

# 小學生升中學的適應與發展

王燕

## 引言

人的求學生涯中有許多的轉折過渡時期。從小學進入中學恐怕是最大的轉折之一。相關的文獻顯示，面對即將到來的這個新階段，除了期待和興奮外，小學生們更普遍地感到憂慮和害怕；父母親們也覺得緊張和擔心。學校心理師不乏見到有適應困難的學生 (Chung, Elias, & Schneider, 1998)。研究文獻中也存在對這一問題的普遍關注 (Odegaard & Heath, 1992)。困難主要表現在學業，情緒，社會，行為諸方面 (Leland-Jones, 1998)。進入任何一所新學校都有適應問題，但這一問題在升入中學時更顯突出 (Leland-Jones)。在美國，88%以上公立學校的學生升入中等年級 (middle grades) 就意味著進入新的學校就讀 (Arowosafe & Irvin, 1992)。這一階段的特殊性並非僅限於環境的變化及其所牽動的比如社會人際及學業課程的變動，而是諸多變化併發在一個非常特別的時期——青春期。這一階段的適應困難可能對學生今後的長遠發展造成不利影響 (Seidman, Allen, Aber, Mitchell, & Feinman, 1994)。怎樣幫助學生順利渡過這一階段，適應中學的環境，並在中學取得良好發展是教育工作者的重大職責之一。過往的追蹤調查對學校轉換的本質及其對學生青春初期發展的影響進行了研究 (Chung, Elias, & Schneider)。學校轉換對青少年自我體系 (self-system) 的衝擊在二十世紀 80 和 90 年代曾是中等教育學術研究的中心議題 (Seidman, Allen, Aber, Mitchell, & Feinman, 1994)。根據已有研究，以下我們將深入探討這一轉折對學生產生的多方面的衝擊，探求衝擊的來源，並提供應對策略以作參考之用。

本篇文章探討的是美國小學生升入中學後的適應與發展問題。美國中小學按年級結構 (grade configuration) 可劃分為至少四類系統的學校：小學 K(kindergarten)—8 (年級)，高中 9—12；小學 K—6，初中 7—9，高中 10—12；小學 K—5，初中 6—8，高中 9—12；小學 K—6，初中 7—8，高中 9—12。中等年級 (middle grades) 指的是 6, 7 到 8, 9 年級不等。這個階段的教育就是通常所說的初中教育。K—8 學校的學生在本校 (即小學) 接受這一階段的教育。其他類結構學校的學生則在 5 或 6 年級結束時離開本校進入初級中學 (新學校) 就讀。本文中用小學指 K—8, K—5, K—6 學校，中學指初中和高中，初級中學指初中，中等教育與初中教育互用都指中等年級的教育。升入中學的定義是轉入新學校而非留在 K—8 就讀中等年級。

## 升學帶來的衝擊與困擾

相關文獻顯示，升入中學後，學生在心理狀態，學業表現，課外活動的參與及行為的其他方面出現問題。這幾方面相互關聯牽扯而非比彼此孤立。例如：心理調整不適影響學習效果，考試成績下滑則可能削弱自信心。

### 學業表現

在行為方面，學業表現受到最大關注 (Seidman, Allen, Aber, Mitchell, & Feinman, 1994)。現有研究普遍指出升學後學業表現變差的現象 (Blyth, Simmons, & Carlton-Ford, 1983; Finger & Silverman, 1966; Petersen & Crockett, 1985; Simmons & Blyth, 1987; Wampler, Munsch, & Adams, 2002)。Simmons, Blyth 及 Peterson, Crockett 的研究資料顯示，升入初中後學生的學年考試平均成績(GPA)大幅下降。Blyth, Simmons 和 Carlton-Ford 發現 6 到 10 年級的學生考試成績普遍下降，但最嚴重的情況發生在剛進入中學的學生中 (Mullins & Irvin, 2000)。據此項研究，一部分學生在 K—8 學校就讀 7 年級，其他學生在 6 年級結束後進入中學。這些學生的成績遠遠低於留在 K—8 的同級學生。Eccles, Lord, 和 Midgley (1991) 的報告也指出就讀於 K—8 學校的學生相對於 6—8，7—8，或 7—9 學校的同輩成績較好，在標準化成就測試中獲得的分數更高。

