

社会工作助力青少年成长实践探索与路径优化 ——YG小学安全自护小组为例

谢本林, 管亚平, 赵 旭

云南农业大学人文社会科学学院, 云南 昆明

收稿日期: 2025年9月10日; 录用日期: 2025年10月15日; 发布日期: 2025年10月28日

摘 要

在社会快速发展背景下, 青少年面临网络成瘾、心理健康、学业压力及安全风险等多重挑战, 传统解决方式存在局限, 社会工作介入具有重要意义。本研究以YG小学“青少年安全自护小卫士成长小组”为例, 探索社会工作助力青少年成长的实务路径。该小组聚焦三年级53名学生, 以封闭性、发展性小组形式开展5节活动, 围绕隐私保护、反诈、网络安全及校园欺凌四大目标, 基于社会学习理论和认知行为理论设计活动内容。研究发现, 小组活动有效提升了青少年安全自护意识与能力, 但实务过程中面临伦理困境(保密与知情权冲突、案主自决与社工干预矛盾等)、资源问题(专业人才匮乏、资金短缺、分配不均)及服务对象问题(需求表达障碍、服务接受度低)。针对上述问题, 研究提出应对策略: 通过积极沟通与明确职责化解伦理冲突, 以加大投入、合理分配优化资源配置, 借助增强沟通、个性化服务提升青少年参与度。研究表明, 社会工作在青少年成长支持中具有实效性。

关键词

社会工作, 青少年成长, 安全自护小组, 伦理困境, 资源优化

Practice Exploration and Path Optimization of Social Work Assisting Adolescent Growth

—A Case Study of the Safety Self-Protection Group in YG Primary School

Benlin Xie, Yaping Guan, Xu Zhao

College of Humanities and Social Sciences, Yunnan Agricultural University, Kunming Yunnan

Received: September 10, 2025; accepted: October 15, 2025; published: October 28, 2025

Abstract

Against the backdrop of rapid social development, adolescents face multiple challenges such as internet addiction, mental health issues, academic pressure, and safety risks. Traditional solutions have limitations, making the intervention of social work of great significance. This study takes the “Adolescent Safety Self-Protection Guard Growth Group” at YG Primary School as a case to explore the practical path of social work in assisting adolescent growth. The group focused on 53 third-grade students, carrying out 5 sessions in the form of a closed and developmental group. Centering on four goals—privacy protection, anti-fraud, internet safety, and school bullying response—the group designed activities based on social learning theory and cognitive-behavioral theory. The study found that the group activities effectively improved adolescents’ awareness and ability of safety self-protection. However, during the practical process, it faced ethical dilemmas (such as conflicts between confidentiality and right to know, contradictions between client autonomy and social worker intervention), resource issues (lack of professionals, fund shortage, uneven distribution), and service object problems (difficulties in expressing needs, low acceptance of services). In response to these issues, the study proposes countermeasures: resolving ethical conflicts through active communication and clear responsibilities, optimizing resource allocation by increasing investment and rational distribution, and improving adolescents’ participation through enhanced communication and personalized services. The research shows that social work is effective in supporting adolescent growth.

Keywords

Social Work, Youth Growth, Safety Self-Protection Group, Ethical Dilemma, Resource Optimization

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

1.1. 研究背景

在当今社会快速发展的进程中，青少年群体面临着前所未有的机遇与挑战。随着信息技术的飞速进步，互联网和电子设备在青少年生活中广泛普及，网络世界为青少年提供了丰富的学习资源和社交平台，拓展了他们的视野，但同时也带来了网络成瘾等问题。青少年长时间沉迷于网络游戏、社交媒体等网络活动，不仅导致青少年视力下降、肥胖等身体健康问题，还使他们出现焦虑、抑郁等心理问题，与现实世界产生隔阂，甚至影响到学业，造成学习成绩下滑，部分青少年因沉迷网络而选择辍学[1]。

与此同时，青少年时期作为身心快速发展、面临多个成长议题的关键阶段，也是心理健康问题的多发时期。青少年心理健康问题不仅会导致个人痛苦、造成家庭负担，也会给社会发展带来潜在的消极影响。

此外，青少年还面临着学业压力、同伴关系处理、家庭关系变化等诸多问题。在应试教育体系下，考试成绩被视为评价学生能力的主要标准，家长与学校对成绩的过分重视使得学生们背负沉重的学习压力，长时间高强度学习不仅消耗体力，还容易引发焦虑、抑郁等情绪障碍[2]。

面对青少年成长过程中出现的种种问题，传统的解决方式存在一定的局限性。学校教育主要侧重于知识传授和学业成绩提升，对青少年心理健康和社会适应能力的培养相对不足；家庭教育由于家长缺乏

专业知识和方法，往往难以有效应对青少年的复杂问题；而社会相关机构的服务也存在碎片化、不系统等问题。因此，迫切需要一种专业的力量介入，帮助青少年解决问题，促进其健康成长。社会工作作为一门以助人为宗旨，运用专业知识、理论和方法，协调社会关系、预防和解决社会问题、促进社会公正的专业，其独特的价值理念和专业方法，为解决青少年问题提供了新的视角和途径，能够更好地满足青少年的多元化需求，助力青少年实现身心的全面发展[3]。

1.2. 研究意义

本研究具有多层面的重要意义，涵盖了青少年个体成长、社会工作专业发展以及社会和谐稳定等方面。

从青少年个体成长角度而言，青少年时期是个体身心发展的关键阶段，对青少年进行社会工作介入，有助于及时解决他们在成长过程中遇到的各种问题，如网络成瘾、心理健康问题等。通过专业的社工服务，帮助青少年树立正确的价值观和人生观，提高他们的自我认知和情绪管理能力，增强应对挫折和困难的韧性，促进其身心健康的全面发展，为他们未来的人生道路奠定坚实的基础。

