

汶川大地震

广州心理专家赴川“救心”

“不想活”“不敢面对”念头重 专家称心理治疗不能急

时报讯 (记者 薛冰 实习生 莫翠莲) 四川不少灾民存在“不想活”、“不敢、不愿意面对灾难”念头,赴川的广州心理专家团专家表示,对灾民的心理治疗不能急。

5月19日晚上7点30分,国家教委心理学教学指导委员会委员、中国心理学会常务理事、华南师范大学副校长莫雷教授带领的31名博士硕士和工作人员等组成的心理专家团已经到达四川成都。昨日早上7点起,穗专家团开始了有组织的心理辅导工作。对穗心理专家团在川的生存环境以及他们工作期间遇见的情况,记者会连日作追踪报道。

在成都郊外金堂县医院里,一个两岁四个月大的小男孩额头受伤,缝了19针。他对旁边哭泣的妈妈说:“妈妈你不要哭,我长大了要当医生,你要勇敢一点!”小男孩的母亲说:“我儿子比我勇敢,如果他出了什么事情,我都不想活了。”心理辅导专家告诉记者,灾区里面很多人都有“不想活”的念头。一些失去了父母、姐妹的青少年心理障碍特别严重,失去子女的父母“活下去没有意思”的念头更加



在地震灾民安置点中,来自全国各地的心理咨询师积极地给儿童进行灾后心理干预。特派记者 巢晓摄

严重。可是目前灾区心理援助队伍力量很不足,还需要更多的支援队伍过去进行心理辅导工作。

此外,四川灾民还普遍存在“不敢、不愿意面对灾

难”的心理情况,上至成年人下至小孩子。温博士问小男孩:“你害怕吗?”小男孩迅速把头一别,扭开头不回答问题。温博士解释说,即使是小孩也会产生震后心

理封闭症,他们潜意识里把对灾害的恐惧感藏在心中,不愿意勇敢地去面对和解决,这种心理问题长久下来就会变得非常危险。最后,小男孩在心理专家的引导下

不仅说出了自己现场看到的地震情况,还娇滴滴地说:“头还很疼呢,我其实很怕的!”小男孩最后还一脸期待地说:“哥哥,你们还会不会回来看我啊?”

第四批援川志愿者赴绵阳

时报讯 (记者 张玉琴 实习生 周秋敏 通讯员 黄红英 梁雄文) 作为全国第一支奔赴四川灾区的志愿医疗队,广州援川志愿者都江堰医疗救护分队以开设“腹泻门诊”、“发热门诊”、“120急救”等方式,已“零距离”服务灾区人民5000余人次。前天下午,由11名心理专家志愿者组成的第四批广州援川志愿者又踏上了绵阳服务之旅。

根据支援服务队从四川灾区传来最新消息。都江堰市人民医院抗震救灾临时安置点卫生防病工作组31名组员中,就有来自广州援川志愿者都江堰医疗救护分队的6名队员。

另外,为了让市民了解灾区的情况,广州一支心理支援服务队开设了公开邮箱(jiuzai@corp.21cn.com, 密码123456),另外一支心理救助服务队还设立了一个名为“天使的羽毛”QQ空间(http://770860005.qqzone.qq.com/),为市民与一线的救助人员提供了互动交流的平台。

对灾民心理治疗不能急

这是心理专家团队队员温博士成功引导的一个心理辅导案例。温博士说:“目前,灾区存在很多这样的例子,受害人在心里深深地埋下了恐惧的阴影。如果得不到及时开解,他们的心理障碍就会越来越严重。”温博士进一步解释,心理辅导不是单纯用

嘴巴说话,更讲究的是用心,要运用专业的心理知识一步一步地对受害者进行心理引导,温博士说对灾民的心理治疗不能急。

此外,心理援助还需要做好“回访”工作。据了解,广州的心理专家团昨晚开始已经在商量部署回访工作。专家组初步决定,

在8天的志愿工作结束后,会留下一部分专家在灾区继续跟进心理辅导对象的情况,并有组织地对四川妇联工作人员进行心理技巧培训工作。此外,队员们会按照实际情况留下个人联系方式、邮箱、地址等方式,突破空间局限性进行回访工作。

