

中国教育风云人物

孙云晓

鼎力推荐

如何养育男孩

男孩应该具备的 **8** 个关键能力

[美] 安东尼·饶 (Dr. Anthony Rao) 著
米歇尔·西顿 (Michelle Seaton) 著
宋晓丽 李香爱 译

Raising Healthy Boys in
a Challenging and Complex World

来自美国最佳儿童研究机构哈佛医学院
波士顿儿童医院的男孩研究报告

资深儿童心理专家 富有20年经验的男孩童年危机观察者

THE **WHY** OF
BOYS

安东尼·饶

启发佳作

浙江人民出版社
ZHEJIANG PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

THE WAY OF BOYS

如何养育男孩

男孩应该具备的8个关键能力

[美] 安东尼·饶 (Dr. Anthony Rao) 著
米歇尔·西顿 (Michelle Seaton) 著
宋晓丽 李香爱 译



浙江人民出版社
ZHEJIANG PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

如何养育男孩: 男孩应该具备的8个关键能力 / (美) 饶, (美) 西顿著; 宋晓丽, 李香爱译. —杭州: 浙江人民出版社, 2014.4

ISBN 978-7-213-06005-2

浙江省版权局
著作权合同登记章
图字:11-2013-283号

I. ①如… II. ①饶… ②西… ③宋… ④李… III.

①男性-家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第042130号

上架指导: 家庭教育 / 心理学

版权所有, 侵权必究

本书法律顾问 北京诚英律师事务所 吴京菁律师
北京市证信律师事务所 李云翔律师

如何养育男孩: 男孩应该具备的8个关键能力

作 者: [美] 安东尼·饶 迈克尔·西顿 著

译 者: 宋晓丽 李香爱 译

出版发行: 浙江人民出版社 (杭州体育场路347号 邮编 310006)

市场部电话: (0571) 85061682 85176516

集团网址: 浙江出版联合集团 <http://www.zjcb.com>

责任编辑: 王方玲

责任校对: 张志疆

印 刷: 蕺城市京瑞印刷有限公司

开 本: 720mm × 965mm 1/16 印 张: 14.25

字 数: 22.4 万 插 页: 3

版 次: 2014年4月第1版 印 次: 2014年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-213-06005-2

定 价: 46.90 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与市场部联系调换。

THE WAY OF BOYS

目录

RAISING HEALTHY BOYS
IN A CHALLENGING AND COMPLEX WORLD

PART1 不一样的男孩子

01

他是男孩子 001

汤姆被幼儿园开除了，他打老师耳光，还把玩具扔到小朋友脸上。他被医生诊断为注意力缺陷多动障碍。他真的有问题的吗？

- 被误读的男孩
- 给男孩成长与改变的机会
- 男孩的挑战：速度更快、要求更高
- 这就是男孩

02

与女孩不一样 014

伊恩个子高，很活泼，但也更有攻击性。他的智商正常，在学习上却面临许多困难。而他的妹妹乖巧伶俐，成绩优异。这是为什么？

- 男女有别的大脑
- 男孩与女孩眼里的世界
- 不舒服的男孩

PART2 男孩的8个关键能力

03 他没有朋友——不合群男孩 VS 社交力 025

埃里克在幼儿园不太合群，一个朋友都没有。他总是一个人拿着玩具，坐到角落里自己玩。他是不是有社交障碍呢？

- 社交能力：最受关注的技能
- 几乎每个男孩都是正常的
- 玩耍中学习社交
- 行动：与男孩最有效的沟通方式
- 鼓励孩子察觉自己的情绪
- “做”中学：男孩的学习方式
- 依恋与分离：理解男孩成长的基石

04 他是个“小霸王”——霸道男孩 VS 共情力 043

约瑟夫想要什么就去抢，甚至会因此推倒别的小朋友。到了陌生人家里，他也随意地拿自己喜欢的东西。对于这种“小霸王”，该怎么办？

- 冲动控制
- “该做”VS“不该做”：界线练习
- 读懂社交暗示
- 如何让男孩学会分享和轮流
- 男孩的共情力：晚开的花朵
- 校园小霸王
- 如何在学校里给男孩划界线

