

绘画治疗与心理剧整合介入事实无人抚养儿童亲职化困境的个案研究

刘佳林

湘潭大学，湖南 湘潭 411105

DOI:10.61369/SE.2026030015

摘 要： 针对事实无人抚养儿童因家庭照料超载导致的亲职化困境与高防御心理，本研究构建了“意象外化与角色重构”的绘画治疗与心理剧整合干预模式。为突破传统言语辅导的局限，该模式首先以绘画的意象外化建立安全的心理投射空间；进而通过心理剧的具身演练协助案主在行动中剥离错位角色，并辅以班级社会剧实现去污名化。研究表明，此表达性艺术干预能有效瓦解案主防御，修复亲子图式，促成生存重负向成长潜能转化。实务中需严守临床边界，并联动社区与医疗资源形成长效托底。

关 键 词： 事实无人抚养儿童；亲职化；绘画治疗；心理剧；表达性艺术干预

A Case Study on the Integrated Intervention of Painting Therapy and Psychodrama in Addressing the Parentification Dilemma of De Facto Unparented Children

Liu Jialin

Xiangtan University, Xiangtan, Hunan 411105

Abstract： In response to the parenting dilemma and high defensive mentality caused by family care overload among de facto unparented children, this study developed an integrated intervention model combining painting therapy and psychodrama, termed "Imagery Externalization and Role Reconstruction." To overcome the limitations of traditional verbal counseling, this model first utilizes the externalization of imagery through painting to establish a safe psychological projection space. Subsequently, it employs embodied rehearsals in psychodrama to assist clients in disengaging from misaligned roles through action, supplemented by classroom social dramas to destigmatize their experiences. Research indicates that this expressive arts intervention effectively dismantles clients' defenses, repairs parent-child schemas, and facilitates the transformation of survival burdens into growth potential. In practice, it is crucial to strictly adhere to clinical boundaries and collaborate with community and medical resources to provide sustained support.

Keywords： de facto unparented children; parenting dilemma; painting therapy; psychodrama; expressive arts intervention

一、问题的提出

事实无人抚养儿童是指父母因重残、重病、服刑或失联等原因无法履行监护职责的未成年人。近年来，我国针对该群体的福利保障体系不断完善，截至2025年第三季度，该群体平均基本生活保障标准已达每人每月1535.4元，教育与医疗救助等政策兜底亦逐步落实。然而，单纯的资金兜底往往难以修复受损的家庭照护生态。当法定监护人丧失日常运转能力时，未成年子女常被动填补成人空缺，承担起超越其认知发展阶段的家庭责任^[1]。这种儿童与父母发生角色互换的现象被称为“亲职化”（Parentification），涵盖处理家务财务的“工具性亲职化”与承托家人情绪的“情感性亲职化”，两者在困境家庭中往往高度交织^[2]。

相较于留守儿童因父母外出务工导致的“物理缺位”^[3]，事实无人抚养儿童面临的是监护人能力的“实质受损”。这种长期的家庭系统脆弱性缺乏过渡空间，给儿童带来的身心压力更为隐蔽。在传统文化语境下，亲职化常被民间视作“早当家”的亲社会表现，但这在无形中掩盖了照料超载的潜在风险^[4]。长期的情感承托易使儿童压抑真实需求，引发自我认同发展迟缓与社交退缩^[5]；过早承接重压也迫使其建立起高戒备的心理防御机制^[6]。然而，客观而言，长期的家庭统筹经历也使部分儿童发展出了较强的危机应对与心理韧性。如何温和地缓解亲职化带来的身心耗竭，并引导其将生存压力转化为积极潜能，是基层社会工作亟待回应的议题。

面对高度亲职化且心理防御较强的儿童，传统的以语言为主要媒介的面质辅导常常受限。服务对象易将言语交流视为潜在的

作者简介：刘佳林（2001.08-），女，汉族，浙江诸暨人，在读硕士研究生，研究方向：儿童与家庭社会工作。

评判,从而产生语言阻抗。在此背景下,表达性艺术治疗展现出了独特的介入优势:绘画治疗能提供非结构化的安全投射空间,帮助儿童绕过理性防御,将复杂情绪以“意象外化”的形式释放;心理剧则侧重“具身演练”,通过替身、角色互换等技术,协助儿童在安全的剧场时空中重新体验互动,温和地剥离错位的照料者角色。

鉴于此,本研究选取一名具有双重亲职化典型特征的农村事实无人抚养儿童为个案。针对其因家庭重负导致的退缩与高防备心理,本研究引入表达性艺术治疗,构建“意象外化与角色重构:绘画与心理剧整合干预模式”。旨在探讨如何利用动静结合的干预媒介,协助案主修复错位的亲子图式,并在外部系统中实现去污名化,最终促成其亲职化经验向积极心理资本的转化,为社会工作介入复杂困境儿童提供实务参考。

