

心理健康公共服务体系构建策略研究

——以衢州市为例

◆管云霞

(衢州职业技术学院 浙江衢州 324000)

摘要:心理健康服务体系的已有研究主要涉及我国心理健康服务体系现状、存在的问题及发展策略等方面,在理论研究和实践方面均取得了一定的进展,然而存在地区发展差异大、缺乏规范管理和有效督导体系,服务手段和方法的科学标准化不足等问题。根据心理健康服务体系研究现状及存在的问题,以衢州市为例,展开相关调研,结合当地实际,提出心理健康公共服务体系构建策略,为衢州市构建规范有效的心理健康公共服务体系提供参考依据。

关键词:心理健康;公共服务体系;构建;策略

一、问题提出

习近平总书记在2016年8月全国卫生与健康大会上强调,没有全民健康,就没有全面小康。要把人民健康放在优先发展地位,以普及健康生活、优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境、发展健康产业为重点,加快推进健康中国建设,努力全方位、全周期保障人民健康。世界卫生组织明确指出“健康是指身体上,心理上和社会上的完美状态,而不仅是没有疾病和虚弱的现象。”人的健康离不开心理健康,心理健康是全面健康的重要部分。随着社会的发展,快节奏的工作、生活给人们的心理健康也带来了较多的问题,各种心理问题和精神疾病层出不穷。世界卫生组织2015年的统计,全球抑郁病发病率约11%,中国成年人精神疾病患病率达17.5%,除此之外,还有未能统计到的各类心理问题的比率。目前国内具有针对心理疾病的诊疗机构主要分布在精神专科医院和三级甲等及以上医院的心理科或精神科。而针对心理问题的服务机构则主要存在于高校、中小学的心理咨询和辅导中心,其他面向社会人群的心理咨询服务机构较少,而且存在较大的地区差异,有些地区主要以私立机构为主,心理健康公共服务机构非常缺乏。

二、我国心理健康公共服务体系研究及构建现状

心理服务体系(Mental Health Service System),是指有专业机构和人员遵循心理健康规律向社成员提供的心理促进工作,以及围绕此工作进行投资、教育培训、管理监督所组成的系统^[1]。我国心理健康服务工作与西方发达国家相比起步较晚,始于20世纪80年代中期^[2,3],三十年来关于心理健康服务工作的理论研究也取得了一定的进展,其中以黄希庭、徐大真、徐光兴等为代表的学者从心理健康服务体系、服务制度、服务内容、服务方法等方面开展了关于心理健康服务体系的研究,从我国心理健康服务体系的现状及策略方面进行了较为深入的探索^[4,5]。

实践方面,在政府有关部门的组织引导下,全国各地的三甲以上医院纷纷设立心理科,高校层面一般都建起了心理健康教育及服务的三级网络体系。中小学学校也陆续开设心理健康服务室、配备专业的心理咨询师,及至近年来在某些地区已经建起了社区心理健康服务体系,如2001年开始,吉林省要求2万人以上的社区要成立社区卫生服务中心,其服务包括“提供精神卫生服务和心理卫生咨询服务”。上海市2005年底社区卫生服务中心在郊区的覆盖率达100%^[6]。有的城市建起了专业的城市心理体检和诊疗中心,如杭州市建成了家庭心理健康体验中心,包括体验区、评估区和指导区,体验区涉及认知体验、情绪调节、行为训练、压力管理等内容。评估区针对个体心理特质进行在线综合测试,形成专业化心理健康体检报告。指导区设立家庭心理专家工作室、家庭治疗指导室,为有需要的家庭提供专业的心理诊疗、咨询等服务^[7]。

综观我国心理健康服务体系有医学、教育、社会三种,医学

模式起步最早主要存在于三甲以上医院,服务对象以心理障碍和身心疾病的患者为主。教育模式起步于20世纪80年代,最初在高校,后发展至中小学,由于其服务对象限定性,难以推广到社会人群。社会模式起步较晚,但是发展迅速,不过也存在鱼龙混杂、良莠不齐的状况。目前三种模式各自独立,尚未整合成为一个整体^[4]。

三、衢州市心理健康公共服务体系构建必要性

目前,衢州市的心理健康公共服务体系发展尚属落后。除了综合性医院心理科、精神科和精神专科医院,基本没有其他公共机构可以提供心理健康服务,然而诸上机构主要以提供精神疾病诊疗为主,对于一般心理问题的咨询服务则较缺乏,社会个体由于社会舆论压力,当产生心理问题时一般不愿去医院尤其是精神专科医院进行诊疗。而私人心理健康服务机构缺乏引导和管理,收费标准不一,从业资格不明确,市场较混乱。研究通过自编调查问卷对衢州市民开展调查,了解衢州市民对心理健康的了解和关注程度及心理健康公共服务体系构建的态度和意见等。主要针对18-60岁的群体在各企事业单位、街道等地随机发放问卷180份,回收有效问卷151份。调查人员基本分布情况如下:

