



福建卫生报

门诊排到半年后 有人每次花千元治疗 “问题儿童”为何求诊难

□本报记者 林颖

赵女士怎么也没想到,小学阶段成绩还不错的女儿小宇(化名)步入青春期后,成绩一落千丈。对女儿的责备不仅没有成为动力,反而成了无形的枷锁。母女矛盾加剧,终于有一天,小宇以跳楼相逼。

在妈妈的好言相劝下,小宇暂时放弃了自杀的念头,但这件事成为一个可能随时爆发的“雷”,埋在她的心底。赵女士带着女儿奔波各医院、心理咨询室,但治疗效果并不理想,学校也不敢让小宇复课。谈及这半年多的求诊经历,赵女士身心俱疲。

“太难了,专科医院的号源一放出来就是秒光,你能想到吗?为了早点解决孩子的问题,我甚至找了国学大师、拜了各路神仙。”赵女士一脸苦笑。

01

儿童青少年心理问题近年成倍增长

小宇的情况不是个案,心理治疗师、咨询师一号难求,求诊之路满是荆棘,这在全省乃至全国都是普遍现象。以我省为例,在治疗精神心理疾病最集中的公立医院——福州市第二总医院神经精神病院(福州市第四医院)和厦门市仙岳医院,儿童青少年心理科心理治疗、咨询的预约号都已排到了半年后。

之所以出现这种供不应求的局面,缘于近年来“问题孩子”数量的成倍增长。

据《中国青年发展报告》显示,我国17岁以下儿童青少年中,约3000万人正受到各种情绪障碍和行为问题的困扰,其中,有30%的儿童青少年出现过抑郁。

特别当孩子紧绷的学习状态撞上疫情的助推,暴露出的心理问题更是层出不穷,以至于业内普遍认为,疫情这三年成了孩子心理问题



张书玮正在接受患者咨询

最高发的时点。

很多家长困惑,现在孩子的生活条件比我们小时候强多了,他们衣食无忧,怎么动不动就想不开?

“孩子的生活条件是富足了,可他们的内心世界却很单一。”谈及原因,福建医科大学健康学院应用心理学系教授、福州医学心理咨询中心精神科医师和心理治疗师林贤浩一针见血地指出,在如

今“内卷”的环境下,很多孩子的生活只有学习。童年乐趣的消逝让儿童失去了释放压力的渠道,以至于自杀也呈现出低龄化趋势。此外,隔代抚养、家庭婚姻关系紧张等因素,也使得孩子在成长过程出现心理偏差。

02 许多孩子被误诊和错诊

别看心理治疗一号难求,“问题孩子”的就诊率却不高。许多家长并不承认自己孩子患有精神心理疾病,让他们带孩子去治疗更是件难事。

当然,也有些家长对心理治疗效果心存疑问。“心理咨询费用贵、周期长,更何况投入这么多,症状未必能100%改善。”福州王女士发现孩子在小学阶段出现了一些学习障碍,但不到十分严重的情况,她没有打算带孩子去做心理治疗。

这反映出家长对孩子精神心理问题的忽视。

突然间的学习困难、行为古怪、抑郁、自言自语或是眨眼、耸肩、爱说谎话、注意力不集中等,在不少家长看来是孩子的小毛病、坏习惯。殊不知,这些异常状况都是孩子的“心理求助信号”。

由于大多数家长和非专科医生都缺乏心理精神疾病知识,忽视了这些异常行为,延误了治疗,还有的则长年辗转于儿科、内科之间,得不到合适的治疗。

中国儿童心理卫生专业委员会

副主任郑毅曾在一次媒体采访中披露,儿童精神疾病较难以发现和诊断,国际上估计只有20%的“小病号”得到了正确的诊断和治疗,我国“问题孩子”被误诊和错诊的概率会更高。

“很多家长直到发现孩子身上的伤痕,发现他们的生活、学习等已受到严重影响,甚至发现死亡念头正步步逼近时,才意识到问题的严重性。”福州市第八中学心理教师谢维兴说。

03 解锁心理问题治疗的正确打开方式

“家长应当要找到心理问题治疗的正确路径,而不是等出现严重后果时才亡羊补牢。”福建医科大学健康学院应用心理学系副教授张书玮说,“如果发现孩子出现情绪或行为障碍时,最好是先找精神科医生,评估孩子的情况是病态问题还是心理问题,如果精神科医生约不上,再考虑找心理治疗师或咨询师。”

张书玮告诉记者,目前心理卫生工作者的身份有三种:精神科医生、心理治疗师和心理咨询师。

精神科医生主要负责“把脉问诊”,工作重点以疾病诊断和确定治疗或处理方案为主,他们有权处方,可以给孩子药物治疗。由于普通门诊的诊疗时间有限,给到每位患者的时间可能只有十分钟。

相比之下,心理治疗师和心理咨询师主要负责“解开心结”,采用心理学的理论和技术疏通患者情绪和内心的困惑。给到每位患者的治疗时间在50~60分钟,但收费也相应更高。

这二者的差别在于,治疗师一般在公立医疗机构工作,而咨询师多存在于社会机构或学校,且咨询师除了有“学院派”,也有些是“江湖速成派”,水平的参差不齐让诊疗的效果也存在差别。

(下转4版)

记者手记

近年来,儿童青少年心理问题频发,甚至出现极端事件的新闻报道不在少数。尽管部分学校开设家长课堂来应对问题,但对于饱受孩子心理问题困扰的家庭而言,这些帮助杯水车薪。

愿意和记者交流的父母,谈及孩子的问题,情绪如同开闸的洪水肆意奔流。治疗孩子需要专业的知识,但医学信息的鸿沟,常让普通人感到无力。父母们的内心,其实也像孩子一样,手足无措,只是他们别无退路。冰冻三尺非一日之寒,很多时候,问题的产生离不开成长环境,父母在外寻求帮助的同时,或许还需更多思考自身的改变。

采访中,心理工作者们叹个人力量之渺小,也不断地传递给了记者,希望借助媒体的力量、声音,传递给决策者们,进行相关的改革,共同推

动难题解决、社会进步。“每天超载运转,时有月咨询量100多小时,能帮助的也仅仅是一小部分”、“工作两年多,声音沙哑了不少”,当这篇文章通过微信公号先期推送后,不少心理工作者刷屏转发,并附上留言。

然而,不得不承认,当下心理专业人才缺口巨大,培养人才、加强医院精神心理学科建设,无法一蹴而就。儿童青少年心理问题成因复杂,根源在家庭、学校的教育。“心病还需心药医”,解开心病症结不能光靠心理专家,家庭、学校、老师,乃至全社会都应给予孩子更多的包容。孩子终归是孩子,表面上装成刺猬一样全副武装,其实内心脆弱无比。“良言一句三冬暖”,用更平和的心态与孩子交流,给予他们宽容的成长环境和足够的成长时间,让他们感受到父母、老师的关爱,更利于敲开孩子紧闭的心门。成长之路长远,静待花开,而不是让悲剧不断重演,这更是当务之急!