



成长的困扰

告别孩子的问题行为

王练 著



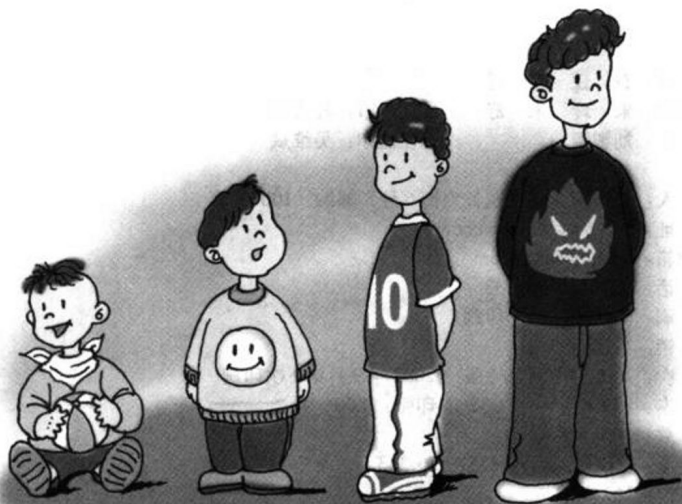
中国轻工业出版社



成长的困扰

——告别孩子的问题行为

王 练 著



 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成长的困扰：告别孩子的问题行为 / 王练著. — 北京：
中国轻工业出版社，2002.9
(新好父母书系)
ISBN 7-5019-3735-4

I. 成… II. ①王… III. 问题儿童—家庭教育：儿
童教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 048964 号

策 划：石 铁 朱 舒
责任编辑：朱 玲 朱 舒 责任终审：杜文勇
版式设计：刘智颖 责任监印：吴维斌

*

出 版 人：赵济清（北京东长安街 6 号，邮编：100740）
网 址：<http://www.chlip.com.cn>
电子信箱：bjwqtw@sina.com
电 话：(010) 65262933
印 刷：北京天竺颖华印刷厂
经 销：各地新华书店
版 次：2002 年 9 月第 1 版 2002 年 9 月第 1 次印刷
开 本：850 × 1168 1/32 印张：9.00
字 数：130 千字
书 号：ISBN 7-5019-3735-4/G · 343
定 价：16.00 元

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

中国轻工业出版社读者俱乐部电话：010-85111729 85111730

作 者 序

一株幼苗的成长，离不开园丁的精心照料；一个孩子的成长，离不开父母的悉心呵护。父母是世界上最辛苦的“园丁”，养育一个孩子需要耗费父母大半生的心血和精力；父母又是世界上最幸福的“园丁”，在孩子的成长过程中，父母会不断地收获快乐和亲情，使自己成为一个具有高超技艺的“园丁”。将孩子培养成健康快乐和对社会有用的人，是所有父母的共同心愿。

因此，了解儿童成长过程中的问题，把握儿童身心发展的特点成长规律，是每一位父母的必修课。

父母是儿童成长道路上的陪伴者、支持者、鼓励者。父母都希望自己的孩子健康成长，都希望自己的孩子成才。然而，儿童的成长过程并不都是一帆风顺的，总会遇到这样那样的问题，有时甚至会暂时偏离正确的轨道，这一切都需要父母去及时发现、矫正和引导，从而拨正儿童成长的航向，使孩子健康地成长。



成长的困扰

教育孩子是一件难事，做一个轻松、愉快、称职的父母更是一门学问。本书旨在通过对一些儿童常见问题行为的分析，揭示儿童问题行为背后的原因，并提供一些解决策略和途径。

愿天下所有的父母都成为成功的“园丁”，培育出身心健康、积极向上的孩子。

目 录

	儿童问题行为及矫正的基本方法	1
	儿童行为的判断	5
	常见的问题行为	7
	问题行为的矫正方法	8
	日常行为问题	33
	家有爱打人的孩子	34
	惹是生非的捣蛋鬼	46
	好发脾气	49
	退缩性行为	54
	拿别人东西	59
	害羞的小男孩	65
	多动症	68
	感觉统合失调	77