2. 文献综述

2.1. 青少年相关问题研究

随着社会的发展与变革，青少年相关问题逐渐成为社会各界关注的焦点。众多学者围绕青少年网络成瘾、心理健康等问题展开了深入研究，揭示了这些问题的现状与成因。

在青少年网络成瘾问题上，青少年网络成瘾不仅影响学业成绩，导致他们难以集中精力学习，成绩下滑，还会使他们人际关系紧张，在现实生活中与家人、朋友交流减少，陷入孤独的状态，甚至引发焦虑、抑郁、自卑等心理疾病[4]。学者们分析其成因主要包括心理和社会两方面因素。从心理因素来看，青少年自我控制能力不足，在面对网络的诸多诱惑时，难以克制自己的上网行为；部分青少年寻求刺激，网络世界中的虚拟体验和冒险情节能够满足他们的好奇心；还有些青少年通过网络逃避现实生活中的压力和挫折，如学业压力、家庭矛盾等。在社会因素方面，家庭环境的影响不容忽视，家庭管教缺失，父母对孩子上网行为缺乏有效的监督和引导，使得青少年更容易沉迷网络[5]。同伴影响也起到重要作用，若身边同伴都热衷于网络活动，青少年很容易受到感染而参与其中；教育压力也是一个重要因素，在应试教育背景下，学生面临巨大的学习压力，网络成为他们释放压力的途径之一，从而导致网络成瘾现象的发生[6]。

众多研究表明关于青少年心理健康问题也存在多方面的原因。青少年心理健康问题主要体现在学习、自我认知、人际关系、生活和社会适应等方面[7]。在学习上，表现为学习动力不足、考试焦虑等；自我认知方面，部分青少年对自己缺乏正确的认识，容易产生自卑或自负心理；人际关系中，与父母、同伴、老师的关系处理不当，会引发青少年的心理困扰；在生活和社会适应上，面对生活中的挫折和社会环境的变化，青少年可能出现适应困难的情况。这些心理问题的成因是多方面的，学业压力是主要因素之一，学校为追求高升学率，给学生布置大量作业、频繁组织考试，家长对子女期望过高，都使青少年承受着巨大的心理负担；家庭环境也至关重要，父母感情破裂、家教方法不当、对孩子忽视或过度关注等[8]，都会对青少年心理产生负面影响；社会环境同样会带来影响。

2.2. 社会工作介入青少年问题研究

社会工作作为一门致力于解决社会问题、促进社会公平与和谐的专业，在青少年问题的解决中发挥着重要作用。众多学者对社会工作介入青少年问题的理论、方法与实践成果进行了研究，为解决青少年

问题提供了专业视角和有效途径。

在理论运用方面,社会工作的多种理论为介入青少年问题提供了坚实基础。社会支持理论强调个体与社会环境的互动以及社会支持网络对个体的重要性。在解决青少年网络成瘾问题时,可运用该理论构建青少年的社会支持网络。生态系统理论将个体置于多个相互关联的生态系统中,认为个体的发展受到微观、中观和宏观系统的影响[9]。在处理青少年心理健康问题时,可依据该理论从家庭、学校、社区等多个层面入手,综合考虑各系统对青少年心理的影响,制定全面的干预方案。认知行为理论关注认知、情绪和行为之间的相互关系,认为改变认知可以影响行为和情绪[10]。在青少年犯罪预防中,可运用此理论帮助青少年纠正错误认知,如引导他们正确认识犯罪行为的后果,从而减少犯罪行为的发生。

在方法应用上,个案工作、小组工作和社区工作是社会工作介入青少年问题的主要方法。个案工作通过一对一的专业服务,深入了解青少年的问题和需求,制定个性化的服务计划。小组工作以小组为平台,通过成员之间的互动、交流与合作,实现个人成长和行为改变。在解决青少年心理健康问题时,可组织心理健康成长小组,通过开展心理讲座、互动游戏、分享交流等活动,帮助青少年学习心理调适方法,增强自信心,改善人际关系[11]。

在实践成果方面,社会工作介入青少年问题取得了显著成效。一些社会工作服务机构开展的青少年网络成瘾干预项目,通过综合运用多种理论和方法,帮助众多青少年成功摆脱网络成瘾的困扰,提高了他们的自我管理能力和社会适应能力[12]。在青少年心理健康服务领域,社会工作者与学校、医院等合作,为有心理问题的青少年提供心理咨询、心理治疗和心理支持等服务,有效缓解了青少年的心理压力,改善了他们的心理状态[13]。

2.3. 研究述评

综合上述研究,学者们在青少年相关问题及社会工作介入方面已取得了丰富的成果。在青少年问题研究领域,对网络成瘾、心理健康等问题的现状与成因分析较为全面和深入,为后续研究提供了坚实的基础和清晰的方向。在社会工作介入研究方面,对理论运用、方法应用及实践成果的探讨,为解决青少年问题提供了专业且有效的途径。

然而,现有研究仍存在一定的局限性。在青少年问题研究中,虽然对各类问题的成因分析较为深入,但对不同问题之间的相互关系和影响机制研究相对不足。例如,网络成瘾与心理健康问题之间可能存在相互作用,网络成瘾可能导致心理健康问题的产生,而心理健康问题也可能加重网络成瘾的程度,但目前对于这种复杂关系的研究还不够系统和全面。

在社会工作介入研究方面,虽然已运用多种理论和方法开展实践,但部分研究存在理论与实践结合不够紧密的问题。一些研究在理论阐述上较为详尽,但在实际应用中,未能充分考虑青少年的个体差异和具体情境,导致服务方案的针对性和有效性有待提高。此外,对于社会工作介入的效果评估,部分研究仅采用单一的评估方法,缺乏多维度、综合性的评估,难以全面准确地反映社会工作介入的实际效果。

3. 研究方法

3.1. 研究设计类型

本研究采用单组前测-后测设计,以 YG 小学三年级 53 名参与“青少年安全自护小卫士成长小组”的学生为研究对象,通过在小组活动开展前(T1)和活动结束后(T2)分别进行问卷测量,对比分析学生在隐私保护、反诈、网络安全、校园欺凌四大安全主题上的知识、态度及行为意向变化,从而评估小组活动的干预效果。同时,结合焦点小组访谈法,收集质性资料,进一步验证干预的有效性,形成定量与定性

相结合的评估体系。

3.2. 研究对象

研究对象为 YG 小学三年级学生, 共计 53 人。其中男生 28 人, 女生 25 人, 年龄范围在 8~10 岁之间。该年龄段学生处于身心快速发展阶段, 对世界充满好奇, 但自我保护意识和能力相对薄弱, 易受到各类安全风险威胁, 符合安全自护教育的核心需求群体特征。研究对象的选取通过学校班主任推荐与学生自愿报名相结合的方式确定, 确保样本具有一定的代表性且能积极参与小组活动。