二、个案概况及其需求预估

本研究依托X市困境儿童心理干预项目,基于社区社会工作者的转介,选取案主小欧(化名)为服务对象。在充分沟通与双向知情同意的前提下,社会工作者与其建立起专业助人关系。

(一) 基本概况

案主小欧,女,14岁,初中二年级学生。其家庭属典型的事实无人抚养家庭:父亲早逝,母亲及两名弟弟均患有重度智力障碍。由于家庭客观照料与情感支持功能严重受损,外部支持网络薄弱,小欧在生存压力驱使下,长期处于高度的“双重亲职化”状态,成为维持家庭基本运转的实际支撑者。

(二) 问题与干预需求预估

通过参与式观察与多方访谈,社会工作者发现案主在个体心理、家庭角色与外部适应上均面临显著困境。针对其较强的心理防备,常规言语面质难以切入,亟需引入表达性艺术媒介进行针对性干预。

1. 情感压抑与阻抗下的意象外化需求

在情感性亲职化层面,案主长期承托患病母亲的情绪发泄,亲子情感反馈缺位。为抵御情感耗竭,她建立起僵化的防御机制,常以防备甚至带有攻击性的言语掩饰内心的脆弱与低自我价值感,对社会工作者的初期接触表现出明显的言语阻抗。因而,案主亟需一个安全、无评判的容器宣泄压抑情绪。相较于直接的言语交流,她更需要借助绘画治疗等视觉媒介,通过线条与色彩的“意象外化”,在低防御状态下安全表达创伤体验。

2. 角色错位与内耗下的具身重构需求

在工具性亲职化层面,案主需统筹全家救助资金并包揽繁重家务,个人照料空间被严重挤压。长期的角色越位导致其“儿童自我”与“照料者自我”边界模糊,她将家庭生存重负内化为绝对责任,因无法改变现状而深感内疚与疲惫。因而,单一认知劝导难以改变其责任内化。案主需要通过心理剧的角色互换与替身技术等行动体验,产生“具身认知”,切身体会监护人的客观局限,从而在心理层面温和剥离错位的照料负担,重塑个人边界。

3. 同伴排斥与孤立下的外部共情需求

长期的家庭封闭导致案主缺乏同伴交往技巧。在学校系统中,因家庭背景与防御性行为,她遭遇了同伴排斥与污名化,近

期甚至因被误解而爆发了将自己反锁在杂物间两天一夜的极端退缩行为,暴露了其外部支持网络的脆弱。因而,卸下内在防御必须依托外部环境的接纳。社会工作者需将干预延伸至学校,通过社会剧或心理剧团辅,将案主隐蔽的生存重负转化为激发同龄人共情的剧场故事,消解污名化,重塑友善的微观支持网络。

三、个案干预过程与成效评估

本案干预遵循由浅入深、由内向外的演进逻辑:首先,借非语言媒介破除案主心理防备,搭建情绪容纳空间;其次,在具身演练中启发案主反思,温和剥离错位的家庭角色;再次,通过跨时空预演,引导案主将照料重负重构为成长的心理资本;最后,将干预延展至学校与社区,在群体互动中消解污名化,重塑外部支持网络。

(一) 绘画投射: 意象外化与情绪破冰

面对初期展现出较强言语阻抗的案主,社会工作者引入自由绘画作为低防御媒介,为其提供安全的心理投射空间。在案主创作《小鸡溺毙》并隐晦表达主人公想以“消失”唤起家人愧疚时,社会工作者启发案主自我探索:“画里的小鸡经历了什么?它现在最需要什么?”在此基础上,社工结合心理剧的替身理念,以试探和共情的语调,为案主提供情绪命名的脚手架:“我似乎感觉到这只小鸡背负了超出它承受范围的东西,它太累了,是这样吗?”这种引导式的回应不仅避免了直接面质的压迫感,更启发了案主向内觉察。在社工的温和共情下,案主逐渐确认并主动倾听了积压已久的委屈,情感防线初步解冻。

(二) 剧场演练: 具身认知与角色解绑

情绪宣泄后,干预重点转向处理案主因母亲长期情绪发泄而内化的自我否定与责任超载。为打破其僵化的认知图式,社会工作者引入心理剧技术进行具身演练。社会工作者在咨询室内布设了“空椅子”,鼓励案主与“母亲”对话,并适时引导其进行角色互换。当案主坐到母亲的位置上时,社工通过提问引导其转换视角进行深度反思:“作为母亲,当你面对生活的重担和自身疾病的限制时,你内心真实的感受是什么?”在社工的步步引导下,案主在扮演中切身体会到了重度智障女性面对现实的恐惧与无力。这种身体力行的演练促发了深层的认知共情,社工借机引导案主厘清心理边界,将“母亲因病产生的局限”与“自身的价值”逐渐剥离,有效缓解了其不合理的内疚感。

