

关注青少年“非自杀性自伤”

开学了,心理门诊来了一名14岁的女孩,青春少女,眉目清秀,陪她来的妈妈和老师说她“厌学”和“想自杀”,她低头而坐,默默不语,等待“问罪”,在医生耐心劝导下,她始终极力否认厌学和自杀,她妈妈很生气并撸起了她的手腕,发现双手密密麻麻的一道道被美工刀划过的痕迹,有陈旧结痂的,有似乎还在渗血的伤口,她不愿意作出解释。医生关心的问她“痛吗”?她却道“痛快”“好玩”。

像这样的案例在心理门诊已经遇到过不少了。这可急坏了老师和家长,百思不得其解。这到底是怎么回事呢?

孩子为何会有自伤自残行为?

近年来,在心理学科上流行着一个新的名词叫“非自杀性自伤”,它是一种不以自杀为目的,直接地、故意伤害自己的身体,而不被社会和文化所认可的行为。通常表现为:用美工刀、圆规或玻璃等利器来割伤、划伤或扎伤自己,或用头撞墙,或吞食危险物品,如发夹、指甲剪等等。多见于青春期孩子。“非自杀性自伤”已经成为不容忽视的社会问题引发众多关注。根据《现代预防医学》最新数据显示,每5个青少年当中就有1个在其成长过程中出现过自伤行为。

为什么孩子会发生这样的事情呢?他(她)们为什么不懂得爱自己呢?有人说是由于学习压力大、想不开、太脆弱等的缘故,也有人等等他(她)们长大后就没事了。但临床经验



告诉我们,事实上往往并非如此。要知道这是一个病即心理疾病,在《精神障碍诊断与统计手册》第五版(DSM-V)中已作为一种独立的临床障碍。其实,一个人的行为背后都有其潜在的动机、目的或要求的。从来没有无缘无故的爱,也没有无缘无故的恨。自伤自残的心理原因一般是这样来解释的:孩子常常期待从自伤自残行为中获得一种伴随疼痛的心理感受,并希望从难以控制的糟糕情绪中解脱出来,让自己重新获得掌控感或者为了获得他人(特别是亲人或重要的人)的关注和关心。有的时候还要强迫自己重复实施自伤自残行为,久而久之就逐渐形成了难以自拔的心理依赖。

当然,自伤自残行为的原因相当复

杂,不是一下子能说得清楚的。据临床相关研究表明,发生自伤自残行为往往与其个人的素质、原生家庭影响、学校的教育和社会环境等因素都有一定的关系。

齐抓共管,为孩子们撑起一片蓝天

从学校层面来说,必须加强学生心理健康教育,加强素质教育。要根据学生的心理特点和新时代社会的现实,因地制宜通过心理课堂、心理游戏、心理辅导、团体活动等方式着力培养和提高学生的自我认知能力、人际交往能力、压力管理能力、情商和逆商的提升,而不仅仅是关注智商和分数。

从家庭层面来说,父母要扮演好自

己的角色,发挥好各自的功能。要十分注重家庭、家风、家教,培育孩子茁壮成长的土壤,用心用情营造温馨的港湾。作为父母,还应做到以下几点:

一是关心、关注、关爱,及时发现并制止不良行为发生,保持冷静平和,提供陪伴支持。要稳住自己的情绪,不恐慌不害怕,不紧张不着急,也不要“过分关心”和“过度关注”,更不要采取暴力应对措施。注意“少说多做”,鼓励孩子说出内心感受,表示自己愿意和孩子一起来面对现实。

二是分析思考行为背后的动机或原因,积极解决现实问题。自伤自残行为,往往是孩子求助的一种信号,背后肯定有某种“象征意义”,我们需要反思的是:孩子到底遭遇了什么困境?为什么选择这种方式来解决问题?他(她)想表达什么意思?自己与孩子的关系以及教养方式存在什么问题吗?自己给孩子创造良好的被认可的家庭氛围吗?

三是摆正心态,积极面对。注意两个“学会”(学会“无知”、学会“示弱”),学会两个“注意”(注意倾听、注意共情),积极坦然面对现实,要相信科学,积极寻找专业人员帮助,如果确有某方面的心理疾病,应及时规范系统治疗。

当然,要防止“非自杀性自伤”行为在青少年中蔓延,还需要社会环境因素和个人的努力,齐抓共管,特别是手机、网络的监管,大家一起来为青少年健康成长撑起一片蓝天。

(玉林市退役军人医院 陈广年)

真的“贵人语迟”吗? 别耽误孩子成长

3岁的明明到了上幼儿园的年龄,来到幼儿园报名上学。因为还不会说话,幼儿园老师建议家长先带孩子到医院进行检查,等孩子进行言语训练会说话后再上学。妈妈说,孩子一直不会说话,叫名字也没有反应,平时在家都是自己玩自己的,也不会叫爸爸妈妈。他们一直想带孩子到医院检查。但孩子奶奶说,“贵人语迟”,说话晚的孩子更聪明,明明就是不会说话而已,大人说的话都能听得懂,想要什么都会拉着大人的手去拿,不用去医院。听了幼儿园老师的建议后,妈妈带着明明来到医院检查。医生诊断,明明是孤独症(自闭症),需要综合的康复治疗,包括言语治疗、感统训练、经颅磁治疗等,以恢复正常的言语沟通能力、正常的社交能力、回归校园生活。

