

成果公报

课题名称：北京市流动儿童心理健康需求与心理干预研究

课题批准号：AFA10146

课题类别：重点课题

研究领域：医学心理学与青少年心理健康

课题负责人：张曼华 教授 首都医科大学

主要成员：张曼华 张巧玲 杨凤池 张辉 李文咏 宋珺 来源 刘婷 马妮娜 曾佳

北京市教育科学规划课题成果公报

一、内容与方法

1、研究内容

近年来，我国流动人口持续保持强劲的增长势头，在流动人口规模不断增大的同时，流动儿童的数量也在不断增加。北京是我国跨省流动人口的集聚中心之一，相应的也就是流动儿童相对集中的地区。本研究内容主要着眼于了解北京市流动儿童的心理健康状况，分析该人群对心理健康服务的需求，并在此基础上制定心理干预方案，建立可持续发展的心理干预模式，在实施方案的过程中，对干预的内容和结果进行评估和质性研究，探索可能包含的规律和原则。

研究内容主要有：

1) 采用定量调查的方式，从流动儿童的整体心理健康评定、心理韧性、社会支持、自尊和父母养育方式几个方面，全面了解流动儿童的心理健康状况。

2) 采用定性访谈的方式，结合定量调查得到的结果，分析流动儿童心理健康的服务需求。

3) 根据调查和分析的结果，结合学校实际情况和实践经验，制定流动儿童的团体心理辅导干预方案。

4) 根据方案进行团体心理支持和干预，改善流动儿童心理健康状况，提高其心理健康水平。

5) 运用定量研究前后测量和过后随访的方法探讨适合流动儿童这一群体的心理干预辅导方案和模式，促进心理支持模式的推广和应用。

2、研究方法

纵观以往对流动儿童心理健康方面的研究，使用的方法仍是问卷法和访谈法占绝大多数，采用实验干预法进行问题解决的方法研究非常少。尝试实施相应的心理干预方案，并对方案的实施过程和效果进行评估和研究，就显得十分有必要。

本研究拟采用定量研究与定性研究相结合的方法了解北京市流动儿童心理健康状况与需求现状，并考察团体心理辅导对流动儿童的心理状况总体水平的影响、对影响流动儿童心理健康的各种内外因素的具体作用以及在学校对流动儿童开展团体心理辅导的特殊性和适用性。

(1) 量化研究——问卷测量

本研究采用了6个心理量表和1个自编社会人口学资料表,对流动儿童心理健康状况进行基线前测,量表分别为:

1) 中学生心理健康评定量表

采用王极盛编制的中学生心理健康评定量表,包含十个因子:强迫、偏执、敌对、人际关系紧张敏感、抑郁、焦虑、学习压力感、情绪不稳定、心理不平衡。

2) 青少年心理韧性量表

采用胡月琴和甘怡群编制的青少年心理韧性量表,分为目标专注、人际协助、家庭支持、情绪控制和积极认知五个维度。

3) 青少年社会支持量表

采用叶悦妹、戴晓阳编制的青少年社会支持量表,分为主观支持、客观支持和支持利用度三个维度。

4) 父母养育方式量评价量表

由瑞典 Umea 大学精神医学系 C. Perris 等人共同编制的父母养育方式评价量表。父亲分为情感温暖理解(F1)、惩罚严厉(F2)、过分干涉(F3)、偏爱被试(F4)、拒绝否认(F5)和过度保护(F6)六种方式,母亲分为情感温暖理解(M1)、惩罚严厉(M2)、过分干涉和保护(M3)、偏爱被试(M4)和拒绝否认(M5)五种方式。如果被试某个因子项的得分高于常模平均数,那么该被试就表现出对应的教养方式。

5) Rosenberg 自尊量表:该量表由10个条目组成,是目前我国心理学界使用最多的自尊测量工具,具有良好的信效度。

在评价团体心理辅导对北京市流动儿童心理状况影响效果时,本研究还使用了团体成员主观评估量表,让成员评价自己参加团体以来的改变。

(2) 质性研究——半结构式访谈

在研究流动儿童心理健康需求时,本研究运用访谈法,在合作的流动儿童中学随机抽取访谈了三名班主任老师、学校心理老师、德育处主任和十名学生。根据研究者日常对流动儿童的了解,结合该中学领导和老师的建议,分别编制了对学生用的和对老师用的半结构式访谈提纲,并参考樊富珉《团体心理咨询》一书编制的团体过程记录表和领导者与成员过程细节记录表。

