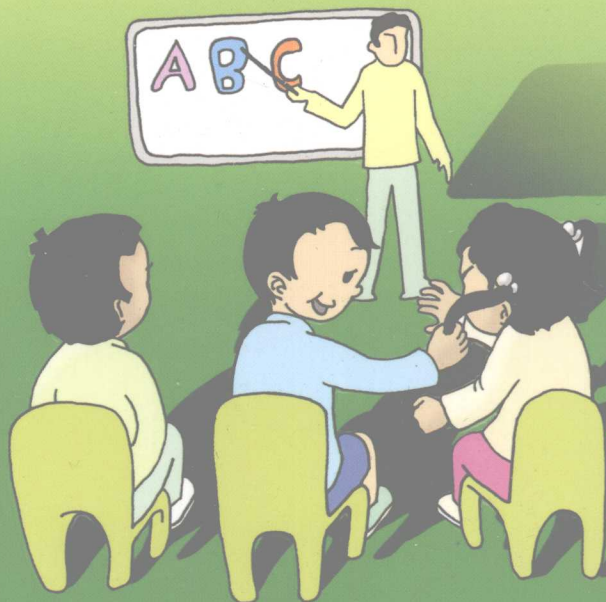


为你的孩子成材

多动症儿童 的科学教养

——写给多动症儿童的父母

主 编 苏林雁 副主编 王 洪



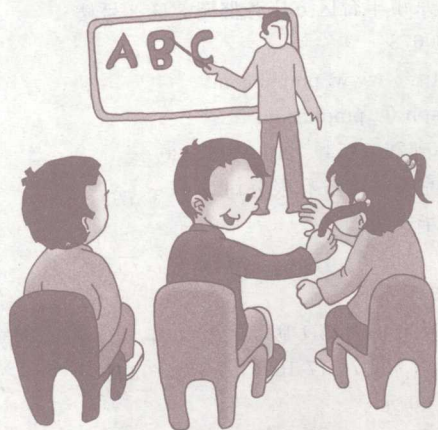
人民卫生出版社

为你的孩子成材

多动症儿童的科学教养

——写给多动症儿童的父母

主 编 苏林雁
副主编 王 洪
编 者 曹枫林 程道猛 范 方
耿耀国 黄广文 金 宇
李 飞 刘 军 苏巧荣



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

多动症儿童的科学教养——写给多动症儿童的父母 /

苏林雁主编. —北京: 人民卫生出版社, 2008. 8

ISBN 978-7-117-10241-4

I. 多… II. 苏… III. 小儿疾病: 多动症—防治
IV. R749.94

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 070167 号

多动症儿童的科学教养

——写给多动症儿童的父母

主 编: 苏林雁

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 7.75

字 数: 153 千字

版 次: 2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-10241-4/R·10242

定 价: 19.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



序

儿童多动症是一种患病率较高的儿童心理障碍疾病，也是国内外研究较早的儿童心理障碍疾病之一。国外研究已逾百年，国内研究也近半个世纪，已经出版的书刊、论文数以万计。虽然儿童多动症的病因尚未明确，也未发现100%有效的治疗方法，但长期的临床和追踪研究发现，本症自愈几率不大，若在儿童期间未能得到及时治疗，约四分之一患病儿童长大以后学业无成，工作不稳定，家庭不和睦，给自己带来很多烦恼，甚至违纪犯法，成为社会的不安定因素。并且，这类儿童成人后出现各种精神疾病和人格障碍的几率也明显高于一般儿童。还有部分患儿的症状会一直保持到成年，成为成人多动症患者。精神兴奋剂等药物对控制患儿注意力不集中等症状疗效甚好，但要彻底解决问题，则必须同时给予行为矫正和教育，且需要坚持较长时间，才能取得较理想的效果。


但如何教育这类特殊的儿童呢？家长感到痛苦与无助，老师感到焦虑与无奈。为此，我向大家推荐《多动症儿童的科学教养——写给多动症儿童的父母》一书。本书是一本面向家长和老师的书，是一本较好的科普读物，它深入浅出地介绍了有关多动症





