



国家社科基金资助项目成果

灾后青少年心理重建的 社会工作研究

ZAIHOU QINGSHAONIAN XINLI CHONGJIAN DE
SHEHUI GONGZUO YANJIU

刘斌志 著



人民教育出版社



国家社科基金资助项目成果

灾后青少年心理重建的 社会工作研究

ZAIHOU QINGSHAONIAN XINLI CHONGJIAN DE
SHEHUI GONGZUO YANJIU

刘斌志 著



人民出版社

责任编辑:陈 登

图书在版编目(CIP)数据

灾后青少年心理重建的社会工作研究/刘斌志 著. —北京:人民出版社,2017.7
ISBN 978-7-01-017908-7

I. ①灾… II. ①刘… III. ①灾害-青少年-心理康复-社会工作-研究-中国
IV. ①B845.67②D432.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 166206 号

灾后青少年心理重建的社会工作研究

ZAIHOU QINGSHAONIAN XINLI CHONGJIAN DE SHEHUI GONGZUO YANJIU

刘斌志 著

人民出版社 出版发行
(100706 北京市东城区隆福寺街 99 号)

涿州市星河印刷有限公司印刷 新华书店经销

2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月北京第 1 次印刷

开本:710 毫米×1000 毫米 1/16 印张:20.75

字数:328 千字

ISBN 978-7-01-017908-7 定价:48.00 元

邮购地址 100706 北京市东城区隆福寺街 99 号
人民东方图书销售中心 电话 (010)65250042 65289539

版权所有·侵权必究

凡购买本社图书,如有印制质量问题,我社负责调换。

服务电话:(010)65250042

目 录

第一章 绪论	1
第一节 研究背景	1
第二节 核心概念的界定	7
一、灾害	7
二、灾后青少年	9
三、心理重建	9
四、社会工作介入	11
第三节 文献综述与评论	14
一、研究的主要问题及结论	14
二、对目前研究的评价	22
三、对本研究的启示	24
第四节 研究思路与架构	24
一、研究的基本问题	24
二、研究的基本思路	25
三、研究的内容架构	25
第五节 研究视角与方法	26
一、研究的理论视角	26
二、研究方法论	27
三、具体研究方法	29

四、研究限制	30
第二章 灾后青少年的心理状况及其需求	32
第一节 灾后儿童青少年创伤后应激障碍调查	32
一、研究缘起	32
二、相关文献综述	32
三、研究设计	35
四、结果与讨论	38
五、结论与启示	41
第二节 灾后失依青少年哀伤经验的质性研究	44
一、研究缘起与相关文献	44
二、理论脉络与研究路径	46
三、震后失依青少年的哀伤反应	47
四、震后失依青少年哀伤的影响因素	50
五、震后失依青少年哀伤的因应策略	52
六、结论与建议	55
第三节 灾后青少年家庭状况及需求分析	56
一、地震灾后青少年的家庭变迁及压力特征	57
二、地震灾后青少年的家庭凝聚力特征	60
三、地震灾后提升青少年家庭凝聚力的需求分析	65
第三章 灾后青少年心理重建的经验及启示	68
第一节 美国灾后青少年的心理救助及其重建体系	68
一、美国的灾难应对及其心理重建服务	68
二、美国灾后青少年心理重建的体系及策略	72
第二节 我国台湾地区灾后青少年的心理重建体系	85
一、我国台湾地区九二一地震灾后青少年的心理重建服务	85
二、我国台湾地区莫拉克风灾后青少年的心理重建服务	96
第三节 典型国家和地区灾后青少年心理重建的经验及其启示	104
一、典型国家和地区灾后青少年心理重建的经验	104

