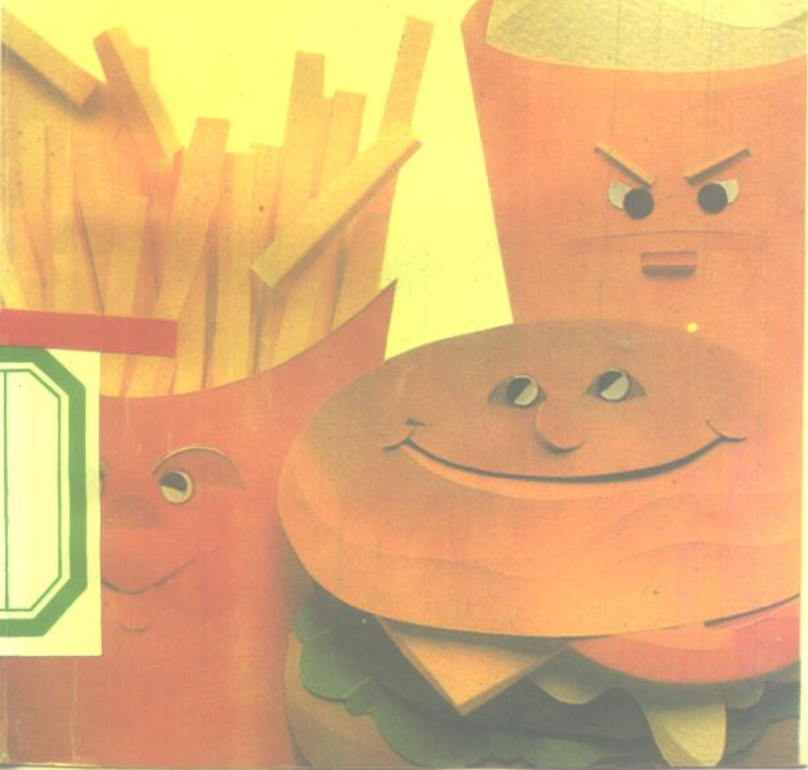


「香港」孙天伦

心理学 儿童餐





国防大学 2 060 2355 0

357

心理学儿童餐

——教你如何与子女沟通

孙天伦 著



长江文艺出版社

鄂新登字05号

心理学儿童餐
——教你如何与子女沟通
〔香港〕孙天伦 著

长江文艺出版社出版·发行
(武汉市解放大道新育村63号)
新华书店湖北发行所经销
黄冈日报印刷厂印刷

787×930毫米 32开本 5.375印张 2插页 79200字

1993年7月第1版 1993年7月第1次印刷

印数：1—5000

ISBN 7—5354—1018—9

G·17 定价：2.95元

自序

一般人听到我的治疗对象中有许多儿童和少年时，都表现得甚为诧异。因为在他们的意识里，儿童和少年最大的问题不外是应付考试，除此以外，不应该有任何导致心理问题的因素存在。当然，这种观念是错的，原因如下：

（一）儿童及少年在思维上的成熟程度（COGNITIVE MATURITY）远远不及成年人，他们因此很容易受环境影响。如果他们置身的环境不利于正常的身心成长，他们的心理就会有不平衡的现象。

（二）儿童需要依赖家长的照顾才能生存下去，因此他们基本上缺乏安全感。假如他们得不到一定程度的呵护，他们的安全感便会出现问题，随之他们的自信心也会动摇，产生自

卑、自大、不敢争取等不平衡的心理状态。

(三) 少年是开始学习自立的时候，但许多父母由于觉得子女尚未有足够的能力独自面对外面的世界，所以很多时会拒绝给予他们学习自立的机会。这种情况发展下去会产生两个可能性：他们或是反抗父母的保护政策，对父母异常叛逆，变成问题人物；又或是他们会变得非常畏缩，事事以父母作为“挡箭牌”，在心理上难以趋向成熟。