05 他一刻也坐不住——多动男孩 VS 运动 068

大卫的体能似乎无穷无尽，总是挥舞胳膊乱蹦乱跳，侵犯别的孩子空间，一刻都不能好好地坐着听老师讲课。怎么才能让他安静一会儿呢？

- 学会安静
- 安静地坐着：男孩需要学习的技能
- 到户外去
- 他为什么总是动来动去

06 他不听管教——难以驯服的男孩 VS 自控力 085

瑞恩的妈妈让他待在房间的角落里面壁思过，反省自己犯的错误。但他根本不肯老老实实地待着，而是大叫着跑掉。还有什么管教孩子的好办法吗？

- “暂停法”奏效的前提
- 让孩子看到后果
- 冲突延迟：新的“暂停法”
- 从长远考虑：愤怒不重要

07 他总要赢——好胜的男孩 VS 面对失败的能力 097

加雷斯总想获胜，不管干什么、不管玩什么游戏，他都要赢，否则他就大发脾气。这样争强好胜，有好处吗？

- 竞争：男孩的游戏
- 适合各个年龄段的游戏
- 如何面对输赢
- 大大方方地面对失败
- 与失落作斗争

08 他就想当“坏人”——“黑暗男孩”VS 奇幻思维 115

托马斯特别喜欢《星球大战》，最爱模仿黑武士达斯·维达挥舞着光剑，自己还配上逼真的声音效果。他为什么想当“坏人”呢？

- 为什么喜欢做坏人
- 角色扮演游戏
- 暴力玩具
- 男孩的奇幻思维
- 当他越过界线的时候

09 突然脆弱——崩溃的男孩 VS 耐挫力 134

拉尔斯这阵子看上去十分脆弱，每当有人纠正他的举止时，他都畏畏缩缩、可怜巴巴地哭泣。可他原本是开朗

活泼的孩子呀，这是怎么了？

- 成长中的小故障
- 他想成为最好的
- 离不开妈妈的男孩
- 自我对话
- 发泄愤怒
- 给他大标题：简要有力地说明他的情绪

10 讨厌上学——厌学的男孩 VS 与老师相处的能力 149

杰克在学校门口又哭又叫，不愿意进教室。他说：“我讨厌上学，我们的老师很可恶。”这个学校真的不好吗？

- 为什么男孩不喜欢学校
- 自我封闭的布莱恩
- 让家更像学校
- 与老师建立良好的关系
- 标签不总是答案
- 与老师保持积极的联系
- 夏末综合征

后 记 从男孩到男人 176

当年调皮捣蛋或害羞的小家伙，最后都长成了健康的年轻人。每个妈妈都应该尽力向前看，想象儿子和朋友们在大学宿舍里的情形，想象他出去做第一份工作，想象一个真正美好的未来。

- 男孩我最大
- 顽固先生
- 忧虑的人
- 崩溃先生
- 最后的建议

附录 A 男孩行为测试 196

附录 B 当孩子被贴上标签时 207

THE WAY OF BOYS 01

他是男孩子

RAISING HEALTHY BOYS
IN A CHALLENGING AND COMPLEX WORLD

桑迪站在我的办公室里，都快哭了。她4岁的儿子汤米最近因为扇老师耳光，还把玩具丢到一个小女孩脸上而被幼儿园开除。还没等桑迪把汤米的测试结果和幼儿园提供的资料递给我，汤米就已经爬上了一把转椅，斜躺在上面，之后又干脆像冲浪运动员脚踩冲浪板一样把椅子踩在脚下。桑迪恳求他从椅子上下来，可是他根本不理睬。桑迪赶忙向我道歉。我可以看得出，她每天都在担心，不知道她的儿子接下来还会干出什么出格的事，其他人又会怎么看待她。她很痛苦，时刻保持警惕，为她的儿子揪心。

我和桑迪哄着汤米到一边玩乐高玩具，然后桑迪跟我讲了汤米的一些具体情况。汤米的情况和来我这儿咨询的很多孩子是一样的。幼儿园的园长让桑迪把孩子领走，然后告诉她和汤米的爸爸，他们的儿子发展不正常。桑迪说，汤米在不同的活动之间切换时会有困难，因为他可能对某件事情表现得过于专注，而对另一件事情却极其厌烦。他经常发脾气，乱扔东西，还在手工课上打搅其他的孩子。