二、典型国家和地区灾后青少年心理重建经验的启示	112
第四章 社会工作介入灾后青少年心理重建的视角	120
第一节 优势视角介入灾后青少年心理重建的原则	120
一、社会工作的优势视角及其基本原理	120
二、优势视角在灾后青少年心理重建中的意义	127
三、灾后青少年心理重建中优势视角的基本原则	130
第二节 优势视角介入灾后青少年心理重建的策略	137
一、社会工作服务中优势视角的实证依据	137
二、灾后青少年心理重建中优势视角的实务策略	142
第三节 复原力研究对灾后青少年心理重建的启示	152
一、复原力的相关研究	153
二、复原力在灾后青少年心理重建中的角色与功能	155
三、灾后青少年复原力的影响因素分析	157
四、复原力视角下灾后青少年心理重建的反思	160
第五章 社会工作介入灾后青少年心理重建的模式	164
第一节 灾后青少年心理重建的家庭社会工作	164
一、灾后青少年心理重建中家庭社会工作的含义	164
二、家庭社会工作介入灾后青少年心理重建的意义	168
三、家庭社会工作介入灾后青少年心理重建的理论	170
四、家庭社会工作介入灾后青少年心理重建的策略	178
第二节 灾后青少年心理重建的学校社会工作	182
一、灾后青少年心理重建中学校社会工作的含义	183
二、学校社会工作介入灾后青少年心理重建的意义	185
三、学校社会工作介入灾后青少年心理重建的模式及其原则	187
四、学校社会工作介入灾后青少年心理重建的策略	194
第三节 灾后青少年心理重建的社区社会工作	199
一、灾后青少年心理重建中社区社会工作的含义	199
二、社区社会工作介入灾后青少年心理重建的意义	203

三、社区社会工作介入灾后青少年心理重建的模式	205
四、社区社会工作介入灾后青少年心理重建的策略	210
第六章 社会工作介入灾后青少年心理重建的方法	215
第一节 灾后青少年心理重建的个案工作方法	215
一、灾后青少年心理重建中个案工作的含义	215
二、灾后青少年心理重建中个案工作的理念	219
三、灾后青少年心理重建中个案工作的过程	221
四、灾后青少年心理重建中个案工作的模式	225
第二节 灾后青少年心理重建的小组工作方法	234
一、灾后青少年心理重建中小组工作的含义	234
二、灾后青少年心理重建中小组工作的理念	237
三、灾后青少年心理重建中小组工作的过程	239
四、灾后青少年心理重建中的小组类型	245
第三节 灾后青少年心理重建的政策分析方法	250
一、灾后青少年心理重建政策分析的含义	250
二、灾后青少年心理重建政策分析的内容	252
三、灾后青少年心理重建的政策体系构建	258
第七章 社会工作介入灾后青少年心理重建的服务技巧	265
第一节 灾后青少年心理重建的阅读治疗技巧	265
一、阅读治疗及其相关研究	265
二、灾后青少年心理重建中阅读治疗的意义	269
三、灾后青少年心理重建中阅读治疗的心理历程	271
四、灾后青少年心理重建中阅读治疗的策略	275
第二节 灾后青少年心理重建的艺术治疗技巧	279
一、艺术治疗及其相关研究	280
二、灾后青少年心理重建中艺术治疗的意义	285
三、灾后青少年心理重建中艺术治疗的过程	292
第三节 灾后青少年心理重建的叙事治疗技巧	298

目 录

一、叙事治疗及其相关研究	298
二、灾后青少年心理重建中叙事治疗的意义	303
三、灾后青少年心理重建中叙事治疗的阶段	307
参考文献	314
后 记	322

第一章 绪 论

第一节 研究背景

纵观历史,我国自然灾害主要呈现出成因背景复杂、灾害种类多、地域分布广、发生频率高强度大、灾害群发以及造成损失重等几个特征。特别是 1998 年长江、松花江和嫩江流域的特大洪涝,2006 年四川、重庆的特大干旱,2007 年淮河流域的特大洪涝,2008 年中国南方地区的特大低温雨雪冰冻灾害、汶川特大地震灾害,2010 年青海玉树地震、舟曲特大山洪泥石流以及 2013 年芦山地震和 2014 年鲁甸地震,都造成了惨重的人员伤亡和财产损失,也给民众造成了巨大的心理创伤。根据相关的调查研究发现,阪神大地震虽过去多年,但依然有四分之一的经历者患有严重的心理创伤^①;同样,美国的研究也发现,即使地震已过了 14 年,还是有四分之一的经历者走不出地震的阴影^②。黄介良指出,一般有 50% 的人口会遭受心理创伤事件(包括意外、人为疏失、天灾及战争等),而高达 67% 的幸存者会有持续的心理困扰,包括:创伤后压力症候群、恐慌症、焦虑症、忧虑症、药物或物质滥用。由于地震不仅带来大量人员伤亡、环境破坏、生活变迁,而且灾后重建需要时间较长,经历者的“创伤后应激障碍”(post-traumatic stress disorder,以下简称 PTSD)会持续至 18 个月以上。统计数据显示地震后约

