

重构疾病叙事：叙事治疗在肿瘤社会工作中的应用与效果评述

徐悦瑶

云南民族大学，中国·云南 昆明 650504

摘要：随着生物-心理-社会医学模式的深入发展和肿瘤社会工作在中国的快速推进，叙事治疗作为一种后现代心理治疗方法，因其“人不是问题，问题是问题”的核心理念和独特的操作技术，在肿瘤患者的心理社会干预中展现出独特价值。本文系统梳理叙事治疗的理论基础与方法论体系，回顾肿瘤社会工作的实践背景与发展脉络，重点评述叙事治疗在肿瘤患者中的应用效果，分析社会工作者在其中的整合角色与作用机制，探讨这一方法在中国本土化应用中面临的挑战。研究表明，叙事治疗能够有效缓解肿瘤患者的焦虑与抑郁、增强心理韧性、改善自我效能感、提升生命意义感；社会工作者的介入能够弥补叙事护理与专业心理干预之间的衔接地带，在跨学科团队中发挥独特的整合价值。未来需要进一步完善本土化实践路径并加强循证研究。

关键词：叙事治疗；肿瘤社会工作；心理社会干预；效果评述；本土化

Reconstructing the Narrative of Illness: A Review of the Application and Effectiveness of Narrative Therapy in Oncology Social Work

Xu Yueyao

Yunnan Minzu University, China Yunnan Kunming 650504

Abstract: With the in-depth development of the bio-psycho-social medical model and the rapid advancement of oncology social work in China, narrative therapy, as a postmodern psychological treatment approach, has demonstrated unique value in the psychosocial intervention of cancer patients due to its core concept of "the person is not the problem, the problem is the problem" and its distinctive operational techniques. This paper systematically reviews the theoretical foundation and methodological framework of narrative therapy, examines the practical background and development trajectory of oncology social work, and focuses on evaluating the application effects of narrative therapy in cancer patients. It also analyzes the integrative role and mechanism of social workers in this process and explores the challenges faced in its localization in China. Research indicates that narrative therapy can effectively alleviate anxiety and depression in cancer patients, enhance psychological resilience, improve self-efficacy, and increase the sense of meaning in life. The intervention of social workers can bridge the gap between narrative care and professional psychological intervention, playing a unique integrative role in interdisciplinary teams. Future efforts should be made to further refine the localized practice path and strengthen evidence-based research.

Keywords: Narrative therapy; Oncology social work; Psychosocial intervention; Effect review; Localization

0 引言

恶性肿瘤是全球范围内最主要的疾病死亡原因之一。根据世界卫生组织发布的相关数据，2018 年预计新增的癌症病例中，亚洲将近占有一半的比重^[1]。随着医学技术的进步，癌症患者的生存率持续提升，但其面临的心理社会挑战却日益凸显——确诊带来的死亡恐惧、治疗过程中的躯体痛苦、对疾病复发的持续焦虑、社会角色转变引发的自我认同危机，以及经济负担与家庭关系的紧张，共同构成了肿瘤患者多维度的心理社会负担^[2]。因此，肿瘤社会

工作背景下的心理社会干预已成为肿瘤综合治疗中不可或缺的一环^[3]。

叙事治疗兴起于 20 世纪 80 年代，由澳大利亚临床心理学家麦克·怀特和新西兰治疗师大卫·爱普斯顿共同创立，经过数十年的发展，已成为后现代心理治疗的主要流派之一^[4]。叙事治疗的核心主张是：问题本身不是人的本质属性，而是由特定社会文化话语建构而成的“问题叙事”；治疗的任务不是“修复”个人，而是协助个人解构压抑性的主流叙事，发现被遮蔽的替代故事，从而重新书写

生命的意义^[5]。这一理念与肿瘤患者的处境高度契合——当癌症的诊断和治疗方案成为疾病叙事的主导声音时,患者往往被简化为“病人”这一单一身份,原有的生命故事被疾病话语所吞噬^[6]。叙事治疗目前已成为社会工作实践应用的新范式,对我国社会工作理论及实践的发展提供了新的视角^[7]。

中国肿瘤社会工作在21世纪以来得到初步发展。肿瘤社会工作者在多学科团队中承担着心理社会评估、情绪支持、资源链接、危机干预等多元职能^[8]。然而,肿瘤社会工作者面临的一个核心挑战是:如何在有限的接触时间和临床资源中,对患者深层的情感困扰和存在性危机进行有效回应^[9]。叙事治疗凭借其低结构化、文化敏感性和赋权导向,为这一挑战提供了具有操作性的方法论工具^[10]。

1 叙事治疗的理论基础与方法论

1.1 理论溯源与核心理念

叙事治疗的产生有着深刻的思想背景。在后现代思潮的影响下,叙事进入心理学的视野,叙事心理治疗在后现代思潮和内在理论逻辑的双重作用下生成^[11]。怀特和爱普斯顿在长期的实践治疗中逐渐意识到,传统心理治疗倾向于将问题视为个体内部的病理现象,这一立场抹去了问题的社会文化语境,使来访者在寻求帮助的过程中进一步固化了“有问题的自我”的身份认同^[12]。他们转而从社会建构论的视角出发,认为人的经验并非客观实在的直接反映,而是在语言和文化互动中不断建构而成的^[13]。

