

灾后儿童心理重建路径探析

——基于“人在情境中”的视角分析

朱雨欣¹ 沈文伟²

(1.四川农业大学政法学院,四川雅安 625014;2.香港理工大学应用社会科学系,香港红磡)

[摘要] 地震属于重大灾难事件的一种,由于其突发性、不可预测性和巨大的破坏性,易使得心智发展水平尚不完善的儿童产生一系列生理、心理和行为上的不良反应,甚至引发较为严重的心理病症。本文通过对国内目前灾后儿童心理重建的31篇文献综述,结合笔者在汶川地震灾区服务的亲身经验,以社会工作“人在情境中”(Person-in-environment)为理论视角,尝试构建灾后儿童心理重建的本土性分析框架和实务方向。

[关键词] 地震 灾难 儿童心理重建 人在情境中

[中图分类号] C916 [文献标识码] A [文章编号] 1672-4828(2009)09-0031-04

一、文献研究与问题提出

四川汶川大地震发生之后,灾后儿童心理重建问题引起了大家的关注,笔者利用中国期刊网(CNKI),通过对“儿童”、“学生”、“灾害”、“地震”、“儿童心理”等关键词条进行检索,共收集目前(截止于2008年11月前)国内与此相关的31篇研究成果进行文献分析。从研究结果看,大致包含以下几个方面:

第一类是关于灾后儿童心理干预的理论性描述,共11篇。此类研究侧重于呈现灾后儿童的心理和行为变化表征,主要依据唐山、台湾和日本神户大地震的经验,对灾后儿童心理重建的不同阶段和多种干预方式进行探讨。高亚兵(2008)认为由于缺乏充足的心理准备和应对能力,儿童在灾后不同阶段的情绪、行为表征有所不同:第一阶段是刚发生地震后的“呆滞期”,儿童会出现“恐惧”、“悲伤”和“无助”等情绪特征;第二阶段是“消极情绪期”,儿童主要表现出“焦虑”、“悲伤”、“沮丧”等情况,还有可能表现出“否认”、“退缩”、“幻想”等心理防御机制;第三阶段为“心理障碍期”,儿童开始出现心理障碍或人

格改变。而也有学者根据“灾后不同年龄阶段儿童的不同心理反应和行为表征”进行分析,将儿童按照“学龄前(1~5岁)、学龄儿童(5~10岁)、青春期前(11~14岁)、青春期(14~18岁)”进行分类,认为会出现“恐惧与担心、脆弱与无助感、强迫性回忆、过度内疚感”等心理障碍,以及“过度依赖、退缩或攻击、冷漠、精力不集中、易怒”等不良行为反应(袁长海,1999;施红梅等,2007)。宋少卫(2008)则根据“儿童受灾的程度”将其进行分类:一类是灾区普通儿童,主要呈现出安全感降低的特征;另一类是因亲人受伤或去世而受到影响的儿童,主要面临归属感和爱的需要得不到保障;第三类是身体受到伤害的儿童,主要面临的是难以面对肢体上的伤害和残疾,因而出现怨恨、敌意和愤怒等情况。

针对上述情况,学者们建议采用包括个别咨询与团体辅导相结合,微观家庭、中观社区(学校)、宏观社会(政府、传媒)共同作用重建社会支持系统等多种方式进行干预(林虹萍,2008)。值得一提的是,大多数学者均认为灾后儿童心理援助应考虑儿童的特殊性,要区别于对成人的心理援助(林虹萍,2008;徐光兴,2008)。徐光兴(2008)

[作者简介] 朱雨欣,四川农业大学政法学院社会工作系助教;
沈文伟,香港理工大学应用社会科学系助理教授

认为：“我们目前的心理干预没有专门针对孩子组织进行实施，而是将成人和孩子放在了一起进行。即心理干预没有儿童化。孩子的心理状况与成人的心理状况是不同的，他们的心理发育尚未成熟，地震对他们心理影响比成人要大得多。心理干预应该针对孩子的特殊状况有的放矢地进行。”而学者们亦认为针对各个年龄阶段的儿童应采取不同的干预模式，讲究具体形象的治疗技巧，如“倾诉疗法”、“绘画疗法”、“音乐疗法”、“游戏疗法”等。在灾后的初期，徐光兴（2008）认为“游戏疗法”和“音乐疗法”是较好的两种方法。