① 林家彬:《阪神大地震的灾后重建工作及其启示》,《城市发展研究》2008 年第 4 期。

② 李明锦:《当今国际灾害救助新特点:以美国“卡特里娜”飓风、南亚地震灾害救助为例》,《理论导刊》2006 年第 5 期。

有 32%—60% 的成人以及 26%—90% 的儿童会有 PTSD^①。

作为社会弱势群体的儿童青少年,在自然灾害应对和灾后恢复中表现出更大的社会易损性。一方面,对于那些在地震中丧失亲人和朋辈的儿童青少年而言,可能面临着成为孤儿或者单亲家庭的困境;另一方面,有许多儿童青少年虽然没有失去亲人,但面对巨大的灾难冲击以及目睹他人的去世,也会产生 PTSD。还有部分儿童青少年在地震灾害中受到身体伤害甚至导致肢体残疾,也会带来巨大心理创伤。部分儿童青少年能够随着时间推移无需治疗而逐渐恢复,但也有儿童青少年会因多种因素而延迟康复,发展成为 PTSD。台湾大学心理学系在 2000 年针对九二一地震之后儿童与青少年进行研究,归纳他们在灾后的身心反应包括:害怕将来会有类似的灾难;对上学失去兴趣,厌学甚至逃学现象严重;行为退化,与自身年龄不相符合;睡眠失调以及畏惧夜晚;害怕与灾难有关的自然现象等。此外,还有可能包括:易怒、哭诉、粘人、攻击、抢夺等^②。

汶川地震灾后,我国政府及相关部门开展了大规模的灾难救援以及灾后恢复重建工作。一方面,在灾害紧急救援阶段为儿童青少年提供紧急的医疗救助、临时安置、物资援助以及心理危机干预;另一方面,在过渡性安置以及灾后恢复重建阶段,通过民政、卫生医疗以及相关社会团体和组织为灾后儿童青少年提供生活安置、生活保障、困难救助、心理援助和伤残康复等服务。虽然我国已经建立了较为系统的灾害救助体系,但这种体系的基本出发点是恢复灾后民众的社会生活、基础设施以及产业发展,着重的是经济和物质层面的救助与恢复,忽视了对灾后民众心理、情绪以及精神方面的救助与重建。传统灾害救助体系存在“重物质轻心理、重眼前轻长远”的弊端。其实,与经济损失相比,灾难对人的心理冲击更为内隐,更为长久,也更为普遍。因此,灾后心理救助与灾后紧急救援同等重要,心理重建是灾后民众生活重建的重要组成部分,与灾后产业重建、社区重建以及基础设施重建一样,都是灾后恢复重建不可或缺的一部分。

