

复原前途: 从个体和系统级别途径提高澳大利亚劣势青年的幸福感和复原力

M. 亚谢洛, I. 雷蒙德, A. 贾登, D. 凯利 (2018).

摘要

处于不利地位的青年面临着一系列由消极生活后果带来的风险，包括社会排斥、健康和福利受损、教育或职业参与度低。

在这样的前提背景下，“复原前途”项目概念形成并且发展成一个以优势聚焦的干预，其设计得到了广泛跨学科范围的科学证据支撑。

该项目采用了一个生态框架，旨在针对与青年社会排斥、脱离接触和不利相关的关键近端因素和远端因素。目标参与者是来自多个教育机构、心理健康机构和青年司法机构的 850 名处境不利的南澳大利亚青年，他们共同参与了项目的设计和实施。干预旨在通过显性的（直接教学）和隐性的（指导，案例管理）教学方法来建立幸福感和复原能力，并通过以体系为中心的方法来培训服务提供者的能力。

本文介绍了“复原前途”项目的迭代发展，其中包括一个重要的早期对使用非规范且灵活执行方法项目的重新定位。这个轴心是以实践科学文献为指导，并以有意向的实践模式和方法为基础，且该模式和方法在程序设计和提供服务层面上均可实施。我们总结了为不利群体提供跨多站点健康复原项目的关键挑战，以及以实施质量和严谨为重点的项目团队开发的方法。最后还提供了支持该方案有效性的初步定性证据。

关键词: 复原力; 幸福感; 复原前途; TechWerks; 意向实践

公共重要声明： 向青年提供心理健康干预措施是非常具有挑战性和复杂性的。在过去两年中，健康复原中心已经开展了大规模的循证项目，称为“复原前途”，旨在帮助南澳大利亚一些处境最不利的青年建立复原力。本文作为创新案例研究，将幸福感和复原力转化为实践，同时也概述了实施该项目所面临的挑战，以及为克服困难而开发的新方法。

引言

青春期是脆弱和机遇并存的时期。虽然大多数年龄在 12 岁到 25 岁之间的年青澳大利亚人过着成功而充实的生活，但也有一些处境不利的年青人，他们的生活状况并不理想。例如，在 2016 年，年龄在 15 至 24 岁的年青人中，有 13% 的人生活在贫困中（澳大利亚社会服务委员会，2016）。在 16 岁至 24 岁的年青人中，有四分之一的人在 12 个月内经历了心理健康失调（澳大利亚健康与福利研究所，2011）。2015 年，在 10 岁至 17 岁的年青人中，每天 477 人中就有一个人在接受青少年司法监督，而在 2016 年，这群人中 40% 以上的人都是土著人（澳大利亚健康与福利研究所，2017 年）。因为与学校的脱离，这些不利因此被触发和/或延续。随着过渡到高中，从 7 年级（13 岁）到 10 年级（15 岁）的入学率下降了 7%（澳大利亚课程评估和报告管理局，2013 年），大约 20% 澳大利亚青年没有完成 12 年级（17 岁）或同等教育水平（澳大利亚统计局，2011 年）。对于具有不利背景的青年，学校和教育仍然是关键的保护因素（麦克尼利，法利奇，2004）。

有大量证据表明，在童年和青少年时期开始的负面发展轨迹可能有长期的社会影响（特伦布雷，2010）。有违规历史，脱离学校或精神健康问题的劣势青年，在成年时发生心理或行为障碍的风险更高，并且还会变得与工作，社会机构和社会脱离（芬恩，西默，2012；亨利，奈特，桑伯里，2012）。由于青年的社会排斥和与学校社会脱离所造成的社会问题是广泛而复杂的。因此，对这一群体进行循证干预的开发仍然是研究者、政策制定者和项目开发者等各种利益相关者的主要兴趣。

科学构建的方法

以往在教育、青年发展与积极心理学以及发展临床心理学领域的研究，都提供了有关如何解决与青年的社会排斥和脱离相关的各种问题的科学洞察和建议。在教育领域，特别是教育

参与领域，同时包含着心理（认知和情感）和行为特征（芬恩，西默，2012），有大量证据表明，一个年轻人与学校和教育的接触是一个重要的保护因素，能够降低未来由于健康状况不佳和物质使用不良等负面结果带来的风险（格鲁伯，马哈莫，2000；李等，2011；马丁等，2015）。尤其，教育是作为减少未来的犯罪风险的循证保护性因子（莎莉班克斯，2013）。支持心理前因的作用，通过增加青年对教育，职业或生活成就的期望（马丁等，2015），并通过加强作为教育结果中心调节因子的自我效能感，特别是对有风险背景的青年，可以促进教育的参与度（申克，1991）。

关于青年发展的文献越来越重视以优势为基础的方法，基于这样一种信念，在过去对历史模型和失足青年为重点的研究中，人们总是低估了年轻人的真正能力和潜力（达蒙，2004）。北美发展科学家现已将积极心理学和青年发展理念融入了题为“积极青年发展”的研究与实践运动中（PYD；达蒙，2004；哥斯塔提尔 & 勒纳，2008；拉尔森，2000；勒纳，道林，& 安德森，2003；勒纳等，2005；帕克，2004）。此做法解释了优化青少年发展是一个具有“将个人特点与家庭、学校或社区环境中的生态资产共同作用起来”的功能（勒纳，勒纳，凡艾，鲍尔斯，& 勒温-比詹，2011，p. 1107）。并且这样的做法也与积极心理学方向更广泛的心理运动相吻合。（贾登，贾登，2016；塞利格曼 & 奇凯岑特米哈伊，2000）。

视角更广阔的发展心理学文献建议在生态框架内去理解复原力、幸福感和教育参与度。（布朗芬布伦纳 & 塞西，1994；昂加尔，加西纳尔，& 里克特，2013）。也就是说，风险因子和保护因子可能存在于年青人自己的世界中（例如技能、价值观、认知能力等近端因素）又或者存在于多系统或远端因素支持下的年青人身上（例如家庭、社区、同伴、媒体）。违规、教育参与度以及幸福感结果的变化取决于近端因素和远端因素之间的相互作用（勒纳等，2005；勒纳等，2011）。例如，培养一个年青人的社会情感能力（例如自我意识、复原能力）或者增加复原力和幸福感

的发展资源，可以体现出有意义的行为结果(杜尔拉克, 魏斯伯格, 狄米斯基, 泰勒, & 舍林格, 2011)。

还有一系列其他近端因素和远端因素需要在针对劣势青年的干预措施的设计和实施中加以考虑。这些因素包括：发展功能，创伤史，社会经济优势和劣势以及社会排斥；每个因素都将被简要概述。