的知识，使父母能早期发现自己孩子的问题，从而运用科学的方法管理教育，避免儿童多动症向不良结局发展。本书用较大篇幅介绍了行为矫治的步骤；如何管理患儿的不良行为问题，如何帮助患儿解决叛逆心理，如何向孩子说“不”；如何帮助患儿提高学习成绩，提高自我控制力，改善伙伴和同学关系。同时，帮助家长正确认识药物治疗和掌握药物的应用方法。家长如何与老师紧密联系、互相配合，是帮助儿童改善学校行为和提高学习成绩的关键。本书主要面向家长和老师，也可供儿童心理卫生工作者、儿科医生、社会工作者、家庭教育工作者参考。

李雪荣



长和学校共同帮助儿童改善在校行为和提高学习成绩；帮助孩子度过青春期；家长如何在孩子造成的困境中保重自己。

本书的一大特色是利用实例和证据说明，任何科学结论都是有实证基础的，是科学家经过多年探索、经历成功和失败后得出的结论。父母们对待任何治疗方法，都应该学会用科学的眼光去分析，而不要偏信社会上一些毫无证据的宣传。

本书的另一特色是可操作性强。书中介绍了行为矫正、认知行为治疗、社交技能训练等心理治疗的理论和技术，指导父母们管教自己的孩子，同时指导父母运用认知治疗方法来缓解自己的心理压力。每一种方法都分为几个步骤，指导父母一步一步去实施，父母们会体会到，原来心理治疗并不神秘，每做一步，都能体会到孩子的进步，从而使孩子和自己都受益。

如果父母们能够从本书中得到启示和帮助，我将感到万分欣慰。科学地管理孩子，不仅会造福于孩子、造福于家庭，更会造福于社会。

承蒙资深儿童精神病学家、中南大学精神卫生研究所教授、博士生导师，中国心理卫生协会儿童心理卫生专业委员会原主任委员李雪荣教授为本书作序，在此表示衷心感谢。各位作者百忙之中参与撰写本书，对他们的辛勤劳动，深表谢意。

无论国外还是国内，对儿童多动症都有许多不同看法，本书在撰写中，对这些看法均有所涉猎，难免出现缺点和错误，恳请各位读者提出宝贵意见。

苏林雁 译
2008年3月



目 录

一、认识儿童多动症

(一) 多动症是怎样被发现的 / 1

(二) 多动症有哪些临床表现 / 4

1. 注意力难集中，坚持性差 / 11
2. 活动过度，反应性增高 / 16
3. 情绪急躁，冲动莽撞 / 18

(三) 不同年龄阶段的临床表现 / 24

1. 婴儿期和学步期的特征——顽皮急躁，难于管理 / 24
2. 学前期的特征——多动不宁，攻击破坏 / 25
3. 学龄期的特征——注意缺陷，多动冲动 / 26
4. 青少年期的特征——学习困难，对立违抗 / 27
5. 成人期的特征——工作绩效差，人际关系不良 / 28

(四) 多动症与共患病 / 30

1. 学习困难，成绩欠佳 / 30





2. 写字出格，协调性差 / 33
3. 情绪激惹，对立违抗 / 34
4. 破坏攻击，违纪违规 / 36
5. 恐惧害怕，烦恼多多 / 37
6. 心情郁闷，自卑自责 / 39
7. 挤眉弄眼，清喉发声 / 41