灾后心理重建不仅具有重要性和必要性,同时也具有对象广泛性、程序复杂性、时间长期性、方法综合性、人员专业性以及涉及面系统性等多方面特征。正

① 杨雅瑜:《震灾失依青少年的哀伤反应与因应策略过程研究》,硕士学位论文,南华大学生死学系,2002 年,第 3 页。

② 廖文干:《地震灾后国民小学实施心理复健的探究:一所灾区小学的个案研究》,硕士学位论文,台中师范学院国民教育研究所,2003 年,第 14 页。

因此,灾后心理重建近年来越来越受重视,具体表现为:第一,灾后心理服务的理念不断得到认可和推广。政府和社会逐渐认识到,灾后救援不仅仅需要抢救遇难者和伤员,更应该及时提供物质帮助和心理服务;不仅仅需要把灾民从废墟中抢救出来,还应该通过心理救助让灾民从阴影中走出来、站起来。第二,灾后心理服务的实践不断丰富。1994年,新疆克拉玛依大火之后,北京大学精神卫生研究所首次开展了灾后心理危机干预工作。随后,河北张北地震、1998年南方特大洪水、2000年河南洛阳大火、2002年大连空难以及北大山难等灾难现场,都有心理卫生工作者参与救援工作^①。大连空难后,政府邀请了部分心理卫生专家对遇难者家属开展心理危机干预服务,分别在大连和北京开展了三次个案心理辅导和集体心理危机干预,极大地减轻了遇难者家属的心理创伤。汶川地震灾后一个月内,就有600多个与心理学有关的社会组织与机构进入灾区,从事灾后心理危机干预与服务的人员达到近2000人。第三,灾后心理服务的政策法规不断健全。汶川地震后,为积极预防、及时控制和减缓灾难的心理社会影响,促进灾后心理健康,维护社会稳定,当时的国家卫生部于2008年5月20日印发《紧急心理危机干预指导原则》,强调心理危机干预作为医疗救援工作的一个组成部分,并成立心理救援协调组,制定干预工作方案,同时也明确了心理危机干预只是医疗救援工作的一部分,不是“万能钥匙”。第四,灾后心理服务的研究不断深入。自2002年白渝在《防灾博览》发表第一篇关于灾后心理服务的文章以来,以“灾难心理”和“灾后心理”为主题的CNKI期刊论文和硕博论文逐年增多。这些研究从心理学、精神医学、社会学、护理学、管理学、人类学、教育学、图书馆学、艺术学、伦理学等不同学科出发,对灾后民众的心理状况、影响因素、群体特征、干预方法、服务模式以及国内外经验等进行了系统研究。另外,关于灾难心理的著作也不断问世,包括时勘教授的《灾难心理学》《灾后心理自助手册》和《抗震救灾心理辅导手册》以及中国科学院心理研究所5·12心理援助丛书等。第五,灾后心理服务政策法规不断健全。2002年,当时的卫生部、民政部、公安部和中国残疾人联合会等联合发布了《2002—2010年中国精神卫生工作规划》,明确提出“精神卫生救援”的概念,并将其纳入到救灾防病和灾后重建工作

^① 柯佳敏等:《精神救助·社工介入·系统构建:专业社会工作介入社会性突发事件精神救助系统构建研究》,中国社会科学出版社2013年版,第3页。

中,要求各省要针对灾害实际情况制定相应的《灾后精神卫生救援预案》。2013年5月1日起开始施行的《中华人民共和国精神卫生法》也要求:“发生自然灾害、意外伤害、公共安全事件等可能影响学生心理健康的情况,学校应当及时组织专业人员对学生进行心理援助。”可见,心理援助逐渐成为灾后救援及重建的重要内容。

尽管如此,我国灾后心理服务工作依然处于滞后发展阶段。就以汶川地震灾后心理援助为例,当时进入灾区的心理卫生工作者来自不同的专业和系统,有教育工作者、心理咨询人员、心理治疗人员、慈善机构人员、志愿者队伍、医护人员、社会工作者甚至是各类公务人员。这种“一窝蜂”式的心理干预服务往往带来两种后果:一方面,许多心理干预人员不具备心理危机干预以及心理辅导的专业价值和能力,不仅起不到心理危机干预的效果,反而不断地揭开灾后民众的心理伤疤,带来“二次心理伤害”;另一方面,许多灾后心理干预人员往往徒有“一股热情”,并没有真正了解灾后儿童青少年的心理需要,服务的可持续性也难以得到保证。地震一周年后,能够留下来继续从事灾后心理重建工作的人员不足五分之一。可见,虽然灾后心理干预服务已经有所开展并得到一定社会认同和参与,但仍然存在着诸多问题:一是缺乏专业的沟通协调平台进行统筹工作,不能保证相应工作人员的专业素质,也导致了灾后民众对于心理服务产生排斥心理。二是灾后心理服务重视紧急救援阶段的心理危机干预,缺乏持续性开展心理重建服务的专业人员和服务机制。三是未能将灾后心理救助与其他方面的救助结合起来,未能通过社会支持来促进恢复重建的顺利完成。对于灾后民众而言,获得及时的心理救助与长期的心理重建服务,可以极大地鼓舞抗震救灾的士气和重建未来的信心,从而为灾后生活重建、基础设施重建以及经济重建等提供强大的精神动力。四是灾后心理重建的视野较为单一,更多注重在传统心理学的“问题视角”^①,忽视了其在紧急救援以及灾后重建中所作出的努力和取得的经验。另外,传统的心理学以及精神医学视野下的心理干预缺乏对于灾后民众社会环境以及社会支持的研究与关注。五是相关政策和法律法规还没有得到落实,灾后心理重建的人员培养、组织体系、运行机制、社会资源运用等问题还没有

