

## 日慈公益基金会2020年春季学期

### 《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400名学生进行课程效果评估。结果显示，《积极关系包》对学生友谊质量的提升影响不太明显，但却提升了学生的同伴接受水平，并且降低了学生之间同伴拒绝情况的发生。进一步的分析表明，在同伴接受水平上，不同性别、年级和留守情况的学生均能从该课程中获益，课程对六年级学生在同伴接受水平上的影响更为显著；在同伴拒绝水平上，不同性别、年级和留守情况的学生在课程实施后，同伴拒绝的情况都有所减少，且课程对六年级学生和留守学生在同伴拒绝水平上的影响更为显著。学生们表示，该课程帮助他们增强自信，学会表达自己，能够站在他人立场看待问题，掌握人际交往的技巧，并收获了友谊。与此同时，学生对该课程的满意度达到8.41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。

## 2. 研究方法

### 2.1 研究对象

本研究共抽取问卷400份, 其中有效问卷为363份, 问卷有效率为91%, 具体样本分布情况见下表。

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	188	51.8%
	女	173	47.7%
年级	五年级	301	82.9%
	六年级	62	17.1%
留守情况	留守	78	21.5%
	非留守	280	77.1%
总计		363	100%

### 2.2 研究工具

本研究采用前后测问卷法。问卷由《友谊质量问卷》和《同伴关系量表》组成。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。本次施测的前测 Cronbach  $\alpha$  系数为0.91, 后测 Cronbach  $\alpha$  系数为0.93, 表明量表内部一致性信度较好。除量表之外, 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程度给课程打分

(满分10分)，同时回答一道陈述性问题，阐明自己在该课程中的感想与收获。

## 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8.41分（满分10分），表明该课程得到了学生的认可与喜爱。

### 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略低于前测得分，但并未达到统计学意义上的显著性差异 ( $F = 0.012, p > 0.05$ )。这说明在参加《积极关系包》课程后，学生的友谊质量没有明显变化。进一步的分析表明，不同性别、年级和留守情况的学生的友谊质量都没有明显变化。

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	66.74	13.09	-0.06
后测	66.68	13.79	

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

#### 3.2.1 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，在参与《积极关系包》课程后，学生在肯定与关心和亲密袒露与交流以及冲突与背叛这三个维度上，后测得分高于前测得分，且在肯定与关心和冲突与背叛这两个维度上达到了统计学意义上的显著性差异(肯定与关心， $F = 12.88, p < 0.001$ ；冲突与背叛， $F = 5.75, p < 0.05$ )；其它维度上后测得分略低于前测得分，但并未达到统计学意义上的显著性差异。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，而随着学生之间亲密交往的增加和交流的增多，冲突也较之前有所增长，需要更多地去关注如何帮助学生掌握冲突解决策略。

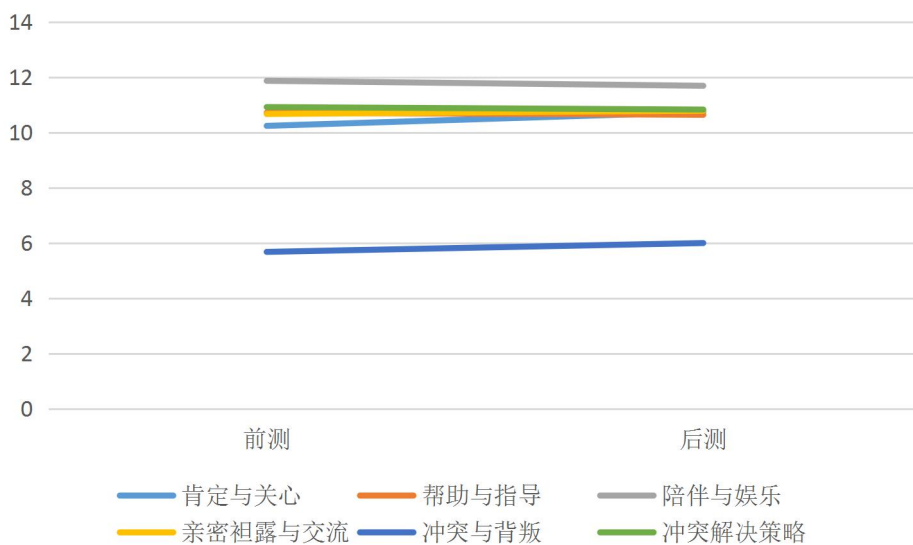
表 3. 友谊质量各维度得分情况

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	10.24	2.87	0.50***
	后测	10.74	2.83	
帮助与指导	前测	10.72	3.24	-0.09
	后测	10.64	3.32	
陪伴与娱乐	前测	11.87	2.72	-0.19
	后测	11.69	2.91	
亲密袒露与交流	前测	10.67	3.30	0.12
	后测	10.79	3.22	
冲突与背叛	前测	5.68	2.42	0.32*
	后测	6.00	2.61	
冲突解决策略	前测	10.92	3.00	-0.09
	后测	10.83	3.13	