(三) 动静结合: 意义重构与优势转化

在微观重构深化阶段,干预旨在引导案主将亲职化经验转化为积极潜能。社会工作者首先通过共读隐喻绘本,启发案主接纳自身的敏感与不完美。随后,结合绘画与心理剧的附加现实技术,协助案主创作未来图景。在构想并演练创办企业帮助弱势儿童的场景时,社工引导案主回溯过往:“你觉得过去精打细算管理全家救助金、照顾弟弟的经历,为你未来经营这家‘海鸥公司’积累了什么?”通过这种叙事重构的引导,案主逐渐觉察到,早年被迫统筹生存资源的经历,客观上已将其锤炼为具备较强危机应对能力的个体。亲职化的“生存重负”在反思中被赋予新意,升华为面向未来的心理资本。

(四) 系统延展: 团体心理剧的群体共情

个体认知的转化需外部环境的接纳予以巩固。在具备社区喘息服务与专科医疗托底的前提下,社会工作者将干预场域延伸至

学校，着手重塑案主的同伴支持网络。为化解案主遭受的污名化，社工以“被误解的刺猬”为主题，在班级内开展了团体心理剧。社工引导全班学生演绎并反思刺猬过度自我保护背后的原因，探讨防备行为下掩藏的生存压力，激发了同龄人的同理心，较好改变了班级原有的评判视角，为案主重新融入集体培育了包容的生态土壤。

（五）效果的多维评估

经过四个月的整合干预，本研究采用量表与行为观察结合的方式评估成效。

1. 量表测查

案主的 Kessler10 心理困扰量表得分由 32 分降至 18 分，持续疲劳感与无望感显著降低；CD-RISC 心理弹性量表得分由 63 分提升至 81 分，“坚韧性”与“力量感”维度增长明显，反映出自我效能感的提升。

2. 行为与互动评估

自我照料方面，案主未再出现极端物理退缩，紧绷的防御姿态明显放松。家庭互动方面，案主学会了保持心理边界，面对母亲的情绪发泄能采取空间隔离等策略进行缓冲。学校适应方面，在群体共情后，案主开始主动与同学交流。求助网络方面，案主能主动对接社区志愿者申请喘息服务。综合表明，干预有效缓解了案主的亲职化内耗，促成了积极的社会适应。

四、“意象外化与角色重构”整合干预模式的建构

基于上述个案实践，针对事实无人抚养儿童因家庭监护功能受损而陷入的亲职化困境，本研究提炼出“意象外化与角色重构绘画与心理剧整合干预模式”（见图1）。该模式旨在介入并缓解亲职化带来的心理防御与角色错位，协助服务对象将生存压力转化为积极适应的能力。

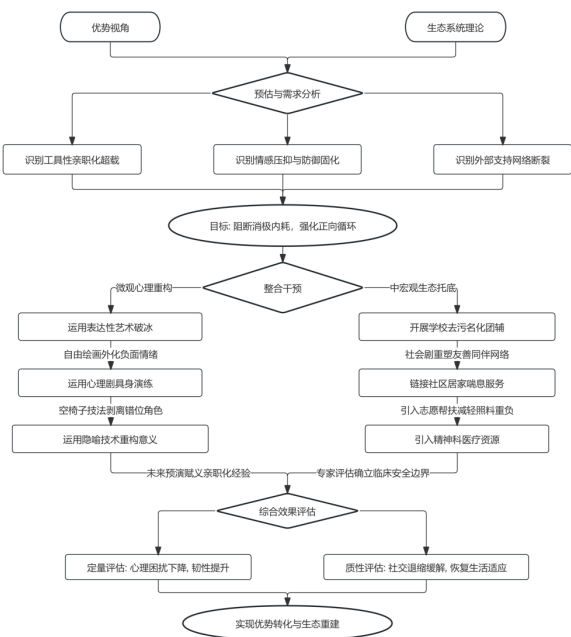


图1 “意象外化与角色重构”整合干预模式实务操作流程图

（一）模式的核心机制

该干预模式强调心理重构与环境支持的协同发力，其核心机制建立在“静态投射”与“动态演练”的互补之上。面对具有较强防备心理的亲职化儿童，绘画治疗的“意象外化”功能提供了一个安全的心理空间，帮助其绕过语言防御，以视觉符号释放压抑情绪。随后，心理剧的“具身演练”通过角色互换、替身等技术，将干预转化为实际的人际互动。这有助于儿童在行动中明确心理边界，逐步卸下错位的照料者责任，实现从情绪疏导到认知修复的过渡。

