

青少年心理困扰、求助屏障与学校社会工作介入研究

——基于D市六大片区568名学生的实证反思

成 伟*, 王 婵, 郭书丹

东莞理工学院法律与社会工作学院, 广东 东莞

收稿日期: 2026年6月18日; 录用日期: 2026年8月13日; 发布日期: 2026年8月21日

摘 要

研究基于生态系统理论与社会支持系统视角, 采用分层整群抽样方法对D市568名中小學生进行问卷调查, 旨在探讨青少年心理困扰的现状、求助屏障的成因以及学校社会工作的介入路径。研究引入心理健康双因素模型, 发现38.7%的学生是需要重点关注的心理困扰群体, 心理健康形势严峻。研究揭示了“高困扰、低求助”的矛盾: 面临困扰时, 学生向专业人员(学校社工或心理老师)的求助转化率仅为12.2%。研究显示, 初中阶段是心理韧性下滑关键期, 女生情绪困扰更显著; 家庭微观生态分析发现母亲过度保护水平较高, 社工等“其他支持”处于社会支持网络边缘; 相关分析证实父母消极教养方式(如控制、拒绝)与青少年心理困扰显著正相关, 且家庭内部压力跨边界溢出, 强化了学生自我消化、担心隐私泄露和害怕同辈污名等主观求助屏障。文章认为学校社会工作需要跳出个案工作的传统方式, 围绕朋辈赋能、规范伦理边界、服务普惠化以及家校社联动这四个层面去对干预路径做出调整, 以提升心理健康服务的可及性与成效。

关键词

青少年, 心理困扰, 求助屏障, 学校社会工作

Research on Adolescent Psychological Distress, Help-Seeking Barriers, and School Social Work Intervention

—Based on an Empirical Reflection of 568 Students in Six Districts of D City

Wei Cheng*, Chan Wang, Shudan Guo

*通讯作者。

文章引用: 成伟, 王婵, 郭书丹. 青少年心理困扰、求助屏障与学校社会工作介入研究[J]. 社会科学前沿, 2026, 15(8): 481-495. DOI: 10.12677/ass.2026.158682

Abstract

This study, grounded in Ecological Systems Theory and the Social Support System perspective, employed stratified cluster sampling to conduct a questionnaire survey among 568 primary and secondary school students in City D. It aimed to examine the current state of adolescent psychological distress, the causes of help-seeking barriers, and the intervention pathways for school social work. By introducing the Dual-Factor Model of Mental Health, the study found that 38.7% of students constitute a psychologically distressed group requiring priority attention, indicating a grave mental health situation. The research reveals a paradox of “high distress, low help-seeking”: when facing difficulties, only 12.2% of students actually seek help from professionals (school social workers or psychological counselors). The study shows that junior high school is a critical period for the decline of psychological resilience, and girls exhibit more significant emotional distress. Micro-ecological analysis of the family reveals a high level of maternal overprotection, while “other support” such as social workers remains peripheral to the social support network. Correlation analysis confirms that negative parenting styles (e.g., control and rejection) are significantly positively correlated with adolescent psychological distress, and intra-family stress spills over across boundaries, reinforcing subjective help-seeking barriers such as students’ tendency to internalize problems, concerns about privacy disclosure, and fear of peer stigmatization. The paper argues that school social work needs to move beyond the traditional casework approach and adjust intervention pathways around four dimensions: peer empowerment, standardizing ethical boundaries, inclusive service delivery, and home-school-community collaboration, so as to enhance the accessibility and effectiveness of mental health services.

Keywords

Adolescents, Psychological Distress, Help-Seeking Barriers, School Social 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. 选题背景

1.1. 研究背景

在社会转型与教育体制改革这个背景下，青少年心理健康已经不再局限在传统的医学或心理学范畴当中，而是成了关乎社会治理和人口整体素质的一个关键议题；教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》的通知也明确指出，要从多个渠道去把学生心理健康服务的供给拓展了，把学段衔接和预防干预机制给强化起来，还要把社会工作者这类专业力量嵌入校园支持体系之中[1]。

学校社会工作属于现代学校教育体系的一个构成部分，秉持了生态系统视角和“人在情境中”的专业理念，能在缓解学生心理危机、链接社会资源及构建保护性网络方面起到独特作用，然而在本土学校社会工作的实务推进过程当中，服务供给和实际利用之间的供需错位现象正逐步显现出来。

评估数据反映出学生在情绪调适和抗挫力提升方面有着强烈的现实需求，但在日常校园环境当中，

学生主动到学校社工站或心理咨询室去寻求帮助的转化率却长期偏低；这种“高需求、低利用”的现实瓶颈在某种程度上把校园专业助人力量的制度效能给限制了；为此，本研究采用了量化调查的方式，探讨 D 市青少年心理困扰的分布特征及其求助屏障的生成机制，希望能为本土学校社会工作服务路径的优化和服务可及性的提升提供实证方面的依据。

1.2. 文献综述

第一，对于青少年心理健康评估范式的转型，传统的心理健康筛查多依靠疾病诊断模式下的消极指标，往往会把“无症状”等同于“健康”，而心理健康双因素模型则把这一单维逻辑给打破了，主张把主观情绪症状和个体的积极心理资源(比如心理韧性)放到一起进行评估[2]。刘在花的研究也证实，具备良好的心理韧性的青少年在压力情境下能实现良好适应，这一点是一个重要的保护因子[3]。

第二，对于专业求助行为及其阻碍机制的剖析，一方面，研究发现中小学生在遭遇心理困境时会把求助路径更多地指向同辈群体，表现出明显的同辈依赖特征，也就是高度依赖同辈的非正式支持，而对学校心理教师这类专业力量则持有一定的防御心态[4]；另一方面，对于求助屏障的内在机理，有研究指出个体在求助过程当中普遍会面临“缺乏信任的关系”和“非正式求助对象的负面态度”，再加上对专业求助经历的消极预期，这些因素共同作用，使得青少年难以和外界形成有效的心理联结，进而产生了流露自身心理脆弱性的心理阻碍[5]；也有研究证实，专业心理求助自我污名和领悟社会支持都是制约中学生专业心理求助意愿的关键因素，二者会通过直接或间接的路径去显著影响其求助意愿[6]；进一步分析还能发现，这种社会支持质量和求助屏障的根源常常会烙印在家庭微观系统当中，基于双因素模型的研究表明，父母的惩罚、拒绝或过度保护这类消极教养行为，一方面能直接正向预测子代的抑郁症状，另一方面也可通过增加童年创伤经历的方式去间接加剧其适应障碍[7]。