^① 闻英:《社会工作问题视角和优势视角的比较》,《南阳师范学院学报(社会科学版)》2005年第10期。

得到很好的解决。因此,如何在心理学开展灾后心理危机干预的坚实基础上,进一步完善和拓展灾后心理危机干预的学科视野,长期跟踪观察和分析灾后心理的社会生存状态与社会影响因素,并构建灾后心理服务的社会支持网络,成为灾后青少年心理重建的必需创新,同时也能进一步提升灾后青少年心理救助的成效。

基于以上分析,本研究提出了“地震灾后青少年心理重建的社会工作介入研究”这一主题,期望在总结灾后青少年心理救助现有理论与实践研究的基础上,从社会工作的专业视野和理论框架出发,在对灾后青少年心理状况及其需求调研的基础上,借鉴国内外心理重建的经验,探讨社会工作介入的理论、模式、方法、技术以及运用,完善我国灾后心理重建的理论体系。

面对灾害,社会工作秉持利他主义的理念和助人自助的基本精神,将灾害所影响的灾民、救援人员、灾民家属以及相关人士均作为服务对象,通过专业的理论、方法与技术,在尊重服务对象主体性、能动性和自决性的基础上,关注受灾民众的个体、群体及其社区在心理和社会关系方面的改进和提升,最终达到缓解、减轻、消除灾害所带来的生理、心理以及社会功能方面的损害,提升服务对象各方面的社会功能。在灾后紧急救援阶段,社会工作的主要任务是开展受灾民众的心理干预和社会救助,包括协助沟通各种救灾信息和物资的发放、组织灾后民众开展互助性的自救活动、帮助灾民获得心理宣泄、精神慰藉以及哀伤辅导的机会;在灾后重建阶段,社会工作的主要任务则包括灾害创伤的调查分析、受灾个人及家庭的安置服务、灾区民众心理和社会关系的重建等。通过这些服务,社会工作成为灾后救助中的资源输送者、服务提供者、民间组织者、制度倡导者以及理念推广者^①。针对灾后青少年的特殊心理需求,社会工作通过危机干预、心理辅导、生活协助以及关系重建,最终实现心理复原和重建。

近年来,国内外服务实践已经证明了社会工作在灾后心理服务中的意义。首先,从介入过程看,社会工作按照国家民政部下发的《关于进一步做好抗震救灾工作的紧急通知》的要求,认真做好受灾群众尤其是孤儿和青少年的心理抚慰和康复工作。一是深入灾区开展调研工作,摸清灾后青少年心理状况和需求;

^① 民政部社会工作司:《灾害社会工作理论与实务》,中国社会科学出版社2012年版,第62—63页。

二是结合不同救援机构的实际状况,调动青少年辅导专家和社会工作专家,组建专业队伍奔赴灾区学校、安置板房、社区以及家庭开展专业服务;三是针对灾后青少年的需要,开展哀伤辅导、心理抚慰、残疾康复、生计援助、关系重建等服务;四是面向灾后青少年服务者提供心理学、社会工作以及其他专业知识的培训与督导。其次,从介入对象看,社会工作以心理重建为中心,面向灾后青少年的不同类型和群体提供服务。一是通过主动关怀、陪伴倾听、哀伤辅导、心理抚慰、活动减压、游戏治疗等方法,帮助丧亲的青少年减轻精神压力、重建家庭关系和生活信心;二是就灾后伤残青少年可能出现的生理功能退化、情绪消极悲观、生活难以自理和生计难以持续等问题,通过建立残疾人康复训练基地、组织他们开展互助和自助小组、开办就业培训班等多种方式,协助他们走出阴影,重树信心;三是面向所有儿童青少年提供综合性服务,包括生活照顾、学业辅导、心理支持、游戏治疗、生命教育等活动,引导他们走出灾难阴影,重回美好生活。再次,从介入领域看,社会工作围绕灾后青少年的心理需求,开展了救灾物资发放、生活救助以及生计发展、学校重建以及学业辅导、社区心理健康促进以及社区关系融合等服务。最后,从介入方法看,社会工作通过个案辅导、小组互助、社区教育以及政策倡导等方式,促进灾后青少年心理的复原与重建^①。

