

(文章发表在《思想理论教育》2009年第5期)

## 上海中小学生的生活事件、应对方式及抗逆力研究<sup>1</sup>

上海市教育科学研究院普通教育研究所 沈之菲

基于对上海 3662 名小学、初中、高中和中职学生的调查,结果表明上海中小学生对的应激性事件,主要是学习压力和人际关系。多数上海中小学生能采用问题解决的应对策略来处理面对的困难。大部分上海中小学生对是具体有一定程度的抗逆力的,除了普及性的心理健康教育和发展性的心理辅导外,其中 2% 的学生我们要特别关注,防止极端事件的发生,有 39% 的中等程度抗逆力学生还有很大抗逆力提升的空间。研究认为:抗逆力是中小学生对有效对应激性生活事件的潜在能力;提高中小学生对外部的保护性因子和内部保护性因子,是提高中小学生对抗逆力的切实途径;应激性生活事件如果得到重视,有效应对,可以成为抗逆力提升的契机。

关键词:上海中小学生对 生活事件 应对方式 抗逆力

### 一、抗逆力释义及作用模型

抗逆力(resilience),台湾学者将称之为“复原力”,香港学者称为“抗逆力”、“压弹”,大陆也有学者称之为“心理弹性”、“韧性”(于肖楠、张建新,2005)<sup>1</sup>,大致相当于“挫折承受力”、“耐挫力”等概念,是指一个人在处于困难、挫折、失败等逆境时的心理协调和适应能力,即一个人遭受挫折后,能够忍受和摆脱挫折的打击,在逆境中保持健康、正常的心理和行为能力。

### 二、上海中小学生对生活事件、应付方式和抗逆力现状调查

#### (一) 调查目的

本研究是在了解上海小学、初中、高中和中职学生对生活事件、应付方式和抗逆力的现状特点,通过对上海中小学生对生活事件、应付方式和抗逆力现状的调查和分析,揭示目前上海中小学生对面对的问题、应付的方式和抗逆力的状况,为中小学生对健康成长提供依据和科学对策。

#### (二) 调查问卷的结构

##### 1. 中小学生对生活事件的调查

<sup>1</sup> 本研究为 2006 年上海市教育科研市级项目(编号: B0636)的一部分,上海共有四十余所中小学生对参与本项目的研究,本文作为此项目的调查研究结果。

借鉴“青年生活事件量表”，进行修改和因子分析，对中小学生应激性生活事件发生频度和应激强度进行评定。修改后的问卷包括中小学生需要面对的六类应激性生活时间，具体为：人际关系因子、学习压力因子、受惩罚因子、丧失因子、健康适应因子及其他因子，共 24 题。

## 2. 中小学生应对方式调查

借鉴“中学生应对方式量表”，进行修订和因子分析，对中小学生在遇到困难或麻烦时通常采取的应付方法进行调查，具体可以了解中小学生遇到困难时的两方面的应对，第一方面是“问题解决应对”，包括：“问题解决”、“寻求社会支持”、“积极的合理化的解释”3种；另一方面是“指向情绪的应对”，包括“忍耐”、“逃避”、“发泄情绪”和“幻想否认”4种方式。共 36 题，这部分问卷的信度系数 Cronbach  $\alpha=0.8834$ 。

## 3. 中小学生抗逆力调查

这次抗逆力结构主要借鉴了美国加州健康儿童调查中对抗逆力评估的指标<sup>2</sup>，对美国加州健康儿童调查表<sup>3</sup>进行了翻译，征求了心理专家、教育专家、区县心理教研员、小学初中高中及班主任的意见，最后对题目进行了题目的修改、项目分析、施测和正式测试。

本调查抗逆力分成外在保护因子和内在保护因子两个部分。

外在保护因子共 29 道题，包括家庭、学校、社区和同伴四个方面，每一个方面还包括（1）关心的环境：指至少有一位成人了解关心并支持他；（2）积极的期望，指有人经常与个体交流，并通过直接或间接的方式告诉其将来会取得成功。3)有意义的参与机会，指个体能够参加一些活动，并有机会承担责任、做出贡献。这部分问卷的信度系数 Cronbach  $\alpha=0.8988$

内在保护因子共 18 道题，包括（1）社会胜任力，指有效的与人交流的能力，在与人交往过程中对他人表示关心、回应和灵活解决问题的能力，其下包含三个子维度：交流和合作的能力，同感的能力以及解决问题的能力。（2）自尊和自主性，指自我认同和自我效能感，其下包含二个子维度：自我效能感（自信心）和自知力。（3）目标感和有意义的感觉，指相信自己生活既是与他人一致又是独特而有意义的。这部分问卷的信度系数 Cronbach  $\alpha=0.8545$

问卷以各部分回答程度记分，不符合 1 分，有点符合 2 分，较符合 3 分，完全符合 4 分。抗逆力部分问卷的信度系数 Cronbach  $\alpha=0.9283$

本问卷还对 128 学生让其班主任进行了他们抗逆力项目的题目打分评估，其相关系数：外部保护因子为 0.589，内部保护因子为 0.559，总的抗逆力为 0.551，说明本测验有相当高的效度。

### （三）调查对象及抽样

本调查研究的对象是上海中小學生，采用了分层随机抽样的方法，选取了上海五个区：徐汇区、虹口区、宝山区、浦东新区、松江区，每个区二所小学、两所初中、两所高中，另抽取了三所上海中专、职业学校，力求样本所代表的两所学校在教育质量处于区中等水平的学校，或者一所较好学校结合一所较薄弱的学校。此次共调查 3662 个学生，具体抽样如下：

