操作手段得到应用的。许多组织和机构将参与式的理念与方法渗透到其工作的各个领域, 如脱贫致富、水利工程、成人培训与大学教学、机构矛盾的确认与协调、商业经营中不同文化间的沟通等。当然, 参与式研究最广泛应用的领域是农村发展项目的确认、设计、计划、执行、监测与评价。

如今, 以参与式为词头的研究方法的变种已经很多, 如参与计划 (participatory planning); 参与学习行动 (participatory learning and action, PLA); 参与行动研究 (participatory action research, PAR); 参与性监测与评估 (participatory monitoring and evaluation, PME) 等。这些方法都是促进社区发展和社区赋权的有效工具。

其实, 群众参与在中国并不是一个新鲜的名字。早在中国古代儒家教育思想中就渗透着启发和诱导的思想。中国古代教育家孔子《论语·述而》曰: “不愤不启, 不悱不发”。说的是受教育者不达到主观上积极思考, 一心想解决问题而尚未搞通的程度; 不达到聚思未熟, 欲言不畅的程度, 教师是不予指导的。《论语·先进》中记载的孔夫子和学生平等而坐, 畅所欲言, 民主讨论的教育气氛, 体现了参与及赋权的思想。新中国成立以来, 公共卫生领域的大搞群众性爱国卫生运动, 更是强调群众参与。然而, 参与式研究给现代中国带来的内容与实践已大大超出了中国原本对参与这一词汇的理解。

自 20 世纪 90 年代初期, 我国卫生部与联合国儿童基金会等国际组织在《生命知识》传播等合作项目中采取参与式培训方法进行对培训者进行培训 (training of trainer, TOT); 近年来在我国教育系统的“参与式教师培训”、计划生育系统的“青少年生殖健康”等项目中, 参与式研究方法都已经得到了应用。2005 年 7 月, 在青海省乐都县举办参与式研究方法培训班, 则将这一方法在理论上加以提高, 在应用上加以推广, 由单纯的参与式培训与教学, 推广到更广泛领域的参与式社区需求的评估、传播策略的制订及传播材料的制作。

1.3.1 参与式研究产生的背景

在 20 世纪 50~60 年代,一些国际组织和发达国家支持一些发展中国家的城乡社区进行基础设施建设。当时的发展项目主要采用的是自上而下的评估方法,用局外人(专家)的观点和思路来了解和分析社区存在的问题,以局外人所代表的群体的利益来发展当地的社会、经济、文化,而当地群众没有真正地参与到项目的计划、实施和评估中来。到了 20 世纪 70~80 年代,人们开始反思,“为什么穷人在接受援助之后依然贫穷?”由此,开始了参与式研究的思考与实践。

参与式研究的产生和使用是针对包括快速农村评估(rapid rural appraisal, RRA)在内的第三世界发展业内数据收集方法的缺陷而来的。当时的社会发展和开放,特别是发展中国家新的发展期的到来,使得人们对本土知识的价值有了新的认识。人们开始认识到,要使发展项目真正服务于当地社区,使贫困社区真正发展起来,必须尊重当地人自己的需求和愿望,按照他们的思维方式来改善自己的生活。发展和开放要求能获得大量的适用和适时的信息,但以往几十年中,在社会经济方面以大规模量化调查为主的信息获取技术和方法却远不能满足这个要求。

20 世纪 80 年代末,参与式农村评估(participatory rural appraisal, PRA)开始在非洲肯尼亚试验性实施。随后迅速推广到世界各地的发展项目中。参与式方法也被作为艾滋病干预的手段之一,结合其他交流手段在西方和非洲国家得到广泛的运用。在中国推广参与式农村评估方法最早是在 1993 年,国际援助机构开始在西部省区开展小额信贷和参与式扶贫。从 20 世纪 90 年代中期以来参与式已经成为中国扶贫和发展业内的主流方法。

1.3.2 RRA/PRA 基本概念的分

快速农村评估(RRA)技术是在 20 世纪 70 年代末至 80 年代初农村扶贫和发展项目中产生和发展的,是 20 世纪 90 年代以前国际发展领域的主流调查方法。它基于农民对环境及资源利用的知识,通过调查者的观察和访谈,获取和分析与农民有关的生产、经济活动等方面的情况。RRA 是在农村发展项目中的一种外来者认识和了解当地情况的好方法,但它是收集与分析资料、完成报告为主要

目的的调查方法。外来者是调查的主体，当地人仅是被调查的对象。

近些年来在发展中国家进行的一些围绕解决贫穷及自然资源可持续发展的项目，要求外部的调查人员能较深入地了解社区社会经济和社会发展方面的有关信息。这促进了人们对农村发展的社会经济调查的新方法的进一步探索和研究。新的调查方法要能弥补以往传统方法的不足，同时，成本要低，能让外来调查者快速和准确地收集到需要的资料。正是在这种情况下，参与式农村评估（PRA）方法应运而生。

PRA 可以简短描述为一系列定性的、参与式方法的总和，这个方法系列可以使当地社区的居民充分参与和分享他们自己的知识，参与分析他们自己的生活环境和生活条件，并在此基础上进行计划和行动。在大多数情况下，PRA 方法的使用者是社区以外的项目发展工作者，但在有的情况下，当地社区居民也可以自己应用 PRA 方法对社区发展进行计划、分析、实施、监测和评估。PRA 使更多的当地人参与到社区发展的计划过程中，更大程度地主宰自己的生活。