(3) 团体心理干预及督导

设计为期6次的结构式团体心理干预方案,每隔两周对前两次的活动进行一次督导。使用上述的部分心理量表,对流动儿童心理健康团体干预组进行前后测,检验团体心理干预及督导的成果。并且在干预过程中设置观察员,做过程评估和记录;在取得当事人

同意后，活动过程用摄像机拍摄记录。用以留下后期分析的资料。

二、结论与对策

1、流动儿童心理健康状况分析

(1) 总体情况

从中学生心理健康评定量表的结果可以发现，流动儿童的总体心理健康水平并没有处在一个良好的状态中，强迫现象、情绪不稳定、学习压力、焦虑、人际关系紧张五个问题最为突出，其中以强迫现象的均分最高。观察学习理论认为，个体借助于强迫观念的一些活动可以帮助减少焦虑，每当发生焦虑的时候，采用强迫的方式，个体的焦虑便得到了缓解，这种结果强化了个人的强迫。并且，因为这种有用的方法，成功地驱除了个体的获得性内驱力（焦虑），因而逐渐地稳定下来，成为习得性行为的一部分。因此弥漫在流动儿童中的强迫、情绪不稳定、焦虑等现象，很可能是失序、波动的生活环境以及没有安全感、对生活环境不可控的预期造成的。

(2) 性别差异

女生的总分显著高于男生，并且在强迫、敌对、人际关系紧张与敏感、抑郁和焦虑这五个因子上得分显著高于男生，一方面，这可能由于这个年龄段，女生青春期早于男生到来，女生在生理上发生着剧变，但心理的发展速度暂时无法跟上生理的发展，这种不平衡导致女生内心容易产生更多的冲突；另一方面，研究者在后期对流动儿童学校老师的访谈中了解到，在许多流动儿童家长的价值观中依然存在着重男轻女的现象，家长会把更多的精力和资源投入给男孩，女孩可能更受忽视，被要求分担更多的家庭琐事，很可能由于家长的这种价值观，而导致女孩内心承受着更大的压力，引发更多的情绪问题。

流动儿童在社会支持的总分、主观支持和客观支持的维度上，具有显著的性别差异，女生得分要高于男生，Kessler 等人认为在社会支持上存在着性别差异，更多的社会联系被发现对女性更有价值，她们能从社会支持上获得更多的益处。女孩可以知觉到更多来自朋友的支持。心理韧性方面，男生在情绪控制这一维度得分显著高于女生，这可能与社会对男女性格的传统看法有关，认为男性更应该压抑和控制情绪，情绪失控是脆弱的表现，女性在情绪的表达上则被认为可以更生动、更自由。

(3) 年级差异

而在年级的差异上，可以发现几乎所有因子的问题会随着年级的升高而有所缓解，这可能是由于儿童随着自身的成长和成熟以及对周围环境的熟悉和适应，内心的稳定感得到增强，认知水平得到提高，人际关系得到扩展。青少年社会支持量表的结果也反映了这个现象，初一的得分显著低于初三，尽管初二与初三没有显著性差异，但从得分的总体趋势可以发现，无论是总分还是维度分，都有随着年级的升高而升高的趋势。

(4) 与本地儿童的差异

无论是在中学生心理健康评定量表中，还是在青少年心理韧性和社会支持的量表中，都发现流动儿童与本地儿童的得分有显著差异，流动儿童的心理健康状况不如本地儿童。

究其原因，第一，物质生活条件相对匮乏。流动儿童的家庭收入相对较低，生活环境也相对较差，而且不稳定。有调查发现，40%的农民工子女对现在居住的小区不满意，48%的农民工子女对自己父母的职业表示不满意。流动儿童对自己生活环境和条件的不认可，必然给他们带来强烈的心理负担，从而影响他们的心理健康水平。