园长为他们推荐了一位治疗儿童发展性障碍（development disorders）的专家。桑迪到那儿，花了20分钟填了一张关于汤米的行为表现的表格之后，那位医生便根据表格判断出汤米患有注意力缺陷多动障碍（Attention Deficit/Hyperactivity Disorder, 简称ADHD）。“他的病要很久才能治愈，”医生说，“这是一辈子的事，越早治疗效果越好。”他开了一些利他林（Ritalin），把处方递给桑迪。

“我不想给他吃药。”桑迪说。

那位医生似乎没听到她的话。“这种药对很多患儿都有效，”他说，“咱们先看看他服药的效果后再做决定吧。”

桑迪含着眼泪离开了医生的诊所，她感觉除了听从这位医生的治疗方案之外别无选择。

幸运的是，后来桑迪四处打听，想看看其他的医生有没有什么别的建议。她从别人那儿听说了我。在过去的20年中，我先是在哈佛医学院附属波士顿儿童医院工作，后来又开了我自己的诊所，名字就叫“行为解决方案”诊所（Behavioral Solutions）。作为一名心理学家，我并不仅仅依靠药物来医治那些处于挣扎困境中的小男孩。我看了汤米的资料，对他的状况并不感到意外。尽管学校出具的报告和那位专家的表格可以证实注意力缺陷多动障碍的诊断，但那些不足以说明什么——那是很容易就能做出的诊断。糟糕的是，一位临床医生可能会因为这样一个诊断结果而忽视了另外一个显而易见的可能——这个男孩完全没有问题。以我的观察来看，汤米很有可能只是在发展的过程中有一点点小毛病而已。

首先，汤米在幼儿园的糟糕表现并不出人意料，它并不能表明汤米有什么重大问题。男孩们在6岁之前还不能适应和小朋友们围坐在一起上课，不习惯课程之间死板的过渡，搞不懂老师下达的复杂指令，也不愿意听她们没完没了的讲话。问题不是出在孩子们身上，而是大人们对他们的期望过高了。

我还告诉桑迪，大概6个月之后汤米会完全变一个人，不再是现在这个在我的办公室里横冲直撞的小男孩。我跟她说，很可能是汤米的大脑中控制冲动的区域发展得比同龄人慢，而且从长远来看，那张关于他的行为表现的表格也不能证明他有问题。我这么说是想让桑迪明白，过上一段时间之后她就可以不用再担心汤米了。6个月之后，他的情绪可能会更稳定，可以更好地集中注意力，表达能力也会有所提高。再过6个月以后，他甚至会变得越来越好。没有必要对这么小的孩子急着下诊断、用药。我知道就算他不吃药，经过一段时间之后他也会改变，会变得更平静，因为一个4岁男孩的大脑发展得非常快。和汤米一样，这个世界

上有很多孩子在幼儿园和托儿所里表现得很糟糕，如果的确需要借助什么来帮助他们安静下来，则可以用行为方法等治疗手段，以免他们在玩得很疯或者表现很冲动时伤到其他人。不过在大多数情况下，单纯地等待一段时间，让孩子的大脑有机会发展成熟才是最好的解决办法。

被误读的男孩

汤米因一个仓促的诊断，以及一时的行为上的问题及其表现出的不寻常的发展轨迹而被赶出了幼儿园。我真希望他是我在诊所里遇到的唯一一个这样的病例。然而事与愿违，我总能碰到像汤米这样的男孩。他们不只是因为具有攻击性或活动过度而被认为是有问题的孩子，有很多男孩只是因为把玩具排成一排或者和别人的眼神交流不够多而被盲目地诊断为亚斯伯格症候群（Asperger's syndrome）；而有些3岁的男孩因为不愿意和大家一起做游戏而被贴上“不擅社交的孤独者”的标签；还有一些男孩因为不能在手工课上老老实实在地做作业，不愿意和别人轮流分担任务，不告诉别人他们想要什么，或者走路跌跌撞撞就被认为是认知神经有问题或者存在非言语型学习障碍（nonverbal learning disorder, 简称NLD）。事实上，他们不仅不会永远落在别人后面，而且他们一点问题都没有。这些孩子还处在生长发展过程中，只是有时候发展得不均衡罢了，很多男孩在发展过程中都会遇到这样的问题。

