

失独家庭的社区心理服务运作模式探索

苏娟娟

漳州城市职业学院教师教育系,福建 漳州 363000

摘要:以漳州市计生特殊群体为研究对象,采用问卷实证调查及深入访谈的方式,研究失独者的心理健康状况,探索社区心理服务的运作模式。失独群体存在明显的抑郁情绪状态,且社会支持及各维度与抑郁均呈负相关。根据测评结果开展“携爱家园帮扶计生特殊家庭重建”的社区心理服务活动的模式探索,通过规范建设专业队伍及提升心理服务专业质量,做好全面筛查,因地制宜,立足现状,满足需求,组织同质性社区活动,增强失独群体的情绪调节能力,拓展广阔的社会支持网络。

关键词:失独家庭;社区心理服务;携爱家园

中图分类号:C924.24

文献标志码:A

文章编号:1671-0479(2018)05-359-004

doi:10.7655/NYDXBSS20180506

一、失独家庭的社区心理服务概述

(一)失独家庭的概述

失独家庭指的是“独生子女发生伤残或死亡、未再生育或收养子女的家庭。”这是我国独生子女计划政策实施下出现的特殊社会现象。2013年12月国家卫生计生委等五部委提出《关于进一步做好计划生育特殊困难家庭扶助工作的通知》^[1],近几年国家密集出台各种政策帮扶失独家庭,提出逐步建立动态的社会关怀长效机制。而当前大多数学者集中研究独生子女的意外伤害对家庭造成的各种影响,研究内容停留于社会保障及经济扶持等政策,缺乏深入这一群体的基线调查以及实际工作经验。随着失独家庭数量的日益增多,他们的生活压力及心理负荷日益加剧,随之而来的心理问题亟需解决。社区是失独家庭重要的社会支持系统,《城市社区卫生服务机构管理办法(试行)》^[2]明确规定了社区卫生服务机构应承担12项公共卫生服务任务,开展健康教育、预防、保健、康复、计划生育技术服务,心理服务是社区公共卫生服务的重要内容,因此发展和建构有效的社区服务是极好的心理帮扶渠道和实践平台,有利于促进居民的身心健康发展。

(二)社区心理服务的概述

西方社区心理学正日益成熟发展。社区服务

是当前社会化的重要渠道,全球化进程的推进使得“以社区为重点”的服务不仅成为可能而且变得非常必要^[3]。西方的社区服务通过社会工作总结了丰富的社会理论,如社会交换论、社会活动理论等实际理论,在社区工作中对情感慰藉和晚年发展方面取得了系统成熟的成果,实现了平等自由的人文关怀。

1965年美国明确提出“社区心理学”,作为新兴的应用心理学领域在社区服务中正呈现勃勃生机并日益成熟,研究者纷纷提出应该重视构建社区心理学的学科体系并开展行动,研究视野聚焦在人们的同伴群体邻居、社区风气和社会规范^[4]等方面,其中情境人^[5]的理论观点认为人们的心理行为与其社会系统和社区情境之间密切关联,存在不可分割的双向影响,因而要在社会情境中充分调动每个人的社会支持平台,开拓人际关系资源。20世纪70年代后在欧美等国,社区心理学研究则开始倡导并强调预防的思想,使人们认识到心理健康不能仅仅靠心理学工作者,应该更多人参与进来共同促进心理健康和提升幸福感。

国内社区建设正在完善中,人们对社区心理学的观念还未确立,已有学者提出关注失独老人的居家养老需求^[6],但是尚未有具体实践,也未涉及心理服务领域。因此社区心理服务研究迫在眉睫,应在吸取国外成熟经验的基础上,结合我国国情,剖析具体社区

基金项目:福建省中青年骨干教师教育科研项目社科A类“失独群体的心理援助模式探索”(JAS14460)

收稿日期:2018-04-09

作者简介:苏娟娟(1972—),女,福建漳州人,副教授,研究方向为心理学。

组织、文化特征,建立有中国特色的心理服务工作模式,从而提高居民心理素质,开创社区服务新生态,这也将是我国发展的趋势。

国家卫生健康委员会(原卫计委)针对失独群体在全国51个城市开展“计划生育特殊家庭帮扶模式探索”的首次试点项目,漳州市作为福建省最早的三个试点城市之一,已经开展了丰富的工作,笔者作为专家组成员参与项目并通过对计生特殊家庭的实证研究来探索有地方特色的社区心理服务工作模式,为化解失独心理危机提供了一个创新的有效应对问题的视角,为完善失独群体心理服务工作提供切实可行的优化方案。

