

田国秀 / 主 编
李冬卉 / 副主编

抗逆力研究

运用于学校与
青少年社会工作

R
esilience
Research

Applied in School and Adolescence Social Work



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

田国秀 / 主 编
李冬卉 / 副主编

抗逆力研究

运用于学校与
青少年社会工作

Resilience
Research

Applied in School and Adolescence Social Work



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

图书在版编目(CIP)数据

抗逆力研究：运用于学校与青少年社会工作 /
田国秀主编. —北京：社会科学文献出版社，2013. 10
ISBN 978 - 7 - 5097 - 5118 - 3

I. ①抗… II. ①田… III. ①青少年心理学 - 研究
IV. ①B844. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 229254 号



抗逆力研究：运用于学校与青少年社会工作

主 编 / 田国秀
副 主 编 / 李 立

出 版 人 / 谢寿光
出 版 者 / 社会科学文献出版社
地 址 / 北京市西城区北三环中路甲 29 号院 3 号楼华龙大厦
邮政编码 / 100029

责任部门 / 近代史编辑室 (010) 59367256
电子信箱 / jxd@ssap.cn
项目统筹 / 宋荣欣
经 销 / 社会科学文献出版社营销中心 (010) 59367081 59367089
读者服务 / 读者服务中心 (010) 59367028

责任编辑 / 赵 薇
责任校对 / 白秀红
责任印制 / 岳 阳

印 装 / 三河市尚艺印装有限公司
开 本 / 787mm × 1092mm 1/20
版 次 / 2013 年 10 月第 1 版
印 次 / 2013 年 10 月第 1 次印刷
书 号 / ISBN 978 - 7 - 5097 - 5118 - 3
定 价 / 59.00 元

印 张 / 17.6
字 数 / 316 千字

本书如有破损、缺页、装订错误，请与本社读者服务中心联系更换

▲ 版权所有 翻印必究

前 言

20 世纪 50 年代以来，一些北美心理学家（Anthony、Werner、Rutter、Patterson 等）研究发现，很多出自父母精神异常家庭的儿童和青少年，并不像早期研究所说的那样，会出现精神问题或成长障碍，他们仍然保持了健康的情绪和生活适应能力，表现出较高的免疫力和成长胜任力，他们被称为“适应良好的儿童”（invulnerable child）。六七十年代，伴随着积极心理学思潮的广泛传播，越来越多的研究者开始关注个体心理发展的积极面。相对于早期心理学更多探索心理问题的根源，侧重于矫正与治疗的实践取向，积极心理学热衷于在心理问题之中挖掘案主仍然能够顽强生存、不甘放弃的力量，重心转移到对力量、生命力、优势资源的关注。研究发现，有些生活在高危（at high risk）环境中的儿童和青少年具有良好的适应性和抗压能力，不但没有被危机和挫折压垮，反而能够自我调整、克服危机、积极发展。这种抵御逆境、抗击压力的能力受到众多研究者的青睐，逐渐成为一个相对独立的研究领域，学者们称其为抗逆力（resilience）。

抗逆力是一种能力。“抗逆力的核心因素在于复原，即重新回到压力事件之前所具有的适应的、胜任的行为模式的能力。”^① 抗逆力是个体所具有的抗御困境并恢复正常适应的能力，是一种在生命的各个发展阶段能以不同行为表现出的促进并修补健康的能力。

20 世纪 80 年代末，中国心理学者开始接触积极心理学及与之相伴的抗逆力研究，将国外研究的最新成果、最新发现向国内推

① N. Garmezy, "Children in Poverty: Resilience Despite Risk," *Psychiatry* 56 (1): 127 - 136.

