

抗逆力视角下学校社会工作实践研究

——以武汉市某职业中学服务项目为例

■ 苗艳梅

(北京城市学院 公共管理学部, 北京 100094)

【摘要】 抗逆力是当代国际社会工作领域理论与实务探索的热点问题。对武汉市某职业中学学生的实证调查发现:职业中学的学生抗逆力较弱,各项指标得分基本在3分以下。在抗逆力的外部保护因素中,家庭因素的得分均高于学校,但仅有“参加家庭有意义的活动”为3.12分,其余因素都未达到3分;在抗逆力的内在优势因素和自我效能感方面,职高学生的自尊自主、解决问题能力、乐观感和效能感依次降低。但经过本课题组有针对性的学校社会工作实践服务,大部分学生的抗逆力得到了较大提升。这说明在职业中学开展抗逆力社会服务是很有价值的,也是非常必要的。

【关键词】 抗逆力 学校社会工作 职业中学 中等职业教育

一、问题的提出

近年来,随着我国社会经济的快速发展,职业教育成为促进就业和改善民生的重要保障,社会对职业技术型人才的需求急剧增长。因此,国家大力支持职业技术教育,尤其是中等职业教育,包括普通中等专业学校、技工学校、职业中学教育及短期职业培训等的发展。中央财政从2005年开始逐年加大对中等职业教育领域的投资与财政支持。《2015年全国教育事业统计公报》显示,2015年中等职业教育招生601.25万人,占高中阶段教育招生总数的43%。中等职业学校主要招收初中毕业生或具有同等学历者,学制以3年为主。受传统教育观念尤其是“唯成绩论”的影响,中职教育依然是弱势教育,生源大多是考不上普通高中的初中毕业生。因此社会评价对中职生有一定的刻板印象,例如学习成绩差、有偏差行为、存在心理问题等。现有文献多数是从心理学角度进行研究,认为大多数中职生存在轻度的心理健康问题,其中人际关系敏感和强迫症是主要的两大问题^[1]。

研究如何激发中职生面对压力或逆境时的内在潜能,提升他们的抗逆力,促使中职生有效提高心理协调和适应能力具有重要意义。

收稿日期:2017-06-01

作者简介:苗艳梅,北京城市学院公共管理学部副教授,管理学博士,主要研究社会工作实务、社会救助等。

二、研究思路

(一)概念界定

1. 抗逆力

抗逆力这一概念自从20世纪70年代出现以来,逐渐成为当代国际社会工作领域理论与实务探索的热点问题。它以积极心理学为基础,强调个人在面对生活逆境时,能够理性地做出正向的、建设性的选择和应对策略的能力^[2],是个人在与环境交互作用的过程中产生的良好的心理素质,也是个人适应环境的结果。因此抗逆力社会工作强调对服务对象所具有的特征进行积极的、正面的描述,是“以人为本”服务模式和原则的进一步细化和发展,可以使人们在遭遇困境时反弹,能发展出健康的应对策略,并通过克服不利环境而获得成长。

个体抗逆力的外部支持因素也称为外部保护因素,主要包括拥有正向的联结关系、坚定清晰的规范、关怀支持的环境、积极合理的期望和有意义的参与机会。因此个体要拥有良好的人际关系,明确的是非观念,有值得信任的人给予关爱,有较高且能实现的期望,在社会生活中能够发挥自身的作用。

个体抗逆力的内在优势因素包括良好的个人形象感和积极乐观感、个体对自我有较高接纳和较高自尊、相信未来且充满希望;个体抗逆力的效能因素包括人际技巧、解决问题能力、情绪管理及目标制定等。

2. 学校社会工作

学校社会工作是专业社会工作者运用社会工作的理论、方法与技术,对正规或非正规教育体系中的全体学生,特别是处境困难学生,以及与学生相关的教师、家长、学校和社区提供的专业服务。其目的在于帮助学生或学校解决其所遇到的某些问题,调整学校、家庭及社区之间的关系,发挥学生的潜能以及学校、家庭和社区的教育功能,以实现教育目的乃至若干社会目标^[3]。学校社会工作也是社会工作的重要实务领域。

