离婚家庭青少年的危机与契机:抗逆力视角的探讨

——以美国"新起点"项目为例

田国秀

摘 要: 父母离婚导致孩子出现发展问题,如不及早干预会演化成严重的家族问题和社会问题。如何将父母离婚危机转化成孩子的成长契机,抗逆力框架从保护反应与脆弱反应构成的张力出发,为离婚家庭提供了从危机转化成契机的可能。美国学者探索的"新起点"项目,分别针对离婚母亲、离婚夫妻、离婚家庭子女开展了富有实效性的实践干预,对我国相关领域推进离婚救助、离婚干预、离婚教育等工作,具有明显的借鉴价值。

关键词: 青少年;抗逆力;父母离婚;离婚干预
中图分类号:G78 **文献标识码:**A **文章编号:**1004 - 9142(2017)03 - 0166 - 08

我国的离婚率已经连续 12 年呈现上升趋势[①],由此导致的离婚家庭子女逐年增多,父母离婚引发的青少年问题同样也逐年增多。世界多国的发展经验证明,经济高速发展、人口流动加快、女性就业增多等都会影响家庭生活的稳定,导致离婚率上升。在离婚率不断上升的前提下,如何控制和减少离婚导致的伤害,特别是对儿童青少年的伤害,日益变得突出和重要。

一、离婚家庭青少年遭遇的危机

孩子是父母离婚的直接受害者,特别是处于未成年阶段的儿童和青少年,他们还在人生发展的早期,不具备自我谋生的条件,主要依靠父母养育和管教。父母离婚导致家庭结构解体、家人关系变化,致使青少年情绪情感遭受打击而处于危机之中。

收稿日期:2016 - 11 - 10
作者简介:田国秀,女,北京市人,首都师范大学教师教育学院教授,博士生导师。(北京 100089)
基金项目:教育部人文社会科学基金项目(13YJA840020)。

① 民政部《2014 年社会服务发展统计公报》,2015 年。

(一)离婚问题成为社会问题

1999年,美国人口普查局的统计数据显示,每年有超过150万的青少年遭遇父母离婚。[①] 2005年,美国国家健康统计中心公布的数据显示,有1000万儿童生活在离婚家庭或分居家庭,占总人口的14%。[②] 有学者研究认为,美国儿童的34%将在他们未满16岁之前经历父母离婚。[③]

中国社会的情况同样不容乐观。2015年6月29日中国民政部公布最新统计,"2014年全国共依法办理离婚登记363.7万对,比上年增长3.9%。这意味着自2003年以来,我国的离婚率已经连续12年呈递增状态"。[④] 中国婚姻家庭工作联合会2015年发布的《中国人婚姻家庭安全报告》指出,仅从离婚统计数字来看,其攀升速度令人震惊:从1979年到2012年,全国当年离婚对数与结婚对数之比已从4.7%上升到23.4%,其中,北京、天津、广州等大城市的这一比例已接近或超过30%。[⑤] 2014年7月9日江苏省徐州市鼓楼区人民法院发布公告,"离异家庭未成年人犯罪居高不下,从2010年到2012年判处的未成年罪犯中,单亲家庭的未成年罪犯所占比例分别为40.74%、32.5%、30%,平均为33.33%,已然成为一个较为严重的社会问题,应予重视"。[⑥] "在宁夏女子监狱未成年犯监区采访时发现,单亲孩子未成年犯罪者占总人数的30%。"[⑦]"单亲家庭青少年犯罪案件数和涉案人数逐年增加,收案数从2009年的7件增加到2012年的33件,约是2009年的4.71倍,涉案人数从2009年的17人上升到2012年的53人,约是2009年的30.12倍。"[⑧]

婚姻是公民的权利,结婚、离婚是每个公民的自由选择。然而,当婚姻变得"弱不禁风",家庭解体轻而易举,离婚家庭子女与日俱增的时候,其所引发的社会问题、给少年儿童造成的危害与伤痛正在成为人们担忧的问题。