表1 “心理健康公共服务体系构建调查”人员基本分布情况

变量	变量水平	人数	变量	变量水平	人数
性别	男	60	职业	企业	26
	女	91		事业单位	46
居住地	农村	89		公务员	22
	城镇	62		自由职业	20
年龄	18-24岁	44		大学生	30
	25-40岁	79			
	41-60岁	27			

(一)衢州市心理健康公共服务机构现状

调查围绕心理健康服务机构现状、人们对心理健康的关注程度及对心理健康服务机构的需求情况等方面展开。结果显示,仅20%的人知道哪里可以提供心理健康服务,15%的人认为衢州没有可以提供心理健康服务的地方,65%的人回答说不知道哪里可以提供心理健康服务。在问及会倾向从哪里获得心理健康服务方面的帮助时,被调查人员中有44%的人会选择去综合性医院或精神专科医院进行求助,40%的人会选择去心理咨询机构(私人机构),16%的人不知道求助的途径,该数据表明私人心理咨询机构也是一块较大的服务载体,虽然目前衢州私人心理咨询机构尚缺乏标准化的管理和监督,在宣传、体制规范化不足的情况下,人们选择咨询机构进行心理健康求助的倾向依然存在。当问及“您所在小区或社区里或附近有无心理健康服务机构”时,54%的人回答没有,29%的人回答不知道,17%的人回答有。

结合调查结果及研究者走访、咨询等途径,我们了解到衢州市心理健康公共服务机构主要局限在医疗机构和少部分私人机构。由于人们对医疗机构进行心理求助存有偏见,而私人心理咨询服务机构缺乏规范管理和监督,建设规范的心理健康公共服务机构显得尤为必要。

(二)对心理健康公共服务机构的需求

调查显示,人们对自身心理健康状况的关注程度不高,但是对心理健康服务的需求较高。其中16%的被调查者表明对自己的心理健康状况非常了解,46%的被调查者表明了解一般,15%表明了解非常少或基本不了解。在对自己家人心理健康状况关注方

面,9%的人认为自己对家人心理健康状况非常关注,23%的人表示较多关注,44%表示关注程度一般,25%的人表示关注很少或基本不关注。这些数据可能恰恰反映了心理健康服务机构的缺乏,导致对心理健康知识的普及不够,人们对心理健康的了解和关注有限。但是随着社会的发展,人们日益增长的心理压力和心理健康问题的增多也使人们在心理健康方面的需求逐渐提高,表2的调查内容反映了人们在心理健康服务方面的需求。

表2 心理健康服务需求情况

题目	选项	人数(比例)
您认为现在的人对心理健康服务有需要吗	非常有需要	64(42%)
	有一定需要	73(48%)
	没太多需要	9(6%)
	基本没需要	4(3%)
您认为哪个群体最需要心理健康服务	企业	26(17%)
	事业单位	46(30%)
	公务员	22(15%)
	自由职业	20(13%)
	大学生	30(20%)
您期望衢州建立心理健康公共服务机构吗	非常期望	53(35%)
	有点期望	68(45%)
	无所谓	29(19%)
	不期望	1(1%)

由表2可知,90%的人认为对心理健康服务有一定或非常需要。各个群体的需求程度差异不大,被调查者中较高比例反映事业单位群体的需求较高,其次是大学生。80%的人反映期望衢州建立心理健康公共服务机构。

表1和表2反映了心理健康知识普及和心理健康理念贯彻不够,人们对心理健康的了解程度不高,对心理健康服务存有较大期待。

三、构建衢州市心理健康公共服务体系的策略

调查中,收集了人们关于构建心理健康公共服务体系的意见和建议,包括服务内容、形式等方面。结果表明,72%的人觉得心理健康公共服务机构应着重提供心理咨询方面的服务,一半以上的人认为除此之外还应加强心理健康知识的普及和教育,提供心理体验服务及心理危机干预服务。在服务形式方面,66%认为公益讲座和培训非常需要,有60%认为微信公众号等电子宣传手段是比较好的服务形式,56%认为播放心理教育宣传片的形式较好。在问及心理健康公共服务机构是否应该收费时,近一半的人赞同公益加收费,25%的人认为应该有关部门专项拨款。结合调查结果,并借鉴国内心理健康公共服务体系工作发展较为成熟地区的经验,结合衢州实际,提出构建衢州市心理健康公共服务体系的策略如下:

