



创伤经历家庭中的父母照顾与儿童发展

—现阶段上海儿童及家庭心理健康发展的特点及对策建议

张丽伟 韩文瑞

〔摘要〕家庭环境对儿童的心理健康发展具有重要影响力。儿童的父母或者祖父母辈在幼时经历创伤事件后会对其心理健康产生长期持续的负面影响，并有可能威胁家庭亲密关系和父母照顾方式，阻碍儿童健康成长。通过制定有效的政策和提供家庭干预手段，儿童和家庭成员的心理健康问题能够得到预防或者减缓。针对心理创伤事件对家庭的重要影响力，华东师范大学—纽约大学社会发展联合研究中心（上海纽约大学）于2014年对上海儿童和家庭进行了专题调研，课题组按照严格的抽样程序选取了上海17个区县中的7个区县的73个小学一年级的班级作为样本，从总体上分析了中国上海家庭创伤经历的特征和对儿童成长的影响，并提出了相应的对策建议。

一. 研究背景

2015年10月10日是世界第24个世界精神卫生日（又名世界心理健康日），今年世界卫生组织提出的口号是“尊严与精神卫生”，呼吁政府和社会支持和尊重患有心理障碍的人群，为其提供有尊严的心理健康复原环境。世界卫生组织（2014）指出，全世界每十人中约有一人存在精神卫生障碍，但平均每十万人拥有不到一位精神卫生工作者，各国正面临精神卫生的严峻考验。根据中国疾病预防控制中心公布的最新数据，目前中国已诊断的精神障碍患者约有430万人，但另有3000万人的心理健康问题未经诊断，精神疾病成为严重的公共卫生和社会问题。

心理创伤是引发精神疾病的高危因素，指个体在经历伤害事件后所引起的心理、情绪甚至生理上的负面状态。这些伤害事件既可以是因为战争、灾害等，也可能是因为日常生活中的情绪虐待、忽视、暴力或者躯体虐待，或是在幼时经历父母或兄弟姐妹去世，目睹暴力或者谋杀事件，遇到地震或海啸等自然灾害，或者父母离婚等等。轻微的心理创伤经过个体的自我调节可以自动恢复，但较严重的心理创伤则会对个体产生持续的影响力。个体在经历创伤后所经历的心理和精神障碍称为创伤后应激障碍（PTSD）。

成年人的创伤经历不但会影响自身健康，而且其负性情绪还会导致家庭关系紧张，影响对孩子的照顾，对儿童的健康成长产生负面影响。就个体而言，如果不能成功地应

对和处理因创伤事件所引起的负面情绪，就可能不堪重负而产生焦虑、忧郁、创伤后应激障碍（PTSD）和躯体健康的问题。在家庭中，经历过创伤事件的父母或者祖父母则可能会影响儿童的健康成长。幼年经历创伤的父母在成年后容易产生情绪障碍，很难应对孩子的需求，进而忽视对儿童的照顾。而且，创伤经历可能导致婚姻冲突，从而无法为儿童提供安全的家庭环境，间接影响儿童的心理健康。

2014年，我们通过抽样的方法选取了中国上海17个区县中的7个区作为样本，在每个区县选取了1到5个学校，最终选择了17个学校中的73个班级进行调查。被调查家庭涵盖了不同社经阶层，并包括流动家庭。通过对学校教师和家长的问卷收集，根据儿童父母及祖父母的创伤经历、父母和儿童健康状况等方面的研究，本文总结了上海创伤经历家庭中的父母照顾与儿童发展的特点，并针对现阶段上海儿童及家庭心理健康的发展提出了相应的对策建议。

二. 上海创伤经历家庭中的父母照顾与儿童发展的特点

近几十年的西方研究证实父母辈及祖辈的创伤经历对儿童是否有健康的成长过程具有重大的影响力(Hesse et al., 2003; Kaitz et al., 2009; Schwerdtfeger et al., 2013)。中国的近期研究也指出了父母离异、自然灾害等对儿童发展的影响 (Dong, Wang, & Ollendick, 2002; Liu et al., 2000; Liu, Wang, Shi, Zhang, Zhang, & Shen, 2011; Xu, Zhang, & Xia, 2007)，但很少有相关研究证实压力或创伤性事件对中国父母及儿童发展的影响，本研究在一定程度上填补了这方面的空白。根据以往研究，本次调查将创伤或者压力事件定义为幼时经历父母或兄弟姐妹去世，目睹暴力或者谋杀事件，遇到地震或海啸等自然灾害，或者父母离婚。调查显示上海家庭创伤经历及儿童心理健康发展主要有以下几个方面的特征：

