

日慈公益基金会2020年秋季学期

《积极关系包》课程评估报告

摘要：本研究通过前后测的问卷研究方法，随机抽取参与日慈公益基金会自主研发的《积极关系包》课程的236名学生进行课程效果评估。结果显示，学生的友谊质量水平和同伴关系水平均有所提升，进一步的分析表明，在友谊质量水平上，学生彼此之间的肯定与关心程度得到了显著提升。学生们表示，该课程帮助他们正确认识自己，增强自信，掌握人际交往的技巧并学会应对人际交往过程中产生的冲突，也收获了友谊。与此同时，学生对该课程的满意度达到7.86分（满分10分），表明他们对《积极关系包》比较满意。

关键词：小学高年级学生 友谊质量 同伴关系 心智素养课程 《积极关系包》

1. 引言

小学阶段是人际关系形成的最初阶段，也是重要阶段。人际关系影响人的性格、情感、快乐、幸福、心理健康等多个方面，同时，人际关系和人际交往能力是在人的社会化过程中逐渐形成、发展和维持起来的。交友的能力如果在童年时代没有得到很好的学习和发展，将影响儿童进入年和成年后的人际关系。如果小学阶段没有形成良好的交友能力，出现交往异常或障碍，如不及时疏导与矫正，进入青春期后，内心的矛盾冲突增加，身体心理急剧变化，个体可能会产生更为严重的心理困扰和危机，甚至可能酿成日后难以挽救的心理障碍和疾病，伤害自己并危及家庭和社会（兰春，2000）。此外，有研究发现儿童的学校人际关系与其学校适应及学习成就关系密切。学生与老师、同学之间形成良好的人际关系，有利于学习能力的发挥（屈智勇，邹泓，王英春，2004），以及学习成绩的提高（王芳芳，李雁杰，张胜良等，2002）。

日慈公益基金会自主研发的心智素养课程《积极关系包》以4—6年级学生的同伴关系为主题，探讨如何建立友谊和解决冲突，旨在提升学生的人际交往能力，帮助他们收获积极关系，幸福快乐地成长。课程包采用游戏、绘画、活动参

与等多种体验形式为孩子们提供由体验--感受--启发---感悟的转变。基于此，本研究随机抽取部分参与《积极关系包》课程的学生作为研究对象，探究《积极关系包》是否能帮助他们提升人际关系水平。

2.研究方法

2.1研究对象

本研究共收回前后测问卷各 236 份，其中有效问卷 227 份，有效回收率为 96.2%，具体样本分布情况见下表 1。

表 1.样本分布情况

人口统计学 变量	类别	人数	占总人数百分比
性别	男	137	60.6%
	女	89	39.4%
年级	四年级	30	13.2%
	五年级	63	27.8%
	六年级	134	59%
留守情况	留守	136	30.6%
	非留守	83	42.9%
总计		227	100%

2.2研究工具

本研究采用前后测问卷法。问卷采用邹泓和万晶晶根据 Parker 和 Asher 的《友谊质量问卷》修订的“友谊质量问卷”和邹泓（1998）的同伴关系量表修订版。其中《友谊质量问卷》分六个维度，包括肯定与关心，帮助与指导，陪伴与娱乐，亲密袒露与交流，冲突与背叛和冲突解决策略；《同伴关系量表》包括两个分量表，同伴接受和同伴拒绝。问卷共 32 题，按 5 级计分，1 表示很不符合，2 表示比较不符合，3 表示一般，4 表示比较符合，5 表示很符合。量表得分越高，表明其友谊质量水平和同伴关系水平越好。本次施测中，友谊质量量表的前测 Cronbach α 系数为 0.88，后测 Cronbach α 系数为 0.88，表明量表内部一致性信度较好；同伴关系量表的前测 Cronbach α 系数为 0.86，后测 Cronbach α 系数为 0.89，表明量表内部一致性信度较好。

除量表之外，前测问卷中有一道题目，请学生回答在日常生活和学习中的烦恼和困难；后测问卷中有一道题目，要求学生根据自己对该课程的满意度给课程打分（满分10分），同时回答一道陈述性问题，阐明该课程对自己的帮助。