抽样表

|       |    | 性别            |               | Total          |
|-------|----|---------------|---------------|----------------|
|       |    | 男             | 女             |                |
| 年级    | 小学 | 602<br>52.1%  | 553<br>47.9%  | 1155<br>100.0% |
|       | 初中 | 435<br>48.8%  | 457<br>51.2%  | 892<br>100.0%  |
|       | 高中 | 471<br>47.8%  | 514<br>52.2%  | 985<br>100.0%  |
|       | 中职 | 264<br>41.9%  | 366<br>58.1%  | 630<br>100.0%  |
| Total |    | 1772<br>48.4% | 1890<br>51.6% | 3662<br>100.0% |

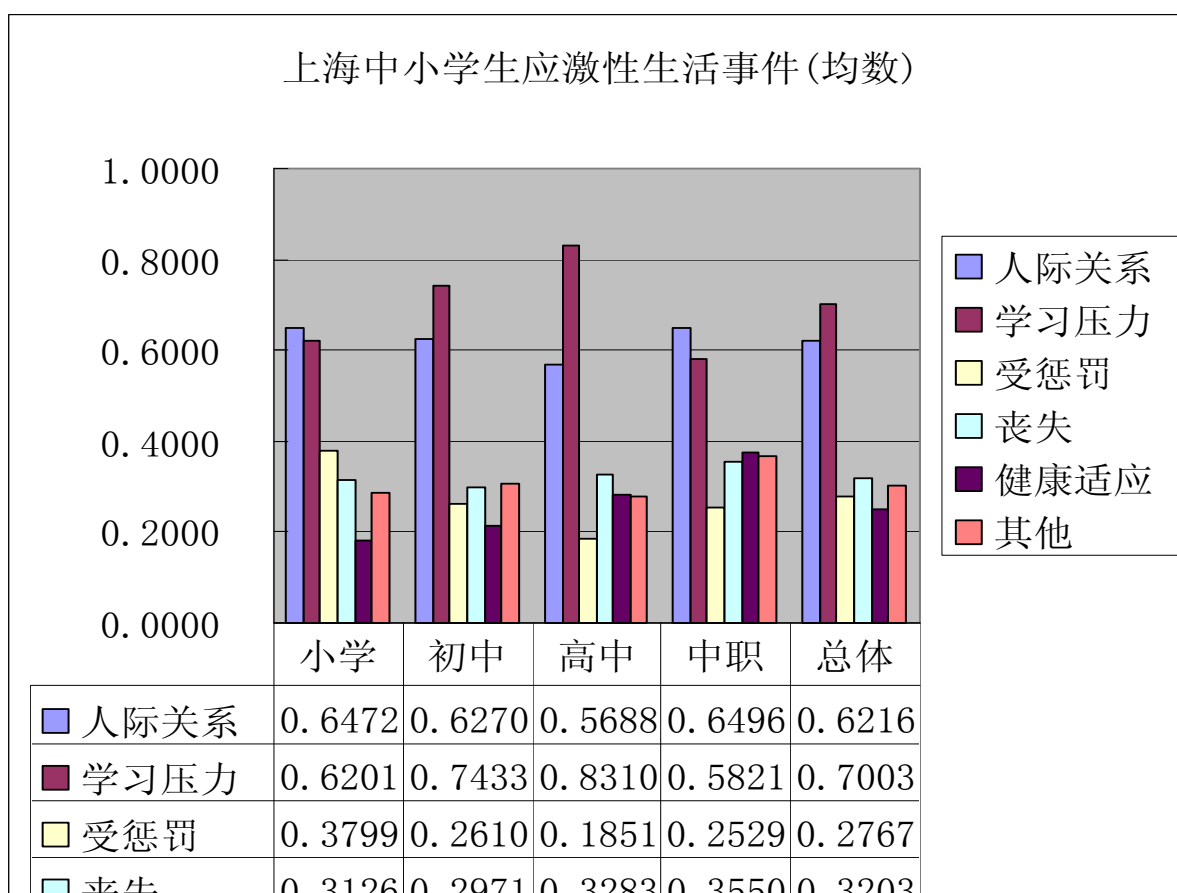
#### (四) 统计处理

调查资料的所有数据输入计算机，全部采用 SPSS10.0 for windows 软件包进行数据输入和处理。

### 三、中小學生的生活事件、应对方式及抗逆力研究结果

#### (一) 上海中小學生面对的应激性生活事件

1. 学习压力、人际关系是中小學生面对的最主要的应激性生活事件，其次是丧失、其他、受惩罚及健康适应。学生面对的学习压力、人际关系事件的频率和影响程度都远远高于其他生活事件。(见下表一)



2. 小学、中职学生面对的人际关系事件要略高于学习事件，而初中、高中学生面对的学习事件也略高于人际事件。高中生面对的学业压力最大，其次为初中生，中职生和小学生略低。

3. “考试失败或不理想”、“被人误会或错怪”、“与同学或好友发生矛盾”，前十位具体见下表二。

上海中小学生学习十个发生频率最高的应激性生活事件（表二）

| 排序 | 事件               | 发生率   |
|----|------------------|-------|
| 1  | 考试失败或不理想         | 89.0% |
| 2  | 被人误会或错怪          | 79.1% |
| 3  | 与同学或好友发生矛盾       | 73.3% |
| 4  | 学习负担重            | 69.7% |
| 5  | 当众丢面子            | 57.3% |
| 6  | 家庭施加学习压力         | 53.9% |
| 7  | 家人之间有矛盾          | 52.9% |
| 8  | 受人歧视或冷淡          | 52.8% |
| 9  | 遭父母打骂            | 48.9% |
| 10 | 生活状况（饮食、休息等）明显变坏 | 44.9% |

