

北京回龙观医院探索全生命周期心理治疗

捕捉孩子眼中闪过的光

本报记者 熊建

健康中国
奋发有为

“晓鸣阿姨！”
“他认出我了！”当张晓鸣在医院的花园里听到小黎（化名）稚嫩的声音时，心里好像被什么撞击了一下，无比激动。

作为北京回龙观医院临床心理科副主任，张晓鸣后来形容这是让她终生难忘的事情。

为什么一句寻常打招呼的话会让她如此反应？
话要从头说起。

同一个时空，不同的频道

“那年春天我初次与小黎相识，当时的他两岁多一点，穿着一个小马甲，站在我面前。”张晓鸣回忆道。

张晓鸣热情地跟他打招呼：“你好啊！”

小黎并没有理她，甚至连看都没有看她一眼。为了更好地交流，张晓鸣蹲下来，再次跟他打招呼：“你好，小黎。”

“他的目光从我眼前飘过，纯净的目光没能在我的脸上多停留一秒。我多希望眼前的孩子能跟我交流一下，但是却没有。”张晓鸣说，“这个行为证实了我的想法，漂亮的小帅哥是一名孤独症患者。”

患有孤独症的孩子，被赋予了一个充满怜爱和无奈的诗意名字——“来自星星的孩子”。小黎2岁时被诊断为孤独症患者，他妈妈不得不全职照料这位无法与人正常沟通交流的孩子。全家每天都沉浸在孩子治疗的焦虑以及对小黎未来的担忧中。

“虽然这些孩子和我们在同一个时空生活，但仿佛永远无法在同一个频道交流。”张晓鸣说。

小黎这样的小患者，北京回龙观医院近年来接收了很多，涉及孤独症、注意缺陷多动障碍、对立违抗障碍和抑郁症等。张晓鸣所在的临床心理科，2022年18岁以下住院患者占比达81.95%，而2015年时，80%的住院患者都是成年人。

这种情况学界也注意到了。“中国儿童青少年精神障碍流行病学调查”数据显示，全国儿童青少年（6—16岁）精神障碍流行率为17.5%。

对此，北京回龙观医院今年增加了儿童青少年门诊诊疗单元，大幅度提升了接诊能力。“从1月1日到7月31日，门诊18岁以下患者已达17.92%，远高于往年。”张晓鸣说，“加强儿童青少年心理健康工作，刻不容缓。”

2021年9月21日，《柳叶刀—精神病学》发表由北京大学第六医院黄悦勤教授领衔的研究显示，至少一半的成人精神心理障碍患者，第一次发作都在14岁之前。如果能够尽早发现，进行针对性的治疗，可挽救很多儿童。

以孤独症为例，“如果4岁之前没有很好地干预，那患者就会一直发展下去，严重的会丧失语言能力，导致精神残疾。”北京回龙观医院临床心理科主任刘华清说，“4岁前干预到位的话，可以收到很好的效果。”



日前，2023“点亮蓝灯”活动在位于北京市的国家游泳中心“水立方”举办。本次活动通过爱心市集、融合儿童画展、点亮蓝灯等环节，呼吁社会对孤独症儿童提供更多帮助和关爱。图为一名小朋友在参观融合儿童画展。

新华社记者 任超摄



图为刘华清（右）在团体治疗中和患儿做游戏。

北京回龙观医院供图

唤醒“来自星星的孩子”

收下小黎之后，按照治疗计划，张晓鸣每周都会在亲子团体治疗中遇到小黎。

起初，小黎根本不理会周围的人，每次都是在固定区域，拿着小汽车在桌子上“开来开去”。于是，张晓鸣开始尝试让另一辆小汽车也行驶在玩具桌上，当与小黎的小汽车相遇时，便有机会跟他打招呼：“你好，警车。再见，警车。”

可是小黎没有理张晓鸣，径直将车“开”走了。

在后来的一次治疗中，张晓鸣将一名男同事介绍给他。“当小黎看到这位林叔叔时，我观察到他的眼神似乎在林叔叔脸上多停留了一点点时间。”她说，“也就是在那次治疗中，小黎第一次离开了玩具桌，在滑梯上玩起小汽车；第一次听到他跟人互动时发出的‘咯咯’的笑声……我想，也许小黎的世界更需要成年男性的角色。”