来自不利背景的青年人存在较高比例的关系创伤和虐待，这可以表现在情绪调节问题上，并且可能具有神经发育的前因(佩里, 2001)。发育性创伤可以表现为普遍的症状，包括抑郁症，各种医学疾病和发育迟缓，以及各种冲动，对抗和自我毁灭行为(冯特 & 伯杰, 2015; 佩里, 2001)。尽管如此，青春期的过渡是一个大规模的神经发育和重组的时期(布莱克默 & 乔杜里, 2006)。基于这一证据，对有创伤背景的青年人提供的干预措施需要映射到他们的神经发育水平(佩里, 2006)，并以创伤知情的方式进行(沃尔等, 2016)。

还有一系列与青年劣势和脱离接触相关的社会决定因素和远端因素。一个重要因素是社会融入。社会经济的不利因素，往往以家庭收入以及与社会和社区参与相关的排斥为表现，在理解年轻人的不利模式方面起着关键作用(马丁, 康格, 西特尼斯科, 玛莎丽柯, 福布斯, & 肖, 2015)。通过借鉴社会排斥的概念，可以通过强调失业、低教育成果、低收入、缺乏获得服务和社会团体途径以及身心健康低下等领域的剥夺来更深入地了解不利因素(萨奇鲁克鲁 & 帕帕多普洛斯, 2002)。

总而言之，从心理学，社会学和健康学的文献中得出的这些证据，为以优势聚焦干预措施来解决不利条件中的近端和远端先因的设计提供了基础知识支撑，并通过这样的途径，增加南澳青年的社会融入感，参与性和投入性。正是在这个科学的基础上，形成了“复原前途”项目。

“复原前途”项目

2015年初，“复原前途”项目概念被提出，用以提高面临未来负面后果风险的南澳青年的教育参与度，幸福度和生活展望度。该项目由南澳大利亚卫生和医学研究所（SAHMRI）健康和复原中心（WRC）开发，由Wyatt信托基金(www.wyatt.org.au)和James and Dinna Ramsay基金会（詹姆斯和戴安娜拉姆齐基金会）提供120万澳元的慈善资金(www.jdrfoundation.com.au)。

“复原前途”项目的概括目标是双重的。首先，通过提供幸福感和复原技能培训，对850名年龄在16岁至21岁之间的劣势青年进行衡量和建设，并通过不断的指导和在线工具与资源的获得来加强他们的能力。其次，以系统观出发投入发展青年工作者和教育工作者的技能和知识，以提高其对年青人幸福感和复原力建设的专业实践能力，着重解决与社会排斥和不利因素相关的远端和近端关键因素。“复原前途”项目的最初结果是：

- 加强青年在教育和职业道路上的参与。
- 在处理逆境时，将社会情感能力（认知行为技能）建立为有效的解决问题，应对，沟通和自我调节的技能。
- 通过加强愿望，自信和自我效能，来克服社会经济劣势，增加社会参与度。

通过将这些广泛目标和预期结果作为指导，“复原前途”项目最初通过三个方案支柱进行实施：1）可明确提供的复原技能培训，2）技能的嵌入和整合（指导，在线支持），和3）关键战略实施合作伙伴。以上每个机理又由数个要素组成，下面会对他们进行更详细地描述。

1. 可明确提供的复原技能培训。

方案一包括了幸福感和复原力技能的明确实施，其中包括了调整自 TechWerks 复原训练项目的内容 (www.technologywerks.com)。TechWerks 项目是基于最佳实践积极心理学和认知行为治疗，并参考为美国陆军研制的综合士兵和家庭健身计划开发出来的(哈姆斯, 克拉斯科娃, & 凡贺夫, 2013)。TechWerks 项目教导了十个具体技能，旨在增强复原和健康，从而将内容重点放在有效的解决问题，适应能力，积极应对，自律和社会支持上。十项调整的“复原前途”技能包括：

1. *成长心态*。这项认知技能鼓励个体相信，他们最基本的能力是可以通过奉献精神 and 努力工作得以发展的。
2. *事件—思绪—反应连接*：这项技能提高了在思绪如何驱动对事件反应上的个体意识，并用于确定思绪和反应是否帮助个体努力实现目标，依照其价值观行动，提高其绩效并加强其关系。
3. *什么是最重要的*：这项技能提高了个体对什么是会影响其妨碍绩效、目标或关系的徒然反应（情绪和/或身体）的个人意识。
4. *平衡你的思维*：这项技能帮助人们以基于证据的准确方式认知地评估形势。
5. *培养感恩*：这项技能是通过持续强调感恩作为一种认知过程，力求建立乐观、积极的情绪和复原力。
6. *正念*：这项技能教导个体们以集中，开放和非评判的态度来规范他们的注意力。
7. *人际问题的解决*：这项技能教导个体们以带有健康和富有成效情感表达的尊重态度以及妥协的方式来解决人际关系问题。
8. *积极建设性的响应*：这项技能提高了维护，加强和培养重要关系的沟通模式和反应的意识。

9. *利用优势：该项技能提高了个人对自己和其他个人优势的意识，以及如何在全部的生活领域中应用优势。*
10. *基于价值观的目标：这项技能提高了个体对其价值观的意识，以及如何将这些价值观转化为行动和目标。*

在发展的最初，techwerks 技能中“意义的制造”，是一种教人如何在一个健康的和富有成效的方式下，通过对意义的关注，认知地评价挑战和失败的技巧，被技能“成长心态”所取代。成长心态，是由心理学家卡罗尔·德韦克（2012）发展出来的的一个概念，并与年轻人更强的教育和生活质量相关（耶格尔 & 德威克，2012），因此被认为是必要的补充。

TechWerks 复原训练旨为实施五天的“教练员培训”项目而设计的，个体在前 2.5 天完成明确的技能培训，然后再参加他们自己组织内部额外的 2.5 天实践技能教学的培训。该方案借鉴了马丁·塞利格曼（Martin Seligman）和其他研究人员的工作，他们的研究表明，通过技能培养干预措施可以衡量和习得复原力，幸福感和积极情绪状态（例如，贝克，1976；埃蒙斯，2007；卡巴金，2004；塞利格曼 & 奇凯岑特米哈伊，2000；塞利格曼，2002）。塞利格曼将最佳幸福感概念化为具有五个主要元素的缩写 PERMA（塞利格曼，2012），它们是积极的情感，参与，关系，意义，成就，并且该模型被纳入了 TechWerks 项目。