(二)研究方法

本研究运用问卷法对中职生抗逆力现状进行调查,运用行动研究法对在S职业中学开展的学校社会工作实践进行分析。

本研究结合文献研究,编制了《中职生抗逆力测评量表》,对中职生的抗逆力现状进行了问卷调查。问卷共35个问题,包括家庭(以父母为代表)、学校的关爱、期待和有意义的活动;与人合作能力、沟通能力、问题解决能力;个体自尊、自主性、未来的目标、生活的渴望等内容。每个测量指标赋予1分、2分、3分、4分不同分值,对应该项与调查对象自身情况的符合程度分别是“不符合”“有点符合”“比较符合”和“很符合”。

本研究的调查对象是高中二年级全体学生,运用集中填答方法,共发放问卷110份,回收有效问卷110份。调查对象的男女性别比例为3:1;调查对象中九成以上年龄为16岁和17岁;60%以上的调查对象是非独生子女;调查对象父亲的职业以工人、个体户、保安、司机等为主,母亲多数从事个体经营、超市收银员等工作;多数调查对象的户籍是农业户籍。

三、中职生抗逆力现状评估

(一)中职生的外部保护因素

本研究考察了中职生的家庭和学校对其关爱、期待等因素,因为家庭和学校是中职生重要

的活动场域,而且家庭和学校对中职生的支持与帮助十分重要,有助于他们抵御所面临的困境与压力。各保护因素测量值的平均值应不低于3分,如果对服务对象的测量值低于这一数值,则说明该服务对象的抗逆力的外在保护因素相对较弱。

调查数据显示中职生的外部保护状况并不乐观。“家庭的关心”“家庭的期待”以及“学校的关系”“学校的期待”“参加学校的有意义的活动”五项指标的平均值都在3分以下,其中“学校的期待”分值最低,只有2.05分(见表1)。

表1 中职生外在保护因素分析表

选项	人数(N)	平均分
家庭的关心	110	2.35
家庭的期待	110	2.28
参加家庭有意义的活动	110	3.12
学校的关心	110	2.11
学校的期待	110	2.05
参加学校有意义的活动	110	2.17

中职生对于“父母/老师相信我会成功”的选项得分较低。访谈发现,部分家长认为“只要他将就着读完职高就去工作”“现在工作太早,也没有合适的”。老师对学生也没有较高的期望,以晚自习为例,要求学生“不出教室就行,做什么无所谓”,家长与教师的低期待值逐渐使中职生丧失学习动力。

但是“参加家庭的有意义的活动”这一指标平均值为3.12分。中职生觉得“父母经常和我一起做有趣的事情或到好玩的地方玩”“父母经常让我帮助家里出主意”等情况比较符合自己的真实情况。因此家庭是中职生遇到困境时的重要支持因素。

(二) 中职生的内在优势因素和自我效能感

该部分考察了中职生的自尊与自主、归属感、乐观感、解决问题能力和效能感。调查表明,中职生内在保护因素较弱,只有归属感分值为3.15,其他指标的得分均在3分以下。尤其是调查对象表现出明显的消极应对挫折的解决问题态度,遇到困难时更倾向于选择“试图忘记整个事情”“依靠他人解决问题”“接受现实,因为没有其他办法”,较少选择“改变原来的想法或者自己的一些问题”“与人交谈,倾诉内心烦恼”“多寻求他人的建议”“尽量看到事物好的一面”等积极的人生态度(见表2)。

表2 中职生内在优势因素和自我效能感分析表

项目	人数(N)	平均分
自尊与自主	110	2.73
归属感	110	3.15
乐观感	110	2.64
解决问题能力	110	2.67
效能感	110	2.34

综上所述,中职生在面临困境时的恢复能力较弱,适应压力与逆境的能力不足。抗逆力通常在顺境中难以看出个体的力量,但是在逆境中,抗逆力强的个体会超越困境走向成功。但即使有困境经历,也不代表个体一定会受到不良影响,只有个体消极回应逆境,负面影响才会真正

显现。因此抗逆力培养的重要理念是培养个体看待逆境或压力事件的角度与回应方式。

四、学校社会工作项目的实践与评估

武汉市 S 职业中学是一所国家级重点中等职业学校,开设有计算机应用、机电设备应用与维修等 9 个专业,全校共有 52 个班级,2 000 多名学生。本服务项目主要是在机电设备应用与维修、电子电器应用与维修两个专业进行。