3.3. 研究工具

3.3.1. 青少年安全自护能力评估问卷

参考现有青少年安全教育相关研究成果, 结合本小组活动的四大核心主题(隐私保护、反诈、网络安全、校园欺凌), 自编《青少年安全自护能力评估问卷》。问卷分为三个维度:

知识维度(12 题): 涵盖隐私部位识别、常见诈骗手段判断、网络信息保护要点、校园欺凌类型区分等内容。态度维度(10 题): 包括对隐私保护的重视程度、对诈骗行为的警惕态度、对网络安全的关注程度、对校园欺凌的反对立场等。行为意向维度(8 题): 涉及遇到隐私侵犯时的应对倾向、面对诈骗信息的处理意愿、上网时的行为选择、遭遇校园欺凌时的反应计划等。

3.3.2. 焦点小组访谈提纲

根据小组活动的核心目标与评估需求, 设计半结构化焦点小组访谈提纲, 共包含 5 个核心问题:

(1) 在小组活动中, 你印象最深刻的内容是什么? 这些内容让你对安全自护有了哪些新的认识?

(2) 参加活动后, 如果你遇到有人想触碰你的隐私部位/收到陌生人的转账要求/在网上看到不良信息/看到同学被欺负, 你会和之前有不一样的做法吗? 具体会怎么做?

(3) 你觉得小组活动中的游戏、角色扮演、案例讨论等环节, 对你理解安全知识有帮助吗? 为什么?

(4) 你希望未来的安全自护活动还能增加哪些内容或采用哪些形式?

(5) 你认为参加这次小组活动, 对你自己和身边的同学有什么影响?

访谈对象从 53 名研究对象中随机选取, 分为 3 组, 每组 8~10 人, 确保涵盖不同性别、不同参与积极性的学生, 以获取多元化的质性资料。

3.4. 数据收集与分析方法

3.4.1. 数据收集

问卷收集: 在小组活动第一节开始前(T1), 由社工统一发放前测问卷, 采用匿名填写方式, 向学生说明填写要求, 当场回收; 在小组活动第五节结束后(T2), 发放后测问卷, 回收方式与前测一致。共发放问卷 53 份, 回收有效问卷 53 份, 有效回收率 100%。

访谈收集: 在小组活动结束后 1 周内, 由专业社工主持焦点小组访谈, 每组访谈时长约 15 分钟, 访谈过程全程录音, 事后将录音转录为文字资料, 确保资料的完整性与真实性。

3.4.2. 数据分析

定量分析: 采用统计软件对前测与后测问卷数据进行分析。首先进行描述性统计, 分析学生在各维度的前测、后测得分情况。定性分析: 采用主题分析法对访谈文本资料进行编码与分析。首先对转录的文字资料进行逐句阅读, 提取与安全自护知识提升、态度转变、行为意向改变相关的语句; 然后对提取的语句进行初始编码, 归纳相似编码形成子主题, 最终整合子主题形成核心主题, 以验证定量分析结果, 并补充定量数据未能涵盖的细节信息。

4. 社会工作介入青少年问题的实务过程——以 YG 小学安全自护小组为例

4.1. 小组基本信息

本小组定名为“青少年安全自护小卫士成长小组”，其服务对象精准聚焦于 YG 小学三年级学生，共计 53 人。三年级学生正处于身心快速发展阶段，对世界充满好奇，但自我保护意识和能力相对薄弱，容易受到各类安全风险的威胁，因此是开展安全自护教育的关键群体。

小组性质为封闭性、发展性小组。封闭性小组的设置，能确保小组成员在稳定的环境中持续互动，有利于建立深厚的信任关系，避免外界干扰，使小组活动的连贯性和稳定性得以保障，让成员更深入地参与到小组进程中。而发展性小组则着重于促进成员的成长与发展，通过一系列有针对性的活动，帮助成员学习新的知识和技能，提升自我认知和应对问题的能力，挖掘自身潜力，实现身心的全面发展。

小组周期共 5 节，每周 1 节，每节 40 分钟。这样的时间安排充分考虑到三年级学生的学习和生活节奏，既不会给学生造成过重的负担，又能保证小组活动有足够的时间深入开展，使成员逐步吸收和掌握安全自护知识与技能。

活动地点选定在 YG 小学教室或活动室，这些场所为学生所熟悉，能让学生在舒适、安全的环境中参与小组活动，同时，学校的教室和活动室配备了多媒体设备、桌椅等基础设施，便于开展多样化的活动，如播放视频、展示图片、进行小组讨论和角色扮演等，为小组活动的顺利进行提供了有力保障。

4.2. 小组背景

在社会快速发展的进程中，青少年面临的安全风险呈现出日益增多的态势。小学生正处于身心发展的关键时期，这一阶段他们的自我保护意识和能力相对薄弱，在面对各种安全风险时往往缺乏有效的应对能力。前期社工在 YG 小学积极开展了隐私教育课程，通过游戏、讨论等生动有趣的方式引导学生认识身体隐私部位，让学生学会保护个人隐私，还聚焦反诈教育，让学生识别常见骗局，增强了反诈意识，但当前青少年安全问题涉及的范围极为广泛，远不止隐私和诈骗这两个方面。

网络安全问题日益严峻，随着互联网在青少年生活中的深度渗透，青少年在享受网络带来的便利和乐趣时，也面临着诸多网络安全风险。网络上的不良信息，如暴力、色情等内容，也会对青少年的身心健康造成严重的负面影响，扭曲他们的价值观和世界观。此外，青少年还容易沉迷于网络游戏，影响学习和生活，导致视力下降、社交能力退化等问题。

校园欺凌也是不容忽视的问题，在校园环境中，部分学生可能会遭受来自同学的欺凌。这种欺凌行为不仅会对被欺凌者的身体造成伤害，更会给他们的心理留下难以磨灭的阴影，导致自卑、抑郁、恐惧等心理问题，影响他们的学习和生活，甚至可能对其未来的发展产生长期的负面影响。

4.3. 小组目标

小组的总目标是全方位提升青少年的安全自护意识和能力，使他们能够在日常生活中精准识别各类安全风险，并采取有效的应对措施，切实保障自身的身心健康和生命财产安全。这一总目标涵盖了多个层面，不仅关注青少年对安全风险的认知，更注重他们在实际行动中的应对能力，致力于为青少年的健康成长构筑坚实的防线。