進入中學後學業成就的滑坡是否有性別差異還不清楚。Harter, Whitesell, Kowalshi (1992) 認為沒有差異。Seidman, Allen, Aber, Mitchell, & Feinman (1994) 也沒發現這一轉折帶給學生的影響因性別而不同；男女生在自信，對課業的準備及學年考試平均成績 (GPA) 上的下降程度相似。而 Chung, Elias, Schneider (1998) 比較了學生小學結束時和升入初中後第一學年的成績報告後指出男生在這一階段學業成績大副下降而女生則沒有。Anderman 和 Midgley (1996) 有類似的發現，女生在剛進入中學後成績上升，第二年則有下降；男生的平均成績在中學三年全部呈下降趨勢。

### 心理狀況

學業成就的下降與學習動力 (motivation) 減弱有關 (Eccles, Lord, & Midgley 1991; Finger & Silverman, 1966)。人的自我系統中 (self-system) 的動機體系 (motivational domain) 在升學轉折的研究中受到注意 (Seidman, Allen, Aber, Mitchell, & Feinman, 1994)。Eccles 和 Midgley 指出“學生對學校的態度，成就動力，內在及外在動機”都在這一階段向負面轉變 (Seidman, Allen, Aber, Mitchell, & Feinman, p. 508)。Anderman 以及 Midgley (1996) 發現進入中學後學生的學習功效感 (self-efficacy) 急劇下降。功效感的高低是與學業成就的好壞相關的因素之一。

升入中學對學生自信心 (self-esteem) 的衝擊是升學轉折研究的核心問題之一。多數此類研究都認為這一轉折對學生的自信心有負面影響。Simmons, Rosenberg 和 Rosenberg 對 3 到 12 年級的 2000 名學生調查後發現，12 到 14 歲間的學生表現出最低的自信心；很多 7 年級的學生認為他人 (老師，父母，同輩) 對其印象不如過去 (Mullins & Irvin, 2000)。

不同年級結構的學校似乎是相關的因素之一。Blyth, Simmons, Bush (1978) 對八所 K—6 和六所 K—8 學校做了比較，其結果顯示 K—8 學校的 7 年級學生比前一年更為自信；相反在中學就讀的同年級學生則自我感覺變差。

性別差異可能是另一因素。現有文獻對這一階段不同性別在自信心的走向上沒有共識性結論。Simmons, Blyth, Van Cleave, 以及 Bush (1979) 於 1974 到 79 年間對 Milwaukee 公立學校中 798 名學生在 6 和 7 年級時進行了調查。這些學校包括六所 K—8 和 十二所 K—6 學校。其結果顯示，大約一半進入初中就讀的 7 年級女生自我評價極低，比初中同年級男生低 2 倍，同時也低於留在 K—8 學校就讀的女生。

另有研究者提出男性的自信心受的衝擊比女性的大。Anerman, Hicks 和 Machr (1994) 調查了六所小學和兩所中學的 313 名學生後指出，男女生在進入中學後自信心都有降低，但男生降低的較多。

缺乏共識性結論還表現在有的研究反應自信心沒下降或沒有明顯下降 (Chung, Elias, Schneider, 1998; Fenzel & Blyth, 1986; Nottlemann, 1987)。Chung 及同事對 63 名男生和 57 名女生在小學 5 年級末做了測試，然後在中學 6 年級末對他們做了第二次測試。據其結果，學生的自我評價在升入中學前後沒有變化。導致矛盾結論的原因可能是測試工具的不同或測試時間上的差異（在中學第一年初還是第一年末做的）。另外的原因可能是所升入的中學的大小，所在地點是城市還是郊區，以及學校是公立還是私立 (Simmons & Blyth, 1987)。

在 Chung 及同事們(1998)的調查中，學生的自信心在升入中學後雖未下降，但心理不適 (psychological distress) 有明顯增長。這裏心理不適指的是壓力感及情緒變化比如高興，悲傷，憂慮。Eccles, Midgley, Wigfield, Buchanan, Reuman, Flanagan 和 Maclver (1993) 也指出升入中學帶給學生心裏調適的困難主要表現在降低的自我評價，情緒低落感，和學習動力的下降。

