

女性强制戒毒人员自尊和毒品渴求内观认知疗法干预研究

李一波^{1,2}, 毛富强^{1,2}, 张志浩³, 李静¹, 王旭¹, 王戈^{1,2}, 张彤^{1,2}

(1. 天津医科大学精神卫生学系, 天津 300070;

2. 天津医科大学心理学研究所, 天津 300070;

3. 中南大学湘雅三医院, 长沙 410013)

【摘要】 目的: 探究内观认知疗法干预女性强制戒毒人员自尊和毒品渴求的效果。**方法:** 从天津市女子强制隔离戒毒所筛选 60 名被试, 随机分为研究组 ($n=30$) 和对照组 ($n=30$), 研究组接受内观认知疗法干预, 对照组接受戒毒所常规教育, 应用毒品渴求程度测量尺 (视觉模拟尺 VAS) 和自尊量表 (SES) 分别于干预前及干预后进行测评。**结果:** ① 干预后, 研究组 VAS 评分显著低于对照组 ($P<0.05$), 研究组 SES 评分显著高于对照组 ($P<0.05$); ② 研究组干预后的 VAS 评分显著低于干预前 ($P<0.05$), SES 评分显著高于干预前 ($P<0.05$); 对照组干预后的 VAS、SES 得分和干预前相比无显著差异 ($P>0.05$)。**结论:** 内观认知疗法可有效提高女性强制戒毒人员的自尊, 降低其毒品渴求, 值得在戒毒领域推广应用。

【关键词】 内观认知疗法; 成瘾; 毒品渴求; 自尊; 女性; 强制戒毒人员

doi:10.15900/j.cnki.zylf1995.2019.06.007

The Intervention Effect of Naikan Cognitive Therapy on Self-esteem and Drug Craving of female Compulsory Drug Abstiners

LI Yibo^{1,2}, MAO Fuqiang^{1,2}, ZHANG Zhihao³, LI Jing¹, WANG Xu¹, WANG Ge^{1,2}, ZHANG Tong^{1,2}

(1Department of Psychiatry, College of Basic Medical Sciences, Tianjin Medical University, Tianjin, 300070;

2Institute of Psychology, Tianjin Medical University, Tianjin, 300070;

3 The 3rd Xiangya Hospital of Central South University, Changsha, Hunan, 410013)

[Abstract] Objective: To explore the intervention effect of Naikan cognitive therapy on self-esteem and drug craving of female compulsory drug abstiners. **Methods:** A total of 60 objects were screened in the compulsory rehabilitation center in Tianjin. They were randomly divided into study group ($n=30$) and control group ($n=30$). The study group received Naikan cognitive therapy and the control group received routine education in the compulsory rehabilitation center. Before and after the intervention, Visual Analogue Scale(VAS) and Self-Esteem Scale(SES) were evaluated in both groups. **Results :** ① After the intervention, the score of VAS in the study group were significantly lower than that in the control group($P<0.05$)and the score of SES in the study group were significantly higher than that in the control group($P<0.05$); ② After the intervention, the score of VAS were significantly lower than before ($P<0.05$) and the score of SES were significantly higher than before($P<0.05$) in the study group. In the control group, the changes in the scores of VAS and SES were not significant after the intervention($P>0.05$). **Conclusion:** Naikan cognitive therapy can improve the level of self-esteem and decrease the level of drug craving of female compulsory drug

基金项目: 天津市哲学社会科学规划后期资助项目(编号: TJJXH1401); 天津市学校心理健康教育研究项目(编号: XLZX-G201719)

作者简介: 李一波(1992.04-), 男, 学历及职称: 硕士研究生在读, 主要研究方向: 心理咨询与心理治疗。
通讯作者: 毛富强, 男, 教授, 主任医师, 博士生导师。E-mail: maofq@tmu.edu.cn

abstainers. NCT is worthy of being popularized in drug rehabilitation areas.