4. “考试失败或不理想”、“亲友死亡”、“亲友患重病”是上海中小学生学习发生过的应激性生活事件中对学生影响最大的。前十位具体见下表三。

上海中小学生学习发生过影响最大的十个应激性生活事件（表三）

| 排序 | 事件                | 发生率   |
|----|-------------------|-------|
| 1  | 考试失败或不理想          | 89.0% |
| 2  | 亲友死亡              | 33.6% |
| 3  | 亲友患重病             | 35.2% |
| 4  | 被人误会或错怪           | 79.1% |
| 5  | 有人侵犯了我的隐私（如偷看日记等） | 31.6% |
| 6  | 学习负担重             | 69.7% |
| 7  | 升学压力              | 44.7% |
| 8  | 家庭给你施加学习压力        | 53.9% |
| 9  | 与同学或好友发生矛盾        | 73.3% |
| 10 | 家人之间有矛盾           | 52.9% |

### 5. 上海中小学生发生的应激性生活事件值得关注的是：

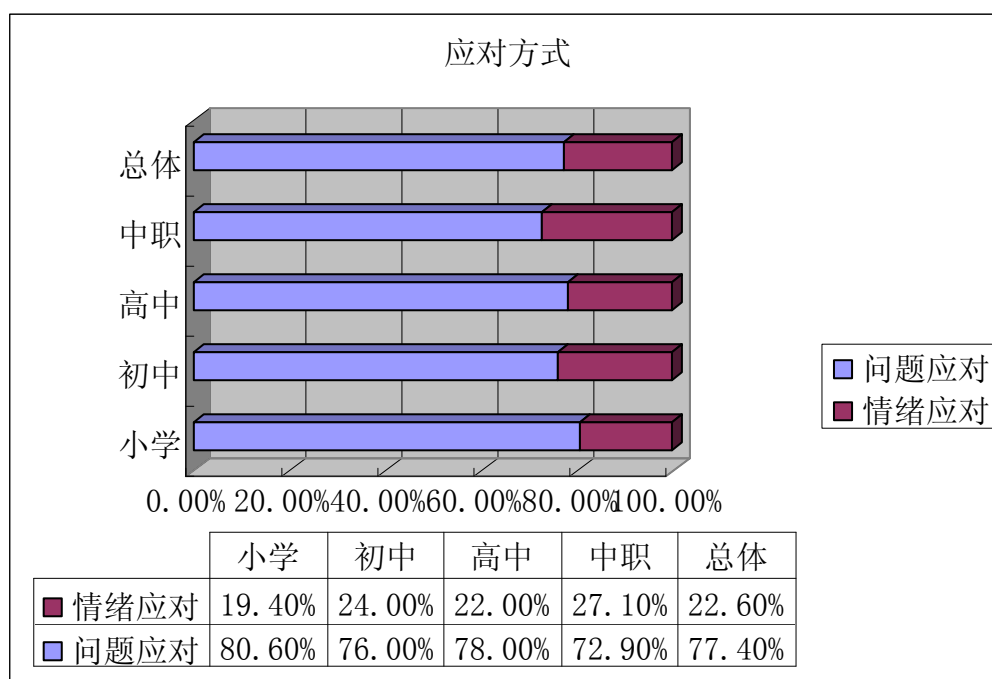
①有的事件发生多，影响程度也较大，例如“考试的失败或不理想”、“被人误会或错怪”、“与同学或好友发生矛盾”、“家庭给你施加学习压力”、“家人之间有矛盾”。其中最需要引起关注，其发生率最高，影响程度也最大。“考试的失败或不理想”对学生打击之大，会超过丧亲之痛。因为考试的失败，会被学生认为是个人可控制因素的失败，是个人的无能、不努力的，是内部的因素，而丧失亲人或亲友患重病，会被认为是不可控制的，是外部的因素，自己努力也是没有用的。

②有的事件发生不多，但影响成都很很大，也是值得关注的，例如“亲友死亡”、“亲友患重病”。

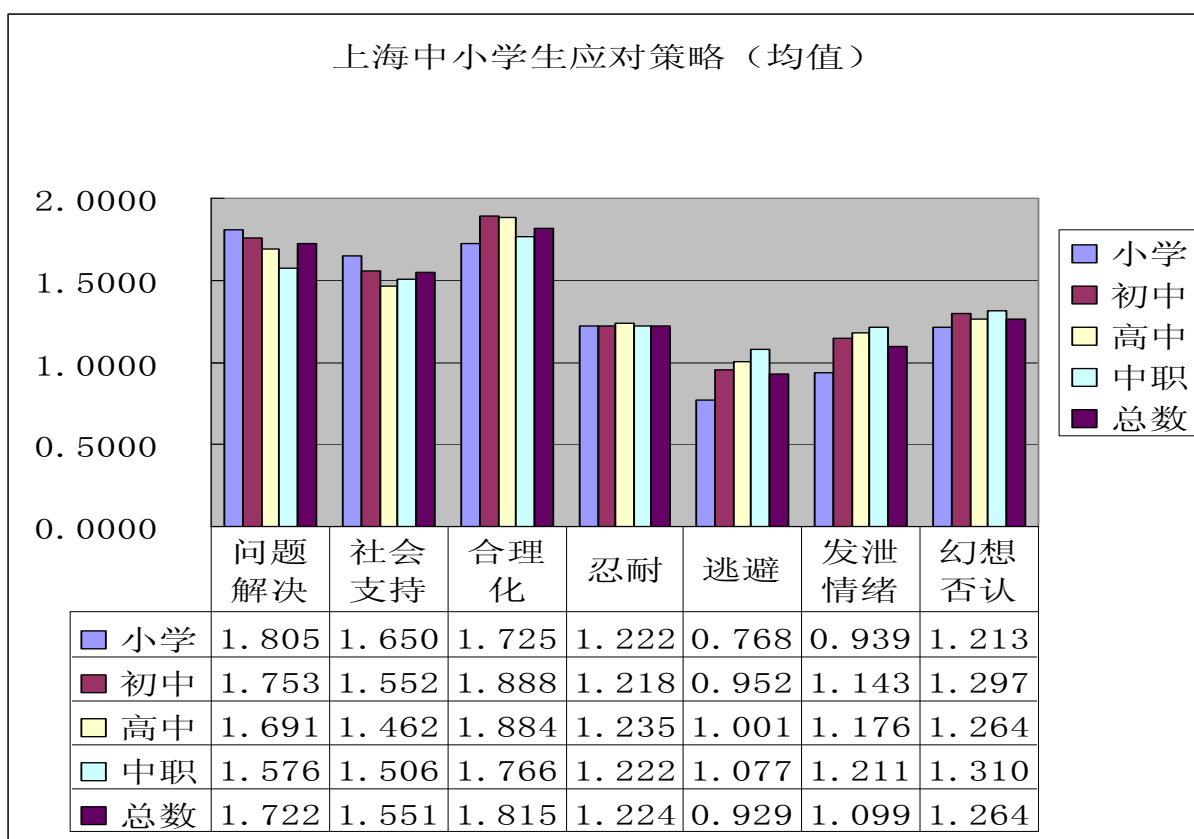
③有的事件发生比较多，也其对中小学生的影响程度要轻点。例如“当众丢面子”、“受人歧视或冷淡”、“遭父母打骂”。

