

【日】原田 正文 藤沼 胜海 著
李讴琳 张蕙 译

ZOURU HAIZI DE XINLING
XIAOCHU QINGXUZHANGAI

走入孩子的心灵。 消除情绪障碍

- 越优秀的孩子到了青春期越容易碰壁
- 当孩子突然暴躁起来的时候
- 当你知道自己的孩子被欺负时
- 令人担心的“好孩子”
- 各种各样的缄默症
- 痴迷虚幻的自闭症
- 如何避免儿童情绪障碍



走入孩子的心灵·消除情绪障碍

[日]原田 正文 藤沼 胜海 著

李讴琳 张蕙 译



中国纺织出版社

1)小・中・高校生の情緒障害はなぜ

SHO CHU KOKOSEI NO JOCHO SHOGAI HA NAZE

Copyright © 1980 by Katsumi Fujinuma

Chinese translation rights arranged with NOBUNKYO, Tokyo Through
Japan UNI Agency, Inc., Tokyo

2)小学生の心がわかる本

SHOGAKUSEI NO KOKORO GA WAKARU HON

Copyright © 2001 by Masafumi Harada

Chinese translation rights arranged with NOBUNKYO, Tokyo Through
Japan UNI Agency, Inc., Tokyo

本书中文简体版经日本农山渔村文化协会授权,由中国纺织出版社独家出版发行。本书内容未经出版者书面许可,不得以任何方式或任何手段复制、转载或刊登。

著作权合同登记号:01-2002-5182

图书在版编目(CIP)数据

走入孩子的心灵·消除情绪障碍/(日)原田 正文,藤沼 胜海
著.李讴琳,张蕙译.—北京:中国纺织出版社,2003.2

ISBN 7-5064-2511-4/B·0047

I.走… II.①原… ②藤… ③李… ④张… III.青少年心理学 IV.B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 102421 号

策划编辑:吴嘉云 责任编辑:张林娜 责任校对:俞坚沁
责任设计:李 然 责任印制:初全贵

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

电话:010-64160816 传真:010-64168226

http://www.c-textilep.com

E-mail:faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社印刷厂印刷 各地新华书店经销

2003年2月第一版第一次印刷

开本:889×1194 1/32 印张:12.375

字数:310千字 印数:1—5000 定价:24.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

内 容 提 要

孩子的世界应该是美丽单纯、无忧无虑的,然而当成年人面对来自社会、生活的诸多问题和压力感觉疲惫无助时,我们是否想过,孩子们在成长中也会遇到这样那样的烦恼,而他们更加渴望得到及时的帮助和坚定的支持。这本书分两部分,作者分别从自己教育孩子的亲身经历入手,从心理发展的角度出发,把儿童成长过程中将会经历的各种心理年龄的特征、外在表现、可能出现的心理困惑以及各种解决办法一一列举。虽然作者讲述的都是发生在日本的情况,但随着我国改革开放的继续深化,社会生活也相应地迅猛发展,中日两国孩子们学习生活等诸多方面的共同点与日俱增,书中谈及的不少案例,已经在我们的身边真实上演,成为困扰中国孩子和年轻父母们的心头症结。希望本书将为他们带来帮助。怎样了解孩子真实的想法?怎样将问题防患于未然?怎样动员全社会为孩子们创造一个良好的成长环境?使孩子们过上本应属于他们自己的生活——健康、美丽、幸福地成长起来;也希望本书能够帮助那些即将为人父母的年轻人们,为孩子未来的成长认真谋划,积极准备。也可以给政府有关部门及教育工作者提供一定的参考。

目 录

第一部分 走入孩子的心灵

第一部分前言	3
--------------	---

第一部分序言 越“优秀的孩子”到了青春期越容易碰壁

——让我们了解小学生心理发展的历程	8
-------------------------	---

(1)小学高年级学生已经进入了青春期	8
由身高和体重决定青春期的开始和结束	8
升入高年级之后性荷尔蒙开始起作用	9
不能只是简单领会青春期的言行	10
小学高年级学生和父母之间的矛盾比初中、高中生还多	10
家庭、学校、专门机构以及地域的联手协作	11
(2)“好孩子”欠缺的东西	14
即使努力地培养孩子,孩子也成长不起来	14
进入青春期之后碰壁的“好孩子们”	15
无法领会儿童集体伦理的“好孩子”们	16
心理的平衡感觉——“人格”	17
活生生的集体生活体验是最为必要的	18
父母不能代替孩子度过他们的人生	19
父母喜欢培养孩子生活能力的育儿方式	20