2.3 研究过程

在开课之前，由受过培训的教师统一发放问卷，实施前测。待结课一周之内，实施后测。问卷统一回收后，日慈志愿者将数据录入电子文档，之后日慈评估人员使用统计分析软件 SPSS 对数据进行处理和分析。

3. 研究结果

3.1 课程满意度分析结果

通过对后测问卷中课程满意度的得分情况进行分析，结果显示，学生对该课程的满意度达到7.86分（满分10分），表明学生对《积极关系包》比较满意。

3.2 友谊质量总体分析结果

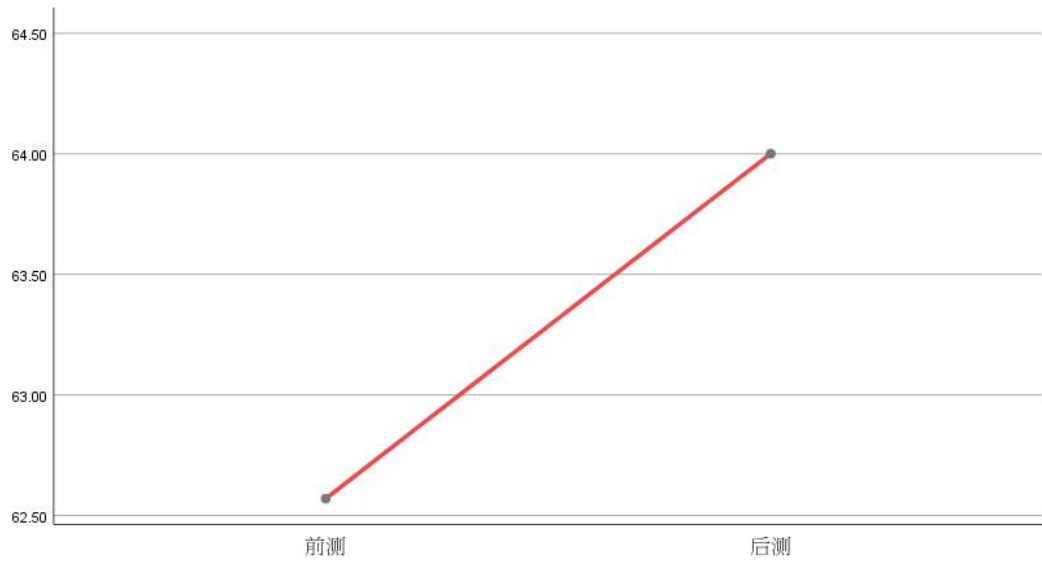
《友谊质量问卷》包括六个维度，其中在冲突与背叛维度上，计算友谊质量总分时，对其采用反向计分的方式。通过比较前后测问卷中《友谊质量问卷》的总体得分情况，结果显示，学生在后测问卷中的得分高于前测得分，但并未达到统计学意义上的显著性差异（ $F = 2.41$, $p > 0.05$ ）。这说明在参加《积极关系包》课程后，学生的友谊质量水平有了一定程度的提升。

表 2. 友谊质量总体得分情况

前/后测	平均分	标准差	平均差（后测-前测）
前测	62.57	14.77	1.43
后测	64.00	14.07	

注：* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

图 1. 友谊质量总体得分情况



3.2.1 按留守情况分析结果

以留守情况为解释变量，对学生的前后测问卷得分进行重复测量方差分析，结果显示，前后测与年级的交互效应不显著 ($F=2.93$, $p>0.05$)。进一步的简单效应分析显示，非留守学生在后测问卷中的得分低于前测问卷，但并未达到统计学意义上的显著性差异，留守学生在后测问卷中得分显著高于前测问卷

