

# 文化、心理与临床技术:灾后临床社会工作探索

高建秀

临床社会工作是提供直接服务的专业方法,在 5.12 汶川大地震的灾后社区的社会重建中发挥了重要的作用。临床社会工作以促进与维护个人、家庭和团体的社会心理功能为目的,强调治疗、预防及“人在情境中”的概念,协助受灾的个人、家庭和团体,减轻其痛苦,改善其心理和社会功能。那么,从西方的社会文化价值理念和人文科学知识技能发展而来的社会工作在中国社会运用时,中国传统文化及价值取向会对其有哪些积极影响,又会面临哪些困境呢?我们又将如何整合及发展本土化的临床社会工作实务技术呢?

## 一、传统文化对临床社会工作的积极启示

社会工作的主体是人,而人又与所居住的社会、经济、文化背景等因素息息相关。笔者曾在四川省都江堰市的受灾安置社区,尝试对个别遇难家属提供临床社会工作的直接服务,主要以哀伤辅导的方式来帮助地震遇难家属中有创伤后应激障碍(posttraumatic stress disorder, PTSD)的人群。其中,运用了香港大学陈丽云教授所建立的符合华人文化的身心灵全人健康模式,这是将西方心理辅导形式和中国传统文化相结合,以关注人的身心协调和全人健康为宗旨。在身体层面,运用了道家的养生法,如传统气功八段锦、青城山武术等来增强受助者的体质,从而改善其情绪。在心理层面,提供一个安全而又有支持的环境,陪伴及倾听丧亲者哀伤的故事,与丧亲者一起看逝者的生活照、拜访墓地,并让其表达悲伤情绪,引导其用积极而正面的态度去面对丧亲的经历,使其有能力从善别的过程中恢复过来。在精神层面,将中国传统文化儒、释、道中对生命的意义、人生价值观的思考,以及生死观等运用在哀伤辅导中。例如,道家文化的“清静无为,顺其自然”思想,有利于帮助受助者调整心态,促进个体的身心健康和生存发展。佛家文化

高建秀 复旦大学社会工作学系副教授

上海社工灾后重建服务团复旦大学第三批服务队领队兼督导

注重“修心、修身、修智”，其中修心是让人懂得“好好活着”的幸福与珍贵，提倡此时此刻、放下执著、宽恕、放弃仇恨的心理。这些都是解脱烦恼的方法，这些思想让人们在挫折面前看到光明的一面，以坦然的心态接受现实，以积极的态度面对困境。在灾后临床社会工作实践中，中国文化中积极乐观的人生观对于帮助受灾群众建立一种积极进取的人生目的、从积极意义上去看待人生过程中的挫折和不幸，具有重要和实际的意义。中国传统文化不仅影响华人的心理，并且指导着中国人的日常生活，成为人们生活中为人处世的哲学与态度，同时也给临床社会工作在灾区的服务带来启发。

## 二、传统文化中的消极因素给临床社会工作带来的冲突

在中国传统文化中，有些价值取向具有消极的因素，如，过分强调社会性。杨国枢认为，社会取向是一种行为倾向，此种倾向容易造成个体压抑、人格依赖，表现出顺从他人的行为、不得罪人的行为、符合社会期望的行为，及忧虑别人意见的行为，以获得别人的称赞；维持人际关系的和谐，使别人对自己有好印象；保护自己的面子，使别人接受自己；避免他人的责罚、拒绝、嘲笑或报复，避免尴尬，避免与人发生冲突。杨国枢又称这种“社会取向”主要是由于个体的自主性弱，表现为四个方面的特征：家族取向、关系取向、权威取向及他人取向。反思灾后临床社会工作所面临的困境，可以从上述的中国传统价值取向中找到根源。

第一，受灾群众在寻求外人专业辅导时会感到羞愧或内疚，许多人有“家丑不外扬”的想法，讲述个人问题时也会有困难。这是由于依据家族取向观念，中国文化中的“自己人”与“外人”是有严格区分的。要接受专家（或一个外人）的帮助，不是一件容易的事，这会让他们觉得自己没有面子，失去自尊。特别是遇到重大灾难时，更是觉得害怕、担心、无望、自卑和有罪恶感。另一方面，社会工作在中国刚刚起步，在灾区首次运用，接受其服务的人很少，许多人尚没有求助的经验。

第二，在灾后临床社会工作实务中，灾区受助者有时会给工作者送礼和摆宴，使社会工作者感到很难处理。“礼尚往来”在中国社会生活中是十分自然且平常的事。“滴水之恩当涌泉相报”、“送礼宴请表示感激”、“送礼宴请会得到比较好的照顾”、“接受他人的善意是给人面子”等观念，在中国社会人际关系之间普遍存在。在灾后临床社会工作实

