PLISSIT Model「西特治疗模式」─ 性治疗的基本程序

性治疗当然是针对性功能障碍而采用的治疗措施。性功能障碍是很常见的，一般估计约有10%～30%的成年男女，在一生中可能出现短期或长期的某种性功能障碍，诸如男人的早泄、阳萎，女人的缺乏性高潮。对中、美这样的大国来说，这就是几千万、几亿的患者。由于性功能的高度取决于心理因素，并且常常需要双方的和谐配合，有这样、那样的问题和不满意的情形，就更为多见。甚至可以说，几乎每个人都可能在某些情况下需要有关性问题的指导和帮助。针对这种广义的性问题，性治疗就是一种很需要普及的实践了。在现代性治疗中一般都采用PLISSIT模式，以避免人力、资源的浪费，并提高效果。

PLISSIT治疗模式（PLISSIT Model，或可译为普里西特治疗模式）乃是性治疗实践中最常采用的一种临床程序。它是由四个英文词语的前缀缩写组合，代表由初级到复杂的性治疗四种水平。

P代表Permission-giving，即对求治者的一些性行为给予认可，从而消除其恐惧与焦虑；

L·I代表Limited Information，即给予求治者一些特定的信息，这些信息通常是和解决求治者的性问题有关的；

S·S代表Specitgic Suggestions，即给求治者一些针对其问题的特殊建议。

大约90%的性咨询、性治疗求助者，经过以上三级的治疗措施，问题便可能解决；只有少数复杂的障碍需要进入第四级的性治疗，即I·T。

I·T代表Intense Therapy，给予强而有效的特定性治疗。

PLISSIT性治疗模式是在1974年由美国性学家Jack Annon等提出的，20年来为不但在美国广为性治疗师所遵循使用，也在国际范围内采用。例如，世界卫生组织（WHO）西太平洋区1995年在马尼拉出版的一套为从事性传播疾病防治的护士而编写的，有关性医学的培训教材中，讲到在问完就诊者的"性史"之后，下一步怎么作，便推荐的是一步一步深入的PLISSIT模式。

有很多性问题，或由性而引起的问题，本无问题，只是因为无知、偏见、迷误、自惧等等而变成了问题，甚至变成了很大的问题。例如，捷克曾有报道，有少女因怕与恋人接了吻、或被恋人触摸了外阴而怀孕，怕到打防止自杀的"救命线"求助。这种情形，只要说清楚，没有精子与卵子相会合而受精的条件，是绝对不会怀上孕的，你尽可基于感情而和变人接吻、触摸，这是恋人间正常的行为，不会仅因此而造成受孕的，问题便解决了。这便是"给予认可"，即对求治者的一些有关性的行为、想法、生活方式给予认可，从而消除其恐惧与焦虑，解决求助者的问题。大约有一半求助都的问题，仅仅靠这一步的帮助。便可解决困扰他们的问题。

对于另一些求助者，第一步还不够，还要有第二步：给予求治者一些特定的信息，这些信息通常是和解决求治者的性问题有关的。例如，某男认定自己有"早泄"的毛病，因为他说他在插入她的阴道内二三分钟后便泄了，她还没有到性高潮，而他们双方都希望能同时达到性高潮。固然，可以告诉这位男士，他根本不能算是早泄，也不能以女方是否达到了性高潮来作为男人是否早泄的标准，完全可以"给予认可"，摘掉他自戴的"早泄"帽子，使其恢复到正常的心态。但是，只此为止，还嫌不足。因为求助者有很强的希望，要延长其性交时间，从而达到同享高潮的目标。这就需要给予求治者一些特定的信息，既告诉他如何推迟射精，又告诉他双方同时达到性高潮，并非常例，也不能作为性生活是否正常的标志。经过一段时间，也许达到了，很好，也许达不到，但仍可使女方先达高潮，或后达高潮，这都是正常而且良好的性生活，并再告诉他一些可使女方达到性高潮的方法。这就是第二步的做法。

有时，还要进到第三步，即给求治者一些针对其问题的特殊建议。例如，上面所说的男士的"早泄"帽子并非自己戴的，而是他那对性生活不满意的妻子戴在他头上的，他为此感到很焦急。在这种情形下，有一条建议是必不可少的：请他的妻子来诊所一趟。只和男方一人谈，是不能真正解决问题的。在比较复杂的情形下，是一定要给求治者一些针对其问题的特殊建议的。

也许80%～90%的求助者的问题，可在这三步之内解决。事实上，这三个步骤，常常结合在一起。例如，对于那位怕与恋人接了吻、或被恋人触摸了外阴而怀孕，怕到打防止自杀的"救命线"求助的少女，固然先要"给予认可"，告诉她"没问题"，这是第一步；还要给予她一些特定的信息：假如你和恋人基于感情而接吻、触摸，不能自控，突然进入性交，就有可能受孕，带来很大的问题，一定要有节制，这便是第二步的工作；但是，恋人的接吻、触摸，很容易发展到性交，一个以为接吻、触摸可以受孕的少女，肯定对如何避孕会是一无所知，因此，有必要告诉她一些简易可靠的避孕方法，这是第三步的任务：给求治者一些针对其问题与需要的特殊建议。这三个步骤，既是"性治疗"的三个基本程序，也可说是"性咨询"的通常做法。

对于少数更为严重的性功能障碍患者，就要采用更进一步的治疗措施，进入第四步：给予强而有效的特殊性治疗。估计只有10%的因性问题而求助者，需要进到这一步。大部分只需第一步，或加上第二第三步，便可解决问题。假如上面那位男士，不是在插入阴道内二三分钟后射精，而是不到二、三秒便泄了，他就可能真是患了早泄，就要根据情形，进行特定的性治疗。例如，有配偶参与的行为治疗，包括"感觉集中训练"、"动动停停训练"、"挤捏训练"等，加上自我训练的"腹式呼吸控制"、"缩提会阴运动"等。即便在这种需要加强治疗的情形下，前面三步仍要先依次进行，并且是很重要的先导环节。例如，要诚挚地向患者说明，早泄是很常见的问题，偶尔发生，根本不能说是性功能障碍，常常发生，也是可以完全治愈的，不必要感到"抬不起头来"、"差耻"、"绝望"。 这种疏导和安慰，便是一种"给予认可"，达到使患者能正确对待、消除恐惧、缓解焦虑，加强信心的目的。这对任何性功能障碍患者的治疗都是第一重要的。