（二）模式的递进操作阶段

该模式遵循“化解防御与激活潜能”的逻辑，分为四个递进的实务阶段：

一是媒介破冰与情绪外化。干预初期暂缓直接的言语面质。借助绘画等视觉媒介搭建安全的情感表达空间，协助儿童安全宣泄因照料超载积压的委屈与疲惫，缓解心理耗竭。

二是具身演练与角色解绑。针对亲子角色倒置，运用心理剧重现互动场景。引导儿童在角色互换中体会监护人的客观局限，产生认知共情，从而将家属的责任与自身的边界逐步厘清。

三是经验重构与优势转化。在缓解负面情绪后，借助隐喻与未来预演等技术，引导儿童重新审视承担家务与统筹资源的经历，将其从生存负担重构为抗压能力与生活管理技能，促成经验的积极转化。

四是系统延展与环境支持。个体认知的改变需要外部环境的接纳。社会工作者需在学校等外部系统开展团体心理剧，促进同伴群体的理解与共情，重塑友善的社会支持网络。

（三）社工角色定位与专业技术

在该模式中，社会工作者主要扮演情绪表达的引导者与认知反思的辅助者。实务操作中，社工需善用隐喻提问与投射技术，面对案主的创伤叙事避免直接评判。例如，通过试探性提问（如“画中的小鸡需要什么？”）引导案主自我探索。同时，在处理家庭关系时，灵活运用视角转换技巧（如“作为母亲，真实的感受是什么？”）推动案主换位思考。这种将探讨与解释的主动权交还给服务对象的方法，有助于激发其内在洞察力，促进认知的平稳修复。

五、结论与反思

（一）研究结论

本研究通过对典型个案的深入剖析发现，事实无人抚养儿童面临的亲职化困境并非简单的劳务分担，而是一种伴随角色错位的复合型身心耗竭。这种结构性压力易使儿童建立高防御的社交退缩模式，增加外部适应难度。

针对该群体的心理阻抗，传统的单一言语干预收效有限。研究验证了“意象外化与角色重构”整合干预模式的实务可行性：通过绘画降低防御、外化情绪，运用心理剧具身演练、剥离错位角色，并辅以社会剧改善外部生态。这种静动结合的表达性艺术干预，有效缓解了亲职化带来的身心损耗，促进了案主生存经验

向成长优势的转化，为基层社会工作介入此类复杂困境提供了实务参考。

（二）实务反思与建议

1. 优势视角的运用须坚守伦理边界引导案主重构生存经验是优势视角的核心，但在面对高度亲职化群体时，应警惕“强行正向转化”。发掘案主的抗逆力，必须建立在对其积压情绪充分容纳的基础之上。若跳过情绪疏导而直接强调“苦难即财富”，不仅难以激发真实动力，反而可能演变为另一种形式的道德施压。

2. 心理干预须与实体生存支持协同亲职化既是心理议题，更是结构性的家庭困境。社会工作者不能将干预局限于认知改变，

而应致力于改善案主的生存生态。在落实救助资金的同时，建议引入居家喘息服务，通过社区与志愿者网络分担照料压力。若无法减轻工具性亲职化的现实负担，微观心理干预所激发的积极潜能将难以持久。

3. 复杂个案亟待构建多学科联动机制长期处于高压环境下的儿童常伴随复杂的创伤反应。表达性艺术治疗具有较强的情绪穿透力，要求社工具备敏锐的临床风险评估意识。应对此类高风险个案，应打破部门壁垒，构建由社会工作者、学校及精神专科医院资源组成的协作平台。通过定期的专业评估与医疗托底，确立清晰的安全边界与危机预案，确保干预过程的专业性与安全性。

参考文献

[1]HooperLM,DecosterJ,WhiteN,etal.Characterizingthemagnitudeoftherelationbetweenself-reportedchildhoodparentificationandadultpsychopathology:ameta-analysis[J].JournalofClinicalPsychology,2011,67(10):1028-1043.DOI:10.1002/jclp.20807.

[2]Khafi,T.Y.,Yates,T.M.,Luthar,S.S.EthnicDifferencesintheDevelopmentalSignificanceofParentification[J].FamilyProcess,2014,53(02):267-287.

[3] 聂戈,古乐楠,农村留守儿童的亲职化困境及其化解对策[J].福建教育学院学报,2025,(01):38-42.

[4] 江雪婷,崔晶,“亲职化”的概念、成因和后果[J].中国人民大学教育学报,2024,(03):110-120.

[5] 王琳.亲职化对中学生羞耻感的影响[D].华东师范大学,2013(S2).

[6] 赵云龙,高祖会.亲职化及亲职化经验的作用机制探讨[J].大理学院学报,2016,001(007):71-76.DOI:10.3969/j.issn.2096-2266.2016.07.013.