(四) 一般父母都很重视儿童和少年的读书成绩，对资质较差、缺乏动机或未能掌握正确读书方法者，父母的期望会造成很大的心理压力，结果导致情绪极度沮丧，甚至萌起自杀念头。

除了以上几点外，有些不幸的儿童及少年更需要面对与生俱来 (CONGENITAL) 的问题。譬如说，患有蒙古症 (DOWN'S SYNDROME)、轻微脑部损伤 (MINMAL BRAIN DAMAGE) 等的孩子通常都是智弱的。虽然心理学不能医治这些症状，但通过行为改良的训练 (BEHAVIOUR MODIFICATION)，弱智儿童可以学习自理的技巧。

达到某一程度的自立。

另一个促使我写这本书的原因是：我接触过的大部分个案里，当事人的心理不平衡多在童年或少年时期已撒下了种子，因此我认为假如能够改善一般儿童及少年的心理健康，他们成长后必定能保持平衡的心理。

在本书中，我将讨论一些在儿童和少年身上较为常见的心理问题。除了介绍导致这些问题的主要因素外，我更列举二十多个个案以方便读者更容易掌握儿童及少年心理问题的成因和各种有效的疗程。希望你看了这本书后，更加能够帮助所接触到的孩子们达到身心健康的地步。

孙天伦

目 录

第一部：学习方面的问题

一、学习障碍的症状.....1

个案一：踢草地的足球赛.....4

个案二：自卑？自大？谁个真？.....8

二、上学恐惧症.....11

个案三：剪碎校服的学生.....14

个案四：不让女儿上学的妈妈.....17

三、读书成绩低劣的原因.....22

个案五：懒惰是上策.....25

第二部：日常生活的问题

一、进食问题.....30

个案六：敏儿的绝食行动.....32

二、睡眠问题.....36

个案七：红绿魔大斗法.....37

三、言语问题.....42

个案八：不言不语的孩子·····	43
四、如厕训练的问题·····	48
个案九：学弟弟有着数·····	49
第三部：影响智力的症状	
一、弱智的种种·····	54
个案十：轻微弱智者的前途·····	58
个案十一：谁与相依·····	61
第四部：一般心理不平衡的现象	
一、恐惧症·····	65
个案十二：讨厌的白色·····	67
二、性骚扰的受害者·····	71
个案十三：手摸摸的舅舅·····	74
三、不良习惯的形成·····	79
个案十四：咬拇指的赖尿虾·····	81
四、强迫观念及行为·····	85
个案十五：不能停止洗手·····	87
五、面对死亡所引起的反常行为·····	94
个案十六：妈妈给天使接走了·····	95
六、运动性抽搐症·····	99
个案十七：挤眉弄眼的少年郎·····	101
第五部：情绪问题	
一、情绪低落的表现·····	107

个案十八：无聊才写信？·····	109
二、形成自杀倾向的因素·····	114
个案十九：我也要民主自治·····	116
个案二十：为何不信我是认真的？···	121

第六部：精神病

一、自闭症·····	126
个案二十一：打不开的心扉·····	129
二、精神分裂症·····	133
个案二十二：不合拍的孩子·····	136

第七部：行为上的偏差

一、犯罪倾向·····	143
个案二十三：超级市场的克星·····	145
个案二十四：没有良知的麻烦·····	149
二、酗酒与滥用毒品·····	153
个案二十五：他想麻醉自己·····	154
个案二十六：忘忧的醉乡·····	158
三、离家出走·····	161
个案二十七：哪里都比家里好·····	162

第 一 部

学习方面的问题

一、学习障碍的症状

学习障碍 (LEARNING DISABILITY) 可能由四种原因引起: (一) 轻微脑部损伤 (MINIMAL BRAIN DAMAGE); (二) 大脑发育迟缓; (三) 环境中缺乏刺激学习情绪的元素; (四) 营养不均衡。在这四种原因中, 以轻微脑部损伤最为常见。

