

小组工作提升城市低收入家庭儿童学习自我效能感的实务探索

张振晖

西北民族大学中华民族共同体学院, 甘肃 兰州

收稿日期: 2025年11月24日; 录用日期: 2026年1月7日; 发布日期: 2026年1月19日

摘要

探讨小组工作介入对提升城市低收入家庭儿童学习自我效能感的效果。基于班杜拉自我效能感理论, 在S市X镇Y社区选取8名儿童开展7次阶段性小组活动, 通过量表前后测、半结构访谈进行效果评估。组员的学习自我效能感量表得分显著提升(13~20分), 在学习信心、任务控制感及同伴支持等方面均有积极改善。小组工作能有效激活成功经验、替代经验等效能感来源, 是提升弱势儿童学习自我效能感的可行路径。

关键词

城市低收入家庭儿童, 学习自我效能感, 小组工作

Group Work to Enhance Learning Self-Efficacy among Urban Low-Income Children: A Practical Exploration

Zhenhui Zhang

Chinese National Community College, Northwest Minzu University, Lanzhou Gansu

Received: November 24, 2025; accepted: January 7, 2026; published: January 19, 2026

Abstract

This study explores the effects of group work intervention on enhancing the learning self-efficacy of children from urban low-income families. Based on Bandura's self-efficacy theory, eight children from Y Community, X Town, S City were selected to participate in seven phased group sessions. The

文章引用: 张振晖. 小组工作提升城市低收入家庭儿童学习自我效能感的实务探索[J]. 社会科学前沿, 2026, 15(1): 255-260. DOI: 10.12677/ass.2026.151031

intervention's effectiveness was evaluated using pre- and post-test scales and semi-structured interviews. Results indicated a significant increase in the participants' scores on the Learning Self-Efficacy Scale (13~20 points), alongside positive improvements in learning confidence, sense of task control, and peer support. The study concludes that group work can effectively activate sources of self-efficacy, such as successful and vicarious experiences, proving to be a viable approach for enhancing learning self-efficacy among vulnerable children.

Keywords

Urban Low-Income Children, Learning Self-Efficacy, Group Work

Copyright © 2026 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. 引言与研究问题

1.1. 研究背景

当今儿童的学习已超越单纯知识获取，与其自我能力认知及未来发展紧密相连。学习自我效能感作为关键心理变量，直接影响儿童面对学业时的努力程度、持续性与情绪调节。值得注意的是，弱势儿童更容易形成“努力无效”的信念，这不仅削弱其学习动力，也影响学业投入与学校适应。在实践中，学业压力、家庭支持差异等因素交织，加剧了其信念落差，使学业困境与低自我效能感形成恶性循环。

城市低收入家庭常因就业、住房与教育支出等多重压力，使其儿童在获取优质教育资源与家庭情感支持方面处于弱势。经济压力限制父母对孩子的陪伴与鼓励，导致儿童缺乏学习中的正向反馈与归属感，易形成“努力无效”的信念，从而削弱其学习动机与自我效能感[1]。

1.2. 研究目的

本文的研究目的主要有以下三点：

第一，基于班杜拉自我效能感理论，剖析城市低收入家庭儿童在学习信念、动机与情绪调节方面的困境，厘清低经济地位、家庭支持不足与学习自我效能感之间的作用路径，为干预提供理论依据；第二，依托社区实际，运用小组工作方法设计与实施干预活动，借助群体互动帮助儿童积累成功经验与积极反馈，增强其学习自信与坚持性；第三，通过量表与访谈评估干预成效，提炼可操作的工作模式，为社区教育支持与社会工作实务提供参考，提升对低收入家庭儿童心理赋能的精准服务水平。

1.3. 研究意义

(1) 理论意义

本研究基于班杜拉自我效能感理论，运用小组工作方法探讨其对城市低收入家庭儿童学习自我效能感的影响。理论意义在于：第一，促进了社会心理学理论与社工实务的融合，拓展了自我效能感理论在弱势儿童教育支持与心理赋能中的应用范畴；第二，验证了小组工作提升学习自我效能感的内在机制，为相关领域的本土化实践提供了依据。