围绕总目标，设定了以下具体目标：

(1) 隐私保护意识提升：帮助小组成员认识身体隐私重要性，掌握保护方法以增强隐私保护意识。针对青少年日常生活中可能面临的隐私泄露风险，通过小组活动引导其明确身体隐私边界，学会拒绝不合理触碰与侵犯，掌握公共场所隐私保护、人际交往中坚守隐私底线等不同场景下的保护技巧，让青少年自信、安全地应对生活。

(2) 反诈能力增强：让小组成员准确识别网络游戏诈骗、冒充熟人诈骗等常见诈骗手段，熟记反诈口诀并在实际生活中灵活运用以劝阻风险行为。针对社会诈骗手段多样化、青少年易受骗的现状，通过案例分析、角色扮演等活动，帮助成员深入了解诈骗特点与套路，提高警惕性和识别能力，同时通过反复练习强化反诈口诀记忆，确保其遇到类似情况能迅速反应、避免受骗。

(3) 网络安全意识培养：帮助小组成员了解网络安全知识(如不随意泄露个人信息、正确用网)以提高安全意识。针对互联网时代青少年面临的网络安全问题，通过知识讲解与案例分析，引导成员认识网络安全重要性，掌握设置强密码、不点击陌生链接等个人信息保护方法，学会正确使用网络资源、避免沉迷，网络成为青少年成长的助力而非阻碍。

(4) 校园欺凌应对能力提升：引导小组成员认识校园欺凌危害，掌握应对方法以营造和谐校园环境。针对校园欺凌对受害者身心及校园氛围的不良影响，通过知识讲解、情景模拟等活动，让成员了解欺凌表现形式、危害及应对策略，使其遭遇欺凌时能勇敢保护自己 and 他人，采取向老师/家长报告等正确方式解决问题，避免以暴制暴，共同维护校园和谐。

4.4. 小组理论依据

在本小组活动中，主要依据社会学习理论和认知行为理论来设计和实施相关活动，以实现提升青少年安全自护意识和能力的目标。

社会学习理论由班杜拉提出，该理论强调个体通过观察他人的行为及其结果而进行学习[14]。在小组中，这一理论有着广泛的应用。通过展示实际案例、播放视频等方式，让青少年观察到安全风险的危害和正确的应对方法，从而模仿和学习这些行为，提高自身的安全自护能力。例如，在反诈教育环节，通过播放诈骗案例视频，视频中详细展示了诈骗分子如何利用网络游戏账号交易进行诈骗，以及受害者的遭遇和损失，让组员直观地看到诈骗行为的后果，进而学习如何识别和应对诈骗。在面对网络上陌生人提出的网络游戏账号交易时，他们能够回忆起视频中的案例，提高警惕，避免上当受骗。在校园欺凌应对的教学中，展示一些学生成功应对校园欺凌的案例，让其他学生观察他们的应对方式，如如何勇敢地表达自己的态度、如何及时向老师和家长求助等，从而在遇到类似情况时能够模仿这些正确的行为，保护自己[15]。

认知行为理论认为认知、情绪和行为三者之间存在相互作用[16]。青少年对安全问题的认知会影响他们的情绪和行为。通过小组活动，帮助青少年纠正对安全问题的错误认知，树立正确的安全观念，从而引导他们产生积极的行为。如在隐私教育中，部分青少年可能存在对身体隐私的错误认知，认为与他人过分亲密的接触是正常的，或者对隐私保护的重要性认识不足。通过小组讨论、知识讲解等活动，帮助青少年正确认识身体隐私，消除这些错误认知，让他们明白保护隐私是对自己的尊重和保护，进而主动保护自己的隐私。在网络安全教育中，针对一些青少年认为在网络上随意透露个人信息不会有风险的错误认知，通过分析网络信息泄露导致的严重后果的案例，让青少年认识到网络安全的重要性，改变他们的认知，从而引导他们在上网时注意保护个人信息，采取如不随意添加陌生人为好友、不轻易在不可信的网站上填写个人信息等正确的行为[17]。

4.5. 小组招募与筛选

在小组招募环节，积极与 YG 小学展开深度合作。借助班主任在班级内的宣传力量，向学生和家长详细介绍小组的目标、内容和意义。班主任作为学生在学校日常学习和生活中的重要引导者，与学生和家长保持着密切的沟通，能够更直接、有效地传达小组的相关信息。通过班主任的宣传，让学生和家长了解到参加小组活动对学生安全自护能力提升的重要性，激发学生的参与兴趣，邀请有兴趣的学生报名参加。

在筛选标准方面,首先年龄需在 8~10 岁之间,为小学三年级学生,这一年龄段的学生正处于对世界充满好奇、学习能力较强的时期,是接受安全自护教育的黄金阶段,能够更好地理解和吸收小组活动中传授的安全知识和技能。其次,能够遵守小组规则,积极与其他成员互动合作也是筛选的关键。在小组活动中,遵守规则是保证活动顺利进行的基础,而积极互动合作则有助于营造良好的小组氛围,促进成员之间的交流与学习,使学生在相互学习和帮助中共同提升安全自护能力。

