

小组工作介入改善亲子关系的实务研究

卢嘉怡 任晓娜 陈曦*

北京农学院

DOI:10.12238/mef.v8i9.13029

[摘要] 大量的心理学研究表明,推动孩子成长最重要的因素是良好的亲子关系,它不仅是孩子情感发展的摇篮,也是其认知、行为和社会能力塑造的关键。而不良的亲子关系会危害儿童的成长,带来心理、行为层面的诸多问题,同时也会影响孩子的人际交往和社会支持网络。本文分析了当前亲子关系存在的问题与需求以及社会工作介入亲子关系这一领域的相关研究,介绍了小组工作如何介入改善亲子关系问题的过程,最后进行了总结与反思。

[关键词] 小组工作; 亲子关系; 家庭; 实务研究; 社会工作

中图分类号: DF552 **文献标识码:** A

Group work is involved in the practical research to improve the parent-child relationship

Jiayi Lu Xiaona Ren Xi Chen*

Beijing University of Agriculture

[Abstract] A large number of psychological studies show that the most important factor to promote children's growth is a good parent-child relationship, which is not only the cradle of children's emotional development, but also the key to their cognitive, behavioral and social ability shaping. The bad parent-child relationship will harm children's growth, bring many psychological and behavioral problems, but also affect children's interpersonal communication and social support network. This paper analyzes the current problems and needs of the parent-child relationship and the related research of social work involvement in the parent-child relationship, introduces the process of how the group work is involved in improving the parent-child relationship, and finally summarizes and reflects.

[Key words] group work; parent-child relationship; family; practical research; social work

亲子关系在青少年成长的三大核心社会关系——亲子关系、师生关系及同伴关系中占据首要地位,对青少年的身心发育具有深远影响。研究表明,良好的亲子关系能够显著提升青少年的自尊水平、情绪调节能力和社交技能,而不良的亲子关系则可能导致青少年出现焦虑、抑郁等心理问题。不仅如此,家庭作为个体社会化进程中的首要场域,不仅是青少年最初的生活环境,更是其人格塑造和心理健康发展的重要基石,在这一过程中,父母作为孩子接触最频繁、影响最直接的关键他人,其教育方式、互动模式及情感投入程度,都将对子女的性格特质、品德修养及能力发展产生深刻而持久的影响^[1]。媒体频繁报道的青少年犯罪与自我伤害事件,进一步凸显了亲子关系与青少年问题行为之间的紧密联系。前苏联有位学者指出,亲子关系影响着中小学生的心理健康,正是在这一时期奠定了他们的心理健康的基础。陆洋和风笑天(2022)基于中国教育追踪调查(CEPS)数据分析,从三个不同角度深入探讨了不同社会阶层家庭间亲子关系的差异,并验证了家庭结构对亲子关系的具体影响。其研究表明,高社会经济地

位家庭亲子关系更亲密,而分居、冲突或单亲家庭亲子关系更疏离^[2]。由此可见,家庭结构对于亲子关系有显著影响。这一研究结论不仅证实了家庭结构对亲子关系质量的显著影响,也为理解当代青少年心理健康问题的家庭根源提供了重要的实证依据。

1 现阶段我国亲子关系问题与需求分析

亲子关系问题处理不当可能会导致亲子间冲突加剧、家庭氛围紧张、亲子依恋减弱、子女心理健康受损、父母教养方式不当等危害。吴念阳和张冬昀(2004)采用亲子关系测验(PCRR)和SCL-90量表研究349名青少年的亲子关系与心理健康状况,发现不良的亲子关系可能会导致儿童产生抑郁、敌对、强迫症、焦虑症、人际关系不佳等心理健康问题^[3]。

本研究以B市F社区中存在亲子关系问题的家庭为研究对象,首先采用随机抽样的方式选取其中的10组家庭,其次通过社区社会工作者初步了解这10组家庭的基本情况,最后采用问卷调查法、深度访谈法和观察法了解社区亲子关系现状,主要包括其家庭状况、亲子关系状况以及所面临的问题和需求。