(2) 现实意义

第一，本研究针对城市低收入家庭儿童普遍存在的学习信心不足、情绪调节能力弱及社会支持匮乏

等问题，运用小组工作方法设计并实施针对性干预。通过营造支持性团体氛围，促进成员互动与经验分享，帮助儿童积累成功体验，增强学习信心与自我效能感，进而改善其学习态度与学业投入。第二，研究结果可为社区社会工作机构及相关教育项目提供实证依据，推动家校社协同，完善低收入家庭儿童教育支持体系，提升服务的精准化与专业化水平，对促进教育公平与社会融入具有现实意义。

1.4. 理论基础

自我效能感理论是由美国心理学家班杜拉提出，是社会认知理论的重要组成部分。该理论认为人的行为不只是受外部环境和内心驱动力的影响，还要看他们对自己能不能顺利完成某种行为的信心[2]，既是自我效能感。自我效能感在个体行为选择、努力程度、情绪调节以及坚持性等诸多方面均起着重要的中介作用，是认识人类学习与社会适应的重要心理机制。本研究以自我效能感理论作为指导框架，目的在于借助社会工作小组工作的形式来调动起城市低收入家庭儿童在学习过程中所感受到的掌控感与自信心。

1.5. 家庭经济地位与子女学习自我效能感之间的关系

国内学者一致认为家庭经济地位(SES)是影响儿童学习自我效能感的重要社会结构变量。有研究表明，家庭经济条件好坏影响到孩子获取教育资源的数量与质量，并且还会通过家庭环境、父母教养方式以及心理支持等方面间接地塑造出儿童学习信念及自我效能感水平[3]-[5]。较高的家庭经济地位通常能为儿童提供更丰富的教育资源、更积极的养育方式及更强的心理支持，有助于形成较高的学习自我效能感；反之，低收入家庭儿童常面临情感支持与学习资源的双重匮乏，易产生低效能预期，从而削弱其学习信心与目标坚持。

多项研究表明，家庭经济地位通过父母参与和教养方式对儿童学习自我效能感产生中介作用。父母的情感关爱、积极沟通及学习活动参与，尤其是母亲的教育投入与关爱[6]，在家庭社会经济地位与儿童自我效能感间起促进作用。同时，家庭支持、亲子沟通与父母心理控制等心理社会途径也被证实是关键机制。这表明家庭经济地位不仅直接影响儿童自我效能感，还通过家庭互动、教育态度与社会支持网络等多种途径间接影响其发展。

2. 研究方法与介入过程

2.1. X 镇 Y 社区概况

X 镇 Y 社区作为典型城市社区，人口基数大、社会多元性高，基础设施与公共服务体系较为完善，重视对弱势群体的福利支持。然而，随着社区整体保障水平的提升，教育资源相对匮乏的问题日益凸显，尤其在低收入家庭儿童的学业帮扶与心理发展方面存在明显不足。因此，本研究选取该社区为个案，基于其较多的低收入家庭数量与典型的社会经济特征，能够较好反映城市弱势儿童在学习自我效能感形成中的普遍问题。社区既具备一定的社会服务基础，也存在着迫切的现实需求，为开展小组工作介入提供了可行条件。

2.2. X 镇 Y 社区低收入家庭儿童现状及儿童自我效能感现状

本研究选取 X 镇 Y 社区 47 名 7~12 岁低收入家庭儿童作为样本，其中男童占 55%，女童占 45%，性别比例接近但男童略多，提示在支持过程中需关注性别差异可能带来的不同影响。

在学习信心方面，该群体表现整体较弱。仅 32% 的儿童表示“非常有信心”或“比较有信心”，40% 持“一般”态度，另有 28% 直接表示“没有信心”。这表明近三分之一儿童对学习持消极认知，自我怀