张晓鸣的发现很重要，找到了进入小黎内心世界的钥匙，找到了唤醒小黎的方法。

德国哲学家雅斯贝尔斯说：“教育的本质是一个灵魂唤醒另一个灵魂。”对于北京回龙观医院的医生们来说，唤醒是对他们工作的贴切形容。

“很多对孤独症的治疗，是教孩子语言，训练规范的行为。但是我们中心不教任何知识，不教什么是红色，什么是圆形；也不会去规范他/她的行为，不会说你应该怎么样。我们是去唤醒，唤醒其对外部世界的好奇心。”临床心理科下设的孕婴幼儿心理健康中心负责人罗正杰博士说，这一来源于精神分析的干预方法，更重视个体内在资源的调动，激发患儿内部动力，使其不断去探索外部世界，“我们不需要像给机器人输入指令一样，如果说他/她自己有了这样的探索，说明好奇心被唤醒了。”

小黎和林叔叔“来电”这件事发生后，罗正杰见到了他的家人。“我才发现我们的男治疗师和小黎的爸爸有相似之处。对小黎来说，在互动中他可能进入了一段跟这位叔叔的关系里。这是家长忽视的，但是我们捕捉到了。”

接下来，在游戏中，张晓鸣经常可以感受到小黎从玩具小屋钻出来时的那种喜悦和开心。“我还发现，如果我们看到他钻出来，脸上有个惊讶的表情，他的目光就会从我们面前划过，然后嘴角露出一丝笑容。”张晓鸣说，“我似乎感到我们两个原本平行的‘频道’，发生了一点交互。”

随着跟小黎的互动越来越多，治疗也逐渐深入。“我们发现小黎的活动范围也变得越来越大，从原来只是围着桌子转，到现在能够在玩具小屋、小桌子、绘画区、滑梯等区域灵活变动；从之前跟母亲寸步不离，到现在能够自由活动；从只是自己玩个玩具，到现在能够和小朋友一起玩玩具。”张晓鸣说，“在团体治疗的过程中，大家时常能看到他向其他小朋友主动发起互动的信号。小黎的进步让我们每一名治疗师都感到欣慰和骄傲。”

2018年，国内首家孕婴幼儿心理健康中心在北京回龙观医院成立。该中心创新诊疗模式——由精神分析师



图为张晓鸣在进行沙盘心理治疗。

北京回龙观医院供图

她说，“换句话说，小黎会释放出一些很微弱的信号，有时候闪过眼神、一个动作、一个发音，都会提示出来一点点线索，专业的人才能捕捉到。”

近年的研究发现，孤独症和上百个基因点位具有相关性。为了“见之于未萌、识之于未发”，北京回龙观医院启动了针对4个月婴儿的孤独症早筛项目。

“我们希望在4个月筛查出来之后，就开始干预。”罗正杰说，“与孤独症有关的基因表达，需要外部环境的作用，所以如果我们在孤独症的基因没有表达出来之前，就开始对其工作，把它控制好，那么它可能就表达为一个正常的基因。”

不光帮孩子，还帮父母

过了一段时间，小黎有了新的变化。再到治疗室，他都会先在门口探着小脑袋，往里边张望，看一下缩回去，看一下又缩回去，然后再跟他妈妈一起进来。

“小黎每次进门前的动作，其实就是在跟我们躲猫猫。”张晓鸣说，“别看这是小事，但对于我们而言，真是莫大的鼓励。我们在逐渐走进小黎的世界，小黎也在逐渐走向我们的世界。”

接下来，在治疗室，张晓鸣经常可以感受到小黎从玩具小屋钻出来时的那种喜悦和开心。“我还发现，如果我们看到他钻出来，脸上有个惊讶的表情，他的目光就会从我们面前划过，然后嘴角露出一丝笑容。”张晓鸣说，“我似乎感到我们两个原本平行的‘频道’，发生了一点交互。”

随着跟小黎的互动越来越多，治疗也逐渐深入。“我们发现小黎的活动范围也变得越来越大，从原来只是围着桌子转，到现在能够在玩具小屋、小桌子、绘画区、滑梯等区域灵活变动；从之前跟母亲寸步不离，到现在能够自由活动；从只是自己玩个玩具，到现在能够和小朋友一起玩玩具。”张晓鸣说，“在团体治疗的过程中，大家时常能看到他向其他小朋友主动发起互动的信号。小黎的进步让我们每一名治疗师都感到欣慰和骄傲。”

2018年，国内首家孕婴幼儿心理健康中心在北京回龙观医院成立。该中心创新诊疗模式——由精神分析师

1988年，一部电影《雨人》上映了，首次将“自闭症”这个疾病带入了公众的视野。时隔20年，联合国通过决议，2008年4月2日，第一个“世界自闭症关注日”问世，以提高公众对自闭症诊断、研究和自闭症患者的关注。