灾民的地震认识很薄弱

温博士建议:“很多灾民对地震认识不够,国家应该着手开展全国性地震知识普遍教育的工作。”据了解,××学校初三女生

班里36人只有9人活下来,主要是因为及时逃离现场。初三女生回忆,上课两分钟前同学们就感觉到了楼房在摇晃,桌子椅子

都在移动,但有同学站起来说:“大家不要动!还有两分钟就上课了。”很大部分同学都没有及时地意识到,这其实是地震。

1/4 灾民有急性 应急心理障碍

据新华社电 四川绵阳南坝镇中心小学一位7岁的小女孩这些天整日都处于高度敏感的状态。稍有风吹草动,她就高喊“又有地震了”,晚上睡觉时也经常从尖叫中醒来。“根据我们的了解,灾区大约有四分之一受灾群众存在心理障碍,心理干预时不我待!”正在四川平武县开展心理救治的专家赵国秋说。

小女孩对专家只有一个要求,能让她永远忘记这些场面。心理专家赵国秋说,出现这样过度警觉敏感的情况,是由于小女孩经过这次灾害后,极度缺乏安全感。

来自浙江的赵国秋是全国知名的心理干预专家,目前和其他9位来自浙江的心理干预专家一起,在四川平武县对在地震中遭受严重心灵创伤的民众开展心理救援工作。“我们逐个访问过去,发现约有1/4的人有急性应急心理障碍。”而此前,他对在四川江油人民医院的伤员和孤儿进行心理危机评估后,发现约有1/3的人存在较为严重的心理障碍。

灾后心理危险期为事发后的3个月至1年。灾难过后,及时跟进的心理援助和干预能起到舒缓压力、疏导情绪的作用,如不及时干预,有高达30%至40%的人会进入慢性状态,甚至终生与痛苦相伴。赵国秋说,从这一点而言,抚平心理的创伤和治愈肢体的创伤同样重要。



图为意大利的志愿者在和伤员开心地玩扑克。志愿者的加入能帮助孩子们尽快从地震的阴影中恢复过来。

特派记者 黄立科 摄

现场心理治疗实录:

“我治疗好了以后,再也不去学校读书了!”成都市郊外金堂县一家镇中学初三女生斩钉截铁地对心理专家温博士说。这位女生和她读初中的妹妹从重灾区的废墟中一同被救出,现在在县医院接受治疗。初三女生班上共有36位,她是9位幸存者之一。她的胸部和左腿都受到较重的伤害,直到昨晚才和家人取得联系。

受伤女中学生:“我治疗好了以后,再也不去学校读书了!”

温博士:“为什么呢?你害怕什么?”

女生:“我怕自己会死去,本来今天我有一个同学生日的,可是她却不在。”

温:“教育部会给你们盖很安全的教学楼的。”

温:“你初三了,拿到毕业证不读书或者还可以找一份工作,可是你有没有想过读初中的妹妹呢?她不读书会有毕业证吗?”

女生:“没有。”

温:“没有毕业证可以找到好工作吗?”

女生:“不可以。”

温:“那么怎样才能找到好工作呢?”

女生:“读书。”

温:“那么妹妹需要你帮助吗?”

女生:“需要。”

温:“你自己是否也要读书了才可以更加好地帮助妹妹呢?”

女生:“是。”

相关新闻

心理专家团队一夜三易睡地

“20号零点到凌晨5点30分,我们团队一共换了三个不同的地方睡觉!”该团心理专家温博士告诉记者。前日晚上7点30分,团队到达四川成都,成都四川师范大学为专家团安置好了住宿地方,队员们暂时住在学校地震损伤度较轻的宿舍楼里。当晚12点,队员们正准备睡觉,忽然听到校园里广播一则紧急通知:“今晚可能发生4级余震,请紧急疏散人员!”温博士告诉记者,当时有些队员刚脱了一半衣服、一个袜子,他们来不及整理好仪容就要被迅速疏

散了。

“宿舍楼还是存在一定的危险性,于是我们卷好被铺去到了校园的空旷处。”温博士介绍,整个校园几乎都是房屋倒塌后破碎的景象,很难找到一处平坦的地方睡觉。情急下,团队只好找了一块房屋倒塌后遍地碎瓦片、碎砖头的露天泥地安顿下来。50多岁的莫雷教授以及其他年纪较大的老师,也和学生队员一起睡在碎瓦碎石堆上。

当他们准备睡觉的时候,忽然接到四川师范学院老师的“好消息”:“你们

可以转移到学校图书馆旁边草地那块比较安全的地方去睡觉。”队员们一阵欢呼之后又沉默了,因为图书馆草坪是四川师范学院学生地震间长期的“扎营小寨”,四川学生却执意要把地方让出来给心理团队睡。一位同学说:“你们更加需要它,因为你们要储备好精力帮助四川的灾民啊!”

温博士告诉记者,夜间睡觉男队员都会轮流值班,第二天凌晨5点30分就起来工作,白天几乎不休息,连吃干粮都是利用坐车的空档时间。