务中,受助者送礼和宴请,对遵守职业道德的社会工作者而言,是个十分令人头疼的问题。不接受受助者回报的心意,会使受助者以为社会工作者看不起他(她),影响工作关系的建立;但接受了又可能带来日后专业互动上的困扰。如何婉拒又不伤害彼此的关系,成了临床社会工作者专业上的困难。

第三,在灾后临床社会工作服务中,受助者希望与工作者建立“拟血缘”关系,如认干爹干妈或干兄弟姐妹。这是由于中国人的人际关系注重差序格局所致。依据费孝通的“差序格局”理论,人与人之间的关系都是按照亲疏次序来对待的,每个人都有一个以自己为圆心的三层同心圆。在灾后临床社会工作中,由于受助者不清楚要和工作者建立怎样的关系,所以很自然地会套用各种关系,如地缘或裙带关系;如喜欢用“缘”来解释彼此之间的好坏,希望通过“有缘”,相互之间迅速成为自己人,或通过建立“拟血缘”关系来形成亲密互惠的社会网络,希望和社会工作者由第三层的人际关系变为次级的人际关系,再进而成为朋友或更亲近的人际关系。这样,就会造成移情,导致角色混乱和专业关系变质,不利于工作的开展。因此,工作者需要清楚,自己与受助者的关系是有限制的,同时应该在必要时与受助者讨论这个限制。中国文化中的人际关系互动原则与社会工作专业关系的伦理价值存在冲突,值得探讨。

第四,在灾区临床社会工作服务中,常常会发现:一方面,受助者有自我决定的困难,另一方面,工作者常常扮演“权威者”或“专家”的角色。从根源来说,这是由于中国人具有权威取向,社会工作者会不知不觉地运用专业的权威来指导受助者解决问题,形成所谓的专业权威扩张与滥用;受助者也可能会过于依赖工作者的决定,造成对专业的过度依赖。这样会增强受助者的无能感和受控制感,难以积极参与到问题解决的过程中来,使得工作者在培养受助者的自立自主能力上产生困难。

第五,在临床辅导中,受助者较倾向于任务达成,比较少涉及感受的部分。在我们服务的安置点中,有一位老人,地震灾难中有三位亲人遇难,但这位老人始终表现得很坚强,很少在外人面前表达内心的痛苦,只是独自一人时流泪。人们往往认为感受,尤其是负面、消极的情感,如悲伤、恐惧、憎恨及不平的情感,是不好的、不对的。受助者将情

感分为好坏、对错,因此更不容易表达,影响了工作者对受助者内心世界的真正了解与支持。这与中国文化中的他人取向有关:个体顺从他人,偏好与他人的思想、观念及行为相同,约束自己的思想和行为;关注规范,墨守成规地去遵从一般的社会准则;介意自己在他人心目中的印象。因此,在观点、思想、态度及行为上,表现为避免与他人有不同意见,避免公开冲突;再加上害怕负面评价及“失面子”,受助者就更不愿意表达个人的内在感受与情绪了。

### 三、建立适合本土文化的灾后临床社会工作的实务技术

临床社会工作实务技术不能忽视中国社会、经济、文化和环境的影响,特别需要发展本土化的实务技术。

建立平等信任关系的临床技术。经历了不可预测和不可控制的地震灾难后,身历其中的受灾者和目睹者都会遭遇身心的伤害。尽早与受灾群众建立一种有信任和平等的专业关系是首要的。首先,同理受助者在接受专业人员帮助时会有不习惯和矛盾的心理,明确肯定受助人求助时的两难和不习惯的情绪是正常的。社会工作者必须清楚将与受助者讨论的内容保密,以减低受助者的恐惧。若不疏导受助者接受外人协助时所遇到的矛盾,将可能引致他们提早放弃专业人士的协助。其次,倾听、不随意给建议。关怀受助者的生活,询问他们的需要。最后,协助受助者了解临床辅导的方式。许多受助者没有求助经历,因此,向他们清楚地解释协助的结构,可消除他们寻求专业协助时的疑虑,让受助者认识临床辅导的目的和过程,有利于缓解他们的困难。

提供安全和支持环境的临床技术。在地震中亲人突然遇难,在这种没有心理准备的情况下,会给生者带来“未预期的悲伤”,令生者震惊、措手不及,导致生者身体与情绪的极度创伤。再由于中国人的性格特点,受灾者又不轻易在外人面前表达内心的痛苦。如果长时间内心的悲伤得不到表达,就有可能造成心理疾病,给个人和社会带来沉重的负担。因此,需要社会工作者提供安全而又支持的环境,如,陪伴及倾听受灾者“哀伤”的故事,与受灾者一起看逝者的生活照,拜访墓地,参加逝者骨灰下葬仪式等。这些临床社会工作的技术都符合中国文化的特点,可以协助受灾者表达悲伤及不安情绪。在安全而又有支持的环境中,社会工作者还需要缓解受灾者的气愤情绪,协助受助者寻找情绪

