

青少年心理问题和治疗:来自法国的经验

“法国当代心理治疗丛书”是由上海社会科学院出版社策划出版的法国心理学译丛。丛书第一辑包括《青少年期冒险行为》《青少年自残行为》《青少年电子游戏与网络成瘾》《如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法》(第三版)4册。第一辑获法国驻华大使馆傅雷出版基金资助。

《青少年期冒险行为》作者罗贝尔·库尔图瓦系图尔大学临床心理学和精神病理学副教授,图尔大学

中心医院兼职精神科医生。青少年期的大脑热爱冒险却又过于乐观,青少年期冒险行为是学校心理健康教育中绕不过去的话题。《青少年期冒险行为》一书脉络清晰,条理分明,对青少年冒险性行为的科学定义、其精神病理性行为的表现形式、成因模型、影响因素以及预防和治疗方案做了一次全面细致的梳理。

书摘:

他们是如此与众不同

他/她不爱说话,不爱热闹,不爱看人的眼睛,我们说他/她不一样。他/她喜欢重复,喜欢刻板,喜欢奇怪的玩具,我们说他/她不一样。

他/她脾气很坏,反应很慢,伤害自己的身体,我们说他/她不一样。

是的,他/她的到来曾令一个家庭濒临崩溃,周围的质疑声山呼海啸。公交车上爱拍打的他/她打乱了旁边熟睡的阿姨,一道厌恶的目光深深扎向了妈妈的心脏。学校里老师对他/她的表现一次次摇头,角落里,他/她玩那枚旧硬币已经有四个小时。但这个孩子可能会作画,画中有不一样的星空浩瀚;这个孩子可能会写诗,诗中也许是不一样的山花烂漫。他们每个人都如此与众不同,但却有着共同的标签——“自闭症”。

今天,我们就讲三个关于自闭症孩子的故事,他们的行为或许有些不可理解,但请让我们给予这些孩子一份温暖的目光。

诊断:过度活跃的背后是自闭

玛索是个三岁的小男孩,这家父母和小弟弟无时无刻都要忍受玛索的过度活跃。最初的三次会面,玛索从不待在原地,但他的行为或许有些不可理解,但请让我们给予这些孩子一份温暖的目光。

Q&A:

关于青少年游戏及网络成瘾

Q1:电子游戏及上网的流行率是多少?

据一项来自法国的调查显示,80%的8到14岁儿童说自己玩电子游戏,53%表示每周玩2小时,26%每周玩4个多小时。在15—18岁的青少年中,34%上网就是为了玩游戏。在网瘾流行率方面,一般认为在1.5%到11%。从地区来看,在素以严谨自律著称的德国,3%被认为是网瘾的“高危人群”;在意大利,5.4%的青少年被认为沉迷网络;在希腊,12.8%的青少年自称有限度地上网;在韩国,网络成瘾率为1.6%到20.3%。至于我国,10.2%的青少年(13—18岁)中等程度地上网,6%是严重“痴迷者”。

Q2:网瘾对日常生活和健康有什么影响?

对1178名8至18岁玩家的研究

书摘:

青春期的“冒险”故事

要是把青春期比作荷花鲜果也毫不过分,因为那段岁月美好又短暂,奇异又哀伤。没有45度角仰望天空,也没有深信摩天轮下许愿会有天使在看,有的只是做不完的试卷和练习册,色调灰暗的校服,顶着无数青春痘的油脸一张……虽然大多都是我一般之善可陈的普通少年少女,仍有一些在惊心动魄中度过青春期的他或她。

故事一:桑德拉爱喝酒

桑德拉今年13岁。从她进入青少年期的一两年起,一切都变得很复杂,她觉得父母亲的相处方式很暴力。父亲告诉她:“是你打碎了我家里的平静。”她记得父亲可从没那样对待她那17岁的哥哥,那时哥哥也有学业问题,还吸了好几年大麻。母亲什么她都摸心,一点都不放心她。她一刻不停地看着女儿,甚至乱翻女儿的东西。桑德拉的父亲非常专制,始终看不到自