介。90年代初，作为社会学与心理学交叉学科的社会工作专业在中国大地播撒开来。社会工作是一门特别重视实践的学问，不仅追踪着社会学、心理学日新月异的理论更新，更热衷于将理论创新应用于社会服务，应用于扶危济困。扶危济困的目的在于使案主恢复社会功能，实现社会价值，达成人生理想，其中蕴含着明显的积极心理学理念。从案主自身挖掘生命潜能，激活案主顽强不屈的生命动力，将社会工作的重点从关注案主的问题转向发掘案主的优势与资源，正是当代社会工作变革与创新的方向所在。

本书的作者是一群积极投身于社会工作理论与实践探索的社会工作者，多年耕耘在青少年社会工作、学校社会工作领域。青少年富有朝气，不甘寂寞，勇于超前，肯于行动。置身于社会急剧转型的历史阶段，青少年在探索、尝试的同时，不免遇到复杂多变、困惑难解的社会挑战，导致认同纠结、内心焦虑、自我困扰、关系多变，形形色色的心理问题、异常行为、情感障碍、关系扭曲令社会深感忧虑。作为富有责任感的社会工作者，如何帮助青少年走出困境，如何准确把握当代青少年的心理特点，如何采用富有实效性的社会工作方法，如何陪伴青少年破茧成蝶、顺利成长，这些都是我们无法回避的课题，也是我们必须予以突破的障碍。

带着探索与创造的热情，我们研究团队长期深入学校与街头，亲密接触青少年，倾听青少年的心声，了解青少年的困惑，理解青少年的言行，建立建设性的社会工作关系。以积极心理学、抗逆力为理论视角，坚持优势取向的社会工作实践，将理论探索的发现与提炼用于解释和帮助青少年，并在陪伴与帮助的同时仔细思考理论的可行性与局限性，探查西方理论与中国文化的吻合与差异，提炼并总结富有本土特色的理论解构，梳理并开发适合中国青少年的社会工作模式。

我们在此呈现给读者的是一组论文，既有对西方理论的推介与研究，也有基于本土实践的学术思考，还有源自于社会工作实务的操作总结。全书分为三部分，第一部分侧重于理论梳理，我们选取了5篇国外作者的文章，他们分别来自英国、加拿大和美

国，都是抗逆力研究领域的著名学者，一直追踪着抗逆力研究的最新动向。Michael Rutter 的《抗逆力：构成因果关系的途径与社会生态学》一文探讨了社会生态学在抗逆力研究中的启示与应用，从社会建构论角度突出强调了抗逆力是一个生态性存在，剥离案主的生态环境，不可能对抗逆力做出富有解释力的说明。Donna M. Mertens 的《青少年抗逆力研究及其范式变革》从研究范式的角度，说明抗逆力研究既是基于人文社会科学研究范式的变革，又推动了青少年研究的范式革命，两者的统一带来的是“青少年观”的创新。Linda Liebenberg 和 Michael Ungar 的《抗逆力研究中存在的挑战》一文梳理了抗逆力研究的脉络与进展，明确表明抗逆力研究面对诸多挑战，突破这些挑战才能够推动抗逆力研究不断创新，才能赢得更多的社会认可，最重要的是才能对社会实践具有价值。Michael Ungar 的《一个采用混合方法研究抗逆力的计划：抗逆力途径项目》一文呈现了一个完整的研究设计，表明加拿大学者正在采用定量研究与质性研究交叉混合的方法探究青少年抗逆力问题，研究方法方面的突破是推进抗逆力研究走向深化的重要思路。与之一脉相承的是 Linda Liebenberg 的《图像方法在青少年抗逆力研究中的应用》一文，介绍了一种具体、新颖的研究方法——图像法，是现代科技进步为学术研究创造的机会，能够带来理论研究的突破。此外，4 篇文章都是我们团队成员对西方理论的介绍与深化。

第二部分辑录的是一组将抗逆力理论与学校社会工作结合的文章，分别关注学校社会工作的不同侧面。其中，有 5 篇文章探讨针对处境不利学生的介入，涉及关系困境学生、学习困境学生、情绪困境学生、行为问题学生以及学习压力问题。有 2 篇文章介绍了针对工读学校教师的抗逆力开发，其立足点在于，富有抗逆力的教师才能培养出富有抗逆力的学生。另有 4 篇文章聚焦的是抗逆力与学校相关教育的结合，比如个案工作与小组工作中如何融入抗逆力手法，优势视角在社会工作实务中的实施，学校心理健康教育对抗逆力视角的借鉴等。此外，还结合地震灾区的特殊时刻，探讨了抗逆力方法对特殊情况的介入。