[Key words] Naikan cognitive therapy ; addiction; drug craving ; self - esteem; female ; compulsory drug abstiners

物质成瘾是一种生理、心理和社会的失调现象^[1],不仅可以严重损害吸毒者的身心健康,而且可以导致艾滋病等传染性疾蔓延等公共卫生问题,家庭问题和社会治安问题等^[2]。自尊是个体对自我的情感体验和自我评价^[3]。以往研究指出,物质成瘾者戒毒失败以及居高不下的复吸率,主要是由于低自尊导致了吸毒者会采用毒品等相应的替代刺激来弥补自尊的缺乏^[4]。众多研究表明,物质成瘾者的自尊水平比正常人群明显偏低^[5-6],并且脱毒后复吸个体的自尊显著低于未复吸个体^[7]。江熔霞的研究表明强制戒毒者的自尊与毒品渴求存在显著的负相关关系^[8],即自尊越低,毒品渴求程度相应越高。毒品渴求是指一种意识层面的主观体验,体验到想要去使用毒品的渴望^[9]。以往研究表明,毒品渴求也是导致吸毒者戒毒后复吸的一项重要因素^[10-11]。因此,自尊和毒品渴求都是影响戒毒者脱毒后复吸的重要因素。

内观认知疗法(Naikan cognitive therapy, NCT)是1995年由李振涛提出,2007年由毛富强完善,整合源于东方文化的内观疗法与源于西方文化的贝克认知疗法,按照内观三主题回忆成长历程过的生活事件,多角度观察和感受重要的人际关系,重温满足、感动和愧疚等情感体验,动摇和改变执着的自我中心主义意识,对非理性认知进行觉察和矫正,使主观与客观趋于和谐的一种心理疗法^[12]。以往研究表明NCT治疗手机成瘾^[13]、网络成瘾^[14]和酒依赖^[15]有良好效果。因此本研究尝试运用内观认知疗法干预女性强制戒毒人员,以期提高其自尊水平,降低其毒品渴求,为吸毒人员成功戒除毒品和预防复吸提供实践方法和依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象

从天津市女子强制隔离戒毒所筛选60名女性强制戒毒人员作为干预对象。纳入标准:①符合DSM-5中的物质相关及成瘾障碍诊断标准^[16];②年龄18~50岁;③距离解除隔离还有1~6个月;④社会支持系统良好。排除标准:①有严重躯体疾病、明确脑损伤史;②符合双向障碍、精神病性障碍诊断标准③有严重自杀倾向。采用随机数字表法将其分为研究组($n=30$)和对照组($n=30$)。

本研究通过了天津医科大学伦理委员会的伦理审

查批准,所有被试均采用自愿原则,签署知情同意书。

1.2 研究工具

1.2.1 一般情况调查问卷

研究者使用一般情况调查问卷调查研究对象的年龄、居住地、婚姻状态、学历和吸毒年限等相关情况。

1.2.2 渴求程度测量尺(visual analogue scale/score, VAS)

该评估方法由Grusser、Heinz和Flor提出,运用0到100mm长线段,从“完全不想”到“极度想”表示毒品渴求程度。被试根据自身实际的毒品渴求程度在线段上标记,标记处距离线段左侧端点的长度(mm)即为毒品渴求程度的分数。在近年对成瘾者渴求的研究中,被广泛采用,有较高可靠性^[17-18]。

1.2.3 自尊量表(self-esteem scale, SES)

由Rosenberg编制,该量表有10个条目(5个为反向计分条目),采用4级评分(1“非常不符合”~4“非常符合”),总分越高,表示自尊程度越高。该量表应用非常广泛,信效度良好^[19]。