### 對學校及學業的看法

學生對學校及學業的看法 (perceptions) 隨著升入中學而有所改變。他們對中學的功課及新環境表示擔心 (Mekos, 1989; Schulenberg, Asp, & Peterson, 1984)。還有研究表示學生對學校的滿意度，對所學科目的態度，及對老師的看法都走下坡路 (Haladyna & Thomas, 1979; Hirsch & Rapkin, 1987)。中學生對學校生活質量的評價普遍低於小學生，但最大的差別發生在這些學生剛升入初中的階段 (Diemert, 1992; Hirsch & Rapkin)。Seidman, Allen, Aber, Mitchell 和 Feinman (1994) 指出，隨著升入中學，學生課外活動的參與減少，對學校的興趣降低，對學校員工的看法變差。

### 中小學環境之差異

儘管在某些問題上存有爭議，現有文獻一致認為升入中學是一個具有挑戰性的轉折。它帶給學生多方面的衝擊甚至困擾。從小學進入中學，學生置身於一個陌生的環

境，而且面臨著新的角色期待，人際關係，和新的學習任務。這期間的差異體現在學校和教室環境及物質與社會人際環境上。

### 物質環境之差異

中學通常在面積和學生數量上比小學大很多。一所中學的生源來自幾所小學。學生的社經及種族背景更多樣化 (Wampler, Munsch, Adams, 2002)。中學的教室也比小學的大，一個班級內的學生更多。中學的科系之間更獨立 (departmentalization)。根據科目的不同，上課的教室也不一樣。一天內每隔 45 分鐘學生要換一次教室。剛入學的新生會擔心在“迷宮般的走廊裏走失，找不到上課的教室和存放個人物品的櫃子” (Odagaard & Heath, 1992, p. 24)。學校建築結構的本身就讓新生感到不安全和憂慮 (Odagaard & Heath)。由於面積大加上人數多，初級中學的多數學生覺得老師和其他學生都不認識他們 (Blyth, Simmons, & Bush, 1978)。而這些學生剛剛告別的小學是一個面積較小，更個人化的環境 (Chung, Elias, Schneider, 1998)。與中學相比，小學更有人情味和家庭氣氛。小學生通常在同一間教室由同一位老師教授不同科目；而中學生則一天內多次更換教室，一周內由 8 到 10 位不同的老師授課 (Wampler, Munsch, Adams)。

### 社會人際環境之差異

**人際關係。**社會人際環境的差異首先表現在師生及同輩的關係上。小學階段的結束，中學階段的開始，打破了之前建立的社會關係特別是同輩關係 (Chung, Elias, Schneider, 1998)。這一過渡期的學生需要建立新的社會人際網路並重新定位自我角色。“對學校結構和社會角色連續性上的破壞需要青春初期的學生用極大的努力來做調整；這些變化對有些學生是富具壓力和挑戰性的” (Chung, Elias, & Schneider, p. 84)。

中學老師所教的學生在數量上是小學老師的 5 到 6 倍 (Wampler, Munsch, Adams, 2002)；加上學科間的獨立，不同科目分別由不同的老師教授，學生與老師的個人接觸減少 (Diemert, 1992)。中學生覺得老師更有距離感，給他們的支持較少；因為與老師不熟悉，也較少主動向他們求助 (Wampler, Munsch, Adams)。學生與老師和學校其他員工的往來很有限 (Seidman, Allen, Aber, Mitchell, & Feinman, 1994)。Feldlaufer 及其同事比較了升學前後學生對師生關係品質的看法後指出，7 年級的老師比 6 年級的缺乏支持，友愛和公正 (Eccles, Lord, & Midgley, 1991)。Midgley 和同事們的研究發現，學生認為來自老師的支持越大，就會覺得其所授科目越有價值，相反情形下則會覺得其所授科目越沒價值 (Eccles, Lord, & Midgley, 1991)。

