

休学青少年书法艺术疗愈团体的医务社会工作实践研究

崔俊强¹, 王英杰², 孙 轶³, 牛 怡¹, 张达明^{1*}

¹山西省儿童医院(山西省妇幼保健院)精神卫生科, 山西 太原

²山西励耘教育科技有限公司课程研发中心, 山西 太原

³晋源区妇幼保健计划生育服务中心心理保健科, 山西 太原

收稿日期: 2026年7月4日; 录用日期: 2026年9月1日; 发布日期: 2026年9月8日

摘 要

目的: 针对休学青少年对传统言语心理干预依从性低、情绪表达困难、社会功能退缩等困境, 探索书法艺术疗愈团体的本土化干预路径与作用机制。方法: 采用质性个案研究设计, 以山西省儿童医院精神卫生科的9名休学青少年为研究对象, 构建“社会工作师 + 书法美育导师”双师协作模式, 开展9次封闭式书法艺术疗愈团体。通过半结构化深度访谈、参与式观察、实物资料分析与带领者日志多元收集资料, 运用主题分析法进行系统编码与分析。结果: 提炼出四类作用路径: 情绪调节路径的非言语拓展、自我价值感的重构与接纳、安全社交体验与团体连接感建立、对书法与自我认知的双重重构。书法艺术疗愈团体可有效降低青少年的心理干预阻抗, 帮助其通过笔墨载体完成情绪外化与自我探索, 在非评判场域中修复社会连接。结论: 以书法为媒介的非语言、去标签化干预模式适配中国青少年文化心理特征, 能够为休学青少年提供温和且专业的心理支持, 可为青少年精神卫生服务的本土化实践提供质性参考与实务依据。

关键词

医务社会工作, 休学青少年, 书法艺术疗愈, 质性研究

Practice Research on Medical Social Work in Calligraphy Art Therapy Groups for School-Suspended Adolescents

Junqiang Cui¹, Yingjie Wang², Yi Sun³, Yi Niu¹, Daming Zhang^{1*}

¹Department of Mental Health, Shanxi Provincial Children's Hospital (Shanxi Provincial Maternal and Child Health Hospital), Taiyuan Shanxi

*通讯作者。

文章引用: 崔俊强, 王英杰, 孙轶, 牛怡, 张达明. 休学青少年书法艺术疗愈团体的医务社会工作实践研究[J]. 社会科学前沿, 2026, 15(9): 10-19. DOI: 10.12677/ass.2026.159723

²Curriculum R & D Center, Shanxi Liyun Education Technology Co., Ltd., Taiyuan Shanxi

³Department of Psychological Health, Jinyuan District Maternal and Child Health and Family Planning Service Center, Taiyuan Shanxi

Received: July 4, 2026; accepted: September 1, 2026; published: September 8, 2026

Abstract

Objective: In response to the dilemmas faced by school-suspended adolescents—including low adherence to traditional verbal psychological interventions, difficulties in emotional expression, and social function withdrawal—this study aims to explore the localized intervention pathways and underlying mechanisms of calligraphy art therapy groups. **Methods:** Adopting a qualitative case study design, 9 out-of-school adolescents from the “Ink Heart Journey” project of the Mental Health Department of Shanxi Children’s Hospital were selected as research subjects. A dual-teacher cooperation mode of “social worker + calligraphy aesthetic education tutor” was constructed, and 9 closed calligraphy art therapy groups were carried out. Data were collected through semi-structured in-depth interviews, participatory observation, physical data analysis and practitioners’ logs, and systematically coded and analyzed by thematic analysis. **Results:** Four core action pathways were identified: the non-verbal expansion of emotion regulation pathways, the reconstruction and acceptance of self-worth, the establishment of safe social experiences and group connectedness, and the dual reconstruction of calligraphy perception and self-cognition. Calligraphy art therapy groups can effectively reduce adolescents’ resistance to psychological intervention, help them achieve emotional externalization and self-exploration through the medium of brush and ink, and restore social connection in a non-judgmental setting. **Conclusions:** The non-verbal and de-labeled intervention mode with calligraphy as the medium adapts to the cultural and psychological characteristics of Chinese adolescents, can provide gentle and professional psychological support for out-of-school adolescents, and provides qualitative reference and practical basis for the localized practice of adolescent mental health services.