第一，多数上海家庭表示父母辈及祖父母辈都未经历过创伤事件。调查结果显示，5%的被调查父母以及9%的祖父母经历过至少一类上述创伤性事件。89%的家庭中父母以及祖父母辈均未经历过创伤性事件，另11%的家庭中（n = 257），24%的家庭中父母以及祖父母辈都经历过创伤性事件，54%表示只有祖父母辈经历过创伤性事件，21%表示只有父母辈经历过创伤性事件。具体而言，在经历创伤性事件的祖父母辈中，50%在童年经历了父母或兄弟姐妹死亡，25%经历了自然灾害，17%经历了父母离婚，目睹暴力或谋杀的占8%。在经历创伤性事件的父母辈，经历过父母离婚的占40%，40%在童年经历了父母或兄弟姐妹去世，目睹暴力或谋杀的占20%，20%经历过自然灾害。

第二，成长于压力环境或经历创伤事件的父母辈，在个人情绪和儿童照顾上显示出更多的负面状态。具体表现为抑郁、身体健康问题和婚姻问题，对孩子有较多负面看法，认为自己有较低的社会地位，并且表示在照顾孩子上有较多困难。例如，评价父母的心理状况时，约 18% 的被调查父母存在抑郁症的风险。在身体健康方面，经历过创伤的父母在过去三个月中较多出现头痛、头晕或下背部疼痛等症状。在“你的孩子很容易相处”和“你的孩子经常不听从你的话”等问题上，经历创伤父母有更多负面评价。这类父母也更多表示婚姻不幸福，很难管教自己的孩子，尤其是很难应对儿童的攻击性行为。

第三，父母或祖父母辈有心理创伤经历的儿童，在身体健康和心理发展上表现出更多弱势。与同龄儿童相比，父母或祖父母辈均有创伤经历的儿童，显示出更多的身体问题，以及外显性（如不顺从、好争吵等）和内隐性（如恐惧、害羞等）问题。具体来说，父母的抑郁症状、身体症状、婚姻冲突以及父母对孩子的负面评价都与儿童的外显性和内隐性问题有显著的相关关系，这一发现也证实了与西方研究的一致性。另外，根据教师的评价，与同龄儿童相比，父母有创伤性经历的儿童表现出更多的情绪和行为问题，如孤僻，注意力不集中和沮丧等。

三. 上海儿童及家庭心理健康发展的对策建议

目前，社会工作和心理干预在中国是比较新兴的专业，由于专业服务的资源较少，且社会对这类专业的认知度低，使得有心理服务需求的家庭很难获得专业的服务。如果创伤经历者在早期未能获得临床干预，成年后就易出现抑郁、紧张等创伤后障碍，并影响婚姻关系和儿童照顾能力。这类家庭中的儿童幼年较易生活在紧张和压力环境中，如果不能有效地缓冲压力，父母的压力就会转嫁给儿童，出现创伤反应的代际转移。针对本次调查的结果，本文提出以下对策建议：

第一，政府应加大对心理健康知识的宣传，增加公众的认知度，减少对心理健康疾病的的社会污名化。在中国，由于多数的心理和精神健康问题都安排住院治疗，固有的文化背景和干预措施使这类问题被社会污名化，阻碍了家庭寻求服务的意愿。减少污名化应由政府发起，创造适宜的社会环境以支持有心理需求的家庭和个人。例如，世界卫生组织于 2001 年就提出“心理健康：停止排斥，勇于照顾”的目标，指出社会应通过适当的政策、立法及服务，减少精神疾病治疗的隔离，并且采取行动减少精神疾病在社