己的女儿。她知道自己有酒精依赖的问题。这还是从学年初开始的。每天早上,只要她最初一个出门,她就会喝上一小杯酒,一般是茴香酒。这是一种无法抑制的迫切需求。但这样偷偷摸摸地喝酒让她心里惴惴不安,她总是觉得父亲或母亲会回来,然后突然冲进她喝酒的客厅。从那以后,她换了喝酒的地方,一旦觉得自己不喝一杯自己调制的混合饮料(三杯茴香酒倒进一瓶矿泉水中)就去不了学校,她就会在自己房里锁起门来喝。她的母亲也喝茴香酒,这让她心安理得了不少。无论如何,她的父母看起来并不知道这件事,或者没有对她说过。桑德拉从小就有耳疾,她的鼓膜接受了好几次外科手术,每次住院都意味着和母亲痛苦的分离。这些身体上的病痛本来已经淡去,但一到青少年期就重新变成她的头等困扰。她说,喝酒能让自己获得平静和安心。不仅如此,只要

不发地(因为他患有躁狂症)向我展示一些小东西,等我给这些小东西命名,然后再次逃开。第四次会面,他不再将小壁橱中的东西扫在地上,而是只拿出拼图扔在地上,甚至没有看上一眼上面图案。之后的两次会面也是如此。于是让我玛索坐在桌前,再请我的精神科同事(我们有三个人在场)坐在他身边,组织他将拼图扔在地上,然后握着他的手帮他拼图。玛索十分专心,第一次保持安静。他看着拼图块,前两次需要别人帮助,之后就可以独立完成拼图。我们热烈地祝贺他,他欣喜若狂。

对他人目光的重复性逃避,没有得到帮助的情况下无法理解最简单的拼图游戏,也无法辨认出拼图块的形状或是上面的图案。这些让我迅速想到,玛索的过度活跃是因为无法理解客体的言语和功能。从这一角度看,产生交流的基本因素缺失,似乎可以假设产生了自闭。尽管这些最初判断已十分具有说服力,却不足以做出自闭的诊断。因此,我继续接洽玛索及其母亲,以便更加深入地研究玛索已具备的能力与能力不全的方面,并且对其周围环境进行研究。在接诊过程中,通过一系列评估,最终确诊了玛索患有自闭症,因为他持续表现出口头言语及所在环境的无法理解。

实际上,诊断儿童是否为自闭症并非易事。首先,不同的家长对自闭症的认识不同。有的家长急于让评估人员迅速做出诊断,而有的家长则觉得孩子的早期问题都是

确诊预防、治疗和引导青少年期冒险行为,让冒险行为的积极价值得到充分发挥。

《青少年自残行为》第一作者为卢多维克·吉凯尔,系巴黎第七大学博士,巴黎第五大学精神病理学及精神分析学研究中心教授。《青少年自残行为》立足法语文化背景,着重探讨了青少年自残问题,帮助我们了解青少年自残行为的神经、心理及社会学动因。该书最重要的价值在于能基于学术的视角向公众普及

“小事儿”,这往往需要评估人员的耐心解释,一两次次的会面并不足以确诊,但家长和早期干预工作者仍需要迅速采取干预行动。其次,诊断的过程需要足够慎重,幼儿精神病学和共生性精神病等其他发育问题经常与自闭症共病,这需要极为细致的鉴别诊断。再者,不要过于依赖现有的诊断工具。比如,自闭症诊断访谈量表ADI(Autism Diagnostic Interview)、文兰适应性为量表VABS(Vineland Adaptive Behavior Scales)、儿童自闭症评定量表CARS(Childhood Autism Rating Scale)的使用,一定是建立在对儿童有足够了解的基础之上,所以在正式诊断前应该有多次正式或非正式的观察。

矫正神秘的蓝沙发

欧尔唐丝四岁。一来到接待她的房间,她就选择了一张蓝色布艺小沙发,躺在那里。我们几乎是强制她离开那里,参加一些活动,然而一旦有机会,她就跑回沙发重新躺在那里,甚至睡在那里。教育工作者们感到很灰心,不知还能做些什么。太过强硬会使欧尔唐丝发狂,而温和的话语会被无视,我们又觉得直接拿走沙发太过强制。于是我建议不要再试图使她离开沙发,只是简单地让她坐起来,轻轻拉她起来,让她不能躺在沙发上,同时对她说道:“不,欧尔唐丝,不要在这里睡觉,坐起来,我们玩游戏。”然后我们为的她拿来一个毛绒小玩具,用小玩具

轻轻摸摸她的脸或者玩些其他交流游戏。

一段时间之后,这个小玩具对她来说变得必不可少,她一来到这里就拿起它,但……她还是会在沙发上。我们很生气,用一种适当的语气对她讲话,拉她坐起来。她没有反对,坐了起来。又过了一段时间,她进入房中,拿起她的小兔子,走向沙发,躺下,看着走向自己的教育工作者,自己坐着笑起来。游戏得到建立并将持续一段时间,直到她能够坐在自己的桌前,参与到学习活动中。