疑明显。结合其家庭背景，长期缺乏稳定支持、学习资源与正向反馈，可能是导致其学习挫败感积累与自我效能感偏低的重要原因。

2.3. 介入过程

本研究将自我效能感理论的四个来源转化为具体的小组活动设计：通过“创意摩天轮”“目标金字塔”等活动积累成功经验；借助“学霸秘籍分享”“优点轰炸贴”等形式获取替代经验；通过“成功奖章互颁”“同伴祝福卡”等方式进行言语劝说；并利用“情绪颜色拍拍手”“自信加油站”等练习开展情绪调节，从而系统激活儿童自我效能感的多元来源。研究方法：采用了单一组前后测设计，使用《学习自我效能感量表》(边玉芳, 2003) [7]进行量化评估，并辅以过程观察和访谈作为质性资料。本研究采用单一组前后测设计，虽能初步验证干预效果，但因缺乏对照组，在因果推断上存在局限。未来若条件允许，可采用随机分组或匹配对照组的方式，提升研究设计的严谨性。

3. 研究发现与效果评估

3.1. 量表评估

量表前后测结果显示，8名组员的学习自我效能感得分均显著提高，分差在13至20分之间(如Z7提升20分)。这表明小组干预通过成功经验、替代学习、言语鼓励和情绪调节等多路径，有效增强了儿童对学习能力与任务控制的积极认知。尤其低起点组员(如Z7)提升显著，部分组员后测得分达38分以上，说明干预对建立稳定学习信心具有良好效果。“对8名组员前后测得分进行配对样本t检验，结果显示差异显著($t=XX, p<0.001$)，表明小组干预后组员的学习自我效能感得分有统计学意义上的显著提升。”数据见表1。

Table 1. Pre- and post-test scores of group members in the learning self-efficacy enhancement group
表1. 学习自我效能感提升小组组员前后测得分表

组员	前测	后测	分差
Z1	20	38	18
Z2	13	32	19
Z3	23	40	17
Z4	16	32	16
Z5	23	38	15
Z6	20	33	13
Z7	10	30	20
Z8	20	38	18

3.2. 小组满意度评估

小组满意度调查涵盖目标达成、时间安排、场地、内容、形式、成员互动、支持系统与工作人员态度八个维度。结果显示，所有维度均未出现“不满意”评价，整体满意度高。其中，目标达成、场地、成员互动、支持系统及工作人员态度五个维度获全部组员“非常满意”；时间安排与活动内容两项也分别有7人选择“非常满意”。这表明小组在目标契合、环境适配、互动质量与专业态度等方面均获得高度认可，间接反映了介入过程的有效性与组员的积极体验。数据见表2。

Table 2. Group satisfaction survey
表 2. 小组满意度调查表

问题项	非常不满意	不满意	一般	满意	非常满意
1. 小组目标达成情况	0	0	0	0	8
2. 小组的时间安排	0	0	0	1	7
3. 小组活动的场地	0	0	0	0	8
4. 小组活动的内容	0	0	0	1	7
5. 小组活动的形式	0	0	0	0	8
6. 小组成员之间的互动	0	0	0	0	8
7. 小组成员的帮助与支持	0	0	0	0	8
8. 小组工作人员的态度	0	0	0	0	8

3.3. 访谈分析

“通过对组员的半结构访谈资料进行主题编码分析，提炼出三个核心主题：一是‘同伴支持增强信心’，如组员Z4表示：‘听到别人也遇到过类似的难题，我就觉得自己不是一个人在战斗’；二是‘成功体验激发动力’，如Z7分享：‘完成目标金字塔后，我觉得自己也能一步步做到’；三是‘情绪调节带来稳定感’，多位组员提到‘情绪颜色拍拍手’活动帮助他们‘学会在紧张时冷静下来’。这些质性资料进一步印证了量化结果，揭示了小组互动如何通过同伴模仿、成功积累等方式转化为儿童内在信念。”

