

从极端行为读出孩子内心的危机

◎ 采 访:朱 砂 ◎ 专家支持:廖丽娟 国家二级心理咨询师 上海市职业技能鉴定中心心理咨询师考评员

专家调查档案

学习压力大、受困于人际关系、家庭不和睦……这些看上去“没什么大不了”的事情，竟成为一些青少年自杀的导火索。当很多人在叹息现在的孩子抗挫折能力差、个性太自我时，心理专家却提醒，发生自杀行为的孩子内心也许早已陷入危机，只是，没有被身边的家长、老师及时察觉和有效干预。

【事件回放】

小刘今年 14 岁，日前，开学后仍旧不肯上学的他被妈妈说了几句后，发起了脾气，拿来一瓶“敌敌畏”当着妈妈的面喝了下去。小刘的妈妈第一时间将他送到了医院。小刘妈妈称，就在儿子喝下农药的前一天，曾表示想要买一部 iPhone5，由于遭到了家人的反对，小刘很生气，第二天，再度遭到母亲数落后，当着妈妈的面喝下了“敌敌畏”。

妈妈平时对小刘无比娇惯，非但自己不主动管束，丈夫偶尔管教，她也常会百般阻挠袒护。而小刘的爸爸却因为常年在外打工，很少有时间和孩子接触，发现小刘做错了事情，也不管是什么原因，先是暴打一顿再说。就在几天前，小刘在索要手机未果后，父亲就曾表示过要让他退学。

(来源:中国新闻网)

**极端行为背后
是孩子内心的危机**

在搜索引擎里键入“14 岁男孩索要苹果手机遭拒喝农药”，会得到不少的搜索结果，稍作



留意就会发现，在新闻及相关的评论中，很多人都会把关注点聚焦在“苹果手机”、“孩子用喝农药自杀进行要挟”，以及“孩子的家庭教育存在问题”。似乎很少有人会想到新闻中的这个男孩本身可能存在着心理困扰，很少人会想到，用自杀的方式来面对“得不到”，看起来是一种要挟，但那个使用这种要挟方式的孩子内心可能是巨大的无望和无助。

上海市儿科医院与上海教科院普教所做过的一项调查显示：在上海市 8 个区 2500 名中小学生中，有 5.85% 的孩子曾有过自杀计划，其中自杀未遂者达到 1.71%，有 24.39% 的孩子曾有一闪而过的“活着不如死了好”的想法，其中，曾认真考虑过该想法的人数达到 15.23%，但绝大多数的父母对此一无所知。

新闻中的这个孩子，是因为得不到苹果手机而想到自杀，还是因为本身内心就存在着一些无望和无助的情绪，因为这个事情的激发成为了他冲动喝下敌敌畏的导火索，因为没有更多的信息我们无法得知。但廖丽娟提醒说，“面对青少年的问题，不要只是去批评教育的失误。有哪对父母是完美的呢？谁都难免出现教育上的失误。如果只是带着道德评判的标准去

评判事件的对错，而没有走到孩子的内心了解他的想法和感受，忽视了他可能存在着一些无望的情绪和消极的念头，甚至自伤的行为，没有能及时采取可能的心理辅导和危机干预，那么这样的悲剧事件可能会一再发生。今天可能因为一个手机，明天可能因为与同学争执，后天可能因为考试成绩……我们无法保证每次都有人能及时出手救下有自杀行为的孩子。”

**与暴力行为相伴的孩子
容易有自杀行为**

心理学关于自杀危机的一些研究发现：危机意味着当事人企图用永久解决的办法来面对一时的问题。人们常认为自杀是有计划的，事实上，大部分的自杀行为都是一时的冲动，起念于 10 分钟，甚至更短的时间。青少年自杀的原因往往是：失恋；失望或被拒绝；被欺负或被欺骗；触犯了权威人士（如学校的老师、警察），不知道或害怕会有什么后果；所爱的人或者某个重要的人死亡；与家庭成员有矛盾；家庭中存在问题；在考试期间，对自己有高要求；与朋友、恋人分离；人际关系、社会、工作或财产的丧失；很严重或晚期的身体疾病；可以使生活轨道发生重大变化的伤害，如父母离婚等。

新闻中的小刘遇到的问题就是他与家人成员有了矛盾。据媒体报道，小刘的爸爸对他通常是暴力简单的方式，而母亲则比较溺爱。廖丽娟分析说：“如果苹果手机真的对小刘很重要，当他看到一向对自己比较依从的母亲都拒绝了自己的要求，他可能的理解是，真的没有人再满足和爱自己了，还不如死了算了。”

心理学研究发现，被简单暴力对待的孩子相对来说自我的评价比较低，容易觉得自己本来就不重要，因为那么亲的人都会随意践踏自己的身体，那么他要去掐断自己的生命也就是自然而然的事情。相关的研究还发现，孩子与暴力行为相伴，以及孩子容易得到致命的武器，是

容易导致孩子自杀的家庭环境因素。而在这个事件中，小刘从小就被暴力对待，还那么轻易就能拿到农药。这两个危机要素都具备了。

**孩子的情绪行为异常时
给予尽可能多的陪伴很重要**

对于可能存在自杀危机的青少年，我们该如何识别并及时地给予干预措施？廖丽娟给出了一些参考指标。

过去曾有自杀的意图的，当前具有自杀的念头（想法）、尝试和计划的孩子——比如新闻中的小刘——需要家长监护和陪伴。精神失常，尤其是情绪失调（如极度抑郁、躁郁症）和控制系统失调（如行为失调）的孩子往往容易离家出走甚至自杀。身体上遭受虐待的孩子常会因为对自己的评价偏低，而容易自弃。此外，因为一些压力事件而产生强烈的无望感和无助感的孩子；个性中有易冲动和侵犯性倾向的孩子；有隔离感，感觉被其他人孤立的孩子，都是需要被更多关注的。

廖丽娟提醒说，老师和家长需要更多地关注那些存在抑郁问题的青少年，如果孩子经常显得无助和没有精神，就需要考虑孩子是否存在着抑郁，并有着潜在的自杀风险。当孩子在行为、交朋友和个性方面突然发生很大变化时——如集中还清东西，把自己珍爱的物品或宠物突然送人——家长和老师要意识到这些行为可能具有一定的危险性。那些生活习惯和外表明显发生变化的孩子——比如突然不在意自己的服饰或突然很在意自己的外表；以及情绪突然有很大变化的孩子——突然变得有侵犯性或变得对什么事情都无所谓了等等，都需要家长和老师给予更多的关注。这些外在的变化，很可能反映出孩子内心正在经历剧烈的冲突，需要来自外界的支持和帮助。这时候，尽可能多的陪伴是很重要的，也可以请专业人员来为孩子提供帮助。

(据《新民晚报》)

广告