第三，对于学校社会工作在校园体系中的角色定位方面的反思，实务中行政逻辑和专业逻辑之间的张力会使行政事务稀释掉社工的职能，从而限制了专业自主性；对此沈黎强调应该把握“建制性”融入的机会，通过推进规范化服务模式和本土化知识体系，在校园多元服务体系当中把专业主体性重新建立起来，实现从辅助角色到生态型协作主体的转变[8]；洪培等进一步提出，学校社工若要走出被动边缘化的困境，亟须在“专业惯习与本土实践场域的调适”以及“权力的重构”上进行实务范式的重塑[9]。从生态系统理论出发，这种重构不能仅局限于校园物理场域，必须将家庭这一核心微观系统纳入介入视域，通过改善家校互动与家庭教养环境，化解跨系统边界带来的负面溢出效应。

总体来看，既有文献对关注青少年心理健康的必要性进行了充分论证，但多侧重于校园或同辈群体这一单一维度的解构，较少将家庭微观系统中的父母教养体验(如过度保护、惩罚拒绝)作为自变量引入“高困扰、低求助”内在机制的协同分析中。为此，本研究依托 D 市六大片区的实地调研，在考察青少年心理困扰特征的同时，引入家庭生态变量进行量化测量，重点剖析家庭互动模式对青少年社会支持及专业求助屏障的具体作用，以期为本土学校社会工作转向“家-校-社联动生态预防”的实务路径提供数据支撑。

2. 概念界定与理论基础

2.1. 概念界定

(1) 青少年心理困扰(Psychological Distress)在本研究当中，是指个体在应对学业压力、同辈人际以及家庭互动这类应激源时产生的非临床层面的消极情绪反应及适应状态；这个概念的侧重点在于评估青少年在日常校园和家庭生活中所呈现出的主观焦虑、抑郁等负性情绪，同时也会关注个体积极心理资源所经历的暂时性消耗[10]。

(2) 求助屏障(Help-Seeking Barriers)求助屏障是指个体在感知到心理困扰后，在寻求和利用专业助人

服务(如学校社会工作与心理咨询)过程中所遭遇的主客观阻碍因素[4]。结合本土校园环境,本研究重点探讨阻碍青少年专业求助的主观心理与外部环境因素,并将其具体操作化为内部心理屏障、专业信任屏障与社会污名屏障三个维度。

(3) 学校社会工作协同学校、家庭与社区的资源,把社会工作的专业理念、方法与技巧运用到了校园场域当中,为学生提供了思想引导、社交辅导、心理疏导、权益保障和行为矫正等多样化的支持;这项服务关注学生的人格成长、身心健康和问题预防,并推动家校社协同育人,目的是构建多方联动的育人合力[11]。

(4) 父母教养方式(Parenting Styles)本研究中的父母教养方式,是指父母在日常抚育与教导青少年的过程中所表现出的相对稳定的行为倾向、情感态度及互动模式。结合本土文化背景,研究将其具体操作化为父母在微观家庭生态中所展现的“情感温暖”、“过度保护”以及“惩罚/拒绝”三个核心维度[7]。该概念用以评估家庭微观系统环境对青少年社会支持网络的形塑作用,以及其对个体心理困扰与专业求助行为的深层预测力。

2.2. 理论基础

(1) 心理健康双因素模型

传统的心理健康评估往往遵循疾病诊断模式,倾向于把没有心理疾病症状的情况视作健康状态;本研究引入了心理健康双因素模型,这个模型主张心理健康会由主观情绪症状(消极指标)与积极心理机能(积极指标)这两个独立且相互作用的维度共同构成[12];依据这两个维度的交互表现,受访个体能被划分成四种有差异的心理状态类型,一是完全健康型,即低消极症状与高积极机能,二是部分病态型,即高消极症状与高积极机能,三是部分心理健康型,即低消极症状与低积极机能,四是完全病态型,即高消极症状与低积极机能。这一模型能够打破单一的“无病即健康”逻辑,实现对青少年心理状态的全面与辩证评估。考虑到社会工作“人在情境中”这一专业立场,也为了规避医学模型可能带来的标签化影响,后续分析将上述“完全病态型”与“部分病态型”两个群体分别表述为“高困扰-低资源群体”与“高困扰-强资源型群体”,这一术语转换能把关注焦点从传统的医学病理诊断转移到对其心理资源储备与实务赋能需求的综合评估上。

(2) 生态系统理论

根据布朗芬布伦纳(Bronfenbrenner)的生态系统理论,青少年的专业求助决策并不是孤立的心理机制,而是微观系统(如家庭教养、朋辈关系)、中间系统(如家校互动的质量)等共同作用的结果[13]。学校社会工作的介入应超越微观层面的“孤立式个案辅导”局限,转向对整个校园生态支持网络的修正与系统重构,以人际增能为导向,促进学生、家庭与学校之间形成联动的问题解决共同体[14]。

本研究会把微观系统与中间系统对受访青少年求助行为的作用纳入考察范围;在微观系统层面不仅会关注校园当中的同伴和社工,更会把父母教养方式(情感温暖、过度保护、惩罚拒绝)当作家庭微观生态的核心指标来对待;中间系统层面则重点探讨不同微观系统之间会有的联动或重叠效应。其内在的逻辑在于,青少年在家庭微观系统里长期感知到的过度保护或控制体验,会影响其社会支持网络的健康度,并跨越系统边界,溢出到校园这一新的微观生态中,具象化为对专业成人的隐私焦虑与求助抗拒。因此,学校社会工作的介入研究不能仅停留在“学校”这一单一物理空间,必须从“家-校”中间系统的生态联动出发,前置性地消除青少年的主观屏障。

3. 研究设计与方法

3.1. 研究对象与抽样方法

本研究的实地调研得到了D市相关教育行政部门及学校社会工作机构的支持,运用了分层整群抽样

方式，依据 D 市六大片区的行政区划，在每个片区分别抽取了 1~3 所全日制中小学作为样本学校，共涵盖了 10 所学校，样本学段覆盖了小学、初中和普通高中；调研采用了现场无记名集中填答与回收的做法，且事先都征得了学校、家长及学生的知情同意。