第二，父母“力所不能及”。父母家庭的影响是儿童能否健康成长的极为关键的一个环节，流动儿童的父母通常必须因为工作而到处奔波忙碌，能与孩子交流沟通的时间少，孩子在成长过程中总是无法及时获得父母的反馈，而且流动儿童的父母文化水平通常相对偏低，能给孩子提供的助力也有限。从表7中也可以发现，流动儿童的父母养育方式明显缺少情感温暖，更多的是拒绝否认，而本地儿童的父母则相反。

第三，社会刻板效应和“预言的自我实现”。社会普遍认为流动儿童必然出现这样或那样的问题，流动儿童的心理发展必然比不过本地儿童，于是大家便会把注意力和重心放在寻找问题上，而流动儿童可能拥有的优点则被忽视；“预言的自我实现”也是如此，当流动儿童周围的舆论都在关注他们可能存在的问题和各种消极方面时，即等于他们处于一个消极的信息环境中，这会导致他们潜意识也认可了这种信息环境，最终他们便放弃了扭转情况的努力，真的出现了社会所预期的各种问题。

2、流动儿童心理需求分析访谈结果

(1) 学生的访谈结果

从学生的角度最终形成了五个主题：

1) 关于老家的生活感受。大家集中表达了一个主题，因为对老家的熟悉而拥有各种生活人际上的便利。

2) 关于目前生活环境的感受。可以概括为对宏观环境上的积极感受和消极感受、对微观环境上的积极感受和消极感受，对宏观环境的积极感受集中在认为北京发达、繁荣、文明、整体素质高，消极感受集中在忙碌、交通拥堵、环境陌生而复杂，对微观环境的积极感受集中在认为学校周围环境比较清幽、学校比较热闹、温暖，老师普遍比较疼爱他们、负责有耐心，消极感受集中在周围一些同学个人的行为素质不够好，有打架、不讲个人卫生等问题，课余时间太短，讨厌做家务，感觉父母太辛苦太劳累这几方面。

3) 认为需要提高或改善的方面。可分为与心理有直接关系的方面和其他方面，其中与心理有直接关系的方面覆盖率远大于其他方面，集中概括后表现在认为需要提升人际沟通的能力、自我管理的能力，其次是需要获得学习上的进步。

4) 如何看待在学校开设心理课程或心理相关活动。主要有三方面的认知：认为学校应该开设相关服务；认为大家都需要心理方面的知识；认为部分同学才有这方面的需要。

5) 对未来目标或方向的思考。可分为“理想派”和“现实派”，“理想派”倾向描述将来的理想职业和生活，“现实派”集中表达了要回老家参加中高考、将来考大学的意愿，或者留在北京学一技之长以便将来谋生。

(2) 教师及德育处主任的访谈结果

最终形成了三个主题：

1) 工作中的困难和压力。主要可分为来自家长方面的和来自学生方面的。家长方面主要是由于与家长沟通协作不良、与家长在思想方式上的不同、家长对孩子在学校的表现不重视；学生方面，教师认为最有压力的是在提高学习成绩、培养他们的学习习惯、与学生沟通有隔阂感。

2) 认为需要改善或提高的方面。可分为能主观努力的方面和被动的方面，能努力的方面主要认为需要提高学生的自我管理能力、挫折应对能力，需要提高人际沟通和交往能力，需要提高学习动机；被动的方面主要有认为这里的学生们需要外界更多的帮助，他们的家庭环境太不如人意，家长自身的局限影响着孩子对自己的要求，学生在日常的生活学习中得不到家长足够的反馈。

3) 如何看待在学校开设心理课程或心理相关活动。积极的看法是认为很有必要，是对日常教学工作的补充，可减轻日常教学工作的压力，与学生的学习成绩的提高有重要关系；消极的看法是课时不够，无法匀出额外的时间给心理教学，而且缺人力物力，提供心理服务的场所和设备欠缺，心理老师也必须担负任教的职责，精力有限。