欧尔唐丝的行为表现与心理学中的“心理理论”密切相关。莱斯利认为正常婴儿自出生起便具备某些与时间、空间、因果关系等概念相关的基本能力。1987年,他将这一观点命名为“心理理论”,并将其解释为对“假装”的表征与理解能力。而自闭症儿童则多在这种心理结构上有所欠缺,先天能力处于一种冻结状态,从而使表征的各个阶段在心理发展过程中停止。我们对待自闭症儿童心理理论问题的态度不应是极端化的,通过一些游戏和活动,语言或手势,以及我们的说明都可以帮助他们获得区分各种情绪的能力。

理解|索尼娅和她的硬纸板

索尼娅四岁。她患有严重的唇腭裂和人际关系障碍,在她父母眼中这些问题已经足够成为抛弃她的理由。索尼娅被一个热情宽容的法国家庭收养。她接受过两次

手术,现在可以正常进食。没有什么阻止她说话,但她不会说话。她通过尖叫获取关注,但不看别人。

在第一次会面后,我被三件事所震惊:

1.她将一切我认为成色不错的东西放入口中,因为在手术前,这是她无法达到的。于是她像更小的孩子那样体验周围环境。梅泽尔将嘴描述为“创造感觉的场所”;

2.只要手中拿起物品,她就会将其扔在地上。如果我不阻止她,整个会面过程中都会持续这种状况;

3.她用纸板或硬纸包裹手臂。

这个小女孩的经历使我无限同情,它人生之初不断被抛弃的经历浮现在我的脑海中。一段时间后,我决定,当她将物品用力扔在地上时,对她说:“砰!就像索尼娅被扔掉!”她第一次看了我一眼,然后又开始扔东西。这次我没说话,她用一种询问的目光看着我,于是我又说:“是的,就像索尼娅被扔掉。”一个游戏得到建立。持续进行几周后,当我向她指出游戏的结局时,她不再扔东西。我对她说:“不,索尼娅,艾米女士没有扔掉你,你离开这里两天后会回来。”同时我用手指出2这个数字,我帮她收集物品,然后放在她手中。她没有反抗,平静地离开。一段时间后,她只有在假期分别的时候才会扔东西,直至最后完全不再扔东西。

至于她包裹手臂,一天的养母对我说,手术后,索尼娅的手臂被带上套筒以防止她碰到自己的

手,综合了最新的研究,更重要的是,该书还详细介绍了如何对儿童、青少年及成年网络成瘾者进行评估和干预,是心理咨询师干预网络成瘾的工具书,也是普通人了解这一问题的入门书。

《如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法》(第三版)作者玛丽·多米尼克·艾米女士,心理学家和精神分析学家,CIPPA(心理治疗师及相关人员关爱自闭症患者国际协作组织)主席。《如何帮助自闭症儿童》

子游戏对空间认知能力的各组成部分,如感知觉、注意、视觉—运动协调性、记忆(主要是工作记忆和长时记忆)等,都有作用。依据电子游戏的类型(以动作游戏、动态拼图游戏为主,如俄罗斯方块),这些功能可以得到不同程度的改善。

荷兰文化史学家约翰·赫伊津哈曾在七十年前著述,以“游戏”(Homo Ludens)喻指人类进化与文化演变(以游戏为代表)相结合的下一阶段(目前我们所在的阶段为Homo Sapiens,即“智人”)。回过头思考青少年与游戏相互依赖的关系,有待我们探讨、解决的问题似乎还有很多。

(本文内容摘编自《青少年电子游戏与网络成瘾》)

常,使得女孩产生性别认同——这时候怀孕极少为了生孩子。其次,它是女孩被父母认可为成年人的唯一方式。最后,对女孩来说,它也是对自身身体的攻击,对自己青少年期的终结。

回想校园生活,即便已经叫不名字,也一定会有那么一两个面孔跃然眼前。把他们故事和上面这些法国青少年的一对比,你或许会惊讶于那些意料外的重合点。如果把人的一生比作一场充满未知的冒险,那青春无疑是最为纯粹、美妙却又危机四伏的一段。就像冒险者的藏宝图,青少年和他们的家长也需要一份指点陷阱、雷区的“冒险地图”。

(本文内容摘编自《青少年期冒险行为》)

带领人们从精神分析的角度走进自闭症谱系障碍个体,让人们真切地了解到当代精神分析是如何解析自闭症谱系障碍个体复杂而矛盾的主观体验,尝试打破机构间的冲突,与教育、社区相互协作作为这些儿童以及他们的家庭提供支持,并吸纳儿科专家、遗传心理学家、认知学家和精神分析学家的理论,致力于将多种方法结合,便于更好地理解如何通过心理和教育的方法治疗自闭症儿童。