本研究根据学段梯度初步规划问卷发放基数(共 600 份：小学 240 份，初中 180 份，高中 180 份)。考虑到中小学生在纸质问卷填答中可能出现的系统性损耗，调研团队在实际执行阶段进行了超额扩容发放，现场累计发放并回收纸质问卷 712 份。

3.2. 研究伦理

本研究严格遵守社会科学研究伦理规范。在调研实施前，研究团队已通过学校行政部门与学生家长沟通，向所有受访学生详细解释了研究目的、填答过程及数据用途，并获得其知情同意(Informed Consent)。问卷采取无记名方式进行集中填答，确保研究对象的隐私权与匿名性。采集所得的所有数据仅用于学术分析与实证研究，不做任何商业或非科研目的之用途。

3.3. 数据清理与有效问卷筛选

鉴于纸质填答群体包含低龄学段学生，极易受到课堂环境、疲劳效应及语义理解偏差等不确定因素的影响。为确保后续统计推论的科学性与信效度，研究团队对回收的 712 份原始问卷进行了逐一核查与数据清洗，具体筛选标准如下：

- (1) 缺失值过滤：剔除性别、年级等基本人口学变量缺失，或核心量表缺答、漏填超过 3 个题项的无效问卷；
- (2) 逻辑矛盾核查：利用问卷中设置的反向题或测谎题进行逻辑对质，剔除前后作答完全自相矛盾的逻辑混乱问卷；
- (3) 反应偏向与规律性作答甄别：剔除通篇量表所有题项均匀选同一选项(长串相同反应)，或作答呈现明显规律性(如递增、递减或特定图案化作答)的敷衍问卷。

经过上述数据清洗流程，最终剔除无效问卷 144 份，获得有效问卷 568 份，问卷有效回收率为 79.8%。在数据清理与分析阶段，本研究对原始问卷中的“年级”变量进行了统计学重组与重新编码(Recode)，以构建符合研究假设的“学段”自变量。

具体合并规则如下：将原始数据中的“五年级(n = 127)”与“六年级(n = 63)”合并为“小学学段”(累计 n = 190，占比 33.5%)；将“初一(n = 126)”与“初二(n = 120)”合并为“初中学段”(累计 n = 246，占比 43.3%)；“高一(n = 132，占比 23.2%)”独立划分为“高中学段”。经检验，合并后的样本总体(N = 568)学段分布均衡，符合后续单因素方差分析(ANOVA)的统计学要求。受访青少年的具体人口学特征分布如表 1 所示。

Table 1. Demographic characteristics and grade distribution of the adolescent sample (N = 568)

表 1. 受访青少年样本人口学特征与学段分布(N = 568)

变量维度	类别划分	最终有效频数(N)	有效百分比(%)
性别	男性	301	53.0
	女性	267	47.0
学段	小学(五、六年级)	190	33.5
	初中(初一、初二)	246	43.3
	高一	132	23.2
总计		568	100.0

3.4. 研究工具

本研究采用的测量工具均选自国内外经典的成熟量表,并参考了本土化修订版本,以确保其在青少年群体中的适用性:

(1) 青少年心理韧性量表(RSCA)

本研究使用了胡月琴和甘怡群编制的《青少年心理韧性量表》(Resilience Scale for Chinese Adolescents, RSCA),该量表把积极认知、情绪控制、目标专注、家庭支持与人际协助等维度包含了进去[3];本研究设有 27 个题项,量表采用 Likert 5 级计分方式(从“完全不相符”到“完全相符”),在本研究样本中该量表的整体 Cronbach's α 系数达到了 0.864,说明这一工具在样本里的信度表现较为良好。

(2) 领悟社会支持量表(PSSS)

采用姜乾金修订的《领悟社会支持量表》(Perceived Social Support Scale, PSSS)[15]。该量表传统上包含家庭支持、朋友支持和其他支持三个维度。为顺应学校社会工作的本土实务情境,本研究将“其他支持”具体指代学校社工、班主任、心理老师等校园成年人支持力量,量表共包含 12 个题项,三个维度各占 4 个题项。为降低中小学生的填答疲劳效应,本研究将原版的 7 点计分微调为 Likert 5 级计分(从 1“完全不同意”到 5“完全同意”),得分越高代表个体感知的社会支持水平越高。由于计分等级有所调整,本研究未采用原版常模的绝对切分标准,均基于本样本的实际得分开展描述与推论统计。在本研究中,该量表的整体 Cronbach's α 系数为 0.892,表明该工具在本土校园样本中具有良好的信度与内部一致性。

简式父母教养方式评价量表(s-EMBU-C)本研究采用蒋奖等人(2010)修订的中文版简式父母教养方式评价量表(Short-form Egnä Minnen Beträffande Uppfostran for Chinese, s-EMBU-C)来测量青少年的家庭微观生态[16]。该量表包含 21 个条目,分别测量个体感知的父亲和母亲教养行为。量表包含三个维度:情感温暖(7 个条目)、惩罚/拒绝(6 个条目)以及过度保护(8 个条目),父母分量表的条目结构完全一致。量表采用 Likert 4 点计分(1 为“从不”,4 为“总是”),得分越高表明受访者感知到的该教养行为越频繁。在本研究中,父亲和母亲分量表的整体 Cronbach's α 系数分别为 0.82 和 0.84,具有良好的信度指标。

(4) 专业求助意愿与求助屏障自编问卷

本研究结合既有文献与本土校园情境自编了《青少年专业求助意愿与求助屏障问卷》。这份问卷主要包含两个构成部分,一是求助意愿与偏好选择,这部分会用来了解学生在面对不同程度心理困扰时会把什么路径当作首选求助方向,二是求助屏障的多维测量,这部分会把评估重点放在阻碍学生利用学校社工或心理老师这类专业资源的主客观原因上面,具体涵盖内部心理屏障、专业信任屏障与社会污名屏障这几个方面。

4. 研究结果与分析

4.1. D 市青少年心理健康的双因素模型分布特征

本研究引入心理健康双因素模型[2],心理韧性维度会按照全体样本的总分中位数(92 分)来划定界限,低于或等于 92 分的归入低韧性组,高于 92 分的则归入高韧性组;心理困境维度则依据样本呈现出来的分布状况,把 SDQ 困难总分达到或超过 13 分(占总样本的 38.9%)作为分界,13 分及以上的属于高困境组,12 分及以下的属于低困境组;在这套分类标准的基础之上,本研究对 568 名受访青少年做了差异化心理类型的划分,具体的分组情况可见表 2。

