生态系统视角下婚姻困境妇女的社会工作实务探究

张方臻
青岛洛克勒机械设备有限公司，中国·山东 青岛 266400

摘要：婚姻关系冲突、家庭压力叠加，使部分妇女长期陷入婚姻困境，出现情绪困扰、社会支持不足等问题。传统社会工作介入多聚焦个体心理疏导，较少从多层系统之间的互动关系开展干预。本文依托生态系统理论，从个体、家庭社交、社会服务、多系统协同四个维度，梳理婚姻困境妇女面临的现实难题，结合基层社工服务实践，提出对应的实务优化路径。以期进一步改善妇女生存环境，帮助妇女提升自我能力，化解婚姻层面的矛盾，同时为基层妇女社会工作的实务开展提供一定参考。

关键词：婚姻困境妇女；生态系统；社会工作实务

Exploring Social Work Practice for Women in Marital Distress from an Ecosystem Perspective

Zhang Fangzhen
Qingdao Lockler Machinery Equipment Co., Ltd., China Shandong Qingdao 266400

Abstract: Conflicts in marital relationships and the accumulation of family pressures have led some women to remain trapped in marital difficulties, resulting in emotional distress and insufficient social support. Traditional social work interventions often focus on individual psychological counseling, with less emphasis on addressing the interactive relationships among multiple systems. Based on the ecosystem theory, this paper examines the practical challenges faced by women in marital difficulties from four dimensions: individual, family and social interactions, social services, and multi-system collaboration. Combining grassroots social work practices, it proposes corresponding practical optimization strategies. The aim is to further improve women's living conditions, enhance their self-capacity, resolve marital conflicts, and provide reference for the implementation of grassroots women's social work.

Keywords: Marital difficulties among women; Ecosystem; Social work practice

0 引言

随着婚恋观念与家庭相处模式的逐步改变，女性在婚姻中遭遇沟通隔阂、经济分歧、情感淡漠等问题日益凸显，甚至部分妇女长期深陷婚姻困境。这类困境的表现形式复杂，包含长期语言暴力、个人经济受到管控，也有家务、育儿责任分配失衡引发的争执，持续的压力不断消耗妇女身心。

妇联、社区社工站承担着婚姻调解、妇女帮扶的基层工作。实际服务中可以看到，婚姻矛盾并非单纯夫妻感情问题，妇女自身状态、家庭相处模式、社区配套资源以及相关政策保障，都会对矛盾发展产生影响。过去部分服务只聚焦妇女个体开展心理疏导，忽略外部环境的作用，干预效果难以持久，不少妇女经过短期疏导后，回到原有生活环境，矛盾依旧反复。本文依托生态系统理论，立足基层社工实务，从个体、家庭社交、社会服务、系统协同四个维度剖析现实困境，探索本土化的介入办法，为基层开展妇女帮扶工作提供实践参考。

1 核心概念界定与理论基础

1.1 核心概念界定

1.1.1 婚姻困境妇女

本文所指婚姻困境妇女，是在婚姻存续阶段，受夫妻之间的情感纠葛、家庭内部多重压力影响，长期承受心理负担，日常生活受到负面影响，仅凭个人能力难以摆脱婚姻矛盾，由此产生帮扶诉求的女性群体。婚姻困境的表现形式并不限于身体暴力，冷暴力、情感疏离、经济控制等隐蔽性伤害同样属于该范畴。不同个体所面临的困境存在明显差别，部分妇女仅存在情绪困扰，也有妇女同时遭遇人身安全与财产权益受损问题。这类妇女深陷复杂的家庭矛盾之中，既希望改善当前婚姻状态，也渴望维护自身合法权益，部分妇女还需要承担子女抚养、家庭照料等现实