综上所述，此类研究侧重于描述灾后儿童的生理和心理变化表征，虽然梳理出一些可供参考的操作建议，但多数来自经验层面的总结。同时，正因为缺乏对当地工作的现实审视，其对策或建议部分多是概括性的理论描述，而缺乏可操作化的具体措施。并且往往从单一的角度进行分析，却忽视儿童心理重建的环境性、政治性和社会性因素的综合作用，亦没有构建出一个可供操作的整体性框架结构。

第二类是对于儿童心理救助的实务性经验概括，共4篇。此类研究来自研究者对灾后儿童的个案或群体工作，多采用心理危机干预的视角，对灾后儿童个案辅导或团体活动的实务经验进行总结。其中，梁雪梅等（2008）通过对汶川地震后伤残住院儿童的个案心理危机干预，得出灾后儿童会出现“情绪上焦虑、抑郁、紧张的同时伴随愤怒、悲伤、烦恼等情况；在行为上不能专心、回避、拒绝帮助、行为和思维情感不一致；在躯体方面出现失眠、头晕、食欲不振等不适症状”。而李磊琼（2007）在2005年江西九江地震后，对震区儿童从情绪、认知和行为三个方面进行团体干预，同时利用抑郁量表（CES-D）和焦虑自评量表（SAS）等心理学量表作为评价工具，根据干预过程和测评结果，得出“惊恐无助期、儿童式早熟期、摆脱负面情绪期、心理转变与升华期”等灾后儿童心理恢复阶段。此类研究亦认为在灾后儿童心理重建过程中应综合利用宣泄、游戏音乐绘画等媒介介入、死亡与生命意义教育相结合等实务工作方式（梁雪梅等，2008；李磊琼，2007）。

第三类是对于灾后儿童创伤应激障碍（PTSD）的研究，约16篇。此类研究中，一种是在对PTSD的概念和症状进行明晰的基础上，提出儿童相应的症状表现，得出“药物治疗”、“暴露疗法”、“心理疏泄法”、“焦虑管理法”、“游戏疗法”、“生命教育与死亡教育”等应对措施（扶长青，2008；李成齐，2006）；另一种是运用相关的测量量表（心理创伤应激障碍自评量表（PTSD-SS）、焦虑自评量表（SAS）、痛苦事件问卷

（DEQ）、事件冲击量表（IES）等）对灾后儿童群体进行抽样调查，以此来分析灾后儿童PTSD出现的相关因素、发生率、发病形式、症状种类与频率等（赵丞智等，2001；张本等，2000）。其中具有代表性的是赵丞智等（2001）在对张北地震17个月后对该地青少年所作的调查，在此次调查中青少年PTSD症状主要表现为“再体验（Reexperiencing）”和“警觉性增高（Increased arousal）”，而非“回避（Avoidance）”和“警觉性增高”，他因此认为PTSD的症状乃至发生率受文化背景、灾害性质和程度、以及诊断工具和调查方法等因素的影响。

但是，对于第二和第三类研究而言，大多都没有针对中国的乡土国情，提出儿童受地震影响的症状是否应有不同呈现。此外，一方面它们集中关注“重度受伤”儿童，却忽略了更多更普遍受地震影响的儿童的福利。以PTSD研究为代表，但即使是PTSD的研究者也承认，灾后出现PTSD症状的儿童大约在23%左右（张本等，2000），还有相当大比例的儿童受到地震影响但没有出现创伤症状（或症状并不明显）。而另一方面，这两类研究更多是将儿童放在了一个受保护和被改造的弱势地位上，几乎所有文献都在强调儿童受伤、受创和心理障碍等不良现象，却忽视了儿童心理的适应能力和对待客观环境的反弹力量，亦忽视了可以通过环境和系统的综合作用使得儿童心理得以恢复。