中學老師對學生在學業上有更高期望並更注重學生的個人責任感 (Wampler, Munsch, & Adams, 2002)。但同時師生關係中較缺發信任，老師更注重紀律和操控 (Eccles et al., 1993)。

從發展的角度看，與同伴的關係在這個階段顯得極為重要，但這類關係卻廣泛而缺乏穩定性 (Elias, Gara, & Ubriaco, 1985)。與同伴關係的變化還體現在同校生的年齡段上。在小學會是年齡和個頭都最大的學生進入中學後成了最小的。Blyth, Simmons 和 Bush (1978) 指出，在初中念 7 年級的學生被欺負的現象急劇增加，而這一現象在 K—8 學校同

年級的學生中明顯減少。其部分原因是 7 年級在中學是最低年級而在 K—8 則是最高年級之一。在 Odegaard 和 Heath (1992)對五所小學 225 名 5, 6 年級學生的調查中, 接近半數的學生對於將要與大年齡的學生同校表示擔心。

*與教學相關的差異。*中學所開的科目多, 功課比小學繁重。對學生上課記筆記, 回家做功課, 按時交作業有更高要求 (Chung, Elias, & Schneider, 1996)。在 Odegaard 和 Heath (1992)對 200 多位學生的調查中, 半數學生對中學的家庭作業表示擔心。這兩位研究者指出, 怎樣有效完成家庭作業是一個要交給學生的技巧。其他有效的學習技巧還包括“怎樣有效地使用課本, 並通過筆記, 圖畫, 提綱來獲取最多資訊”(p.25)。怎樣設立實際目標, 記錄並追蹤繳作業和考試的時間, 以及建立良好的學習習慣, 也需要教給學生 (Odegaard & Heath)。

中學教學的另一特點是重視相對能力和互比而忽視努力的因素和成績的提高 (Schumacher, 1998)。大班授課, 按能力分班和學生之間的互比分數造成學習不以掌握內容為重而是強調自我能力的評價 (Feldlaufer, Midgley, & Eccles, 1988)。

課堂教學的目標取向(goal structure)影響學生的學習動力和效果。能力目標取向(ability goal structure)的課堂強調學生間的競爭和能力較量; 任務目標取向(task goal structure)的課堂則重視掌握學習內容和學生個人的發展與提高 (Anderman & Midgley, 1996)。將這兩類課堂進行比較, 後類課堂的學生對學習表現出更積極的態度而且所採用的方法也更有效(Anderman & Midgley)。參加 Anderman 和 Midgley 調查的學生認為中學課堂與小學的比任務目標取向下降而能力目標取向增加。

中小學對學生成績的評量方法也不近相同。Eccles 和 Midgley 指出中學老師在評量學生的能力和表現上用的標準更高(Eccles, Lord, & Midgley, 1991)。而且小學老師在衡量分數時會以學生所付出的努力和取得的進步為考慮的因素之一(Anderman & Midgley, 1996)。

*組織, 結構, 程式, 及運做上的差異。*中小學結構上的差異之一體現在科目的組織結構上, 這一點在前面有提及。在中學, 不同學科之間更獨立, 而且由不同專業的老師教授。習慣於一間教室, 一位老師的小學生在進入中學後對於每天換幾次教室和老師的方式可能有適應的困難 (Midgley & Feldlaufer, 1987)。

此外, 學生還要學習中學一整套新的規定, 規則, 比如說對遲到缺席和紀律方面的規定 (Odegaard & Heath, 1992)。中學對學生的行為制定有明確的準則 (Eccles, Lord, & Midgley, 1991), 而且在執行上更嚴格。相應地, 在中學的課堂裏老師的操控和紀律管制更強, 學生有較少的機會做選擇, 決定, 和自我管理 (Eccles & Midgley, 1989)。

### 升入中學後產生適應困難的原因

為什麼進入中學後學生會出現心理及行為問題呢? 有關文獻中對此現象有兩種主要的解釋。其一, 根據多重壓力理論(cumulative stress theory), 有學者提出生活中多種變