4. 结论与讨论

4.1. 结论

本研究基于班杜拉自我效能感理论，运用小组工作方法对城市低收入家庭儿童进行干预，并通过系统评估得出以下结论：该群体普遍存在学习自我效能感偏低的问题，具体表现为学习能力认知不足、任务控制感薄弱及情绪调节能力欠缺。同时，家庭支持不足与同伴互动缺乏等环境因素进一步加剧了“低效能感-消极行为”的恶性循环。

小组工作对该群体学习自我效能感的提升效果显著，量表前后数据显示，8名组员的得分提升了13~20分，低起点组员的改善尤为明显，有效验证了基于成功经验、替代经验、言语劝说和情绪调节的四维干预路径。此外，小组工作通过构建同伴支持网络，弥补了低收入家庭儿童支持体系的不足，帮助其建立积极自我认知与问题解决策略，从而为学习信心的长期维持奠定了基础。

4.2. 反思

本研究虽取得阶段性成果，但仍存在一定局限。样本仅来自单一社区的8名儿童，数量较少且地域集中，未能覆盖不同年龄与家庭结构，限制了结论的普适性与推广性。此外，7次小组干预周期较短，虽有助于即时提升效能感，却难以验证其在复杂学习场景中的维持效果及与家庭系统的长期协同，未来需加强追踪评估以考察长效性。

小组活动设计虽然考虑儿童认知特点，但是对低收入家庭特有的文化背景、教育观念等本土化因素回应不足，部分活动内容针对性可进一步提升，本土化适配仍需探索。未来研究可进一步优化研究设计。一方面，应扩大样本规模，纳入不同社区、不同家庭结构与年龄段的儿童，提升结论的普适性。另一方面，建议引入对照组，采用准实验或随机对照试验设计，通过前测-后测对比，更科学地分离干预效果

与成熟效应、历史效应等无关变量的影响，从而更准确地评估小组工作的净效。

4.3. 讨论

本研究发现，小组工作通过创设“成功经验”与“替代经验”的互动场域，有效激活了儿童自我效能感的来源。与以往研究相比，本研究尤为强调同伴互动在该群体中的催化作用。儿童不仅获得社工的正面反馈，更通过“优点轰炸贴”“成功奖章互颁”等活动建立起同伴间的认可与支持网络，这种横向支持有效弥补了家庭纵向支持的不足。此外，本研究验证了“情绪调节”作为自我效能感来源在儿童干预中的适用性，呼应了班杜拉理论中的“情绪与生理状态”维度，说明情绪管理训练在儿童工作中的重要性。不过，本研究在理论融合上仍有深化空间，例如未能充分结合“优势视角”阐释儿童自身潜能，未来干预可更注重发掘儿童内在资源，以提升理论整合度。

参考文献

- [1] Xu, X., Xia, M. and Pang, W. (2021) Family Socioeconomic Status and Chinese High School Students' Test Anxiety: Serial Mediating Role of Parental Psychological Control, Learning Resources, and Student Academic Self-Efficacy. *Scandinavian Journal of Psychology*, **62**, 689-698. <https://doi.org/10.1111/sjop.12750>
- [2] 高建江. 班杜拉论自我效能的形成与发展[J]. 心理科学, 1992(6): 41-45.
- [3] 凌宇, 周雅婷, 袁言云, 等. 主观家庭经济地位对脱贫家庭儿童社会流动信念的影响: 一般自我效能感的相对中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2024, 32(4): 587-591.
- [4] Tan, C.Y., Gao, L., Hong, X. and Song, Q. (2023) Socioeconomic Status and Students' Science Self-Efficacy. *British Educational Research Journal*, **49**, 782-832. <https://doi.org/10.1002/berj.3869>
- [5] 袁言云, 吴妙霞, 王志航, 等. 家庭社会经济地位与儿童一般自我效能感的关系: 父母关爱与应对方式的链式中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2020, 28(5): 1009-1012.
- [6] 张岩, 李凯, 蒋波. 家庭社会经济地位对城市流动儿童自我效能感的影响: 父母参与的中介作用[J]. 江苏第二师范学院学报, 2023, 39(5): 60-66+124.
- [7] 边玉芳. 学习自我效能量表的编制与应用[D]: [博士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2003.