参考前面提到的文献基础，TechWerks 项目的内容为了满足“复原前途”项目参与组的需求做了适应的调整。调整是通过一个迭代协同设计过程进行的，其中包括与所有项目合作伙伴以及儿童发展与创伤专家进行磋商。具体来说，原有的技能内容集中在高阶的元认知过程上给出了抽象的推理能力，鉴于“复原前途”目标群体的抽象推理技能可能不够发达（布莱克默 & 乔杜里，2006），材料按具体条款实施。调整也基于创伤知情的构建（澳大利亚儿童基金会，2012），其中包括更强调内容侧重于自我调节，这是一个与青少年幸福和繁荣状态相关的高阶技能（勒

纳，勒纳，鲍尔斯等，2011）。修改后的十项技能在手册中被实施为“锚点”（或教学结果将在明确的实施计划中被重点关注）。手册还包括了许多为方案协调人员提出的活动方案。

2. 技能的融入和整合。

方案二涉及 TechWerks 技术的融入和整合。该方案提出了技能发展和表达的工作理论框架。也就是说，明确技能交付方法的主要目的是提高对每个技能要素的认知和了解，并为通过指导和辅导支持发生的技能获取和表达提供基础。当年青人开始在一系列背景中内化和评价技能时，就假设了将技能内在化作为心态转变的条件是存在的。

通过对“复原前途”项目中的所有参与者进行嵌入式指导和辅导，实现了内部化过程。重要成人和青年之间通过指导，辅导或案例管理方式建立的结构性和持续性关系，被用于通过建模，启动和提示，排练，反思和练习来支持技能获取过程。具体来说，成人支持年青人进一步探索和将“复原前途”项目素材融入自己的生活。这些基于经验的指导实践也引起了对社会经济不利因素中的近端和远端因素的关注，和代表了循证和更高影响的指导方法(杜波依斯, 霍洛韦, 瓦伦丁, & 库珀, 2002)。

通过在线支持和基于网络的平台也能促进整合和嵌入过程。这些程序元素被应用于通过各种设置中的提示和启动过程来加强技能内部化过程。基于网络的平台为避免选择正式服务的年青人提供了一个方便、舒适、而且可能是匿名的网站(欧姆, 焦尔姆 & 赖特, 2009)。该平台通过为参与者提供了一个可让他们继续参与“复原前途”项目内容的网站，扩展了“复原前途”项目的覆盖面，提供对幸福感以及复原技能扩展内容的访问，并与他们的导师建立联系。

3. 关键战略实施合作伙伴。

SAHMRI 健康与复原中心确定了与提供“复原前途”项目合作的关键机构。合作伙伴的选择主要是基于他们与处境不利的弱势青年的长期接触，以及他们通过指导、辅导或案例参与的

方式，致力于构建成人与青年的关系。此外，组织承诺在学习、改进专业实践体系、创新、稳定的管理和工作人员的证据也被认为是重要的，同时也愿意共同投资该项目。在此基础上，选择了七个初始合作伙伴：

- 三所备选的学校，他们使用幸福感战略，通过认证和非认证的学习，专注于将脱离学习者重新连接回教育。
- 一家可以给脱离学习者和监护下青年提供个案管理和学习的青年机构。
- 一家专注于青年司法和监护的国际援助机构。
- 一位提供心理健康的专家。
- 一家专门为离家青年提供住宅服务的治疗护理机构。

这些被提到的合作伙伴来自于教育、心理健康和青年司法服务提供者等多方，为实现“复原前途”的第一次迭代提供了基础。

“复原前途”的演变

在“复原前途”项目（1.0版）的第一次迭代中，技能教学方法大量注重了 TechWerks 手册中阐述的明确的精确技能实施方法。“复原前途”项目 1.0 版的培训手册包括一个高度脚本化的八期程序，该项目整合了对参与者群体相关的额外资源和活动（例如，包括视听媒体）。“复原前途”项目开始于 2016 年初通过两家合作机构将此蓝本交付给三个参与者团体，并于 2016 年逐步全面推出至所有七个合作伙伴。

“复原前途”项目的第一次迭代取得了不同的成功。合作伙伴反馈报告指出，该教学方法获得了与主流教育站点有较强联系的青年群体的高度参与。然而，这个项目并没有为大多数的闲散学习者争取到一个可行的方法，这也是“复原前途”项目的主要目标群体。合作伙伴普遍报告

说，适应的技能和规范教学方法，制定到了传统课堂教学的方法，但并没有参与到参与者的队列中。合作伙伴的反馈意见表明，“复原前途”项目并未体现出所期望的计划结果。

这次试点的一个重要见解和结果是，项目合作伙伴开始发展一系列不同的实施模式，并对其相关内容进行了重大调整（特定青年的需求和组织设置）。调整频繁发生在现实世界中进行许多循证项目的实施中，参与人员也因此根据其背景设置对项目程序，投入量，内容和目标群体进行调整(穆尔, 布巴甘尔, 库珀, 2013)。“复原前途”项目管理团队支持并监测了这一适应过程。关键改变包括了合作伙伴将技能内容整合到 1) 认证和非认证项目, 2) 一对一和团体治疗或临床机构, 以及 3) 基于项目的实施模式, 包括将视觉艺术, 表演, 摄影, 电影制作和游戏与内容整合。通过这一过程, “复原前途”项目有机地适应了由核心组成部分（如核心技能成果）组成的模型, 该模型由一个动态的教学交付方法支持, 其中包括一系列适应性强的教学或学习要素。

这些调整的需要凸显了在通过对异质性参与群体、教育、心理健康和青年司法场所之间提供规范性的幸福感和复原力技能干预的不足之处。因此, 有必要采用灵活的教学和服务交付方法, 可以支持多站点应用, 并满足异质性参与者群体的需求。然而, 随着灵活性的提高, 人们对项目忠实度也提出了更多的关注, 即如何可以保证项目保持高标准和连贯的方式交付给等量的参与者。项目忠实度与更高的项目结果(杜尔拉克 & 杜普雷, 2008; 利普西, 2009), 以及最佳实践项目实施的注意事项(布拉泽, 凡戴克, 费克辛, & 贝利, 2012)密切相关。由于经常发生在大规模和高度应用的干预措施内(马尔蒂 等, 2016), 项目团队在执行项目的过程中寻求实现忠实度和伙伴机构灵活性之间的平衡。在“复原前途”项目中这是一个可操作的过程, 能让伙伴机构在灵活地根据该机构以及其年青人的独特特征对项目进行适应性的调整, 并同时确保对教学内容的忠实度和教学方法的严谨性。“意向实践”的实施方法被确定为一个核心机制, 以维护严谨和忠