第三部分辑录的是一组抗逆力应用于青少年社会工作领域的文章。社会工作的场域超出了学校范围，触及家庭、网吧、管教场所和工厂。涉及的层面有：赌博成瘾的青少年、网络成瘾的青少年、单亲家庭的青少年、贫困家庭的青少年、矛盾家庭的青少年、犯罪边缘的青少年以及打工青少年。

总之，我们的探索刚刚开始。

书中有不少地方存在不足，理论挖掘有待深入，实务总结还需精致，本土化探索任重道远。期待与读者共同努力，不断创新。

田国秀

2013 年 8 月

目 录

第一模块 抗逆力的理论探究

抗逆力：构成因果关系的途径与社会生态学

..... Michael Rutter 著 张 妮 邱文静 译 / 3

抗逆力理论的缘起与核心观点..... 曾 静 / 16

青少年抗逆力研究及其范式变革

..... Donna M. Mertens 著 韩 玥 译 / 25

图像方法在青少年抗逆力研究中的应用

..... Linda Liebenberg 著 邱文静 周宇红 译 / 43

一个采用混合方法研究抗逆力的计划：抗逆力途径项目

..... Michael Ungar 著 祝 寅 胡 蝶 译 / 64

当代西方五种抗逆力模型比较研究

..... 田国秀 邱文静 张 妮 / 85

抗逆力研究中存在的挑战

..... Linda Liebenberg & Michael Ungar 著

于 琨 译 胡 蝶 周宇宏 校 / 101

抗逆力研究及对我国学校心理健康教育的启示 田国秀 / 119

社会工作实践中的优势视角与抗逆力 汤小清 / 128

第二模块 抗逆力与学校社会工作

浅析我国本土化学校社会工作的探索 谢 苕 莎 / 141

两种学校团体辅导模式的整合探索

——基于布迪厄场域、惯习理论的思考

..... 田国秀 李冬卉 / 149

从“关注问题”到“关注优势”