从统计结果来看,完全健康型青少年占了个案比例的 40.8%(232 人),也就是说 59.2%的受访学生在不同程度上会面临心理资源有所欠缺或者消极情绪比较突出的状况;依照学校社会工作实务方面的需求,本研究把三类非完全健康亚型各自的特征与干预路径拎了出来,并做了分层研判:

Table 2. Distribution of adolescent psychological health based on the dual-factor model in city D (N = 568)
表 2. D 市受访青少年心理健康双因素模型分布(N = 568)

积极指标 (心理韧性)	消极指标 (心理困扰)	国际标准学术标签	本研究实务属性	频数(n)	百分比(%)
高(>92 分)	低(≤12 分)	完全心理健康 (Flourishing)	积极健康群体 (免检)	232	40.8
高(>92 分)	高(≥13 分)	部分心理健康 (Symptomatic but Content)	显性矛盾群体 (需调适)	42	7.4
低(≤92 分)	低(≤12 分)	部分病态 (Vulnerable)	隐性风险群体 (需赋能)	115	20.2
低(≤92 分)	高(≥13 分)	完全病态 (Troubled)	危机高发群体 (需干预)	179	31.5
合计				568	100

(1) 高困扰 - 强资源型群体(Vulnerable): 占比 20.2% (115 人)。该群体兼具“高症状”与“高资源”特征。尽管当前面临较高水平的校园应激和情绪困扰,但其个体的心理韧性网络尚未破裂,仍具备良好的应对潜能。针对该群体,学校社工的实务重点在于协助其厘清特定压力源,并提供情绪支持以缓解当下应激。

(2) 部分心理健康型(Languishing): 占比 7.4% (42 人)。这部分学生身上带有“低症状、低资源”那种不够外显的特征;因为缺少比较明确的症状表现,他们在传统疾病筛查当中常常处在一种被忽略的状态,但双因素模型会提示出,他们日常会处在一种能量偏低且比较脆弱的平衡状态,由于缺乏具有防御作用的心理韧性,一旦遭遇中高考或家庭变故这类外部冲击,就很容易会滑向危机状态;在社工实务当中,这类群体会是需要借助发展性服务去做“优势赋能”的重点关注对象。

(3) 高困扰 - 低资源群体(Symptomatic)的占比为 31.5% (179 人),这一群体处在高主观困扰和低心理韧性的双重压力之下,在校园场景当中会表现出较明显的情绪失调与行为失能,会是心理危机方面的高风险爆发源。

综上所述,不完全健康型与高困扰 - 低资源群体累计占比高达 38.9%,其共同特征均为积极心理韧性的损耗。这一量化事实强有力地论证了校园心理服务转向的发展必然:学校社会工作必须超越传统的危机干预局限,将服务重心向占样本总量近半数的积极资源匮乏群体倾斜,通过系统性的心理韧性重构,前置性地化解校园潜在的心理危机。

4.2. 人口学变量与学段异质性分析

本研究运用了独立样本 t 检验与单因素方差分析(One-way ANOVA),对性别与学段变量在青少年心理韧性及主观情绪困扰上造成的差异做了检验;表 3 已经对各个人口学变量之下的描述性统计及差异检验结果做了呈现。

因学段分析采用方差分析,表中展示 F 值,性别组采用 t 检验。

统计结果显示,青少年心理健康状况在人口学变量上存在显著差异:

(1) 性别层面的群体差异。独立样本 t 检验结果表明,男性学生的心理韧性水平显著高于女性($t = 2.21, p < 0.05$),但在主观情绪困扰维度上,男女生差异未达到统计学显著水平($t = -1.54, p > 0.05$)。这提示我们在后续的校园社工实务中,应侧重关注女性学生在心理韧性构建方面的资源支持。

(2) 学段层面的心理韧性差异。以“学段”作为自变量进行单因素方差分析,结果显示不同学段学生的心理韧性得分存在显著差异($F = 11.34, p < 0.001$)。进一步的 LSD 事后检验表明,小学段学生的心理韧性均值显著高于初中与高中学段($p < 0.01$);初中阶段学生的心理韧性均值出现明显下滑。这一结果印证了既有研究的结论[17],即在面临“小升初”环境转变、学业压力递增以及初中寄宿生活等应激事件时,青少年的心理资源存在显著的阶段性生态损耗(即心理资源在环境压力下的阶段性耗竭),初中阶段是心理韧性维护的关键干预窗口。这一群体异质性特征,也印证了既有研究关于青少年心理韧性及社会支持系统随年龄阶段性波动的结论[18]。

Table 3. Difference tests of core indicators of adolescent mental health by gender and school stage (N = 568)
表 3. 性别、学段在青少年心理健康核心指标上的差异检验(N = 568)

变量维度	分组类别	样本量(n)	心理韧性 (M ± SD)	t/F 值	情绪困扰 (M ± SD)	t/F 值
性别	男性	301	3.48 ± 0.66	2.21*	0.58 ± 0.28	-1.54
	女性	267	3.36 ± 0.65		0.62 ± 0.29	
学段	小学	-	-	11.34***	-	-
	初中	-	-		-	
	高中	-	-		-	

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

4.3. 心理困扰与专业求助行为的“供需错位”现象

尽管前文双因素模型数据显示有半数受访学生存在心理不完全健康或高困扰-低资源群体的隐性风险,但在面临实质性主观情绪困扰时,其专业求助意愿与实际行动却呈现出明显的阻断与错位现象。具体数据如表 4 所示。

Table 4. Statistical distribution of help-seeking behaviors in school social work among adolescents (N = 568)
表 4. 青少年学校社会工作求助行为分布统计(N = 568)

求助状态	内容说明	频率	百分比 (%)
已求助群体	经常寻求帮助	13	2.3
	去过 1~2 次	56	9.9
未求助群体	从未去过,但未来会考虑	384	67.6
	从未去过,且未来也不会去	115	20.2
总计	—	568	100.0

