

文章编号: 1004-4574(2006)07-0153-06

# 地震灾害心理伤害的相关问题研究

董惠娟<sup>1,2</sup>, 李小军<sup>3</sup>, 杜满庆<sup>2</sup>, 杨彦波<sup>4</sup>

(1 中国地震局地球物理研究所, 北京 100081; 2 唐山师范学院, 河北 唐山 063000; 3 中国地震局工程力学研究所, 黑龙江 哈尔滨 150080; 4 中国农业大学 经济管理学院, 北京 100083)

**摘要:** 结合唐山地震灾区社会恢复与社会行为问题研究, 对将近 2000份有关地震社会问题的问卷进行了重新统计、整理, 归纳提炼出了与地震灾害心理伤害相关的内容。作者作为地震灾害的幸存者, 与灾民相伴, 对他们进行了相关的心理帮助, 并作了大量和深入的调查研究, 了解灾害造成的心理伤害程度, 同时进行了灾害心理统计与分析, 总结研究了地震发生前后的各种经验教训。

**关键词:** 地震灾害; 心理伤害; 社会行为

中图分类号: X4 文献标识码: A

## Study on problems related to earthquake disaster-caused psychological traumas

DONG Hui-juan<sup>1,2</sup>, LI Xiao-jun<sup>3</sup>, DU Man-qing<sup>2</sup>, YANG Yan-bo<sup>4</sup>

(1 Institute of Geophysics, China Earthquake Administration, Beijing 100081, China; 2 Tangshan Normal College, Tangshan 063000, China; 3 Institute of Engineering Mechanics, China Earthquake Administration, Harbin 150080, China; 4 College of Economics and Management, China Agricultural University, Beijing 100083, China)

**Abstract** With the research on the social recovery and social behaviour in Tangshan earthquake area, the authors make a statistic arrangement to the 2000 questionnaires on seismically social problems and sort out the relevant contents about earthquake-caused psychological traumas. The authors as the survivors in the earthquake together with the victims and help those who need psychological rescue. investigation shows the degree of the victim's psychological trauma from the earthquake. Meanwhile a statistic analysis is made on disaster psychology and various experiences and lessons are studied and presented.

**Keywords** earthquake disaster psychological trauma social behaviour

人类对于重大突发公共事件的关注,一般都放在它对生命、财产产生的效应上,这是肉眼可以观察到的,但我们必须认识到,其巨大破坏性不仅表现在物质方面的经济损失,而且表现在对社会秩序和人民生命安全的威胁,尤其重要的是它能给人的心理带来强烈和显著的影响,特别是身临其境的受灾者,当灾难过后,强烈的惊吓和悲恸刺激会使其处于一种非正常的心理状态,如果不及时治疗,容易产生灾后综合症,对生活工作造成严重影响。即使没有亲身经历过灾难的人,看到身边的亲人和朋友受伤或去世,也会在心理上产生恐慌、不安全感,甚至带来持久的精神创伤。在唐山大地震发生后,24万多人葬身在无情的残垣断壁之中,无数人流离失所,痛失亲人。然而,地震带来的绝不仅仅是灾难本身。“身体易救,心病难治。”幸存者虽然留住了性命,但心中却留下了难以愈合的伤口。可以说,没有健康心理的活人不是完整意义上的人,救人的根

收稿日期: 2006-08-10 修订日期: 2006-12-10

作者简介: 董惠娟(1962-),女,教授,博士,主要从事灾害心理研究。E-mail: hujiandong@sohu.com

本应该是拯救生命并恢复心理健康。

众所周之,地震灾害对人造成生理上的伤害,人们已有充分的认识和研究,并据此建立起地震医学、临场救护及伤病防治等救灾对策。面对地震灾害给人的心理造成的伤害,人们缺少足够的重视和研究,更缺少完整、系统、科学的措施,尤其是对灾害造成人的心理伤害进行救助的措施和对策研究。本文结合《唐山地震灾区社会恢复与社会问题研究》中的社会行为的研究,对将近 2000份问卷的社会行为问题从新统计、整理,本文试图对唐山地震灾害与心理伤害的相关问题进行分析研究,界定灾害心理内容的研究,以其引其对灾害心理结构的分析,对灾害心理内容的研究起到抛砖引玉的作用。

# 1 唐山地震造成心理伤害内容界定与分析

在探讨地震灾害心理造成心理伤害的相关性之前,我们应当首先了解什么是灾害心理。灾害心理是一种在灾害条件下产生的心理现象。它是灾害发生之后人的生存环境的变异及其身心创伤的体验和心理行为异常的反映。

