

心理医生对你说 丛书(二)

Children Who don't Want to Live

Understanding and Treating
the Suicidal Child

不想活下去的孩子

◎ 欧巴克(以色列) 著
◎ 高慧芬 译

——自杀孩子心理分析及治疗



希望出版社

不想活下去的孩子

——自杀孩子心理分析及治疗

Children Who don't Want to Live
--Understanding and Treating the Suicidal Child

欧巴克(以色列) 著

高慧芬 译



希望出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

不想活下去的孩子 / (以) 欧巴克著; 高慧芬译. —太原:
希望出版社, 2008.8
ISBN 978-7-5379-3539-5

I. 不… II. ①欧…②高… III. 青少年—精神障碍—诊
疗 IV. R749.94

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 116710 号
版权合同登记号: (图字) 04-2007-002

书 名:	不想活下去的孩子	经 销:	全国新华书店
作 者:	欧巴克(以)	开 本:	32
责任编辑:	王泉珍	印 张:	8.625
复 审:	薛蔚原	字 数:	172
终 审:	陈旭光	版 次:	2008 年 8 月第 1 版
装帧设计:	郭丽娟	印 刷:	山西新华印业有限公司
出版发行:	希望出版社	书 号:	ISBN 978-5379-3539-5
地 址:	太原市建设南路 15 号	定 价:	15.50 元

作者简介

作者以色列·欧巴克博士是纽约州叶史瓦大学艾伯特·爱因斯坦医学院青少年自杀诊所的资深临床心理医师。在这之前，他在以色列巴伊兰大学任副教授，曾于1987至1989年在美国叶须瓦大学做休假研究。

作者欧巴克博士的学术经历如下：

1968年获巴伊兰大学心理学学士学位

1971年获叶史瓦大学临床心理学硕士学位

1974年获叶史瓦大学临床心理学博士学位

他于叶史瓦大学接受临床心理训练，另担任加州大学洛杉矶分校及其他大学学府的客座教授。欧巴克博士从事自杀临床工作已十几年。此外，他主持多项自杀防治计划、研究及出版相关图书。

译者简介

高慧芬博士任职中国台湾义守大学教育学程中心，教授“自杀预防教育”、“行为改变技术”、“儿童心理学”、“婚姻与家庭咨询”等课程。她的学术经历如下：

- ※ 静宜文理学院外国语文学系文学学士；
- ※ 东伊利诺伊大学（Eastern Illinois University）咨询辅导硕士；
- ※ 俄亥俄州立大学（Ohio State University）幼儿教育硕士；
- ※ 德州农机大学（Texas A&M）咨询博士；

作者序

过去几十年来，儿童已成为心理学及其他学术领域的研究主题。尽管有不少研究正如火如荼地进行着，人们仍满心希望儿童能避开成人问题的影响与苦难的折磨。心理学家一向漠视儿童自杀及自伤行为的问题，尽管二十世纪初就有儿童自杀的记载，儿童自杀实为一不争的事实；但仍有不少人认为年仅五六岁的孩子心存死亡是不可能的事。

儿童自杀与成人自杀有不少相似的地方，这是令人惊讶的。两者的发展模式颇为雷同——在刚开始时，成人及儿童都有无法承受的压力与挫折，而最后他们都选择以自杀做为了结。一般人相信儿童不了解死亡的真实涵意，更遑论自杀行为的致命后果，正基于这样的无知，儿童才会有自杀的举动，事实上也不尽然。多数自杀儿童的个案显示正因其了解死亡的真正涵意才决意要死。

成人与儿童自杀除了上面所提到的相似点外，儿童自杀行为确实有其特殊的征兆与动力。然而儿童自杀防治与咨询的书籍很少探讨这些征兆与动力，令人深感遗憾。本书另一用意是在结合理论、实证结果、临床知识与儿童及青少年个人特质、家庭背景于一体，呈现儿童及青少年自杀的全面风貌。书中除了有系统地陈述相关知识，更详细记述儿童及青少年自杀现象的特殊情境、