睡眠的问题	93
爱哭的“小儿郎”	98
晚上不睡，早上不起	104
睡眠不安	108
日睡夜醒的“闹闹”	109
恋物癖	112
夜晚磨牙	115
经常做噩梦	116
夜惊	121
梦游者	123



饮食问题	125
挑食	129
厌食	136
贪吃大王	142
边吃边玩	145
爱吃零食	147
百吃不厌的汉堡包	152
不喝白开水	158
奇怪的嗜好：吃纸	163

 大小便问题	165
尿床的“小画家”	166
便秘	173
不停上厕所的“小麻烦”	178
  语言发育问题	187
口齿不清	189
语言发育迟缓	192
口吃	196
不爱说话	200
  情感障碍	205
儿童恐惧症	206
幼儿园恐惧症	213
焦虑症	216
抱着枕头睡觉的孩子	219
孤独症	221
  性心理问题	227
玩“小鸡鸡”	229



成长的困扰

性好奇	232
玩“结婚”游戏	237
喜欢穿花裙子的小男孩	240
习惯性阴部摩擦	246
恋母情结	248



附录：儿童行为调查量表	253
-------------------	-----



儿童问题行为 及矫正的基本方法

行为是指一个人的言与行。它是人对周围环境和内在心理活动的一个反馈。行为不是与生俱来的,而是在后天与同伴、父母和各种人群的交往过程中,通过模仿、学习、互动而养成的。无论是良好行为,还是问题行为,都源于家庭、社会、自身。当孩子的某一行为得到了注意和强化,孩子的这一行为就会增多;相反,某一行为被忽视或被惩罚,这一行为就会减弱或消失。

在儿童行为的形成过程中,家庭扮演了一个非常重要的角色。家庭是孩子的第一所学校,父母、亲人是孩子的第一任老师。孩子从父母、亲人身上学习如何与人交往,如何与人沟通,如何解决问题和冲突,如何表达自己的情感。父母的言行在潜移默化中影响着孩子。特别是学龄前儿童,他们通常都怀着巨大的好奇心观察着周围的一切,极力地模仿着他人的言行,并将其融入自己的行为模式里。不论是摆弄娃



娃、过家家，还是和小朋友发生矛盾，都能反映出孩子看到和学来的行为方式。男孩会以坐在沙发上看报纸演绎家庭中父亲的角色；女孩会用做饭来演绎母亲的角色。父母的教育方式、性格特征直接影响到孩子。严厉冲动型的父母，往往容易养育出具有反叛、攻击性的儿童；而民主型的父母，容易养育出性情温和、友好、易合作的儿童。大量有关儿童问题行为的调查显示：父母过于严厉、情绪不稳定或对孩子过度保护、溺爱，都是导致儿童问题行为的危险因素。

对于大多数儿童而言，问题行为只是儿童成长过程中的一段波折，一个不太和谐的音符。随着儿童年龄的增长和认知水平的提高，以及社会道德的约束，大多数问题行为都可以得到不同程度的克服。但是，问题行为在儿童的成长过程中，会给孩子自身以及家庭、社会带来困扰，对儿童的性格、心理健康带来不利的影响。比如，富有攻击性行为的儿童往往成为班级被孤立的对象，小朋友都远离他、疏远他，结果使其攻击行为增强，脾气更加暴躁。胆小、害怕陌生人的儿童会因为害怕与人接触而生活在一个相对狭小的生活空间而影响自身的视野和学习。情绪紧张、恐惧的孩子，成天生活在不愉快的情绪状态下，失去积极探究周围环境、学习新知识的热情，身心发展都会受到影响。同时，问题行为往往使儿童在社会活动中遭受挫折或不被接纳。因此，重视儿童的