Keywords

Medical Social Work, School-Suspended Adolescents, Calligraphy Art Therapy, Qualitative Research

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

近年来，青少年情绪障碍与学业倦怠引发的休学现象日益凸显，已成为儿童精神卫生领域的重点服务议题[1]。休学青少年普遍具有心理防御性强、言语表达意愿弱、社会功能退缩等特征，对传统访谈式心理治疗的接受度与依从性不足，是临床服务中典型的高阻抗、边缘化群体[2]。当前主流心理干预技术多源于西方理论体系，与中国青少年内敛、含蓄、不善情绪外化的文化心理特征存在适配差距，亟需探索兼具文化适配性与低阻抗性的本土化干预路径[3]。书法作为中华优秀传统文化的核心艺术形式，兼具具身性、象征性与文化滋养性，运笔的节律感、线条的表现力与汉字的文化底蕴，以此为基础的书法艺术疗愈为青少年心理干预提供了天然的本土化媒介[4]。

现有相关研究多以量化效果验证为主，对干预过程中青少年的主观体验、心理变化机制与团体互动过程的深度揭示不足。本研究采用质性个案研究方法，以山西省儿童医院精神卫生科书法艺术疗愈团体为实践场域，由医务社会工作者主导构建双师协作模式，针对休学青少年开展系统性干预，通过深度访谈与过程性资料深入探究书法艺术疗愈的作用路径与主观成效，以期丰富青少年精神卫生服务的本土化实务经验，为医务社会工作与中华优秀传统文化的融合发展提供质性依据。

2. 案例背景

2.1. 服务场域与个案来源

本研究开展于山西省儿童医院(山西省妇幼保健院)精神卫生科，科室年门诊量约3万人次，青少年情绪障碍、适应障碍就诊占比超40%，休学相关心理服务需求持续增长。研究对象通过三类渠道纳入：精神科医师临床转介、心理治疗师个案转介、科室官方公众号公开招募。医务社会工作者在日常个案管理中发现，12~18岁的休学青少年群体普遍对传统言语心理干预存在强烈阻抗，常规临床服务难以触及深层心理需求，是临床服务体系中的薄弱环节。

2.2. 初步评估与专业关系建立

接案阶段，医务社会工作者通过入组前一对一访谈，与研究对象及其监护人建立初步专业关系，完成入组适配性评估。经评估，该群体核心特征集中于三方面：一是身份阻抗显著，普遍排斥“患者”“被治疗”的病理标签，对临床场景下的言语访谈存在防御心理，常以沉默、敷衍应对，干预脱落风险较高；二是情绪表达受阻，多数青少年存在“心里憋闷但说不清楚”的情绪语言化困境，难以通过言语外化内在冲突与感受；三是社会功能退缩，长期休学导致同伴社交圈断裂，自我价值感偏低，普遍存在复学动力不足、对未来迷茫的状态。所有研究对象均经精神科医师评估，确认处于情绪稳定期、排除急性自伤自杀风险后，由本人与监护人共同签署知情同意书，正式进入团体。

3. 需求预估与问题分析

本研究以生态系统理论为分析框架，从个人、人际、环境三个系统层面完成需求预估，同时结合优势视角梳理研究对象的内在成长资源[5]。

3.1. 个人系统：情绪表达受阻与自我价值贬损

个人层面核心困境体现为三重局限：其一，情绪调节方式单一，负性情绪长期积压且缺乏安全宣泄出口，多采用压抑、回避的应对策略，部分成员存在非适应性情绪释放行为；其二，自我认知偏负性，休学经历叠加外界评价，形成“我是失败者”的消极信念，自我效能感低下，对自身能力持普遍否定态度；其三，言语表达能力受限，情绪觉察能力不足，且对“谈心理”存在抵触，难以通过传统对话式干预完成情绪梳理与自我探索。

3.2. 人际系统：社交退缩与病耻感下的连接断裂

人际层面主要问题为社交支持网络的断裂与失衡。其一，同伴社交断层，休学后脱离学校场景，同伴交往大幅减少，因担心被歧视、被追问学业，主动回避社交场合；其二，家庭支持错位，监护人多聚焦学业恢复与症状消除，对青少年的情绪需求与心理过程缺乏共情理解，部分家庭的说教式、评价式沟通进一步加剧了亲子冲突；其三，病耻感强烈，对自身心理问题存在羞耻感，畏惧身份暴露，难以在常规社交中获得接纳与归属感。