导致轻微脑部损伤的因素众多, 包括母亲怀孕期间大量吸烟及饮酒、产时婴儿缺氧、早产、意外伤及头部、脑膜炎、营养不良、中铅毒等。患有轻微脑部损伤的儿童通常在集中注

意力方面有极大的问题，他们的行为会具有以下特征：

- (一) 过度活跃，做事冲动；
- (二) 时常骚扰别人；
- (三) 很少能够完成一件任务，多数半途而废；

- (四) 集中精神的时间甚短；
- (五) 经常表现得坐立不安；
- (六) 注意力容易分散；
- (七) 所有要求必须立即被满足，否则便会感到遭受很大的挫折；

- (八) 很容易哭；
- (九) 情绪波动甚大；
- (十) 时常大发脾气。

除了行为方面的问题外，患有轻微脑部损伤者都不能正确地判断距离，视觉和行动之间缺乏协调，记忆力差，听觉不灵敏，及口齿不伶俐。

由于以上所列的各种问题，轻微脑部损伤患者在学习方面会遭遇到很大的困难。对有听觉问题的患者而言，他们在阅读时每每由于不能掌握准确的发音，因而感到气馁放弃；对视

觉有问题的患者来说，他们在拼字及默书时，都会遭遇到难以克服的障碍。

一般粗略的估计认为，大约百分之五的学龄儿童患有一定程度的学习障碍。由于学习障碍的症状较为含糊，因此患者时常被误会为懒散、不集中、脾气暴躁、笨手笨脚，而很少获得适当的治疗。

假如孩子在日常生活里时常呈现以上所列的行为特征，便应该带他去做一次电脑图(ELECTROENCEPHALOGRAM, EEG)测试，看看他的脑电波是否有不规则的模式出现。除此以外，亦可以安排他接受“宾德视觉—行动测验”(BENDER VISUAL-MOTOR GESTALT TEST)，正确地找出问题所在。

如果所有测验的结果证实孩子的学习障碍是由轻微脑部损伤所引起的话，孩子需要以特殊的方式教导，使他能够克服学习方面的问题，同时增强他的注意力，令他能持之以恒地完成分内的工作，不会轻易放弃。

在以下的篇幅里，我将介绍两个患有学习障碍的个案，可更清楚地看到患者的行为特

征，并明白何谓有效的疗程。

个案一：踢草地的足球赛

当陈志安八岁的时候，他的父母第一次带他见心理学家。陈太一脸不高兴地埋怨道：

“志安的成绩一塌糊涂，在一年级时已留过级，现在大概很难逃过再次留级的劫数。他一点也不受别人欢迎，游戏时从来不肯遵守规则，我相信他一个朋友也没有。在运动方面，他的表现更令我担心，我时常觉得他的四肢似乎不听从大脑指挥，摆来摆去，完全不知所措。他怎样可以如此一事无成呢？”

陈志安是四兄弟中最年长的一个。他年幼的时候除了行动缺乏协调外，其他一切的发展都颇为正常。读幼稚园的时候，志安的手册上时常填满了老师的投诉语句，例如：“上课不留心”、“骚扰其他小朋友”、“无缘无故发脾气”等。陈先生每次看见老师的投诉，便会给儿子吃一顿“藤条炖猪肉”。不过，体罚对志安起不了大作用，因为他乖上一两天，便会很快会故态复萌。

进了小学以后，志安在阅读和做算术方面

都似乎有很大的问题。在他重读一年级的時候，陈太花了九牛二虎之力，才勉强使他各科都能考取及格的成绩。不过由于替志安补习时，陈太时常向他叱叱喝喝，所以志安明显地对母亲不满，从来不肯主动拥抱或亲吻她。

心理学家听了陈太的叙述后，认为虽然陈志安的大脑发育较为缓慢，但他主要的问题源自陈太未能掌握到有效教导儿子的方式，因而引致母子关系恶化，使志安对母亲失去信心，严重地缺乏安全感，无心向学，并且刻意地以顽劣的行为吸引师长的注意力。