3、团体辅导对流动儿童的影响结果

本研究将研究对象使用一系列心理量表进行前后测的数据加以分析，将研究对象干预前后的两组数据一一对应，算出干预组在干预前后的得分差值与对照组在干预前后的得分差值，将两组差值进行 t 检验。

结果发现与对照组相比，干预组在中学生心理健康评定量表的症状总均分上有了显著降低，具体表现在敌对、适应不良和情绪不稳定 3 个因子的分数显著降低。根据青少年心理韧性量表干预前后的差值比较可得知，干预组在青少年心理韧性总分的差值上有了非常显著提高，具体表现在目标专注和积极认知两个因子得分的显著提高，而人际协助、家庭支持和情绪控制 3 个因子没有发生显著变化。在青少年社会支持量表中，干预组在总分，以及主观支持和客观支持的因子上均有显著性提高，支持利用度的提高没有达到显著性水平，但非常接近，可见团体心理辅导在提高目标人群对社会支持的感受度方面具有显著的效果。但研究发现，干预并没有对 Rosenberg 自尊量表所测的自尊带来显著影响，干预组的得分在干预前后没有发生显著的变化。

三、成果与影响

1、对流动儿童及其教师的访谈成果

在访谈内容的分析中发现，学生“关于目前生活环境的感受”，对宏观环境的积极感受要多于消极感受，但在微观环境上消极感受要多于积极感受。而教师们也在访谈中反复提到，由于这里的孩子们父母工作的繁忙、工作地点的波动以及自身文化水平的有限，他们能得到的来自于父母的助力远远不够，家庭、学校、亲子关系等等这些微系统环境的不如人意，以及微系统之间的摩擦、沟通不良，使得目标人群适应能力的提升，成为首当其冲的问题。近年来学界内经常关注的“心理弹性”——一个体从消极经历中恢复过来，并且灵活地适应外界多变环境的能力——也许正是能帮助流动儿童健康发展、提升适应能力的基础。

其次，本文推测培养和提升目标人群的自我管理能力也是能起关键作用的一个环节。在访谈中，学生和教师在谈论目标人群需要改善的方面时候，都涵盖了希望“自我管理能力得到提升”的主题。包括自律、时间管理、在生活中培养好的行为习惯以及提高学习成绩的需求。其中有位同学这么说道：“我怕我哥，我哥比我先回家但总不带钥匙；我老惦记我什么书没带，眼镜带没带，结果每次都跑回去拿，每次都迟到。”在其他客观因素不可避免的情况下，教会孩子们更好地自我管理，包括时间管理、情绪管理、目标管理、健康管理等，将让他们获得一种更有序、更有安全感的生活，获得更强的支撑感，与之相关的心理症状，都将得到一定的缓解。

第三，本文发现，流动儿童的心理需求在性别上可能要做一定的区别对待。访谈中教师提到的“工作的困难和压力”之一，来自与家长的思想方式、价值观上的冲突：许多流动儿童的家长在教育上依然存在重男轻女的思想，会把更多的精力和资源投入给男孩，女孩可能更受忽视，女孩可能会被要求分担更多的家庭琐事，这也许正是造成这一现象的原因。另一方面，女生在访谈中谈到人际交往、班级气氛等相关话题的频率多于男生，女生描述的同伴关系比男生更亲密，男生在这方面显得比较被动和自我封闭。这可能与男女身心成熟的发展步调不一致有关，这一时期的女生身心发展通常走在男生前面，她们对同伴关系和社会交往的认识可能比男生更深刻，女生更善于从亲密的同伴关系中获取力量。因此，从不同性别的角度来看，女生可能更需要自信、积极自我的形成，男生则需要更多人际沟通和交流的技巧。

2、对流动儿童进行团体心理辅导的成果

本研究的结果显示，团体心理辅导在提高流动儿童心理健康的总体水平，提升流动儿童的心理韧性，增加流动儿童的社会支持方面有着显著效果。从前文的研究结果中可发现，前3个量表中涉及主观情绪体验和主观认知的因子易发生显著的积极变化：中学生心理健康评定量表中的敌对情绪、适应不良、情绪不稳定因子，青少年心理韧性中的目标专注和积极认知这两个个人力因子，以及对社会支持的感受度。这与团体心理辅导固有的疗效因素相符：成员们可以更快感受到“普遍性”的存在，发现自己与他人有着类似的困扰，因而获得共鸣和某种情绪上的释放；成员们可以更快获得“归属感”，彼此认同并感觉自己是整体的一分子，感觉自己被接纳，这一点对于流动儿童尤为重要；成员们可以得到更多的集中反馈，这种集体反馈通常比个人反馈更加有力，会让个体感受到自己是被关注的、被支持的。