会上受到的排斥，美国也于 2003 年举办消除心理疾病污名化的全国性活动，通过精神疾病更名、减少隔离治疗、增加社会认知度等方式减少心理健康问题的污名化。

第二，建立连接家庭、社区和学校的服务体系，发展学校社会工作。学校社会工作的优势在于能够将家庭、社区和学校有效连接起来，既促进儿童的心理健康发展，又能够培养儿童适应社会的生活能力，实现学校的教育目的。在发达国家，学校社会工作既可以在学校内部设置专门职位，也可以由学校将社会工作服务外包给校外的专业机构，服务包括团体治疗、家庭访问、个案辅导等方式。针对有创伤经历的家长和儿童，学校社会工作者能够及早发现儿童的心理健康危机，找到儿童情绪和行为问题的源头，及时协调教师、家长和社区医生为家庭提供适切的干预服务。

第三，完善社区卫生服务体系，开展针对家庭的社区精神卫生服务。与入院治疗相比，社区精神卫生服务不但更方便家庭获得服务，而且在照顾患者方面更为有效，同时还能发挥家庭支持系统的作用，减少入院治疗可能产生的隔离和忽视。近年来，中国政府也提出了“发展有中国特色的社区精神卫生服务体系”的规划，明确提出将防治工作逐步转移到社区和基层。但是，中国精神卫生的立法严重滞后，仅在上海等大城市颁布了地方性精神卫生法规，社区精神卫生服务体系则不完整。政府应鼓励社会工作者、心理治疗师、精神专科医生等人员合作加入，增加基础设施配备，设置社区卫生服务的标准和管理政策，促进家庭需求和社区资源的有效连接。

第四，鼓励针对家庭和儿童的心理健康调查，通过实证研究，为政策制定和规划提供支持性依据。通过本研究可知，父母和家庭成员的心理健康对儿童的情绪和行为发展有重要影响力，但是在传统的儿童健康检查中，学校和医疗部门通常只关注儿童的身体健康状况，而忽视家庭环境的影响。因而，政府应鼓励建立儿童和家庭的全面健康数据库，掌握儿童的家庭背景信息，这样才能够从家庭系统出发，针对儿童的需求提供相应的干预服务。

作者韩文瑞系美国纽约大学社会工作学院教授、华东师范大学-纽约大学社会发展联合研究中心（上海纽约大学）共同主任。

作者张丽伟系美国纽约大学社会工作学院在读博士生。

参考文献

- Dong , Q., Wang, Y., & Ollendick, T.H. (2002). Consequences of divorce on the adjustment of children in China. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 31*(1), 101-110.
- Hesse, E., Main, M., Abrams, K. Y., & Rifkin, A. (2003). Unresolved states regarding loss or abuse can have “second generation” effects: Disorganizing, role inversion, and frightening ideation in the offspring of traumatized, non-maltreating parents. In. M. F. Solomon & D. J. Siegel (Eds.), *Healing trauma: attachment, mind, body and brain*. (pp. 57-106). New York: W. W. Norton.
- Kaitz, M., Levy, M., Ebstein, R., Faraone, S. V., & Mankuta, D. (2009). The intergenerational effects of trauma from terror: A real possibility. *Infant Mental Health Journal, 30*(2), 158-179.
- Liu, M., Wang, L., Shi, Z., Zhang, Z., Zhang, K., & Shen, J. (2011). Mental health problems among children one-year after Sichuan earthquake in China: A follow-up study. *PLoS ONE, 6*(2), e14706. doi:10.1371/journal.pone.0014706.
- Liu, X., Guo, C., Okawa, M., Zhai, J., Li, Y., Uchiyama, M., Neiderhiser, J.M., & Kurita, H. (2000). Behavioral and emotional problems in Chinese children of divorced parents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 39*(7), 896-903.
- Schwerdtfeger, K. L., Larzelere, R. E., Werner, D., Peters, C., & Oliver, M. (2013). Intergenerational transmission of trauma: The mediating role of parenting styles on toddlers' DSM-related symptoms. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 22*(2), 211-229.
- WHO. (2014). *Mental health atlas*. Available at http://www.who.int/mental_health/evidence/atlas/mental_health_atlas_2014/en/
- Xu, A., Zhang, J., & Xia, Y. (2007). Impacts of parents' divorce on Chinese children: A model with academic performance as a mediator. *Marriage & Family Review, 42*(3), 91-119.



NYU-ECNU
Institute for Social Development
at NYU Shanghai