责任，多重压力交织，进一步加重自身困境[1]。

1.1.2 妇女社会工作实务

妇女社会工作实务，是社会工作者以妇女为服务对象，运用专业方法开展的各类服务活动。实务内容包含情绪疏导、婚姻调解、权益科普、资源链接、能力建设等。实务不只是解决当下的矛盾纠纷，更注重挖掘妇女自身潜能，帮助服务对象重建社会支持，改善生存发展环境。在婚姻家庭领域，社工以中立身份介入，兼顾家庭稳定与妇女自身权益保护，推动妇女形成独立意识，提升应对婚姻风险的能力。实务开展过程中，社工要充分尊重服务对象自主选择，不强行干预妇女的婚姻去留，既可以协助修复婚姻关系，也能够为想要脱离不良婚姻的妇女提供相应支持，做到尊重妇女个人意愿，避免一味劝和的片面工作导向。

1.2 生态系统理论

生态系统理论由布朗芬布伦纳提出，该理论认为个体不是孤立存在，个体和周边环境持续互动，环境会影响个体状态，个体行为同样会反过来改变环境。理论将环境划分为不同层级，微观系统指个体直接接触的环境，如自身心理状态、夫妻关系；中观系统是多个微观系统之间的联系，例如家庭、亲友、社区邻里构成的支持网络；宏观系统包含社会制度、公共服务、社会文化等外部环境。

各个系统之间并非相互割裂，系统之间的互动关系，会直接作用于个体的生活处境。放置于婚姻家庭服务中，妇女遭遇的婚姻困境，是多个系统共同作用的结果。单纯调整个体心态，若家庭、社区、政策环境没有同步改善，干预效果很难长久[2]。社会工作开展服务时，不能只盯着妇女个人，要同时评估多层系统存在的阻碍，从多个层面同步介入，打通各个系统之间的联系，减少环境带来的压力，帮助服务对象整合资源，走出困境[3]。

2 生态系统视角下婚姻困境妇女现实困境

2.1 个体心理与自我赋能不足

陷入婚姻困境的妇女，长期在矛盾冲突环境中生活，容易出现焦虑、自卑、压抑等心理问题。很多妇女习惯将婚姻问题归结为自身不足，自我认同感持续下降。部分女性长期承担家务、抚育子女，经济收入依赖配偶，独立生存的信心不足。面对婚姻矛盾，不少人缺少沟通谈判的技巧，遇到冲突只会被动忍耐，不知道如何表达自身诉求。当矛盾激化，部分妇女会产生逃避心理，不愿主动寻求帮助，自身解决问题的能力长期得不到锻炼。

部分妇女在长期的家庭生活里，习惯把家庭和子女的需求放在第一位，常常忽略自身的感受与诉求。即便内心承受很大委屈，也会为了维持家庭完整选择隐忍。还有一部分妇女，面对婚姻冲突会陷入自我怀疑，不断反思是不是自己做得不够好，很难客观看待婚姻当中的矛盾。长期的精神内耗，会进一步削弱妇女处理问题的底气。个体层面心理状态薄弱，是婚姻困境持续发酵的内在原因。

2.2 家庭与社交支持网络薄弱

从家庭层面来看，部分家庭成员习惯劝和不劝分，忽视妇女的感受，在夫妻矛盾发生时，一味要求妇女妥协退让，无法提供情感支持。一些妇女和原生家庭关系疏远，遭遇婚姻难题时，难以得到原生家庭的帮助。有的原生家庭虽然愿意提供帮助，但缺乏处理婚姻矛盾的经验，给出的建议大多偏向维持婚姻，很难真正站在妇女的角度考虑问题。

进入婚姻之后，很多女性的时间被家庭事务大量占用，原有社交范围随之缩小，能够倾诉心事的亲友越来越少。她们的日常交往基本围绕家人与孩子，很难留出经营个人社交的空间。一旦婚姻出现矛盾，身边缺少可求助的人，积压的情绪没有宣泄渠道。不少女性顾虑邻里的评价，不愿将婚姻矛盾对外提及，选择独自封闭内心。社交与家庭层面的支持关系一旦弱化，妇女只能独自承担婚姻带来的各类压力，困境造成的负面影响也会随之加剧。