(二)离婚家庭青少年的危机表现

研究人员将离异家庭青少年的危机表现主要分为两大类:外化问题与内化问题。前者侧重于外在行为问题及其连带性反应,分别为智力学业表现(学习分心、学习困难、厌倦学习、成绩落后、旷课逃学等)、一般偏差行为(扰乱课堂、顶撞老师、破坏公物、吸烟饮酒、骚扰女生、离家出走、网络成瘾等)和违纪违法(校园欺凌、偷盗抢劫、酗酒吸毒、性行为混乱、触犯法律等)。后者侧重于内在心理问题及其连带性反应,一般分为进攻倾向的心理问题(人际冲突、故意破坏、惹事生非、自伤行为等)和退缩倾向的心理问题(情感封闭、与人疏离、恐惧过度、自卑自责等)。[⑨⑩⑪]

近年来,离婚家庭子女的潜在隐患日益受到关注。原因在于,青少年阶段经历过父母离婚的个体,如果得不到及时帮助、关注和干预,即便当时没有出现较为严重的行为偏差或心理不适,也会出现隐蔽或潜在性不适应反应,导致适应不良的滞后性发作,比如恋爱择偶阶段的不顺畅、婚姻生活的不安全感、反复结婚离婚等。呈现父辈婚姻不幸的"代际复制",意味着家族性婚姻的紊乱,对整个家族后代的影响与伤害是巨大的。斩断家族性婚姻动荡的链条,不让父辈的不幸重演,使子辈能够享受到婚姻幸福和家庭美满,既是社会发展的目标,也是个人生活的福祉。

① US Census Bureau, 1999.

② National Center for Health Statistics, 2005.

③ Bumpass L, Lu H - H. (2000). Trends in cohabitation and implications for children's family contexts in the United States. Population Studies,54:29 - 41.

④ 民政部《2014年社会服务发展统计公报》,2015年。

⑤ 《半月谈》专题调研:《离婚率何以"十连增"?》,《半月谈内部版》,2015年第6期。

⑥ 江苏省徐州市鼓楼区人民法院官网2016年7月9日新闻中心公告。

⑦ 张晓慧:《离婚率上升导致单亲儿童增多 犯罪比例远超正常家庭》,《宁夏日报》2014年7月14日。

⑧ 石艳芳:《青少年犯罪何以频发:我国青少年犯罪原因新探》,《青少年犯罪问题》,2014年第1期。

⑨ Joan. P. Yoo. Children With Co - Occurring Anxiety and Externalizing Disorders: Family Risks and Implications for Competence. American Journal of Orthopsychiatry,2009,79(4):532 - 540.

⑩ Jenn - Yun Tein. Development of a Brief Parent - Report Risk Index for Children Following Parental Divorce. Journal of Family Psychology,2013,27(6):925 - 936.

⑪ Wolchik. S. A. Six - Year Follow - up of Preventive Interventions for Children of Divorce: A Randomized Controlled Trial. Journal of the American Medical Association. 2002,288:1874 - 1881.

二、催发抗逆力,化离婚危机为发展契机

"危机"意味着"危险"与"机遇"并存。20 世纪 50 年代之前的发展心理学、心理治疗学较多关注的是"危"(危险),对"机"(机遇、机会)的注意较少,形成了发展心理学研究的"缺陷模式"。理论研究和实务干预的重点都放在识别缺陷——探寻因果——矫治缺陷的链条上。工作目标定位在控制问题、杜绝问题和解决问题。然而,现实经验不断告诉人们:没有问题并不意味着发展良好。人们开始思考:难道人的发展目的仅仅是不出现问题吗?由此开启了 20 世纪 60 年代以来发展心理学领域的一场革命性转变——"能力模式",即心理发展和心理治疗的终点推进到个体能力的形成。抗逆力思想是能力模式中最核心、最具影响力和最具操作性的内容。

(一)抗逆力是一个过程

抗逆力研究走过了一条由分析"特质"到探究"过程"的发展轨迹。20 世纪 70 年代之前,众多研究者将工作重心聚焦于对个体特质的识别与分析,其背后的研究假设是:抗逆力是个体特质决定的,特质好的个体,抗逆力强,特质不好的个体,抗逆力弱。1980 年代初,抗逆力研究的早期代表人物 Garmezy 提炼出抗逆力运作的两个模型:补偿型和保护型,主张两类模型中的关键影响因素都是个体特质。[①] 这之后,深入和拓展补偿因素、保护因素的探讨此起彼伏。