动力及过程。书中将某些成人病态自杀与儿童及青少年自杀分开讨论，并引入“无解题”这个理论。此理论认为孩子之所以自杀是因某些因素，使他们陷入无法脱身之困境。唯有选择死路一途，方能脱离困境。这些孩子内心的苦楚不一定能为外人所知，但可以肯定的是他们的自杀行为不是虚张声势或博取别人注意的把戏。事实上，他们的自杀行为传递着重要的讯息。

以“无解题”来解释儿童及青少年自杀现象，是一个全面俱到的模式。这个理论结合了学术观点及实证发现，用特殊角度来检视儿童、青少年的自杀成因并加以治疗。读者在阅读本书时，不仅充实有关的知识，还将学习到如何使用实用的技巧来解决问题。

下面介绍全书各章节的内容：

第一章描述两个企图自杀的儿童，并陈述儿童自杀的理论纲要，这些资料可帮助读者加强对本议题的了解。

第二章一开始谈到成人自杀的定义与理论，接着是比较成人自杀与儿童自杀的异同及可应用在儿童自杀的理论观点。

第三章叙述日常生活中儿童及青少年自杀行为的多面性及其心理因素与背景。

第四章探讨儿童及青少年自杀与其人格之关联。

第五章则深入了解儿童及青少年自杀与其日常生活情境之关联。

第六章广泛分析儿童及青少年死亡观念的形成与发展，并解释他们如何面对各种情境的死亡。

第七章详述家庭因素如何影响儿童及青少年的自杀行为。

第八章呈现了一详尽完整的青少年自杀个案，藉此了解家庭的生活方式及儿童期种下的自杀源头如何青少年的自杀。

第九章介绍各种儿童及青少年自杀理论及观点，其中包含“无解题”理论。

综合以上各章内容，我在第十章提出了生死吸力与阻力之整合模式。

最后一章则侧重儿童及青少年自杀行为之诊断与治疗。

本书原意是为医生及专业人员所写；但我深信凡关爱儿童及青少年者也会对这本书有兴趣。虽然儿童及青少年自杀是个令人心痛的议题，但在书页间，我们也看到希望。我相信唯有了解儿童及青少年自杀的成因及过程后，方能辨识出自杀行为的征兆，帮助孩子解决他自己不能解决的问题。这正与本书的目标契合。因本书首要着重于预防日常问题，使日常问题不至于成为无法解决的“无解题”。最后，本人要向麦克·霍夫曼先生及巴伊兰大学的史奈泽基金会致谢。

—Israel Orbach

译者序

当儿童及青少年把伤害自己当成解决问题的方法，用自杀来协助自己面对困境；而身边的亲人、朋友，却都失去了协助及支持的功能时，他孤单面对着生命中的无解题（无法解决的问题），失去与他人的联系及亲密感，孤独地被留在人生舞台上，不知所措。他茫然失措，一再质问生命的意义及归属，恐惧无助，此情何以堪。

当人生病到医院时，他主要的目的是要治病。而当人想自杀时，一般人会习以为常地认为问题是“自杀”，殊不知自杀问题的重点是“人”而非“自杀”，它是“人的问题”，而非“自杀的问题”。我们面对自杀者时，千万不要忽略自杀者个人的内涵——他的人格本质、思考方式、情感因应、对生死的态度、个人发展及生命经验、问题解决策略及技巧、家庭背景及现状、人际关系及支持体系等。

欧巴克博士所著《不想活下去的孩子——自杀心理分析及治疗》，详细分析儿童及青少年自杀者个人的问题，作者深刻细致的剖析常使译者在译述过程中掩卷沉思。本书除了给读者知识性地了解自杀者个人因素及酝酿情境与治疗过程外，作者还表达了对自杀孩子的同情及悲悯，也牵动着读者的同情心及慈悲心。对自杀的孩子，旁人的帮助是否有用？对坚决要自杀的孩子，旁人的关怀是否会让他（她）回心转意？我相信会的！这是我的信