其次是灾害心理的内容界定,本文作者通过对唐山大地震、岫岩、印度洋海啸引发的心理伤害的有关研究及在地震灾害中人们的行为表现可归纳为 9个方面:即灾害应激反应的异常、灾害需求倾向的异常、灾害心理情绪的异常、灾害生理反应的异常、灾害适应能力的异常、灾害认知过程的异常、灾害交往心理的异常、灾害行为反应的异常、灾害创伤后应激障碍。本文首先以唐山大地震为例加以阐述。

## 1.1 地震灾害应急反应的异常

从表 1可以看出地震发生时人的应急反应,能够采取正确的方式的人比较少,这说明在震时,人由于心理受到巨大的刺激,在短时间内很难做出正确的判断。

表 1 震时人的应急反应

Table 1 Emergency response of people under earthquake

序号	项目	频数 /人	频率 %	累计频率 %
1	立即躲到床下或桌子下或炕沿下	275	22.7	22.7
2	跑出房外	568	47.0	69.7
3	跳出楼外	27	2.2	71.9
4	坐着不动,听天由命	339	28.0	100.0
合计		1209	100.0	

## 1.2 地震灾害需求倾向异常

首先,唐山地震后,人们需求结构呈现出低层化特点,表现为物质性需求异常强化。在强烈的地震发生后,由于人的生存条件被毁坏,人的生命受到灾害环境的直接威胁,在生与死的选择面前,求生本能驱使人们把需求更多地支向物质内容,以保存自己的生命,因而使人的需求层次降低,生命动力趋向朝单一的物质内容靠近,使需求结构中的物质倾向得到强化。见表 2。

表 2 震后人的需求结构

Table 2 Demand of people after earthquake

序号	项目	应答次数 /人	应答次数占总次数百分比 %	应答人数占总人数百分比 %
1	食品	1054	20.5	58.6
2	衣服	693	13.5	38.5
3	水	1213	23.6	67.4
4	搭临时棚	589	11.4	32.7
5	扒救家人	592	11.5	32.9
6	扒找自己的财产	83	1.6	4.6
7	投亲靠友	57	1.1	3.2
8	坚守工作岗位,保护国家或集体财产	202	3.9	11.2
9	得到单位领导的具体帮助	77	1.5	4.3
10	非常想听到党中央对唐山地震的态度和采取的	547	10.6	30.4
11	非常想见到身边的人	43	0.88	2.4
合计		5150	100	286.1

注:有效样本数为 1800人。

其次,人的需求结构随着时间推移在变化。在震后的当天,人们在物质和心理上都急需帮助,而在过后的一段时期内,由于人们的物质需要逐渐得到恢复,人的物质需要迅速的减少;而人的心理需要虽然减少,但是仍然有部分人需要安慰和帮助。

从图 1 中可以看出,对衣服、水、食物等基本生活物品需求的人在当天的数量是很多的,随着时间推移,在一星期以后,数量很快下降,而安慰和帮助等心理需求则称平缓下降趋势。

### 1.3 地震灾害心理情绪的异常

情绪与情感是人对客观事物和对象所持的态度体验,其产生是以客观事物和对象是否满足人的需要为中介的。一切妨碍人的需要得到满足的事物和对象,都会引起否定的态度,使人们产生痛苦、忧愁、厌恶、恐惧、憎恨等不快之感。强烈的地震的突然袭击,使人们赖以生存的基本的物质与精神条件在一瞬间都难以挽回地失去了,人的心理极具恶化,人的情感剧烈震荡,从而出现了一系列的情绪和情感波动。

情绪性变化是人们对外部刺激的情感性反应,这些消极情绪在地震刚发生时表现的最为强烈,直到震后一个多月,才开始逐渐得到平复。这说明,强烈地震的巨大破坏作用对各种消极情绪产生了强烈的诱发作用。值得注意的是,直到震后一年多的时间,具有这些消极情绪反应的人,在被调查人总数中仍占有不小的比例,这也再次表明地震给人们造成心理伤害的严重性。