《如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法》(第三版)作者玛丽·多米尼克·艾米女士,心理学家和精神分析学家,CIPPA(心理治疗师及相关人员关爱自闭症患者国际协作组织)主席。《如何帮助自闭症儿童》

嘴,那些套筒曾让索尼娅很痛苦。在模拟场景时,我对她说:“哎呀,我们摸不到嘴巴时多难过!”她跑到镜子前,撇着嘴抬起头。我将自己的手臂包裹起来,走到她身边,呻吟着模仿无法摸到脸的痛苦。她不看镜子中的我,而是抬起我的手,试着将它抬起来。很久之后,当她说可以做一些话时,她向我抬起被包裹的手臂,将纸板扔在地上,对我说:“好了,嘴巴好了,不疼!”

很多自闭症儿童都有一定程度的刻板行为,研究者认为这些有强迫性的刻板行为仅仅是为了让自己与外界隔离或是遏制内心的焦虑。这种行无法引起儿童的愉快感,也无法维持兴奋度和“重建内环境的稳定”,它不会陪伴孩子走向真实与体验。刻板行为没有意义,会中断交流,使儿童寻求一种自我刺激的生命感。面对像索尼娅一样有刻板行为的儿童,治疗师应该尽量了解孩子的经历,使这些刻板行为重新找到意义,从而减少刻板行为的发生。

虽然你如此不一样,但那又怎样?星星的孩子,若有一日,你们将遨游宇宙太疲惫,请告诉爸爸妈妈,我们一起回家,在地球上看满天星斗。

(本文内容摘编自《如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法》(第三版))

推荐:

他们的“痛”渴望被感知

自残行为是青少年心理压力负荷过重时的一种表现形式,它可能不如自杀、吸毒那么引人注目,但其发生率与危害性也不容小觑,并带有显著的时代特征,是当前青少年心理健康工作应该关注的一个重要议题。

心理工作者可以从《青少年自残行为》中系统地了解自残问题的历史沿革、核心概念的演变、各流派对这一问题的分析与解读,以及系统的评估方法、实证的研究数据等等。这本书从人格发展、认知行为、精神分析、客体关系以及神经生理、社会文化等多个角度剖析了青少年的自残行为及其原因,有助于咨询师更全面、深入地走进有自残困扰的孩子的内心,更有效地帮助他们。

这本书最重要的价值在于能基于学术的视角向公众普及正视和解决青少年自残行为的方法。自残是遭遇心理困境的青少年的另一种“呐喊”方式。他们的困境和时代压力、教养方式、社会习俗、流行文化、媒体宣传等都有千丝万缕的联系。他们所承受的“痛”是渴望被这个社会所看到、所理解、所包容的,他们的治愈之路也与周边人际环境的重建息息相关。因此,我强烈推荐所有的家长和教师都来阅读这本书,建构有利于青少年心理成长的家

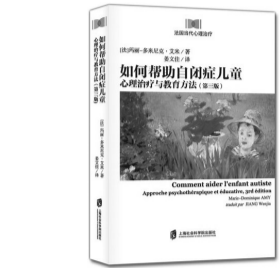
常,使得女孩产生性别认同——这时候怀孕极少为了生孩子。其次,它是女孩被父母认可为成年人的唯一方式。最后,对女孩来说,它也是对自身身体的攻击,对自己青少年期的终结。

我也希望有更多的青少年愿意读一读这本书,希望它能从方法学的角度启发你更好地理解自己和同伴的内心,透过有自残困扰的同龄人的问题,探寻反思通向幸福的密码,走出属于你的自己的有意义的人生。

马珍珍(助理研究员,上海市教育科学研究院学生心理健康教育发展中心办公室主任)

(本文内容摘编自《青少年期冒险行为》)

如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法(第三版)



如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法(第三版)

如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法(第三版)

如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法(第三版)

如何帮助自闭症儿童:心理治疗与教育方法(第三版)



青少年电子游戏与网络成瘾

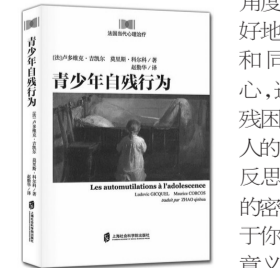
青少年电子游戏与网络成瘾



青少年期冒险行为

青少年期冒险行为

青少年期冒险行为



青少年自残行为