2.3 社会权益保障与服务不完善

从基层一线服务情况来看，帮扶婚姻困境妇女的资源分配并不均衡。社区大多只能处理突发的家庭争执，很难长期跟进心理疏导工作。很多身处婚姻矛盾中的妇女不熟悉相关法律，不清楚财产与人身权利，权益受损时找不到法律援助渠道。基层工作人员优先平息眼前冲突，很少考虑当事人后续个人成长的需求。

同时，部分基层服务资源存在供需错位的情况，心理辅导、法律援助等专业服务大多集中在城区，乡镇、农村地区专业力量相对匮乏。同时社会层面仍存在老旧观念，部分人认为婚姻矛盾属于家庭私事，不应当对外求助，这种观念也会阻碍妇女主动接受社会服务。不少妇女会因为害怕旁人的闲言碎语，即便自身已经承受很大伤害，也不愿意主动到社区寻求帮扶[4]。

2.4 多系统协同帮扶机制缺失

帮扶婚姻困境妇女的工作，需要社工站、妇联、司法所、社区、医疗机构多方参与，但各方尚未建立稳定的协作方式。实务里各机构大多单独开展工作，信息无法共享。社区做完矛盾调解后，一般不会持续关注妇女心理状况；

法律援助办结后，也少有社工继续跟进心理支持。多方工作衔接不够顺畅，容易出现服务中断。

实际服务过程中，容易出现服务碎片化问题，各机构独立开展工作，缺少统一的服务安排。部分妇女先后对接多家单位，但机构间并不互通服务情况，出现重复服务或是服务缺位。此外，单个机构力量有限，长期协作机制不足，帮扶大多停留在单次介入，难以提供持续支持，服务成效难以长久维持。

3 生态系统视角下婚姻困境妇女社会工作实务优化路径

3.1 强化个体赋能以改善心理调适能力

社工介入帮扶的首要任务，是协助困境妇女调适心理状态，重塑自我认同感。服务起始阶段，社工以个案工作为主要方式，耐心倾听妇女的生活经历，接纳其积压的负面情绪，疏导长期累积的压抑与焦虑感受，引导妇女摒弃将婚姻困境完全归咎于自身的片面认知。待妇女情绪趋于平稳，社工再逐步引导其发掘自身优势与潜在能力。在此基础上，社工针对性开展沟通指导，教授妇女在冲突情境下的表达方式，帮助其学会合理陈述自身诉求，改变一味退让妥协的行为模式。对于有就业意愿的妇女，社工协助其梳理就业方向，逐步树立经济独立的意识。

在个案服务当中，社工要尊重服务对象的想法，不强迫妇女做出离婚或者维持婚姻的选择，把选择权交还给妇女本人。在情绪疏导之余，引导妇女客观看待婚姻当中的问题，区分哪些问题可以沟通改善，哪些伤害无法调和。个体赋能的核心，是让妇女拥有独立处理婚姻矛盾的能力，不再完全依附婚姻关系定义自身价值，能够理性权衡自身处境，自主做出符合自身利益的选择。

3.2 重建支持网络修复家庭社交关系

社工需依托小组工作与家庭治疗，重建妇女的支持网络。针对夫妻之间的矛盾，在双方自愿前提下开展家庭会谈，引导夫妻双方换位思考，改善沟通模式，减少争吵与情感忽视。如果夫妻双方矛盾已经十分尖锐，不适合开展家庭会谈，社工就将工作重心放在妇女自身支持系统搭建上。

对于妇女的原生家庭，在征得服务对象同意之后，尝试搭建沟通渠道，争取原生家庭的理解与情感支持。依托社区平台开设妇女互助小组，邀请处境相似的妇女参与活动，组员之间互相倾诉、交流经验，搭建同辈支持网络。鼓励妇女适度参与社区活动，拓展邻里社交，走出封闭的家庭生活。在小组活动中，妇女能够感受到自身并不是孤立的，同辈之间的经验分享，也能够给予妇女现实参考。完善家庭、亲友、同辈组成的支持网络，让妇女在遭遇婚姻压力时，拥有稳定的倾诉和求助渠道。