1.1 目前社区内亲子关系的主要问题

陪伴时间不足。现代职场要求和生活压力导致父母经常忙于工作,导致孩子缺乏关爱和陪伴,从而影响心理健康和成长,加剧亲子关系紧张。

互动质量不高。部分父母陪伴时心不在焉,未真正投入其中,从而影响亲子关系且可能对孩子产生负面影响。

家庭教育模式不当。传统“长幼尊卑”观念及“望子成龙”期望导致父母忽视孩子情感需求,造成情感疏离和心理鸿沟;隔代陪伴的差异加剧亲子关系紧张。

互相理解缺乏。语言、情感沟通障碍及价值观差异导致亲子间信息传递不畅,父母对于孩子的期望与现实不符引发矛盾和误解。

1.2 对于增强亲子关系的需求分析

1.2.1 学习亲子沟通技巧

社区中存在亲子沟通不足、理解缺乏、孩子情感需求得不到满足等问题。据调查,尽管70%的亲子都有沟通的意愿,但因父母工作繁忙、表达障碍及子女青春期因素而导致矛盾频发。因此,加强亲子间的有效沟通至关重要。

1.2.2 提供亲子互动场所

据了解,目前80%的家庭亲子互动质量不高,互动场景常被忽视。社区虽有基础设施和儿童之家,但利用率低,85%的家庭未参与过相关活动。然而,许多家庭表示非常愿意参加社区亲子活动,以增进亲子关系,学会更好地陪伴孩子。

1.2.3 增进亲子间相互理解

城市社区中,孩子易沉迷于电子游戏和电视,父母则因工作忙碌而陪伴不足,导致互相理解缺乏。在前期调查中,2/3的孩子不了解父母的具体工作。因此,增进亲子间的互相理解是提升亲子关系亲密度的重要步骤。

2 改善亲子关系问题的相关研究与社会工作介入

2.1 社会工作介入改善亲子关系问题的相关研究

国内外学者运用不同方法改善亲子关系。祝青(2018)采用萨提亚联合家庭进入模式,从家庭问题、关系构建、整合三方面进行个案工作干预^[4];蔡贺真、郭淑静(2024)也基于萨提亚模式对小学生亲子关系进行个案辅导,重塑家庭互动模式和家庭系统^[5];高原学者(2024)运用个案研究结合优势视角理论,结合无结构访谈和参与式观察的方法,介入分析单亲家庭亲子关系障碍,助力其恢复正常的家庭运作功能^[6]。国外同样运用萨提亚模式来缓解家庭负面情绪,改变亲子间沟通模式。Carrier Jenny(2002)等发现,萨提亚家庭治疗模式对学龄前儿童的母亲具有显著的积极影响^[7]。通过萨提亚团体辅导的介入,幼儿母亲亲子沟通水平得到了显著提升。Haracha通过小组研究,发现父母以朋友身份与孩子相处更利于维系亲子关系。

国内亲子关系研究主要依赖个案工作法,国外研究则侧重团队训练与家长孩子间的朋友式交流。随着经济发展与就业多元化,亲子关系问题凸显,需有效应对策略。借鉴国内外研究,本文采用小组工作方法,利用社会工作专业优势,改善社区不良

亲子关系,构建非正式社会支持网络,优化家庭教育模式,重建有效亲子沟通,实现家庭和谐稳定。

2.2 社会工作介入对改善亲子关系问题的优势分析

作为一门应用性学科,社会工作专业秉持“助人自助”的理念,结合自身的优势,在服务的过程中,运用专业方法和技巧为个人、家庭和社区提供服务从而解决问题^[8]。社会工作者通过借助社会学理论对亲子关系问题进行现状分析,剖析该问题背后的深层因素,并结合该社区和家庭的特点,采用小组社会工作方法开展系列的亲子互动的专业活动,逐步增强家庭成员间的交流与沟通,构建不同家庭之间的社会支持网络,从而解决亲子关系引发的各种问题。6次小组活动不仅为家长提供学习各种沟通技巧的机会,协助其与孩子进行有效沟通,而且帮助家长充分挖掘孩子潜能和优势,增进互相彼此了解;还协助家长建立陪伴意识,积极参与亲子活动,陪伴孩子成长,也通过构建不同家庭之间的社会支持网络解决亲子关系带来的问题。总之,社会工作介入在改善亲子关系问题上具有多方面的优势,能够为家庭提供全面的支持和服务,促进亲子关系的健康发展。