特质类别不胜枚举,每个人的特质秉性都是独一无二的,而且会随着时间环境的不同有所变换。现实生活中我们也发现,同一个人,在有的环境下表现出坚强乐观,在有的环境下却表现出懦弱退缩。这表明,个体抗逆力的强弱高低不仅仅取决于个人因素,同时也是个体特征及其环境交互作用的结果。[②③④] 至此"交互作用"观念进入人们的视野,个体如何与环境互动?个体与环境诸因素如何进入,如何退出?彼此以怎样的机制发生作用?等等。这意味着,抗逆力的研究假设发生了变化。"抗逆力研究的未来任务,正在从回答'是什么'转向回答'如何',重在揭示影响个体适应的潜在过程。"[⑤]"今后的研究尤其要聚焦在复杂的、系统的互动过程的探索,强调抗逆力是一个包含多种过程的现象。"[⑥]

(二)抗逆力是脆弱反应与保护反应的博弈

由关注特质分析到注重过程揭示,标志着抗逆力研究的重心已经发生了转移。研究的重点不再是梳理和罗列抗逆力相关因素、抗逆力决定因素,而是回答:纷繁复杂的影响因素如何相互作用?哪些因素为主?哪些因素为辅?主次因素运作时,工作机制是什么?工作流程是什么?包括哪些环节?20 世纪 90 年代以来,越来越多的研究者开始探究和讨论上述问题。随着研究成果的不断丰富和精细化,"脆弱反应"和"保护反应"的观点逐渐走进人们的视野,并形成比较广泛的认同。"保护反应指的是,高素质个体受到不利环境影响的可能性比较小,甚至会在不利环境下表现得更好。脆弱反应指的是,某些个体(甚至素质较高个体)容易受到不利环境的影响,个体表现随压力增加而下降。"[⑦]脆弱反应和保护反应表示的是个体面对环境压力时,会从两个方向作出回应。脆弱反应代表着比较消极、被动、回避的回

① Garmezy, N. Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. American Behavioral Scientist, 1991,34, 416 - 430.

② Rutter, M. Resilienceinthefaceofadversity: Protectivefactorsandresistancetopsychiatric disorders. British Journal of Psychiatry, . 1985,147, 598 - 611.

③ Werner, E. E. Overcoming the odds. Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 1994,15(2), 131 - 136.

④ Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. E. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. Child Development, 2000,74,543 - 562.

⑤ Masten A. S. Resilience comes of age: Re flections on the past and outlook for the next generation of research. In M. D. Glantz, J. Johnson, & L. Huffman (Eds.), Resilience and development: Positive life adaptations(pp. 289 - 296). New York, NY: Plenum,1999.

⑥ Cicchetti D. & Curtis W. J. Special issue: A multi - level approach to resilience. Development and Psychopathology, 2007,19(3), 627 - 955.

⑦ Luthar S. Vulnerability and Competence: A Review of Research on Resilience in Childhood. American Journal of Orthopsychiatry. 1991,61(1): 6 - 22.

应,保护反应代表着比较积极、主动、趋近的回应。脆弱反应与保护反应构成了一对张力,面对不同的环境压力时,二者此消彼长,此进彼退,成为一个动态滚动的运作过程。究其根本,抗逆力就是两股力量的博弈过程。

西班牙学者 Gema T. Ruiz-Párraga 的研究团队以 229 名创伤后疼痛病人为研究对象,通过问卷调查与个案访谈,采用结构方程模型、相关分析、回归分析等多种统计分析手段,对这些研究被试的抗逆力运作过程进行解析,呈现出七个相关因素的结构关系图(见图 1)。①

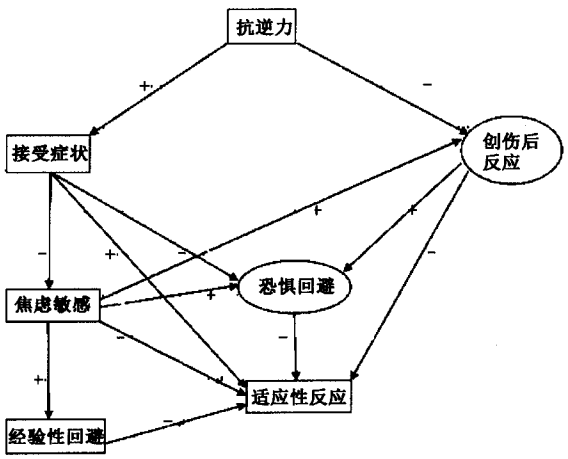


图 1　抗逆力运作过程中相关因素的结构关系

抗逆力表现为两条路径:接受症状与创伤后反应。接受症状意味着个体对自己的压力反应表示接受和承认,不回避、不抵触,内心平静,行为正常。创伤后反应是个体压力后的应激性反应,包括心理和身体两方面,一般是本能层面,意味着个体在理性层面还没有接受。创伤后反应属于脆弱反应,接受症状属于保护反应。