——学校心理健康教育的视角转换 田国秀 / 159

社会工作方法对关系困境学生的干预初探

..... 田国秀 景 雪 / 167

提升工读学校教师抗逆力之效能感的探索

陈玉娜 / 176

优势视角在教师归属感培训中的运用

——以工读学校教师为例

景 雪 / 183

抗逆力视角下对地震灾区青少年的成长干预研究

..... 田国秀 蒋剑玫 / 189

优势取向的学校社会工作辅导路径探析

——对学习困境中学生实务介入的个案研究

..... 田国秀 侯 童 / 201

困境中学生情绪问题及管理策略初探

陈玉娜 / 211

抗逆力视角下优等生心理压力干预策略探究

——基于 HZ 中学一个个案的跟踪分析

祝 寅 / 220

学习处境不利学生日常抵抗行为的意义解读

——基于抵制力理论的探讨

景 雪 / 235

学习困境学生：优势视角的解读和干预

侯 童 / 249

第三模块 抗逆力与青少年社会工作

抗逆力重构过程中非正式支持因素运作机制浅析

——以四位青年合同工的经历为例

陈 盈 / 263

从抗逆力视角对“问题青少年”实施干预

田国秀 / 271

建构高危青少年的抗逆力叙事

..... Michael Ungar 著 田国秀 朱 笋 杨莉锋 编译 / 282

抗逆力方法介入网络成瘾青少年的转化

曾 静 / 294

中学生抗逆力表现的过渡层次及其分析

——基于 50 例访谈个案的研究

李宏鹤 / 305

抗逆力视角下家庭面对青少年“问题行为”的应对策略

..... 邱文静 田国秀 / 317

浅论单亲家庭青少年抗逆力的建构

张方园 / 327

建立抗逆力对抗赌博成瘾

——香港预防青少年参与赌博的尝试 ... 李焯仁 田国秀 / 335

第一模块



抗逆力的理论探究



抗逆力：构成因果关系的 途径与社会生态学

Michael Rutter 著 张妮 邱文静 译

近年来，在相关研究领域出现了一个明显的趋势，临床医生和决策者们将关注重心从风险性转向了抗逆力。^① 这一转变，部分动机是希望强调积极性，而不要总是关注适应不良和精神病理学。其目的在于促进成功而不是回避失败。影响这一转变的理论基础是积极心理学，它对转变的原因做出了清楚和明确的阐释。^②

在英国，Layard^③ 的“幸福”议程（行为治疗理论）研究是代表上述转变的重要例子。我们需要说明以下几点。第一，它比较符合“风险”模式，焦点集中在积极心理而不是消极心理，二者是不同的。当然，这也是一种重新标签化。家庭平衡的保护性结果是这一研究的焦点，不再将风险和家庭冲突链接在一起进行研究。幸福是我们应该研究的，关注点不能仅是开展抑郁调查。此例说明，研究取向的转变是实实在在的，不只是语义上的，前提是我们能够证明培养积极品质的意义不只是避免诱发性的负面结果，积极品质产生的影响也不仅是减少或消除消极（易感性/致病性）后果的出现。到目前为止，这样的例子还不多，这可能导致一种现实风险的出现，即对表现为共性的、隐私的严重心理障碍的疏忽或乐观。

① S. Mohaupt, "Review Article: Resilience and Social Exclusion in Cambridge Journals," *Social Policy and Society* 8: 1 (2008): 63-71.

② M. E. P. Seligman & M. Csikszentmihalyi, "Positive Psychology: An Introduction," *American Psychology* 55 (2000): 5-14.

③ R. Layard, *Happiness: The Penguin* (New York, 2005).

第二，很多人会想，与有心理障碍的人相比，没有心理障碍的人会更快乐吗？这是与“积极心理健康”密切相关的经验论、方法论问题。^① 还有，我们如何区分享乐主义的娱乐事件、兴奋剂事件与出色完成工作之后的满足感？令 Berlusconi 困惑的问题是，年轻少女和应召女郎（提供性服务的少女）也能被认为拥有积极的心理特质吗？还有，像布什和布莱尔在虐囚、入侵伊拉克等事件上近似于同谋般的做法，我们又该如何看待呢？这属于在特定环境下被谴责的积极心理品质吗？

第三是关于心理和社会能力的概念。^② 为了便于研究，需要进行量化，但面临着三个明显的限制。首先，它假定对非压力人群和压力人群产生的结果是一样的。这种结果必须通过检验而非假设才能得到。其次，互动的结果是解释性的，这种解释基于风险和保护性因素之间的制衡，换句话说，这个概念的基础是人们理解风险的传统。再次，它假设所有个体对同样程度的压力以同样的方式做出反应。

从本质上说，抗逆力现象不同于积极心理学和能力视角的概念，它的出发点不是自然主义和经验主义。关于人类和其他动物的普遍研究发现：个体对于风险环境的反应存在着巨大差异，包括身体的和心理的。

有人认为，对于差异性因果关系的系统调查，不仅有利于人们理解不同个体对特定风险产生的不同反应，还能帮助人们理解多样的反应过程。正如我们将看到的，这个概念必然带来一些差异。

一 抗逆力的定义

人们普遍将抗逆力定义为对环境中风险因素的抵抗，或者是

① M. Jahoda, *Current Concepts of Positive Mental Health* (New York: Basic Books, 1959) .

② A. S. Masten, et al., "Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence," *Development and Psychopathology* 11 (1999): 143 - 169.