儿童问题行为及矫正的基本方法

问题行为，及时引导和帮助孩子纠正其问题行为，使孩子健康成长，是每个作父母的责任。

测一测，你的孩子有问题行为吗？

儿童身心健康和问题行为调查诊断表（英国 Rutter）

请根据你孩子最近一年的情况，按照 0、1、2 三级评分填写到括弧内。
“0 分”表示从来没有；“1 分”表示有时出现或症状轻微；“2 分”表示至少每周 1 次或经常出现。

- | ● 健康问题 | 0 | 1 | 2 |
|-----------------------|---|---|---|
| 1. 头痛或腹痛； | | | |
| 2. 肚子痛或呕吐； | | | |
| 3. 支气管哮喘或哮喘发作； | | | |
| 4. 尿床或尿裤子； | | | |
| 5. 大便在床上或裤子里； | | | |
| 6. 发脾气（伴随叫喊或发怒动作）； | | | |
| 7. 上学就哭或拒绝上学； | | | |
| 8. 逃学。 | | | |
| ● 其他行为问题 | 0 | 1 | 2 |
| 1. 非常不安，难于长时静坐； | | | |
| 2. 动作多，乱动，坐立不安； | | | |
| 3. 经常破坏自己或别人的东西； | | | |
| 4. 经常与别的儿童打架或争吵； | | | |
| 5. 别的孩子不喜欢他； | | | |
| 6. 经常烦恼，对许多事都心烦； | | | |
| 7. 经常一个人待着； | | | |
| 8. 易动怒或勃然大怒； | | | |
| 9. 经常表现出痛苦、不愉快、流泪或忧伤； | | | |
| 10. 面部或肢体抽动、作态； | | | |
| 11. 经常咬指甲或手指； | | | |



成长的困扰

12. 经常吸吮拇指或手指;
 13. 经常不听管教;
 14. 做事拿不定主意;
 15. 害怕新事物和新环境;
 16. 神经质或过分特殊;
 17. 时常说谎;
 18. 欺负别的孩子。
- 日常生活中的某些习惯问题 0 1 2
1. 有没有口吃;
 2. 有没有言语困难(如转述别人的话有困难, 并非口吃)如果有, 请描述其困难程度;
 3. 是否偷过东西
 - (1) 不严重、偷小东西(如钢笔、糖、玩具等);
 - (2) 偷大东西;
 - (3) 上述两类全偷。
 - (1) 在家偷;
 - (2) 在外面偷;
 - (3) 在家和外面都偷。
 - (1) 自己一个人偷;
 - (2) 与别人一起偷;
 - (3) 有时自己, 有时与别人一起偷。
 4. 有没有进食的不正常
 - (1) 偏食;
 - (2) 进食少;
 - (3) 进食过多;
 - (4) 其他, 请描述。
 5. 有没有睡眠困难
 - (1) 入睡困难;
 - (2) 早晨早醒;
 - (3) 夜间惊醒;
 - (4) 其他, 请描述。
-

Rutter 儿童行为问卷以“0、1、2”三级评分，当儿童总分大于或等于 13 分时，应考虑其有问题行为。

儿童行为的判断

判断儿童的行为是正常行为还是问题行为，无论是父母和老师都会感到有一定的难度。一方面，正常行为与问题行为本身就是一个连续的整体，在“正常”和“问题”之间没有截然的分界线，不好界定什么程度的行为属于异常，什么程度属于正常。另一方面，在判断行为正常与否时，存在主观因素的影响。对于同一个行为在有些人眼里属正常的行为，在另一些人看来就可能认为是问题行为。比如孩子好动，它是正常范围的好动还是属病理的好动，在判断上就很困难。因为，好动是孩子的天性，儿童由于中枢神经系统发育不完善，兴奋大于抑制，注意力集中时间短，通常会“动”多于静。

那么，如何鉴别问题行为呢？我们通常将问题行为定义为：儿童某种行为表现得过分突出，或者在不宜出现的年龄阶段出现了。它既不是躯体的疾病或缺陷，也不是某些特定精神疾患的症状表现。