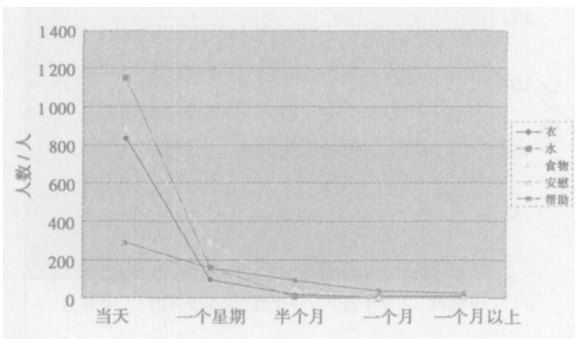


图 1 震后人的需求变化

Fig. 1 Demand change of people after earthquake

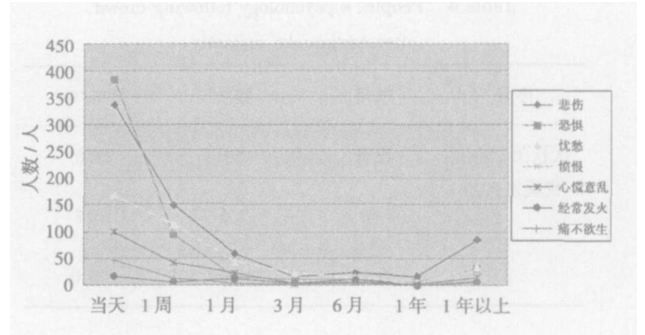


图 2 地震对人的情绪的影响

Fig. 2 Influence of earthquake on people's mood

由上图 2 可以看出,在地震发生的当天,出现恐惧和悲伤的人数明显的多于其他类型的情绪变异,而在一周以后,各种情绪变异的人数都出现了下降趋势,在 3 个月到一年的时期内,各种情绪变化的人数处于差不多的情况,而在震后一年以后,情绪异常又出现了上升趋势,其中悲伤、恐惧和忧愁多于另外几种情绪异常。

### 1.4 地震灾害生理反应的异常

地震灾害中如亲友死亡、社会环境的破坏等,这些不良的社会心理因素可引起抑郁、悲伤、恐惧等,当一个人的心理压力长时间不能消除,又缺乏家庭、亲人关怀和支持,久而久之,便可引起内分泌激素的分泌失调、免疫功能下降等一系列的生理反应。继而可引起多种疾病(称为心身疾病),常见的有:高血压、胃十二指肠溃疡、冠心病、心律失常、支气管哮喘、偏头痛、糖尿病、甲状腺功能亢进、慢性溃疡性结肠炎、荨麻疹、月经失调、阳痿(部分)、牛皮癣、腰腿痛等。近来的研究还发现,癌症发病和白细胞增高,也与心理压力有关。

### 1.5 地震灾害适应能力的异常

在遭受巨大心理创伤的条件下,震后一段时期内,一些人出现了种种心理不适应的情况,由心理不适应主要导致了 3 类负向行为,一是违规行为,如到商店拿东西,到粮店拿粮食;二是违德行为,如见危不救,不管单位和他人;三是违法行为,如抢银行和仓库,抢别家的东西。产生这些行为主要是受灾者在灾后由于恶劣生活条件和思想出现逆向转变造成的。见表 3

### 1.6 地震灾害认知过程的异常

首先是对地震流言的态度,据邹其嘉等人调查,有近 2/3 的人对地震流言持半信半疑(59%)或完全相信(51%)的态度;对其根本不相信的只占(23.6%)。地震造成人的心理无法正确的认知周围事物,使人产生了从众心理。见表 4

由于巨大灾难给人们心理的打击,约有 17.3%的人萌生离开唐山出走他乡的想法,而且这种想法甚至持续半年之久,由此可知地震造成的巨大心理悲痛和心理阴影。

表 3 震后出现的消极行为及其次数

Table 3 Negative behaviour occurring after earthquake and corresponding times

序号	项目	应答次数 /人	应答次数占总次数百分比 %	应答人数占总人数百分比 %
1	到商店拿东西	354	31.8	61.5
2	抢银行和仓库	42	3.8	7.3
3	抢别家东西	323	29.0	56.1
4	见危难者不救	101	9.1	17.5
5	到粮店拿粮食	126	11.3	21.9
6	不管单位和他人	166	14.9	28.8
	合计	1112	100.0	193.1