在我的诊所开业之初，我发现在被转到我这里来的患儿中，男孩要比女孩多得多。我很快意识到，被建议接受精神治疗的孩子中有很大部分是男孩。在过去的10年中，我还发现了另外一个十分惊人的趋势：越来越小的孩子带着既夸张又不恰当的诊断来到我的诊所，而那些病症大多在成年人和青少年患者中更常见。这些小男孩被诊断为患有注意力缺陷多动障碍、躁郁症、各种类型的学习障碍、对立性障碍、躁狂症、严重的社交能力缺陷等。这些孩子的家长通过查阅资料或是医生的解释，已经了解到这些疾病具有遗传因素，最好接受医学治疗，也就是药物治疗。

在对这些男孩治疗的过程中，我经常会发现他们钻进了“成长死胡同”，处于

暂时停滞的状态，也因此他们看起来会和同龄人不一样。而实际上，他们只落后一两步而已。最让我吃惊的是，竟然没有一个人跟孩子们的家长解释，这种快速诊断的方法根本不能确定一个三、四岁或五岁孩子的一生都会带有攻击性、极度胆怯或缺少控制冲动的能力等特征。没有人告诉家长们这些不寻常的发展轨迹当中的绝大部分都很正常，从长远来看它们并不能代表什么，这一点已有数据可以清楚地证明。对于年龄在五六岁以下的孩子，很难很准确地确定他们患有这些疾病以及预测他们可能会长期伴有这些疾病。从长远来看，那些诊断结果根本不能说明什么，因为这个年龄的男孩们，尤其是那些小不点儿，他们成长变化得特别快。

即使某个男孩没有被误诊，也没有被学校或幼儿园开除，他的母亲也得在亲戚们和陌生人面前尽力护着他，因为他们会因这孩子冲他们发脾气、跟他们的眼神交流不够多，或者不愿意和他们分享一些东西而去跟男孩的母亲说孩子的发展有问题。这些母亲们会带着同样的担忧来我这里寻求帮助。她们的儿子要么爱搞破坏、不合群，要么发展得低于某个阶段的指标，要么因为焦虑、爱发脾气而显得身体孱弱。周围的亲戚、老师和幼儿园的阿姨们异口同声地对她们说，你的儿子得去检查检查，或是接受一些治疗。

我相信人们的这些担忧暗示了男孩在童年时期存在的危机，同时也显示出很多人对男孩在家里和学校中的行为表现抱有一种偏见。比如，我们知道接受特殊教育对象中有很大一部分是男孩，部分原因是老师认为他们的行为有问题而将其上报。尽管在相当长的一段时间里，特殊教育只对年龄大一点的男孩适用，但是现在已经有面向只有三四岁孩子的个别化教育计划（IEPs），而且其中大部分都是为男孩设计的。在实施了个别化教育计划的幼儿园里的男孩们或许是幸运的，至少有些幼儿园不会对孩子们做得太过火。2005年，耶鲁大学的研究人员发表了一篇研究报告，在美国引起了巨大的轰动。研究人员在查看了幼儿园的学生开除率后发现，在一个人的学习生涯中，在幼儿园被开除的概率是其他任何一个时期的3倍。他们还发现，男孩被开除的概率是女孩的4.5倍还要多。而这一点，并没有被广泛报道。

我想呼吁各位家长、教育工作者、儿科医生、精神病学专家、心理学家，以

及其他研究儿童发展方面的专家：对孩子们重新评估，并彻底改变我们看待这些小家伙们的方式。2岁到8岁这个阶段对于一个男孩的健康成长至关重要，会影响到他的认知能力、社交能力以及情绪的发展。针对每一个不合群或者在家里和学校走路跌跌撞撞的孩子，我们都应该停止对他们盲目诊断和治疗。

给男孩成长与改变的机会

我并不是说医学干预永远都没有必要。我想要说的是，在绝大多数情况下，我们应该让孩子们自由发展，停止剥夺他们在正常发展过程中努力成长的机会，这是孩子们发展成熟的催化剂。他们所面临的挑战，正是他们最好的力量来源。那些总在孩子身边转来转去的大人们，会在无意中影响他们的自然发展。我们总是忍不住去关注发展迟滞、疾病和缺陷等问题，并急于给它们定性。而事实上，每个孩子在童年时期都会遇到许许多多生长与发展方面的问题。早期的发展应该是一场不断获得新技能的持久战，要不断调整航向，挑战各种突发情况，若一旦失败了，仍要给予大脑改变和成长的机会。