### (二) 上海中小学生的应对方式

1. 上海中小学生在遇到困难或麻烦时更多地采用“问题解决应对”的应对方式，占 77.4%，较少采用“指向情绪的应对”，占 22.6%。中小学生采用“问题解决”、“寻求社会支持”、“积极的合理化的解释”的远高于采用“忍耐”、“逃避”、“发泄情绪”和“幻想否认”方式，说明上海中小学生对困难时较为理性、能从积极的观点来看待问题、能主动寻求帮助，大部分学生能有效面对困难与挫折。见下表（表四、表五）



上海中小學生應對策略（均值）



2. “赞成人生总会经历很多磨难的说法”、“努力改变现状，使事情向好的一面发展”、“努力寻找解决问题的办法”等积极的合理化解释、问题解决是中小學生面对困难时候采用的前三位的应对方式，最多采用的前十位的应对方式见下表六。

上海中小學生最多採用的應對方式（表六）

| 排序 | 事件                     | 應對方式 | 均值     |
|----|------------------------|------|--------|
| 1  | 我赞成“人生总会经历很多磨难”的说法     | 合理化  | 2.1141 |
| 2  | 努力改变现状，使事情向好的一面发展      | 問題解決 | 1.9397 |
| 3  | 努力寻找解决问题的办法            | 問題解決 | 1.9331 |
| 4  | 我把困难、挫折看成是人生经历的一部分     | 合理化  | 1.9153 |
| 5  | 从磨难中学到了一些有益的东西         | 合理化  | 1.8490 |
| 6  | 从过去的失败中吸取教训来解决现在的困难    | 問題解決 | 1.8263 |
| 7  | 认真思考“怎样才能最好地解决问题”      | 問題解決 | 1.7914 |
| 8  | 慢慢地做一些有利于解决问题的事情       | 問題解決 | 1.7444 |
| 9  | 从家人、亲戚或朋友那里得到感情上的支持    | 社會支持 | 1.7160 |
| 10 | 试着换一个角度看问题，从挫折中看到积极的一面 | 合理化  | 1.6322 |

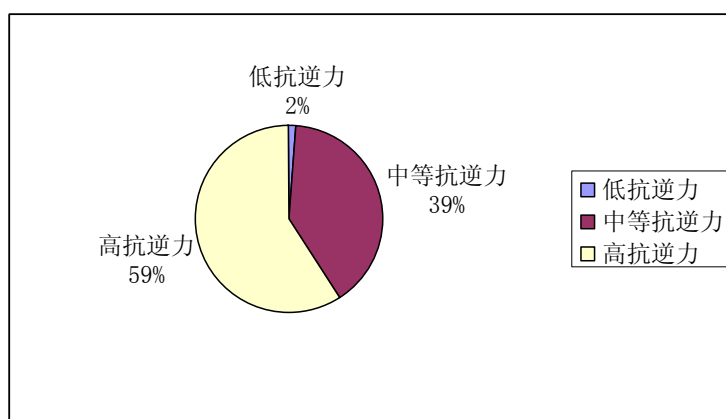
同时，上海學生较少采用：“遇到挫折时，不再努力去获得自己想要的东西”、“遇到挫折就放弃或降低自己的目标”、“不能解决问题，就十分苦恼，并向家人、朋友发泄”等逃避或发泄情绪的应付策略，具体见下表七。

上海中小學生最少採用的應對方式（表七）

| 排序 | 事件                       | 應對方式  | 均值     |
|----|--------------------------|-------|--------|
| 1  | 遇到挫折時，不再努力去獲得自己想要的東西     | 逃避    | .7845  |
| 2  | 遇到挫折就放棄或降低自己的目標          | 逃避    | .8034  |
| 3  | 不能解決問題，就十分苦惱，并向家人、朋友發泄   | 發泄情緒  | .8113  |
| 4  | 承認自己不能處理眼前的問題，放棄努力       | 逃避    | .8140  |
| 5  | 對引起困難的人和事發脾氣             | 發泄情緒  | 1.0625 |
| 6  | 不願相信糟糕的事情已經發生            | 幻想，否認 | 1.1365 |
| 7  | 在困難面前常想“這不是真的就好了”        | 幻想，否認 | 1.1595 |
| 8  | 遇到困難、挫折就心煩意亂，而且把這種情緒表露出來 | 發泄情緒  | 1.1993 |
| 9  | 幻想自己可以用超人的本領去克服困難        | 幻想，否認 | 1.2449 |
| 10 | 我把不愉快的事情埋在心裡，不願說出來       | 忍耐    | 1.2818 |