注:有效样本为 576人。

表 4 震后人的从众心理——选择“大伙怎么办,我就怎么办”人数

Table 4 People's psychology following crowd after earthquake instantly

序号	项目	频次	频率 %
大伙怎么办,我就怎么办	没有	1561	83.6
	有	305	16.7
	合计	1868	100.0

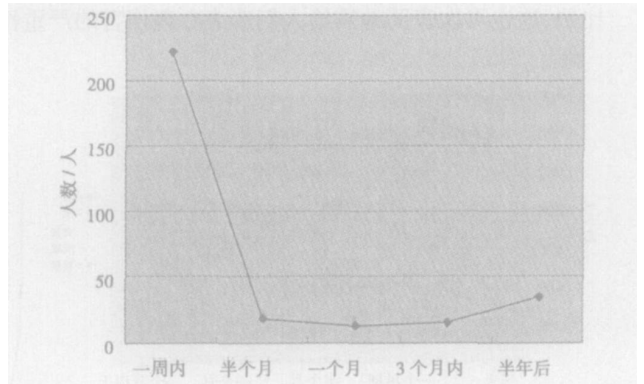


图 3 震后想离开唐山的人数变化

Fig 3 Change of number of people to want to leave Tangshan

从上图 3可以看出,震后产生想离开唐山的人数随着时间的推移在逐渐减少,在震后一个月后人数最少,但是在半年后,人数又出现增加现象。

### 1.7 地震灾害交往心理的异常

人的交往心理主要体现在震后人与人之间的心理关系,也就是人际关系的变化上,主要表现在以下两个方面:

(1) 社会亲和力增强。所谓亲和力是指个人企求合群、企求群体包容的心理动力。人的心和需求是一种复杂的心理现象。在常时,由于人们之间的社会职业、社会角色以及爱好、兴趣等不同,使得人们的亲和行为具有明显的选择性。地震给人们造成了恐惧心理、孤独感和失落感。震灾一瞬间夺取了人们的一切:基本生存条件、亲人朋友、个人财产以及工作学习的条件等。这种严重的心理创伤和恶劣的外界环境,必然强化受灾者的亲社会行为。

调查表明,见表 5 在 2294个调查对象中,有 96.4%的人在震后感到离开组织和社会个人难以生存。产生亲社会行为的具体原因有多种,分布频率较大的是因为街道、单位发放救济品,自己埋压被救出和医疗队为自己和亲人治伤。

表 5 对“震后是否感到离开组织和社会个人难以生存”的回答

Table 5 An answer to “if it is difficult for person's survival to leave organization or society after earthquake”

回答	是	否	合计
人数 /人	2211	83	2294
占比例 %	96.4	3.6	100.0

(2) 社会责任感明显增强。人际交往中的责任,是在彼此深化交往中形成的义务关系。在正常社会条件下,这种义务关系有3种基本形态,一是先天具有的(如父母对子女);二是社会角色赋予的(如教师对学生);三是自我认可的(如爱人之间、朋友之间的责任)。震后社会责任感具有十分明显的强化趋势。这是因为震后特定的生存条件,在同一时间里将社会上所有的人都置于共生死的境遇中。大灾当前,人们只有两条路可走,要么相互帮助,共同抗灾,求得生存;要么各自逃难,不管他人,最终为灾害所吞没。在生死面前,人们自然要选择有利于生存的机会,彼此团结,同舟共济,主动自救互救,互相之间形成一种责任关系。这种责任关系表现为一种人道主义的利他精神。调查表明,在1559份有效问卷中,分别有64.4%和44.6%的人选择了抢救被埋压的人和救助受伤者,这是震后社会责任感明显增强的有力证明。

### 1.8 地震灾害行为反应的异常

地震导致人的行为异常的表现形式很多,由于问卷项目限制,在此仅对人的交往行为进行论述。地震对人的交往行为产生影响,主要使人产生焦急的感觉,在1868人中,共有238人因为各种原因同其他人发生了冲突,种类如表6

表6 发生冲突的原因

Table 6 Cause for conflict

序号	种类	争吵人数/人	占争吵总人数百分比/%
1	食物	29	12.2
2	水	3	1.3
3	钱物	3	1.3
4	住房	23	9.7
5	领取救济品	29	12.2
6	医疗问题	4	1.7
7	不能容忍与自己不同的意见和行为	15	6.3
8	遇事不冷静	8	3.4
9	不知为啥发火	7	2.9
10	因自己说话声引起对方误会	3	1.3
11	因心情不好爱发脾气	7	2.9
12	对方说话无理、蛮横	23	9.7
13	对方做事不公正	40	16.8
14	对方仗势欺人	13	5.5
合计		238	100.0