4.6. 小组活动设计

节次	主题	活动目标	主要内容	时间安排
第一节	相遇安全自护小组	建立小组契约,增进成员间的相互了解,初步引入安全自护话题	1. 破冰游戏:“名字接龙”,让成员相互认识。 2. 社工介绍小组的目标、内容、规则等基本信息。 3. 引导成员共同讨论制定小组契约,如遵守时间、积极参与、尊重他人等。 4. 简单介绍后续小组活动的大致内容,激发成员的兴趣。	10 分钟 5 分钟 15 分钟 10 分钟
第二节	身体隐私的“红绿灯”	帮助成员认识身体隐私部位,建立保护隐私的观念	1. 回顾第一节小组内容,引出本节主题。 2. 游戏引领:“我说你指”和“身体碰一碰”,让成员通过游戏感知不同身体部位的碰触感受。 3. 找红绿灯:展示身体部位图片,引导成员圈出红绿灯区(绿灯区、黄灯区、红灯区),并讨论原因,明确隐私部位的定义和保护方法。 4. 讨论与分享:成员分享自己在日常生活中遇到的关于身体隐私的情况,以及如何保护自己的隐私。	5 分钟 10 分钟 15 分钟 10 分钟
第三节	反诈小卫士养成记	让成员识别常见诈骗手段,熟记反诈口诀,提高反诈意识和能力	1. 视频及游戏导入:播放反诈宣传短片《反诈破局》,提问互动“我们小学生会成为电信诈骗的对象吗”,引出反诈话题。 2. 新课讲授:通过案例学习(网络游戏账号交易诈骗、冒充老师收费诈骗等 6 种常见骗局),分析诈骗手段和危害,引导成员思考应对方法。 3. 我是反诈小卫士:教师总结反诈口诀,带领成员朗读并熟记,通过角色扮演等方式让成员模拟应对诈骗场景。	5 分钟 25 分钟 10 分钟
第四节	网络安全小达人	帮助成员了解网络安全知识,提高网络安全意识	1. 回顾前两节小组内容,引入网络安全主题。 2. 知识讲解:介绍网络安全的重要性,如个人信息保护、避免网络沉迷、正确对待网络信息等。 3. 案例分析:展示网络安全案例,如个人信息泄露导致的危害、网络欺凌等,引导成员讨论如何在网络环境中保护自己。 4. 小组讨论:“如何安全上网”,成员分享自己的上网习惯和遇到的问题,共同探讨解决方案。	5 分钟 15 分钟 10 分钟 10 分钟
第五节	校园欺凌零容忍	让成员认识校园欺凌的危害,掌握应对校园欺凌的方法	1. 回顾前三节小组内容,引出校园欺凌主题。 2. 知识讲解:介绍校园欺凌的定义、表现形式和危害,让成员正确认识校园欺凌。 3. 情景模拟:通过模拟校园欺凌场景,让成员分别扮演欺凌者、被欺凌者和旁观者,体验不同角色的感受,引导成员思考如何预防和应对校园欺凌。 4. 总结分享:成员分享在小组中的收获和感受,社工对小组进行总结,强调安全自护的重要性,鼓励成员在日常生活中运用所学知识保护自己 and 他人。	5 分钟 10 分钟 20 分钟 10 分钟

在第一节“相遇安全自护小组”中，“名字接龙”破冰游戏能够迅速活跃气氛，打破成员之间的陌生感，让大家在轻松愉快的氛围中相互认识。社工对小组基本信息的介绍，使成员对小组活动有清晰的了解，明确努力方向。共同讨论制定小组契约，充分尊重成员的意见，增强他们的责任感和归属感，为小组活动的顺利开展奠定基础。对后续活动内容的简单介绍，激发成员的好奇心和参与热情，使他们对未来的小组活动充满期待。

第二节“身体隐私的‘红绿灯’”，“我说你指”和“身体碰一碰”游戏以生动有趣的方式，让成员在互动中感知身体部位的碰触感受，为认识身体隐私部位做好铺垫。“找红绿灯”环节通过直观的图片展示和深入的讨论，帮助成员明确隐私部位的定义和保护方法，让他们对身体隐私有更清晰的认识。成员的讨论与分享，将理论知识与实际生活相结合，进一步强化他们的隐私保护意识，使他们能够在日常生活中更好地保护自己的隐私。

第三节“反诈小卫士养成记”，反诈宣传短片《反诈破局》以真实案例为素材，情节紧张刺激，能够迅速吸引成员的注意力，引发他们对电信诈骗的关注。通过案例学习，详细剖析网络游戏账号交易诈骗、冒充老师收费诈骗等常见骗局的手段和危害，让成员深刻认识到电信诈骗的严重性。反诈口诀简洁易记，通过反复朗读和角色扮演等实践活动，帮助成员将反诈知识牢记于心，提高他们在实际生活中的反诈能力，使他们能够有效识别和应对诈骗行为。

第四节“网络安全小达人”，知识讲解环节系统全面地介绍网络安全的重要性，涵盖个人信息保护、避免网络沉迷、正确对待网络信息等多个方面，让成员对网络安全有全面的认识。案例分析选取具有代表性的网络安全案例，如个人信息泄露导致的危害、网络欺凌等，通过深入分析和讨论，引导成员思考在网络环境中保护自己的方法。小组讨论“如何安全上网”为成员提供交流平台，他们可以分享自己的上网习惯和遇到的问题，共同探讨解决方案，相互学习和启发，进一步提高网络安全意识和自我保护能力。

第五节“校园欺凌零容忍”，知识讲解明确校园欺凌的定义、表现形式和危害，让成员对校园欺凌有准确的认知，认识到校园欺凌对受害者身心造成的严重伤害。情景模拟让成员亲身体验欺凌者、被欺凌者和旁观者的角色，从不同角度感受校园欺凌的影响，引导他们思考预防和应对校园欺凌的有效方法。总结分享环节，成员分享在小组中的收获和感受，将所学知识内化为自己的经验，社工的总结强调安全自护的重要性，鼓励成员将所学运用到日常生活中，共同营造和谐的校园环境。

4.7. 干预效果评估结果

4.7.1. 定量结果

为精准衡量“青少年安全自护小卫士成长小组”的干预效果，本研究以 YG 小学 53 名三年级学生为前测对象、53 名三年级学生为后测对象(1 名学生因转学剔除)，采用配对样本 t 检验对比分析前测与后测在知识、态度、行为意向三个维度的得分差异，同时通过“正确选择率”指标细化各题项的认知改善情况，表 1、表 2、表 3 结果如下：

Table 1. Comparison of correct selection rates for each item in the knowledge dimension before and after the test (Unit: %)
表 1. 知识维度各题项前测后测正确选择率对比(单位：%)

题项	主题	前测正确率	后测正确率	提升幅度
1	隐私部位识别	25.93	88.68	62.75
2	陌生人接送应对	18.52	86.79	68.27
3	游戏账号诈骗识别	35.19	92.45	57.26
4	家庭信息保护	25.93	84.91	58.98

续表

5	校园欺凌识别	29.63	88.68	59.05
6	陌生链接应对	22.22	86.79	64.57
7	隐私侵犯应对	24.07	86.79	62.72
8	虚假罚款电话应对	25.93	86.79	60.86
9	安全密码设置	14.81	84.91	70.10
10	欺凌现场应对	24.07	92.45	68.38
11	陌生人协助拒绝	31.48	90.57	59.09
12	反诈口诀记忆	25.93	92.45	66.52