调查结果显示,在 568 名受访青少年中,实际产生过校园专业求助行为(含向学校社工或心理老师求助)的学生累计仅有 69 人,整体专业求助转化率仅为 12.2%。

为了进一步探明这 69 名求助个案的服务利用深度,本研究对其求助频次进行了层级解构。统计表明,当前青少年的校园专业求助行为呈现出显著的“轻度体验为主、深度求助匮乏”特征:

(1) 边缘性轻度体验求助。在产生求助行为的群体中,绝大多数学生处于服务的边缘接触阶段。具体表现为“基本没有主动求助,仅去过 1~2 次进行轻度体验或浅表咨询”的学生有 56 人,占总样本量的 9.9%。这反映出多数学生对校园专业服务的利用仍停留在尝试性、间歇性的工具性接触层面。

(2) 实质性深度稳定求助。真正建立起稳定专业助人关系、进行“深度主动求助”的学生仅有 13 人,仅占总受访样本的 2.3%。

这种以“轻度、低频接触”为主的求助行为分布特点,和青少年群体当中高达 25.7%的高困扰-低资源群体所对应的服务需求之间,会形成一种相当突出的“供需错位”矛盾;大批处于心理亚健康状态或危机边缘的青少年,在制度化的专业求助网络里依旧会处在一种游离和失联的状态,这给学校社会工作后续该怎么去开展主动的外展服务(Outreach)、又该怎么把初期接触的门槛给降下来,都提出了比较紧迫的实务要求。

4.4. 领悟社会支持的结构失衡：成人支持的边缘化

为了进一步探明青少年在面对专业助人资源时利用率低迷的深层成因,本研究对领悟社会支持量表(PSSS)的三个子维度(家庭支持、朋友支持、其他支持)进行了描述性统计分析,各维度的得分均值与标准差结果如表 5 所示。

Table 5. Mean values and descriptive analysis of perceived social support dimensions (N = 568)
表 5. 领悟社会支持各维度均值与描述性分析(N = 568)

社会支持源维度	包含的具体核心对象	均值(M)	标准差(SD)
朋友支持	朋友、同伴、同学	3.70	0.93
家庭支持	父母、家庭成员	3.65	0.97
其他支持	老师、学校社工及其他重要他人	3.46	0.92

由数据可知,为了进一步探明青少年在面对专业助人资源时利用率低迷的深层成因,本研究对领悟社会支持量表(PSSS)的三个子维度(家庭支持、朋友支持、其他支持)进行了描述性统计分析。由表 4 数据可知,受访青少年感知最为强烈且利用意愿最高的是朋友支持(M = 3.70, SD = 0.93),其次为家庭支持(M = 3.65, SD = 0.96)。正如既有研究所指出,同辈群体在青少年的社会支持网络中占据着核心圈层,对个体的日常心理缓冲发挥着关键的保护作用[17]。

值得注意的是,包含学校社工、班主任及心理老师在内的“其他支持”均值最低,为 3.46(SD = 0.92)。这一结果在一定程度上解释了前述的供需错位现象:在青少年的日常非危机状态下,学校社工、心理教师等专业成人力量并未进入其核心支持网络的“第一梯队”,呈现出明显的边缘化倾向。

4.5. 阻碍青少年专业求助的多重屏障分析

为了进一步弄明白青少年拒绝向学校社工或心理老师求助的深层原因,本研究对求助屏障相关的题项做了多重响应(Multiple Response)频数分析,分析过程中用“个案百分比”(即选择某一屏障的人数在有效样本 N = 568 中所占的比例)来衡量各项主观阻碍的普遍程度,表 6 已经对相关分布结果做了呈现。

统计结果表明,阻碍青少年利用校园专业助人服务的核心屏障主要聚焦于内部知觉、专业信任与同辈压力三个层面:

内部心理维度的防御性与被动性。内部心理屏障的受阻率达到了 65.85%(响应频数 374 次),其中“习惯性自我消化”是青少年选择最多的一个原因,说明多数学生在遇到困扰时更倾向于把问题压在心里或

者自己消化掉，而不是主动去寻求外部支持，这种比较明显的“认知自闭”倾向构成了求助过程中的首要障碍。

专业信任维度的隐私顾虑与效能怀疑。专业信任屏障影响到了 43.66% 的样本(响应频数 248 次)，这里面既包含了学生对“隐私泄露”方面的担忧，也涉及他们对社工能否有效解决学业压力等现实问题所持有的怀疑；这个结果提示学校社工在实务推广中需要把保密原则进一步明确化，同时也要提升服务效能的透明度。

社会污名维度的同伴压力。社会污名屏障的占比为 23.59% (响应频数 134 次)，尽管这个比例在三个维度当中相对要低一些，但“求助污名化(Stigma)”效应依然是制约青少年把求助意愿转化为实际行动的关键外部阻碍；对被看作“异类”的那种恐惧，会使一部分有需求的学生在校园社交关系里选择把真实的心理困扰给隐藏起来。

Table 6. Distribution of reasons for help-seeking barriers among adolescents regarding school social workers/counselors (N = 568)

表 6. 阻碍青少年求助学校社工/心理老师的原因分布(N = 568)

屏障维度	包含的具体选项	响应频数(合计)	占总样本比(%)
社会污名屏障	C (害怕被同学指点，担心进出社工室被当成“异类”)	134	23.59%
专业信任屏障	A (担心隐私泄露，害怕社工转告班主任、政教处或家长)， B (觉得社工解决不了实际问题(如无法改变作业量))	248	43.66%
内部心理屏障	D (挺想去的，但完全不知道他们的办公室在哪里/不知道怎么联系)，E (习惯性自我消化，觉得跟长辈说了他们也无法理解)，F (其他)	374	65.85%

注：由于本题为多项选择题，个案百分比之和大于 100%；表格中百分比均指代“个案百分比”。

4.6. 家庭微观系统对青少年心理困扰的影响分析

4.6.1. 家庭教养方式的现状描述

作为青少年成长最核心的微观生态系统，家庭内部的互动模式与教养行为对其领悟社会支持及心理困扰具有深远的形塑作用。本研究采用简式父母教养方式评价量表(s-EMBU-C)，从情感温暖、惩罚/拒绝以及过度保护三个维度分别测量受访青少年感知的父亲与母亲教养行为。各维度的具体得分均值与标准差如表 7 所示。

Table 7. Descriptive statistics for dimensions of adolescent-perceived parenting styles (N = 568)

表 7. 受访青少年感知父母教养方式各维度的描述性统计(N = 568)