(一)建立关系与需求评估

项目初期为时三个月。主要是利用晚自习时间与师生建立关系,完成需求评估。工作者承担晚自习工作,带领班级进行康乐活动,以室内游戏、电影赏鉴为主,以此取代以前中职生在教室打闹、玩手机等自习活动,此项目获得了多数中职学生好评。

需求评估分为两部分,一是问卷调查,包括中职生基本情况与需求调查、抗逆力现状调查及中职生的教育经历与未来规划等情况;二是深度访谈,了解他们的兴趣爱好、家庭情况、与父母关系和未来发展等。根据调查和访谈,本项目组决定开展一系列的抗逆力提升活动。

(二)小组工作实践与评估

为了协助中职生提高抗逆力水平,本项目工作者主要运用专业小组工作方法介入,组成“给力青春,助力成功”成长小组和“向阳花开”人际成长小组。

1. “给力青春,助力成功”小组活动

该小组主要由两部分组员,一是在调查中发现的抗逆力水平较低的服务对象,邀请其参与;二是在班会活动上宣传小组活动计划时自愿报名的学生。小组主要目标是提升组员的情绪管理、合作与化解人际冲突等能力。

(1)提升人际沟通能力的活动,例如“我说你画”,让组员了解双向沟通、有反馈的沟通十分重要。有的组员语言简短,甚至不爱交流,有时还会引起误解。小组活动后的分享使他们体会到了沟通的乐趣,学习了避免误解的方法。例如一名组员分享:这个活动确实挺难的,因为看不见,也不能提问,刚才我听到搭档说“怎么画成这样”,还以为是小朱把没画好的责任推到我身上了,所以很生气,但是刚才听完小朱说很喜欢合作的画,因为出乎意料,才明白他说的那句话不是那个意思。幸亏小朱说出来了,不然就可能会导致自己失去一个很好的搭档和朋友了。

(组员 A)

(2)增强团队合作能力的活动,例如“齐眉棍”“齐心做桥”等,通过组员共同完成一项任务,了解分工合作的重要性,再次加强了彼此的沟通,提高了处理不同意见的能力。刚开始的时候组员并不积极,认为活动有些幼稚,但后来发现并不容易完成,逐渐产生了兴趣,最后完成了任务特别开心。

“刚开始我觉得这个是幼儿园小朋友都能做到的事,对于我们根本就是小菜一碟,我们小组的成员都是信心满满,同时也很不屑这个任务。谁知道,我们真的开始活动的时候,我们的结果却与任务目标相反了,越想放低竹竿,竹竿就越是往上面升,这才明白很不容易,不过完成任务后,我们都好高兴啊,我感觉我们小组更有力量了,也感受到了我们组给我的力量,本来几次失败后我都想放弃了,可是其他成员都没有任何放弃的念头,这也给了我坚持下去最后体验到成功的机会。”(组员 B)

“我体验到合作之中我们相互之间的关怀和激励的重要意义。让我们组员在为着共同目标行动的时候关系更近了,因为有一个团队,团队中的每一个人的努力,才使得我们最后成功。特别是我建议我们对等地站在两边,这样使的力比较平均分在两边,建议被采纳,我感觉很高

兴,我为我们组感到骄傲,我们最棒。”(组员 C)

(3)处理人际冲突的活动

在合作完成任务的过程中,可能会有不同的意见,甚至会产生冲突。因此工作者设计了一些活动来引导组员了解冲突以及处理冲突的有效方法。主要采用情景剧的方式,选取中职生实际生活场景进行模拟,引导组员选择合适有效的处理方法。例如宿舍同学之间相处的实例。这一活动得到组员们的喜爱,使得组员在活动中越来越放得开。

(4)自我认知与肯定的活动

中职生处于十六七岁的年龄,具有青春期的生理和心理特点,自我意识不断增强,喜欢凸显个性,但又缺乏自信和正确的自我认知。引导中职生正确认识自我,提高自信心,对于提升其抗逆力具有重要的意义。该项目开展了“我的生命线”“优点轰炸”“世界之最”等活动,协助组员发现自己的潜能,得到同伴的肯定。组员在活动分享中表示有很多意外收获,发现自己有很多优点和能量,纷纷表示要将那张写满优点的 A4 纸收藏起来。