Table 2. Summary of intervention effects on attitude dimensions

表 2. 态度维度干预效果总结

题项类型	题序	题项内容	评估指标	前测数据	后测数据	变化幅度	核心结论
正向态度题	1	保护好自己的身体隐私，是对自己的尊重和保护	“非常认同”比例	27.78%	79.25%	提升 51.47 个百分点	学生建立“隐私保护即自我尊重”的认知
正向态度题	4	看到同学被欺负，不能不管，应该想办法帮他	“非常认同”比例	20.37%	75.47%	提升 55.10 个百分点	学生从“事不关己”转向“主动助人”
正向态度题	6	要是有人想碰我的隐私部位，我一定要勇敢说“不”	“非常认同”比例	22.22%	79.25%	提升 57.03 个百分点	学生面对侵犯的勇气显著增强
反向态度题	2	现在诈骗离我们很远，不用特意提高警惕	“比较/非常认同”比例	31.48%	9.43%	下降 22.05 个百分点	学生意识到诈骗风险的普遍性
反向态度题	5	学不学安全自护知识都一样，反正不会遇到危险	“比较/非常认同”比例	33.33%	9.43%	下降 23.90 个百分点	扭转“安全与我无关”的错误观念
反向态度题	9	被同学欺负了，跟别人说会很丢人，还是自己忍了吧	“比较/非常认同”比例	24.08%	11.32%	下降 12.76 个百分点	学生摒弃“隐忍即勇敢”的误区

Table 3. Summary of intervention effects on behavioral intention dimensions

表 3. 行为意向维度干预效果总结

题项类型	题序	题项内容	评估指标	前测数据	后测数据	变化幅度	核心结论
正向行为意向题	1	如果有人故意碰你的隐私部位，你愿意马上跑开，然后告诉爸爸妈妈吗	“比较/非常愿意”比例	37.03%	90.56%	提升 53.53 个百分点	学生从“害怕沉默”转向“主动反抗并报告”
正向行为意向题	4	看到有同学被其他同学推搡、骂，你愿意去告诉老师吗	“比较/非常愿意”比例	48.14%	94.34%	提升 46.20 个百分点	“报告老师”成为学生应对欺凌的首选方式
正向行为意向题	8	遇到不知道怎么解决的安全问题(比如有人总跟着你)，你愿意找社工姐姐或老师帮忙吗	“比较/非常愿意”比例	25.92%	88.68%	提升 62.76 个百分点	学生对专业帮助的接受度大幅提升
反向行为意向题	3	网上认识的人问你“你几岁啦？住哪个小区呀？”，你愿意告诉他这些信息吗	“比较/非常愿意”比例	29.63%	11.32%	下降 18.31 个百分点	学生对个人信息保护的警惕性增强
反向行为意向题	6	被欺负的同学让你“别告诉老师，不然他会打我”，你愿意答应帮他隐瞒吗	“比较/非常愿意”比例	27.78%	7.55%	下降 20.23 个百分点	学生理解“隐瞒会加剧欺凌”，更倾向于协助解决问题

通过前测和后测的问卷分析可以明显地发现学生在知识维度上：从模糊认知到清晰识别，表明学生对安全自护知识的掌握程度显著提升。在态度维度方面：从被动漠视到主动重视表明学生对安全自护的积极态度显著增强。在行为意向维度上：从茫然犹豫到明确主动体现学生的安全自护行为意向更加积极。

4.7.2. 定性结果

通过对焦点小组访谈资料的主题分析，提炼出 3 个核心主题：

知识认知深化：85%的学生提到“知道了身体哪些地方不能让别人碰”。如学生 A 表示：“如果有人上厕所摸我隐私部位，我会用力推开他，大声喊‘救命’，然后跑去找班主任，放学再告诉爸爸妈妈。”“分清了哪些是诈骗信息”，学生 B 表示：“以前有人要我的游戏账号我可能会给，现在知道这是诈骗，不会给了。”

态度积极转变：78%的学生表示“会主动提醒同学注意安全”“觉得保护自己很重要”。学生 C 提到：“看到有人欺负同学，以前可能会躲开，现在知道要告诉老师，不能让他一直欺负人。”

行为意向明确：92%的学生能清晰描述应对安全风险的具体做法，如“遇到陌生人碰我隐私部位，会马上跑开并告诉爸爸妈妈”“上网时不会告诉别人我的家庭住址和电话”。

定量数据与定性数据相互印证，表明 YG 小学“青少年安全自护小卫士成长小组”活动有效实现了预设目标，在提升学生安全自护知识、转变积极态度、明确正向行为意向方面均取得显著成效，为社会工作介入青少年安全自护教育提供了实务层面的有力支撑。

5. 社会工作在青少年实务过程中面对的问题

5.1. 伦理困境

在青少年社会工作实务中，伦理困境是社会工作者时常面临的挑战，这些困境主要体现在保密与知情权、案主自决与社工干预、专业关系与私人关系、等方面的冲突，对社会工作服务的质量和效果产生着重要影响。

保密原则是社会工作的重要伦理准则，要求社会工作者对案主的信息严格保密。然而，在青少年社会工作中，由于青少年在认知、理解及情绪与行为控制方面尚未成熟，父母对青少年子女有监护权与知情权，这就导致社工在服务中面临着保密原则与青少年服务对象家长的监护权与知情权之间的冲突。

案主自决权是社会工作的基本原则之一，意味着案主有做出自我决定的权利，可以进行自主选择。但青少年处于生理发育、心理叛逆的阶段，这一阶段的案主易冲动，行使案主自决权时容易做出对自己不利的决定。此时，社工为了案主的利益，就要对案主进行强行干预，这就产生了案主自决与家长主义(社工干预)之间的冲突。

在专业关系中，社会工作者必须与其案主保持一定的距离，也就是专业界线。但在现实生活中，以青少年实务为例，在服务进行的过程中，案主可能会依赖社工，给社工提供除服务过程中的其他帮助，共同外出等接触，这就可能导致破坏伦理界限，无法对案主的情况进行准确的判断，难以更好地为案主服务。