1.3 研究方法

干预前、后均采用渴求程度测量尺(visual analogue scale/score, VAS)和自尊量表(self-esteem scale, SES)对两组被试进行测评。研究组接受内观认知疗法(NCT)干预,对照组接受戒毒所内常规教育。内观认知疗法(NCT)干预方法:①干预时间:考虑到戒毒所的工作休息制度,NCT干预时间调整为10天,每天时间安排:上午9:00-下午3:00,在该时间段除午餐,如厕外,禁止做与干预无关的事情;②干预地点:戒毒所提供房间用于NCT干预实施,每个房间有两套屏风,桌椅,纸笔,台灯,茶杯,可供两名被试使用,被试被屏风遮蔽隔开,坐在屏风后的椅子上,按照要求完成内观和认知任务;③内观任务:被试确定内观对象,对确定的内观对象分时间段依次进行三主题的内观。内观对象包括:亲近者6人(最亲近的人,次亲近的人……第六亲近人)和讨厌者2人(次讨厌者,最讨厌者)。内观三主题包括“对方为我做过什么”,“我为对方做过什么”,和“我给对方添的麻烦”;④认知任务:内观者在内观体验的基础上识别自己出现负性情绪时的自动性思维,然后进行真实性检验,进而识别和矫正非理性认知;⑤面接:内观治疗师每1.5小时与被试进行1次面谈,每次

约5分钟,了解其内观情况,对其进行鼓励,必要时可以进行一些解释和引导,并和她们一起确定接下来的任务。

1.3 统计处理

数据采用SPSS19.0软件进行统计分析,计量数据用平均数 \pm 标准差($\bar{x}\pm s$)表示,两组间计量数据的比较采用独立样本 t 检验,组内干预前后计量数据的比较采用配对样本 t 检验,计数资料以[n(%)]表示,比较采用 χ^2 检验,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组被试社会人口学资料比较

研究组与对照组在年龄、居住地、婚姻状态、学历和吸毒年限方面进行比较,差异均无统计学意义($P>0.05$),见表1。

2.2 两组被试干预前后毒品渴求VAS评分比较

两组被试干预前VAS得分无统计学差异($P>0.05$);在干预后研究组的VAS得分显著低于对照组,有统计学差异($P<0.05$);研究组在干预后的VAS得分显著低于干预前($P<0.05$);对照组在干预后的VAS得分和干预前相比无统计学差异($P>0.05$),见表2。

2.3 两组被试干预前后SES评分比较

两组被试干预前SES得分无统计学差异($P>0.05$);在干预后研究组的SES得分显著高于对照组,有统计学差异($P<0.05$);研究组在干预后的SES得分显著高于干预前($P<0.05$);对照组在干预后的SES得分和干预前相比无统计学差异($P>0.05$),见表3。

2.4 自尊水平与毒品渴求水平的相关性检验

由于研究组的自尊和毒品渴求在干预前后均出现差异,为检验两者差异是否相关,将自尊和毒品渴求前后测得分的差值进行Pearson相关检验,结果显示两者相关显著, $r=-0.417, P=0.022$,说明在干预的影响下,毒品渴求的改变与自尊的改变具有显著负相关关系。

表1 两组被试社会人口学资料比较 [n(%), $\bar{x}\pm s$]

项目	研究组 (n=30)	对照组 (n=30)	t/c^2	P
年龄/岁	33.07 \pm 7.13	32.53 \pm 8.08	0.271	0.787
居住地			0.287	0.592
城市	18(60.0%)	20(66.7%)		
农村	12(40.0%)	10(33.3%)		
婚姻状态			0.417	0.519
已婚	5(16.7%)	7(23.3%)		
未婚/离异/丧偶	25(83.3%)	23(76.7%)		
学历			0.693	0.405
初中及以下	22(73.3%)	19(63.3%)		
高中及以上	8(26.7%)	11(36.7%)		
吸毒年限			1.200	0.273
5年以下	8(26.7%)	12(40.0%)		
5年及以上	22(73.3%)	18(60.0%)		

表2 两组被试干预前后VAS评分比较 ($\bar{x}\pm s$)

项目	研究组 (n=30)	对照组 (n=30)	t	P
干预前	28.37 \pm 14.76	28.23 \pm 12.63	0.038	0.970
干预后	11.98 \pm 14.88	26.30 \pm 11.93	-4.112	<0.001
t	6.715	0.600		
P	<0.001	0.553		

