

结合理论、实践与研究： 以“共创成长路”青少年培育计划为案例

• 林静雯 刘莹

摘要：在以香港“共创成长路”青少年培育计划为案例的基础上，讨论青年正面发展理论在“共创成长路”行动研究的推行中所发挥的指导作用。香港“共创成长路”青少年培育计划以青年正面发展理论及其所包含的十五个主要理念为项目设计的理论框架，在此理论框架基础上对项目的课程内容进行构思，并配合评估研究，从而达至理论、实践及研究结合的目标。

关键词：青少年；正面发展；“共创成长路”

中图分类号：D430

文献标识码：A

文章编号：1004-3780(2011)03-0018-05

一、背景 理论与研究的探讨

对于理论在研究中的角色，学界有众多讨论。Bensman 与 Vidich(1960)提出，理论对于研究有着重要的指导意义。通过理论，研究者可以确定自己的关注范围，从而对现象从不同角度去理解，而理论也促使研究者在整个研究构成中不断对研究和研究者本身的立场和逻辑进行反思。Tammlvaara 与 Shepard(1990)则指出，理论可以帮助研究者更深入理解现象，并将其与相关的现象进行联系。Parsons(1938)与 Munro(2002)亦认为理论可指引研究问题的选择和将现有资料有系统的组织。也有学者特别突出理论的必需性和重要性(Murdock, 2004)。陈向明(2000)更进一步将理论与研究的关系总结为一个“统一完整的过程”，认为研究中的每一步都是在理论的指导下进行的。

本文以“共创成长路”青少年培育计划这一行动研究(action research)为例，讨论如何运用理论，并结合项目推行和评估，展示如何进行行动研究。通过对该计划的回顾与分析，笔者期望较为清晰和具体地展现理论在研究中的实际应用。

二、“共创成长路”青少年培育计划

“共创成长路”青少年培育计划是由香港五所大学成立的研究小组，在香港赛马会慈善信托基金支持下，以全港中一至中三的学生为对象，以促进他们的全面发展为目标而设计开展的一项计划。该项计划是将研究与服务结合的一项本地行动研究计划。

Avison, Lau, Myers 及 Nielsen(1999)指出，行动研究是研究者和实践者共同合作进行一连串重复验证的活动，这一过程包括了问题确立、介入行动及反思学习的循环研究行为(cycle of action research)，并涵括改变、协作参与(participatory collaboration)、行动学习(action learning)、经验学习(experiential learning)及反思(reflection)，其本质是“以改善社会情境中行动质量的角度来进行研究”的一项研究(陈向明, 2000)。在“共创成长路”青少年培育计划中，理论对研究的指导作用贯穿整个计划——即从准备到实施的整个过程。本

作者简介：林静雯，博士，香港中文大学社会工作学系副教授，香港中文大学社会工作系本科课程主任，香港注册社会工作者，主要研究方向：社会工作临床实务，婚姻及家庭治疗，家庭教育和亲职教育，社会工作实习教育，青少年及家庭研究，社工案主关系探索，以及跨文化家庭研究等；
刘莹，香港中文大学社会工作学系社会福利专业2010级在读博士生，主要研究方向：残障人士及其家庭研究。

文以行动研究的理念框架为线索,讨论“共创成长路”青少年培育计划如何具体应用理论,进行项目设计以及评估。

(一) 理论架构与核心理念

Weissberg、Caplan 及 Sivo(1989)指出,理论架构是一项计划发展的基础。基于此信念,研究组在探讨如何制定青少年正面发展计划时,回顾和应用了以下几个方面的理论与相关文献。