二、引起多动症的原因

(一) 生物学因素 / 43

1. 中枢神经递质水平降低 / 43
2. 脑功能减低 / 44
3. 脑发育不良 / 46
4. 寻找多动症病因所走过的弯路 / 50

(二) 社会环境因素 / 52

1. 不良的家庭环境 / 52
2. 父母的心理问题 / 53
3. 不当的养育方式 / 53

(三) 遗传因素和环境因素的交互作用 / 56

三、寻求专业帮助

(一) 什么时候应考虑寻求专业帮助 / 58

(二) 到哪里寻求专业帮助 / 59

(三) 就诊前要做哪些准备工作 / 60

(四) 就诊的过程 / 62

1. 访谈父母、孩子和老师 / 62
2. 体格检查 / 66



3. 实验室检查 / 66

4. 心理评估 / 67

(五) 作出诊断 / 72

1. 诊断标准 / 72

2. 综合性诊断 / 77

(六) 如何面对多动症的诊断 / 78

四、药物治疗

(一) 有关药物治疗的一些疑问 / 81

1. 多动症孩子的行为是道德品质问题吗 / 81

2. 药物治疗不治本吗 / 82

3. 儿童多动症长大就好了吗 / 83

4. 什么情况下应该采用药物治疗 / 83

5. 什么时候可以停用药物 / 85

(二) 中枢兴奋剂 / 85

1. 盐酸哌甲酯的作用机制 / 86

2. 盐酸哌甲酯的有效性 / 86

3. 剂量和用法 / 87

4. 盐酸哌甲酯的副作用 / 88

5. 需要考虑的因素 / 90

(三) 盐酸托莫西汀 / 92

1. 盐酸托莫西汀的作用机制 / 92

2. 盐酸托莫西汀的有效性 / 93

3. 盐酸托莫西汀的剂量和用法 / 93

4. 盐酸托莫西汀的副作用 / 94





- (四) 其他药物治疗 / 95
 - 1. α_2 受体激动剂——可乐定 / 95
 - 2. 三环类抗抑郁药 / 96
- (五) 共患病的药物治疗 / 97
 - 1. 共患破坏性行为障碍的药物治疗 / 97
 - 2. 共患焦虑障碍的药物治疗 / 98
 - 3. 共患抑郁障碍的药物治疗 / 99
 - 4. 共患抽动障碍的药物治疗 / 100
- (六) 药物治疗是综合治疗的一部分 / 100

五、怎样照顾和管理童年期多动症孩子

- (一) 运用行为治疗管理多动症孩子 / 104
 - 1. 行为治疗的基本原理 / 104
 - 2. 家庭管理的八项原则 / 109
- (二) 行为矫正八步法 / 116
 - 1. 对行为矫正八步法的说明 / 117
 - 2. 如何运用行为矫正八步法 / 120
 - 3. 行为矫正八步法的实施步骤 / 120
- (三) 帮助孩子提高自控能力 / 141
 - 1. 加强语言和规则的内化 / 142
 - 2. 把完成任务的重要信息外在化 / 143
 - 3. 把动机源外在化 / 143
 - 4. 学习运用问题解决策略 / 144
 - 5. 体验情绪, 控制情绪 / 145
- (四) 帮助孩子改善伙伴关系 / 147
 - 1. 学习社交技巧 / 149



2. 应对小伙伴的取笑 / 152
3. 在家庭中建立积极的伙伴交往 / 153
4. 在社区里建立积极的伙伴交往 / 155
5. 帮助孩子改善在校的伙伴关系 / 156

六、帮助孩子顺利度过青春期

(一) 解决亲子冲突 / 158

1. 多动症孩子青春期特点 / 158
2. 解决亲子冲突的方法 / 159

(二) 协商解决问题 / 166

1. 协商注意事项 / 166
2. 解决问题的五个步骤 / 167
3. 施行问题解决策略的要点 / 169

(三) 制定家庭规则 / 170

1. 订立规则的注意事项 / 170
2. 家庭内规则和外出规则的实施 / 171

(四) 对孩子上网的管理 / 173

1. 什么是网络成瘾 / 173
2. 过度上网对儿童青少年有哪些危害 / 175
3. 网络成瘾的原因 / 177
4. 如何预防网络成瘾 / 178
5. 网络成瘾孩子的管理 / 180

七、促进多动症儿童的学业发展

- (一) 加强学校同家庭的联系 / 184
- (三)



1. 为孩子选择学校 / 185

2. 和老师沟通 / 186

3. 多动症儿童入学的时机 / 188

(二) 多动症学生的学校管理 / 189

1. 多动症儿童学校管理的一般原则 / 189

2. 关于教室环境及课程设置的一些建议 / 190

3. 多动症儿童课堂行为管理 / 192

4. 家庭学校联系方案 / 197

5. 特殊辅导 / 201

(三) 正确看待孩子的学业成绩 / 201

1. 亲子关系是一种互动的关系 / 202

2. 父母应优先关注什么 / 203

八、多动症儿童和家庭

(一) 多动症孩子的家庭特征 / 207

1. 多动症孩子与妈妈之间的关系 / 207

2. 多动症孩子与爸爸之间的关系 / 208

3. 多动症孩子与兄弟姐妹之间的关系 / 210

4. 多动症孩子如何影响与父母的关系 / 210

5. 父母本身的心理压力 / 214

(二) 家庭事务的管理：运用问题解决策略 / 216

(三) 父母要保重自己 / 219



1. 预防压力的出现 / 219
2. 应对无法避免的事情 / 221
- (四) 父母自我调适的方略 / 222
 1. 共同照顾孩子 / 222
 2. 外出度个周末 / 223
 3. 培养一种爱好 / 223
 4. 寻求朋友安慰 / 224
 5. 参加家长联谊会 / 224
 6. 认识和改变思维模式 / 224
 7. 寻找生活中的美 / 225