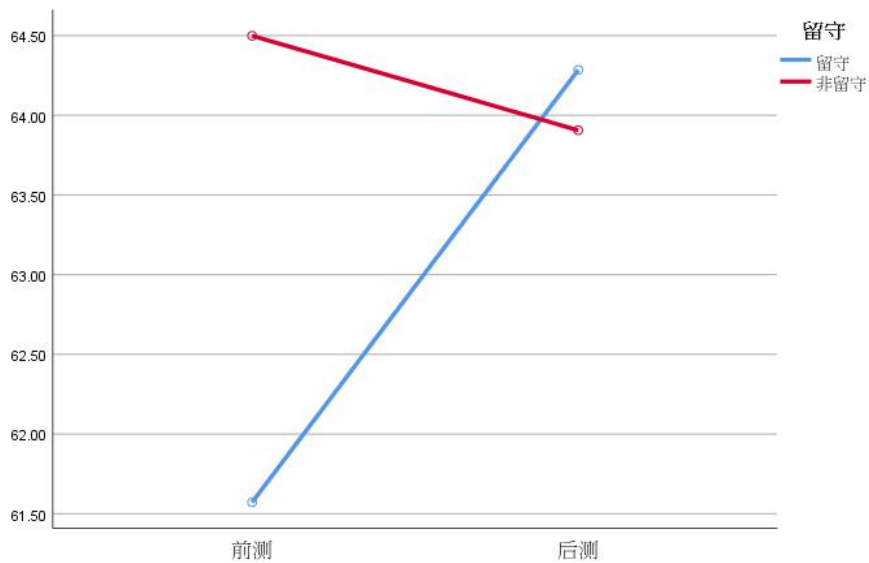
($F=5.63$, $p<0.05$)。这说明在课程实施后，留守学生的友谊质量水平明显提升，与此同时，非留守学生的友谊质量水平没有明显的变化，这可能是由于他们原本的友谊质量水平已经比较高，提升空间有限。

表 4. 不同留守情况学生友谊质量水平得分情况

性别	前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)	人数
留守	前测	61.57	15.86	2.71*	136
	后测	64.28	13.73		
非留守	前测	64.50	13.37	-0.59	83
	后测	63.91	14.87		

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

图 3. 不同留守情况学生友谊质量水平得分情况



3.2.3各维度分析结果

《友谊质量问卷》分六个维度，包括肯定与关心，帮助与指导，陪伴与娱乐，亲密袒露与交流，冲突与背叛和冲突解决策略。通过比较学生在前后测问卷中各维度的得分情况，结果显示，学生在不同维度上的后测得分均高于前测得分，且在肯定与关心维度上达到统计学意义上的显著性差异（肯定与关心， $F = 12.88$, $p < 0.001$ ）。这说明在课程结束后，学生彼此之间的肯定与关心程度得到了显著提升。

表 5. 友谊质量各维度得分情况

维度	前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)
肯定与关心	前测	9.43	3.11	0.54*
	后测	9.97	2.90	
帮助与指导	前测	10.18	3.40	0.37
	后测	10.55	3.25	
陪伴与娱乐	前测	10.99	3.23	0.09
	后测	11.08	3.08	
亲密袒露与交流	前测	10.14	3.53	0.29
	后测	10.43	3.33	
冲突与背叛	前测	6.37	2.89	0.16
	后测	6.53	3.13	
冲突解决策略	前测	10.20	3.41	0.30
	后测	10.51	3.06	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