### 1.9 地震灾害创伤后应激障碍

地震造成人的各项心理异常进一步发展,如果得不到及时救助,就会造成人的心理的崩溃,导致人的心理创伤性障碍。从发生根源上看有3个方面。首先是地震造成的人的生存条件的毁坏,使人们难以在短时间内确立正常心理生活的外部支持系统。虽然大规模的救灾生活可以临时解决人们急需的衣食住用等方面的生活需要,但这绝对无法同正常条件下的生活情景相比,所以,人们心理反应的外部平衡条件,很难像正常环境中那样有效地发挥作用。其次是地震可能诱发的诸多次生灾害,如水灾、疫病流行、环境灾害、地质灾害等等,时刻威胁着灾民的生命和财产安全。这些次生灾害让人们长时间处于恐惧、忧虑之中,惊悸的心绪久久难以平静。三是地震本身的威胁。遭受过强烈地震灾害打击的人们,对可能再发生的地震极为敏感。人们时常会受到各种有关地震的传言、谣言及信息的影响。出现离家避险、外出逃难、情绪波动等异常反应,干扰正常的工作和生活。因此,遭受地震打击的人们,会长时间受到恐震心理的影响。

强烈的地震会在相当长的时间内给人们心理留下强刺激反应背景,使人们对地震灾害的感受反应造成不同程度的影响。从表7可以看出,地震很明显的在人们心中造成了长时间的阴影。

表7 回想唐山地震的感受

Table 7 Feeling in recall of Tangshan earthquake

序号	项目	频数	频率/%	累计频率/%
1	担惊受怕	1033	59.7	59.7
2	无所谓	552	31.9	91.6
3	从无担惊受怕的感觉	146	8.4	100.0
合计		1731	100.0	

## 2 小结

地震灾害给人们造成的惨烈灾难,不仅在于它在一瞬间摧毁了一座城市,给人们留下一片疮痍满目的物质废墟,还在于它同时给人们的心理造成了巨大伤害,然而。人的心理世界,留下一片难以抚平的痕迹。

经历灾难的人们至今仍然难以忘记灾害发生后那可恐怖的情景,黑云惨淡,闪光怪异,人们挣扎着从残痕断壁和随时瓦砾中爬出来,抖落满身的灰尘,抹去身上的血迹,还来不及完全弄清身边发生的巨大变故,眼前就突然展现出一片可怕的场景。脚下成为惨不忍睹的死亡之地。自己和家人多年苦心经营的家园和财产,已化为墟土,荡然无存。原先确立的生活和理想,顷刻之间成为泡影……。

灾害给人类造成的心理伤害。是无形和不可见的,人们则常常予以忽视。作为受伤害的直接受体的人,在灾害中既会受到躯体的损伤,同时也会受到心理上的伤害。灾害给人们造成的躯体损伤,直接源于灾害的人工构筑物的毁坏和地质地貌的破坏。表现为身体受伤或生命死亡,是地震灾害对人类生命的直接危害。而地震给人的心理造成的损伤,其发生机理则远比躯体损伤要复杂得多。它既可以因个人身体遭受的伤害而引起,由躯体伤害引伸到心理伤害;也可以因个人难以承受家毁人亡、亲朋离散的打击而造成心理上的创伤;还可以因个人对环境的异常难以适应,而出现心理活动失调,虽然地震灾害给人们造成的心理伤害是无形的,但它的影响却是巨大的、极具破坏性的,因此,在地震灾害求助和防灾时,应将灾害心理的治疗和求助作为一项重要内容来抓好,从而减轻人们的心理创伤,焕发斗志,搞好灾害救助工作。

## 参考文献:

- [ 1 ] 邹其嘉,王子平,等.唐山地震灾区社会恢复与社会问题研究[M].北京:地震出版社,1997
- [ 2 ] A vriette M. 危机干预与创伤治疗方案[M].梁军,译.北京:中国轻工业出版社,2004.
- [ 3 ] M arks R F. The NORC Studies of Human Behavior in Disaster[ J]. The Journal of Social Issues 1954 10( 3): 31
- [ 4 ] Abe K itao. The behavior of survivors and victims in a Japanese nightclub fire a descriptive research note[ J]. Mass Emergency, 1976 1: 119- 124
- [ 5 ] 斯托曼.情绪心理学[M].沈阳:辽宁人民出版社,1986.
- [ 6 ] 孟昭兰.人类情绪[M].上海:上海人民出版社,1989.
- [ 7 ] Rritz F, M arks. The NORC Studies of Human Behavior in Disaster[ J]. The Journal of Social Issues 1954, 10( 3): 31.