### （三）上海中小學生的抗逆力（見表八、表九、表十）

1. 上海中小學生多數具有中等以上的抗逆力，處於抗逆力低分段的 1.5%、中等程度 39.2%，高抗逆力為 54.9%，說明我們除了要特別關心低抗逆力的學生，提高中等抗逆力是學校心理教育的主要部分。



2. 在抗逆力部分，內外保護性因子略有差異，外部保護因子其低、中、高的百分比分別為 2.3%、41.3%、56.5%；內部保護因子分別為 1.7%、34.2%、64.1%，從中可以看到內外保護因子的差異主要集中在中等程度上，所以要更多地提升中小學生內在保護性因素。

3. 從外部保護性因素來說，同伴保護性（低中高分別為 1.7%、34.2%、64.1%）最高、其次為家庭（3.7%、41.3%、56.8）、學校（4.1%、31.6%、64.3%）、社區最低（14.5%、41.8%、436.7），所以加強社區尤為需要。其次，在家庭中，家庭的期待很高，有必要提升家庭关心的关系、家庭的参与。在学校中，需要提升学校的参与。

4. 從內部保護性因素來說，學生自我和自主性最高（低中高分別 1.3%、21.1%、77.7%）、目標和意義感其次（4.6%、21.8%、72.7%），社會勝任力最低（5.2%、41.6%、53.2%）。

%)，所以提升中小学生学习社会胜任能力，包括交流和合作的能力，同感的能力以及解决问题的能力。

5. 总体来说，小学生抗逆力高于初中，初中高于高中，高中高于中职。具体来说，各年级还需要：

小学生需要提升：家庭的参与、学校的参与、同伴的关心、社区的各个方面、社会胜任力的各个方面。

初中生需要提升：家庭的关心、家庭的参与、学校的参与、社区的各个方面、同伴的期待、社会胜任力的各个方面。

高中生需要提升：家庭的关心、家庭的参与、学校的关心、学校的参与、社区的各个方面、合作交流能力、问题解决能力。

中职学生需要提升：家庭的关心、家庭的参与、学校的期待、学校的参与、社区的各个方面、同伴的期待、社会胜任力的各个方面、目标和意义感。

其中小学生“同伴的关心”、初中生“同伴的期待”、高中生“学校的关心”、中职生“学校的期待”、“同伴的期待”“目的和意义感”尤其需要加强。

6. 除了在学校期待指标上无显著性差异外，女生抗逆力各项指标全部好于男生，说明上海女生的抗逆力水平高于男生，我们更加要重视提高男生的抗逆力。

#### 四、观点和结论

上海中小学生学习面对的应激性事件，主要是学习压力和人际关系。多数上海中小学生学习能采用问题解决的应对策略来处理面对的困难。大部分上海中小学生学习是具体有一定程度的抗逆力的，除了普及性的心理健康教育和发展性的心理辅导外，其中 2% 的学生我们要特别关注，防止极端事件的发生，有 39% 的中等程度抗逆力学生还有很大抗逆力提升的空间。

基于我们的调查和研究，我们认为：

##### 1. 抗逆力是中小学生学习有效对应激性生活事件的潜在能力。

抗逆力不是天才独有的特质，也不像某种心理高峰体验那样可望而不可即，每个人天生就具有一定的抗逆力潜能，抗逆力是个体与生俱来的一种潜力。人在平安顺利的时候抗逆力得不到激发，以一种潜伏的状态存在。当危机和困难袭来的时候，危险性因素自然会受到个体内外保护性因素的阻抗，抗逆力被激活，迸发出巨大的力量，帮助个体面对危难、聚集力量、渡过难关。每个人都有抗逆力，有时被唤醒，有时被埋没，应激性的生活事件是帮助个体唤醒抗逆力，展示潜能的刺激，而个体抗逆力水平是其有效应对的潜在能力。

##### 2. 提高中小学生学习外部的保护性因子和内部保护性因子，这是提高中小学生学习抗逆力的切实途径

抗逆力的个体因素虽然有先天生理的基础，主要是后天内外因素的交互作用的结果，后



天的教育和训练能够切实有效地提高人的抗逆力。因此可以通过许多途径去挖掘和提高中小  
 学生外部的保护性因子和内部保护性因子，这是提高中小学生抗逆力的切实途径。目前，提  
 高上海中小学生社区有关的外在保护因子，包括社区关心的关系、社区的期待、和社区有意  
 义的参与，以及提升社会胜任力为主的内在保护因子，包括交流和合作的能力，同感的能力  
 以及解决问题的能力，是提高上海中小学生抗逆力比较薄弱环节的现实需要。

### 3. 应激性生活事件如果得到重视，有效应对，可以成为抗逆力提升的契机

个体面对生活应激事件时候，可能会使得个体心理机能受到打击，耐挫力丧失，发生极  
 端事件或者沉湎于个体转而采用物质滥用、破坏行为或其他不健康的方式来应对生活压力。  
 或者其自我价值感丧失、低自尊、自卑、自我否定、能力缺失等，个体发展受阻。个体也可  
 能只是回到平时的状态，虽然度过了危机，但个体的抗逆力没有得到成长。个体为了维持暂  
 时的心理安逸而不肯改变，失去了成长的机会；当个体能够激活了生命潜能，积极应对，战  
 胜逆境从而健康成长，这个时候会达到提升个体的抗逆力，个体达到更高的抗逆力水平。经  
 验是由痛苦中粹取出来的，这是个艰苦的过程，也是个体需要付出努力的过程，努力过后是  
 个体的抗逆能力得到锻炼，对个体而言，应激性的生活事件不一定是负向的，可能反而会强  
 化了个人解决问题的技巧，成为抗逆力水平提升的契机。