(5)解决问题能力的锻炼活动

该活动旨在锻炼组员认识问题和解决问题的态度与能力。工作者通过回顾以往的小组活动历程,让组员们回顾过去自己认为完不成的任务,但在大家的共同努力下迎刃而解,学会了换个角度看待困境,尝试不同的解决方法。项目通过开展“解手结”“解难方程式”等活动,让组员直面困难,克服挫折;并结合身边真实的困境,如被老师误解面临惩罚该如何解决,引导学生思考,讨论出几种不同的解决方案,最后选择合适的方案。体验这些活动后,组员们表示自己以后不会再用逃避、顶撞等方式解决人际冲突,领悟到沟通才是实现心理平衡、以最小成本解决问题的方法。

小组活动还包括“压力管理”“异性交往要点”等讨论,协助中职生了解压力的两面性,应对压力的技巧和正常健康的异性交往方式。

经过 12 次的小组活动之后,本研究对小组成员的前测和后测进行了对比,有 10 名组员的抗逆力均有所提升,从 2.4 分左右上升到 3 分以上。

2. 中职生人际交往小组

根据抗逆力的相关研究,帮助中职生建立正面的人际关系并培育明确的自我身份,有助于他们开展正向的社交活动。本研究针对中职生自信心不足、不善与人交流、喜欢上网等特点,专门建立了人际交往小组,希望通过一系列活动加强组员的沟通能力,提高他们正确表达自己和倾听的能力,增加组员的人际交往,进而增强他们的社会适应能力和抗逆力。

组员通过班主任推荐和自愿报名两种形式,共有 15 人。

小组共进行了 7 次活动,每周一次,每次 45 分钟。活动主题见下页表 3。

在小组活动实施的过程中,多数组员能够遵守契约,投入到活动中,但是组员对于需要填写的活动不太热情,不愿意写字,甚至个别组员书包里没有笔。工作者提供了纸笔,并鼓励其进行思考并写下来。组员喜欢不动手的活动,喜欢做游戏,最初因为不善于表达,分享环节进展并不顺利。后来在工作者的引导下,组员逐渐开始分析自己做了什么,为什么做,希望得到什么效果等,后期的活动分享更加充分。

经过工作者对组员的观察评估以及班主任的评估,认为组员都有不同程度的变化,例如比较活泼了,敢于发言了,下课后能够主动与同学交流等。尤其是 W 同学,因为他比较孤僻,不太爱说话,班主任推荐其参加小组活动后,和同桌关系变得密切了,晚自习后主动邀请同学下棋,还报名参加学校的篮球活动等。

表3 中职生人际交往小组活动一览表

序号	主题	目标
1	介绍小组,讨论与建立契约	促进组员了解小组,熟悉彼此
2	对“我”知多少	认识自我,尤其是自己的优点与能力
3	取绰号	引导组员在人际交往中要尊重他人
4	沟通从“心”开始	引导组员注意倾听,分析接收到的各种信息
5	左手牵右手	学习倾听,增强组员之间的互动
6	情境剧	通过模拟面试环节,学习与陌生人社交的技巧
7	明天会更好	回顾以往活动,强调取得的成绩,互相送祝福。

(三) 个案咨询与辅导

除小组工作之外,工作者通过QQ、微信等途径和中职生交流,解答他们是否参加高考的犹豫、情感的困扰及对未来职业生涯的困惑,促进他们与家人的沟通。除咨询外,还尝试开展了个案工作。虽然网络可以提供便捷迅速的联系,但依然有部分学生运用传统方式与工作者沟通,因此学校设立了“社工信箱”,便于中职生运用写信的形式表达自我。对于接受个案工作的学生,工作者在辅导过程中注意发挥家庭的作用,促进父母与孩子的沟通,增进双方的理解。

随着个案数量的积累,发现较多学生与父母沟通较少,因此项目举办了“爸爸/妈妈,我想对你说”“给儿子/女儿的一封信”等系列活动,以提升他们的沟通能力。

(四) 提高学校和家庭支持力量的主题活动

1. 发展良性的师生关系活动

学校社会工作者开展了“师生牵手,走近教师”活动。中职生分组对学校教师完成采访任务,因此他们需要讨论采访提纲,确定采访对象、具体分工和实现路径等。在确定采访对象的过程中,他们更清晰地看到每位老师的特点,通过采访,他们更加理解了自己的老师。这一活动得到师生的普遍好评,也较好地促进了师生关系。