1. 危机因素、保护因素与青少年抗逆能力

大量文献显示经历逆境的青少年最终不一定面对失败,即使逆境来临,青少年亦有可能适应良好。Hauser(1999)认为,“保护因素是抗逆能力的重要理念,能够缓和个人的弱点或环境危机的影响,令发展过程得以在若干范畴作出较多适应。”根据抗逆能力的文献,Hauser(1999)将各类保护因素概括总结为个人因素(例如健康的归因类型、自我效能感、希望以及信念)、人际关系因素(例如支援性的家庭环境)、社区因素(例如良好的学校及其它社区资产)及一般保护因素(例如运气)。Smith 及 Carlson(1997)在有关儿童及青少年的压力、适应及抗逆能力的研究中亦提出类似主张,他们认为个人因素(例如乐观及信念)、家庭因素(例如父母作出支援和指导)及外界支援系统(例如父母以外的成人作出支援)均属面对环境危机的儿童及青少年的重要保护因素。青少年正面发展计划的制定者尝试通过有关计划,降低危机因素的影响,提高保护因素的作用。

2. 青少年的发展资产(development assets)

该理论认为,青少年拥有丰富的资产(Benson,1997),这些发展资产可分为外在资产及内在资产两类(Lerner & Benson,2003)。外在资产包括支援(家庭支援、正面的家庭沟通、与其他成人的关系、邻舍关系、学校的关怀气氛及父母参与学校教育)、充权(社区重视青少年、将青少年视为资源及服务他人)、界线及期望(家庭界线、学校界线、邻舍界线、成年人的模范、朋辈的正面影响及对青年人高的期望)、具建设性的时间运用(创意活动、青少年计划、宗教团体及留在家中的时间);内在资产则包括致力学习(成就动机、对学校的投入感、家庭作业、与学校的联系及娱乐性阅读)、正面价值观(关怀、平等及社会公义、诚信、诚实、责任感及控制能力)、社交能力(订定计划及抉择、人际方面的能力、文化方面的能力、抗拒的技巧及和平解决冲突的能力)、正面的身份(个人力量、自信心、有目标及对个人的将来抱正面看法)。青少年正面发展计划即以培养青少年的发展资产为目的。

3. 以资产为本的青少年发展模式

预防青少年问题(即预防模式)的文献关注于尽量减少或预防青少年问题,虽然尽量减少及预防青少年问题是重要的一环,但亦有意见认为这种“病态”模式局限了社会对青少年潜能的理解。Benson(1997)对“病态”模式进行了批评,并建议采用发展模式。Lerner 及 Benson(2003)表示支持资产促进的范式。Benson、Mannes、Pittman 及 Ferber(2004)则进一步表示,“以能耐为本”的青少年发展模式(strengths-based approach)能够促进青少年形成在自我发展方面的有利因素,有助达至关怀及提升青少年茁壮成长等良好发展目标。本计划亦以资产为本及发展模式作计划框架。

4. 生态模式

生态模式的基本主张是人类行为在不同的系统(例如微观系统、中观系统、外宿系统、宏观系统及时代系统)受不同的个人及环境因素影响。该理论相信,青少年的发展问题与青少年个人因素和环境因素密切相关。环境系统,尤其是学校与家庭系统,是影响青少年成长的重要系统,而这两个系统的改变,有助于青少年的发展。青少年正面发展计划关注青少年的生态环境对青少年的影响。

建基于上述理论,本计划以青少年正面发展理论及相关理论作为本计划的研究理论框架。青少年正面发展理论以积极的态度面对青少年发展任务,认同青少年拥有丰富的资产(Benson,1997; Lerner & Benson,2003),而针对青少年的有效介入方案是运用强项视野(strengths perspective)(Saleebey,2003),积极提升青少年的发展资产,达至青少年正面成长发展的目标。其着重点是青少年的能力培育和长远发展,而非仅仅关注于他们可能存在的问题。在西方社会,青少年正面发展的理念已经应用于多项青少年的介入计划中并取得令人鼓舞的成绩(石丹理,2007)。“共创成长路”青少年培育计划以 Catalano 等人对 77 项青