抗逆力的产生不是单纯地避免外在负向事件的影响，而是有效地面对和掌控应激性的事  
 件。要使得个体遭遇的挫折≠失败，危机变成转机，需要个体在平时就能具有较高的抗逆力  
 水平，在面对危机时候能够有效整合内外资源，发挥其潜能，达到抗逆力的锻炼和提升。

表八：各年级抗逆力高中低百分比（%）

| 项目 \ 年级       | 小学   |      |      | 初中   |      |      | 高中   |      |      | 中职   |      |      | 整体   |      |      |
|---------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|               | 低    | 中    | 高    | 低    | 中    | 高    | 低    | 中    | 高    | 低    | 中    | 高    | 低    | 中    | 高    |
| <b>外在保护因子</b> | 0.6  | 28.6 | 70.8 | 1.2  | 38.7 | 60.7 | 4.1  | 50.8 | 45.1 | 4.0  | 54.3 | 41.7 | 2.3  | 41.3 | 56.5 |
| <b>家庭</b>     | 1.7  | 29.2 | 69.1 | 2.9  | 37.8 | 59.3 | 5.7  | 45.2 | 49.1 | 5.1  | 52.1 | 42.9 | 3.7  | 39.5 | 56.8 |
| 关心的关系         | 3.5  | 24.4 | 72.1 | 5.8  | 28.5 | 65.7 | 6.9  | 29.6 | 63.5 | 6.0  | 39.8 | 54.1 | 5.4  | 29.5 | 65.1 |
| 高的期待          | 1.0  | 9.4  | 89.6 | 1.5  | 14.1 | 84.4 | 2.7  | 17.4 | 79.9 | 2.7  | 19.4 | 77.9 | 1.9  | 14.4 | 83.7 |
| 有意义的参与        | 20.0 | 38.3 | 41.7 | 27.4 | 40.4 | 32.6 | 33.5 | 41.9 | 24.6 | 32.9 | 44.0 | 23.2 | 27.6 | 40.7 | 31.7 |
| <b>学校</b>     | 1.1  | 20.2 | 78.7 | 2.5  | 27.4 | 70.2 | 6.9  | 42.4 | 50.7 | 7.3  | 41.7 | 51.0 | 4.1  | 31.6 | 64.3 |
| 关心的关系         | 1.0  | 15.8 | 83.2 | 1.8  | 22.9 | 76.3 | 7.2  | 32.5 | 60.3 | 4.8  | 31.4 | 63.8 | 3.5  | 24.4 | 72.0 |
| 高的期待          | 1.3  | 11.0 | 87.7 | 1.0  | 12.4 | 86.5 | 3.4  | 20.9 | 75.7 | 5.4  | 23.8 | 70.8 | 2.5  | 16.2 | 81.3 |
| 有意义的参与        | 7.9  | 31.0 | 61.4 | 11.4 | 35.8 | 52.8 | 16.6 | 43.9 | 39.5 | 20.5 | 43.0 | 36.5 | 13.3 | 37.7 | 49.0 |