诚，但同时也支持服务交付的灵活性和创新性。正是意向实践的这个层面，它被引入作为关键项目的添加和支点。

灌输意向实践的实施途径

在实践科学文献的基础上发展，意向实践是一种旨在将持续的意识带入到干预意图的方法，包括预期结果（“什么”）以及过程或者实现的机制（“如何”）（雷蒙德, 2016b）。通过对临床、法医和教育干预措施的回顾，以及对更高影响结果相关的项目特征的识别，建立了意向实践的模型（雷蒙德, 报道）。意向实践的方法可以通过三个关键问题进行实施：

1. 驱动干预的意图，能量或目的是什么？
2. 干预的重点是什么结果？
3. 这一结果是如何实现的，或是通过何种方法或实践获得的？

这些问题可以在多个层面上实施，包括机构（例如，战略意图），项目开发（例如，逻辑模型），和在个人实践层面（例如，作为临床，教学或方案促进方法）。一个名为“生命浮力模型”（雷蒙德, 报道）的意向实践模型，操作了这三个问题，并支持其在所有三个层面上的应用。这个模型是在参考了对程序组件，过程和结果之间关系进行表述的程序逻辑文献（库克斯, 吉尔, & 凯莉, 2001）后构建和组织的。模型类别的标明和界定，也是通过参考积极心理学文献实现的（例如, 塞利格曼 & 奇凯岑特米哈伊, 2000）。重要的是，该模型运用了一个“以增长为重点”的目的对干预进行设计和规划。也就是说，干预措施的核心意图或目的是“增长”或“建立”个人的能力，以改善幸福感和参与的结果（雷蒙德, 2016a）。这种以增长为导向的方向将积极心理学的结构运用于干预的实践哲学和教学方法中（伍德, & 塔瑞尔, 2010）。“复原前途”项目（2.0版）的扩展和重新定位得到了以增长为重点的意向实践方法的支撑，同样在方案设计和交付水平上有所适用；现在会对两者都进行轮流审查。

首先，在项目设计层面，以增长为重点的意向实践已在多个澳大利亚治疗和福利计划中实施 (雷蒙德, 2016a, 报道; 雷蒙德 & 拉平, 2016, 2017)。在“复原前途”项目的重新定位之中，开发了一个程序逻辑模型，以阐明短期，中期和长期结果的层次结构，这些结果被分类于青年，机构和机构制度的领域。该逻辑模型还阐明了关键项目组件。该程序逻辑模型如下表所示，是“复原前途”项目当前实施的模型¹。

