

社会工作介入城市社区独居老人的个案研究

——基于心理社会治疗模式视角的分析

肖雅楠

(内蒙古科技大学文法学院, 内蒙古包头 014000)

摘要: 社会工作作为一种专业的助人服务活动, 具有很多专业理念和助人方法, 在城市社区独居老人的个案工作中, 运用心理社会治疗模式的治疗技巧, 通过直接介入与间接介入相结合的治疗方法对案主进行专业服务, 有效改善了与案主的人际交往关系, 帮助案主缓解了心理压力, 提高了老人的自我认同感, 使老人重拾生活自信。本文以内蒙古包头市X社区的L老人作为个案研究对象, 基于心理社会治疗模式视角, 对社会工作介入城市社区独居老人服务问题进行了研究。

关键词: 心理社会治疗模式; 城市社区独居老人; 社工介入

中图分类号: B844.4

文献标识码: A

文章编号: 2096-4609 (2020) 02-0243-002

城市社区独居老人作为一个社会中比较独特的弱势群体, 为其提供服务具有特殊性和复杂性。引起城市社区独居老人各种问题的原因也是多方面的, 做好老年社会工作要从具体实际出发, 整合各种资源和多方力量, 通过直接介入与间接介入相结合的治疗方法对案主进行专业服务, 有效改善与案主的人际交往关系, 不断提高老人的自我认同感, 使老人重拾生活自信。

一、案例陈述与资料收集

(一) 案例陈述

李大爷, 75岁, 内蒙古包头人, 退休前为某小学校长, 老伴在三年前不幸中风瘫痪在床, 生活无法自理。2018年初, 老伴再次中风, 治疗无效去世。李大爷家中三个孩子均已成家立业, 只有三女儿与其在老家生活, 另外两个儿子常年在外地工作。2018年底, 在南京居住的大儿子将父亲接到身边照顾, 发现父亲情绪很不稳定, 时常怀疑自己患有痴呆症, 或者得了其他重病。大儿子带老人到社区医院进行检查, 结果显示老人只是血糖不稳, 其他指标基本正常。但老人不接受检查结果, 认为该医院检查不够准确。2019年初, 子女们经商量把老人送至其所在社区的养老服务站, 并求助于社会工作者, 工作者于2019年3月接案, 与李大爷建立了工作关系。工作者每周一至周五下午3点至5点对李大爷进行情绪、心理等方面的辅导。

(二) 资料收集

1. 文献法

通过搜集查阅大量国内外学者对于老年心理问题研究的相关书籍和论文期刊分析整理、归纳总结, 并对个案工作中心理社会治疗模式的理论假设和治疗技巧加以梳理, 学习借鉴他人的有益经验, 最终得出自己的结论。

2. 访谈法

通过与案主子女及养老服务站工作人员沟通初步了解案主的基本情况, 并进一步与服务对象面对面交流, 深入了解案主问题, 把握案主内心真实感受和外在情绪的变化, 与案主建立信任关系, 在接触案主过程中继续搜集其他相关资料。

二、问题判断与介入目标

(一) 主要问题

1. 不能直面现实, 情绪不稳定

通过访谈了解到, 案主与老伴多年来感情深厚, 老伴的去世给他带来很大的打击, 每每提到老伴都难以掩饰心中的悲痛, 一直未能从痛苦的阴影中走出来, 从而对情绪产生负面影响, 加上缺乏子女陪伴, 与子女相互联系的频率很少, 老人内心常感到落寞, 容易烦躁不安, 产生孤独感和失落感。

2. 过度关注自己的身心健康, 对自身感觉作出不切实际的病态判断

由于老伴去世前身体状态很差, 并且多次中风甚至瘫痪在床, 导致案主对于疾病产生强烈、持续的内心恐惧感, 对疾病的心理恐慌带来的焦虑、多疑致使疑病心理恶性循环。

3. 身体缺乏锻炼, 精神不振

随着年龄的增长, 老年人身体机能下降同时由于身体缺乏日常锻炼, 身体器官的结构与功能也发生了衰退性变化, 体质的下降使得心理活动也受到一定影响, 伴随有情绪低落、精神较差等症状。案主血糖不稳, 容易引起机体代谢功能紊乱, 加之B族维生素的缺乏, 进而影响神经系统的稳定性, 出现脾气暴躁、喜怒无常等现象。

4. 与外界交往减少, 性格日趋内向。通过与案主的子女及社区邻居的交流中了解到, 案主在老伴生病后一直陪在身边照顾, 很少与外界来往, 社会交往逐渐减少, 老伴去世后, 案主缺少有效的