九、多动症孩子长大了会怎样

- (一) 儿童多动症在成人期的情况 / 227
 1. 学业问题 / 228
 2. 工作问题 / 228
 3. 人际关系问题 / 228
 4. 事故 / 228
 5. 性行为问题 / 228
 6. 物质滥用问题 / 229
 7. 反社会性人格障碍问题 / 229
 8. 情绪障碍问题 / 230
- (二) 影响预后的因素 / 230
 1. 儿童自身因素 / 232
 2. 环境因素 / 232



一、认识儿童多动症

儿童多动症，又叫注意缺陷多动障碍，是一种儿童时期常见的行为障碍，主要表现为注意障碍、多动、冲动，常与学习困难、对立违抗障碍、品行障碍、抽动障碍及某些情绪障碍共同存在。

（一）多动症是怎样被发现的

让我们来回顾一下多动症作为一种疾病被认识的过程，通过这个过程，我们可以看到，医学家们正在逐渐接近对人类行为本质的了解。行为问题不像发热、肺炎，有明确的检查指标，多动症患者和正常人之间缺乏清楚的界限，对于这样一些涉及人类高级心理活动的问题，医学家们经历了100多年的认识过程。

早在1854年，德国的哈夫曼写了一首关于好动男孩菲利普的诗配图。

“让我们看看他能否在桌旁安静地坐一刻”，爸爸这样吩咐菲尔，但是顽皮的菲尔，他不能安静地坐

着，他扭动着，嬉笑着……

“菲尔，我要生气了”，妈妈瞪大眼睛，严厉地说，可是菲尔还在摇摆着，砰……哗啦……菲尔仰面朝天倒在地上。

桌上的饭菜洒在地上，一片狼藉……

……



这可能是最早对儿童多动行为的描述，当时父母们觉察到这些孩子难管理，但是还没有认识到是病态，希望随着年龄的增长，这些行为问题都会消失。当时也没有找到合适的处理方法，只能对他们严加管束，其结果当然是无济于事。当这些问题持续到青少年期，这些孩子又会被其他人看作行为古怪的、粗鲁的、易激动的社

会另类，而对他们采取厌弃的态度。

1902年英国医生司提尔爵士第一次在医学文献上报道了24个多动的孩子，他认为是儿童在学习控制自己的行为 and 遵守社会规范时出了问题，病因可能属于神经病学范畴，并且认为惩罚对这些行为没有效果。

1917~1918年脑炎大流行，医生们发现一些儿童患脑炎恢复后，出现了多动症状，联想到与多动症的行为有类似之处，他们认为多动症的病因亦为脑损伤，并将这种现象命名为“儿童脑损伤综合征”。当时的治疗办法是采用一间特殊教室，除了与讲课内容有关的必要用具外，教室内不挂装饰品，老师都穿着朴素，不佩戴任何首饰，他们认为这样可以减少学生分心。

1937年，一位名叫布雷德利的医生将一种兴奋性药物d-安非他明试用于有行为问题的儿童，发现在改善行为和提高完成作业的能力方面有着戏剧性的效果。

以后几十年的研究发现，许多多动症儿童根本就没有大脑的损伤。1963年，在英国牛津召开的国际儿童神经病学研讨会上提出，在本症的病因尚未明确之前，暂时使用轻微脑功能失调（简称MBD）这一诊断名称，这一名称至今仍用于一些脑损害。

20世纪60年代，医生们关注多动行为，并将其命名为“儿童多动综合征”，把孩子的行为问题归咎于父母教养不当，认为情绪问题导致了儿童的多动症状，并应用长程的游戏治疗或心理治疗来解决情绪问题。

20世纪80年代，人们认识到多动症存在认知缺陷，于是开始研究多动症的注意特征以及注意的本质，诊断