THE WAY OF BOYS

男孩的故事

RAISING HEALTHY
BOYS
IN A CHALLENGING
AND COMPLEX
WORLD

很多年以前，我在一所幼儿园里观察 20 多个孩子在一起做游戏的情景。其中有一个小男孩一边在玩具和游戏区之间走来走去，一边和另外两三个小女孩说个不停，这是一种真正的交流活动。他们像一个团队一样在一堆积木、小汽车和小礼服之间穿梭。大概过了 30 多分钟我才意识到，原来那个小男孩双目失明，而那些和他一起玩的小女孩在轻声地为他指引方向。没有人让她们这样做，她们也不是出于同情，而是认为只有这样做才能跟他一起玩。他们一起做游戏的情景看上去和其他的孩子们在玩耍时没有什么两样。

我当时就觉得，这些孩子们在一起相处得多么简单，多么融洽啊！对于他们来说，视力的缺陷根本不算什么，可是大人却会把它看成是一种很严重的缺陷。后来我意识到，这些孩子完全靠自己找到了和别人玩耍的方式，他们适应了没有大人干预的环境。有多少大人会觉得有必要冲到孩子们面前，教他们该怎样做，

给他们做示范，甚至直接试着去为他们解决问题呢？应对挑战也是成长的一部分，这就是一个典型例子。我们需要跨越一些思想上的障碍，没有家长的干预，孩子们会发展得更好。

大人们很有可能不会给孩子们这样的机会。回到本章开篇的汤米的故事，我们教他应该怎么坐，怎样更好地用眼神和别人交流，更好地听别人说话（用了一些贴纸和小小的奖励作为辅助工具），经过几个疗程的治疗之后，桑迪决定不再对她的儿子进行药物治疗。取而代之的是，她了解了一些男孩在童年阶段的成长知识，并尽她最大的努力做儿子最好的行为教练。桑迪和汤米幼儿园的老师们一起配合，给汤米提供一个特别设定的固定不变、没有障碍的环境，她在家也也给汤米提供同样的环境。不到一个月，汤米就不像以前那样在课堂上那么频繁地打搅别人了。没出三个月，他就在幼儿园里如鱼得水了。现在汤米已经是一个二年级的学生，他非常适应学校的生活，没有表现出一点注意力缺陷多动障碍的迹象。老师们都说他上课时特别专心。

如果汤米的母亲没有对医生做出的诊断和开具的处方产生质疑，那么汤米的一些暂时性的行为和那些可能表明他的大脑正在发生新的、重要的发展变化的行为就会被那张诊断书掩盖。在男孩们的发展取得重大的进展之前，他们都会在行为发展上表现出很大的困难。更糟糕的是，有时候药物治疗似乎可以证明最初的诊断是正确的。它们看上去可以显著地改善孩子在学校和家里的行为表现。像汤米这样的男孩可能会突然变得专注起来，各方面的表现也都变好了。不过，这么做问题就解决了吗？不。这可能并不是药物在起作用，而是这个孩子发展上的剧变导致他的大脑已经完成了自然发展的过程，是他自己把问题解决了。而且，不管一个孩子是不是患有注意力缺陷多动障碍，诸如兴奋剂之类的药物治疗都会提高他听从指挥的能力。如果大人也服用这些药物，那么这些药物也会起到同样的效果，它们会有助于人们集中精神，对人们的行为表现起到促进作用。不过，这不能作为患病的证据。尽管这些药物确实有效，但它们不应该成为对像汤米这样的孩子治疗的首选或唯一的选择。在把诊断和药物强加给他之前，我们还有很多时间可以跟踪观察他，收集更多的信息，尝试其他的危害性更小的策略。

平心而论，没有人清楚地知道如果汤米没有接受行为疗法而是吃了医生给他开的药究竟会怎么样，但是我要警告家长们，从长远来看，我们并不知道这些药物会以什么样的方式影响孩子的身心发展。我们所知道的是，一旦停止药物治疗，孩子们通常会很明显地回到从前的状态，好像你突然把他身体下面的支撑物拿走，而他一下子从空中跌落回地面似的。单独的药物疗法无法教会他们各种技能。我了解到有些孩子因为一些严重的副作用而不得不停止药物治疗，然后他们又得自己从头开始学习更好地倾听和自我控制等技能。家里和学校里良好的环境，加上诸如行为疗法和其他科学知识的帮助会让每一个正在艰难成长的孩子受益。药物不应该脱离某些行为和理论知识方面的帮助而被单独使用。假如汤米在单独接受行为疗法之后，他在学校的表现仍然没有改善，那么我在这个时候可能会觉得医生诊断他患有注意力缺陷多动障碍的结论更加准确。我会考虑为他推荐一位有经验的医生，对他进行审慎的药物疗法——前提是，已经用尽了其他所有合适的非药物疗法。