朋辈支持系统和情绪宣泄出口, 容易产生焦虑、孤独和多疑等不良反应影响心理健康, 出现怀疑、猜忌、人格偏执等现象。

(二) 介入目标

1. 让案主尽快认清现实, 帮助老人尽快走出失去老伴的悲伤情绪, 适应新的生活环境。

2. 带案主去市中心医院对身体进行全方位检查, 消除疑病顾虑。

3. 为案主安排一定的身体锻炼, 增强身体素质。与案主聊天, 同时促进案主积极参与到人际交往中去, 与他人沟通交流。

4. 鼓励案主主动给子女打电话, 并联系案主子女常回家看望老人, 增强彼此间的亲情感, 缓解心理压力。

三、理论基础与治疗方法

(一) 理论基础

1. 概念界定——城市社区独居老人就当前有关独居老人的研究而言, 学者对独居老人的具体界定尚未统一, 在研究独居老人时大致有以下两种见解: 首先没有孩子或照顾人的, 即使夫妻双方均在仍旧属于独居老人; 其次不和孩子或照顾人居住的, 同时出现丧偶情况的方才属于独居老人(王贯新, 2012)。结合城市社区的实际情况, 本文将城市社区独居老人定义为生活在城市中那些年龄在60岁以上, 独自居住且身边无子女和其他亲人照料的丧偶老人。

2. 个案工作

作为社会工作的重要方法之一, “个案工作是帮助个人和家庭减轻压力、解决问题, 是通过建立与当事人彼此合作的和谐关系, 充分调动当事人本身的潜能与积极性, 运用其本身及外部资源, 帮助当事人成长”(王思斌, 1999)。

3. 心理社会治疗模式

本文老年个案社会工作采用心理社

会治疗模式。心理社会治疗模式关注个体发展过程中的生理、心理和社会三个因素共同作用、相互影响,该模式强调“人在情境中”的理论范式,把人放在特定的环境考察,包括人的层面、环境的层面和人与环境的关系层面,检视人与环境之间的互动以及这种互动带来的结果。该模式包括直接治疗和间接治疗两种主要治疗技巧。直接治疗是指直接对服务对象进行辅导和治疗,间接治疗则通过发掘和调动案主的支持网络,改善服务对象的外部环境,为案主提供稳定的支持和帮助。

(二) 治疗方法

1. 直接介入

(1) 带案主去市中心医院进行全面体检,让案主清楚自己的身体状况,并对案主定期进行身体检查,进一步消除疑病顾虑,积极对案主进行情绪上的疏导,鼓励案主适量运动,锻炼身体并放松心情,帮助案主转变观念,逐步与案主建立相互信任的关系,使其相信在未来的日子里坚持合理饮食和定期锻炼身体一定会越来越健康。(2) 采用怀旧的治疗方法介入,运用描述、探讨和疏通的反映性技巧,引导案主讲述过去,与案主一起探讨其早年在事业上取得的成就,回忆工作中的乐趣,帮助案主修正自我认识,找回失落已久的尊严,增强自我认同感,重拾自信,建立信心适应现在的生活环境和生活方式。(3) 运用鼓励、倾听、了解、接纳和同理等支持性技巧,鼓励案主表达内心真实想法,排解内心压抑许久的负面情绪,宣泄对现实生活的不满,减轻心理压力,降低案主的焦虑感与不安感,帮助案主厘清自己的问题,同时正视这些问题,用积极的态度面对未来的生活。(4) 通过强调、鼓励和提议的方法介入,鼓励案主增加与子女的交流,坦然接受子女在物质上的回报,认可子女的孝心。同时鼓励案主克服心理障碍,积极参与社区组织开展的老年活动,一方面主动与他人交流,在人际交往中接纳新朋友,另一方面培养兴趣爱好,丰富日常精神文化生活。

2. 间接介入

(1) 建立家庭支持网络。定期与案主子女联系,反映案主在每个治疗阶段的生活状况和心理状态,同时鼓励老人的子女能够积极主动地与父亲打电话沟通联系,经常回家看望老人陪伴老人,让老人感受更多来自家庭的关心与爱,从而更快地适应目前的生活环境和生活方式。(2) 建立社区支持网络。与案主所在社区的邻居进行沟通,希望得到大家的支持与帮助,改善邻里关系。同时,