少年正面发展计划中 25 项成功案例的分析与总结为基础 (Calalano, Berglund, Ryan, Lonczak & Hawkins, 2002) 选取其中适合本地青少年的正面发展的理念,应用青少年发展过程视角和性别视角进行再度检视,并结合中国文化的特点,提出了该计划的以下 15 项核心理念:

1. 促进联系:培养青少年与健康成人及益友在家庭以外的环境,即学校、社区及文化环境的关系,并促进青少年与照顾者及其他重要亲属在家庭内的关系。
 2. 培养抗逆能力:培养青少年以健康适合的方式建立适应改变及面对压力的能力。
 3. 促进社交能力:训练青少年的沟通、自我肯定、拒绝与抗拒、解决冲突及人际协商等人际关系技巧,并提供应用这些技巧的机会。
 4. 促进情绪效能:训练青少年认识自己及他人的感受,学习表达感受、控制情绪反应或冲动并能达至有效管理情绪的技巧与策略。
 5. 促进认知能力:培养青少年对过程或结果的认知能力,包括学业表现、逻辑思考、批判思考、解决问题、抉择、计划、订立目标及自我对话。其中,创意思维和批判思维是本项理念的核心。
 6. 促进行为效能:培养青少年语言沟通、非语言沟通及采取行动的技巧,并增强有效的行为选择、行为模式。
 7. 促进道德效能:培养青少年分辨是非的能力,并提升青少年对规则、标准及社会公义的尊重。
 8. 培养自决能力:促进青少年的自主性、独立思考及自我倡导能力。
 9. 提高灵性素质:协助青少年反思生命的意义,订立目标,培养对未来的盼望,并建立比较坚定的信念。
 10. 提高自我效能感:促进青少年的适应及自我超越技巧,改变负面的自我效能感、期望,并改善自我否定的认知感。
 11. 订立明确及正面的身份:协助青少年建立健康的身份及成就感,包括认同本身的社会或族裔身份,提升自尊,鼓励探索和投入及减少自我对形象的差距。
 12. 建立目标和抉择能力:协助青少年订立未来的目标,培养抉择能力。
 13. 认可正面行为:订立奖励、认可或鼓励制度,协助青少年发展正面行为。
 14. 提供参与亲社会行为的机会:设计活动及项目,鼓励青少年对社群作出贡献。
 15. 助长亲社会规范:鼓励青少年实践清晰及明确的亲社会的规范行为。
- 总而言之,“共创成长路”青少年培育计划的理念架构建立于多个青少年正面成长的相关理论,包括危机及保护因素、青少年发展资产、以资产为本的青少年发展模式及生态模式等理论之上。该研究计划相信,青少年正面发展计划的概念及其相关模式可以指导本土青少年正面发展计划的制订工作,而计划亦涵盖现有成功计划的 15 项青少年正面发展理念。

(二) 计划设计

西方经验表明,以学校为本的青少年正面发展计划可有效带动学生的正面改变(Laffevty, Manoney & Thonbs, 2003; Flay 2000; Kalafar 2003)。“共创成长路”青少年培育计划亦以学校为本,包括两层设计:第一层设计是为全体学生而设计的全面培养计划,第二层设计则是针对有心理需求或者心理风险较高的青少年设计的专门性计划。

第一层培育活动中,计划以 15 项青少年正面发展理念为基础,为每个学生提供每学年 40 个单元、共 20 个小时的整套课程。该层计划着重青少年全人发展,旨在提升学生的个人自主性,培养青少年的正面道德,提升其独立性、批判性及决定能力。

在参与了第一层全面培育计划的基础上,有需要的学生及其父母可参加第二层培育活动。第二层培育活动根据学生的具体情况和需求设计针对性的项目,其活动形式的设计参照 15 项理念进行了更深入和更多样的演绎,包括帮助学生与良师益友建立联系的师友计划、提高学生心理素质的心理健康活动、增强学生抗逆能力的历奇训练、促进代际关系的亲子活动以及增加学生对他人关怀的义工探访等。