抚育主体	教养方式维度	条目数	均值(M)	标准差(SD)
父亲	情感温暖	7	2.68	0.73
	惩罚/拒绝	6	1.39	0.50
	过度保护	8	1.82	0.50
母亲	情感温暖	7	3.02	0.73
	惩罚/拒绝	6	1.39	0.50
	过度保护	8	1.97	0.57

数据分析表明，受访青少年感知的家庭微观系统呈现出以下显著特征：

第一，母亲在家庭抚育中会承担起情感密度更高的角色，这种角色同时也伴随着更强的控制倾向；在情感温暖维度上母亲的得分(M = 3.02)明显高过父亲(M = 2.68)，说明青少年在日常相处中能从母亲那边获得更多的情感流露与支持；但到了过度保护这个维度，母亲的均值达到了 1.97，不但高过父亲的 1.82，而且成了所有消极教养行为当中得分最高的一项；这反映出 D 市青少年家庭当中“母职主导”的分工模式比较常见，母亲在倾注关心的过程中很容易会把这种关爱转化成高控制、跨边界的过度干涉行为。

第二，惩罚/拒绝等显性冲突行为整体处于低频状态，但隐性压力与负面效应依然存在。经数据修约，父亲与母亲的惩罚/拒绝均值在小数点后两位上趋同(均为 1.39)，说明随着现代教育理念的普及，宣泄式的肢体惩罚或直接冷暴力已非主流。但相关分析显示，父母的过度保护与惩罚/拒绝均与青少年的主观困扰总分呈显著正相关(其中父亲拒绝 $r = 0.46$, $p < 0.001$ ；母亲过度保护 $r = 0.38$, $p < 0.001$)。这种家庭微观系统内部的“密不透风”与高频边界渗透，极易将高期待、高控制转化为隐性压力溢出，进而导致青少年将对家庭内部长辈的心理防御，泛化为对校园场域内外部成年人(如学校社工)的建制性不信任。

4.6.2. 家庭消极教养行为的内部关联机制

为了进一步探讨家庭微观生态系统对青少年心理健康的具体影响机制，本研究将受访青少年感知的父母消极教养行为(包含父亲拒绝、父亲过度保护、母亲拒绝、母亲过度保护四个维度)与主观心理困扰总分进行了 Pearson 相关分析，具体统计结果如表 8 所示。

Table 8. Pearson correlation analysis between negative parenting styles and adolescent psychological distress (N = 568)
表 8. 父母消极教养行为与青少年心理困扰的 Pearson 相关分析(N = 568)

变量	父亲拒绝	父亲过度保护	母亲过度保护	母亲拒绝
父亲拒绝	1			
父亲过度保护	0.565**	1		
母亲过度保护	0.328**	0.529**	1	
母亲拒绝	0.522**	0.398**	0.607**	1

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

统计结果显示，各维度间均呈高度正相关(均在 $p < 0.01$ 水平显著)，表明家庭微观生态中存在显著的“控制 - 拒绝”共生特征：

(1) 同一抚育主体内部教养行为具有一致性：在单一抚育主体内部，教养方式具有高度一致性。母亲过度保护与母亲拒绝的相关系数高达 0.607，父亲过度保护与父亲拒绝的相关系数为 0.565。这表明，在家庭教养实践中，情感拒绝往往伴随着高强度的控制行为，并非孤立存在。

(2) 父母双方的教养行为存在同步：父母双方的教养方式亦表现出显著同步性。例如，父亲与母亲在“过度保护”维度上的相关系数为 0.529，父亲与母亲在“拒绝”维度上也存在显著的正向关联($r = 0.522$)。这种高度一致的教养“合谋”意味着，若家庭处于高控制氛围中，青少年遭受情感拒绝的风险将显著增加。这种“高控制 - 高拒绝”的家庭教养模式，不仅直接推高了青少年的心理困扰，更通过跨边界溢出强化了其心理防御机制。这种家庭内部压力与青少年习惯自我消化(65.85%)、恐惧隐私泄露(43.66%)等主观屏障相互交织，直接构成了导致学生专业求助转化率偏低(12.2%)的家庭根源。

4.6.3. 家庭消极教养方式对青少年心理困扰的回归预测分析

为进一步探究各消极教养维度对青少年心理困扰的独特贡献率，本研究在把性别与学段这两个人口学变量控制住之后，运用分层回归方法检验四种消极教养行为(父亲拒绝、父亲过度保护、母亲过度保护、母亲拒绝)对心理困扰的独特贡献率，结果见表 9。

Table 9. Hierarchical regression results of negative parenting styles on adolescent psychological distress
表 9. 父母消极教养方式对青少年心理困扰的分层回归结果

变量	模型 1	模型 2
	β (t 值)	β (t 值)
性别	0.067 (1.587)	0.051 (1.391)
学段	0.037 (0.862)	-0.012 (-0.324)
父亲拒绝否认		0.354 (7.305)*
父亲过度保护		0.031 (0.627)
母亲拒绝否认		0.042 (0.829)
母亲过度保护		0.216 (4.235)*
R ²	0.007	0.275
调整后 R ²	0.003	0.268
ΔR^2		0.268***
F	1.903	35.534***

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

分层回归的结果显示，在模型 1 中，性别与学段作为控制变量时，它们对心理困扰的解释率很低(调整后 $R^2 = 0.003$)，并且没有达到统计上的显著水平；当把父母消极教养变量纳入模型 2 之后，模型的解释力有了显著提升， ΔR^2 达到了 0.268 ($p < 0.001$)，这说明家庭消极教养方式能够额外解释青少年心理困扰 26.8%的变异量；比较标准化回归系数 β 之后可以发现，父亲拒绝对于心理困扰的预测作用最强($\beta = 0.354$, $t = 7.305$, $p < 0.001$)，这表明在家庭的微观系统里，父亲的拒绝行为对青少年主观痛苦感的提升作用最为突出；母亲过度保护也对心理困扰有着明显的正向预测作用($\beta = 0.216$, $t = 4.235$, $p < 0.001$)，这证实了母职角色中的高控制倾向会成为青少年心理健康的一个重要风险源。