的根源。运用焦虑情绪的自我放松训练,协助受灾者缓解和停止因可怕情绪产生的想象循环,协助丧亲者尽快从悲伤中走出来,平复身体和心理上的创伤。

运用非语言及体验性的临床技术。在地震灾难发生后,对于不习惯表达内心的受助者,可以采用非语言临床实务技术,如绘画、音乐治疗等,让受助者从中获得体验和感悟。复旦大学社会工作者服务队在四川省都江堰安置点尝试音乐治疗,通过舒缓音乐引导丧亲者进入冥想放松情景,并让其表达和宣泄内心压抑的情绪,以缓解不良情绪,使其能更快地“走过哀伤路”,在过程中引导受助者释放内心情感的压力。事实上,情感是很真实地存在着,没有好坏、对错之分,是应该被接纳、被疏导的,而不是用理性的思考“想开一点”就可以解决的。中国人喜欢鼓励别人用理智去处理情绪的困难,事实上,当人们遭受挫折和灾难时,若情绪没有被疏导,是难以用理性的态度去面对问题的。因此,工作者需要从内心接纳、爱戴并以善良之心对受助者,运用各种方法协助受助者释放负面情绪,表达内心的真实感受。这些临床经验提示我们,可以根据受助者的不同情况,广泛选用临床社会工作实务技术。

运用赋权(empowerment)发掘潜能的临床技术。赋权是一个让受灾群众获取资源,使他们能对环境有更大的控制,并达到他们期望的过程。从中国人的权威取向来说,受助者希望工作者是“专家”和“权威”。工作者在工作过程中除了要能有技巧地满足这种文化上的期待外,更需要给受助者赋权。赋权的目标是增加受助者个人的、与他人或社会上的权力,从而使他们可以主动采取行动去改善处境。通过赋权的过程,重视获取和运用受助者的意见、资源和强项,促使受助者建立正面自我形象和内在的控制感,帮助他们寻找到适切个人需要和适合他们生活处境的解决方法,以便在专业关系中实现平等、尊重,相信受助者具有潜能。在临床社会工作实践过程中,复旦大学社会工作服务队与当地居民建立了良好的社区关系,组建百姓喜闻乐见的社区群众文化活动,如腰鼓队、象棋队、武术队、合唱队、舞蹈队和编织组等,不仅满足社区居民的需求,促进社区文化的和谐发展和社区群众自治,更进一步推动了社区建设和社区自治。社会工作者本着助人自助的原则,运用专业工作方法,从生理、心理和社会三个层面达到受灾居民的自我完善、社会系统重建的目标。

重视临床社会工作实务技术的社会文化因素,对促进我国灾后社会工作理论和实践的发展具有积极意义。第一,临床社会工作具有恢复损伤的社会功能的作用。面对重大灾难,除了一部分人能自行恢复正常心态之外,大部分受难者可能需要专业人士的帮助,渴望得到照顾与关怀。因此,临床社会工作服务者有责任通过专业手法和技术予以诊断及筛选,对灾后不同人群进行不同程度的危机干预和辅导,促进受灾群众心理的康复。工作者与灾区文化背景相合开展工作,有利于建立工作关系和促进会谈沟通。第二,临床社会工作对预防灾后可能出现的社会矛盾起化解作用。灾难的突发性、破坏性,往往会引起社会的恐慌。例如,灾后的人员伤亡问题、房屋分配问题、医疗服务等问题,处理不好都会引发社会矛盾。社会工作者可以扮演调和及疏导者的角色,用专业的方法和技术进行有效的危机干预,注重中国文化中的人与社会的和谐发展。依据孔子提出的“仁者爱人”,人与人之间的相亲相爱是人的本质所在,把“仁”作为调节人与人之间关系的准则,预防社会问题的产生,恢复和谐社会的生活秩序。第三,临床社会工作对灾后重建具有发展性的作用。临床社会工作运用整合资源的技术,发掘社会资源及启发个人潜能。灾后居民在各个方面都需要重建,包括重建家园、恢复生产、重建心理、重建社会关系网络等。社会工作者不仅要运用助人自助原则,协助受灾群众认识所处环境的种种社会资源及对现有资源作有效的运用,还要认识到传统文化中的人与自然和谐,以及人与社会和谐的思想能够帮助他们重整生活,提升他们的社会生活质量。

责任编辑:高平