(三) 计划评估

对于指向实践、期望通过行动解决现实社会问题的“共创成长路”青少年培育计划来说，评估是检验其目标达成效果的重要步骤。整个计划在策划时已纳入计划评估研究的部分。从试验推行期以至计划的全面推行，“共创成长路”青少年培育计划均配合相关评估，其具体评估方法包括客观成效评估、主观成效评估、定性评估、个人理念测验评估以及过程评估等多种策略，并辅以追踪性实验研究。

在计划评估的过程中，理论的指导作用同样有突出的体现。首先，评估策略与评估工具的选择都基于对青少年正面发展相关文献的详细回顾，而青少年正面发展理念则是客观评估的指引标准；同时，不同研究方法的结合，从多个角度反映计划成效，这种三角定位的方式加强了研究结果的信度。

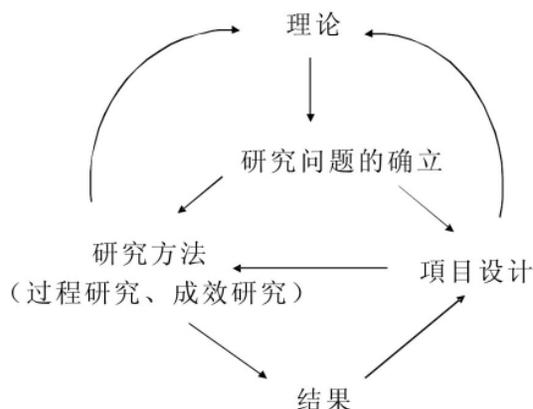
主观成效评估：青少年参加者对活动的主观感受，他们对活动的意见和看法以及他们在活动过程中的体会和得益等，都是用作评估计划成效的指标。

客观成效评估：客观成效评估是针对参与者客观改变的评估。其评估指标紧扣青少年正面发展的 15 项理念，包括自信心和自我效能感、对个人身份的认同、联系和社交能力、情绪管理能力、分辨是非和抉择能力、同理心、参与社会的行为及对亲社会规范的认同。客观成效评估运用不同的量表和客观指标，量度青少年在上述方面的改变，例如其中一个研究，便是评估青少年在参加第一层活动后的在上述方面的具体改变 (Shek & Sun, 2010)，是本计划客观成效评估的一个例子。

无论是主观或是客观成效评估，计划均采纳定性和定量研究方法。定量方法包括运用问卷及量表，向青少年人及老师收集量性资料以评估计划对青少年的影响和成效 (Shek & Ma, 2011)；而定性方法则包括对老师、社工及学生的深入访谈，聚焦小组以及分析学生的反思日记 (Shek & Lam, 2009, Shek, 2010)。此外，研究更运用追踪的方法，了解计划对青少年违规行为的长远影响 (Shek & Yu, in press)。

三、总结

本文以“共创成长路”青少年培育计划为例，揭示如何在理论指导下策划、推行并评估一项行动研究。首先，研究者所选取的理论，直接影响研究理念及研究者对所关注的研究问题的具体确立；同时亦带动研究设计和策划。而在行动研究中，具体的介入方法及项目的设计，亦受理论推动。最后，评估的指标及成效，亦需由理论验证。下图简单阐释理论在行动过程中的角色及如何指导行动研究。



参考文献：

- [1]陈向明.质的研究方法与社会科学研究[M].北京:教育科学出版社,2000:323- 428.
- [2]石丹理.在香港建立青少年正面发展计划:基础概念架[G]// 石丹理,马庆强,刘兆瑛,韩晓燕: 共创成长路”青少年培育计划概念架构及课程设计手册 I:背景、概念和设计.上海:学林出版社,2007:129- 148.
- [3]Avison, D., Lau, F., Myers, M. & Nielsen, P. A. (1999). Action research. Communications of the ACM, 42 (1), 94- 97.
- [4]Bensman J., Vidich A. (1960). Social theory in field research, The American Journal of Sociology, 65(6), 577- 584.