研究中发现,在强迫、偏执、人际紧张、焦虑、学习压力这几个因子上,团体心理辅导没有带来显著变化,抑郁、心理不平衡两因子分数本身低于症状的划界分。前期研究中有人提到,流动儿童身上频度最高的消极生活事件是人际关系因子和学习压力因子,本研究中,中学生心理健康评定量表中的强迫表现多是跟学习有关的行为,如“做作业必须反复检查”、“明知担心没用,但总害怕考不好”等;另一方面,与抑郁症状多为过去定位不同,焦虑症状多是未来取向的,因此这种焦虑感与未来的学习考试压力有密不可分的关系。可见,团体心理辅导在个体的主观维度上产生了积极影响,但难以在短期内对客观的消极生活事件因子带来明显改善。随后的心理韧性量表中,个人力两个因子分数得到了显著性提高,而人际协助和家庭支持这两个客观因子没有发生显著的积极变化,佐证了这一观点。此外,由于客观因素,本研究是按照学校班级设置的干预组,团体成员之间在活动前已经熟识,甚至可能已经形成自己的小团体,短期的团体心理辅导可能难以打破固有的人际模式,因此对人际关系这一块无法产生显著影响。由完全陌生的流动儿童组成的团体在人际关系维度是否能得到更好的改善,增加团体活动的次数、延长团体活动的周期是否能改善客观事件带来的消极影响,还有待在将来进一步研究。

四、改进与完善

经历了近二十年的发展,我国关于流动儿童的心理研究正形成一个逐步深化的过程,研究的范围也逐步扩大,从现象和原因的调查发展到对问题干预措施的探索。团体心理辅导由来已久,但作为对流动儿童的心理干预模式研究,是近几年才开始的,还有许多值得摸索和探讨的内容。本研究的局限与不足主要在于:

(1) 研究对象的取样。由于本研究中团体心理辅导的固有特点,以及过程中对人力物力和校方的配合度要求较高,使得目标人群的数量偏少,样本量较小,因而可能影响本研究结论的代表性和可推广性。

(2) 团体活动内容及干预强度与理想状态有一定差距。由于一些客观因素,本研究的干预次数仅设计了6次,尽管团体咨询并没有量效关系方面的研究,但有理由相信,团体咨询和个体咨询一样存在着量效正关系模式。今后的研究中若能有效增加团体心理辅导的内容及强度,可能会带来不一样的效果和发现。

(3) 整体研究方法比较单一。对流动儿童心理存在问题的探索可以进一步深入,效果评估中仅采用了目标人群的主观评价。在今后的研究中,对该群体的干预若能考虑从整体多渠道进行,采用老师、同学和父母的多方评价作为参照,相信会增加研究的信效度。

五、成果细目

(一) 研究报告1部,题目:北京市流动儿童心理健康需求与心理干预研究报告

(二) 核心期刊论文 4 篇

- 1、张巧玲,张曼华,来源等.北京市流动儿童心理健康状况[J].中国健康心理学杂志,2013,21(8):1237-1239.
- 2、张巧玲,张曼华,来源等.团体心理辅导对流动儿童的影响效果[J].中国健康心理学杂志,2013,21(9):1333-1336.
- 3、张巧玲,张曼华,刘婷等.北京市流动儿童心理需求访谈的质性分析[J].医学与社会,2013,26(5):84-86.DOI:10.3870/YXYSH.2013.05.028.
- 4、马妮娜,张曼华,刘婷等.北京某地区流动儿童父母教养方式分析[J].中国健康心理学杂志,2015,23(9):1407-1412.

北京市教育科学规划课题成果公报