基于上述的文献研究，笔者认为目前的研究一方面没有针对更为广大的、受地震影响但没有出现严重受创症状的儿童；另一方面也未搭建起有效的分析和干预框架。因此，笔者尝试通过自身在灾区儿童服务的经验总结，以“人在情境中”作为理论视角，构建灾后儿童心理重建的本土性分析框架和实务方向。

二、研究方法与研究区域

笔者于2008年7月至9月间率队参与灾区儿童保护项目，在重灾区彭州市的通济镇（7月）和龙门山镇板房社区（8月）进行儿童服务。其中亦针对儿童和儿童家长进行个案访谈和焦点小组，力求探明灾后儿童的心理状况，并寻求应对措施。

笔者团队在灾区采用“儿童活动中心”的形式提供服务，即在灾区的帐篷社区（通济镇）和板房社区（龙门山镇）中提供一定的空间作为儿童休憩、游戏、学习和活动的场所（帐篷社区的服务地点是面积为40平方米的帐篷，板房社区是面积约80平方米的板房），服务人员通过小组活动的方式，帮助儿童恢复空间感、安全感和秩序，从而达至心理重建的目的。在灾区服务的两

个月时间中,儿童活动中心日均服务儿童数约 60 名。共计进行个案访谈 18 次(9 岁以下儿童或家长 11 次;9 至 15 岁儿童 7 次,其中每个年龄段 1 人次),焦点小组 5 次(2 至 6 岁儿童家长 2 次,7~12 岁儿童 1 次,家长 1 次;13~15 岁儿童 1 次)^①。

以龙门山镇板房区为例,作为易地集中安置的板房区^②,这里几乎所有儿童都曾亲历地震(有不少甚至是被人从废墟中扒出的)。在服务前期有不少儿童都表现出一定的创伤应激症状,比如常做噩梦、很怕离开熟悉的人、担心再次地震(塌方)等。但我们没有针对任何一个儿童采取任何一种个案性质的辅导或治疗,反而强调以游戏为主导的服务,以小组的形式带动儿童重塑秩序、规范和安全感等,并着力促进儿童之间的支持网络重建,帮助儿童(群体)与其他儿童(群体)、父母之间结成纽带。一个月的服务之后,绝大部分儿童的初始应激障碍症状都已消失。因此笔者认为,儿童在地震后的反弹能力强韧,而且很大程度上与环境的影响息息相关,尤其是与亲属家庭、相邻儿童群体之间的关系不可漠视。单纯针对儿童心理本身的心理重建,忽略了很多外在性因素的作用,不利于儿童整体性支持网络的建设。