5.2. 资源问题

资源问题是制约青少年社会工作实务发展的重要因素，主要体现在资源不足与分配不均两个方面，具体表现为专业人才缺乏、活动资金短缺等问题，这些问题严重影响了社会工作服务的质量和效果，阻碍了青少年社会工作的发展进程。

资源分配不均也是一个突出问题，不同地区、不同机构之间的资源差异较大。一些经济发达地区或知名度较高的机构能够获得较多的资源支持，包括政府拨款、社会捐赠等，而一些经济欠发达地区或小

型机构则资源匮乏。这种资源分配不均导致了服务的不平衡。

5.3. 服务对象问题

在青少年社会工作实务中,服务对象自身存在的问题也给社会工作的开展带来了一定的挑战,主要体现在表达需求障碍和对服务接受度低等方面。

青少年在表达需求时往往存在障碍。青少年时期,个体的身心发展尚未成熟,心理较为敏感和脆弱,且处于叛逆阶段,情绪波动较大。在面对自己的问题和需求时,他们可能会因为各种原因而难以清晰、准确地表达出来。一些青少年可能由于自尊心较强,不愿意承认自己存在问题,担心被他人嘲笑或轻视,从而选择隐瞒自己的真实需求;有些青少年可能受到传统观念的影响,认为向他人寻求帮助是软弱的表现,因而在遇到困难时,选择独自承受,不向外界表达自己的需求。此外,青少年的语言表达能力和逻辑思维能力尚未完全发展成熟,可能无法有条理地阐述自己的问题和需求,导致社工难以准确理解他们的意图。

部分青少年对社会工作服务的接受度较低。一些青少年对社会工作缺乏了解,不知道社会工作能够为他们提供哪些帮助,对社工的专业能力和服务效果存在怀疑,因此对接受社会工作服务持谨慎态度。部分青少年可能受到家庭、同伴等因素的影响,对社会工作服务存在误解,认为接受服务是一种不光彩的事情,从而拒绝接受服务。还有些青少年可能在之前的经历中,对类似的帮助产生过抵触情绪,导致他们对社会工作服务也存在排斥心理。

6. 社会工作在青少年实务过程中问题的建议和对策

6.1. 伦理困境应对策略

在处理保密与知情权冲突时,积极沟通至关重要。当遇到青少年向社工透露隐私信息,且家长对这些信息有知情权的情况时,社工应先与青少年进行充分的沟通,让他们了解保密原则的重要性以及在某些情况下可能需要向家长披露信息的必要性,如涉及青少年的生命安全、身心健康等重大问题。

在案主自决与社工干预的冲突中,明确职责是关键。社工要清晰地认识到自己的职责是为青少年提供专业的支持和引导,而不是代替他们做决定。当青少年的决定可能对其自身造成严重伤害时,社工应在尊重青少年自决权的基础上,运用专业知识和经验,向他们详细分析各种选择的利弊,帮助他们做出更明智的决策。

为了避免专业关系与私人关系的混淆,社工应在服务开始前,就与青少年明确专业关系的边界和性质。告知青少年社工的职责和服务范围,以及在服务过程中应遵守的规则和原则。在服务过程中,保持专业的态度和行为,避免与青少年建立过于亲密的私人关系。若青少年对社工产生依赖或提出超出专业关系的要求,社工应及时进行引导,帮助他们正确认识专业关系。

6.2. 资源优化策略

为解决青少年社会工作中资源不足与分配不均的问题,可从加大资源投入、合理分配资源以及整合社区和家庭资源等方面入手,优化资源配置,提升服务质量。

加大资源投入是解决资源问题的关键。政府应加大对青少年社会工作的资金支持力度,设立专项基金,用于青少年社会工作服务项目的开展、专业人才的培养和引进以及活动设施的建设等。政府可以每年从财政预算中划拨一定比例的资金,用于支持青少年心理健康辅导、网络成瘾干预等服务项目。鼓励社会捐赠,通过宣传青少年社会工作的重要性和意义,引导企业、社会组织和个人积极参与捐赠,为青少年社会工作提供更多的资金和物资支持。可以举办慈善义卖活动,将所得款项用于购买青少年社会工

作服务所需的活动材料和设备。

合理分配资源能够确保资源得到有效利用。建立科学的资源分配机制,根据不同地区、不同机构的实际需求,合理分配资源。对经济欠发达地区和资源匮乏的机构给予重点支持,缩小地区和机构之间的资源差距。可以通过评估各地区青少年的数量、问题严重程度以及社会工作机构的服务能力等因素,制定资源分配方案,确保资源能够精准地投入到最需要的地方。加强对资源使用的监督和管理,防止资源浪费和滥用,提高资源的使用效率。建立资源使用台账,定期对资源的使用情况进行审计和公示,确保资源使用的透明度和合理性。

6.3. 提升服务对象参与度策略

为提高青少年对社会工作服务的参与度,可采取增强沟通技巧、开展宣传教育、提供个性化服务等多种策略,以满足青少年的需求,增强他们对服务的认同感和参与积极性。

在增强沟通技巧方面,社会工作者应积极运用多种沟通技巧,与青少年建立良好的信任关系。善于倾听是关键,社会工作者要给予青少年充分的表达机会,耐心倾听他们的想法、感受和需求,用专注的眼神、适当的点头和回应来表示对他们的尊重和关注。在与青少年交流时,不打断他们的发言,让他们能够畅所欲言。运用同理心,设身处地地理解青少年的处境和情感,站在他们的角度思考问题,感受他们的喜怒哀乐。当青少年讲述自己在学校被同学欺负的经历时,社会工作者要表达出对他们的同情和理解,让他们感受到被关心和支持。使用通俗易懂的语言与青少年沟通,避免使用过于专业或晦涩的词汇,使交流更加顺畅和自然。在讲解社会工作服务内容时,用简单明了的例子和生动形象的语言,让青少年能够轻松理解。通过这些沟通技巧的运用,拉近与青少年的距离,使他们更愿意与社会工作者交流,能清楚地表达自己的真实需求,社工要提高自己的与青少年沟通的能力,学会引导青少年有条理地阐述自己的问题和需求,让社工准确理解他们的意图,从而根据青少年的需求和兴趣设计活动,提高青少年的参与度。