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。

图 1. 友谊质量各维度得分情况



### 3.3 同伴接受分析结果

通过比较前后测问卷中《同伴关系》量表中同伴接受这一维度的得分情况，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 ( $F=3.14, p>0.05$ )。这说明在参加《积极关系包》课程后，学生的同伴接受水平没有明显变化。进一步的分析表明，不同性别、留守情况的学生的同伴接受水平没有明显变化。虽然六年级学生的同伴接受水平较之五年级学生有显著提高，但不能代表年级之间存在差异，可能是因为授课教师和班级情况造成的。

表 4. 同伴接受水平总体得分情况

前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)
前测	19.15	4.07	0.30
后测	19.44	4.24	

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

### 3.4 同伴拒绝分析结果

通过比较前后测问卷中《同伴关系》量表中同伴拒绝这一维度的得分情况，结果显示，学生在后测问卷中的得分低于前测得分，且达到统计学意义上的显著性差异 ( $F=6.08, p<0.05$ )。这说明在参加《积极关系包》课程后，学生的同伴拒绝情况显著减少，同伴关系明显变好。

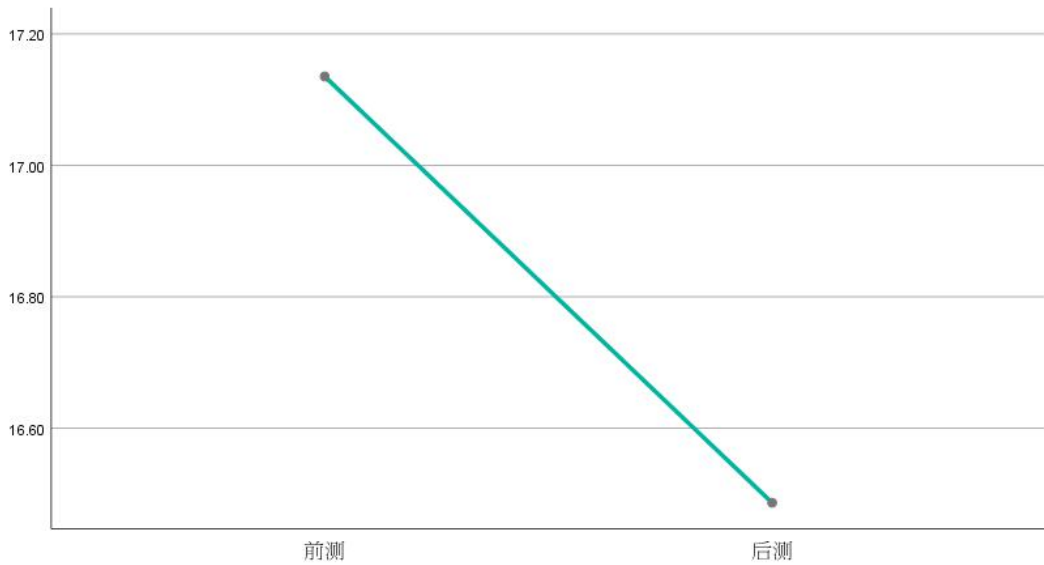
表 5. 同伴拒绝水平总体得分情况

前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)
前测	17.13	6.60	-0.65*
后测	16.49	6.70	