3.3. 环境系统：支持网络单一与服务供给断层

环境层面存在三重服务缺口：其一，临床服务形式有限，现有精神科服务以药物治疗、个体心理治疗为主，缺乏适配高阻抗群体的非语言、去标签化干预形式；其二，学校支持缺位，休学阶段学校心理服务难以有效覆盖，复学衔接体系不完善，青少年处于医疗与教育的服务夹缝中；其三，文化适配不足，主流心理干预多源自西方理论，与中国青少年内敛的文化心理特征存在隔阂，干预接受度受限。

3.4. 优势资源评估

从优势视角出发，研究对象同时具备多重成长潜能：休学青少年大多比较敏锐，拥有较高的审美感知力与创造力，对新鲜事物抱有好奇心，对艺术形式的心理干预接受度远高于传统心理咨询；内在成长动力并未完全丧失，普遍渴望同伴连接与自我证明；家庭具备基本支持意愿，仅缺乏科学的支持方法与沟通技巧；中华书法美育资源可作为本土化干预载体，降低文化隔阂与干预阻抗，实现文化滋养与心理支持的双重效能。

4. 研究设计与服务计划

4.1. 理论依据

本研究整合多学科理论构建干预框架，保障服务的专业性与系统性。

社会工作通用过程模式：严格遵循接案、预估、计划、介入、评估、结案的专业服务流程，实现全流程专业管控[5]。

人本主义疗法：以真诚一致、无条件积极关注、共情性理解为专业态度，构建非评判的安全场域，激活个体自我实现的内在潜能。

团体动力学与疗效因子理论：依托亚隆团体疗效因子，通过普同性、利他主义、人际学习、团体凝聚力等机制，在团体关系中修复社会功能[6]。

表达性艺术治疗理论：以书法为非语言表达媒介，通过创作过程实现情绪外化与自我整合，降低言语表达的门槛与心理防御[7]。

4.2. 研究方法

本研究采用质性个案研究设计，以 9 名休学青少年为个案样本，通过多元资料收集与主题分析法，深入探究干预过程与主观成效。

资料收集方法有：

半结构化深度访谈：团体结束后对每位研究对象进行 40~60 分钟的一对一深度访谈，围绕“团体体验、情绪变化、自我认知、人际感受、生活迁移”五个维度设置访谈提纲，访谈全程录音并转录为文本资料。

参与式观察：研究者全程参与 9 次团体活动，以参与式观察者身份记录成员的互动模式、情绪变化、行为表现与团体动力变迁，形成过程观察记录。

实物资料分析：收集成员的书法作品、活动任务单、分享记录等实物资料，作为体验与变化的佐证材料。

带领者复盘日志：每次团体结束后，双师带领者共同完成复盘记录，梳理团体动力、成员状态与干预反思，作为研究的补充资料。

资料分析方法：采用主题分析法对资料进行系统编码与分析，遵循开放式编码、主轴编码、选择性编码的步骤，逐步提炼核心主题与范畴。通过访谈资料、观察资料、实物资料相互印证的三角验证法提

升研究的可信度，同时通过研究者反思日志控制研究偏差。

4.3. 服务目标

4.3.1. 总目标

以书法艺术为媒介，降低休学青少年的心理干预阻抗，改善其情绪状态，重建自我价值感，修复社会连接能力，助力复学适应与社会功能恢复。

4.3.2. 具体目标

帮助成员掌握非言语情绪表达与调节的方法，能够通过书写觉察、疏解负性情绪；降低成员的自我否定，提升自我接纳程度，重建自我价值感；提升成员的人际互动意愿，在团体中获得安全的社交体验，增强社会连接感；提升成员对心理服务的接受度，降低对精神卫生服务的病耻感与阻抗。

4.4. 服务架构：双师协作的封闭式团体

本项目采用结构化、封闭式、支持性艺术疗愈团体设置，共开展 9 次活动，每周 2 次，每次 90 分钟，成员固定，全程封闭。采用“社会工作师 + 书法美育导师”双师协作模式，明确权责边界。