“贵人语迟”是一个认识误区

“贵人语迟”这个词出自《论语》,它的下一句是“敏于行而讷于言”,形容做事要多思慎言,不要轻易表态。这和聪不聪明没有关系。“贵人语迟”是现代人对于孩子语言发育迟缓的一个认识误区。如果孩子存在言语发育迟缓的情况,那么,这个孩子评估出来的发育商数和言语理解及言语表达水平大部分

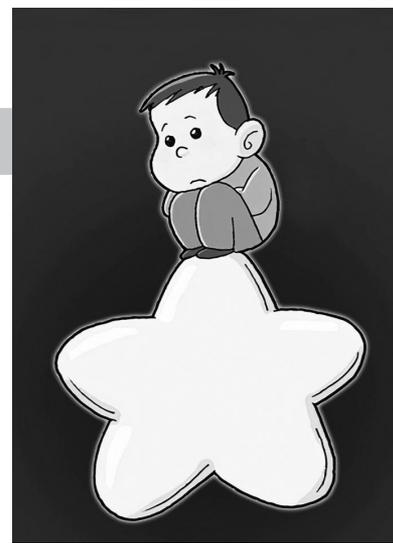
都是落后的,并没有“贵人语迟”是聪明的说法。

在孩子6岁以前,我们以发育评估儿童大运动、精细动作、适应能力、言语能力、社交行为能力5个能区来判断孩子发育是否正常。下面,我们来了解一下1—3岁儿童正常的语言发育情况吧。12—16个月的孩子,能听懂100—150个词汇,能听懂简单的句子,能够对接收到的请求做出反应,听懂指令可执行部分要求,能够说出20—30个词;16—20个月的孩子,能够听懂200个词汇和词汇的简单组合,能说出50—200个词。尤其到了18个月,孩子进入语言的爆发期,言语水平会突飞猛进;20—24个月的孩子,已经开始能够理解语句关系和语言顺序,还可以掌握重组发音和表达意图的能力;24—36个月的孩子,可以理解复杂的句子,还可以推导语法结构和规则。如果孩子的语言能力落后大于半年,家长就要提高警惕了,需要带孩子到医院进行发育评估、言语评估、孤独症诊断、听力检查、头颅影像学检查等,检查孩子不说话的原因。

孩子语言发育迟缓常见原因

孩子语言发育迟缓,常见的原因有

哪些呢?主要有以下几个方面的原因:1.家长过于勤奋,过分满足孩子。对于孩子的需求,家长有求必应,及时满足甚至提前满足,这种满足孩子需求的做法,可使孩子的语言发育缓慢,因为孩子不需要说话,不需要表达即可得到满足,久而久之,孩子就会失去一次又一次说话的机会;2.家长让孩子看电子产品。在孩子闹脾气、不吃饭等情况下,很多家长为了孩子能安静下来,就给电子产品小孩玩,无论什么样的电子产品(如手机、电视、平板电脑等),与孩子没有交流,没有互动,而语言的发展需要“一来一回”的沟通环境,经常让孩子看电子产品容易阻碍孩子语言发展;3.家长过于沉默。有些家长过于沉默,或者忙于自己的事情,与孩子互动交流少,让孩子少了言语的模仿和沟通学习的机会。家长用生动有趣的言语语调和孩子互动,描述身边的所见所闻,可以促进孩子语言的发展;4.常给孩子吃太精细松软的食物。很多家长在孩子一两岁后仍给孩子吃软烂的粥,肉打成泥,蔬菜切碎,过于精细的喂养,会影响孩子口腔感觉以及口腔肌肉的发育,从而导致孩子流口水多,构音不清等;5.不断纠正孩子的发音。如果家长不断纠正孩子的发音会造成孩子有挫败感,最后拒绝开口;6.不停要求孩子开口说



话。有些家长看到孩子会叫人后,经常心急催促孩子继续说下一句,孩子容易感觉到压力,反而不想说;7.说话语速太快。家长说话语速太快,孩子的思维无法跟上说话人的速度,无法理解其中的意思,这样不利于孩子语言的发展。因而家长应注意和孩子说话时,内容尽量简单,且放慢语速,必要时可以加入手势,让孩子充分理解语句的意思。

除了以上因素外,还有一些疾病因素会导致孩子语言发育迟缓,比如脑瘫、构音障碍、孤独症(自闭症)、失语性癫痫、中枢神经系统异常疾病(脑炎、胆红素脑病、脑膜炎)等。孩子语言发育迟缓,我们需要做的是早发现、早诊断、早治疗、早康复,切勿耽误孩子成长!

(玉林市红十字会医院 李航渝)