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

注: 为了更便于读者理解, 此处在同伴拒绝维度上不采用反向计分, 分数越少, 同伴拒绝越少, 同伴关系越好。

图2. 同伴拒绝水平总体得分情况



### 3.4.1 按性别分析结果

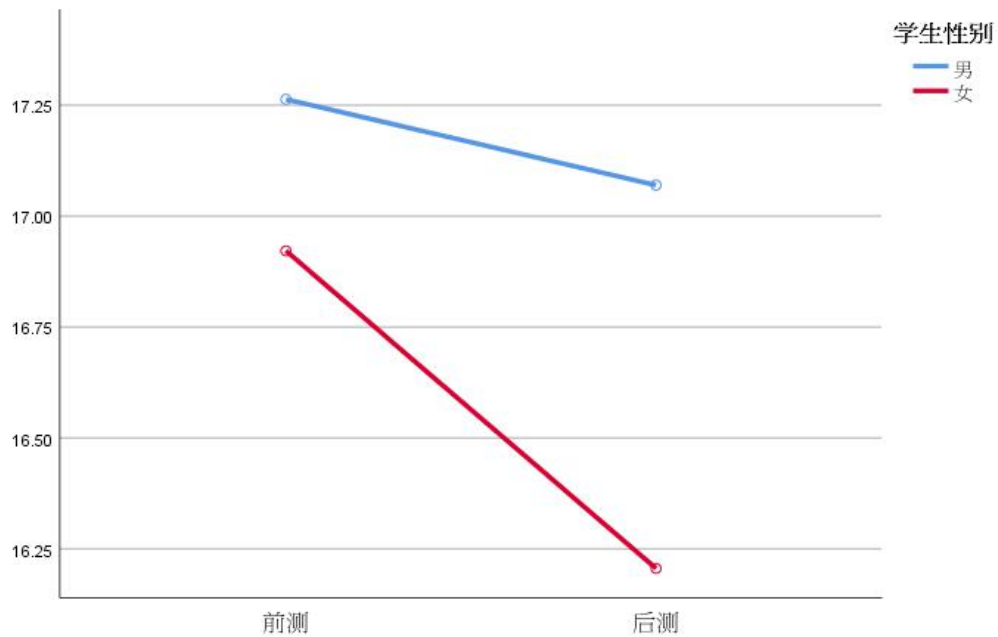
以性别为解释变量，通过对学生的前后测问卷得分进行重复测量方差分析，结果显示，前后测与性别的交互效应不显著 ( $F=0.03$ ,  $p>0.05$ )。进一步的简单效应分析显示，不同性别的学生在后测问卷中的得分均低于前测问卷，但并未达到统计学意义上的显著性差异，这可能是因为样本量较少 (男生,  $F=2.73$ ,  $p>0.05$ ; 女生,  $F=3.31$ ,  $p>0.05$ )。总体来看，不同性别的学生在课程结束后，同伴拒绝的情况都有所减少。

表 6. 不同性别学生同伴拒绝水平得分情况

性别	前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)	人数
男	前测	17.37	6.21	-0.60	188
	后测	16.76	6.72		
女	前测	16.83	4.04	-0.70	173
	后测	16.13	4.28		

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

图 3. 不同性别学生同伴拒绝水平得分情况



### 3.4.2按年级分析结果

以年级为解释变量，通过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显著 ( $F=5.96, p<0.05$ )。进一步的简单效应分析显示，不同年级学生在后测问卷中的得分均低于前测问卷，且六年级学生前后测得分差异达到了统计学意义上的显著性差异（五年级， $F=1.50, p>0.05$ ；六年级， $F=13.64, p<0.001$ ）。虽然六年级学生的前后测得分差异达到了统计学意义上的显著性差异，但不能代表年级之间存在差异，可能是因为授课教师和班级情况造成的。

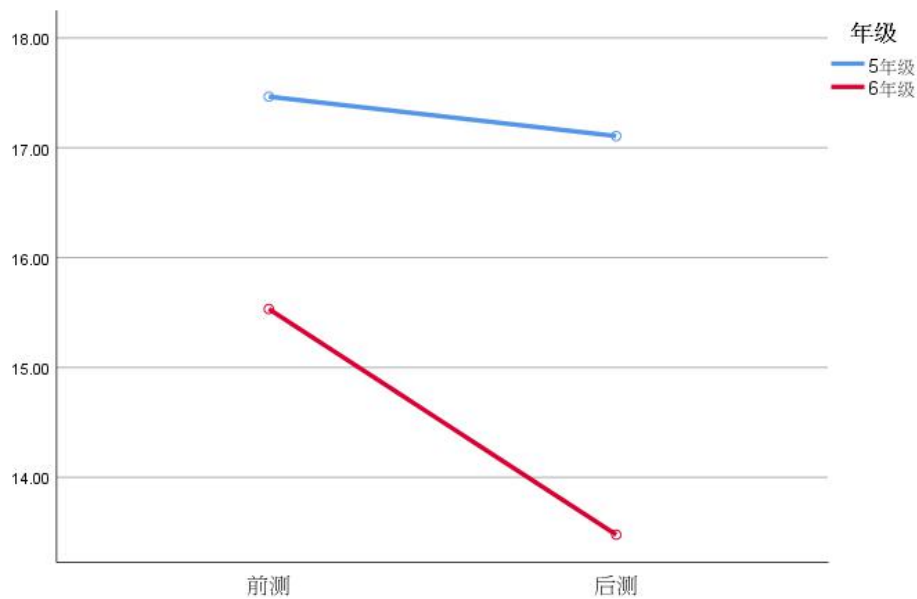
表 7. 不同年级学生同伴拒绝水平得分情况

年级	前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)	人数
五年级	前测	17.47	6.88	-0.36	301
	后测	17.11	6.97		
六年级	前测	15.53	4.80	-2.06***	62
	后测	13.48	4.03		