医务社会工作师：承担方案设计、需求评估、团体动力调控、心理安全维护、伦理把控、个案跟进、资源链接等专业职责；

书法美育导师：负责审美内容设计、创作任务引导、书法文化传递，将书法技法转化为服务心理目标的媒介。

团体进程分为四个阶段：团体形成期、转换期、工作期、结案期，循序渐进推进服务目标。

4.5. 伦理考量与风险预案

研究全程严格遵循社会工作伦理与医学研究伦理规范：严格执行知情同意原则，向研究对象及监护人充分告知研究目的、服务内容、保密原则与自由退出权；建立情绪危机识别与转介机制，对团体中出现的情绪崩溃、自伤意念等情况，由社工即时干预并联动精神科医师处置；所有研究资料严格匿名化处理，转录文本、作品资料均以编号替代姓名，保护研究对象隐私；明确专业边界，带领者与研究对象保持专业关系，不发展私人交往。

5. 服务介入过程

5.1. 团体形成期(第 1~2 次)：安全契约建立与防御消解

本阶段核心为建立规范、消解双重防御、搭建专业信任。

第一次以“墨迹初识”为主题，社工明确非评判、非教学的团体定位，与成员共同商定保密、尊重等团体契约；书法导师打破书法刻板认知，带领开展自由线条书写体验，社工以无条件接纳回应成员的自我否定，引导非评价式分享。

第二次以“呼吸与笔”为主题，引入具身化书写练习，建立“身体 - 情绪 - 线条”的联结；开展“极致宣泄 - 极致控笔”两极书写实验，强化表达安全性，引导成员觉察运笔与情绪的关联。本阶段结束时，成员防御明显降低，开始愿意表达真实感受。

5.2. 团体转换期(第 3~5 次)：情绪外化与冲突探索

本阶段核心为深化情绪表达、处理团体试探、推动人际学习。

第三次通过“碑帖认领”完成自我状态投射，搭配差异配对无声创作，社工将书写互动隐喻为人际

边界与接纳,帮助成员获得非语言人际新体验。

第四次融入人本主义理念,开展“无声相伴”水墨实验,让成员在笔墨托举与呼应中,具象体验“不被改写、全然接纳”的共情式陪伴。

第五次借古代书家生命故事传递普同性体验,通过飞白与涨墨技法引导成员外化力量与脆弱两面,推动自我整合。本阶段团体动力从试探转向开放。

5.3. 团体工作期(第 6~8 次):意义建构与凝聚力升华

本阶段核心为深化自我认知、强化团体凝聚力、推动意义建构。

第六、七次以沉浸式临摹与多笔破体创作为核心,帮助成员进入心流状态,引导放下对“写好字”的控制,接纳失控与不完美,并将体验迁移至生活中“放下完美主义”的成长议题。

第八次以“人际镜像”为主题开展印记传递活动,成员以抽象线条表达对同伴的印象;分享环节中成员获得正向镜映,团体凝聚力达到高潮,普同性、利他主义等疗效因子被激活。

5.4. 团体结案期(第 9 次):成长整合与分离处理

本阶段核心为巩固成效、处理分离、衔接后续支持。

第九次以“纸短情长”为主题,通过团体 logo 设计、难忘瞬间分享梳理成长轨迹,以笺纸互赠仪式完成情感传递。社工正常化分离情绪,引导成员提炼可迁移的情绪调节方法,同步介绍后续支持资源,构建服务衔接机制,最终在仪式化告别中完成结案。

6. 研究发现与服务成效

通过对访谈文本、观察记录与实物资料的系统编码分析,本研究提炼出四类作用路径,全面呈现书法艺术疗愈团体的干预成效与机制。

6.1. 主题一:情绪调节路径的非言语拓展

研究发现,书法书写为成员提供了安全、可操作的非言语情绪调节路径,突破了传统言语干预的表达壁垒^[4]。多数成员在访谈中表示,此前烦躁、压抑时“不知道该跟谁说,也说不清楚”,而书写提供了无需言语的情绪出口。

一方面,书写的具身性实现了情绪的躯体化释放。运笔的轻重、快慢、墨色的浓淡,都可以成为情绪的载体,用力的涂抹、快速的线条可以宣泄烦躁,缓慢的行笔、平稳的线条可以平复心情。有成员提到“心里堵得慌的时候,拿着笔在纸上使劲画,画完就觉得松了一口气,不用说话就能把坏情绪倒出去”。另一方面,正念式的书写过程帮助成员从情绪反刍中抽离。深度书写时注意力集中在笔尖与纸面的触感上,脑海里反复纠结的事情会暂时停下,获得情绪上的喘息空间。多位成员表示,团体结束后已开始自主用书写调节情绪,成为日常可及的调适方法。