3.3 健全服务机制保障妇女婚姻权益

社工可联合社区、妇联定期开展普法活动，讲解婚姻家庭、反家暴相关法规，帮助妇女建立维权观念。利用社区服务站点汇集法律与心理两类资源，设立咨询点位，让妇女在家门口就能咨询求助。基层帮扶不能只调解矛盾，处理冲突事件的同时，也要注重提升妇女自身能力。社工在个案里记录妇女求助遇到的难题，向上反馈服务存在的不足，不断优化本地帮扶工作。此外，社区还可以开展形式多样的宣传活动，慢慢打破“家丑不可外扬”的传统固有思想，弱化社会对婚姻受害妇女的偏见，构建更加包容的社区环境，减轻妇女求助时的心理压力。考虑到乡镇、农村地区专业资源较为匮乏的现状，可以采用线上科普短视频、下乡巡回讲座等形式拓展服务范围，使更多农村妇女知晓自身合法权益，掌握求助途径。

3.4 推动多方联动搭建长效帮扶体系

建立多主体协同的帮扶机制，打通各个系统之间的联系。以街道社工站作为枢纽，联动妇联、司法所、派出所、社区卫生服务中心，搭建信息互通的合作机制[5]。遇到复杂案例，召开多方个案会商，根据妇女实际需求，匹配心理、法律、医疗等不同类型服务。建立个案转介和持续跟进制度，当一个部门完成阶段性服务之后，及时转介社工继续跟进，避免服务中断。

明确各个部门的工作责任，减少互相推诿、责任落空的情况。按照妇女实际处境划分风险等级，分层跟进服务，对人身安全、心理压力风险高的对象，增加个案回访次数。各部门保持持续配合，不再调解结束就终止服务，持续跟进帮扶，随时掌握妇女生活、心理变化，维持服务效果。社工在多方协作中负责对接协调，整合各类资源，为困境妇女提供连贯的专业社工服务。

4 结语

妇女陷入婚姻困境，并不单纯是感情破裂或者个人心理出现问题造成的，而是个人状况、家庭互动模式、社会服务条件等多重因素交织形成的复杂难题。以生态系统理论作为分析框架可以看到，婚姻家庭社会工作不能只做简单情绪疏导，应当充分考虑现实当中各类限制条件，实施整体性介入方案。开展实务工作时要坚持妇女的主体地位，充分尊重服务对象对于婚姻去留做出的决定，不能把调解家庭矛盾当成服务最终目的。在基层实务开展过程中，社

会工作既要注重提升困境妇女的心理调适能力与问题处理能力，也要协助其修复家庭与社会支持关系，联动社区、妇联、司法等相关部门完善配套服务保障，构建多方协同的常态化帮扶模式，切实缓解妇女婚姻压力，维护妇女合法权益。

参考文献：

[1] 吴帆，温腾龙，菅苗. 社会工作干预家庭暴力的社会性别视角：归因模式与行动框架[J]. 妇女研究论丛，2023(3): 88-100.

[2] 惠瑞，马美玲. 社会工作介入低收入乳腺癌群体社会支持网络建构研究——以 Y 市为例[J]. 才智，2022(33): 56-58.

[3] 郝彩虹. 家庭社会工作实务的理论视野[J]. 人口与社会，2016,32(2): 103-112.

[4] 杨金东，高艺洛. 社会工作介入彝族农村妇女反家庭暴力的社会文化实践[J]. 山东女子学院学报，2025(5): 52-61.

[5] 苏治玉，冯小会. 社会工作介入贫困丧偶单亲母亲家庭的救助探索[J]. 国际公关，2023(2): 78-80.