需要留意的是，父亲过度保护和母亲拒绝这两项在模型里并没有表现出明显的独立预测作用，这个结果提示，在当下的家庭生态当中，“父性拒绝”与“母性过度保护”共同构成了阻碍青少年心理健康的两重“结构性压力点”。此外，相关研究也指出，通过这种嵌入与重构机制可以有效提升学校心理健康服务的整体效能[19]。基于本研究的实证发现，学校社会工作的介入策略需要完成战略重心迁移，即从被动等待模式转向联动多方生态的赋能型范式。

5. 讨论：从家庭微观到社会结构的生态重构

5.1. “初中陷落”与性别差异背后的发展心理学与社会化逻辑

本研究的量化结果揭示出一个值得警惕的拐点——初中阶段恰好构成心理韧性的一条“断崖式”下

滑通道，而女生的情绪困扰在这条通道上显得更为突出；这类现象显然无法仅仅还原为个体层面的性格或能力差异，更有必要被放置到生命历程的宏观框架中去加以理解。

从发展心理学的角度来看，初中转衔期本质上是个体从童年期对家庭的依赖状态向青春期自主性迈进的一个充满张力的过渡地带，学业竞争的陡然升温又会引发整个生活生态系统的剧烈重组；假若原有的家庭抚育模式未能及时完成从“掌控型管教”到“支持型陪伴”的职能转换，那么青少年在应付学业重压的过程中便容易出现心理资源层面的“生态损耗”，这种损耗积累到一定程度，便表现为所谓的“初中陷落”——这在社会学意义上其实是对教育适应性的一种提前透支，一旦外部支持系统缺位，个体就很容易退回到一种防御性的、退缩性的行为模式中去。

关于性别差异的成因，可以从性别社会化这个角度去加以剖析；女生之所以会报告出更显著的情绪困扰，很大程度上是因为社会化过程会对女性施加一套“情感规训”的法则，也就是说在竞争性的文化氛围里面，社会往往会把女生默认为需要展现出更高的情绪稳定性和顺从姿态，这样的期待实际上会压缩掉她们借助外显行为(比如体育运动、公开表达不满)来释放压力的可行通道，结果就是把心理上的冲突和紧张不断地向内吞咽，进而内化成持续的情绪负担；面对这样的局面，学校社工有必要主动去识别这种性别化的社会规训机制，同时借助叙事治疗的方法去协助女生把“完美受害者”这个隐含的心理包袱给卸下来。

5.2. 结构性压力与家庭微观环境之间的协同共振效应

研究数据已经表明，父母的过度保护倾向和高控制行为是催生心理困扰的一个深层根源[7]；不过，若要充分理解这一关联，就不能仅仅停留在家庭内部互动的微观层面，而应当进一步追问“教育内卷”作为一种宏观结构性压力究竟如何渗透并改写家庭教养的具体形态。

一方面，宏观层面的教育竞争和阶层焦虑会以“社会竞争的家庭溢出”方式传导下来，转化为家庭内部那种高强度的过度保护和节节攀升的期待值；家长在这里不单单是教养行为的发起者，同时也深陷于社会竞争所铺设的焦虑传播链条之中，他们常常不自觉地把社会评价标准内化为对子女行为的具体控制策略，由此衍生出一种替子女担忧、替子女争取、替子女承受竞争压力的情绪状态，而这种溢出的结构性压力又会导致学生把校园环境也视作家庭管控的延伸版图，进而泛化出一层对专业助人者(包括社工、心理咨询师)的防御心理。

另一方面，高达 65.85% 的学生习惯性地选择“自我消化”困扰，这个比例本身就在昭示一种制度性的求助屏障；在竞争导向的价值体系里，主动求助容易被误解成“自身脆弱”或“竞争失利”的信号，所以社会污名并不单纯来自同伴之间的刻板印象，它更深深地扎根于整个教育系统对“效能感”所持有的那种单一化审美标准——好像只有能独自扛住一切的人才算得上合格的学习者。

5.3. 进阶实务范式的转向：从被动等待模式转向联动多方生态的赋能型范式

在剖析教育内卷等宏观结构性压力对家庭微观生态的改写作用之后，会意识到若学校社会工作仍局限于个体化补救，便难以应对跨系统溢出的心理危机；基于本研究的实证发现，学校社会工作的介入策略需要完成战略重心迁移，即从被动等待模式转向联动多方生态的赋能型范式，针对研究中发现的“高困扰、低利用”悖论及核心屏障，提出以下三条对应路径：

一是针对自我消化防御倾向和同辈依赖偏好这一组问题，需要把朋辈赋能体系重新塑造起来；数据显示 65.85% 的学生会把习惯性自我消化当作首要屏障，而学生对同辈支持抱有的感知均值(3.70)会高于对专业支持的依赖程度(3.46)，所以学校社工可以把同辈群体转化成专业服务的一个引流入口，把原有的心理助理机制升级成校园社会情感学习(SEL)实验室，通过制度化的方式去培训和安排朋辈志愿者，让他

们充当校园心理安全网当中的哨兵，依靠非正式支持路径去打破学生凡事自我消化的封闭循环，把心理求助从个别化的行为转化成同辈之间日常的互助行为。

二是针对专业信任缺失与隐私焦虑屏障，需推进伦理制度化与空间去污名化，调查显示有 43.66% 的学生因担心隐私泄露及怀疑专业效能而拒绝求助，为了建立深层专业信任，社工可以通过可视化专业伦理宣导，向学生明确辅导空间的行政中立属性，规避行政权力逻辑对专业关系的干扰，把保密承诺转化为学生可见的制度信用，同时推动辅导空间的非补救取向与去矫治化改造，把社工室从问题矫正场所重新定位为减压工作坊，并把个案服务前置到面向全体学生的普惠性活动中，以此打破进咨询室即有心理问题的社会污名链条。

三是把家 - 校 - 社系统脱敏联动机制给构建起来，把教养压力的跨界溢出给阻断掉；回归分析的结果显示父亲拒绝($\beta = 0.354$)和母亲过度保护($\beta = 0.216$)都能成为推高学生心理困扰的核心风险因素，这种来自家庭内部的结构性压力很容易会跨越边界，进而演化为学生在校园当中的求助防御表现。因此学校社工需要跨越校园围墙，充当“学校 - 家庭 - 社区”三元生态的连接纽带，在家庭端设计家长生态成长营，引导家长觉察其高控制 - 高拒绝教养方式如何在宏观教育内卷中发生异化，协助他们回归以情感温暖为底色的育人初衷，从源头阻断消极压力向校园场域的渗透，在联动端通过系统脱敏操作降低家长教养行为带来的压力积压，改善家 - 校中间系统的支持质量，进而化解学生因家庭内部高压产生的求助抗拒，实现从微观个案干预到宏观系统赋能的有效衔接。