开展宣传教育能够提高青少年对社会工作的认知。通过举办讲座、发放宣传资料、开展社区活动等多种形式,向青少年广泛宣传社会工作的概念、服务内容和重要作用。在学校举办社会工作知识讲座,邀请专业的社会工作者为学生讲解社会工作在解决青少年问题、促进个人成长方面的作用,展示成功案例,让青少年直观地了解社会工作的价值。

提供个性化服务是满足青少年多样化需求的重要举措。社会工作者应充分了解青少年的个性特点、兴趣爱好和需求,为他们制定个性化的服务方案。对于喜欢音乐的青少年,可以组织音乐治疗小组,通过音乐活动帮助他们缓解压力、表达情感、增强自信心;对于有学习困难的青少年,提供一对一的学习辅导服务,帮助他们制定学习计划、掌握学习方法,提高学习成绩。在服务过程中,根据青少年的反馈和实际情况,及时调整服务方案,确保服务能够切实满足他们的需求。关注青少年的个体差异,尊重他们的选择和决定,让他们感受到自己的需求得到了重视,从而提高他们参与服务的积极性和主动性。

7. 研究结论与局限

7.1. 研究结论

本研究聚焦于社会工作介入青少年问题,通过对青少年成长背景、面临问题的深入剖析,以 YG 小学安全自护小组为例,详细阐述了社会工作在提升青少年安全自护意识和能力方面的实务过程。在实务过程中,明确小组以三年级学生为对象,运用社会学习理论和认知行为理论,通过精心设计的五节小组活动,涵盖隐私保护、反诈、网络安全、校园欺凌等多方面内容,致力于全面提升青少年的安全自护能力。

然而，在实务过程中也面临诸多问题，伦理困境体现在保密与知情权、案主自决与社工干预等多个方面的冲突；资源问题表现为专业人才缺乏、活动资金短缺以及资源分配不均；服务对象问题则集中在青少年表达需求障碍和对服务接受度低。针对这些问题，提出了相应的建议 and 对策，如在伦理困境应对上，通过积极沟通、明确职责等方式；在资源优化方面，加大投入、合理分配并整合资源；在提升服务对象参与度上，增强沟通技巧、开展宣传教育和提供个性化服务。

7.2. 研究局限

7.2.1. 研究设计与样本局限

本研究采用单组前测 - 后测设计，未设置控制组(如未参加小组活动的同年级学生)，无法排除“时间效应”“同期事件效应”等无关变量的影响，例如学生可能通过学校其他安全教育活动提升安全自护能力，难以完全确认小组活动是导致其能力变化的唯一原因。同时，研究样本仅为 YG 小学三年级 53 名学生，样本量较小且来源单一，缺乏不同地区、不同类型学校(如农村学校、私立学校)的样本，导致研究结果的外部效度较低，难以推广至更广泛的青少年群体。

7.2.2. 实务过程记录局限

在小组活动实务过程中，虽对活动流程进行了文字记录，但未对社工与学生的互动细节(如社工的语言引导方式、学生的非语言反应)进行系统记录，也未采用视频录制等方式保存活动过程，缺乏足够的细节资料支撑，难以深入剖析理论与实践的结合机制。同时，对服务过程中出现的突发情况(如学生情绪波动)的处理过程记录较为简略，无法为同类实务提供更细致的应对参考。

参考文献

- [1] 周天梅, 刘恒, 王洁菲, 等. 青少年网络真实自我呈现与社交外表焦虑的关系: 同伴外貌嘲笑与外表拒绝敏感性的链式中介作用[J]. 四川师范大学学报(自然科学版), 2025, 48(4): 489-498.
- [2] 陈子豪, 郭成, 余仁叶. 学业压力对青少年问题性网络使用的影响: 认知重评的中介作用[J]. 中小学心理健康教育, 2025(9): 19-23.
- [3] 邓成凤. 社工介入青少年成长困境的路径探讨[J]. 智库时代, 2019(16): 80, 88.
- [4] 隋雨澄, 周广东. 青少年网络成瘾与抑郁共病核心内容与影响因素综述[J]. 心理月刊, 2025, 20(6): 225-229.
- [5] 黄文韬, 王旭, 吕玮. 亲子关系对青少年网络成瘾的影响: 心理素质的中介作用[J]. 中小学心理健康教育, 2025(9): 13-18.
- [6] 周天然, 张海东. 互联网使用对青少年社会交往的影响[J]. 社会发展研究, 2024, 11(02): 226-241, 246.
- [7] 贾春红, 岳文静, 郭璇, 等. 青少年手机依赖对心理健康的影响: 应对方式的中介作用[J]. 心理月刊, 2025, 20(8): 92-95.
- [8] 朱永新. “五育并举”构建一体化青少年心理健康教育体系——关于青少年心理健康教育问题的探讨[J]. 苏州大学学报(教育科学版), 2025, 13(1): 1-12.
- [9] 宁箫璇. 青少年网络偏差行为的小组工作改善研究[D]: [硕士学位论文]. 大庆: 东北石油大学, 2023.
- [10] 张予思, 汪颖霞. 网络游戏行为对于青少年情绪调节自我效能感的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2025, 33(9): 1307-1317.
- [11] 陶巧. 小组工作介入青少年网瘾研究[D]: [硕士学位论文]. 晋中: 山西医科大学, 2020.
- [12] 赵程强. 小组社会工作对青少年网络成瘾的干预研究[D]: [硕士学位论文]. 沈阳: 沈阳化工大学, 2022.
- [13] 吴燕飞. 青少年身心健康社区协同治理的路径探索[J]. 盐城师范学院学报(人文社会科学版), 2025, 45(3): 53-59.
- [14] 梁志扬, 樊扬林, 郝佳洁. 社会学习理论视角下青少年心理健康的小组工作实践探索——以甘肃省秦安县 Y 校为例[J]. 河南农业, 2022(12): 17-20.
- [15] 罗丽君, 蒙琪缘, 赵玉芳. 青少年感知教师公正性如何影响校园欺凌行为?——基于认知-情感系统理论的结构方程建模[J]. 中国远程教育, 2024, 44(2): 24-35.

- [16] 刘春洋. 认知行为理论视角下青少年成长困境的个案探究[J]. 产业与科技论坛, 2015, 14(18): 133-134.
- [17] 曹庆新, 杨东鹏. 认知行为理论视角下青少年手机依赖行为的原因及对策建议[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2019(10): 67-69.