(一)整合现有资源,构建统一规范的心理健康公共服务管理体系

由政府有关部门出面,整合衢州现有医疗系统、教育系统和社会系统(目前主要是私人机构居多)的心理健康服务机构,同时增加建立面向全员的公共服务机构,如各片区或各社区街道设立心理健康服务机构。对所有机构进行统一指导和管理,出台规范的管理、监督、实施、督导、评估制度,规范服务资质、服务标准、收费标准。实现政府领导、多部门合作和社会参与的心理健康服务机制,构建科学、完整、系统的心理健康公共服务体系。

(二)建立并发展心理健康公共服务体系的队伍资源

整合一支既专又广的力量。一方面,力量要专,整合精神专

科医院、学校、社会机构等多方资源,培养一批相对稳定的心理治疗和心理咨询相结合的专家团队力量。另一方面,力量要广,如何挖掘培养并发挥各个社区、乡镇心理健康联络员的力量,事关心理健康服务的触角能否最大程度地触及到社会的每个角落。比如按就近原则,从各社区、乡镇选拔1-2名心理健康联络员或朋辈互助员,进行系统训练和指导,服务于其所在的社区或乡镇的群体,发挥同伴互助的功能。对心理健康服务队伍要进行资质认定、职前培训、定期督导以及为他们提供后续的素质提升服务。

(三)规范宣传教育为先,咨询服务为主,危机干预为重的服务内容

1.宣传教育为先,为人们提供发展性心理健康服务

通过舆论宣传体系,对心理健康知识进行宣传和普及,提供全面心理健康意识,帮助全民掌握自身心理健康状况。利用微信公众平台、网站及整合已有宣传渠道如衢州市心理健康志愿者协会开通的衢州市12355青少年服务网站、96811“心灵导航”专家热线等信息渠道,同时结合实地宣传阵地如公共宣传橱窗等载体做好宣传教育工作。开展心理健康教育 and 指导工作,提升市民心理健康自助和助人能力。定期组织开展公益心理讲座、心理影片观赏、心理剧演出等教育文娱活动,通过心理健康朋辈互助员的力量,全面并有效地开展心理教育活动,提升人们心理素质,增加人们幸福感。

2.咨询服务为主,帮助人们掌握并调适自身心理健康状况

定期开展全民心理健康普测,帮助市民了解自身心理健康状况。开展心理帮扶和疏通工作,帮助市民及时有效解决婚恋情感、亲子关系、子女教育、社会适应、家人健康、人际关系、精神疾病预防等心理困扰。开通并完善心理健康咨询预约及服务热线工作。开通心理健康帮扶渠道,针对特殊群体开通心理健康咨询与治疗绿色通道,如对空巢老人、留守儿童、外来务工人员等特殊群体定期开展免费的针对性的心理帮扶服务。

3.危机干预为重,帮助人们安全度过心理危机

建立心理危机干预应急机制,组建一支专业力量强的心理危机干预队伍,比如开通心理危机干预热线,开展日常的心理危机预防及演练工作,应对突发公共事件的心理危机干预。

成熟完善的心理健康公共服务体系是社会成熟发展的标志,也是社会稳定的主要保障力量。心理健康公共服务体系的建立和完善离不开政府的主导作用,政府是保障心理健康公共服务工作地长效开展的源动力。同时,也离不开多部门的合作和社会大众的参与。在借鉴发达地区成功经验的基础上,结合衢州实际,建立满足地方需求和有地方特色的心理健康公共服务体系应成为我们今后努力的方向。

参考文献:

- [1]黄希庭等.关于中国心理健康服务体系建设的若干问题[J].心理科学,2007,(1).
- [2]日本临床心理士资格认定协会监修.临床心理士[M].东京:诚信书房,2003:6.
- [3]日本临床心理士资格认定协会监修.临床心理士资格实验问题集[M].东京:诚信书房,2004:2.
- [4]黄希庭,郑涌,毕重增,陈幼贞.关于中国心理健康服务体系建设的若干问题[J].心理科学,2007,30(1):2-5.
- [5]徐大真,徐光兴.我国心理健康服务体系模式建构[J].中国教育学报,2007,(4).
- [6]俞国良.未成年人心理健康教育的探索[J].北京师范大学学报(社会科学版),2005,187(1):64-70.
- [7]隋海洋.为健康心理搭建“梦工厂”——杭州成立全国首个家庭心理健康体检中心[J].杭州(周刊),2017,23.

基金项目:2017年度衢州市级社科规划课题“心理健康公共服务体系构建策略研究——以衢州市为例”(编号:17QSKG53LX)。