¹ 表格提供了程序逻辑模型的概述，所有关于结果和程序组件更加完善的操作定义需向第一作者提出请求获得。

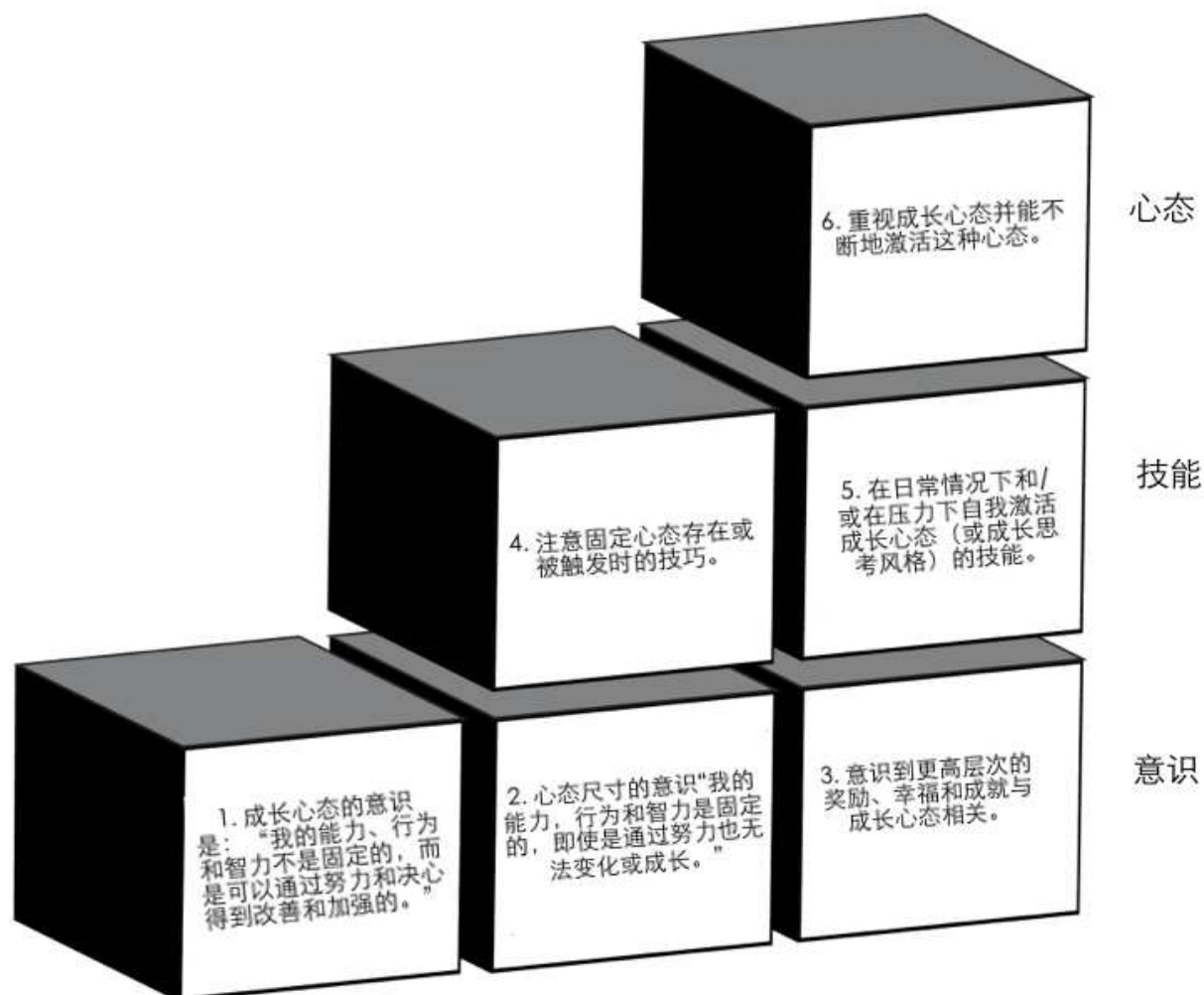
“复原前途”程序逻辑模型表

程序组件 ^e (“如何”)	结果等级体系 (“什么”)			
	短期	中期 青年	长期	
-明确学习 RF10 技能 -隐性学习 RF10 技能 -意向成人指导和辅导 -意向目标探索和行动 -幸福感测量和反馈 -在线平台	意识 ^a	RF-10 技能, 幸福感, PERMA 以及如何加强	RF-10 技能在生活多个领域的行为表现	RF-10 技能被重视并融入个人身份 (心态)
	技能 ^b	RF-10 技能锚点的表达 (包括通过目标设定) 与成人支持	准确的幸福感自我意识和如何改善个人幸福感	善幸福感, 复原力和精神健康结果
	心态 ^c	对幸福感, 复原力和 RF-10 技能的积极价值取向		
	资源 ^d	参与成人的支持和自主获取关于幸福感和 RF-10 技能的信息	改进与机构工作人员和职业教育进程的接触	改善职业和教育成果
机构人员				
- TechWerks 复原技能训练 -意向实践训练 -语境化工作坊 -反思实践社团 -WRC 的并肩支持和辅导 -访问在线资源	意识 ^a	RF-10 技能, 意向实践, 创伤知情实践以及如何将 RF-10 技能应用于环境	RF-10 技能在生活多个领域的行为表现	RF-10 技能被重视并融入个人和专业身份
	技能 ^b	意向使用跟 RF-10 技能相关的内隐和外显学习过程	在所有支持角色中有意使用隐性和显性学习。	更高质量和影响的实践成果
	心态 ^c	面向幸福感, 复原力, RF-10 技能, 意向实践和计划的积极价值取向		
	资源 ^d	与 WRC 工作人员接触, 以及自我获取 RF-10 技能信息和意向实践	通过与计划和内容的联系来加强与青年的关系	改善幸福感、复原力和工作满意度
机构系统				
-训练有素的工作人员临界质量 -局域规划和 RF-10 技能嵌入 -改善机构福利文化的系统方针战略 -动态过程与结果评价	意识 ^a	如何意向地将幸福感和复原力结构融入系统和文化中	机构实施融入幸福感和复原力结构的项目/策略	幸福感和复原力融入文化和战略规划
	技能 ^b	有意在系统中融入幸福感和复原力结构	工作人员和领导角色整合了对幸福感的责任	机构领导和工作人员报告高度满意度和对项目的信心
	心态 ^c	“复原前途”项目的积极价值取向以及幸福感内容的嵌入		
	资源 ^d	与 WRC 工作人员接触, 资源/系统方案的内部开发	系统评审发生了“复原前途”内容的改进实现	利益相关者和消费者认同机构是以幸福感为重心的

注: ^a 意识是知识、信息、洞察力和自我意识。^b 技能代表意识或知识在观察到的行为或行为中的表达。^c 心态是价值观, 信念和思维过程。^d 资源代表支持该计划成果的人员, 信息和系统。

其次，在便利和项目交付层面（即时服务提供）中，“复原前途”项目的重新定位确定了对灵活的教学和使用便利化方法来教授复原技能的需要，且这可以在多个站点得到支持（例如，教育，心理健康，青年司法），并能对异质参与者群体进行个性化定制。教学方法必须包括明确的或基于课堂的教学，以及更多的以隐式为基础的方法，包括指导和辅导、案例管理和基于项目的学习。重新定位旨在强调关注项目的忠实度，但它同时也具有高度情景适应性和灵活性的框架(马尔蒂, 诺姆, 毕尔曼, & 索默, 2016)。因此学习内容不能用手段或规范性定义，所以采用有意向实践的方法来保证教学方法的严谨和忠实。

如马尔蒂等人所指出的（2016），内容丰富的程序清楚地界定了固定和灵活的功能。通过重新定位，十项复原技能被区分为固定的成果。然而，为了使这些成果能够在所有情况下实现，十项技能中的每一项被解构并分解为可以通过显性或隐性的学习活动来集中的具体“锚点”或构建块。这些锚点代表了计划辅导员、导师、教练和机构工作人员在他们的执行过程中提高意识，然后映射到具体学习活动的干预措施的即时焦点或“成长意图”。下图显示了“成长心态”中调整的复原技能的六个锚点或构建块。



“复原前途”项目中成长心态技能的锚点（或构建块）图

锚点，被分类为 1) 意识，2) 技能，3) 心态(雷蒙德, 报道)，总的来说可以图形化地表示为一个构建块楼梯(雷蒙德, 2016b)，其支持了实践者或协调者通过对每一层的关注来构建教学或学习内容。这三层分别是：

- 1) 意识 - 技能被分解为知识、洞察力或认知学习组件。
- 2) 技能 - 通过认知或行为行动对技能的行为表达。
- 3) 心态 - 支持技能使用和表达的思维过程，价值观或信仰。

这样的锚点为青年工作人员和教师提供了一种灵活而稳定的结构，可以根据目标群体的需要和兴趣，增添额外的幸福感和复原资源。“复原前途”项目管理团队和合作伙伴机构开发了许
多这些资源，如内容、幻灯片、活动和在线资源。

意向实践的^{实施}包括了员工在意向实践中接受基于资格能力的培训 - 这被称为“IMPACT 培训”。这项培训也将重点放在创伤知情的实践上，旨在通过将隐性或显性的学习活动跟情景设置和青年特定需求（例如，创伤、生活状况）关联起来，培养“复原前途”项目人员具有定位特定成长结果（复原技能锚点）的技能。这些都在简要的“成长行动计划”中获取，它仅使用一页缩写的逻辑模型去培养个人或青年群体的十项 TechWerks 特定技能。

进展与成果

迄今为止，通过伦理审查，超过 50 名的青年工作者，教师导师和案例管理人员已经参加了为期 5 天的 TechWerks“教练员培训”项目，另有 10 名参加了 2.5 天的直接培训。每个合作伙伴机构也参加了为期一天的情境工作坊，以确保“复原前途”项目的内容是针对每个机构的独特背景以及来自该服务年青人的需求。另外 45 名青年工作者，教育工作者和导师已经开展了作为“复原前途”项目 2.0 版的一部分的，基于资格能力培训的意向实践（IMPACT 培训）。