仰——旁人的帮助是必须而且有用的。佛言：“救人一命，胜造七级浮屠。”生命之宝贵，我们要珍惜，让我们共同努力来改变儿童及青少年的自杀决定！

一般人对自杀的反应是“好可怕、好恐怖”，正因为可怕，我们要趁早了解它，正因为它恐怖，我们要深入了解它、预防它，并减少它的伤害性。俗话说：“及时补一针，胜过事后缝十针。”而在自杀的状况里，事前的预防功能极强，事后的辅导治疗绝对必要，希望本书能发挥它对自杀预防及治疗的功能。

当我在翻译这本书时，心中不时回荡着这些问题：要如何预防孩子自杀，究竟什么是孩子生命中的最爱？而当我翻译完此书后才明白，我们对孩子生命中的真正需要，往往缺乏深刻正确的了解。

我曾遇到一位生活、事业都很有成就的女子，有一次她哀伤地对我说，至今她最渴望的是被妈妈拥在怀里的感觉。我在外国念书时，遇到一对夫妻，两人都在攻读学位。有一天他俩告诉我：“目前担心的不是我们的学位，而是孩子。刚出生的孩子送回台湾，身边的另一个孩子则托人照顾，两个孩子都没好好亲近过，想来真是难过。”说的也是，将来孩子长大，还是会再向父母索取他们应有的这一段“最爱”吧！

译完这本书，我最想告诉读者的是：“父母就是最好的专家！”作者所表现的治疗功能，其实就是一个好父母的功能。无条件的关爱、支持与鼓励才是最好的药方，而这是我们天下父母本身所具有的呀！

—高慧芬

目 录

001/	第一章	自杀儿童个案的探讨
002/	个案一：	蕾娜
006/	个案二：	莉莉
.....		
013/	第二章	比较成人自杀与儿童自杀
014/	第一节	自杀的定义
017/	第二节	成人自杀的理论
027/	结语	
.....		
029/	第三章	儿童及青少年自杀行为的警示及危险性
033/	第一节	儿童及青少年的自杀与尝试自杀
040/	第二节	儿童及青少年自杀的方式与尝试
041/	第三节	儿童及青少年自杀字条及其传递 的信息
049/	第四节	儿童及青少年自杀行为发展的 模式
.....		

051/ 第四章 自杀高风险群儿童及青少年的探讨：人格特征

052/ 第一节 儿童及青少年的忧郁症

058/ 第二节 严重的精神疾病

062/ 第三节 自我控制

066/ 第四节 认知的僵硬与弹性

069/ 第五节 影响性与敏感度

070/ 第六节 自虐及强迫倾向

071/ 第七节 性别与年龄差异

072/ 结语

.....

075/ 第五章 探讨：一般生活情境

076/ 第一节 孩子自杀的理由

077/ 第二节 创伤经验

078/ 第三节 丧失经验与自杀的关系

101/ 第四节 儿童虐待与疏忽

105/ 第五节 家庭暴力

105/ 第六节 家庭危机

107/ 第七节 学业压力

109/ 结语

.....

111/ 第六章 探讨：儿童及青少年对死亡的理解与
感受

116/ 第一节 死亡观念的发展

124/ 第二节 死亡的经验及所带来的情绪

150/ 结语

.....

151/ 第七章 探讨：家庭因素

152/ 第一节 问题多多的分裂家庭

155/ 第二节 死亡的信息

157/ 第三节 紧密共生家庭的毁灭过程

166/ 结语

.....

167/ 第八章 分析青少年自杀个案

168/ 第一节 恸痛的家庭

173/ 第二节 宋儿时的生活片断

184/ 第三节 家庭分析

.....

191/ 第九章 儿童及青少年自杀理论与观点

192/ 第一节 心理分析模式

197/ 第二节 家庭过程模式

202/	第三节	自毁的逐渐发展
204/	第四节	多动力及多类别的自杀模式
206/	第五节	生化模式
208/	第六节	三种主要的研究模式
210/	第七节	无解题
218/	第八节	自杀与无解题之关联

.....