然而，对家长而言，当老师打来的电话铃声响个不停，而一接电话就听到老师要让自己把孩子接走的消息时，要做到这一点确实很难。很多父母来我这里时，对儿子在家里和学校的表现显得特别担心。当男孩们处于被我称为“平静之前的暴风雨”这一阶段时，在他们取得重大飞跃之前，他们的表现很可能会退步，甚至是出现崩溃。我告诉这些家长们保持镇静，先等等看，喘口气，再观察观察。他们很快就能在孩子的行为发展方面看到进步，这表明孩子的大脑已经完成重组了。

在这个时候，他们在孩子身上看到的改变会是巨大的。孩子可能会在准备好学习阅读时大发脾气；在学会从1数到20之前，他可能有整整一周或更长时间忘了该怎么上厕所。在语言和社交能力方面，他看上去也许和他的同龄男孩有很大的差距，但是他很快就能赶上来。如果他确实从我这里，从他的老师或者父母那儿接受了一点点训练，他都很可能会变成一个截然不同的孩子。并不是这种训练促使了孩子的进步，它只是激发并支持他的大脑去做他该做的事。

这时候家长们通常会问我：“不过，我们真的觉得他是得了什么病，也真的觉

得他的身体有问题，测试结果就可以证明这一点。儿科医生说这个病很常见，可以治愈。我们怎么可能犯这种错误呢？”我能体会得到家长们的恐惧。他们想知道为什么会得到那样的诊断结果。为什么会有那么多的家长和专家们相信这些男孩的问题需要药物干预和长时间的治疗呢？

男孩的挑战：速度更快、要求更高

我想有些文化方面的影响在这儿起了作用，这点很值得我们研究。孩子们正在匆忙地度过童年，他们加快了去赶超别人的脚步。这个世界正在飞速地发展，大人们对孩子寄予厚望，这种压力慢慢地渗透下来，孩子们感受得最深。然而他们未必能适应在学校里待更长的时间去学习，以满足家长们更高的要求。我们对孩子们要求得太多了——坐好、听讲、使用社交技巧和别人交流，但是在升入二年级之前，他们还不能完全适应这些。即使升入了二三年级，很多男孩在这些方面仍会感到困难。他们要努力学习适应比以前更大的教室，总是待在屋子里、哪儿也不去，因为他们生来就被这样教导。

现如今，学校教授的知识越来越多地是为了应付考试，让学生们达到各种标准。孩子们更机械的背诵，听更多的讲座，每天晚上要做一到两个小时的作业，很少有机会去亲自动手做一些有趣的实践性学习。结果呢？更多的男孩子不但没有赶上来，反倒被巨大的压力压得喘不过气来，看起来很沮丧。这样一来，大人们就会认为他们发展有缺陷，为他们下诊断，结果导致这样的病例以惊人的速率递增。越来越多的男孩被认为有精神方面的问题或者在学习方面有障碍，而实际上只有一小部分孩子真的存在缺陷。这些年来，我们对女孩的早期教育做得更好一些，在过去，女孩在学习上的表现常常是落后的。现在，是时候把注意力转向在发展和学习方面都有特殊需求的男孩身上了，我们同样需要对他们实施早期教育。

很多在上一代人看来可能会被认为不正常的行为，在现在看来属于正常行为，比如社交羞涩、个别攻击行为、坐立不安、尿床以及读书写字稍微有点晚。可喜的是，大部分男孩都能戒掉这些毛病，有时靠他们自己，有时仅仅需要家长和专

家的一点点引导。然而，有研究表明，越来越小的孩子被越来越多地诊断为患有精神方面的疾病，精神疾病的诊断和很多童年时期常见的问题有关。以躁郁症为例，在最近的8年里，被诊断为患有躁郁症的儿童和青少年增加了4 000%，其中绝大多数是男孩。