|               |            |             |             |            |             |             |            |             |             |            |             |             |            |             |             |
|---------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|-------------|
| 社区            | 6.9        | 34.6        | 58.5        | 12.8       | 41.9        | 45.3        | 22.6       | 46.6        | 30.8        | 18.3       | 47.1        | 34.6        | 14.5       | 41.8        | 43.7        |
| 关心的关系         | 10.2       | 27.1        | 62.8        | 16.6       | 33.1        | 50.2        | 28.0       | 38.4        | 33.6        | 22.1       | 37.0        | 41.0        | 18.6       | 33.3        | 48.1        |
| 高的期待          | 11.0       | 14.5        | 74.5        | 10.4       | 17.6        | 72.0        | 17.3       | 23.8        | 59.0        | 12.1       | 21.9        | 66.0        | 12.7       | 19.0        | 68.3        |
| 有意义的参与        | 12.7       | 29.3        | 58.0        | 15.4       | 40.0        | 44.6        | 22.8       | 37.8        | 39.4        | 25.1       | 41.4        | 33.5        | 18.2       | 36.3        | 45.5        |
| 同伴            | 2.5        | 22.5        | 75.0        | 3.0        | 21.6        | 75.3        | 2.7        | 19.2        | 78.1        | 2.1        | 24.0        | 74.0        | 2.6        | 21.7        | 75.7        |
| 关心的关系         | 5.7        | 17.0        | 77.3        | 3.8        | 15.0        | 81.2        | 3.2        | 15.0        | 81.7        | 2.5        | 16.8        | 80.6        | 4.0        | 15.9        | 80.0        |
| 高的期待          | 3.9        | 18.0        | 78.1        | 5.6        | 52.2        | 69.2        | 4.2        | 20.3        | 75.5        | 5.7        | 27.0        | 67.3        | 4.7        | 21.9        | 73.4        |
| <b>内在保护因子</b> | <b>1.5</b> | <b>30.5</b> | <b>68.1</b> | <b>0.9</b> | <b>29.1</b> | <b>70.7</b> | <b>2.0</b> | <b>36.3</b> | <b>61.6</b> | <b>2.5</b> | <b>44.9</b> | <b>52.5</b> | <b>1.7</b> | <b>34.2</b> | <b>64.1</b> |
| 社会胜任力         | 6.8        | 38.8        | 54.5        | 3.8        | 38.6        | 57.6        | 4.9        | 44.0        | 51.2        | 4.6        | 47.3        | 48.1        | 5.2        | 41.6        | 53.2        |
| 合作和交流能力       | 11.6       | 33.3        | 55.1        | 7.2        | 28.0        | 64.8        | 6.0        | 31.6        | 62.4        | 7.1        | 43.2        | 49.7        | 8.2        | 33.3        | 58.5        |
| 同感            | 12.3       | 30.0        | 57.7        | 6.6        | 28.8        | 64.6        | 4.6        | 31.8        | 63.7        | 6.2        | 32.4        | 61.4        | 7.8        | 30.6        | 61.6        |
| 问题解决能力        | 5.8        | 26.7        | 67.5        | 8.9        | 29.1        | 62.0        | 10.4       | 37.6        | 52.1        | 7.6        | 35.7        | 56.7        | 8.1        | 31.8        | 60.2        |
| 自尊和自主性        | 1.0        | 20.0        | 79.0        | 1.1        | 16.1        | 82.7        | 1.7        | 22.2        | 76.0        | 1.3        | 28.1        | 70.6        | 1.3        | 21.1        | 77.7        |
| 自我效能          | 3.1        | 25.6        | 71.3        | 1.7        | 15.4        | 83.0        | 1.0        | 16.4        | 82.5        | 1.1        | 22.2        | 76.7        | 1.9        | 20.1        | 78.1        |
| 自知力           | 1.4        | 11.9        | 86.8        | 2.5        | 13.3        | 84.2        | 4.9        | 26.0        | 69.1        | 3.5        | 26.2        | 70.3        | 2.9        | 18.5        | 78.6        |
| 目标和意义感        | 2.0        | 13.1        | 84.9        | 3.7        | 19.2        | 77.1        | 3.5        | 25.6        | 71.0        | 12.2       | 41.3        | 46.5        | 4.6        | 21.8        | 72.7        |
| <b>抗逆力总分</b>  | <b>0.6</b> | <b>28.8</b> | <b>70.6</b> | <b>0.9</b> | <b>35.1</b> | <b>64.0</b> | <b>2.3</b> | <b>47.4</b> | <b>50.3</b> | <b>2.9</b> | <b>47.4</b> | <b>50.3</b> | <b>1.5</b> | <b>39.2</b> | <b>59.3</b> |

表九：各年级学生抗逆力均数差异性检验

| 变量            | 人数   | 均数     | 标准差   | F 值     | 显著性 sig. |
|---------------|------|--------|-------|---------|----------|
| <b>外在保护因子</b> |      |        |       |         |          |
| 小学            | 1152 | 3.1997 | .4342 | 102.406 | .000**   |
| 初中            | 890  | 3.0727 | .4654 |         |          |
| 高中            | 979  | 2.8984 | .4800 |         |          |
| 中职            | 630  | 2.8849 | .4658 |         |          |
| 总             | 3651 | 3.0336 | .4787 |         |          |
| <b>家庭</b>     |      |        |       |         |          |
| 小学            | 1155 | 3.1501 | .4994 | 67.745  | .000**   |
| 初中            | 892  | 3.0149 | .5420 |         |          |
| 高中            | 985  | 2.8765 | .5681 |         |          |
| 中职            | 630  | 2.8327 | .5415 |         |          |
| 总             | 3662 | 2.9890 | .5506 |         |          |
| <b>学校</b>     |      |        |       |         |          |
| 小学            | 1155 | 3.3072 | .4850 | 123.894 | .000**   |

|               |      |        |        |         |        |
|---------------|------|--------|--------|---------|--------|
| 初中            | 892  | 3.1855 | .5433  |         |        |
| 高中            | 985  | 2.9098 | .6160  |         |        |
| 中职            | 630  | 2.8993 | .6239  |         |        |
| 总             | 3662 | 3.1005 | .5889  |         |        |
| <b>社区</b>     |      |        |        |         |        |
| 小学            | 1152 | 3.0056 | .6763  | 101.887 | .000** |
| 初中            | 890  | 2.7822 | .7284  |         |        |
| 高中            | 979  | 2.4988 | .7575  |         |        |
| 中职            | 630  | 2.5688 | .7239  |         |        |
| 总             | 3651 | 2.7399 | .7489  |         |        |
| <b>同伴</b>     |      |        |        |         |        |
| 小学            | 1155 | 3.3004 | .6051  | 1.730   | 0.159  |
| 初中            | 892  | 3.2692 | .6115  |         |        |
| 高中            | 985  | 3.3102 | .6072  |         |        |
| 中职            | 630  | 3.2492 | .6086  |         |        |
| 总             | 3662 | 3.2866 | .6080  |         |        |
| <b>内在保护因子</b> |      |        |        |         |        |
| 小学            | 1155 | 3.1834 | .4942  | 32.089  | .000** |
| 初中            | 892  | 3.1780 | .4560  |         |        |
| 高中            | 985  | 3.0796 | .4754  |         |        |
| 中职            | 630  | 2.9773 | .4862  |         |        |
| 总             | 3662 | 3.1187 | .4847  |         |        |
| <b>社会胜任力</b>  |      |        |        |         |        |
| 小学            | 1155 | 2.9646 | .6193  | 4.670   | .003** |
| 初中            | 892  | 2.9973 | .5716  |         |        |
| 高中            | 985  | 2.9343 | .5704  |         |        |
| 中职            | 630  | 2.8889 | .5757  |         |        |
| 总             | 3662 | 2.9514 | .5883  |         |        |
| <b>自尊和自主性</b> |      |        |        |         |        |
| 小学            | 1155 | 3.3249 | .5115  | 20.107  | .000** |
| 初中            | 892  | 3.3567 | .4739  |         |        |
| 高中            | 985  | 3.2344 | .5159  |         |        |
| 中职            | 630  | 3.1832 | .5261  |         |        |
| 总             | 3662 | 3.2839 | .5103  |         |        |
| <b>目标和意义感</b> |      |        |        |         |        |
| 小学            | 1155 | 3.4364 | .6048. | 163.483 | .000** |
| 初中            | 892  | 3.2429 | .6596  |         |        |