5.4. 研究局限与后续研究展望

这项研究虽然借助成熟量表展开实证分析，并从生态系统视角揭示了青少年心理健康的多重影响因素，但研究方法本身和场域条件所带来的局限同样需要加以正视。

一是横断面数据在因果推论上存在天然边界——研究能够呈现家庭和校园环境 with 个体心理状态之间的相关关系，却很难捕捉到宏观社会竞争动态下那种更为复杂的因果路径；后续研究可以考虑采用纵向追踪设计，以便观察在不同社会经济地位背景下，教育内卷究竟会沿着怎样的轨迹去影响青少年心理韧性的生命历程演变。

二是在于多维数据的整合还不够充分，当前结论对学生的自我报告依赖较多，有可能会受到共同方法偏差方面的干扰，后续研究可以把家长、教师和社工提供的多源评估信息给加进来，同时引入社会阶层、家庭资本这类宏观变量，以便分析结构性压力在不同阶层家庭当中会呈现出怎样差异化的溢出效果。

三是样本的地域代表性有待检验，研究结论来自 D 市的特定学生群体，虽然能够折射出一些典型矛盾，但这些发现能否推广到竞争文化强度不同的其他地区，尚需通过多点取样加以验证；未来还可以进一步考察城乡差异背景下青少年求助障碍与家庭教养模式之间的互动机制，从而为构建更具本土适切性的学校社工干预框架提供更扎实的经验依据。

6. 结论

本研究借助对 D 市六大片区 10 所代表性学校所回收的 568 份有效问卷做了实证分析，着力剖析了青少年心理健康服务利用领域长期存在的那种“高困扰、低求助”供需错位矛盾。

结果呈现出当前 D 市受访青少年的心理健康形势当中存在着结构性的风险隐患，不完全健康型与高困扰 - 低资源群体合并所占的比例达到了 38.9%，而且这种风险会带有明显的群体异质性，初中阶段是心理韧性出现生态损耗的关键节点，女生的主观情绪症状则会显著高于男生；微观家庭生态分析显示受访青少年普遍会感知到较高的母亲过度保护($M = 1.97$)，相关分析也证实了父母高控制、高拒绝的教养方式会和个体心理困扰之间形成显著的正向关联，在这种高控制的家庭生态之下，青少年的心理防御机制

很容易会向外泛化,并且和自我消化习惯(65.85%)、隐私泄露恐惧(43.66%)以及同辈污名化担忧(23.59%)等核心主观求助屏障相互交织,共同构成了阻碍服务触达的复合网络。

为此,学校社会工作需转变被动补救范式,围绕三个支点重构实务路径:一是以朋辈赋能转化同辈依赖;二是通过保密伦理规范化和隐蔽预约畅通重塑专业信任;三是依托校园普惠化改造、服务前移及“家-校”联动阻断家庭消极压力溢出。唯有将专业助人网络嵌入朋辈生态,并推动服务全员普惠,才能切实降低求助门槛,支持青少年心理韧性发展。

基金项目

2025年东莞市社会组织发展扶持专项资金项目。

参考文献

- [1] 教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》的通知[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe_943/moe_946/202305/t20230511_1059219.html, 2023-04-30.
- [2] 陈宛玉,郑春花,谢萌.心理健康双因素模型在中小学心理健康普测中的应用[J].江苏教育,2026(8):54-58.
- [3] 胡月琴,甘怡群.青少年心理韧性量表的编制和效度验证[J].心理学报,2008(8):902-912.
- [4] 宋宇,张家秀,周洋,等.武汉市青少年心理求助意愿与非自杀性自伤的关联[J].中国学校卫生,2026,47(1):94-99.
- [5] 章子怡,杜冰,张苒之,等.青少年心境障碍患者心理求助体验的质性研究[J].中华护理杂志,2025,60(8):947-953.
- [6] 王珊.中学生专业心理求助自我污名对专业心理求助意愿的影响机制及其干预研究[D]:[硕士学位论文].南昌:江西师范大学,2024.
- [7] 唐佩琪,李立圆,郭雨璇,等.消极父母教养方式与青少年抑郁症状的关系:多重作用路径的结构方程模型[J].四川精神卫生,2025,38(5):442-449.
- [8] 沈黎.学校社会工作的新机遇、新价值与新进路[J].中国社会工作,2025(33):1.
- [9] 洪佩,王杰.学校社会工作的入场困境与实践策略——基于布迪厄场域理论的分析[J].社会工作与管理,2016,16(6):13-18.
- [10] 许明超,陈武,饶仕杰,等.父母粗暴养育与青少年心理困扰的关系:心理僵化的中介作用和自然联结的调节作用[J].中国临床心理学杂志,2025,33(2):309-314.
- [11] 许莉娅.我国学校社会工作发展的机遇与使命[J].中国社会工作,2026(3):6.
- [12] Suldo, S.M. and Huebner, E.S. (2004) Does Life Satisfaction Moderate the Effects of Stressful Life Events on Psychopathological Behavior during Adolescence? *School Psychology Quarterly*, 19, 93-105. <https://doi.org/10.1521/scpq.19.2.93.33313>
- [13] Urie, B. (1981) *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- [14] 黎春嫻,余瑞萍.学校社会工作参与家校社协同育人的路径探究——基于社会支持网络视角[J].山西大同大学学报(社会科学版),2023,37(4):112-116+126.
- [15] 姜乾金.领悟社会支持量表[J].中国心理卫生杂志,1999(2):131-133.
- [16] 蒋奖,鲁峥嵘,蒋苾菁,等.简式父母教养方式问卷中文版的初步修订[J].心理发展与教育,2010,26(1):94-99.
- [17] 李婷.初中生生活事件、应对方式与心理韧性的关系[D]:[硕士学位论文].济南:山东师范大学,2012.
- [18] 李海垒,张文新.青少年的学业压力与抑郁:同伴支持的缓冲作用[J].中国特殊教育,2014(10):87-91.
- [19] 许莉娅.专业社会工作在学校现有学生工作体制内的嵌入[J].学海,2012(1):94-102.