化的同時發生，即升入中學的轉變剛好與青春期發育的開始同步，造成學生在適應上的困難 (Simmons & Blyth, 1987)。換學校加上青春期的生心理變化使青少年無所適從 (Mullins & Irvin, 2000)，其原因是同時應付多種變化比一種更為困難 (Eccles, Lord, & Midgley, 1991)。Simmons, Blyth, Cleave, 以及 Bush (1979) 比較了 K—8 和 K—6 學校的學生後指出自信心最低的是同時經歷多種變化—青春期發育開始，有約會行為，並升入中學就讀—的女生。至於為什麼是女生，他們猜測是男女價值體系及來自性夥伴的壓力的不同。

另一類解釋是以 Eccles 和 Midgley 為首的研究者依據人與環境相適應理論 (Person-Environment Fit Theory) 提出的。這一理論指出人的心理需要與社會環境特徵是否吻合影響人的動力和心理健康 (Eccles, Lord, & Midgley, 1991)。Eccles 和 Midgley 認為升入中學的青少年的身心需要與中學環境的結構不相吻合 (Seidman, Allen, Aker, Mitchell, & Feinman, 1994)。青春初期的少年人自我意識強 (self-focus)，敏感 (self-conscious)，而中學的環境重視競爭和能力的自我評價 (Eccles, Lord, & Midgley)；隨著年齡的增長，學生想要更多的自主權，自我管理和作決定的機會，而中學老師的看法則與學生的相反 (Midgley & Feldlaufer, 1987)；就在青少年們最注重同伴關係的時候，升入中學破壞了他們熟悉的社會網路 (Eccles, Lord, & Midgley)；就在他們發展自我而需要家庭以外的成年人的聆聽和支持時，中學大而官僚式的組織結構卻不能提供這種自持性的關係 (Seidman, Allen, Aker, Mitchell, & Feinman, 1994)。Eccles, Lord 和 Midgley (1999) 分析了國家教育追蹤調查 (NELS) 的資料中不同年級結構的學校學生的成就後發現，在 K—8 念中等年級的學生比其他類學校同級的學生成就高。曠課，使用暴力，濫用藥物的情形較少，學生也對功課更有準備和興趣。自信和自控力更強，考試成績更好。研究者們認為構成 K—8 和其他類學校的環境差異在於學校的大小，公立還是私立，是否有宗教牽連。分析結果顯示學校越大，老師的能效感 (efficacy) 越低，缺席，暴力，和藥物濫用的現象越多。私立學校學生的成就比公立的高。K—8 學校一般比較小而且普遍是私立或宗教學校。他們得出的結論是在青春期這一階段升學轉校並不是青少年行為和動力出問題的原因所在。中學環境的結構特點才是造成問題的關鍵。

### 怎樣幫助學生儘快適應中學並取得良好的發展

就小學生升入中學後的適應困難，在瞭解了問題本身及其可能的原因後，重要的是如何在實際的工作中—在教育政策，學校管理，教學活動及其他實踐中—提出應對策略及方法以解決或減少問題。

雖然對問題的產生在理論上有不同的解釋。從對現有文獻的探討中不難看出中學環境的結構特徵應負至少一定的責任。從長遠角度看，怎樣對中學環境—物質及人文社會—進行調整和改造使其更符合青少年發展需要是一個值得考慮的工作方向。不僅是剛入學的新生，其他學生也將會因此受益。討論這一改革的規劃是一個龐大的工程，超出了本文篇幅的範圍。而現有文獻對此的探討到目前為止還很有限。在此，我僅將這些探討做一個簡要陳述。

符合青少年發展需要的學校應該是一個以學生為中心，溫暖，有人情味的環境。學生應有更多的機會做決定 (Mizelle & Mullins, 1997)。Dorman, Lipsitz 和 Verner 建議學校讓學生至少部分參與規則的制定，同時又對他們有明確的期待和制約 (Diemert, 1992)。老師應更具學生導向 (person-oriented)，和學生建立更親密的關係 (Mizelle & Mullins)。青少年一方面追求獨立另一方面仍非常需要成年人的關注和支援。在教學上，Lake 以及 Dorman 指出應採用多種教法並為學生製造自我發現的機會 (Diemert)。多位學者: Dorman; Campbell; Dorman, Lipsitz 和 Verner 建議將身體活動納入課堂活動，因為長時間坐著對青少年不可能產生好的學習效果 (Diemert)。另外，在衡量分數時，應減少相對能力的比較 (Mizelle & Mullins)。