2. 促进亲子沟通和感恩父母活动

开展了“两信两会”活动。“两信”是亲子之间的信件沟通,包括“爸爸/妈妈,我想对你说”“给儿子/女儿的一封信”。经过活动宣传、游戏引导等前期工作,绝大部分中职生都参加了该活动。汇总参加者信件的主题内容,可以分为三类:倾诉烦恼、表达歉意和立志回报。把平时说不出口或者不敢讲的话写给父母,为顶撞父母或者发脾气行为道歉,表明对自己负责的决心,将来回报父母等。收到信件的父母都很重视,回信中也表示了理解、反思等感受。

“两会”主要是利用母亲节和父亲节开展主题班会,回忆与父母相处的情境,制作卡片或小礼物送给父母,表达对父母的感恩之情,并在学校进行展板宣传。

“两信两会”活动使中职生看到了父母的理解和支持,也使父母看到了儿女的成长与转变,因此中职生与家庭的连接更加密切了,也有助于提升他们的抗逆力。

学校社会工作服务项目经过各活动的单项评估后,在学期末组织了问卷评估。有94.3%的服务对象对项目组的的活动形式表示比较满意,尤其是对小组活动的“传表情”“同心协力”“解手结”“拼图分组”等需要动手、参与性较强的群体性活动印象深刻,对于“生命线”“自我认识”

“职业树”等自我发现、思考类的活动容易淡忘。通过参加各项活动,有 76.92% 的学生表示更加了解自己了,有 61.54% 的学生觉得和同学之间的关系发生了变化,尤其是参加了小组活动的学生,全部对项目进行了肯定,认为项目开展以来,自己有了变化,而且和同学、父母关系变得更好了。

四、结论与反思

抗逆力是个体具有的某些特质或能力,是个体的一种资本与资源,能够引导个体身处恶劣环境时正确处理不利的情况,发挥健康的应对策略,从而产生正面的积极结果。抗逆力是个体与生俱来的能力,但同时抗逆力也是一个过程,能够通过后天的学习获得并且不断增强,因此抗逆力是长期积累的各种能力、才能、资源、知识、长处和适应技能的组合。抗逆力水平存在个体差异性,抗逆力高的人能够以健康的态度去面对逆境。中职生的抗逆力是他们成功战胜逆境的重要能力。本研究基于对武汉市 S 职业中学 110 名学生的问卷调查,结果显示中职生的抗逆力较弱,因此开展以小组工作为主,个案咨询与辅导、班级康乐活动、主题班会、校园倡导等方法为辅的学校社会工作实践项目,有针对性地培养和提升中职生的抗逆力,经评估具有较好成效。

(一) 中职生整体抗逆力较弱

中职生占高中阶段青少年近一半的比例,他们的健康发展有助于促进家庭、社区和社会和谐。而长期处于低期望、关爱不足、参与活动受限等状况,中职生的自尊心容易遭受挫折,对待成长中的问题容易采取消极应对方法,势必会影响自身的全面健康发展。本研究的调查表明,中职生整体抗逆力水平较低,仅在家庭支持、归属感两项得分值稍高。中职生抗逆力现状具有如下三个特点:第一,父母和学校教师对中职生缺乏积极合理的期望,对中职生的学习以及未来职业规划、人生发展的期望值较低,尤其是学校老师对其成功期望最低;第二,中职生认为学校的很多活动没有意义,没有机会促使自己做出贡献,承担责任;第三,中职生解决问题的能力不足,遇到问题时态度相对消极,倾向逃避问题或依赖他人解决问题。

(二) 开展针对性的小组活动能够强化中职生内在保护因素

抗逆力研究重视挖掘服务对象自身的优势,避免服务对象被标签化、问题化。通过强化自身优势,发掘自身内在的保护因素,包括有效与人沟通的能力、自我认同与自我效能感、生活目标与对生活的渴望等,以提高面对困境时的应变能力。本研究调查显示,中职生的内在保护因素不足,主要表现为人际沟通能力需要提升,较低的自尊心与自我效能感,面对问题和解决问题时的消极倾向。因此开展加强沟通、增强团队合作、化解冲突、深化自我认知与自我肯定、积极面对问题和解决问题等系列小组活动,能够提高组员的内在保护因素,进而提升组员的抗逆力。