6.2. 主题二:自我价值感的重构与接纳

团体过程中,成员普遍经历了从自我否定到自我接纳的认知转变,自我价值感得到重建。这种转变首先源于“无评判”的创作环境消解了成员的“做不好”焦虑。在传统学习场景中,写字有好坏、对错的标准,而团体中没有评价,成员逐渐放下“我不行”的预设,开始关注过程本身的体验。

其次,创作成果带来的胜任感修复了自我效能。成员从最初的“我不会写、写得丑”,到逐步完成自主创作、获得同伴正向反馈,体验到“我也可以创造出属于自己的东西”。有成员表示“以前总觉得自己什么都做不好,在这里随便画也不会被说,最后看着自己的作品,觉得好像我也没那么差”。此外,对

“不完美”的接纳也延伸到自我认知层面。成员在练习中体会到，有瑕疵的线条、失控的笔墨也有其美感，进而逐步接纳自身的局限与脆弱，不再用完美主义苛责自己。在人本主义所倡导的真诚一致、无条件积极关注安全场域中，个体能够逐步解除外界评价形成的价值条件束缚，自我接纳程度提升，内在的自我实现潜能被自然激活。书法创作的非评判属性，将人本主义的抽象专业原则转化为可感知的具体体验，加速了自我价值感的重构进程。

6.3. 主题三：安全社交体验与团体连接感建立

团体为成员提供了低压力的社交场域，帮助其重建人际连接，消解孤独感与病耻感。与日常社交不同，团体中的互动以书写为媒介，无需持续的言语对话，降低了社交焦虑与压力。成员在共同的创作任务中自然互动，在分享感受时相互理解，逐步建立起安全的同伴关系。

这一过程激活了亚隆团体治疗体系中的多项疗效因子：首要是普同性，成员在分享中发现“原来不是只有我这样”，自身的痛苦与困境被看见、被共情，孤独感大幅降低；同时伴随利他主义与人际学习效应，成员在笔墨互动中彼此支持、相互镜映，既在给予同伴支持的过程中获得价值感，也在同伴反馈中修正自身的人际认知偏差。有成员提到“以前觉得自己休学很丢人，不敢跟别人说，在这里大家都一样，不用藏着掖着，感觉很轻松”。同时，同伴间的正向反馈与互相支持，让成员感受到被接纳、被认可的归属感。第八次“人际镜像”环节后，多位成员表示“原来我在别人眼里还有优点”，这种来自同伴的正向镜映，有效修复了其负面的人际认知。团体结束后，部分成员自发建立了课外联系，社交意愿与能力均有明显提升。

6.4. 主题四：对书法与自我认知的双重重构

团体不仅带来了心理层面的改变，也推动成员完成了对书法、对心理服务的认知重构。成员对书法的认知从“刻板、要写工整、是一门功课”，转变为“自由的、可以表达自己的、好玩的”，书法从一项技能要求变成了可以承载情绪、陪伴自己的载体。

与此同时，成员对心理服务的阻抗显著降低。成员最初以为这是“治病的课”，带有抵触心理，参与后发现“不是被审问、被教育”，而是在轻松的氛围里做自己，进而改变了对精神卫生服务的刻板印象，降低了病耻感。有成员表示“原来心理帮助也可以不那么严肃，不用逼自己说不想说的话”。这种认知转变，也为其后续接受其他专业心理服务降低了门槛。

这种认知重构，体现了医务社会工作优势视角的介入逻辑：跳出“患者”的病理化标签，以书法艺术为低门槛介入载体，全程秉持非评判、去教育化的专业态度，既契合了中国青少年内敛的文化心理特征，也彰显了医务社会工作补位临床服务的专业价值。

6.5. 服务目标达成情况

结合访谈资料与过程观察来看，预设服务目标基本达成：所有成员均能通过书写觉察并表达多种情绪，掌握了非言语情绪调节的方法，部分成员已在生活中自主应用；成员的自我接纳程度普遍提升，自我否定的表述明显减少；成员的人际互动意愿逐步增强，在团体中获得了安全的社交体验；成员对心理服务的阻抗显著降低，对团体服务的接受度与推荐意愿极高，整体服务成效符合预期。