針對升學這一特殊時期，學校可以設計過渡活動 (transition programs and activities) 以幫助學生儘快適應中學，順利渡過這一階段。我們從現有文獻中總結出一些設計有效活動的原則和方法。以下就談談這些原則和方法並列舉一些可行的活動。

### 原則和方法

1. 過渡活動給學生的幫助應發生在轉折期之前，之中，和之後 (schumacher, 1998)。活動的範圍應涵蓋這三個時間而不應只放在之中或之前而忽略學生進校後的狀況。
2. 過渡活動應由各路人馬共同參與：中小學的老師，學生，和其他工作人員，及學生家長 (schumacher, 1998)。
3. 過渡期前後老師的支持非常重要。Wenz-Gross, Siperstein 和 Parker (1997) 的研究顯示老師的支援可以減輕青少年對新學校的壓力感。中小學老師間的互動有助於學生在新學校得到合理的安置，某些學生的特殊需要也能被照顧到 (Smith, 1991)。
4. 家庭的支持也必不可少。Eccles 及其同事們 (1997) 指出，關心子女並懂得其發展需要的父母對升中學過渡期的孩子起到保護作用 (Wampler, Munsch, & Adams, 2002)。Wenz-Gross 和同事們 (1997) 的研究也顯示家庭支援可降低青少年在這一階段的抑鬱感和對自我的消極感覺。
5. 另一個重要的因素是新友誼的建立 (Arowosafe & Irvin, 1992)。成功渡過轉折期的條件之一是同伴的支持 (Diemert, 1992)。學校應採取各種措施讓過渡期的學生儘快在新的環境裏結識新朋友，建立新的同伴社會網路。學校也可以讓高年級學生參與到幫助新生的活動中來。
6. 在學生離開小學進入中學前，中小學聯合通過各種途徑讓學生在開學前對中學的環境熟悉起來。

### 過渡活動的例子

George R. Austin 中學開展了多種有創意的活動來幫助學生順利渡過升學這一轉折。這些活動包括 (Smith, 1991)：

1. 參觀。小學畢業生到中學參觀，在中學一年級老師的分別帶領下參觀教室並與老師交談。

2. 信息。學校編制了一本小冊子，介紹學校的活動，日程，及其他事項，是新生可參照的指導。
3. 導向活動 (Orientation Programs): 學校老師們設計了一項終合性的導向活動。這一活動在夏天舉行，分四天，內容涵蓋新學校的各個方面。另外，在學年末，老師們對全校員工及教室錄影。錄影帶在夏季導向活動時播放，並於整個夏天在地方電視屏道播出。

#### 其他可參照的例子包括：

1. 中學工作人員參觀小學，向小學生們介紹中學 (Smith, 1991)。
2. 派“學生大使”(student ambassadors) 到小學回答小學生對中學的問題 (Odegaard & Heath, 1992)。
3. 多組織課外活動，比如建立俱樂部及特別興趣組，讓學生有機會互相認識，結交朋友(Odegaard & Heath, 1992)。
4. 為新生安排一個指導者(advisor)，當遇到麻煩事，可以向其求助 (Diemert, 1992)。
5. 家長會上除了談論學校和課程外，談談家長和學生應怎樣有效溝通。
6. 小學老師參觀中學，與中學老師接觸。
7. 對於有學習困難的新生，可以採用同伴輔導(peer-tutoring)和指導(peer-mentoring)的方法(Leland-Jones, 1998)。