[5]Benson PL. (1997). All kids are our kids: What communities must do to raise caring and responsible children and adolescents. San Francisco: Hossey- Bass.

[6]Benson, P. L., Mannes, M., Pitman, K. & Ferber, T.(2004). Youth development and public policy (p. 781- 814). In Lerner R. M., Steinber, L. (eds.). Handbook of adolescent psychology. Hoboken, NJ: Wiley.

[7]Calalano R. F, Berglund M. L, Ryan JAM, Lonczak H. S, Hawkins J. D. (2002). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluation of positive youth development program. Prevention and Treatment 5 Articles 15, June 24. Retrieved from <http://www.journals.apa.org/prevention/volume5/preo0050015a.html>.

[8]Flay, B. R. (2000). Approaches to substance use prevention utilizing school curriculum plus social environment change. Addict Behavior, 25, 861- 885.

[9]Hauser S. T. (1999). Understanding resilient outcomes: adolescent lives across time and generations. J Res Adolesc. 9(1), 1- 24.

[10]Kalafat, J. (2003). School approaches to youth suicide prevention. American Behaviour Science, 46, 211- 223.

[11]Lafferty, C. K., Mahoney, C. a. & Thombs, D. L. (2003). Diffusion of a developmental asset- building initiative in public schools. American Journal of Health Behavior, 27, 35- 44.

[12]Lerner RM, Benson PL. (2003). Developmental assets and asset- building communities: Implications for research, policy and practice. NY: Kluwer Academic/ Plenum.

[13]Munro E. (2002). The role of theory in social work research: a further contribution to the debate, Journal of Social Work Education, 38(3), 461- 470.

[14]Murdock, N. L.(2004). Theories of counseling and psychotherapy A case approach. Columbus, Ohio: Pearson Prentice Hall.

[15]Parsons T. (1938). The role of theory in social research, American Sociological Association, 3(1), 13- 20.

[16]Saleebey D. (2003). Strengths- based practice. In R. A, English (Ed.) Encyclopedia of social work: 2003 supplement (pp.150- 162). Washington, DC: NASW.

[17]Shek, D.T.L.(2010). Using students' weekly diaries to evaluate positive youth development programs: are findings based on multiple studies consistent? Soc. Indic. Res. 95(3), 475- 487.

[18]Shek, T. D. L., & Lam, C. M.(2009). Evaluation of Project P.A.T.H.S. using students' weekly diaries: replication based on Secondary 2 students. International Public Health Journal, 1 (3), 267- 276 (Special Issue Article).

[19]Shek, D.T.L., Ma C.M.S.(2011). Impact of the Project P.A.T.H.S. in the junior secondary school years: individual growth curve analyses. The Scientific World Journal, 11, 253- 266.

[20]Shek, D.T.L., Sun, R.C.F. (2010). Subjective outcome evaluation based on secondary data analyses: the Project P.A.T.H.S. in Hong Kong. The Scientific World, 10, 224- 237.

[21]Shek, D.T.L., Yu, L. (in press). Prevention of adolescent problem behavior: longitudinal impact of the project P.A.T.H.S. in Hong Kong, The Scientific World Journal.

[22]Smith C, Carlson B. E. (1997). Stress, coping and resilience in children and youth. Soc Serv Rev, 71(2), 231- 256.

[23]Tammlvaara J, Shepard K. F. (1990). Theory: the guide to clinical practice and research, Physical Therapy, 70(9), 578- 582.

[24] Weissberg, R. P., Caplan, M. Z., & Sive, P. J.(1989). A new conceptual framework for establishing school- based social competence promotion programs (p. 255- 296). In Bond, L.A. & Compas B. E. (eds.). Primary prevention and promotion in schools. Newburg Park, CA:Sage.

(注:因版面原因,参考文献略有删减。)