在此基础上,叙事治疗进一步借鉴了文化话语的批判性分析,深入探讨了主流话语如何塑造个体的自我理解。所谓“心理问题”在很大程度上是个体内部叙事与外部主流叙事之间的冲突在心灵层面的投射^[14]。叙事治疗强调个体的问题来源于主流文化的压制——例如,肿瘤患者常常身处“积极抗癌”“战胜病魔”的主流话语压力之下,当身体状况和治疗效果无法满足这一期待时,便容易陷入自责、羞耻和无力感的困境^[15]。叙事治疗的根本任务,就是从这些裂隙入手,寻找被压抑、被遗忘的替代故事^[16]。

叙事治疗最为鲜明的核心理念可以被凝练为“人不是问题,问题是问题”^[17]。当一个肿瘤患者说出“我是个负担”时,叙事治疗师不会顺从此种自我谴责的逻辑,而是会审慎地追问问题的来源,帮助患者看到:问题的根源不是患者自身价值的缺陷,而是某种特定的社会期待或文化话语在暗中作用^[18]。

1.2 核心技术与操作过程

叙事治疗的核心技术包括外化、解构、改写和外部见

证^[19]。外化技术是把问题与人分离开来,将问题作为一个独立的“实体”来命名和对话^[20]。对于肿瘤患者,当患者不再认定“我有问题”,而是追问“焦虑”“恐惧”从何而来,固化思维便开始松动^[21]。解构技术探寻问题故事背后的社会文化脉络^[22]。改写技术引导患者回忆体现自身力量的片段,从而找到更有力量的替代故事^[23]。外部见证技术使患者的故事被真正“听见”,在回响中获得存在感^[24]。

1.3 社会工作视野下的叙事治疗

叙事治疗在其发展过程中逐渐由心理学领域转向社会工作领域^[25]。在社会工作视野中,叙事治疗不仅是一种临床干预技术,更是一种看待改变可能性的价值立场^[26]。社会工作者关注问题叙事背后的社会结构性因素,如贫困、污名、歧视等^[27]。叙事治疗为社会工作实践提供了新的范式,帮助社会工作者更有效地回应服务对象的深层需求^[28]。

2 肿瘤社会工作的发展脉络与实践需求

2.1 中国肿瘤社会工作的兴起与发展

中国肿瘤医务社会工作呈现如下特征:国家政策先行但地区推动不均衡;服务模式多元化但供需契合度不高;专业角色凸显但呈现性不足^[29]。医务社工在肿瘤患者服务中承担着预防、情绪疏导、康复及链接资源等多元职能^[30]。

3 叙事治疗在肿瘤患者中的应用效果

3.1 对心理健康与生命质量的影响

在晚期肿瘤患者中,基于怀旧主题的叙事疗法能够显著改善患者的心理状态和生活质量。在肺癌患者中,叙事疗法能够有效缓解癌症复发恐惧程度,提高心理弹性及正念水平。叙事护理对首次确诊妇科恶性肿瘤患者的应用效果表明,叙事护理能够有效降低创伤后应激障碍水平。系统评价证实,叙事护理干预对肿瘤患者的心理状态及生活质量均有积极影响。

3.2 对病耻感、生命意义与尊严的作用

叙事疗法能有效降低妇科肿瘤患者的病耻感。叙事医学干预能够减轻乳腺癌根治手术病人的病耻感。基于叙事医学的安宁疗护研究表明,叙事医学干预能有效满足终末期患者的精神需求,提升尊严感。尊严疗法和意义疗法为患者提供了重要的灵性照护。叙事治疗帮助患者以“叙事者”而非单纯“病人”的身份重新审视生命,使被疾病叙事遮蔽的意义得以重现。

3.3 医务社工的叙事实践模式

在个案层面,社会工作者运用叙事治疗方法引导患者回顾患病经历。叙事治疗单次小组在舒缓晚期癌症患者精神压力中得到应用。在血液肿瘤患儿服务中,医务社工从

叙事治疗视角帮助患儿重新建立自我认同。社会工作者引入叙事治疗帮助患者重构积极叙事,促进患者善终。叙事治疗在跨学科团队中的整合应用包括以社工为主导的叙事专业干预和叙事理念在日常照护中的渗透。社会工作助力叙事医学本土实践,在叙事医学从理念走向实践的过程中承担着桥梁角色。

4 本土化实践:挑战与前景

叙事疗法在国内的应用对象和范围较局限,尚未形成规范化的操作程序及评价体系。专业叙事实务者的数量严重不足,能够在肿瘤临床场景中独立运用叙事治疗的医务社工仍属稀缺。叙事治疗纳入常规医疗服务的政策保障和付费机制尚不完善。中国肿瘤患者对“讲故事”能够“治病”的方式往往有所保留,传统文化中不愿向外人表露私人情感的倾向阻碍了叙事对话的深入开展。未来需根据患者特征制订个体化的叙事疗法干预方案,叙事治疗所倡导的治疗师姿态和对自身文化预设的持续反思,对于中国社会工作教育体系是一种重要的补充。