鼓励社区组织邀请案主参与社区开展的实践活动,并引导案主尝试在活动中发言,及时与大家交流内心感受并分享活动经验,在提高案主人际交往能力的同时增强自我价值感。

四、预防措施与反思建议

(一) 预防措施

1. 老人要养成良好的生活习惯,保持愉悦的心情。饮食清淡,忌辛辣油腻,多吃蔬菜水果,补充维生素,保持良好的心态和稳定的情绪。

2. 进一步巩固家庭支持网络和社区支持网络。一方面推动代际沟通与代际共享,维护和促进老年人心理健康;另一方面要鼓励和引导社区老人积极参与到社区治理中去。

3. 鼓励老年人实现自助与互助。注重吸纳老年专业人才,在增加老年人收入、提高生活质量的同时,增强其自我价值感,实现助人和自助。

(二) 反思建议

1. 工作反思

(1) 增强专业知识,提升服务能力。在介入老年社会工作服务过程中,为避免陷入伦理困境,就需要社会工作者具有扎实的理论知识和一定的专业水平,社会工作者要接受继续教育,不断强化专业知识,学习治疗技巧,提升服务能力,综合运用个案、小组和社区的社会工作方法,将社会工作理论与实务工作相结合,从而达到更好的服务效果。

(2) 注重专业引领,优化资源整合。社会工作者不是万能的,不能脱离社区、社会组织以及老年人社会支持网络的帮助,在对社区老年人展开服务的过程中,既要专业化引领,发挥自身的专业优势,又要积聚国家、社会和社区各方面的力量,挖掘、整合和利用各种可用资源。

(3) 根据具体情境,做出伦理选择。心理社会治疗模式要求社会工作者在个案工作中要遵循案主利益首要原则,坚持个别化、案主自决、保密和不批判态度等原则,但在老年社会工作实务的开展中要充分考虑老年人的独特性,制定适合服务对象的服务计划,不能离开具体情境奢谈社会工作者的职业伦理。

(4) 结合其他理论,提高分析能力。尽管心理社会治疗模式在个案实务工作中解决问题方面存在一定优势,但老年社会工作具有一定的特殊性和复杂性,为更有效地服务案主,达到更好的治疗效果,社会工作者在老年个案工作中还需要借鉴社会工作的其他理论,综合运用多种方法实施治疗,帮助案主解决问题,改善案主状况。

2. 改进建议

(1) 成立老年社团组织,丰富老人的精神文化生活

通过老年社团组织为社区老人提供一个更广阔的开展活动和互助交流的平台,构建稳定的社区支持网络,满足老年人日常文化娱乐活动多样化的需求,将老有所养、老有所乐真正落到实处。

(2) 开办社区老年心理咨询和情绪疏导机构,完善老年人社区心理健康服务。通过义诊、心理咨询等促进老年人身心健康,对社区老人心理问题做个案辅导,观察老人日常心理健康状况,及时对老人心理存在的问题进行疏导,进一步提升社区老年工作服务质量,提高社区养老服务质量。

(3) 以专业化引领,推行项目化运作

坚持需求导向,从老年社会服务需求出发,设计并开发有关服务项目,择优立项,专业推进老年社会工作的创新与发展,不断完善社区老年工作服务体系,为社区老人提供更优质的、更专业的社区社会工作服务。

(4) 大力培养和发展老年社会工作专业人才,提供专业化服务

加快老年社会工作专业化社工人才队伍的建设,着力培养既有理论素养又有实务能力的社会工作专业人才队伍提供人才支撑,鼓励更多的人加入老年志愿服务工作中来,充分发挥社会工作者与社区志愿者服务队伍的积极作用,为需要帮助的老年人提供有益的服务。

五、结语

社会工作作为一种专业助人服务活动,具有很多专业理念和助人方法。解决城市社区独居老人问题,需要社会工作者从具体情境出发,认真加以研究,积极整合各种资源,采取各种有效措施,不断提高老年社会工作的服务质量。

【参考文献】

[1] 吴帅. 社区独居老人的个案工作案例分析——基于心理社会治疗模式与认知行为模式分析视角[J]. 法制与社会, 2019(22): 129-131.

[2] 王贯新. 中原地区农村独居老人的社会支持研究——对河南省L市N村的个案调查[D]. 上海: 华东理工大学, 2012.

[3] 杜鹃. “心理社会治疗模式”介入老年个案社会工作[J]. 社会工作半月(理论), 2010(2): 12-14.

[4] 牟美, 张策. 心理社会治疗模式在老年个案中的运用及反思[J]. 社会工作半月(理论), 2008(12): 27-28.

【作者简介】肖雅楠(1994-), 女, 2019级社会工作硕士研究生在读, 研究方向为民族社会。