1 小学生不愿意上学·拒绝上学

——采取不同于应对初中生、高中生的方法	21
---------------------------	----

2 走入孩子的心灵·消除情绪障碍

1.1 不懂得4个基本观点的“专家”很多 22

1.2 拒绝上学的孩子是有心理疾病吗——有关心理问题的探讨 23

拒绝上学的孩子,99%以上都没有心理疾病 23

小学生还没有出现精神上的疾病 24

多数情况是本人什么问题都没有 25

1.3 低年级“让我们等待孩子自己说出‘我要上学’”这种低估情况的静观其变不好 26

按照专家的指导,在自己家中度过多年的小学生们 26

【事例1】 小学二年级的时候,按照“等待孩子本人说出‘我要上学’”的指导,在自己家里等待了两年,却依然不说“我要上学”的小悟。

低年级的孩子会说话了——让我们先来仔细地问一问 28

初期阶段进行“上学的诱导”,孩子能再度回到学校 29

不仅领会接纳,还要一起思考 30

为什么要让孩子去上学 31

1.4 高年级参照孩子心理的恢复状态,寻找好的处理时机 32

【事例2】 朋友来邀请,而早苗却借此将自己关进了卫生间(小学六年级学生)。

拒绝上学的一般经过 33

进行“上学诱导”的好时期、坏时期 36

父亲起到的重要作用 37

1.5 学校和专门机构作用的不同 38

寻找专门机构是父母必要的做法 38

让孩子早日从“自闭期”中解放出来 39

“上学刺激”是只有学校才能做到的支援方法	40
1.6 孩子诉说的身体症状不是假的	41
<p>【事例3】“那家伙，真是让人讨厌！”光弘用初中生那样的语气骂着父亲，诉苦说想吐、肚子疼，开始拒绝上学(小学五年级)。</p>	
孩子们说的肚子疼、想吐、头疼等等，是他们的真实感觉	42
“没有什么地方不好啊”的回答是很重要的	43
孩子不得不说自己“病了”是有原因的	44
身心症状是发自本能的“自我防卫能力”之一	45
从不愿意意识到的地方发出的 SOS	46
父母的责任在于考虑 SOS 是针对什么发出的	47
1.7 把孩子拒绝上学当成重新审视夫妇、家里人的机会	48
家庭有时候也会成为压力源	49
父母重新审视自己是孩子恢复常态的一个契机	49
面对孩子而发生了变化的父亲	50
1.8 放任和强行都不可行，那么要点是什么呢	51
小学生特有的困难之处	51
我的判断基准	51
1.9 咨询的意义和时期	52
2 当我的孩子突然暴躁起来的时候	55
2.1 过得很平稳的小学时期	56
小学生的暴躁发展到了这样的地步	56
初中生、高中生的暴躁发生是源于绝望感	57
小学生暴躁的两种类型	58
2.2 低年级 比较容易把握暴躁原因的小学低年级孩子们	58
多数父母是在学校指出后才发现问题的	58