青年工作者和教育工作者一直以一种对该项目核心成分富有创造性和可信性的方式执行“复原前途”项目。伙伴机构的个体工作者已经开展了重要的实践创新，能有效地培养闲散青年的幸福感和复原力。作为回报，这些实践创新影响了机构的实践，也促进着系统的变化。正在出现的是一个复杂的项目生态系统，其特点是实践创新、新的福利政策和程序，以及伙伴机构之间的积极系统变革。

此外，通过质量监测过程对计划实施的持续关注，对于预防“计划偏移”和维持积极的计划成果至关重要 (洛根 & 罗伊斯, 2010)。为此，“复原前途”项目已经开发了学习评定细则来支持基于能力的评估，这需要“复原前途”项目的青年工作者和教育工作者对行为的改变和幸福感的

观察和报告。通过简化测量和数据收集过程，增加了年轻人和伙伴机构参与测量和评估过程的可能性。

“复原前途”团队也收集了与本项目 18 位协调员面访的定性反馈。这样的反馈意见表明，该项目正在意识提高，幸福感影响，培养自我调节能力，提供与青年共鸣的方案，提高员工和机构实践质量以及机构系统面向幸福感和复原力的重新定位方面获得预期影响。例如，当被问及“复原前途”项目时，协调人员提到的结果如下：

某一天我就走了，他们不知道什么是乐观主义。第二天，他们知道了这是什么，在之后的项目中，他们仍然继续使用一些语言...

...现在他口袋里只有少数一些东西，需要自己检查一下，然后在他发怒之前先平衡好情绪。这种自我意识对他继续在控制怒气的努力上至关重要。

...其中一个走了，“伙计们，我们争吵从来没有好结果。让我们好好相处吧。我们别谈那件事了，一切都结束了”。然后我觉得“我的天啊，发生了什么事？”“我的一些学生，以前从不说话，或者不看人说话，不在课堂上发言，不发表意见，不讨论材料...

这些来自协调员的引用提供了轶事证据，即“复原前途”项目正在增加年青人的自我调节力和在面对状况时可使用心理工具，语言和技巧的能力；如生长心态和性格优势。然而，知识转化的关键，或许对年青人来说最有力的证据报告，是在与他们的培训者之外互动时使用到“复原前途”培训所教授的技巧。这意味着某种程度上在年轻人身上，在他们自己的生活中，有某个时刻记得和使用技能的能力，例如：

...那里那个青年，他真的很在行，我实际上听到他说过“我会成为你的副驾驶”，我心想哦，哇，这很有趣，真的很好，那就在他的关系...

这样的反馈也反映了该项目的运作方式。例如，当所有协调员报告来自年青人的积极成果，但他们谈论的只是具体的某个人，而不是他们所教授的所有年青人都发生了改变。协调员提供了两种可能的解释，说明为什么会发生不同程度的变化。第一个是“准备改变”的青人，情绪更成熟的年青人更容易接受培训计划中的信息。第二个潜在的解释是来自一个协调员，该协调员同时在针对年青人的团体和一对一的指导中教授了该计划。这位协调员报告说，在单独工作的年青人身上看到了更多的变化，并建议在指导过程中增加与年青人一起互动的强度和时

间。

“复原前途”项目的另一个重点是员工；青年工作者和教育工作者。在这里，我们特别感兴趣的是，工作人员是否 1) 在自己的生活中使用技能，2) 认为他们已经获得了更多与青年工作的工具，3) 享受更多的工作。在这方面，员工分别提到：

...在我的家庭中，当我和我的妹妹和妈妈，和我的伴侣说话时，我使用了很多技能，然后真的很有趣看到他们对此有所反应...我的焦虑程度可能降低，不再悲观看待事情，事实上这是给事情一个得到积极结果的机会。

...它使我能够更多地使用我自己的方法，我认为它给了我更多的言语去描述什么是我喜欢做的工作，和什么是我可以使用的工具。

我的天啊，如果你能知道我去年经历了什么，我可以说是“复原前途”的十项技能让我挺过了。老实说，他们改变了生活.....对我来说，最好的成果之一实际上就是对工作的满意度。

通过多次访谈的一个共同点就是工作人员既相信技能的有用性，又能在工作以外的生活中使用到这些技能的重要性。据报告显示，这两个因素提高了他们在与其合作年青人中的可信度，从而增加了年青人倾听和参与教学的意愿，例如：

我真的觉得，当孩子们感觉到你知道它，与之生活，并对它报以激情的时候，他们肯定会更多的接受它。他们好了，这显然是某种东西对某人起到良好作用的结果，然后真正的链接就是，你可以使用像“小小的个人例子”去告诉他们，我遇见过相同的状况，这个真的帮助了我，你认为也能对你的状况有所帮助吗，那真是一件非常积极的事情。

除了年青人和协调员的积极成果外，组织也取得了积极成果。最常见的报告结果是工作人员用一种共同的语言来讨论这些概念，他们对培训所提供的技能有共同的认识，例如：

...我们看到的是，对于在同一个办公室的我们来说有太多的价值，我们能够强化材料。我们有一个共同的交流氛围。所以这真的有帮助。

除了定性见解之外，我们的量化测量方法还包括评估参加技能培训前后的主观幸福感和心理压力。这些成果措施将被纳入更广泛的“复原前途”项目评估中，用以说明该项目对青年心理健康的影响以及方案的改进和迭代。

“复原前途”项目展望

“复原前途”项目已经被原型设计和迭代了两年。由于这项工作，项目团队开发了一个经过修订的程序逻辑模型（上面表格）。这个逻辑模型是以意向框架为基础，旨在通过持续提高对所有项目成果（短期，中期和长期）以及组件的认识来维护执行的质量和忠实度。我们正在应用一种协同设计实施策略，其中程序组件是按照项目中合作伙伴的需求、情景和经验分步执行的。项目团队会继续基于合作伙伴和涉众反馈对程序组件进行迭代和细化。扩大“复原前途”项目范围的愿望推动了这项工作的展开，工作包括了去维护关系和参与者家庭，加强提供更为一体化的“生态模式”，其可针对不利青年的近端和远端因素以及社会包容度。

项目组已经启动了一个对“复原前途”项目详细的混合方法评估，以区分用以提供所述结果的“核心”程序组件，和那些可以根据情境“调整”的程序组件。这些条款来自马尔蒂等人（2016）的工作，并提到需要复杂的程序来清楚地区分和描述这些组件，其中谁是提供项目成果“重负者”或“活性成分”，以便为将来的迭代提供最大的机会实现有效且节省成本。“复原前途”项目渴望开发一个能在跨多群体和情境下具有外部效度的程序模型和实施方法。我们乐观地认为这一结果是可以实现的。