二、对象和方法

(一)研究对象

采用实证调查法和访谈法,对317名失独人员进行入户调查,通过量表调查获取实证数据,并进行深入访谈和持续跟踪,探索计生特殊家庭的心理服务工作方式。

(二)测量工具

《社会支持量表》是国内研究社会支持广泛使用的测量工具,包含客观支持、主观支持及社会支持的利用三个分量表^[7],本研究中Cronbach's α 系数为0.81,有良好的内容效度,分量表与总量表存在中高相关,相关系数 r 分别为0.78、0.84、0.72,有较高的信效度。

《流调中心用抑郁量表》(CES-D)是美国Radloff编制的评价当前抑郁症状的测量工具,其中有20道题目,总分范围在0~60分,分数越高抑郁出现频率越高^[7]。广泛用于对普通人群进行抑郁症状的筛查。本研究中Cronbach's α 系数为0.9,结构效度良好,验证性因素分析的拟合指数: $\chi^2/df=27.59$,CFI=0.97, RMSEA=0.04,有较高的信效度。

(三)统计学方法

按照个别入户方式及心理测验程序施测,并采用SPSS19.0软件进行统计分析。定量数据以均数 \pm 标准差($\bar{x}\pm s$)表示,2组间比较采用 t 检验,计算皮尔逊相关系数, $P\leq 0.05$ 为差异有统计学意义。

三、结果

(一)失独群体的抑郁心境

失独群体的抑郁[(28.12 \pm 9.56)分]和常模[(13.24 \pm 10.33)分]进行 t 检验,差异有统计学意义($t=27.66$, $P<0.001$)。说明失独人群与一般人群比较有非常明显的抑郁情绪状态。

(二)失独群体的抑郁与社会支持的相关分析

失独群体的社会支持($r=-0.13$)及各分量表[主观支持($r=-0.13$)、客观支持($r=-0.10$)、社会支持的利用($r=-0.09$)维度]与抑郁均呈显著负相关,即社会支持水平越低,抑郁程度越高。如果个体获取的物质支援及社会网络、组织团体等客观的实际支持越多,同时拥有被支持理解和被尊重的主观情绪体验,并能将获取的主客观支持转化为自身可利用的资源,抑郁的发生率就会越低。失独群体如果能将主客观社会支持系统转化为内在储备的积极心理资源,就能调整心境唤醒积极的情绪体验,从而自我悦纳具有良好的心理状态。

针对上述调查结果我们开展了“携爱家园帮扶计生特殊家庭重建”的社区心理服务项目,预计通过实践拓展失独群体的社会支持平台,调节抑郁情绪,促进心理健康和提升幸福感。在实施过程中以项目为带动,多方联动构建失独群体的社区心理服务支持体系,遵照“以服务为导向,以心理健康为主旨,以失独者为对象”的工作思路,建立政府主导、部门配合、社会参与、多方联动的扶助体系,提升计划生育特殊家庭的生活质量。通过行政干预和心理服务紧密结合的方式,在夯实已有的社区工作服务网络的基础上,将心理服务作为综合帮扶项目的子项目,组合成系统化工程,加强社区心理服务工作内容,通过行政干预、计生、社区、心理咨询师、社工、媒体等多方力量融合与支持,促进社区心理服务成为有效的平台。

四、失独家庭“携爱家园”的社区心理服务的本土化实践模式

(一)为失独人员增强情绪调节能力,拓展广阔的社会支持网络

在社区心理服务中首先通过心理量表对失独人员进行全面筛查,测试结果显示失独群体存在明显的低沉、沮丧、悲伤消极情绪体验,心境低落、工作效率低,多数人表现出躯体化倾向,如食欲不振、失眠疲倦、浑身不适等。总体上精神存在较大痛苦、生活心态消极悲伤,对未来失去信心,渴望慰藉和陪伴,精神生活质量有待提高,需要抚慰和陪伴,才能走出心理阴影,失独这一个重大负性创伤事件是其情绪困扰的主导诱因。针对失独家庭存在的精神痛苦和社会支持面狭窄的实际情况,做到“因地制宜,立足现状,满足需求,视角全面”。在社区活动的组织中针对抑郁等不良情绪问题举办“做好情绪管理的主人”、“情绪与健康”