4 走入孩子的心灵·消除情绪障碍

低年级孩子暴躁的特征 59

2.3 像“心中突然落下了铁卷帘门一样”暴躁起来的孩子们 60

【事例4】 就像是“心中突然落下了铁卷帘门一样”暴躁起来的飞马(小学二年级学生)。

父母对孩子不责骂、不能责骂的培养 61

幼儿期“集体玩耍”的丧失 62

父母和学校合作,弥补孩子暴躁的心 63

2.4 超越想像的“自我中心性”儿童 63

【事例5】 因为只按照自己的道理行事,而每天在教师里引发问题、暴躁的孝彦(小学二年级)。

让父母瞠目结舌,“想把他的脑袋切开来看看”的“自我中心性” 64

用暴力来释放上补习班、学习技艺造成的压力 65

只能把朋友们看成竞争对手 65

2.5 被告知“你家的孩子暴躁,让人很为难”的时候 66

为什么问题会在小学里表面化 66

请不要将视线避开第三者眼中的“我家孩子的样子” 67

问题是孩子的自我介绍 68

2.6 由于父母对孩子不了解而发生的问题 68

爱知小学五年级男童的体罚致死事件 69

要求孩子“顺从父母”的结果 70

2.7 孩子的暴躁是重新看待父母与子女关系的机会 70

【事例6】 对母亲口吐狂言、砸东西的拓郎(小学六年级)。

- 家庭暴力典型案例的一般经过 71
- 父母还能管得住孩子的小学生阶段 73
- 将青春期自然的变化和心灵的 SOS 区别开来 74
- 2.8 **“家庭暴力”是肯定能克服的** 75
- 坚持不懈地寻找专门机构 75
- 要知道,隔离是无法让孩子情况好转的 76
- 父母首先要接受咨询 77
- 消除家庭暴力的两个要素 77
- 2.9 **“暴躁”是怎么一回事——来自最新大脑生理学的信息** 78
- 大脑被情绪波动的风暴所支配 79
- 虐待和早期的智育教育产生了暴躁的孩子 79
- 2.10 **关于暴躁的孩子和 ADHA(注意力缺陷·多动性障碍)的关系** 81
- 环境污染、药物等对大脑的影响 81
- 【事例7】** 典型的 ADHA(注意力缺陷·多动性障碍)儿童雅俊。
- 到了高中阶段容易发生问题 83
- 注意力集中的机能受到损害的 ADHD 儿童 83
- 把什么都当作 ADHD 的做法是值得考虑的 84
- 2.11 **被侵犯的地球环境是暴躁孩子增加的一个原因** 86

3 “欺负同学问题的对策”中存在的两个缺陷

——过度反应和放任 89

6 走入孩子的心灵·消除情绪障碍

3.1 既没有安心感也没有安全感的学校生活 90

小学中欺负同学的现象比初中多吗 90

因为被欺负深受伤害的孩子们 91

欺负同学的问题给学校生活带来的“心灵扭曲” 93

3.2 发现和承认欺负同学的现象是第一步 94

【事例8】 当事人和别人都没有发现的欺负同学现象(小学六年级学生,男孩子)。

“欺负同学现象减少”的统计让人感到奇怪 95

为什么没有从被欺负而导致的自杀事件中吸取教训 97

3.3 小学时期欺负同学和被欺负的体验是必要的 98

如果把欺负同学认为是“不会有的事情”就无法防范它 98

讨论欺负同学问题的时候无视孩子年龄存在很大的漏洞 99

让孩子体会到“再这样做下去是不行的” 100

3.4 **低年级** 欺负同学问题的构造和本质 101

不要把什么都说是欺负同学 101

欺负人的孩子并没有意识到的欺负同学现象 102

认真询问孩子的想法并与他一起思考 102

3.5 **高年级** 欺负同学问题的构造和本质 103

和初中生、高中生几乎是相同的 103

为什么会出现欺负同学的现象 103

在小学生时期可以通过父母和老师的介入改变状况 104

3.6 单凭老师或单凭学校是解决不了问题的 105

再优秀的实践如果由一个人来完成也会感到困难 105

FSCC 网络·支援的基本观点 106

3.7 欺负同学问题解决的方向性——根据 FSCC 网络·

支援 107

【事例 9】 美由纪(小学六年级)由于被欺负而拒绝上学,但是通过保护者协会的工作,事情发生了急剧变化。

- 认为“被欺负的孩子身上也存在问题”的错误之处 108
- 发火的父母比讲道理而什么都不做的父母要好得多 109
- 清楚地传达父母对学校的要求和愿望 110
- 班级成员的保护者认为“这不是别人的事情”而采取行动的话 110
- 负责保健的老师活跃在协调者的岗位上 111
- 对欺负同学的孩子及其父母给予支援 112
- 保护者协会、学校、专门机构各自的作用 112
- 3.8 在欺负同学的问题上专门机构起到的作用 114
 - 作为协调者和建议者的作用 114
 - 针对孩子及其父母进行的咨询 114
 - 提高父母和子女现实认识的作用 115
- 3.9 学习外国的处理方法 115
 - 欺负同学并不是日本独有的问题 115
 - 勒令“欺负同学的孩子”转学的欧美各国 116
 - 听听孩子的声音——儿童监察官员制度 117
 - 将同等对象的咨询作为制度引进 117
- 3.10 当你知道自己家的孩子“被欺负”时 118
 - 你有没有变成不倾听孩子说话的父母 119
 - 父亲必须认真地保护自己的孩子 121
 - 建立可以互相商量的家长网络 122
- 3.11 自己家的孩子欺负同学时 122
 - 父母们对向别人加以危害的人感到极端恐惧 122
 - 欺负同学的孩子,也会受到别人的欺负,或是走上犯罪道路 123