#### 結論

小學生升中學的適應與發展是近幾十年來美國中等教育研究的主要課題之一。雖然對適應困難與發展障礙在這一過渡階段存在的普遍性及嚴重性的直接記錄甚少，但是由這一現象在教育工作者和研究者中引起的注意程度，不難推斷出其在廣度和深度上的影響。學習成績的下降最明顯，最引人注目。中小學在評分標準及學業要求上的差異似乎是合理的解釋。中學對成績的衡量使用更嚴格的標準，而且不考慮學生努力及進步的因數。中學所開學科更多，作業量更大，學習的難度也可能更高。但是縱觀初中三年的成績，研究者們發現進入中學後第一年的成績是最低的。由此可見這一現象的確與升入中學這一變化相關。心理上的問題比如學習動力的下降，抑鬱及壓力感的增加，對學校態度的變化等也都發生在升入中學後的學生中，雖然現有文獻對這些問題是否有性別上的差異和差異的走向存有爭議。

在這些問題的歸因上，有從青少年發展的角度出發的討論，有根據多重壓力理論所做的研究，以及以人的需要與環境結構相吻合理論為依據的探討。從青少年發展的角度看，升入中學這一過渡階段剛好是許多學生青春發育的開始。這個階段的青少年內心敏感脆弱，情緒動盪不定。從累積壓力的角度看，青春期的身心變化加上就學環境的變化造成升入中學的學生適應及發展的困難。從人與環境相吻合的方面考慮，中學環境比如師生關係的疏遠，對競爭的鼓勵，對學生自主權的限制，與青少年的身心需要相衝突，導致學生在心理與行為上向負面發展。

針對適應困難問題，有的中學設置了過渡期活動。有關文獻也有對這些活動的研究和建議。有效的過渡活動應由中小學兩方面的老師，學生，和工作人員 以及家長的共同



參與。其著眼點應放在讓學生充份熟悉中學的新環境並幫助學生在新學校儘快建立社會人際網。過渡活動應在過渡期開始之前就展開，並一直延伸到過渡期中間及之後。

總體來看，有關文獻提出教育界應以改善中學環境使其更適合青少年發展需要為途徑來解決升中學的適應與發展問題。調整改善中學組織結構使其以學生為中心，更具人情味，給學生更多自主權，減少相對能力的比較等方法從長遠角度看利於所有中學生而不僅是新生的發展。

### 參考資料

Anderman, E. M., & Midgley, C. (1996, March). *Changes in achievement goal orientations after the transition to middle school*. Paper presented at the biennial meeting for Research on Adolescence, Boston, MA.

Anerman, E. M., Hicks, L. H., Machr, M. L. (1994, February). *Present and possible selves across the transition to middle grades school*. Paper presented at the Society for Research on Adolescence, San Diego, CA.

Arowosafe, D. S., & Irvin, J. L. (1992). Transition to a middle level school: What kids say. . *Middle School Journal*, 24 (2), 15-20.

Blyth, D. A., Simmons, R. G., & Bush, D. (1978). The transition into early adolescence: A longitudinal comparison of youth in two educational contexts. *Sociology of Education*, 51 (3), 149-162.

Blyth, D. A., Simmons, R. G., & Carlton-Ford, S. (1983). The adjustment of early adolescents to school transition. *Journal of Early Adolescence*, 3, 105-160.

Chung, H., Elias, M., & Schneider, K. (1998). Patterns of individual adjustment changes during middle school transition. *Journal of School Psychology*, 36 (1), 83-101.

Diemert, A. (1992). *A needs assessment of fifth grade students in a middle school* (Report No. 021 820). (Eric Document Reproduction Service No. ED362 332)

