

# “三年过去,又要从头开始”

## 设施重建可以提速,心理重建却很漫长

文/片 本报特派记者 刘志浩

### “亲戚”的求助

“到了对方家里才知道,原来打电话求助的,是他本人而不是什么亲戚!”

4月29日,北川县心理卫生服务中心办公室内,任雪梅无奈地笑了笑。

这是个看上去很普通的女人,中等身材,戴副眼镜,讲起话来干净利落,条理清晰。

来北川之前,她本应留在西南财经天府学院做教师。可后来她做出了出人意料的选择:辞去大学教师职务,到北川做心理辅导。再后来,她成了北川县心理卫生服务中心副主任。

任雪梅接着讲,就在前几天,有人打电话到北川县心理卫生服务中心,说有一个亲戚不舒服,经常失眠,还有些危险举动,希望专家过去看看,帮着开导开导。

任雪梅赶紧租了一辆车,赶往求助者所说的地方。

但是,当她千辛万苦找到求助者家里时,任雪梅却被告知:“那个亲戚现在不在家,待会才能回来!”

不过,令她感到奇怪的是,家里其他人对自己很客气,还不停地问这问那,热情地给她介绍“亲戚”的表现,显然对情况非常了解。

可能看她确实比较有诚意,之前一直与她谈话的一个“家人”最后告诉任雪梅:其实打电话求助的,就是他本人,而非什么亲戚。

任雪梅这才恍然大悟。“类似这种借亲戚或朋友名义打电话来我们这儿求助的,还有很多。”

而在采访中,记者曾询问一位在地震中失去孩子的父亲,他的妻子有没有去找心理专家进行疏导时,这位父亲显得一脸茫然:“找啥子专家?从来都不晓得!”

“这就是灾区的现状,很多人都不好意思跟别人说,一是怕丢人,被别人说风凉话;二是他们根本意识不到,这是一种病,也要看医生。”任雪梅叹气。

其实,现在即使在很多大城市,心理辅导也只是处于起步阶段,人们对它仍有许多不解和误解。

而北川,震前只是西南部一个普普通通的县。

“指望一个县城和下面村里的普通人对心理辅导有多深入的认识,不现实。”任雪梅坦言。

灾区其他地方情况也大体如此。

“三年了,我突然发现,我们的工作要从头开始。以前只想着



这是一位情愿放弃留在成都做大学老师的机会,而在北川做了三年心理工作的女人。

通过她的一些经历和故事,也许可以让人们在地震三年后,重新审视灾后心理救助这个早已不再陌生的词语。

当昔日的灾区很快以崭新而充满活力的姿态出现在人们面前时,心灵的重建却很漫长,也许是10年、20年、30年……甚至有人要用一辈子的时间来抚平伤口和忘记过去。

“三年过去了,我们又从头开始……”她说。



▲任雪梅在向记者讲述北川县老百姓心理现状。



▲北川县心理卫生服务中心门前很冷清。

有多少人需要我们去辅导,现在才发现,很多人根本不知道什么是心理疾病、心理辅导,最基本的普及还没有做到。”任雪梅不断重复。

### 深层次的伤害

类似“亲戚”求助的故事在北川县心理卫生中心不断上演。

一个明显的例子,自2009年4月成立至今,来心理中心求助的人很少,即使知道这个地方,也多是通过电话联系。

于是,编材料,普及心理常识,成为任雪梅眼下最重要的工作之一。

“真的是很担心,明明心理有问题,却不给我们打电话,也不跟别人交流,这样下去后果很难说。”

任雪梅说,通过调查,她知道灾区目前仍有相当数量的人存在不同程度的焦虑和抑郁,但由于主客观原因,他们并未接受到有效的心理治疗。

在任雪梅给记者展示的材料中,“抑郁”是一项重要指标,而“抑郁”之下,又被细分为“轻度”、“中度”和“重度”三类。

“对于有中度及重度抑郁的人群,我们会重点关注。”任雪梅告诉记者。目前灾区患有“抑郁”和“焦虑”的人群仍占相当比例,在条件允许的情况下,会对他们进行长期跟踪治疗,“短则几年,长则十余年,要看具体情况而定。”

记者采访中,曾遇到这样的情况。

安昌镇小学一位陈姓女老师告诉记者,她有一个关系不错的女亲戚,家中唯一的孩子在地震中遇难。

“她本来有工作,但地震之后,娃儿一走,就一直请假。”

这位老师说,虽然这个亲戚一直想要孩子,但却一直没怀上,三年来到处求医问药,也没效果。

“每天就是呆在家里,吃饭,睡觉,看电视,本来很苗条的,现在胖了许多。”

压抑,无聊,什么都不想做,就是目前这个亲戚的状态。

陈老师说,虽然她每次打电话都会开导那个亲戚,但至今没多少实际效果。

这种情况,任雪梅不知道碰到过多少次。

“地震带给他们的心理问题都是深层次的,导致不孕的原因很可能是压力太大所致,需要进行专门的心理辅导,而且不是一次两次能好的。”任雪梅说。

中科院心理研究所所长张建新则表示,灾后应急的心理援助阶段已经过去,大多数人会自

然地通过灾后心理创伤阶段,逐渐自我康复。

但是,震灾带给当地居民深层次的心理问题,仍然可能随着重建的推进,渐次显现。

“再婚家庭夫妻双方的磨合问题,高龄妇女再孕问题,重建重压下的干部心理问题,板房进楼房后的交流问题,当然,还有失去亲人长期不能自拔的,都需要我们关注。”

### 一辆车的“奢望”

任雪梅至今忘不了2009年8月履任之初,北川县领导对她说过的一句话:“23万北川人的心理健康就交给你了……”

现实却是,这个成立两年的部门,现在的专业心理辅导师只有她和小张老师,而小张老师最近“去生孩子了”。

任雪梅坦言,专业人才的缺失,是制约该中心继续发展的障碍之一。

不仅缺人,硬件设备也需要加强。

“我太希望能有一辆车了。”采访中,她反复说。

有车的好处是,“以后再出去做咨询,就会方便很多,起码不用爬山了。”

北川是个多山的县城,全县面积2869.18平方公里,其中山地占总面积的98.8%,县城城区面积只有0.7平方公里。

而灾后心理求助者,多数来自下面村镇。

去年,任雪梅去陈家坝乡为一个求助者做辅导,“早上7点出门,花钱租了一辆车去。”

但是,车子过了通口镇没多久,就出了问题。“就在那个前不着村后不着店的地方,一直等到晚上12点,才搭上附近村去卫生院的车回去。”

当然,任雪梅也知道,就目前情况来看,灾区重建需要大量资金,车的问题只能是“奢望”。

官方心理机构尚且如此,民间义工、志愿者组织情况更不容乐观。

北川青草地心身康复服务中心义工张可忧心忡忡地对记者说,他们社团地震之后就来到北川,一直无偿为灾民进行中医生身康复服务,“现在北川有心理问题的人,仍有相当数量。”

但令他感到无奈的是,今年下半年,香港明爱对他们的资助即将到期。

“如果找不到合适的资助方,我们只能解散。”任雪梅说。

目前,张可他们正在寻找合适的资助者,而任雪梅也正在她所铺设的“网络”继续“运行”着。