接受症状的最好状态是直接表现为适应性反应,个体正常生活,较少或几乎不经历创伤后波动。但多数人多数情况下没有如此幸运,即使思想和行为上已经表示接受了,还会有偶尔的、短暂的、情境性的焦虑敏感或恐惧回避。出现焦虑敏感时,往往伴有经验性回避,即根据经验做出的回避反应。不过,一定的焦虑敏感或恐惧回避之后,个体最终还是发展到适应性反应。这表明,即使是抗逆力水平优秀的个体,也不是没有胆怯退缩的时刻,遭遇压力、表现焦虑是人之常情,是人的正常反应。再次经历焦虑或恐惧,最终还是表现出适应性反应,一方面表明人具有巨大的弹性和韧性,另一方面表明人能够战胜焦虑和恐惧,这正是保护反应、保护机制运作的结果。

表现为创伤后反应的个体属于脆弱反应为主的个体,意味着面对压力危机时,个体的保护性反应较弱,脆弱反应较强。即便如此,经过较长时间的调整或恢复之后,还是能够形成适应性发展。多数人多数情况下要经过恐惧性回避环节才能进入适应性发展,恐惧性回避并不表明个体无能懦弱,反而是个体从创伤后反应走向适应性反应的缓冲期、准备期或调整期。

如图 1 所示,个体从启动抗逆力到最终达到适应性发展,就是抗逆力的运作过程。期间,脆弱反应与保护反应始终处于互动中。脆弱反应的出现,表面看来可能是焦虑、恐惧、回避,其实质是呈现脆弱、释放压力,从而得以缓冲、积累力量的过程,换个角度看,也是自我保护的过程。

(三)加大保护因素,赢得发展契机

上述分析表明,创伤后反应也是抗逆力工作的一条路径,属于脆弱反应。抗逆力思维之所以没有全盘否定脆弱反应,是因为它的归宿同样是适应性发展。对于绝大多数社会个体而言,遭遇生活挑战(比如父母离婚),出现情绪沮丧、情感消极、生活无序、行为混乱等不足为奇。相比于较多做出适应性反应的高抗逆力个体来说,多数个体需要较长时间的缓冲,多次甚至反复释放压力,经过充足的外界支持与帮助,慢慢走向健康发展。

抗逆力框架区别于传统模式的关键在于,承认脆弱反应的存在与合理性,尤其关注脆弱反应当中蕴涵的能力因素、发展机制和优势潜力,不停留于对脆弱反应本身的阻止、消除或是矫正,而是高度强调发展取向,激活脆弱中的能力部分。脆弱反应与保护反应不是固定不变的,二者始终处于博弈中,都在寻找发展机遇,都在探寻度过危机

① Gema T. Ruiz - Párraga. A Comprehensive Model of Adjustment to Pain in the Co - occurrence of PTSD and Chronic Musculoskeletal Pain : Vulnerability and Protective Pathway. Poster Presented at the 9th Congress of European Pain Federation, EFIC, September, 2015, Vienna.

的契机与路径。保护力量来源于个体与其环境的积极互动,从自身、环境中发掘资源,将各种资源进行有效结合,帮助个体解决困难,脱离困境,找到重新开始的道路。然而,当保护力量弱小或是不足时,个体往往采用脆弱力量,逃避困难,发泄不良情绪,使用不当行为应对危机,导致心理问题或行为问题的出现,如抽烟、酗酒、吸毒、逃学、出走、偷盗、暴力,等等。为此,抗逆力主张的介入思路是——加大保护因素。传统干预模式注重的是消除脆弱因素,工作重心聚焦于不良行为、心理不适、发展不利等消极面,投入大量的人力物力,目标终点是消除问题。随着工作的进展,问题行为确实在减少,但因为青少年的能力没有得到激发,积极正向的人格没有得到形成和巩固,仍然找不到适合自己的发展路径,最后又回到发展不良的老路。加大保护因素选择了另外一个思路,工作重心聚焦于青少年自身及其环境中具有的能力因素和优势因素,促使其组合、搭建、链接,形成正向资源网络。保护因素活跃,脆弱因素削弱,形成一种扶正祛邪的局面。达成的结果是:不仅问题行为逐渐减少,而且能力与资源日渐强大,青少年找到了解决问题的正确路径,找到了自我发展的方向与契机,消极情绪与问题行为就没有存在的必要了。