结论

由于其目标群体的性质、规模以及其创新性，“复原前途”项目在头两年中遇到了一系列的挑战。本文介绍了一个在跨越多家教育，心理健康和青年司法站点中被执行的迭代开发程序，以及项目团队开发的新方法，以解决针对异质和劣势青年群体个体和系统级别干预相关的挑战。“复原前途”项目的方法，将幸福感及复原干预与基于实施科学和积极心理学结构和过程的意向实施方法相结合，成为一个创新的案例研究。它详细介绍了如何把幸福感与复原力的科学转化为实践，并可以在跨多个站点的规模上进行教学和融入。初步证据表明，有意义的成果正在实现中。

参考文献

1. 澳大利亚童年基金会 (2012 年)。创造学习空间：学校的创伤知情实践。Retrieved at <http://professionals.childhood.org.au/resources>
2. 澳大利亚社会服务委员会。(2016)。澳大利亚的贫困 澳大利亚的贫穷与不平等。Retrieved from <http://www.acoss.org.au/wp-content/uploads/2016/10/Poverty-in-Australia-2016.pdf>
3. 澳大利亚课程评估和报告机构。(2013 年)。澳大利亚 2011 年度国家教育报告。Retrieved from https://acaraweb.blob.core.windows.net/resources/ANR_2013_Parts_1-6_8_and_10.pdf
4. 澳大利亚健康与福利研究所。(2011 年)。澳大利亚年轻人：他们的健康和幸福 2011。Catalogue No. PHE 140. Canberra: Australian Institute of Health and Welfare.
5. 澳大利亚健康与福利研究所。(2017 年)。澳大利亚青年司法 2015-16。Retrieved from <http://www.aihw.gov.au/WorkArea/DownloadAsset.aspx?id=60129559053>
6. 贝克, A. T. (1976). 认知治疗和情绪障碍。纽约：国际大学出版社。
7. 贝克, J. S. (1995). 认知治疗：基础及之上。纽约：吉尔福德。
8. 布莱克默, S. J., & 乔杜里, S. (2006). 青少年大脑的发展：对执行功能和社会认知的影响。儿童心理学与精神病学杂志, 47(3-4), 296-312.
9. 布拉泽, K., 凡戴克, M., 费克辛, D., & 贝利, F. (2012 实施科学：教育心理学从业人员的主要概念, 主题和证据。In B. 凯利& D. 帕金斯(Eds.), 教育心理学实施科学手册：如何促进循证实践 (pp. 13-34). 伦敦：剑桥大学出版社。
10. 布朗芬布伦纳, U., & 塞西, S. J. (1994 在发展中重新认识自然 - 生态生态学模型。心理评论, 101(4), 568-586.
11. 库克斯, L. J., 吉尔, P., & 凯莉, P. A. (2001 程序逻辑模型作为多方法评估的综合框架。评估和计划规划, 24(2), 119-128.
12. 达蒙, W. (2004). 什么是积极的青年发展？美国政治和社会科学院的 ANNALS, 591(1), 13-24.
13. 杜波依斯, D. L., 霍洛韦, B. E., 瓦伦丁, J. C., & 库珀, H. (2002). 青年指导计划的有效性：元分析评估。美国社区心理学杂志, 30, 157-197
14. 杜尔拉克, J. A., & 杜普雷, E. P. (2008 执行事项：对实施对项目成果影响的研究和影响实施的因素的审查。美国社区心理学杂志, , 41(3-4), 327-350.
15. 杜尔拉克, J. A., 魏斯伯格, R. P., 狄米斯基, A. B., 泰勒, R. D., & 舍林格, K. B. (2011). 增强学生社会和情感学习的影响：以学校为基础的全民干预措施的荟萃分析。儿童发展, 82(1), 405-432.
16. 德威克, C. (2012). 心态：你如何才能实现你的潜力。伦敦：康斯坦丁与罗宾逊。
17. 埃蒙斯, R. A. (2007). 向前支付：感恩座谈会。更好, 4, 12 - 15.
18. 芬恩, J. D., & 西默, K. S. (2012). 学生参与：这是什么？这有什么关系？In S. L. 克里斯滕松, A. L. 雷施& C. 怀利(Eds.), 学生参与研究手册(pp. 97-132). 纽约: Springer 出版社。
19. 冯特, S. A., & 伯杰, L. M. (2015). 儿童虐待儿童早期儿童发展轨迹。儿童发展, 86(2), 536-556.
20. 哥斯达提尔, S., & 勒纳, R. M. (2008). 青春期的积极发展：有意自律的发展和作用。人类发展, 51(3), 202-224.
21. 格鲁伯, E., & 马哈莫, A. M. (2000). 学校失败的风险是美国高中生其他健康风险行为的早期指标。健康, 风险与社会, 2(1), 59-68.
22. 哈姆斯, P. D., 克拉斯科娃, H., & 凡贺夫, L. (2013). 报告 4：评估复原训练和精神和行为结果。综合士兵和家庭健身计划评估: 19. Available at: <http://csf2.army.mil/supportdocs/TR4.pdf>