3 社会工作介入改善亲子关系问题的服务模式

本研究是以B市F社区中具有亲子关系问题的10组家庭为例,以社会工作中小组工作的方法进行介入,通过了解目前社区内亲子关系现状以及问题进行了需求分析,设计服务方案并以小组工作方法进行介入。

3.1 小组目标

3.1.1 总目标

通过小组工作的介入,不仅是社工与各位成员们之间的连接变得紧密,更是形成了一个互助小组,使得各成员之间的连接更加紧密,从而形成属于不同家庭之间的社会支持网络;让各位家长在学习沟通技巧的基础上,帮助亲子间增强沟通,促进有效沟通,增强互相理解;帮助各位家长挖掘孩子们的优势与潜能,对孩子给予更多的鼓励与支持,满足孩子的情感需求;建立家长的陪伴意识,多参与孩子的成长。

3.1.2 具体目标

具体目标主要包括五个方面,一是增强亲子间相互了解,促进理解;二是增强亲子间沟通,促进有效沟通;三是增强亲子间互动,挖掘潜能;四是建立陪伴意识,积极参与孩子成长;五是构建不同家庭之间的社会支持网络。

3.2 小组活动的具体实施

3.2.1 破冰互动与自我探索:建立信任,深化了解

通过本次活动中破冰游戏、自我介绍等方式,帮助组员之间建立信任关系,让组员和组员之间、组员和社会工作者之间相互认识,但不仅是组员与社会工作者之间,更重要的通过介绍让各位家长增强对孩子的了解程度。并为后续活动的开展打下基础、做准备。

3.2.2 亲子共融时光:互动游戏搭建心灵桥梁,携手发掘孩子潜能

由于工作时间限制,父母与孩子的相处时间少之又少,本次

活动是为亲子之间搭建一个平台,通过一系列的亲子游戏,增强小朋友与家长之间的互动和协作能力,从而促进亲子关系的健康发展,更好地帮助家长们挖掘孩子们的潜能。

3.2.3情境模拟与技巧学习:角色扮演中提升亲子沟通,共建理解与信任

本次活动通过设定主题,进行角色扮演、情境模拟的方式,让小组成员在实践当中掌握沟通技巧,在小组中引入亲子沟通技巧的学习,如积极倾听、有效表达、情绪管理等,以此增进亲子关系间互相理解。

3.2.4感恩记录与情感分享:书写温暖瞬间,共筑家庭爱的桥梁

借助这两次活动的间隔时间,社会工作者鼓励孩子每天写下或画出对家人表示感谢的事情,家长也参与其中,所以本次活动的主题就是进行感恩记录的分享。培养感恩心态,增进家庭成员间的情感表达,增强彼此间的正面认知。

3.2.5趣味运动会:竞技协作齐欢乐,共建社区互助情

本次活动是组织一个由小组成员组成的小型的运动会,设置有“两人三足”“小兔跳圈”“接力跑”“一起跳绳”等比赛项目,设立奖品积分制。增强家庭成员间的竞争意识与团队精神,从而促进社区内不同家庭间的交流,增强不同家庭间的社会支持网络,实现社区成员间的相互协作与帮助。

3.2.6绘聚温情:全家福创作中的亲子协作与情感共鸣

随着本次小组工作进入尾声,最后一次活动中,社会工作者邀请各位小组成员画出属于自己一家的全家福,可以根据家庭成员的绘画能力和兴趣,进行分工。比如,擅长画人物的可以负责画全家人的肖像,喜欢画风景的可以负责背景,年龄较小的孩子可以参与涂色或添加装饰元素。在绘制完全家福之后,请家长和孩子进行介绍,并且一起分享创作过程中的趣事和感受,增进彼此的了解和感情。通过共同绘制全家福活动,家庭成员之间的沟通和互动会增多,有助于增进亲子关系和家庭和谐。