三、研究结论

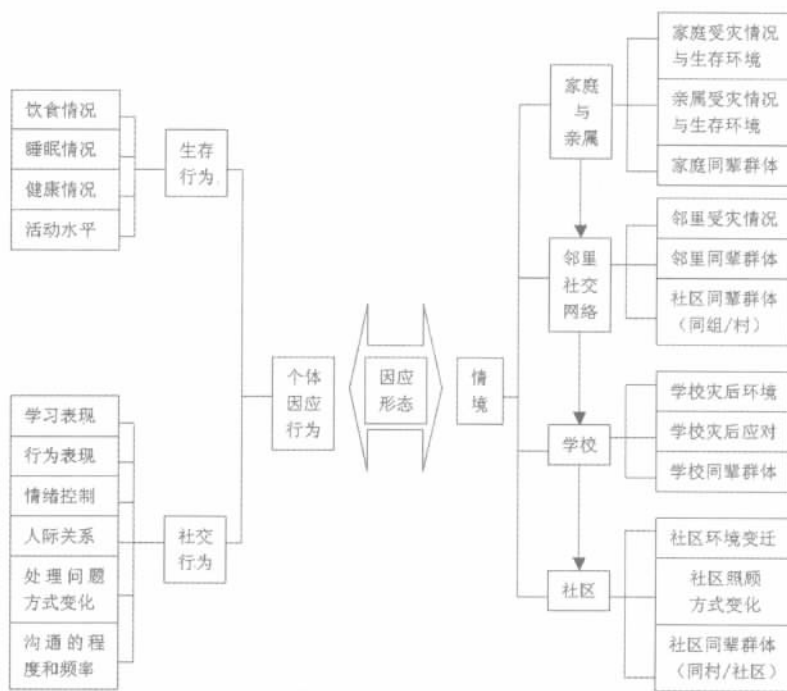
基于上述的实务经验,笔者认为地震灾害对于儿童心理的影响不仅仅在心理层面,亦有相关环境因素的作用。灾后儿童的心理问题不仅是因为他们曾经亲历悲剧,也有很大原因是他们周边环境(房屋、学校、活动空间等)的巨大变化所带来的。新的板房社区不仅带来了新的生活环境,也改变了儿童原来所熟悉的社区生活结构和方式,灾后儿童心理重建不应该仅仅从个体心理层面进行分析,更应该重视儿童生活环境变迁所带来的综合性作用。

因此,笔者尝试通过社会工作“人在情境中”(Person-in-Environment)的理论视角来构建灾后儿童心理重建的分析和实务框架。该视角依据系统理论和生态

理论的核心思想,认为个人和他所处的环境处在多重的互动中,个人问题的产生是由于个人和环境之间的

失衡所造成的。该视角亦强调人类行为和社会环境彼此影响程度并不对等,而以社会环境对人类行为的影响更大,强调当事人所处社会环境是个体问题产生的缘由。在分析架构上,“人在情境中”将视角聚焦于情境品质、个体因应行为和因应形态三个层面。其中“情境”泛指个体可以直接接触到的环境,重点应考量其向个体提供支持的程度;“个体因应行为”是指个体在面对外部情境时通过意志控制所呈现的行为;而个体的“因应形态”则由个体行为相互交织而成,是指个体应对外部情境的一般行为模式。在对灾后儿童心理重建的过程中,我们认为儿童的“个体因应形态”是由“因应行为”和“情境”相互作用形成,关注重点在于“情境”及“个体因应行为”两个层面。

具体而言,一方面我们将儿童的“个体因应行为”操作化为“生存行为”和“社交行为”两个测量指标,分别从“饮食、睡眠、健康和活动水平”对“生存行为”进行测量,而又从“学习状况、情绪表征、人际关系、处理问题方式变化、沟通频率与程度”等角度对“社交行为”进行测量。另一方面将“情境”操作化为儿童所处的“家庭与亲属体系、邻里社交网络体系、学校体系和社区体系”四个层面,并分别设定“物质环境、灾后状况、同辈群体、支持程度”等系列指标对其含量予以界定。(详见图一)



图一:灾后儿童心理重建架构示意图

同时,“人在情境中”的理论毕竟在来自国外的普

的影响。费孝通先生(1998)认为,中国乡土社会的社会关系是“差序格局”的形式,“好像把一块石头丢在水面上所发生的一圈圈推出去的波纹”,个人则是“他社会影响所推出去的圈子的中心”,就像是蜘蛛织的网一样,人们只与他网上或者波纹波及到的人或事发生关系。这在本土化的儿童服务中表现尤为明显:灾区儿童的情境网络是以家庭为核心圈对外波纹性扩散的。作为情境网络中最为核心的家庭泛指整个大家庭(族),包括其(非本地的)亲属群体;而对儿童影响较大的是邻里和村落中的情境因素,最后才是学校和社区。因此,在建构儿童心理重建的整体性框架时,我们认为考察的顺序应为“家庭——亲戚——邻里——村落——社区——学校”逐级扩展(详见图一),而在实务过程中亦应考量到不同类别的情境对儿童心理重建产生不同的影响。