5 结语与展望

叙事治疗经过数十年的发展已经在肿瘤社会工作的临床实践中展现出独特的理论价值和实践效果。然而在中国本土情境下,本土化实践仍处于起步阶段。未来需要进一步开展高质量研究,开发适合中国肿瘤医院的标准化叙事干预方案,并推动叙事治疗纳入医院常规服务体系。

参考文献:

- [1] 孙振军,蔡小芳.肿瘤社会工作的发展背景、实践模式与挑战[J].医学与哲学,2024,45(1):76-80.
- [2] 张曼,刘均娥.肿瘤患者心理社会问题研究进展[J].中华护理杂志,2017,52(6):735-739.
- [3] 王思斌.社会工作概论[M].北京:高等教育出版社,2014.
- [4] 刘素珍.叙事疗法概述[J].科技展望,2015,25(15):225-226.
- [5] 陈秋燕,陈颖.叙事治疗的理论论述及展望[J].科教导刊,2017(10):165-166.
- [6] 罗钧恒.叙事心理治疗方法论探析[D].湖南师范大学,2010.
- [7] 胥昕延,赖即心,蒋文静等.叙事疗法研究进展[J].护理学报,2023,30(3):51-56.
- [8] 张一奇,徐佳.社会工作介入血液肿瘤患儿生命的实践:叙事治疗视角[J].中国医学伦理学,2020,33(1):89-93.
- [9] 祝平燕,万莉莉.叙事疗法在医务社工介入精神疾病中的应用初探[J].社会工作,2013(1):98-104.
- [10] 黎秋宏,谈学灵.叙事治疗概述及应用研究进展[J].护理学报,2016,23(4):34-36.
- [11] 张振香,王晓静.叙事治疗述评[J].中国健康心理学杂志,2009,17(12):1526-1528.
- [12] 郑强.对话心理治疗的流变与反思[J].心理学探新,2018,38(3):200-204.
- [13] 黄丽君,王晓东.抗逆力叙事:本土个案工作新模式[J].首都师范大学学报,2015(1):126-132.
- [14] 周凯,李明.叙事治疗的起源与发展[J].中国心理卫生杂志,2007,21(6):425-427.
- [15] 王凤华.重写故事 重塑人生——癌症的叙事心理治疗[J].抗癌之窗,2007(1):46-47.
- [16] 杨晓霖.安宁叙事照护与临终患者的优逝[J].中国医学人文,2024,10(10):23-27.
- [17] 陈浩,刘红.叙事治疗在医务社会工作中的应用——以北京某医院癌症患者为例[J].家庭科技,2021(9):56-58.
- [18] 王悠然,赵丽.何以善终:晚期癌症患者的叙事困境与叙事重构[J].社会建设,2023,10(4):65-78.
- [19] 王丹,刘云.叙事疗法在乳腺癌患者中应用的范围综述[J].中华护理杂志,2023,58(20):2527-2532.
- [20] 李燕,王芳.叙事护理对化疗患者知觉压力及化疗相关认知功能障碍的影响[J].护理学杂志,2024,39(1):58-62.
- [21] 刘丽,陈静.叙事疗法对肺癌患者疼痛应激、心理弹性和生活质量的影响[J].癌症进展,2021,19(23):2456-2459.
- [22] 吴晓敏,周怡.叙事护理对肿瘤患者影响的系统评价[J].当代护士,2021,28(9):28-32.
- [23] 董勇,关琼瑶,杨倪等.尊严疗法在癌症领域的研究现状及热点分析[J].全科护理,2023,21(24):3366-3370.
- [24] 张青,刘薇.癌症患者尊严影响因素及其干预措施的研究进展[J].护理管理杂志,2019,19(1):46-50.
- [25] 林海,陈明.癌症患者的意义疗法[J].医学与哲学(B),2015,36(12):58-61.
- [26] 杨华,张敏.叙事护理在肿瘤病人临床护理中运用的研究进展[J].护理研究,2021,35(18):3256-3259.
- [27] 郭静,刘洋.叙事护理联合数字故事干预对肿瘤

患者心境状态的影响[J]. 卫生职业教育, 2023, 41(24): 112-115.

[28] 陈晓红, 李婷. 叙事疗法在护理领域的应用进展[J]. 叙事医学, 2023, 6(2): 87-91.

[29] 徐静, 刘波. 基于人文视角下的叙事医学对恶性肿瘤患者焦虑抑郁情绪的干预研究[J]. 中外医学研究,

2021, 19(23): 102-105.

[30] 李平, 杨云娟. 社会工作助力叙事医学本土实践的思考[J]. 中国医学伦理学, 2023, 36(1): 58-63.

作者简介: 徐悦瑶(2001.06-), 女, 汉族, 云南永胜人, 云南民族大学, 研究生在读, 研究方向: 医务社会工作。