

造势，并大开方便之门。滥购公车、乱修楼堂馆所、公款吃喝、公费出国旅游、超规格的迎来送往、奢办各种庆典、变相的集体福利等，使行政支出过度增长，小金库屡禁不止，浪费金额巨大。

每年人大、政协会不知提过多少意见，国务院纠风办也不知出过多少红头文件，浪费现象仍是有增无减，似乎成了不治之症。多少年前，曾在几座城市搞“车改”试点，皆无果而终。其根本原因，在于涉及众多干部的切身利益。谁要挺身坚持改革这些痼疾，必将得罪一大批人，轻则遭埋怨，重则丢选票。

这次抗震救灾中，出现许多新观念、新风尚、新做派。由于扩大了人民的参与权、知情权、话语权与监督权，中央领导又身先士卒，轻车简从，亲临一线，各级干部大多能坚守岗位、冲锋吃苦在前。整个社会舆论，忽然正气磅礴，气贯长虹。这样一个历史关头，使人们看到中华民族的伟大精神力量，从而增强人们维护艰苦奋斗、勤俭节约优秀传统文化的决心，也提高了克服那些歪风邪气的信心。这将为纠正官场的奢靡之风，推动反腐倡廉，提供空前的舆论氛围、道德动力与历史机遇。党中央审时度势，及时顺势推出“要在全国大力开展增收节支、勤俭节约活动”。并具体提出：要优化支出结构，提高资金使用效益，严格控制行政开支。把资金用在重建上，用在解决民生上，用在国家发展最急需的地方。

这可是个久违的命题。尽管仍会遭遇各种既得利益者的抵制与阻挠，但大势所趋，必将跨出多难兴邦的扎实一大步，在历史上，将会留下重重的一笔。①

作者系十届全国人大常委
原北京市政协副主席

构建公众心理危机干预 长效机制

陆杰华
肖周燕

5月12日四川汶川发生的大地震，是中华人民共和国建国以来极为罕见的重大自然灾害。截止到目前，四川汶川大地震已经造成接近7万人死亡，失踪人员高达1.7万人，40余万人受伤，灾害地区波及人民群众超过了4千万人。目前，四川地区正在聚集全国各地的大量人力、物力、资金等进行抗震救灾的艰巨工作，全国各地乃至海外为四川地震灾区提供了物质、财政、人力等方面的援助。除此之外，各地也为灾区人民提供了及时的公众心理危机干预帮助。不过，我们必须看到，相对于本次大地震对灾区人民带来的心理创伤而言，目前的公众心理危机干预工作与客观要求相比明显不足，凸现了建立健全重大自然灾害公众心理危机干预长效机制的重要性。

我们必须看到，相对于本次大地震对灾区人民带来的心理创伤而言，目前的公众心理危机干预工作与客观要求相比明显不足，凸现了建立健全重大自然灾害公众心理危机干预长效机制的重要性。



灾后相逢

一般而言，重大自然灾害由于给灾区群众造成了巨大的生命财产损失，因此通常会给幸存者、遇难者家属、救护人员和目击者带来了极大的心理创伤，有可能导致许多群众形成不同程度的心理障碍，这种疾病在医学上被称作“急性应激障碍”，也就是心理危机。有研究证明，1976年的唐山大地震20年之后，很多人当时都有不同程度的心理障碍，有些人至今还没有完全摆脱地震所造成的心理阴影，这在临床上被称作“创伤后应激障碍”。重大自然灾害之后往往是心理疾病的高发期，灾后心理危机干预成为了救灾和善后工作的一个组成部分。如何对遇难者家属、救护人员和目击者等人群进行有效的心理社会干预，

使之尽快从灾难的打击中恢复过来，正在引起社会工作者、心理学家、精神科临床医生等专家的广泛关注。

心理学研究表明，当人们由于自身或外界的变化致使心理失去平衡，而又无力主要依靠自己在短时间内恢复常态时，便会出现心理危机。重大的自然灾害性事件由于其突发性和紧急性，往往会使人们心理失衡，从而产生思维不清、情绪紊乱等心理危机。心理疾病一旦得不到及时的疏导，轻者将致使神经衰弱，重者将可能导致抑郁症或精神分裂等严重精神疾病，并有可能产生终生的心理疾病。这就需要灾后心理干预。灾后心理干预又被称为心理重建，顾名思义就是心理状态重新恢复的过程。与经济损失相

比，灾难对人的心理冲击是隐性和内在的，所以经常被社会所忽视。实际上，受害者和受害者家属承受的心理压力是巨大的。我国因社会发展原因，对灾后心理干预的重视程度不够，而且前期的投入较少，受灾人群的心理问题仍然未受到社会的全面关注，因此在重大自然灾害之前，应对心理危机干预的措施明显缺失。四川汶川大地震再次提醒我们：公众心理危机干预已成为自然灾害救援必不可少的组成部分。为此，地震发生后，政府以及社会各界迅速组织专业人员对灾民进行心理危机干预工作，帮助活下来的人们疏导灾难情绪，避免“心理灾害”的发生成为了目前开展的重要工作。由此可见，我们国家已充分