通过以上经验证明,探讨社会工作介入灾后青少年心理重建的理论与框架具有重要的理论和现实意义。从理论层面看,本研究推动了心理学与社会工作学科的结合,实现了灾后青少年心理重建的跨学科合作,具体表现为:一是发展了灾后心理服务的多学科视野;二是深化了灾后心理服务的社会工作理念;三是探索了灾后心理服务的多元模式;四是拓展了灾后心理服务的社会服务领域;五是丰富了灾后心理服务的工作领域;六是促进了灾后心理服务的知识积累。从实践层面看,通过社会工作介入灾后青少年的心理重建:一是帮助灾后青少年舒缓了悲伤、化解了焦虑、释放了压力、稳定了情绪、树立了信心、增进了身心融合;二是帮助灾后青少年家庭度过了危机和难关,促进了家庭凝聚力的形成,为青少年提供了较好的家庭生活环境;三是引导灾后青少年走出自我、走出家庭,融入社区、学校和朋辈生活,由此建立互动和互助网络、发展更为积极和支持性的社会关系;四是帮助灾后青少年获得更多的社会支持、物资帮助、信息服务和宣传

^① 民政部社会工作司:《灾害社会工作理论与实务》,中国社会科学出版社2012年版,第8—13页。

教育,从而更好地认识灾难、认识灾难救助系统,从而提升其应对灾难的意识和能力;五是提升了灾区家庭、学校以及社区的服务功能,培养了一大批社会工作者,构建了灾后社会工作服务的人才队伍。

第二节 核心概念的界定

本研究的主题是地震灾后青少年心理重建的社会工作介入,为此需要对“地震灾害”“灾后青少年”“心理重建”与“社会工作”四个基本概念进行相应的界定与分析。

一、灾害

所谓灾害,是能够对人类和人类赖以生存的环境造成破坏性影响的事物总称。《辞海》认为灾害就是“天灾人祸造成的损害”。《中国灾荒词典》(1989)认为,“灾害是由某种不可控制或未予控制的破坏引起的、突然或在短时间内发生的、超越本地区防救力量的大量人员伤亡和物质财富损毁的现象”^①。《美国传统英语辞典》则将灾害(disaster)界定为“导致广泛破坏和痛苦的事件”^②。《韦伯斯特词典》直接将灾害定义为“一种突发的并带来极大物质损坏、财产损失和精神痛苦的灾难事件”^③。一般来讲,灾难有自然灾害以及人为灾害两种分类。常见的自然灾害如地震、火山喷发、风灾、火灾、水灾、旱灾、雹灾、雪灾、泥石流、疫病等;而人为灾害指主要由人为因素引发的灾害。其种类很多,主要包括自然资源衰竭灾害、环境污染灾害、火灾、交通灾害、人口过剩灾害及核灾害等。

与从词义上理解灾害的角度不同,不同学者从自身的学科背景来理解灾害。经济学家认为灾害的本质问题是经济损失,社会学家认为灾害是一种社会结构和社会过程的结果,历史学家认为灾害是一部人类与灾害相抗争的历史,而人类

① 孟昭华、彭传荣:《中国灾荒词典》,黑龙江科学技术出版社1989年版,第39页。

② American Heritage Dictionary of the English Language, Boston: Houghton Mifflin, 1992, p.529.