表3 两组被试干预前后SES评分比较 ($\bar{x}\pm s$)

项目	研究组 (n=30)	对照组 (n=30)	t	P
干预前	27.33 \pm 2.84	27.00 \pm 3.90	0.379	0.706
干预后	29.63 \pm 3.53	27.70 \pm 3.44	2.150	0.036
t	-3.425	-0.756		
P	0.002	0.456		

3 讨论

在戒毒实践中,如何预防毒品成瘾者戒毒后的复吸是戒毒工作者所面临的一项重要的课题。本研究通过干预前后两次测评分析得出,内观认知疗法(NCT)相比于戒毒所常规教育,可以更有效地提高女性强制戒毒者的自尊和降低其毒品渴求水平,而这两者均与毒品成瘾者戒毒后的复吸密切相关^[7,10-11]。

以往有研究表明NCT可有效提高大学生的自尊水平^[20]。本研究发现NCT可有效提高女性强制戒毒者的自尊。NCT提高女性强制戒毒者自尊的原因可能有:①内观第一主题是“对方为我做的”,内观者通过反复内观第一主题,会有一种深深地被爱的幸福感,觉察到很多亲人朋友都很重视她,关心她,这种正能量情感有助于提升其自尊;②通过内观体验和非理性认知的觉察和矫正,个体改变自我中心性的认知模式(我执),对于别人对自己的评价以及自我评价都更加客观,更加积极向上,提升个体的自尊水平。

本研究也发现NCT可有效降低女性强制戒毒人员的毒品渴求水平。通过内观第三主题“我给对方添的麻烦”,个体觉察到自己在过去有意和无意之中已经给别人添了很多麻烦。当这个主题联系到内观第一主题“对方为我做的”时,个体会产生健康人应有的羞耻感和自罪感,决心戒除毒品,所以降低其毒品渴求。同时,个体在内观时发现自己做了好事亲人会高兴,做了错事亲人会感到失望和痛心,这就是所谓的“连带感”^[12]。正是因为有了“连带感”的感受,个体认识到自己吸毒让亲人朋友很失望,很痛苦,因此更加坚定了其戒除毒品的决心,降低了毒品渴求。另外,本研究还发现研究组的自尊水平前后测差异与毒品渴求水平前后测差异显著负相关,说明女性强制戒毒人员的自尊的提升也会降低其毒品渴求,这与前人研究发现(自尊的提升可以抑制

成瘾者的心理渴求^[81])是类似的。

内观认知疗法整合了内观疗法和认知疗法,两者相辅相成,以内观疗法动摇内观者的我执,以认知疗法矫正内观者的非理性认知^[12]。一方面,中国传统文化中有着悠久的“内观”传统,佛道儒三家均有“内观”思想的阐述,因此内观认知疗法思想易于为国人所认同^[21];另一方面,内观认知疗法相较于其他疗法来说,可操作性强,简单易学。所以,内观认知疗法值得推广应用,未来将在戒毒实践中发挥重要作用。

4 研究不足

首先,本研究仅纳入了女性被试,未把男性被试列入其中,可能造成数据的偏颇;其次本研究采用视觉模拟尺法测量被试的毒品渴求,只有一个条目,测量工具较少。对于上述不足,在日后的研究中会进一步地补充完善。

【参考文献】

- [1] Nikmanesh Z, Baluchi M H, Motlagh A A P. The Role of Self-Efficacy Beliefs and Social Support on Prediction of Addiction Relapse[J]. International Journal of High Risk Behaviors and Addiction, 2017, 6(1): 1-6.
- [2] 郝伟, 赵敏, 李锦. 成瘾医学理论与实践 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2016: 38.
- [3] 颜艳琼. 萨提亚治疗模式的团体辅导对成瘾者注意偏向和自尊的干预研究 [D]. 西南大学硕士学位论文, 2013.
- [4] 张保平, 徐永新. 犯罪心理学 [M]. 北京: 警官教育出版社, 1999: 188.
- [5] 李秀君, 尚晓东, 王维, 等. 海洛因依赖者的外显自尊和内隐自尊特点 [J]. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(05): 656-658.
- [6] 杨玲, 刘基, 李丽丽. 吸毒者孤独感与自尊水平的调查与分析 [J]. 西北师大学报 (社会科学版), 2006 (02): 105-108.
- [7] 刘晓滨, 张诗茗, 李东俊, 等. 海洛因依赖戒毒后复吸与未复吸