7. 结案与后续跟进

7.1. 结案处理

本项目为短期结构化团体服务，9次活动结束后正式结案。结案阶段主要聚焦于以下方面：一是成长巩固，引导成员梳理全程收获，将团体经验转化为个人成长资源，强化“改变的力量来自自身”的认知；

二是分离处理，坦诚面对离别情绪，正常化不舍与失落，通过仪式化告别完成情感收尾；三是结案评估，完成结案访谈与资料整理，梳理服务成效与不足，形成完整结案记录。

7.2. 后续支持计划

为保障服务效果的持续性，构建三级后续支持体系。

自助层面：鼓励成员将书法书写作为日常情绪调节工具，自主坚持练习，将团体经验转化为日常心理调适能力；

团体层面：每月开展 1 次“书法沙龙”再聚会活动，为成员提供持续的同伴支持场域，巩固团体连接；

专业层面：对仍有需求的成员，转介衔接门诊个案社工服务、家庭辅导或复学支持服务，实现服务的连续衔接。

8. 专业反思与推广建议

8.1. 实务经验

第一，补位服务盲区。针对休学青少年的高阻抗特征，跳出传统言语干预框架，以本土文化资源构建低门槛介入路径，充分彰显了医务社会工作的服务补位与专业创新价值。非语言的创作形式有效绕开了青少年的心理防御，让心理支持以更温和的方式触达服务对象。

第二，双师协作的专业边界清晰。明确社工主导、艺术协同的权责划分，既保证了服务的心理专业性与伦理安全性，又实现了美育体验与心理支持的深度融合，为跨学科服务提供了可复制的组织范式。

第三，人本理念的具象化落地。将“无条件积极关注”等抽象专业原则，转化为“不评判作品、允许失控、尊重表达边界”等具体操作，让专业理念可感知、可落地，真正被服务对象体验到。

第四，质性研究与实务过程结合。通过全程观察与深度访谈，不仅验证了服务成效，更揭示了疗愈发生的过程与机制，为实务优化提供了依据，也体现了医务社会工作“研究-实务”双向促进的专业特质。

8.2. 实务挑战

在干预推进过程中，团队也遇到了诸多现实挑战，其中团体初期的防御消解是最为困难的阶段。部分成员入组时心理防御较强，前 2 次团体中沉默较多、有时拒绝参与分享，带领者需通耐心的笔墨陪伴、非语言的正向回应逐步建立专业信任，这在一定程度上放缓了团体整体的推进节奏，也对带领者的抱持能力提出了较高要求。

同时，团体内部干预收效存在明显的个体差异。绝大多数成员在情绪调节、自我接纳与人际互动层面呈现出积极变化，但也有 1 名成员干预效果不甚显著：该成员全程参与度偏低，分享意愿较弱，团体结束后情绪状态与社交意愿未出现明显改善。复盘其原因，一方面是家庭支持系统存在短板，家长对干预的认知停留在“兴趣班”层面，未能在家庭场景中给予协同支持；另一方面该成员社交退缩程度更深、自我封闭更久，短期结构化团体难以触及及其深层的人际模式与认知信念。这也提示，书法艺术疗愈团体的效果发挥，离不开家庭系统的协同配合，且需针对不同程度的服务对象设计分级干预方案。

8.3. 研究局限与反思

本研究存在一定局限性：其一，作为单中心小样本的探索性个案研究，研究对象均为情绪稳定期的休学青少年，结论的推广范围有限；其二，研究仅完成了团体结束后的即时效果评估，缺乏长期追踪资

料,难以判断干预效果的持续性;其三,研究未纳入家长视角,对家庭系统在效果维持中的作用探讨不足。后续研究可扩大样本范围,开展长期追踪研究,并纳入家庭系统视角,进一步完善干预模式。