RRA 与 PRA 的区别主要体现在行为与目的方面。RRA 强调快速获取信息，经加工处理后完成调查报告，提出项目建议等，它是一种促进农村发展与管理的调查方法；而 PRA 强调当地人的参与，通过鼓励当地人自己参与调查和分析，帮助他们增强能力，实现当地社区的持续发展（表 1-1）。

表 1-1 RRA/PRA 评估方法的区别

项 目	RRA 评估方法	PRA 评估方法
主要目的	收集资料 外来者学习	使当地人更有能力 共同学习
外来者角色	获取资料	协助者
当地人角色	提供资料	讨论、分析、计划、行动、决策、评估
现场工作	可能很快	需建立关系、互相信任可能要用较长时间
现场活动	口头语言为主	利用图片工具
注重的内容	方法(调查工具)	行为、态度
可能产生的结果	由外来者决策 当地人在后续活动中参与程度有限	当地人与相关机构参与项目计划 项目由当地人主动实施； 当地人与机构一同实施； 机构为当地人实施
最终结果	计划、项目、出版	当地可持续发展

1.4 参与式研究的理论基础

参与式研究是一种工作方法，也是一种面对问题和解决问题的思维方式，其理论基础和基本工具是教育学、人类学、社会学、心理学等多学科在社会实践中的交叉与融合。

1.4.1 参与性研究方法的基础是参与式农村评估

早期的参与性方法中较有影响和代表性的是参与式农村评估(PRA)。随着PRA应用领域的不断扩大，即从最初的仅用于评估，到后来用于项目的计划、执行、监测与评估的整个过程；从仅用于农村到应用于城市；从发展中国家到工业化国家，PRA也被赋予了新的含义。例如，有些参与性方法的实践者把它解释为参与性反思与分析(participatory reflection and analysis)，参与性反思行动(participatory reflection and action)等。

参与性研究工具的出现，在当时是为了促进贫困人群和社会边缘群体参与改善其生活状况的工作。发明这些工具的动力来源于两个信念：一是贫困人群和社会边缘群体是具有知识和实践经验的，他们的知识和经验是有价值的，绝对不应该被视为不相关或错误的、不科学的认识；另一信念是贫困人群和社会边缘群体应对社会资源享有与其他群体平等的权利。

参与式发展的目标包括：

- 公平 即人人享有参与和控制发展决策、发展进程以及发展机会的平等权利；
- 公正 即关怀社会弱势群体；
- 可持续性 即对发展过程和决策的控制，建立拥有意识或主人翁意识。

参与式发展的方法重点定位于人的发展上——对人的尊重。尤其是对社会弱势群体的尊重、基本人权的保障和人的全面发展上。干预对象参加发展项目的全部循环过程，如项目确立、可行性研究、项目设计、实施及项目监测和评估，才能使得他们的需求得到考虑和满足，使受益人尽可能地的发展项目给予自己的贡献和能力，并对项目实施具有主动性和责任感。

总之，参与式发展理论是以对目标群体的赋权和能力建设为核

心，并培育对发展的拥有意识或主人翁意识和以实现发展的可持续性为目标，使发展干预的对象全面参与发展干预的规划、设计、实施或执行、监测和评估的决策过程的一整套发展理论、实践和方法体系。

参与式发展理论的一个重要方面就是使当地群众在他们熟悉的环境中充分地把他们自己具有的知识及技能用到发展活动中去，因为当地人比任何一个外来者都更加熟悉他们自己的发展局限、发展潜力及发展机会，同时，通过长时间的实践磨炼，干预对象可以总结出并掌握解决他们自己所面临问题的一套特有的知识与技能；参与式发展项目也是在帮助项目区群众自我教育、自我培训，这样他们才能更好地衡量评价自己的情况，并把他们自己组织成一个有影响、有力量的组织，这对当地社会的发展、进步具有创造性的推动作用。

在实践中，参与式农村评估（PRA）的重点是制订参与性规划。所有和某件事有关的各方人员（利益相关者）参与到该事件的设计和计划之中，就形成了参与性规划。参与性规划是一种以行动为导向的规划，其意义在于行动。参与性规划并没有一套固定的、适用于所有地区和人群的标准程序。应用者应根据自己的目的和当地的条件决定自己的工作方法和程序。

参与性规划的步骤。

- 第一步，找出所有的利益相关者作为规划的主要参与者。
- 第二步，所有的主要参与者应在一起交流、讨论、计划。可以通过一个计划会议来达到这一目的。
- 第三步，讨论和计划的结果应该以一个联合行动的方案固定下来。

1.4.2 教育学领域的参与式研究

在教育学领域，参与式研究主要是应用在参与式教学。参与式教学是课堂教学的一种形式，其基本特点是重视学生学习中的主体性和主动性。在参与式教学中，学生围绕某一专题，自己查阅文献、综合分析和讨论，使学生的主体性得到很好的体现，主动性明显提高，很多模糊的概念和原理也得以理解，学习效率也得到提高。在此过程中，不仅注重对学生传授知识，而且也注重学生的体验探究