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



图 4. 不同年级学生同伴拒绝水平得分情况



### 3.4.3 按留守情况分析结果

以留守情况为解释变量,通过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,前后测与留守情况的交互效应不显著 ( $F=1.66, p>0.05$ )。进一步的简单效应分析显示,不同留守情况的学生在后测问卷中的得分均低于前测问卷,且留守学生的前后测得分差异达到了统计学意义上的显著性差异(留守,  $F=5.76, p<0.05$ ; 非留守,  $F=2.23, p>0.05$ )。这说明不同留守情况的学生在课程结束后,同伴拒绝的情况都有所减少,课程对留守学生在同伴拒绝上的影响更为显著,可能留守学生从课程中受益更大。

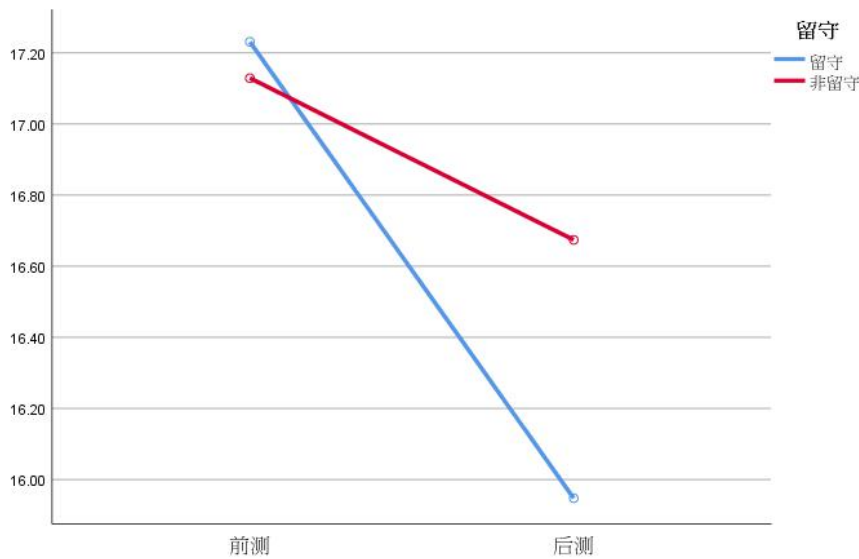
表 8. 不同留守情况学生同伴拒绝水平得分情况

留守情况	前/后测	平均分	标准差	平均差 (后测-前测)	人数
留守	前测	17.23	5.74	-1.28*	78
	后测	15.95	5.58		
非留守	前测	17.13	6.86	-0.45	280
	后测	16.67	7.02		

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



图 5. 不同留守情况学生同伴接受水平得分情况



### 3.5 质性数据分析结果

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，课程在以下四个方面对学生有很大的帮助：

(1) **增强自信，勇于表达**（“我在这个课堂上能单独发表自己的意见，我觉得我比以前更加勇敢了”“我比以前更加开朗了，我能够更好地表达我自己的想法了”）；

(2) **掌握人际交往的技巧**（“我学会了用‘我信息’表达，有一次我弟弟把我的作业给撕了，我想说他，这时我想到了‘你’信息和‘我’信息的区别，我就用‘我’信息说他，他没有很伤心还对我说他以后不会了”“我学会了多说甜甜话，身边的人和我都很快乐”“我知道了在别人说话时，要积极倾听”）；

(3) **学会站在他人立场看待问题**（“我知道了当我们站在自己的视角观看事物时，就只能获得片面信息，如果能够站在他人的视角看待问题，会获取更全面的信息”）。

(4) **收获友谊**（“和班上同学的关系越来越好，有很多同学帮助我了”“让我在班上有了许多朋友，很多人都愿意和我说话了”“我们会在困难的时候互相协助，在学习上共同进步”）

### 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接受水平没有明显

变化，但同伴拒绝情况显著减少，同伴关系明显变好。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，而随着学生之间亲密交往的增加和交流的增多，冲突也较之前有所增长，需要更多地去关注如何帮助学生掌握冲突解决策略；在同伴拒绝水平上，留守学生的同伴拒绝情况显著降低，从课程中受益更大。学生们表示，该课程帮助他们增强自信，学会表达自己，能够站在他人立场看待问题，掌握人际交往的技巧，并收获了友谊。与此同时，学生对该课程的满意度达到8.41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, *心理科学*, 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.