③ 梅里亚姆—韦伯斯特公司:《韦氏词典》,世界图书出版公司2001年版。

学家则认为灾害的核心是对灾害进行文化构建,等等^①。综合而论,可以发现灾害具有以下几个方面的特征:一是危险源的多样性。从社会科学角度来看,危险源则常常出现在社会系统内部,社会的各个子系统中都有危险源存在,于是危险源的概念被拓展到社会、文化、制度、组织等层面。正因如此,亚历山大将危险源分为以下三类:自然危险源(natural hazards)、科技危险源(technological hazards)和社会危险源(social hazards)^②。二是关系链的社会建构性。作为是危险(源)与结果之间的联系纽带,关系链的判断决定了灾害的类型和程度。一般而言,灾害的认知和判断依赖于整个社会对于灾难发展原因、灾难类型以及灾难影响的判断,这种判断强烈受到专家、政府、利益团体等主体以及社会背景、文化等的影响。因此,灾难具有强烈的社会建构性特征。三是结果的伤害性。无论如何,只有给人类生产和生活带来负面影响的危险源,才能称之为灾害。具体而言,灾害可能给人类及其社会的政治系统、经济系统、社会系统或文化系统带来破坏,并根据破坏的程度可以分为“紧急情形”“灾害”“巨灾”等。四是主观感知性。结合心理重建而言,受灾民众对于灾害的认知、态度以及防治措施,不仅决定了灾害影响的大小、灾害救援及重建的进程,更决定了灾后民众如何进一步预防和控制灾害的效果。因此,灾区民众对于灾害的主观感知性,也是灾害的重要特征之一。

本研究中主要以自然灾害中的地震灾害为主要研究背景。地震作为一种天灾,具有以下几个区别于其他自然灾害的特征:一是极短时间内造成较大区域的巨大影响;二是在毫无预警的情况下发生,且给人的反应时间极短;三是地震的规律超乎人们的经验,很难去预测和推断;四是具有复杂的原因;五是人们很难在极短时间内采取有效的逃生措施;六是地震造成的损毁具有多样性;七是地震所带来的余震和次生灾害持续不断;八是地震灾后救援非常困难,且灾后恢复重建需要较长时间。不过,地震所带来的危害取决于地震的震级、烈度和震源深度、发生位置以及民众的预防措施等多种因素。因此,并非任何地震都能够称之为灾害,只有那些人类生活区域、具有一定破坏和影响力的地震才是本研究的重

① 李永祥:《什么是灾害:灾害的人类学研究核心概念辨析》,《西南民族大学学报(人文社会科学版)》2011年第11期。

② 陶鹏、童星:《灾害概念的再认识:兼论灾害社会科学研究流派及整合趋势》,《浙江大学学报(人文社会科学版)》2012年第2期。

点,但其他能够造成青少年心理创伤的自然灾害以及人为灾害同样适用于本研究。因此,本研究中所有使用“地震”“震后”以及“地震灾后”的地方,都可以理解为广义的“灾害”“灾后”。

二、灾后青少年

本研究将青少年的年龄界定为 11—22 岁之间的人群,但分别使用了不同阶段的青少年概念。具体来说,在单独论述处于 11—14 岁人群的时候,研究中均使用“儿童”;在论述大范围的 11—22 岁之间人群的时候,研究中均使用“儿童青少年”;在论述 14—22 岁之间人群的时候,研究中均使用“青少年”。因此,“儿童”“儿童青少年”“青少年”等不同用词,均表示“灾后青少年”的含义。进一步地,灾后青少年主要是指那些经历过地震灾害,且在身心以及社会方面受到影响和冲击的处于 11—22 岁之间的人群。灾后青少年既包括地震灾区亲身经历地震灾害的青少年,也包括那些不在灾区但受到灾害影响的青少年;既包括灾后丧亲的青少年,也包括灾后肢体残疾的青少年。根据相关研究发现,灾后青少年的心理特征会经历以下四个阶段:一是英雄期(heroic),即灾后青少年在地震发生后的第一时间,会表现出英雄主义的气概,并积极参与灾害紧急救援工作,从而通过彼此互助保护人身财产的安全;二是蜜月期(honeymoon),即地震发生后一周到三个月左右的时间,随着政府、社会以及非政府组织的大量社会资源进入灾区,灾后青少年被持续地支持及照顾,从而感受到与周围环境的亲密关系;三是失望期(disillusionment),即地震三个月之后,随着各类社会支持的弱化甚至退出,灾后青少年得到的社会支持逐渐降低甚至失去,由此对周围环境产生失望,对救灾延误表达愤怒,对未来生活感到迷茫;四是重建期(recovery),即灾后青少年调整自身的心理及社会状态,以更积极的心态和行动开展灾后恢复重建工作^①。

三、心理重建

在国外,Kiyuna、Kopriva 和 Farr 认为灾后心理重建就是在安全支持的专业

^① 戴安·梅尔斯:《灾难与重建:心理卫生实务手册》,陈锦宏等译,心灵工坊文化事业股份有限公司 2001 年版,第 23 页。