三、正向干预突显抗逆力的优势:以"新起点"项目为例

"新起点"项目起源于美国亚利桑那大学,这是一项持续多年的研究项目,目标群体是离婚家庭子女,研究目的是探讨如何帮助离婚家庭子女应对父母离婚带来的危机并获得健康发展。[①] 在10多年理论探索与案例积累的基础上,研究团队研发并形成了一套思路清晰、步骤严谨、便于操作的实务干预项目。由研究组派出心理专家和项目助理(在读硕博研究生),分别组合学校老师或社区社会工作者共同推进项目。学校项目以学生为主,成员是离异家庭的孩子,年龄限定在8-15岁之间,以小组工作+个案辅导相结合的方式,邀请父母参加。社区项目以离婚夫妻为主,邀请一位年龄在8-15岁的孩子参加,活动方式也是小组工作+个案辅导相结合的方式。到目前为止,"新起点"项目共形成三个相对独立又彼此支持的子项目,分别针对离婚母亲、离婚家庭的亲子关系、离婚夫妻关系优化具体展开。下面我们结合三个子项目的理念及其运作方式,梳理其抗逆力干预的特点。

(一)帮助离婚母亲修复能力,为孩子健康发展加固基础

根据美国司法实践和社会习俗特点,绝大多数离婚判决以母亲作为首选监护人,这意味着绝大数离婚家庭孩子跟母亲生活。离婚母亲的整体状态直接影响并决定着孩子的生活状况、成长环境和发展方向,为此,"新起点"项目的首要目标人群就是离婚母亲,研发形成"离婚母亲支持项目"。

离婚母亲面临一系列困难和挑战。经济压力:一人养育孩子,经济紧张不可避免;孩子的学业压力:随母亲搬离原有家庭,孩子面对新学校、新同学、新环境,出现诸多不适;单亲母亲的精力压力:一人工作,单独照管孩子,必然会力不从心、心力交瘁;关系压力:与前夫存在诸多问题,解决不利,心存怨恨,进一步恶化关系,甚至波及孩子;心理压力:上述问题都要面对,离婚母亲情绪低落,情感消极,心情不好,会引发明显的焦虑、抑郁、痛苦等心理反应。[②③] 上述表现属于离婚母亲的脆弱反应,是实践干预中不能忽视、不可回避的问题。如果将干预目标定位在消除这些问题,但是如果离婚母亲自己的内在动力、积极潜能、发展优势没有得以激活,消除了旧问题,还会出现新问题。那么,离婚母亲有没有资源和优势呢?干预实践可以依托的力量是什么呢?

"新起点"团队的实证研究发现,几乎所有的

① Wolchik S. A., Schenck C. E., Sandler I. N. Promoting Resilience in Youth from Divorced Families: Lessons Learned from Experimental Trials of the New Beginnings Program. Journal of Personality, 2009,77(6): 1833-1868.

② Amato P. R. The Consequences of Divorce for Adult and Children. Journal of Marriage and the Family, Vol. 62, 2000, 1269-1287.

③ Emery R. E. Delinquent Behavior, Future Divorce or Nonmarital Childbearing, and Externalizing Behavior Among Offspring: A 14-Year Prospective Study. Journal of Family Psychology, Vol. 13, No. 4, 1999, 568-579.

离婚母亲都有两个共性优势:不希望孩子遭受离婚伤害,愿意为孩子付出更多,补偿或减少离婚给孩子造成的创伤;对自己的婚姻失败心存内疚,承认自己有责任,愿意为孩子做出改变。① 这是两个尤为重要的因素,是抗逆力干预的基础与核心思路。帮助离婚母亲重建能力,项目方案如下:工作目标:离婚母亲情感支持、离婚母亲心理援助、离婚母亲困境化解。人员组合:8—10 人组成小组,1 名心理专家和 1 名社工共同带领,配有 1 位项目助理负责流程和组织,一般由相关专业的硕博研究生担任。活动安排:24 次小组干预,每周 1 次,持续半年,期间为每位组员提供两次单独咨询或治疗。活动形式:知识讲授、看录像、小组讨论、角色扮演、书目导读、读书分享、学习资料推荐、亲子对话(邀请 1—2 位孩子与母亲沟通感受和想法)等。理论基础:认知情绪疗法、离婚人士综合测试等。②