- 两者生活质量关系研究 [J]. 中国药物滥用防治杂志, 2008(01): 2-6.
- [8] 江熔霞. 男性强制戒毒者的自尊对心理渴求的影响 [D]. 闽南师范大学硕士学位论文, 2013.
- [9] Drummond D C. Theories of drug craving, ancient and modern [J]. Addiction, 2001, 96(1): 33-46.
- [10] Fatseas M, Denis C, Massida Z, et al. Cue-induced reactivity, cortisol response and substance use outcome in treated heroin dependent individuals [J]. Biological Psychiatry, 2011, 70(8): 720-727.
- [11] Moeeni M, Razaghi E M, Ponnet K, et al. Predictors of time to relapse in amphetamine-type substance users in the matrix treatment program in Iran: a Cox proportional hazard model application [J]. BMC Psychiatry, 2016, 16(1): 265.
- [12] 毛富强. 内观认知疗法理论与操作 [J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2016, 25(7): 650-656.
- [13] 韩雪. 大学生手机成瘾倾向的影响因素和内观认知疗法的干预研究 [D]. 苏州大学硕士学位论文, 2014.
- [14] 赵朋, 毛富强, 刘莉, 等. 医学生网络成瘾障碍内观认知疗法对照研究 [J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(04): 429-432.
- [15] 常琦, 毛富强, 陈静医, 等. 内观认知疗法治疗酒依赖患者临床疗效研究 [J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2013, 22(1).
- [16] Edition F. Diagnostic and statistical manual of mental disorders [J]. Am Psychiatric Assoc, 2013.
- [17] 董平, 辛雪, 倪照军, 等. 真实环境中酒依赖患者戒断后心理渴求的潜伏现象 [J]. 中国药物依赖性杂志, 2017, 26(02): 104-108.
- [18] 王晓秋, 梁春梅, 李晓东. 30例海洛因依赖者与30例氯胺酮依赖者的BDI-13量表、社会支持量表、VAS量表的比较与分析 [J]. 中国药物滥用防治杂志, 2012, 18(03): 138-140, 147.
- [19] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册 [J]. 中国心理卫生杂志, 1999, 13(1): 31-35.
- [20] 彭睿, 毛富强, 苏阳雪, 等. 内观认知疗法治疗大学生非器质性失眠症临床观察 [J]. 天津医科大学学报, 2018, 24(05): 452-456, 460.
- [21] 毛富强. 内观认知疗法研究 [M]. 北京: 北京大学医学出版社, 2019: 126-129.

(收稿日期: 2019-09-10; 修回日期: 2019-10-14)

上接 338 页

最后, 再敲一次黑板啦, 凡是列入《非药用类麻醉药品和精神药品管制品种增补目录》的物质均可以作为毒品, 切不可非法使用, 否则将会导致严重的后果哦。

【主要参考文献】

- [1] 杨德森, 刘协和, 许又新. 湘雅精神医学 [M]. 北京: 科学出版社, 2015.
- [2] 李凌江, 陆林. 精神病学 [M]. 3版. 北京: 人民卫生出版社, 2015.
- [3] 马辛. 精神病学 [M]. 2版. 北京: 人民卫生出版社, 2014.
- [4] 国家禁毒委员会办公室. 《2017年中国禁毒报告》. 2017.

转自微信公众号: 上海物质成瘾诊疗中心

作者: 朱有为 (上海市精神卫生中心公共卫生医师、医学博士) 单位: 上海市精神卫生中心