注: 为了更便于读者理解, 此处冲突与背叛维度上不采用反向计分。

3.3 同伴关系分析结果

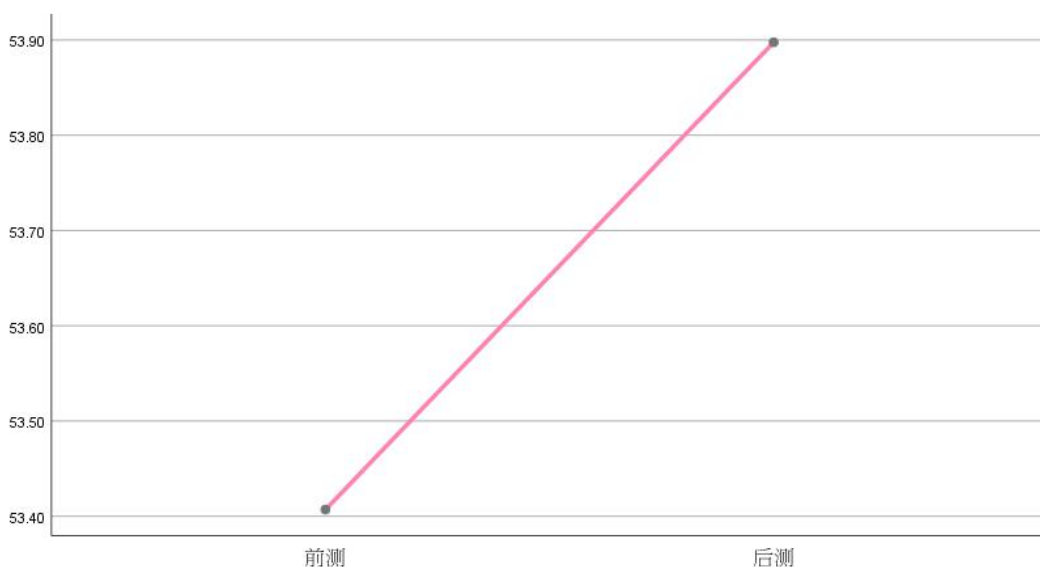
通过比较前后测问卷中同伴关系水平的得分情况, 结果显示, 学生在后测问卷中的得分高于前测得分, 但并未达到统计学意义上的显著性差异 ($F=0.59$, $p>0.05$)。这说明在参加《积极关系包》课程后, 学生的同伴关系水平有了一定程度的提升。进一步的分析表明, 不同性别、年级和留守情况的学生的同伴关系水平变化均未达到统计学意义上的显著性差异, 但在总体上均呈上升趋势。

表 6. 同伴关系水平总体得分情况

前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)
前测	53.41	10.43	0.49
后测	53.90	10.59	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

图 5. 同伴关系水平总体得分情况



3.4 质性数据分析结果

3.4.1 日常学习和生活中的烦恼和困难

学生在前测问卷中阐述了自己在日常学习和生活中的烦恼和困难。通过对学生的表述进行总结分析,结果发现,学生的烦恼和困难主要集中在以下几个方面:

(1) **学业困扰** (“在生活中,数学给我带来了许多困难,比如数学题目不会写,只能一个人静静待着”“英语听不懂,数学难学”“写作业经常遇到不会的题”“学习压力大”)

(2) **人际关系困扰** (“奶奶总是针对我”“容易和弟弟妹妹产生争吵”“有一些题目不懂,但我不敢去问老师”)

(3) **注意力无法集中** (“学习中我会开小差”)

3.4.2 课程收获分析结果

学生在后测问卷中阐述了对《积极关系包》课程的感想以及它对自己的帮助。通过对学生的表述进行总结分析,结果发现,课程在以下几个方面对学生有很大的帮助:

(1) **正确认识自己,增强自信** (“能让我变得更积极,我觉得自己比以前更活泼、更开朗了”“我比以前更愿意表达自己的想法了”“让我知道了自己的特点和性格,

我比以前更加了解我自己了”);

(2) **掌握人际交往的技巧，学会应对人际冲突** (“我知道怎么去交朋友了” “能让我知道怎样处理班级上的纠纷事件” “当我和同学吵架的时候，我知道怎么去解决了”);

(3) **收获友谊** (“能让我和朋友的关系加深” “让我在班上有了更多朋友”)

4.结论

《积极关系包》课程开展后，学生的友谊质量水平和同伴关系水平均有所提升，进一步的分析表明，在友谊质量水平上，学生彼此之间的肯定与关心程度得到了显著提升。学生们表示，该课程帮助他们正确认识自己，增强自信，掌握人际交往的技巧并学会应对人际交往过程中产生的冲突，也收获了友谊。与此同时，学生对该课程的满意度达到7.86分（满分10分），表明他们对《积极关系包》比较满意。

参考文献

- 兰春.(2000). 小学生人际关系现状及培养, *四川教育学院学报*, 16 (12), 33-36.
- 屈智勇,邹泓,王英春.(2004). 不同班级环境类型对学生学校适应的影响, *心理学*, 27(1), 207-211.
- 王芳芳,李雁杰,张胜良等. (2002) . 初中生学习成绩与心理健康状况关系研究, *中国公共卫生*, 9(18),1121-1122.
- 邹泓.(1998). 同伴关系的发展功能及影响因素[J]. *心理发展与教育*, 1998(2).
- 邹泓, 万晶晶.(2002). 初中生友谊发展及其与攻击行为的关系研究[D]. 武汉: 华中师范大学, 2002.