(二)促进离婚夫妻优化关系,为孩子健康发展扫清障碍

夫妻离婚意味着家庭结构解体,结构解体是否必然导致功能丧失?若要挽救和保持家庭功能,干预实践从何入手?"新起点"项目坚持的理念是:结构解体并不必然导致功能丧失,前提是家庭关系得以保存和维护,即父子关系、母子关系不应随夫妻关系一同破裂。理论上,亲子关系不会因夫妻关系解体而解体,现实中,由于很多离婚夫妻处理不好婚姻中、离婚后的关系,将孩子卷入纷争,波及到亲子关系,导致孩子不仅遭受父母离婚的伤害,还不断面临父母离婚后的争吵、攻击、敌对或冷战,孩子处于夹缝中,左右为难,痛苦不堪。为了帮助离婚夫妻尽快走出上一段婚姻的阴影,不再彼此伤害,还孩子一个宁静温暖的家庭环境,"新起点"项目创立了帮助离婚夫妻优化关系的项目,分为两个部分:强制部分与自愿部分。

强制部分:与美国多州推行的"离婚教育"项目相结合。"离婚教育"项目的率先发起者是司法部门,针对司法实践中大量出现离婚纷争、孩子受损的现实,许多州的地方法庭在处理离婚诉讼时,将以往的简单判决扩展、延伸为以保护孩子为中心的"离婚教育",强制要求离婚双方接受必要的教育。教育内容包括:法律条文解释、法律程序指导、父母义务、判决依据等。特别加大了离婚双方对孩子的监护与保护,倡导孩子利益首位,本着对孩子负责的立场,调解双方分歧,缩小双方差距,缓和双方关系,达成最佳和解。具体到非监护方包括:探视时间、探视周期、探视地点、探视方式;抚养费的给付时间、给付标准;出席家长会、娱乐安排、周末活动等。监护方包括:配合义务、提供便利、与非监护方交接孩子等,都被纳入到"离婚教育"项目中。③

自愿部分:"新起点"项目达成了与"离婚教育"项目的对接,在法院推行强制要求的前提下,通过心理辅导、情感支持、关系重建等手法,促进离婚夫妻优化关系。④ 项目目标:帮助离婚夫妻优化关系。人员组合:离婚一方或离婚双方都可参加,组建 8—10 人的支持小组;带领员是 1 名心理专家和 1 名社工,1 名项目助理负责组织与流程。活动安排:12 次小组工作,每周 1 次,持续 3 个月,每位组员可以享受两次单独咨询或治疗。活动内容:情绪处理、情感支持;改变错误观念,重新认识关系;反思前次婚姻,自我改变;表达技术、沟通技术、互动技术体验与训练。活动方式:知识讲解、经验分享、看录像、小组讨论、角色扮演、学习材料、读书分享等。

(三)催发离婚家庭子女的抗逆力,使孩子成为发展资源

"新起点"项目的重要部分是与学校或社区合作,甄选离婚家庭的孩子,形成"青少年支持"计划。团队研究发现,父母离婚的孩子可能会经过一段痛苦、迷茫或颓废的日子,出现一系列不良行为。从抗逆力视角看,即使是不良行为也表示

① Sandler I. N. *Effects of father and mother parenting on children's mental health in high - and low - conflict divorced.* Family Court Review. 2008,46:282 - 296.

② Wolchik S. A. ,Sandler I. N. The New Beginnings Program for Divorcing and Separating Families: Moving from Efficacy to Effectiveness. Family Court Review. 2009,47(3):416 - 435.

③ 田国秀:《离婚危害最小化:美国推行离婚教育的做法与借鉴》,《社会科学战线》2015 年第 1 期。

④ Sigal A. ,Sandler I. N. Do Parent Education Programs Promote Healthy Post - DivorceParenting? Critical Distinctions and a Review of the Evidence. Family Court Review. 2011,49(1):120 - 139.