根据以上的诊断，心理学家给陈太上了几堂课，教导她如何提高做母亲的效率，及改善与陈志安的关系。除此以外，心理学家还用了游戏治疗（PLAY THERAPY），帮助志安宣泄对母亲的怨愤。

完成了疗程的陈志安，在行为上的表现日趋正常。他和母亲的关系变得较为亲密，与伙伴玩耍时也愿意遵守规则，在课室里已再没有以前那样“反斗”。不过，他的行动仍然明显地缺乏协调，奔走时会无故跌倒，踢足球时双脚完全不听指挥，踢草地的时候比踢球为多。

还有，在数学方面他的困难好像越来越大。

为什么心理治疗只能带来行为方面的进步，而不能根治陈志安在行动协调及读书方面的问题呢？我接触到陈志安时，他已经十四岁，在逢二进一的情况下，他刚勉强地由五年级升上六年级。

与陈志安倾谈时，我发现他的语言能力（VERBAL ABILITY）相当高，在表达自己的思想方面显得毫无困难。不过不到五分钟，我便发现这个男孩子有点坐立不安；到接受测验时，他更时常胡乱作答，想草草了事，一点耐性也没有。测验时的表现和测验的结果证实了陈志安的基本问题并非源自以前那位心理学家所说的恶劣母子关系，而是由于当事人有轻微脑部损伤（MINIMAL BRAIN DAMAGE）。

正如前文提及，轻微的脑部损伤很容易导致学习障碍的形成，而帮助这类儿童时，我们需要采取特别的教导方式及设计一套严谨的赏罚制度。

我替陈志安所设计的赏罚制度，主要的是把他训练得较有耐性，不会一遭遇挫折便

停止尝试，更不会为了应付成年人的要求而马马虎虎地进行分内的工作。我把这套制度仔细地“传授”给陈太，还嘱咐她训练家人齐心协力地执行，以期获得最佳的效果。

赏罚制度的执行方法如下：首先我规定陈太须清楚地写下她认为志安在功课方面应当获取的进步，然后每当他有良好的表现时，就奖他一个特制筹码。当志安储足一定数目的筹码时，他便可以要求父母给他买一款心爱的玩具，或带他参与一项他喜欢的活动。

除了赏罚制度外，我还协助陈太替志安聘请一位曾经接受过特殊教育训练的补习老师。在这位老师悉心的指导下，志安逐渐能够克服他对数学的恐惧。

至于在行动缺乏协调方面，我鼓励陈先生增加志安的体能训练，同时亦利用赏罚制度，帮助志安增强运动方面的信心。

由于陈志安在十四岁时才获得正确的诊断，所以他的进展颇为缓慢；而且长期在“己不如人”的心理下成长的男孩子，自我形象肯定有严重的问题。因此他还有一段艰苦的路程要走，才能原则上克服学习及心理上的问题。

假如志安在幼稚园或二年级时，已被正确地诊断为患有轻微脑部损伤的话，许多不幸的后果都可以避免了。

个案二：自卑？自大？谁个真？

学校里的老师们提起李文伟便觉得头痛。他上课时总好像心不在焉似的，东张西望；而一下课便像只狂牛一般到处乱闯，和同学一言不合便会大打出手，搞得鸡犬不宁。

李文伟并不认为自己喜欢撩事生非。他说：“我每次打架都是因为别人用说话侮辱我。”其实是真的有那么多人侮辱李文伟呢？还是因为他过分敏感，所以才那么容易感到被人侮辱呢？我认为后者的成分居多。

李文伟出生时严重缺氧，或者因此而导致他的脑部有轻微的损伤。李太回忆道：“文伟生理上的发育一直比其他同龄的孩子“慢半拍至一拍”。有一段很长的时间，他走路脚步都不稳定，很容易绊倒。还有，差不多到六岁时，他说话才开始清晰点。入学后他虽然每年都能升级，但成绩总是差不多名列榜末。以目前的情况估计，我相信再升上去时，他一定跟