|              |      |        |       |        |        |
|--------------|------|--------|-------|--------|--------|
| 高中           | 985  | 3.1063 | .6369 |        |        |
| 中职           | 630  | 2.7328 | .7600 |        |        |
| 总            | 3662 | 3.1794 | .6979 |        |        |
| <b>抗逆力总分</b> |      |        |       |        |        |
| 小学           | 1152 | 3.1933 | .4268 | 77.536 | .000** |
| 初中           | 890  | 3.1132 | .4294 |        |        |
| 高中           | 979  | 2.9676 | .4384 |        |        |
| 中职           | 630  | 2.9203 | .4373 |        |        |
| 总            | 3651 | 3.0661 | .4458 |        |        |

注: \*\*P<0.01

表十: 男女抗逆力均数的差异性比较

|         | 男    |        |        | 女    |        |         | F 值     | 显著性    |
|---------|------|--------|--------|------|--------|---------|---------|--------|
|         | 人数   | 平均分    | 标准差    | 人数   | 平均分    | 标准差     |         |        |
| 外在保护因子  | 1767 | 2.9698 | .5043  | 1884 | 3.0935 | .4453   | 61.867  | .000** |
| 家庭      | 1772 | 2.9355 | .5645  | 1890 | 3.0392 | .5325   | 32.720  | .000** |
| 关心的关系   | 1772 | 2.9629 | .7048  | 1890 | 3.0847 | .6718   | 28.628  | .000** |
| 高的期待    | 1772 | 3.3478 | .6211  | 1890 | 3.4136 | .5680   | 11.197  | .001** |
| 有意义的参与  | 1772 | 2.2757 | .8860  | 1890 | 2.4093 | .8573   | 21.499  | .000** |
| 学校      | 1772 | 3.0773 | .6035  | 1890 | 3.1222 | .5742   | 5.310   | .021*  |
| 关心的关系   | 1772 | 3.2020 | .6806  | 1890 | 3.2456 | .6451   | 3.961   | .047*  |
| 高的期待    | 1772 | 3.3730 | .7158  | 1890 | 3.3905 | .6686   | .582    | .446   |
| 有意义的参与  | 1772 | 2.7139 | .7962  | 1890 | 2.7787 | .772    | 6.240   | .013*  |
| 社区      | 1767 | 2.6912 | .7728  | 1884 | 2.7856 | .7230   | 14.533  | .000** |
| 关心的关系   | 1767 | 2.6676 | .9323  | 1884 | 2.7573 | .9022   | 8.716   | .003** |
| 高的期待    | 1772 | 2.9035 | 1.0984 | 1890 | 3.0444 | 1.0145  | 16.295  | .000** |
| 有意义的参与  | 1772 | 2.619  | .9005  | 1890 | 2.696  | .8813   | 6.919   | .009** |
| 同伴      | 1772 | 3.1350 | .6425  | 1890 | 3.4288 | .5363   | 226.815 | .000** |
| 关心的关系   | 1772 | 3.2271 | .7815  | 1890 | 3.5462 | .6253   | 187.304 | .000** |
| 高的期待    | 1772 | 3.0429 | .7428  | 1890 | 3.3115 | .6677   | 132.706 | .000** |
| 内在保护因子  | 1772 | 3.0443 | .5104  | 1890 | 3.1884 | .4484   | 82.643  | .000** |
| 社会胜任力   | 1772 | 2.8513 | .6138  | 1890 | 3.0452 | .5472.. | 102.128 | .000** |
| 合作和交流能力 | 1772 | 2.8826 | .8254  | 1890 | 2.9426 | .7489   | 5.313   | .021*  |

|        |      |        |       |      |        |       |         |        |
|--------|------|--------|-------|------|--------|-------|---------|--------|
| 同感     | 1772 | 2.8284 | .7894 | 1890 | 3.1081 | .6919 | 130.391 | .000** |
| 问题解决能力 | 1772 | 2.853  | .7772 | 1890 | 3.0508 | .7247 | 63.343  | .000** |
| 自尊和自主性 | 1772 | 3.2245 | .5363 | 1890 | 3.3396 | .4782 | 47.091  | .000** |
| 自我效能   | 1772 | 3.1977 | .6015 | 1890 | 3.3308 | .5216 | 51.409  | .000** |
| 自知力    | 1772 | 3.2603 | .6763 | 1890 | 3.3513 | .6371 | 17.570  | .000** |
| 目标和意义感 | 1772 | 3.1386 | .7196 | 1890 | 3.2176 | .6747 | 11.754  | .001** |
| 抗逆力总分  | 1767 | 2.9981 | .4711 | 1884 | 3.1299 | .4107 | 81.481  | .000** |

注：\*P<0.05, \*\*P<0.01

<sup>1</sup> 于肖楠、张建新：“韧性（resilience）——在压力下复原和成长的心理机制”，《心理科学进展》，2005年第5期

<sup>2</sup> Benard, B. (1999).: Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community. Portland, OR: Western Regional Center for Drug. Free Schools and Communities. Northwest Educational Laboratory.

<sup>3</sup> “California healthy kids survey”. Kings canyon joint unified district level report (technical report-secondary spring 2007)