4 结论与反思

4.1结论

本文通过参与式观察、访谈等方法了解F社区目前的亲子关系现状及问题,由于亲子关系问题的发生会导致儿童在身心、行为、认知方面产生问题,针对亲子问题的产生,将社会工作中的小组工作方法应用到改善亲子关系问题的实务中,使得亲子关系间增强沟通、增进理解、促进亲子关系和谐、增强亲子间互动。为改善亲子关系问题提供了一条可行性路径。本文通过小组工作介入的方法,对社区内部家庭改善亲子关系问题具有较好的效果。研究发现,通过小组工作方法进行介入有效果的,社会工作者与各位家长和小朋友的关系更近了一步,同时,小朋友们不仅愿意积极分享和表达自己,也更加愿意与父母相互配合完成感兴趣的活动,亲子之间的情感交流也越来越密切,其配合程度也越来越高、越来越默契。总体来说,这六次活动之后,各家庭间亲子关系明显增强,社区内不同家庭之间的交流频次显著增加。

4.2反思

4.2.1社工的实务经验比较欠缺

社会工作是一门实用性很强的学科,不仅需要坚实的知识储备,更需要较多的实务经验,让书本知识更好地运用到实务中。由于这是所进行的第一次实践,经验尤为不足,回顾整个小组过程,深知个人在专业能力和水平上仍有诸多不足。

4.2.2服务模式过于单一

通过小组工作的专业方法来改善F社区内家庭的亲子关系问题,虽然已经在一定范围内取得了积极的效果,但这种方法只针对了有限的几组家庭,其影响力和覆盖范围有限。为了更全面地满足F社区内不同家庭的需求,我们确实需要综合运用多种工作方法,包括个案工作方法和社区工作方法,以及合理有效地调动社区资源。

4.2.3对社会工作伦理的反思

受时间、人员等条件限制,社会工作者难以在小组工作中充分处理个别化问题。个别化是指采用逐一对待的方式,针对不同的家庭需要以不同的方式去对待,由于本次小组活动的时间和人员有限,且每组家庭的亲子关系问题不尽相同,社会工作者难以逐一细致应对不同家庭的具体问题。

本文得到以下项目支持:北京农学院青年教师科研创新能力提升计划“城乡融合发展过程中乡村治理模式和路径研究”(校20230108);社会工作参与京郊社区基层治理共同体建设的机制研究(校20230016);社会工作参与农村社区治理的实践研究(校20230011)。

[参考文献]

- [1]胡莹,商虹.论家庭教育的功能、特点和基本要求[J].西南农业大学学报(社会科学版),2007(01):138-141.
- [2]陆洋,风笑天.家庭结构对亲子关系的影响——基于中国教育追踪调查(CEPS)数据分析[J].青年探索,2022,(06):31-40.
- [3]吴念阳,张东昀.青少年亲子关系与心理健康的相关研究[J].心理科学,2004,(04):812-816.
- [4]祝青.萨提亚家庭治疗模式在不良亲子关系调适中的应用研究[J].改革与开放,2018,0(15):104-106.
- [5]蔡贺真,郭淑静.基于萨提亚模式的小学生亲子关系辅导个案研究[J].福建基础教育研究,2024(3):21-23.
- [6]高原.优势视角下单亲家庭亲子关系障碍的社会工作介入[D].河北大学[2024-10-18].
- [7]Carryer Jenny, Budge Claire, Russell Anne. Measuring perceptions of the clinical career pathway in a New Zealand hospital[J].Nursing praxis in New Zealand inc,2002,18(3):18.
- [8]王思斌.社会工作概论(第三版)[M].北京:高等教育出版社,2014:261.

作者简介:

卢嘉怡(2002--),女,汉族,北京市人,本科,研究生在读,研究方向为社会工作。