意识到了心理危机干预的重要性，并将它放到了日常的抗震救灾流程中。

不过，值得一提的是，对受灾人群实施有效的心理干预并不是一个简单行为，它需要建立庞大的专业队伍以及健全灾后的“危机干预”和“危机管理”系统等长效的工作机制。就目前来看，我国灾后心理干预还存在问题：

首先，掌握危机干预专业知识的人员数量少。据了解，目前我国精神科医生仅有不到1.5万名，其中掌握危机干预专业知识的人才还不足三分之一，即掌握危机干预专业知识的医生不到5千人。然而，在这次地震中，由于地震而受到心理伤害的人数相当多。据中科院心理所专家的估计，本次汶川地震中直接和间接受到心理伤害的群众及救灾人员将不少于50万人。掌握危机干预专业知识的医生与需要帮助的人员数量相比，其力量显然不足。

其次，从事危机干预工作人员专业素质参差不齐。实际上，目前，从事危机干预的人员主要是心理咨询师。事实上，从事危机干预工作对于心理咨询师是一个巨大的挑战，比起传统的心理咨询服务来说，危机干预对心理咨询师提出了更高的要求。因此，从事危机干预工作者必须是受过训练的专业人员。工作人员除应具备一般的基本素质以外，还应具有丰富的生活经验、有镇静的心态以及换位思考能力等专业素质。这些专业素质，使他们在复杂的生活经历中学习、成长，并能将这些经验应用于各种实际工作中；使他们面对那些失去了理智控制的受害者，保持冷静、镇定，努力使情况处于自己的掌控之下，从而为帮助受害者恢复心理平衡创造一个理性的、稳定的氛围。如果缺

乏这些专业素质，将可能对受害者做出错误的解释、判断和结论，从而对受害者造成更严重的伤害，反而适得其反。从现实情况来看，目前真正达到从事危机干预工作要求的专业人员人数并不多。

最后，心理危机干预需要时间和过程，绝不是短时间就能完成的，需要建立健全公众心理危机干预的长效工作机制。我国最早的自然灾害心理干预正式出现在1994年的新疆克拉玛依大火后，2005年灾后心理干预专家库才正式开始运行。对比而言，国外心理救灾开展了40年，灾后的“危机干预”和“危机管理”系统才得以建立。可见，灾后心理干预工作的现实要求需要我们高度重视这一重大问题。需要明确的是，心理危机干预工作绝不是一两天就能完成的，它是一个需要花费大量时间，不断延续的过程。短期看来，根据灾难发生之后的时间推移，心理危机干预分为3天、7天、一个月等不同的阶段，各个阶段有不同的工作和辅导内容。但心理治愈绝不会一蹴而就的，通过心理干预，表面可能看来灾民避免了灾难情节，但事实上，灾难对受灾的人来说，影响可能是一生的。因此，心理干预应该是一个长期的过程，还需要我们在以后的日常生活中给予受灾者具体的指导和关心，给他们鼓励，接纳并处理他们出现的一些烦躁和反社会的行为。

随着我国对灾难应对策略的完善，救灾与灾后的心理干预将会被摆到同等重要的位置上。今后，心理干预将成为灾害救援必不可少的组成部分。而今，对震后灾区同胞的危机心理干预也是一场“救灾”，相关专业人员应急而需。但目前，自然灾害公众危机心

理干预在我国尚处于起步阶段，我国涉及心理咨询的学历教育仍是空白，独立的心理干预学系也是空白，因此，急需加快人才培养的广度和力度。当任何可能突发的灾害到来时，使他们发挥应有的作用。另外，更为重要的是，不论是从培养相关专业人员，还是从实施心理工作来说，建立心理危机干预工作的长效机制，而不是仅仅当作一种短期的行为。这次突如其来的大地震，给人们带来恐慌、抑郁、挫败、无助等很多负面的情绪。大地震带来的心理危机会在一定时间、一定范围内存在，这需要我们花时间，有组织、有计划地去开展心理危机干预工作，对受灾者开展心理咨询、心理辅导，建立心理危机干预长效机制，以便我们可以从容应对任何可能的灾难和危机。

为了尽量降低重大自然灾害对公众带来的各种心理障碍，建议国家尽快健全自然灾害公众心理危机干预的长效机制：一是尽快制定规划，建立和完善现有覆盖面广、分门别类的心理干预人才队伍。二是借鉴国外的经验招募有经验、规模庞大的心理危机干预志愿者，以弥补现有专业人才队伍的不足，可以通过心理干预志愿者队伍来采取定期和不定期的方式对灾害地区民众进行多样性的心理危机干预。三是鉴于自然灾害心理危机干预将是一项长期且艰巨的任务，希望国家以及地方能拨专款用于心理危机干预的组织、人员等方面工作。四是采取多种有效的途径（网络、报刊、电视、亲友及朋友）来实现全方位、立体的心理危机干预。②

陆杰华系北京大学社会学系教授
肖周燕系首都经贸大学人口所讲师