对压力和逆境的克服，以及即使面对风险还有一个相对好的结果。^① 换句话说，它是一个互动的概念，抗逆力的存在必须从个体的变化这一结果中推断出来，个体需要经历重大的压力或逆境。抗逆力的推断需要一种展示，它的影响不仅体现为压力和逆境中产生的结果。需要注意的是，抗逆力不能作为可以直接测量的现象，它具有结果开放性的特点。

这是否意味着可以减少统计学上相关结果的发现？

统计学上的相关性需要在不同变量间进行而不是单一变量。其意义在于一些环境风险是全民性的，比如，在疟疾流行地区，每个人都受到大致相同的风险。然而，一些人具有较强的抵抗力，很多人却没有。这不是通过统计学的相关分析就能测量的，因为对疟疾的接触几乎没有差异性。同样情况也适用于发生在英国的甘草热，每个人都或多或少在春季对花粉有同样的接触，但一些人能抵抗花粉症（甘草热），而另外一些人则不行。尽管这不是统计学的结果，却是生物基因环境的交互作用。

抗逆力是对成功应对危机事件的另一种表述吗？

一方面，抗逆力和应对能力是紧密联系的概念。不像大多数风险研究，抗逆力的研究重点是关注积极过程，而不是静态特质。另一方面，两者确实不同，应对能力指的是个体的特征，意味着一些公开的行动。应对能力是抗逆力的重要组成部分但不是全部，不过它淡化了对社会背景和社会影响的考察。抗逆力和应对能力作为两种力量都是不可忽视的。

关注应对能力的抗逆力，在时间和空间上有更多的持续性吗？

持续程度是可以预期的，它以个体特质作为基础。以往对气质和个性的纵向研究显示个体特质具有中度的持续性^②。此外，社

① M. Rutter, "Implications of resilience concepts for scientific understanding," *Annals of the New York Academy of Sciences* 1094 (2006): 1-12.

② A. Caspi & R. L. Shiner, "Temperament and personality," in M. Rutter, D. Bishop, D. Pine, S. Scott, J. S. Stevenson, E. Taylor & A. Thapar eds., *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry*, 5th ed. (Oxford: Wiley-Blackwell Publishing, 2008), pp. 182-194.

会背景或生活情境的改变，会对抗逆力产生影响。实证研究（下面会进行讨论）表明，遗传基因对处于同水平风险环境（儿童虐待）中的个体的脆弱性具有影响，这一点不同于已有研究所关注的抑郁症或反社会行为的表现。出于这一原因，面对传染病、癌症、心脏病、虐待等危机挑战的抗逆力，得出同样的机制是不合理的。

面对相同的风险和结果，抗逆力可以简化为单一因素吗？

抗逆力不能被简化，因为抗逆力需要通过对压力、逆境和后果的抵抗展示自己的特性。这一过程中，个体面对糟糕境遇有可能激活自身的能力，有时是成功的，有时是不成功的，两种不同的结果包含着同样的因果过程。

抗逆力可以被归纳为“生命”关键点吗？

不能把抗逆力仅仅当作某个事件作用于某个单独时间点的过程。因为抗逆力可能缘于风险事件之间的一些因素，也可能缘于经验中的行为表现，或者缘于事件发生多年后某些恢复的环境因素。生命视角是必要的，抗逆力最好被看作一个动态的过程而非单一事件的发生。

抗逆力只是一个假想的新名称吗？是对风险、保护等传统概念的重新标识吗？

答案是否定的，因为二者在出发点和基本假设上是不同的。关于风险和保护假设认为：预测群体存在差异，但所有个体的反应基本上是相同的。为此，因果关系存在于平衡状态之中并变得明显。个体的风险因素和保护因素，也适用于解释群体状态。

相比而言，抗逆力的开端基于这样的假设：由于同一程度的压力和逆境会存在结果上的差异，因此，分析的焦点是差异所带来的一系列可能性结果。我们期望的答案是个体差异决定丰富多彩的结果，或者说我们希望这些发现的结果能更加普遍地运用于因果关系之中。