等心理主题讲座,使失独群体掌握心理保健方法,增强情绪调节能力,减少或避免心理问题的产生。针对社会支持面狭窄,遇到问题求助对象少,缺乏主动倾诉的问题,开展“打开心门交朋友”、“手拉手共建朋友圈”等主题讲座,引导失独群体提升主观支持意愿,开拓外界的客观支持力量,从而将主客观支持的力量转化为可利用的社会支持系统。同时开展丰富多彩的社区活动,引导他们在活动中及时正确地调整自己的心态,转变生活重心,对外拓展人际交往范围,丰富社交圈子,创造良好的社区支持环境和氛围,建立和拓展广阔的社会支持网络。

(二)开展同质性社区心理服务的多种活动形式,挖掘失独群体自我成长能量,促成助人自助

在多次社区活动中,通过社区生日庆祝、新年祝福、短途出游等多种不同类型活动,组织失独家庭积极参与,陶行知先生倡导“即知即行,即知即传”,参与社区活动让失独者从自身行动做起,转换视野,调节心态,成为心理健康和行动的主动传播者。“携爱家园”社区心理服务中,失独群体同质性团体是社区心理服务中的常规工作模式。同质性团体^[8]指团体成员具有相同的心理经历和生活经历,产生与他人共同失独创伤感受与体验,能将自我创伤与他人的问题进行客观比较,在团体互动中增进对自己及他人的了解,提供更多的信息来源和多元的观点,从而对创伤事件重新认知,进而进行自我调节。社区心理服务为同质性团体营造一个温暖、安全的环境,创建互信互助、尊重悦纳的氛围^[9],促使成员更愿意表达自己,更快适应融合社会生活。同质性团体辅导的互动关系中的活动空间,有效地缓解了他们自我边缘化的体验。例如在本市“携爱家园”行动研究项目组策划了“巧手坊”网花团体制作小组,成为拓展人际交流和社会支持的平台,小组合作制作代表友谊的郁金香、代表坚强忠贞的梅花等,让失独人员走出家门,提高自身社会适应能力,促使个人行为改变,融入社会互动。通过小组网花制作,领悟鸡蛋从外打破是外界压力,从内打破是内在能量的突破,产生心灵触动,获取自我价值感,维持平和安宁的心境,走出阴霾,以包容和崭新的眼光看待失独后的外界,建构有益的社会支持系统。在多种社区活动中通过互动构成彼此实质性的心理支持,转化成本身积极的心理资源,构建崭新的生命意义系统。

(三)建设专业队伍,完善管理模式

在社区心理服务的实施过程中,以政府政策规

划为核心,建立了以政府主导,各区和乡镇计生部门二级管理,社区具体实施的三级管理体制,发挥好组织领导、综合协调、以人为本的管理格局,完善各级管理运作职能。在社区心理服务的组成队伍中,配备受过专门心理学培训的计生工作者负责该工作,计生干部和社区干部为主要成员,心理咨询师为督导,由这些成员共同构成社区心理服务的联合主力军,共同组织、策划和实施计生特殊家庭的心理服务工作。

(四)开展心理技能培训,强化“积极预防有效疏导”的观念,提升社区心理服务的专业质量

在开展“携爱家园帮扶计生特殊家庭重建”的心理服务专项行动中,调研参与工作的97名计生和社区工作人员,其中67%的工作人员比较熟悉有关计生特殊家庭养老的相关政策,69%的工作人员会运用社区工作方法,67%会运用小组工作方法,59%会运用哀伤辅导,37%则会运用危机干预,但是接受过社会工作方面的正式培训的只有13%,4%的工作人员取得了社工师资格证书,6%接受过心理保健教育与咨询培训。调查结果显示专业队伍组成中计生工作经验丰富,但是欠缺心理服务的专业培训,为计生特殊家庭提供有效帮助的能力有待提高,亟待接受专业培训。针对这样的状况,在具体运作过程中逐步开展了失独者的危机干预、心理创伤辅导及沟通交流培训等活动。