孩子们在为未来发展寻找机会,突破限制,只不过他们采用的是脆弱反应。对青少年而言,如果脆弱反应的时间过长,反复过多,意味着付出的成长代价就会过大。为了帮助青少年尽量少走歪路,减少成长代价,在他们出现脆弱反应的初期及时介入,进行预防性干预,引导青少年学会以保护反应取代脆弱反应,对青少年积极、健康成长会更为有利。因此,"新起点"项目的青少年部分尤为强调预防性干预,一方面是预防脆弱反应大量发生,另一方面是预防青少年在长远发展中复制父辈的消极模式和悲剧生活。项目目标:激活自我抗逆力,使自己成为发展资源。人员组合:8—10 人组成小组,年龄在 8 - 15 岁之间,带领者是 1 位心理专家和 1 位学校社工(或青少年社工),1 位项目助理。活动安排:12 次小组工作,每周 1 次,持续 3 个月,每位组员可以享受两次单独咨询或治疗。活动内容:情绪与情感支持(帮助青少年纾解因父母离婚产生的伤心、悲哀、愤怒、攻击等情绪;通过组员之间的相互理解和沟通,达成情感支持)、认知与观念调整(改变或调整对父母离婚、自我处境、人际关系等方面存在的错误认识、消极观念)、能力学习与训练(训练孩子们在情绪处理、与人沟通、建立关系、保持边界等方面的技术能力)。活动方式:除了适用于成人活动的方式方法以外,加大了绘画涂鸦、手工制作、歌舞表演、心理剧、历奇探险等方式的采用。通过丰富多彩的艺术活动、文体活动,为青少年搭建展示自我、发现自我的平台。在解决问题、完成任务、获得理解的过程中,使青少年证明自己的能力与资源,形成人际网络,自己成为成长资源,为走向积极发展奠定基础。

四、"新起点"项目的效果及其对我们的启示

(一)"新起点"项目具有明显的可操作性

"新起点"项目是理论研究转化为实践干预的典范。理论成果要想服务社会、影响现实,必须转化为具有实践操作性的行动方案,将理论研究的学理观点、核心命题、因素关系、理论框架以及机制流程等转变为人群具体、目标明晰、内容模块清楚、干预步骤明了、承担主体到位、便于落实评估、能够产生实效的运行方案。上述三个子项目既相互支持又彼此独立,介入目标、针对人群各有重点,实际操作有很多共享资源。

(二)"新起点"项目的干预成效

亚利桑那大学"新起点"项目的探索与实践始于 1980 年代中期,时至今日,持续了近 30 年。[①] 研究团队与实务团队始终精诚合作,由大学研究者、社区社会工作者、学校社会工作者、司法系统人员、学校老师、硕博研究生组合形成,既开展研究也从事实务。理论研究的学术观点直接运用于实践,指导干预思路,校订干预方向,支撑干预方案。反过来,源于实务的问题、困难与挑战快速反馈给研究团队,进行有针对性的会诊、研讨与破解,达到实实在在的理论联系实际、理论服务实际、实际推进理论的效果。

项目开展以来,研究团队先后在第 6 年、第 15 年、第 22 年进行过专门的评估性研究。从已经公布的数据可知,项目运行成效喜人,达到了预期的干预目的,对推进美国社会的离婚危机干预、降低离婚伤害、预防家庭关系恶化、促进青少年积极成长,发挥了不可忽视的作用。比如第一次、第二次的评估数据显示,"参与过项目的离婚母亲及其孩子不再以问题心理彼此对待。第一次评估时,3/4 的离婚母亲完成了大学学业。第二次评估时,1/2 的离婚母亲完成了大学学业"[②]。第一次评估结果显示,"参与项目之前,23.5% 的控制组的青少年存在心理问题,项目结束后,这一比率降为 14.8%"[③]。第二次评估结果显示,"项目干预使得母子关系得到明显改善,母亲对孩子的管教能力得到提高,孩子在学校的学习成绩(GPA)

① Wolchik. S. A. Promoting Resilience in Youth from Divorced Families: Lessons Learned from Experimental Trials of the New Beginnings Program. Journal of Personality, 2009, 77(6): 1833 - 1868.

② Wolchik. S. A. The New Beginnings Program for Divorcing and Separating Families: Moving from Efficacy to Effectiveness. Family Court Review, 2009, 47(3), 416 - 435.

③ Wolchik S. A. Six - year follow - up of a randomized, controlled trial of preventive interventions for children of divorce. Journal of the American Medical Association. 2002, 288: 1874 - 1881.