自闭症，在医学上称之为孤独症。社会上还有个温暖的叫法，称这群患病的孩子是“来自星星的孩子”。他们具有相似的特点：社会交往障碍、交流障碍、兴趣狭窄和刻板重复的行为方式。这几组症状就是孤独症的核心症状。孤独症是一种广泛性发育障碍，多起病于3岁以内。发病近年来呈现升高趋势。全球最新流行病学数据提示，孤独症的发生率在1%左右。2019年发布的《中国自闭症教育康复行业发展状况报告》显示，中国自闭症发病率达0.7%。这其中，许多自闭症儿童没有被及时发现、诊断，更谈不上治疗。

自闭症是在一定遗传因素作用下，受多种环境因子刺激导致的弥漫性中枢神经系统发育障碍。临床上尚无特效药物治疗，特殊教育和训练是主流方法。然而，训练为主导的干预方式，无法充分激发患儿内心主动参与的好奇与愿望，行为训练过程艰难，且效果难以持久。

作为北京市卫生健康部门指定的儿童残疾评定机构，每年我们承担着大量儿童筛查诊断的工作。面对着患儿父母拿到“孤独症”诊断单时绝望的眼神，感受着他们痛苦的心境，为家庭减轻痛苦、为患儿走向康复的使命感责任感油然而生，催促着我们在孤独症研究与治疗之路上奋勇前行。

是否有一种干预方法可以变被动为主动，顺应孩子自然的心理发展特点，让患儿自然、积极参与其中？功夫不负有心人，在长期临床实践、探索和学习的基础上，2018年，借鉴法国“绿房子”模式，北京回龙观医院建立了国内首家孕婴幼儿心理健康中心，以顺应儿童心理发展特点，对婴幼儿行为进行细致入微的观察、自然互动为治疗理念。通过精神分析师带领，精神科医生、儿科医生、心理治疗师共同参与治疗，取得了良好的效果。

该中心通过营造安全、稳定、温馨的互动环境，为患儿和照料者提供了科学的示范。治疗团队通过敏锐的观察，及时接收到患儿释放的微弱信号，将它进行放大并及时反馈，帮助家长识别患儿独特的社交“微信号”，最终“唤醒”患儿心中沉睡的“好奇”。

自闭症的发生是生物、心理、社会因素共同作用的结果，治疗关键在于早期对易感因素进行控制。今年，北京回龙观医院将启动针对4-9月婴儿的孤独症早筛项目，将筛查时间前移，希望这一方法能够造福更多家庭，让更多患儿找回童真与快乐。

（作者为北京回龙观医院副院长）



图为孕婴幼儿心理健康中心一角。

北京回龙观医院供图

且，他能跟我有眼神对视了，还能对我微笑和有情感交流了。”张晓鸣说，“在回办公室这短短几百米的路程上，我的心情其实无比激动！真的没有想到，这个‘来自星星的孩子’在非治疗区域，能主动跟我打招呼。更没有想到的是，他从来没有看到过我穿白大褂的样子，却可以在花园里轻松认出我来，我真真切切感受到了治疗的效果和小黎的巨大改变。”

小黎的故事，体现出北京回龙观医院临床心理科“包容、理解、陪伴、成长”的工作理念。

“所有的精神障碍都是综合因素导致的。我们的治疗有时候就像剥洋葱，一层一层去解决各种因素，包括家庭因素、外界环境因素、幼儿园因素、学校因素等，内核都会慢慢呈现现在我们面前。”刘华清说，“所以每一名患者对我们来说都是独特的个体，比如这几个孩子得的都是抑郁症，但为什么这个孩子是这种反应，那个孩子是那种症状，原因完全不一样，需要量体裁衣，开展个性化诊疗。”

“我们的医疗服务，贯彻生物—心理—社会医学模式，开展药物治疗、心理治疗和物理治疗相结合的综合诊疗模式，从个人—家庭—社会不同层面进行综合评估与干预。”北京回龙观医院党委书记杨甫德说，作为我国首批拆除围墙的精神专科医院，北京回龙观医院自建院以来，不断创新服务模式、提升诊疗水平、加大人文关怀力度，针对社会需求完善诊疗体系。

张晓鸣表示，未来工作重点就放

早日「唤醒」孩子心中沉睡的「好奇」

李晓虹

不是结尾的尾声

目前，小黎已经上了幼儿园。家长给张晓鸣反馈，幼儿园老师没有发现孩子和其他孩子有什么差异。小黎已经融入了正常的社会生活中。

小黎妈妈不久前怀了二胎。