221/ **第十章** **生与死的吸力与阻力：自杀行为新解**

222/	第一节	对生死的矛盾情结
223/	第二节	生与死的四种基本态度
228/	第三节	本模式相关的评论研究
233/	第四节	现象模式的临床应用

.....

239/ **第十一章** **儿童及青少年自杀诊断与治疗**

240/	第一节	自杀危机的评估
247/	第二节	治疗模式
259/		结语
260/		本书总结



第一章

自杀儿童个案的探讨

个案一：蕾娜

进入自杀儿童的世界是需要人引导带领的。蕾娜就是我的第一位向导，她引领着我进入她的世界。遇到她的那年，她只有七岁，被人视为智障儿。当时我在她就读的学校里担任心理咨询师的职务。校方要求我对她的状况做心理评估，于是我安排与她会谈。记得她第一次来到会谈室时显得十分惊恐，不知会谈过程中会发生什么事。她穿的夹克几乎把她整个人包住。进门后，她脱下帽，拉开大夹克的拉链，逐渐熟悉我及四周的环境。我对自杀儿童的了解于是展开。

蕾娜询问是否能用摆在一旁的纸和蜡笔，我点头答应。她拿起了蜡笔，在纸上画下两条平行的线——“这是马路。”她说。接着把马路上画满了车辆，在路的一旁，她画了个女孩，而路的另一旁，画了个女人。她问我知不知道她画的是什么，我正犹豫不知是否要猜的时候，她自顾自地说：“这小女孩想要被车压死。”当时我非常惊讶，问她为何这女孩要被车压死？蕾娜率直地回答说：“这就是问题了，为什么这个女人要这个女孩死呢？”当我想进一步追问时，蕾娜却止住不说了。只轻描淡写地留下一句：“我要回教室了，下次再来。”于是她离开了会谈室。

事后我才知道蕾娜的母亲患有类偏狂症，在精神疗养院住过很长一段时间；她的父亲则身无一技之长。蕾娜是长女，下面的两个弟妹经诊断证实为智障儿。蕾娜的困难打从她出生后就开始了。出生的第三天，她从医院被接回家，但她的妈妈在看她一眼后，坚称这个孩子不是她生的，医院一定搞错了；此外，蕾娜的

母亲也不准任何人接近这个婴儿。

自此以后，母女间的依赖及摧毁性关系开始延展开来。当蕾娜学会读字及写字时，她骄傲地向妈妈显示自己的进步，母亲却带着不屑的口气嘲笑道：“你自以为你比我们都行，是不是？你以为你很了不起吗？”这也许是蕾娜决定要扮演智障儿的开始吧！她的智障是为了要让自己和弟妹一样，是为了要获得母亲的爱。蕾娜来到会谈室时，身上经常带着瘀青的紫斑及伤痕。起先她想遮掩住这些伤痕，不让我看到，后来她才比较坦然地现出身上的鞭疤及抓痕。这些伤痕全是母亲莫名其妙、没有来由地一阵毒打所致。有时，母亲整天不准她吃饭或罚她在墙角站立整晚。有一次，母亲甚至把她锁在铁笼里。蕾娜逐渐成为母亲在怒气及挫折时发泄的牺牲品。

经过一段日子，我才发现蕾娜早在几个月前就为自己设计了一套复杂的自杀计划。她常跑进马路上川流不息的车阵中，希望自己被辗死。她这种想要了结自己生命的态度已是校内老师众所周知的公开秘密。在学校的参观旅游活动中，老师把她摒除在外，不敢带她外出。有一次，蕾娜真的被车撞了，虽然伤得不重，仍被送进了医院。在医院的治疗期间，医生及护士对她照顾有加，这可说是蕾娜生平第一次得到疼爱及关怀。

在治疗蕾娜的过程里，我与米拉合作。米拉是蕾娜学校的辅导老师，我们的目标是要给蕾娜一帖良药——即“改良的亲职”。每个礼拜，我们与蕾娜有一到两个小时会谈的时间。这段时间里，我们两人给蕾娜关怀、接纳、安全、爱及界限的示范。蕾娜显然很高兴我们这样做，她非常愿意米拉和我做她的父母亲，她