

## 促进我国青少年发展的新视角：积极青少年发展的框架与路径

《中长期青年发展规划（2016-2025年）》是我国首部青年发展的纲领性文件，为我国青年的发展明确了方向、奠定了基础。尽管涉及的年龄范围为14-35周岁，但对包含少年儿童的广义的“青少年”的发展也具有重要的指导意义。如何将该规划落到实处，切实为“民族兴、国家强”做好青少年发展的促进工作，是我国心理学科响应国家急需、服务社会发展的重要使命之一。长久以来，受青少年发展“问题与缺陷”观的影响，我国青少年发展的研究、教育实践乃至公共政策，将研究和工作的重心放在预防和干预青少年自身及发展环境中的各种问题与缺陷上，如防止青少年的吸烟酗酒等风险行为、防止家庭暴力等。在教育方式上也是传统的“说教”式。然而，近年来，该领域从以往的“问题与缺陷”模式转向了一种“基于优势”的青少年发展模式，重点聚焦青少年自身的“优势”及各种潜在的发展资源，由此诞生了“积极青少年发展观”。这为基于我国青少年的发展促进提供了新的框架与路径。

积极青少年发展观的提出，在青少年教育和实践中具有重大的战略意义。在理论上，它从更加整合的视角回答了“基因和环境”、“天性和教养”的争论。具体而言，积极青少年发展观突出了个体发展的“可塑性”这一基本假设，并将其融入在一个由“时间、个体、环境”构成的相互联系的“关系发展系统”中。在此基础上，研究者认为只要“人与环境”拥有良好的匹配关系，在青少年自身的优势（如良好的自我调节能力）和外在发展资源（如积极的家庭和学校氛围）的支持下，任何青少年（即使是处境不利中的青少年，如留守儿童，流动儿童、低收入家庭等）都有可能获得积极的、健康的发展。在实践上，该理论倡导为青少年的发展提供具有支持性的各种资源，以促进他们自身潜能和优势的发挥；主张从发现和促进青少年内在积极特质出发，将青少年自身视为一种资源去培养和开发，而不是将其作为一个可能存在问题的高风险人群去治理；通过促进积极发展，进而达到抑制或减轻问题及风险行为发生的目的。这一视角，刷新了我们对青少年发展的认知，也正在改变相关研究的理论和实践创新。如在青少年研究和教育中，应该更加重视对促进个体发展的积极环境因素的挖掘，更加看重个体的内在优势和潜能的促进，弱化“问题行为”导向的灌输教育思路等。就我国实际而言，这对于促进我国规模庞大的城市务工人员子女（留守与流动儿童）的健康发展，进而阻断贫困的代际传递并实现精准扶贫都具有重要的战略意义。

要促进青少年积极、健康的发展，我们需要回答一个核心的问题：什么样的青少年才能

称之为积极发展呢？或是积极发展的青少年具备哪些特征呢？这个问题关系着如何构建促进青少年发展的指标体系、如何从实践和政策上落实青少年积极发展的路径。尽管西方心理学家对此展开了相应的理论和实践探究，但这些研究是服务于西方国家社会发展的。因此，非常必要基于我国本土文化，探索我国积极青少年发展的基本特征，以此推进我国青少年的教育实践。为此，我们研究团队历时一年，访谈了 112 位教育专家、中小学教师、中小学学生及其家长，并分析了他们视野中“青少年积极发展的关键特征”。在编码分析并和十多位国内发展心理学专家的反复讨论后，我们提出了我国文化背景下积极青少年发展的基本结构，主要包括能力、品格、自我价值和联结四个方面。在品格领域，我们归纳了四个方面的积极特征，分别是：“爱”，反映青少年与他人、家庭、集体和国家关系层面的品格，如孝顺、感恩、爱集体和爱国等；“志”，涉及与青少年自身成就发展相关的品格，如勤奋与刻苦、主动与进取、有志向等；“信”，反映个体融入社会所需要的诚信、自律和责任心等。“毅”，涉及青少年在应对失败和困难过程中的良好品格，如坚毅和专注等。在能力领域，积极发展的青少年应该在学业、社会情绪（如人际交往、情绪控制）和健康生活（如自理）三个方面具有显著优势。在自我领域，自尊自信和自我接纳是个体积极自我价值的重要表现。在联结领域，涉及青少年与其发展生态系统的积极关系，典型的表现为三个层面：与同伴、教师和学校整体环境的互动关系表征为学校联结；与家庭成员的互动关系及归属感表征为家庭联结；与邻里社区中与非家庭成员及整个邻里环境的互动关系表征为社区联结。总体而言，如果把青少年比作一棵树，品格就是树干，能力就是叶子，自我价值就是树根，联结就是树枝，四部分共同构成了一个积极发展的系统，系统内部各部分协同发展，才能最终实现青少年的最充分、最优化的发展。