四、总结

综上所述,地震灾害对灾后儿童的影响是巨大的,除了生理上的伤害外,亦容易导致心理和行为上的偏差。而灾后儿童心理问题的产生是多重因素综合作用的结果,除了地震初期带来的震撼、恐惧、悲伤、沮丧、焦虑等不良心理因素外,周边环境的变迁更是起到了不可估量的作用,对于灾后儿童心理重建的研究与实务不能仅针对儿童个体的心理层面进行,更应该重视其所处情境的影响和作用。将社会工作“人在情境中”的理论视角和中国农村的本土化情境相结合,一方面便于从“生存”和“社交”两个行为角度考察儿童个体行为表征的变化,另一方面便于从“家庭——邻里——社区——学校”的角度分层考量儿童生活环境的变迁,有利于说明儿童个体行为与外在环境的交互作用,为灾后儿童心理重建提供了较为完善的分析框架和实务方向。

注释:

有关数据将另行报告。

灾区重建中居民过渡住房大致分为两种情况:一种是原址安置,即在原有垮塌房屋之上(或附近)搭建板房区;另一种的易地集中安置。在后者中,因为居民都是新搬迁进来的住户,儿童(群体)之间并不熟悉。

[参 考 文 献]

- [1] 费孝通.乡土中国[M].北京:北京大学出版社,1998.
- [2] 乔斯·B·阿什福德等.人类行为与社会环境[M].北京:中国人民大学出版社,2005.
- [3] 隋玉杰.个案工作[M].北京:中国人民大学出版社,2007.
- [4] 扶长青.地震灾区儿童心理创伤及其干预策略[J].四川

教育学院学报,2008,(6).

[5] 高亚兵.汶川大地震后儿童心理干预要注意的几个问题[J].浙江教育学院学报,2008,(3).

[6] 李磊琼.地震后儿童心理干预与转变过程探索[J].中国健康心理学杂志,2007,(6).

[7] 林虹萍.论地震灾后儿童的心理重建[J].四川教育学院学报,2008,(6).

[8] 梁雪梅等.汶川大地震伤残住院儿童的个别心理危机干预[J].华西医学,2008,(4).

[9] 李成齐.儿童创伤后应激障碍的症状表现与干预策略[J].中国特殊教育,2006,(6).

[10] 宋少卫.儿童青少年地震心理危机干预建议[N].中国人口报,2008-6-1.

[11] 施红梅等.自然灾害引发的儿童心理障碍及其心理健康复[J].中国康复理论与实践,2008,(7).

[12] 徐光兴.十年后:地震带给儿童的心理伤害渐渐进入康复期[N].中国社会报,2008,7-2.

[13] 袁长海.严重自然灾害对儿童的精神健康的损害[J].国外医学社会学分册,1999,(6).

[14] 赵丞智等.地震后17个月受灾青少年PTSD及其相关因素[J].中国心理卫生杂志,2001,(6).

[15] 张本等.唐山大地震所致孤儿心理创伤后应激障碍的调查[J].中华精神科杂志,2000,(6).

Working with children in Sichuan earthquake using the “person-in-environment” perspective

ZHU Yu-xin¹ SHEN Wen-wei²

(1.School of Political Science and Law,Sichuan Agricultural University, Yaan,Sichuan,625014;2.Department of Applied Social Science, Hongkong Polytechnic University, Hunghom, Hongkong)

Abstract :Wenchuan Earthquake is one of the worst in China's history. The needs of children, as with many other vulnerable groups, deserve serious attention. This article aims to review and consolidate the literature available in China on working with children in different natural disaster contexts.

We found 31 relevant articles, most of which focused on the individual psyche of children, with a “deficit” orientation. Based on social work's “person-in-environment” perspective and the first author's first hand experience working in “5·12” earthquake affect region, this article suggests an analytical framework and practice implication for working with children in disaster situation in mainland China.

Key words: Earthquake; Diaster; Children Psychological Reconstruction; Person-in-environment

编辑 / 杨文俊