

# 从极端行为读出孩子内心的危机

【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结果显示：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，

## 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。



插图 孔雀

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。有哪位父母是完美的呢？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。”

新闻中的小刘遇到的问题就是他与家庭成员有了矛盾。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。



## 得体地说话

◎ 章红

“非诚勿扰”舞台上，一个女嘉宾说起自己失恋的时候曾经宅在家中一个月，每天蒙在被子里哭泣。

主持人孟非提议，大家都来说说自己失恋时的反应。

一位女嘉宾率先举手发言：“我不赞成刚才那位女嘉宾做法，失恋了就哭哭啼啼……”

孟非问：“那么你失恋了是怎样做的呢？”

女嘉宾：“到现在为止我从未失过恋！都是我抛弃别人，没有别人抛弃我的情况！”

——这位女嘉宾的言语就属于相当不得体。失恋是件痛苦的事情，她无法感受别人内心的痛苦不说，当话题是谈论失恋的时候，她自得地宣称自己从未失过恋。

我也做过一件让自己汗颜的说话不得体的事情。读研的时候，班上有个男生已经当了父亲，一天我恰好碰到他的小儿子从安徽老家来看望父亲。我就蹲下来跟小朋友说话，叫什么名字啊，读几年级啊，孩子用家乡话一一应答。然后，我说：“你们学校没有教普通话吗？”

那位父亲听见了，迅速蹲下来对孩子说：“没关系，你就说你的家乡话，这样就很好。你不用说普通话。”

我当时囧住，但知道的确是自己的错。今天回忆起来，我依然为自己对孩童心理的无知脸红，为对孩子自尊心施与的伤害后悔。这位父亲是了不起的，他反应敏捷地支持了孩子。

说话是否得体，不完全是表面的教养，真正意义上的得体有礼，首先传递出的该是对他人的尊重。而尊重并不仅仅是表面姿态，它意味着能够站在他人立场上感受对方情感，与对方内心世界发生同情与共鸣。

当我们无法体察他人内心世界的时候，经常不自觉地说出不得体的话。

比如，一个男孩比班上多数同学都矮，这时候你对他说：“你看起来好像比同龄人矮。你要多吃点才能长高啊。”

见到多年不见的女同学，你说：“啊，你看上去好辛苦的样子，是工作太忙了吗？女人一定要爱自己，要注意保养啊……”

呵呵，你相信吗？那个小男孩每天都在为自己比别人矮黯然神伤，他可能早就悄悄攒着劲多吃多运动；那个女同学也没有不注意保养，她只是抗拒不了地心引力或者身体的自然规律……你出自善意的提醒简直是“哪壶不开提哪壶”哟。

美国影星格温妮丝曾抱怨：“身为女人已经够没有安全感了，而他们还要专门告诉你这一点……”

我们不要去做“专门告诉”别人“这一点”的人！英国教育家尼尔先生非常懂小孩子，他曾说，和孩子交往的艺术，就是知道不要对他们说什么。

——这样一条原则完全可以推广之到所有人，得体说话的秘诀常常很简单，就是懂得不要说什么！



专家支持：廖丽娟  
采访：朱砂

上海市职业技能鉴定中心心理咨询师考评员