20多年前，我开办了这家诊所，那时儿童患注意力缺陷多动障碍、躁郁症和亚斯伯格症候群的病例还非常罕见，在美国总人口中所占的比例不超过3%。当时，如果不是一个孩子的行为特别反常，如除药物之外的所有方法都试过了，他还是不能适应学校的生活；或者父母把他养育得很好，家里也管理得井井有条，可他还是不能掌握一些简单的日常动作，那么这个孩子是不是被轻易诊断为患有精神障碍类疾病的。而且，除非十分有必要，否则医生是不会对特别小的孩子做出这种诊断的。如今，我发现被诊断为患有精神障碍的孩子们的症状都非常轻，而且他们的年龄相当小。比如，最近有一个5岁的男孩来到我的诊所，他被诊断患有注意力缺陷多动障碍，原因是老师说他在幼儿园里不能专心学习，总在屋里大喊大叫，爱乱抓东西，动不动就发脾气。我还总能碰到其他一些孩子，因为他们吐字不清晰，特别害羞；或是在学校里不喜欢和其他的孩子一起玩，医生就认为他们患有轻微的孤独症或亚斯伯格症候群。还有一些孩子刚刚睡醒不到一小时就犯困；或者家长在吃饭和睡觉时想让他们安静下来，他们却突然变得特别精神，结果弄得父母想给他们做躁郁症测试。

大人们越来越多地运用医学术语和定义中并不严谨的精神症状来描述孩子们各种让人讨厌的行为，且在大多数情况下被描述的对象都是男孩。有的家长第一次到我的诊所来就要求给孩子做诊断，看看他们的儿子是不是得了什么病。在这种时候，我通常会阻止他们。我会给他们画一张饼图来说明究竟有多少孩子真正存在精神方面的缺陷。如果整张图代表所有的孩子，其中仅有1%到2%的孩子患有严重的、慢性的精神疾病。尽管孩子们的确有一些其他精神方面的状况，但它们只是在家庭和孩子遇到问题的时候才会出现，问题一解决，这些症状就自行消失了。这些问题可能包括在失去亲人或父母离婚后情绪低落、在转学和刚入学时感到紧张。我会通过这张饼图告诉家长们：“这是个好消息，这说明从长远来看，你的儿子患上这种严重疾病的可能性非常小。”同时，我还会告诉他们，孩子

们的大脑通常会慢慢适应、解决那些问题。很多家长在听了这些数据以后，愿意相信儿子那些让人厌恶的行为都是暂时的，也许加上一些引导，那些行为就会减少。引导可以包括很多种形式——短期治疗、课外辅导，以及家庭和学校提供的其他帮助，或者尝试一项可以提高社交能力的新活动。家长们可能还会采取不干预、观望的态度，等待问题自行解决。

从长远来看，他们的儿子可能一点问题都没有，但是我遇到的家长们大多数都从未听说过这种可能性。从来没有人告诉他们男孩的发展和女孩不一样，或是女孩的大脑更倾向于发展那些在幼儿园教育当中被重视的技能。和男孩相比，女孩们会更更多地使用语言，她们乐于和其他人合作，也能更好地运用社交能力。与之相反，男孩的大脑专注于诸如通过触摸来学习一些东西，提高运动技巧以及做一些空间感很强的事。这些同样很重要，只是这并不是学校里很强调的技能。同时，男孩们具有正常的敌对行为，他们喜欢挑战各种规则的极限，这是好事。

没有人说过如果家长们多了解一些男孩大脑的发展方式，他们就知道如何能更好地处理孩子在家里出现的一些状况。没有人说过有相当一部分孩子在生长发展过程中的某个阶段会很艰难，因为他们在努力去学习——这才是发展的真谛。没有人说过有研究解开了一个一直存在的疑虑，那就是注意力缺陷多动障碍（男孩中最常见的病症）对绝大多数孩子而言都只是暂时的，他们的心智发展会很快赶上来。没有人说过有越来越多的研究表明，哪怕是最好的医生在给病人做诊断时也会出错（比例高达20%），这就表明，一项医学诊断并不能作为健康情况的确凿证据。很少会有人建议，家长可以听听其他专家的意见，这样可以显著地降低给孩子们做出错误诊断的比例。

独特的男孩

我总是对孩子的母亲说，你的孩子做出古怪的行为，以及他在学校里惹的麻烦，其实正是他将来能成为一名成功人士的关键。比如，对学校里的社交不感兴趣，而是喜欢把东西排成一排然后数数的男孩有可能在今后成为一名工程师。我总是告诉孩子的母亲，她那在学习上有困难的儿子并不一定会一事无成。如果家长能