社区心理服务从业人员立足于社区,是政府部门和失独家庭之间的枢纽,通过常态化走访失独家庭,了解他们的心理需求,在密切的联系沟通中及时把握他们心理的变化,培养积极乐观的心态,发掘心理潜能,进行适当的心理疏导,同时尽早发现可能发生心理危机的失独者,把存在严重心理问题的失独者转介给专业心理工作者,以有效缓冲并防止心理危机演化为更严重的心理问题。采用积极预防、有效疏导、及时转介等干预举措,为有效实施社区心理服务做好专业保障,提升社区心理服务的质量。

失独群体的社区心理服务工作显示有良好的实践效果,经过一个阶段的社区活动,大家从被动消极转为主动积极地参与活动,从抑郁寡欢自闭孤僻转为谈笑风生自愿融入,从不与人交往转为拓展朋友圈等,因此通过“携爱家园”社区心理服务模式为失独群体提供帮助,能落实政策给予的经济等支持,同时能担任心理咨询的职责,发挥各种预防性及补救性的功能。

综上所述,失独家庭的心理健康问题正在引起政府及全社会的高度关注,通过社区心理服务解决

心理困扰是积极有效的尝试方式,本文结合实际工作经验,分析了通过规范建设专业队伍及提升心理服务专业质量,在社区服务中开展心理全面筛查,因地制宜,立足现状,满足需求,组织同质性社区活动,能有效提升心理健康和自我能量。在实际操作中不断发展开拓适合各地情况的社区心理服务模式,能更好地维护失独人员的心理健康水平,提升他们的生活质量,建构有益的社会支持系统,促进心理健康,提升生活品质。

参考文献

- [1] 国家卫生计生委等5部门关于进一步做好计划生育特殊困难家庭扶助工作的通知[EB/OL]. [2018-01-05]. <http://www.nhfpc.gov.cn/jtfzs/s3581/201312/206b8b4e214e4a5ea2016417843d7500.shtml>
- [2] 关于印发《城市社区卫生服务机构管理办法(试行)》的通知[EB/OL]. [2018-01-05]. <http://www.nhfpc.gov.cn/jws/s3581r/200804/3973b4620f154c5099bf9dcae721c215.shtml>
- [3] 安东尼·吉登斯. 第三条道路[M]. 郑戈,译. 北京:三联书店,2000:67
- [4] Dalton JH, Elias MJ, Wandersman A. Community psychology: Linking individuals and community[M]. Belmont: Wadsworth/Thomson Learning, 2001:27-56
- [5] Glenwick DS. Community psychology perspectives on delinquency: An introduction to the special issue[J]. Global Change Biology, 1988, 15(3):276-285
- [6] 陈娜,王长青. 社区居家养老的社会支持系统研究[J]. 南京医科大学学报(社会科学版), 2015, 15(6):448-451
- [7] 汪向东. 心理卫生评定量表手册增订版[M]. 北京:中国心理卫生杂志社,1999:127-130,200
- [8] 樊富珉. 团体心理咨询[M]. 北京:高等教育出版社,2008:18-20
- [9] 刘勇. 团体心理辅导与训练[M]. 广州:中山大学出版社,2008:4-5

Study on community mental service model for the loss of only child families

Su Juanjuan

Department of Teacher Education, Zhangzhou City Vocational College, Zhangzhou 363000, China

Abstract: Basing on the questionnaire survey and interviews, this study took the national family planning special family in Zhangzhou as the research object to explore the operation mode of the community mental health service targeting the loss of only child families. There was a distinct depressive state in this group, and the social support and all dimensions were negatively correlated with depression. The study carried out the project-driven action research into "Loving Home and Rebuilding the Loss of Only Child Families". The study maintained that perfecting management model, standardizing and promoting the professional team accordingly, comprehensive screening, meeting specific needs with an overall perspective were the best method to serve these families. Only in this way can we offer a systematic, dynamic and in-depth community mental service to the loss of only child families, to help them tackle difficult situations and eventually promote their mental health.

Key words: the loss of only child family; community-oriented psychological services; Loving Home