一般认为，正常行为还是问题行为，可从以下几方面进行区别：

- 儿童的行为是否符合其年龄特点。如果其行为是这一年龄儿童发育水平所具有的，就属正常；反之，属于问题行为。比如尿床，如果发生在1~2岁左右的儿童，就属正常的行为；如果经常发生在6~7岁儿童的身上，就属问题行为。
- 儿童行为的发生频率是否符合同年龄儿童水平。某些行为发生频率过高、过低都属于不正常。例如，孩子好动超过同龄儿童的水平，没有一点安静的时候，老是处于奔跑状态，屁股上像长了针一样无法安静地坐一会儿；或是整天坐在那里自己玩，不参加任何活动和游戏，不与人交流。
- 儿童行为是否符合社会道德规范。比如儿童表现出乐于助人，与小朋友友好相处，快乐、开朗、大方，这些社会所期望的行为表现，就属正常行为；而打人、骂人等社会道德所不允许的行为就属问题行为。

常见的问题行为

问题行为是儿童成长过程中发出的不和谐音符。不同发展年龄阶段儿童的问题行为表现形式和检出率不尽相同。近年来随着独生子女的增多、社会发展速度的加快，儿童问题行为的发生率呈直线上升趋势。如孙立杰（据暨南大学出版社2000年版郑雪主便编的《幼儿心理教育手册》）在调查了600名4~6岁儿童以后发现：脾气暴躁、说谎、爱骂人、语言障碍、自私、咬手指甲等问题行为，其单项检出率为4.33%~56.69%，平均检出率达27.99%。上海市曾在90年代初对900名幼儿园儿童进行行为问题调查，结果显示约10%的儿童存在问题行为。

检出率比较高的儿童问题行为主要有：偏食、咬手指、吸吮手指、口吃、摸生殖器、多动、发脾气、好争吵、打人骂人、说谎、口齿不清、遗尿、厌食、夜惊、做噩梦、焦虑等。不过，不同年龄儿童所表现的问题行为是不太一样的。



儿童问题行为的好发年龄

-
- 0岁：睡眠不安、夜哭、阵哭、愤怒痉挛、拒奶。
- 1岁：睡眠不安、夜哭、夜惊、害怕、愤怒痉挛、咬东西、食欲不振。
- 2岁：睡眠不安、夜哭、夜惊、害怕、恐惧、发怒、粗暴、攻击、咬东西、反抗、嫉妒、语言发育迟缓、沉默、口吃、食欲不振、抚摸生殖器。
- 3岁：烦躁、争吵、咬指甲、撒娇、反抗、恐惧（怕虫、怕进厕所、怕食物中毒、认为食物中有细菌、电视里有鬼）、畏缩、多尿、食欲不振、呕吐、口吃。
- 4岁：洁癖、吐唾癖、担心身体、在幼儿园怯生、不合群。
- 5岁：洁癖、气量小、担心身体、反复模仿妈妈的行为、烦躁、没有耐心、不爱接近双亲、语言含糊、沉默、口吃。
- 6岁：睡不着、胆怯、洁癖、一件事反复地追问、沉默、口吃、抽搐。
-

问题行为的矫正方法

良好行为和问题行为都是强化、奖励的结果。一个孩子如果到了晚上睡觉时间，妈妈要求孩子收拾玩具准备睡觉了，而孩子不愿上床睡觉，提出还想玩一会儿的要求，在遭到妈妈拒绝后开始哭闹。这时如果妈妈妥协了，那么第二天晚上孩子仍然不会准时去睡觉，他还会以哭闹作为手段提出种种要求，从此就可能养成每天晚上都磨蹭着不去睡觉、上床时间越拖越晚的习惯。相反，如果妈妈坚持让孩子睡觉，哭也不行，这个孩子可能就养成了按作息时间准时睡觉的好