(三) 促进中职生与家庭、学校的正向联结,提高中职生外在保护因素

家庭是个体抗逆力体系建构中重要的外在保护因素,学校是中职生的主要活动场域,二者对抗逆力的塑造和提升具有重要意义,缺少关怀的环境不可能提升克服逆境的能力。该调查数据显示,作为中职生主要活动场所的家庭、学校,对中职生抗逆力的保护与支持作用较弱。因此该学校社会工作项目开展了“走近教师”活动和针对家长的“两信两会”活动,较好地促进了学生对老师的了解,拉近了父母与子女的关系。通过该活动中职生能够得到一定的外在支持,特别是父母的理解与支持。发挥周围环境的正向作用,构建关心支持的环境体系,有助于增强他们的抗逆力。

(四)项目制模式推进学校社会工作发展是机遇也是挑战

本研究基于抗逆力为核心的学校社会工作项目,虽然取得一定成效,但是该项目工作人员及其开展的服务内容并没有被纳入学校人事、德育、教学等任何体系内,因此在当前社会工作职业认可度较低的情况下,并不具备可推广性。项目组的人力资源主要是湖北省某高校社会工作专业教师与硕士生,项目执行中得到某基金会的资金支持,中职学校提供了场地、时间和一定的行政支持。对中职学校的师生而言,类似社会的工作专业服务是空白,容易获得一定的服务成效,对于宣传社会工作专业和职业具有积极意义。但是也面临一定的挑战,例如项目持续性不足,作为探索性项目抗逆力提升活动的设计系统性不足、服务对象覆盖面较低、专业服务的本土化探索也需要时间积累等。因此如何使抗逆力提升实践服务具有可持续性是一个严峻挑战。

第一,在中职学校开展提升学生抗逆力的实践服务具有必要性。中职生的抗逆力状况不容乐观,开展提升其抗逆力的相关服务具有实际意义。因为中职生占高中阶段青少年近一半的比例,他们的健康发展有助于促进家庭、社区和社会和谐。而长期处于低期望、关爱不足、参与受限等状况下的中职生其自尊心容易受挫,易消极应对事物,这势必会影响自身的发展。

第二,运用学校社会工作方法提升中职生抗逆力具有一定成效。抗逆力研究更重视服务对象的优点,可以避免他们被标签化、问题化。通过强化其自身优势,发掘其自身内外保护因子以提高面对困境时的应变能力。本研究根据调查资料,分析了中职生的抗逆力现状,并运用学校社会工作的方法开展专业服务,缓解了部分中职生因家庭、学校等支持力不足带来的不良影响,促进中职生建立了良性的朋辈关系,改善了亲子关系和师生关系,有助于提升他们的抗逆力,更好地适应中职生活。

第三,多方合作促进中职生抗逆力提升可持续发展。抗逆力提升是一个长期的过程,项目组开展的学校社会工作服务虽然取得一定成效,但是系统性不足,专业服务本土化需要时间积累。因此如何使得提升中职生抗逆力的实践服务具有可持续性是一个严峻挑战。只有推动政府购买服务或者在学校设置专业岗位,才能保证服务的可持续性。总之,学校社会工作对于在校青少年健康发展具有重要意义,对于中等职业学校尤其重要。中职生长期背负的“差生”标签,缺乏关爱支持的外部环境,也因不良环境长期作用使其可能缺乏自信、成功期待不高,对个人发展和职业生涯比较迷茫。因此推行以提升抗逆力为目标的学校社会工作能够帮助中职生识别预示着负面发展结果的危险因素,强化减少或缓解危机的抵抗与保护因素,促进中职生健康全面发展。

[参 考 文 献]

- [1]杨思帆 吴川和:《中职学生心理健康状况调查及教育对策》,载《职教通讯》,2014年第1期。
- [2]全国社会工作者职业水平考试教材编写组:《社会工作实务》,北京:中国社会科学出版社2016年版,第310页。
- [3]许莉娅:《青少年生命教育与学校社会工作》,载《中国青年政治学院学报》,2007年第5期。

(责任编辑:任天成)