明显提高"①。第15年的评估结果显示"离婚家庭子女的各项指标都呈积极改善趋势,包括内在问题、外在问题、心理混乱状态、饮酒、吸毒、性行为、学业积点分(GPA)和自尊"②。这仅仅是项目成效的很少一部分,但足以说明这是一个效果显著的干预项目。

(三)对我国的实践启示

"新起点"是大学研究者与实务工作者联手打造的实践干预项目。鉴于理论研究的学理导向、研究发现和学术观点已有一些介绍,为避免重复,我们在此侧重于从实践启示方面提出几点想法。

第一,干预目标重在帮助离婚家庭盘活资源。离婚对一个家庭而言,确实是危机,是挑战,但离婚绝不意味着原有的家庭资源全部瓦解,原有的家庭关系全部解体。干预实践中,一定要从积极视角切入,不要纠结于失去了什么,而要关注于还有什么,带来了什么。正如上文所言,离婚母亲会面对诸多困难,但他们渴望补偿孩子,不愿意因为自己的婚姻失败伤害孩子的心愿极其强烈,这就是离婚母亲拥有的优势资源。在此基础上,帮助她们释放不良情绪,调整认知观念,优化亲子关系,增强管教能力,寻求发展契机,这也正是项目命名为"新起点"的缘由所在。

第二,离婚丈夫和孩子都应纳入干预重点。夫妻离婚搅动的绝不仅仅是母亲一方,父亲离家、父子相隔、联系受阻等,都是连带发生的。为了帮助离婚父亲持续与孩子亲子互动,为了督促离婚父亲承担应有的责任,为了帮助孩子选择坚强、自主成长,为了使离婚家庭维护应有的情感关系,专门开设针对离婚父亲、离婚家庭子女、离婚夫妻的项目和内容是十分必要的。"新起点"项目由分别针对离婚母亲、离婚夫妻、离婚家庭子女的三个子项目组成。三个子项目交互推进,彼此依托,保证了干预效果的良性循环。

第三,形成多学科合作互补的工作团队。离婚问题引发的后续反应比较复杂:离婚夫妻的心理紊乱、离婚夫妻的持续交战、离婚母亲的经济困境、子女监护的纠纷混乱、离婚子女的心理伤害、离婚子女的学业受损、离婚子女的行为偏差,等等。这些纷繁问题的介入与解决,任何单一学科、单一人员都会无能为力,务必需要心理学、教育学、社会学、法学甚至医学背景的专业人员联合工作,组建团队,有针对性地进行干预。当然,考虑到绝大多数离婚家庭较多面对的是心理危机、关系危机和成长危机,工作团队的组合应以心理工作者、社会工作者和教育工作者为主。

第四,干预内容要触及到情感、关系和行动层面。离婚当事人需要从上一段婚姻中走出来,通过反思和觉察,汲取教训、认识自我、疗愈情感、增长能力,为下一次婚姻、未来的生活奠定健康基础。由此看来,帮助离婚当事人获得成长,仅有认知层面的调整是不够的,需要针对情绪处理、沟通技巧、关系优化、实践行动等方面加以训练和提高。为此,离婚干预内容的设计不能停留于观念改变和认知调整,而要将认知、情感、行为、关系、能力等各层面加以融合。

第五,小组工作+个案工作是可取的工作模式。离婚当事人需要在认知、情感、行为、关系、能力各层面进行改进和提高,工作团队采用的工作手法需要有深度,触及心理,透视关系,促进体验,引导觉察,现场演练。这些工作适合小组开展,10人左右的规模,使得组员之间、组员与导师之间有机会深入接触,有机会建立关系,有机会充分沟通,才有可能促进当事人深度觉察和改变。当然,每个离婚家庭都有自己的故事,每个离婚母亲都有自己的纠结,每个离婚父亲都有自己的苦衷,每个离婚家庭的孩子都有自己的伤痕,小组为干预对象提供针对性更强的个案咨询和辅导,效果会更好。20多年来,众多大专院校培养的社会工作专业人才应该成为承担此项工作的主力军。

(责任编辑:子聿)

① Zhou Q. Mediation of six - year effects of the New Beginnings Program for children of divorce. Journal of Consulting and Clinical Psychology,2008,76:579 - 594.

② Wolchik. S. A. The New Beginnings Program for Divorcing and Separating Families: Moving from Efficacy to Effectiveness. Family Court Review,2009,47(3),416 - 435.