这是否意味着我们应当放弃对危险和保护因素的研究只专注于抗逆力的研究？

当然不是！因为抗逆力研究的完整方式必然伴随着对风险因

素和保护因素进行认真、严格的量化。出于方法论的要求，大部分的风险具有真实性，且已经被明确和量化，目标是在此标准下对结果的差异性进行验证。需要补充的是，个体差异的比较确实能够反映风险因素和保护因素之间的平衡关系。另外，抗逆力概念需要增加一个额外的、至关重要的因素，即研究应该确定风险源于真实环境的变化。抗逆力概念同样适用于基因遗传性风险，只不过研究重点是环境性危害。

抗逆力概念基本应用于个人，是否存在抗逆力社区？

虽然可能有抗逆力社区（将举例讨论）存在，但是很难知道抗逆力社区的结果以什么作为参考指标。以社区的水平进行结果的概念化是可以使用的方式，但是抗逆力仍然被看作是通过个体结果提炼指标比较合适，我们赞同这一观点。

二 “钢性”效果

考虑到心理学学科概念的特点，注意力需要放在“钢性”效果这一点上——指个体通过经历挑战、压力、逆境而有实际能力的增强。从概念上讲，需要认识到应对挑战是个体发展的常规现象。生物学角度认为，通过避免环境中的风险来养育儿童是毫无意义的。抵御传染病的医学案例是这方面的最佳说明。身体健康不是通过避免与所有传染源的接触来实现的，相反，它是通过面对污染时我们能够成功应对（自然免疫力获得）培育起来的；或者通过免疫化，即通过控制病原体剂量的用药（从而引起诱导免疫/人工免疫）。

关键是如何有效应用心理压力。我们以经历过跳伞的人的身体适应性作为示例。^① 新手肯定表现出惊奇，他们在跳之前显示出较高的、活跃的兴奋度。与此相反的是有经验的跳伞者在跳之前表现出多样的、适应性的身体反应。这个过程中虽然没有典型的

① H. Ursin, E. Badde & S. Levins, *Psychobiology of Stress: A Study of Coping Men* (New York: Academic Press, 1978) .

社会环境影响，但明显的保护性因素是，他是作为成功“专家”群体的一分子而存在的。

第二个环境影响的案例是，越南战争中极端危险条件下战斗的士兵表现出高昂的士气，他们在残酷的环境中担负着极为重要的任务，并以此为荣。^① 这种情况下，虽然没有实验测试，但有理由认为他们对艰难、危险带来的压力具有抵抗力，这缘于这一社会群体的特殊性。

另一个颇为不同的例子来源于在 20 世纪 20 年代和 30 年代经历过经济大萧条的一组人群。^② 相关调查显示，经历过逆境的青少年会变得有能力，不过对年幼的儿童效果不佳。有学者对此提出的解释是，较为成熟和经验丰富的个体能更好地承担新的社会责任，成功的体验使他们更具抗逆力。

早期研究发现，有过与父母分离经验的儿童（例如和祖父母居住或者和一些朋友一起“过夜”）能更好地应对进入机构带来的压力。^③ 当然，除了分离之外，进入机构面临多重压力。成长中的社会信心、由成功经验中生成的自我效能感，也是培养抗逆力的重要因素。

还有一个例子也提供了佐证，小组抚养是慈善照管机构提供了一种养育方式，有过此类经历的女生在学校的表现比较成功（不仅在学业上，而且包括责任义务、运动、音乐等方面），与大多数接受慈善机构抚养的孩子相比，她们表现出较好的自我控制感。^④

还有两点需要强调，其一，研究结果在解释相关影响因素时

① P. G. Bourne, W. M. Coli & W. E. Dattel, "Affect Levels in 10 Special Forces 'A' Team Members under Threat of Attack," *Psychological Reports*, 22 (1968): 363 - 366.

② G. H. Elder, *Children of the Great Depression* (Chicago: University of Chicago Press, 1974) .

③ M. Stacey, et al. *Hospitals, Children and Their Families: The Report of a Pilot Study* (London: Routledge & Kegan Paul, 1970) .

④ D. Quinton & M. Rutter, *Parenting Breakdown: The Making and Breaking of Inter-generational Links* (Avebury: Aldershot, 1988) .