此外,本研究还存在研究者角色带来的潜在偏倚风险。核心研究者同时承担团体带领者与资料分析者的双重身份,实务介入过程中形成的主观体验与情感联结,可能会影响资料编码与主题提炼的客观性。为有效控制此类研究偏倚,团队采取了三项具体措施:一是建立定期专业督导机制,双师带领者每周接受资深医务社会工作督导,对干预过程与研究假设进行复盘检视,主动悬置个人预判,避免将实务感受先入为主地带入资料分析;二是采用交叉编码校验机制,由两名未参与团体带领的研究人员独立完成开放式编码,对编码分歧点通过团队集体讨论达成共识,提升编码结果的客观性;三是全程撰写研究者反思日志,记录研究过程中的个人感受、价值判断与可能的偏差,持续进行自我审视与纠偏。

8.4. 改进方向与推广价值

后续将引入标准化心理量表开展前后测与追踪测量,以混合研究设计验证干预效应;补充家长支持模块,构建“青少年-家庭”双系统干预闭环;建立长期随访机制,追踪远期效果与复学适应情况;制定分级服务标准,适配不同症状程度的青少年群体。

本项目已形成标准化课程手册、双师协作指引与实务工具包,投入成本低、复制性强、场景适配广,可迁移至学校、社区、未成年人保护站等多元场域。其以中华优秀传统文化为载体的本土化干预思路,对丰富青少年心理健康服务供给、推动医务社会工作高质量发展具有重要实践参考价值。

9. 结论

本研究以休学青少年为研究对象,将书法艺术与医务社会工作深度融合,通过质性研究方法系统呈现了书法艺术疗愈团体的干预过程与主观成效。研究表明,以书法为媒介的非语言、去标签化干预模式,能够有效绕开青少年的心理防御,帮助其拓展情绪调节路径、重建自我价值感、修复社会连接,是适配中国青少年文化心理特征的本土化精神卫生服务路径。

该模式发挥了医务社会工作的跨领域整合优势,将书法艺术转化为可操作的临床干预技术,既丰富了表达性艺术治疗的本土化实践,也为青少年心理健康服务提供了新的实践方向。未来可进一步深化研究、优化模式,以惠及更多青少年群体。

致 谢

本研究得到山西省儿童医院(山西省妇幼保健院)、山西励耘教育科技有限公司、晋源区妇幼保健计划生育服务中心的大力支持,感谢项目团队中医务社会工作者、书法美育导师的专业付出,感谢所有参与项目的青少年及家属的信任与配合。

基金项目

2026年度山西省美育工作高质量发展重大专项研究青年课题:《美育浸润视域下青少年书法艺术疗愈团体实践研究(SXSMYKTQN20)》;山西省大健康产业高质量发展科研专项课(DJKZXKT2023121);山西省“建高地、兜网底、提能力”强医工程,山西省省级临床重点专科项目。

参考文献

- [1] 郭耀光,黄啟洋,王学林. 休学中小学生心理服务医教协同困境与优化路径研究——基于华南地区 G 省的调研[J]. 社会福利,2026(2): 56-64.
- [2] Wang, H., Zhang, Y., Hale, M.E., Liu, S., Xu, J., Zhu, C., *et al.* (2024) Peer Stress Spills over to Family Stress in the

- Context of Emotion Regulation Difficulties: A Daily Diary Study with Chinese Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, **53**, 1415-1427. <https://doi.org/10.1007/s10964-024-01962-3>
- [3] Li, S., Xi, Z., Barnett, P., Saunders, R., Shafran, R. and Pilling, S. (2023) Efficacy of Culturally Adapted Interventions for Common Mental Disorders in People of Chinese Descent: A Systematic Review and Meta-Analysis. *The Lancet Psychiatry*, **10**, 426-440. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(23\)00118-9](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(23)00118-9)
- [4] Wang, Z., Hua, L., Huang, Y., Deng, X., Zhao, Y., Xiao, Y., *et al.* (2023) Chinese Calligraphic Handwriting Practice Promotes Positive Affect in Adolescents: Converging Evidence from Correlational and Experimental Designs. *Acta Psychologica*, **241**, Article 104057. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104057>
- [5] 田军章, 瞿红鹰, 罗观翠. 医务社会工作实践指导[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2022.
- [6] (美)亚隆, 莱兹克兹. 团体心理治疗: 理论与实践[M]. 李敏, 李鸣, 译. 第 5 版. 北京: 中国轻工业出版社, 2010.
- [7] 刘星. 表达性艺术治疗临床应用研究进展[J]. 全科护理, 2021, 19(3): 316-319.