23. 亨利, K. L., 奈特, K. E., & 桑伯里, T. P. (2012). 学校脱离接触作为青春期和成年早期辍学, 犯罪和物质使用问题的预测因素。青年与青少年学报, 41(2), 156-166.
24. 霍恩, L., 贾登, A., & 斯科菲尔德, G. (2015). 使用重新定位框架评估积极的心理干预效果试验: 实践友好的评估。积极心理学杂志, 10(4), 303-322.
25. 贾登, A., & 贾登, R. (2016). 工作场所的积极心理评估。In L 奥兹 等. (Eds.), 威利-布莱克 “工作中的积极心理学手册”, pp. 415-437. DOI: 10.1002/9781118977620.ch22
26. 卡巴金, J. (2004). 充满灾难的生活: 如何用正念冥想来应对压力, 痛苦和疾病。伦敦: Piatkus 出版社。
27. 拉尔森, R. W. (2000) 迈向积极的青年发展心理学。美国心理学家, 55(1), 170-183.
28. 勒纳, R. M., 道林, E. M., & 安德森, P. M. (2003). 积极的青年发展: 蓬勃发展为人格和社会的基础。应用发展科学, 7(3), 172-180.
29. 勒纳, R. M., 勒纳, J. V., 阿梅瑞吉, J. B., 提欧卡斯, C., 费尔普斯, E., 哥斯达提尔, S., et al. 冯艾, A. (2005) 积极的青年发展, 参与社区青年发展计划, 以及社会对五年级青少年的贡献。青春早期杂志, 25(1), 17-71.
30. 勒纳, R. M., 勒纳, J. V 冯艾, A., 鲍尔斯, E. P., & 勒温-比詹, S. (2011). 青春期蓬勃发展的个人和情境基础: 问题的观点。青春期学报, 34(6), 1107-1114.
31. 李, Y., 张, W., 刘, J., 阿贝特, M. R., 施瓦兹, S. J., 鲍尔斯, E. P., & 勒纳, R. M. (2011). 学校在参与预防青少年犯罪和物质使用上的作用: 生存分析。青春期学报, 34(6), 1181-1192.
32. 利普西, M. W. (2009). 少年犯有效干预的主要因素: 元分析概述。受害者和罪犯, 4(2), 124-147.
33. 洛根, T. K., & 罗伊斯, D. (2010 方案评估研究。社会工作研究方法手册, pp. 221-240. Thousand Oaks, CA: Sage.
34. 马尔蒂, T., 诺姆, G. G., 毕尔曼, A., & 索默, S. (2016). 促进儿童青少年发展心理健康心理干预的动态适应。临床儿童与青少年心理学杂志, 45(6), 827-836.
35. 马丁, M. J., Conger, R. D., 西特尼斯科, S. L., 玛莎丽柯, A. S., 福布斯, E. E., & 肖, D. S. (2015). 经济上处于不利地位的年轻人减少物质使用的风险: 积极的家庭环境和教育素养的途径。儿童发展, 86(6), 1719-1737.
36. 麦克尼利, C., & 法利奇, C. (2004). 学校连系性和青少年健康风险行为过渡进程: 社会归属与教师支持的比较。学校健康学报, 74(7), 284-292.
37. 穆尔, J. E., 布巴甘尔, B. K., & 库珀, B. R. (2013). 考察自然环境中循证计划的适应性。初级预防学报, 34(3), 147-161.
38. 欧姆, E., 焦尔姆, A. F., & 赖特, A. (2009). 感知网站心理健康信息的帮助: 澳大利亚年轻人的全国调查。社会精神病学和精神病学流行病学, 44(4), 293-299.
39. 帕克, N. (2004). 性格优势和积极的青年发展。美国政治和社会科学学院的 ANNALS, 591(1), 40-54.
40. 帕克斯, A. C., & Schueller, S. (Eds.). (2014). 威利-布莱克 “积极心理干预手册”。Malden, MA: Wiley - Blackwell.
41. 佩里, B. D. (2006). 应用神经发育原理与临床工作与虐待和创伤儿童: 治疗的神经序列模型。In N. B. 韦伯(Ed.), 在儿童福利中与创伤青年工作。纽约: 吉尔福德出版社。
42. 佩里, B. D. (Ed.). (2001). 儿童暴力的神经发育影响。华盛顿特区: 美国精神病学杂志。
43. 雷蒙德, I. J. (2016a). 密集的荒野计划是否有可能冒犯违规, 教育脱离接触和福祉不佳的年轻人的变革的催化剂? (博士论文)。弗林德斯大学, 阿德莱德。Retrieved from <https://theses.flinders.edu.au/view/ea878663-d366-41cf-a11b-dc7a75e412c7/1>

44. 雷蒙德, I. J. (2016b). 生命浮力模型: 建立正面心理学研究与实践之间的桥梁。论文在阿德莱德举行的第五届澳大利亚积极心理与健康会议上提出, 阿德莱德: 24th to 26th September, 2016.
45. 雷蒙德, I. J. (in press). 旨在加强健康和行为干预措施的影响和忠诚度的程序逻辑框架。In P. 斯利, G. 斯奎皮克 & C. 塞飞(Eds.), 儿童和青少年福利与学校暴力预防。London: Routledge.
46. 雷蒙德, I. J., & 拉平, S. (2016). 早期干预青少年训练营计划: 2015 年计划实施情况综述报告。北领地政府委托的报告。Adelaide: Connected Self Pty Ltd. Retrieved from https://nt.gov.au/__data/assets/pdf_file/0008/363185/nt-early-intervention-youth-boot-camp-program.pdf
47. 雷蒙德, I. J., & 拉平, S. (2017). EIYBC 计划实施审查 (2013-2016) 和未来发展方向。北领地政府委托的报告。Adelaide: Connected Self Pty Ltd. Retrieved from <https://parliament.nt.gov.au/committees/estimates-2017-documents/tables/papers/TP-9-1-EIYBC-Program-Implementation-Review-2013-2016-and-Future-Directions.pdf>
48. 莎莉班克斯, J. (2013). 什么工作可以有助于减少青少年参与犯罪行为? 澳大利亚犯罪学研究所。Retrieved from http://www.aic.gov.au/media_library/archive/publications-2000s/what-works-in-reducing-young-peoples-involvement-in-crime.pdf
49. 塞利格曼, M. E. P. (2002). 正宗的幸福: 用新的积极的心理学来实现你的持续实现的潜力。New York: Free Press/Simon and Schuster.
50. 塞利格曼, M. E. P. (2012). 蓬勃发展: 对幸福和幸福感的有远见的新认识。New York: Atria.
51. 塞利格曼, M. E. P., & 奇凯岑特米哈伊, M. (2000). 积极心理学: 介绍。美国心理学家, 55(1), 5-14.
52. 特伦布雷, R. E. (2010). 破坏性行为问题的发展起源: “原罪”假说, 表观遗传学及其对预防的后果。儿童心理学与精神病学杂志, 51(4), 341-367.
53. 萨奇鲁克鲁, P., & 帕帕多普洛斯, F. (2002). 12 个欧洲国家的社会排斥的总体水平和决定因素。欧洲社会政策学报, 12(3), 211-225.
54. 昂加尔, M., 加西纳尔, M., & 里克特, J. (2013). 年度研究回顾: 人类发展的社会生态学中的恢复力是什么? 儿童心理学与精神病学杂志, 54(4), 348-366.
55. 沃尔, L., 希金斯, D. J., & 亨特, C. (2016). 儿童/家庭福利服务中的创伤照护(Vol. CFCA PAPER NO. 37 2016). 墨尔本: 澳大利亚家庭研究所。
56. 伍德, A. M., & 塔瑞尔, N. (2010). 积极的临床心理学: 综合研究与实践的新愿景和策略。临床心理学评论, 30(7), 819-829.
57. 耶格尔, D., & 德威克, C. (2012). 促进复原力的思维: 当学生认为个人特征可以发展时。教育心理学家, 47(4), 302-314.