- Eccles, J. S., & Midgley, C. (1989). Stage-environment fit: Developmentally appropriate classrooms for young adolescents. In C. Ames & R. Ames (Eds.), *Research on motivation in education: Vol. 3. Goals and cognitions* (pp.139-186).. San Diego, CA: Academic Press.
- Eccles, J. S., Lord, S., & Midgley, C. (1991). What are we doing to early adolescents? The impact of educational contexts on early adolescents. *American Journal of Education*, 99 (4), 521-542.
- Eccles, J. S, Midgley, C., Wigfield, A., Buchanan, C. M., Reuman, D., Flanagan, C., & Maclver, D. (1993). Development during adolescence: The impact of stage-environment fit on young adolescents' experiences in schools and in families. *American Psychologist*, 48, 90-101.
- Elias, M. J., Gara, M., & Ubricco, M. (1985). Sources of stress and support in children's transition to middle school: An empirical analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 14, 112-118.
- Feldlaufer, H., Midgley, C., & Eccles, J. S. (1988). Student, teacher, and observer perceptions of the classroom environment before and after the transition to junior high school. *Journal of Early Adolescence*, 8, 133-156.
- Fenzel, L. M., & Blyth, D. A. (1986). Individual adjustment to school transitions: An exploration of the role of supportive peer relations. *Journal of Early Adolescence*, 6, 315-329.
- Finger, J. A., & Silverman, M. (1966). Changes in academic performance in the junior high school. *Personnel and Guidance Journal*, 45, 157-164.
- Haladyna, T., & Thomas, G. (1979). The attitudes of elementary school children toward school and subject matters. *Journal of Experimental Education*, 48, 18-23.

- Harter, S., Whitesell, N. R., & Kowalshi, P. (1992). Individual differences in the effects of educational transitions on young adolescent's perceptions of competence and motivational orientation. *American Educational Research Journal*, 29, 777-807.
- Hirsch, B. J., & Rapkin, B. D. (1987). The transition to junior high school: A longitudinal study of self-esteem, psychological symptomatology, school life, and social support. *Child Development*, 58 (5), 1235-1243.
- Leland-Jones, P. J. (1998). *Improving the transition of sixth-grade students during the first year of middle school through a Peer Counselor Mentor and Tutoring program*. Unpublished doctoral dissertation, Nova Southern University, Fort Lauderdale, Florida.
- Mekos, D. (1989, April). *Students' perceptions of the transition to junior high: A longitudinal perspective*. Paper presented at the biennial meeting of the Society for Research in Child Development, Kansas City, MO.
- Midgley, C., & Feldhauer, H. (1987). Students and teachers' decision-making fit before and after the transition to junior high school. *Journal of Early Adolescence*, 7, 225-241.
- Mizelle, N. B., & Mullins, E. (1997). Transition into and out of middle school. In J. L. Irvin (Ed.), *What current research says to the middle level practitioner* (pp. 303-313). Columbus, OH: National Middle School Association.
- Mullins, E., & Irvin, J. (2000). Transition into middle school. *Middle School Journal*, 31 (3), 57-60.
- Nottlemann, E. D. (1987). Competence and self-esteem during transition from childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, 23, 441-450.
- Odegaard, S. L., & Heath, J. A. (1992). Assisting the elementary school student in the transition to a middle level school. *Middle School Journal*, 24 (2), 21-25.

- Petersen, A. C., & Crockett, L. (1985). Pubertal timing and grade effects on adjustment. *Journal of youth and adolescence*, 14, 191-206.
- Schulenberg, J. E., Asp, C. E., & Peterson, A. C. (1984). School from the young adolescent's perspective: A descriptive report. *Journal of Early Adolescence*, 4, 107-130.
- Seidman, E., Allen, L., Aber, J. L., Mitchell, C., & Feinman, J. (1994). The impact of school transition in early adolescence on the self-system and perceived social context of poor urban youth. *Child Development*, 65, 507-522.
- Simmons, R. G., & Blyth, D. A. (1987). *Moving into adolescence: The impact of pubertal change and school context*. Hawthorn, NY: Aldine de Gruyter.
- Simmons, R. G., Blyth, D. A., Van Cleave, E. F., & Bush, D. M. (1979). Entry into early adolescence: The impact of school structure, puberty, and early dating on self-esteem. *American Sociological Review*, 44 (6), 948-967.
- Smith, K. A. (1991). Easing the transition between elementary and middle school. *Schools in the Middle*, 29-30.
- Wampler, R. S., Munsch, J., & Adams, M. (2002). Ethnic differences in grade trajectories during the transition to junior high. *Journal of School Psychology*, 40 (3), 213-237.
- Wenz-Gross, M., Siperstein, G. N., & Parker, R. (1997, April). *Stress, social support, and adjustment during the transition to middle school*. Poster presented at the biennial meeting of the Society for Research in Child Development, Washington, DC.