我们对积极青少年发展特征的探索，既充分继承和反映了我国的优秀传统文化，又与时代对青少年发展的诉求相一致。就积极发展的品格而言，研究结果与儒道思想有关个体修身治世的理念相契合。如“天道酬勤”，“仁者爱人”，“善者吾善之，不善者吾亦善之，德善”等，均体现了古代先贤对理想人格和个人发展的理念，即积极进取、自强坚毅、勤奋刻苦和关爱等优秀品格。同时，我们对青少年发展中的四个方面的品格（爱、志、信和毅）、三种关键能力（学业、社会情绪和健康生活）、三种重要社会联结（学校、家庭和社区）以及积极自我价值的强调，与当下《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010-2020 年）》中的战略主题是一致的，即坚持“德育为先，能力为重，全面发展”。总之，我们的研究结果既扎根于我国优秀传统文化的基因，又充分考虑到了当今新时代背景下对人才的基本要求。

这些本土化的研究结果，对如何促进我国青少年积极发展的教育实践有重要的启示。

第一，发挥优秀传统文化资源优势，推动具有民族特色的青少年积极品格的教育。我国传统文化中蕴藏着指导青少年品格发展的元素，如《论语》、《道德经》等经典著作是我国青少年品格养成的重要文化资源。可以依照“爱、志、信和毅”四个方面的内涵，将优秀文化资源融入到青少年全学段的品格课程教材开发和教育教学中，变单纯的“知识教育”为整合的“品格与知识”的全面促进。

第二，摒弃以往以学习能力为核心的青少年发展考评体系，重视能力的多元化发展。我们建议学校教育中，可以充分利用心理健康、体育等课程平台，开发符合本校学生社会情绪能力和健康生活能力的校本课程。在校外教育或家庭教育中，建议给青少年提供足够的资源或机会，使其在非学业能力得到锻炼和提高，如鼓励参加志愿服务项目、承担家务劳动等。

第三，重视青少年自我的发展，培养积极的自我价值感。家庭和学校教育应该在青少年的自我价值教育中发挥各自的角色，合力促进青少年自我价值的发展。如父母应该采用更为积极的教养方式，帮助青少年客观认识自我，树立与个体自身特点相一致的成就目标，帮助尽早形成稳定的自我认同感。同时，学校教育应更加重视因材施教，通过教师和同伴，引导青少年在社会化过程积极评价自我，在集体互动中实现自我认知的调节。

第四，家庭、学校和社区应创建青少年积极发展的环境资源，加强青少年与环境之间的积极联结。在家庭层面，父母应该创建积极的家庭氛围，如让子女感到温暖、安全等，使子女与家庭及成员之间形成良好的纽带。在学校层面，应该重视校园积极氛围建设，如良好的同伴关系、支持性的人际关系等。如学校心理健康工作不应该停留在心理卫生知识的普及和心理问题的干预上，而应转变为心理健康促进，加大青少年积极心理资本的培育，如自我调节，心理弹性等。在社区层面，应该建立服务于青少年的社区工作队伍，并将其作为校外教育的重要部分，纳入我国的教育体制系统。公共政策和教育实践应重视推动我国社区建设，优化青少年发展的社区环境，如构建良好的邻里凝聚性，促进社区环境的安全与和睦等。

第五，应该建立我国青少年积极发展（尤其是处境不利儿童）指标的全国性数据库，加强对青少年发展及变化趋势的长时间检测。这些全国性的青少年积极发展指标的动态数据，可以为青少年教育公共政策的制定和实施提供重要依据。没有这些客观的数据支持，可能导致无法对特殊青少年进行精准的政策支持和教育指导，势必造成资源浪费和教育成效大打折扣。因此，应该由国家相关部门牵头，依托重要的青少年科研院所，协同并进，定期检测和发布相关统计数据，建立全国性数据库。

最后，目前我国还缺乏针对青少年积极发展的有效的、国家层面的干预示范项目。已有的零碎的干预研究，还不能为我国青少年积极发展提供有价值的干预路径。因此，应该从国

家层面，整合政府、学术机构、公益组织、家庭、学校和社区等力量，尽快试点建设符合我国国情的青少年积极发展项目，并逐步推广，进而形成新时代背景下富有中国特色的积极青少年发展资源网络。如依托“中国青年志愿者行动”等青少年发展重点项目，以“学校、家庭和社区”为主要阵地，将对青少年“缺陷与问题”干预预防和“积极发展”促进有机整合，重点突出“健康、积极与充分发展”的环境资源建设和青少年自身优势潜能的激发，合力推进对农民工子女（留守和流动儿童）、低收入家庭青少年和残障青少年等处境不利青少年的积极发展。

（本文系国家社会科学基金重大项目“流动背景下处境不利儿童青少年发展数据库及积极发展体系研究”（15ZDB138）阶段性成果）