8 走入孩子的心灵·消除情绪障碍

欺负同学是孩子发出的“心灵 SOS” 124

3.12 周围的人都很清楚情况,把这点作为突破口 124

虽然当事人的父母什么都不知道 124

如果家长们一起烦恼,一起思考的话 125

教师要克服“欺负同学问题恐惧症” 126

期待出现成熟市民保护者协会 127

4 父母怎样处理“班级崩溃”的问题

——让大家一起来建设学校 129

4.1 “班级崩溃”显而易见的实际状态 130

一直有紧迫感的小学老师们 130

心理问题在全体孩子中扩展 131

在美国敲响的警钟 132

惊人的班级崩溃问题 133

班级崩溃是怎样发生的 134

为什么父母和社会上的一般民众不知道呢 136

4.2 低年级 幼儿期心理成长的问题出现了 137

入学的孩子们和小学系统的不协调 137

在班级崩溃中显示出孩子们的幼儿性 138

4.3 高年级 学校与家庭的不信任和青春期的不安定 139

青春期的侧面 139

在学校、在家里都找不到容身之处 139

4.4 班级崩溃扩展的实际状态和解决的方向 140

班级崩溃是“班级王国”的崩溃 140

“感觉就像是溺水者抓住了稻草一样”的老师们 142

超出想像的实际状态调查结果 143

	FSCC 网络·支援解决班级崩溃问题的方向性	143
4.5	学校第一线教师们的声音	145
	没有人守卫孩子! 没有人守卫学校	146
	学校是孩子成长的场所, 也是保护者和教师一起成长的场所	150
4.6	给学校和老师的建议	154
	迫使班主任长期休假的不是保护者, 而是教师们	155
	校长作为指挥官没有发挥其作用	156
	不要对自己的学生不信任	157
	老师劳动量过大——家长也应该作为志愿者承担工作	158
	学科负责制的引入和班级人数的削减	159
4.7	案例 孩子的班级发生“班级崩溃”时	160
	家长们要聚集起来, 建立良好的关系	160
	在各个家庭中传达“什么事情可以做, 什么事情不能做”	161
	重视对孩子的爱抚	161
	重新看待保护者想像中的“好老师形象”	162
	能够想到“别人的孩子, 我的孩子, 大家的孩子”	163
4.8	案例 孩子的班级发生班级崩溃时	163
	这不是换个班主任就能解决的问题	163
	不断听取孩子的意见	164
	重视和学校一起思考的姿态	164
第一部分结尾 依靠家长的网络, 开创新世纪的新小学		167
	(1) 失掉了丰富多彩的少男少女时代	168
	(2) 关于小学生的学习、玩耍、体育、技艺, 你是怎么想的	169
	如果从幼儿时期到小学时期父母太过于努力培养孩子的话, 孩子是被	

10 走入孩子的心灵·消除情绪障碍

压垮的 169

【事例10】“请让孩子把原因解释清楚，再拿出小学时代的那种‘干劲’”。
母亲如是说。

只要合理培养，孩子就会成长起来 171

(3)事先了解有关小学生心理发展的知识 172

为什么要事先了解孩子心理发展的知识 172

孩子依靠青春期表现出的各种症状重新成长 173

通过小学生时期的育儿来培养孩子度过青春期的能力 174

(4)开放学校——家长网络扩展中的实践事例 176

育儿小组的家长和孩子以及孕妇都参加了的初中课程 177

(5)由志愿者开创新世纪的新学校 182

培养孩子的结果显现在青春期 182

在集体育儿中看到了“希望之灯” 183

家长们的因特网并不是“神志不清的话” 184

让家长坐在驾驶席，支援者坐在副驾驶席 185

第一部分后记..... 187

第二部分 中小学生学习情绪障碍

第二部分序言 临床医生的共同感受..... 191

1 和妈妈说话了吗..... 193

1.1 滋生情绪障碍的温床 194

没有电视机的日子 194

消失了的“谢谢、对不起” 197

所谓的“孩子” 200

儿童心理发展的顺序 203

1.2	情绪障碍的各种表现方式——拒绝到校、缄默症、 自闭症	206
	日本厚生省针对情绪障碍儿童设立的短期治疗设施	206
	日本文部省关于情绪障碍儿童的定义	208
	学者们对情绪障碍儿童的定义	211
2	拒绝到校的孩子们	213
2.1	各类拒绝到校事件的形成过程	214
	心因性疾病	214
	与逃学的不同之处	216
	引发拒绝到校的契机	218
	拒绝到校生的类型	220
	窒息优等生型	223
	过分溺爱型(社会性未成熟型)	225
	都立教育研究所教育相谈研究室的工作	227
	从讨厌学校到拒绝到校	229
	拒绝到校的真正原因	233
2.2	及早发现潜在型拒绝到校的儿童	235
	“大家一起来鼓励他”	235
	束手无策的老师	237
	拒绝到校的早期发现及预防	238
	亡羊补牢,为时未晚——教师和家长共同努力	247
2.3	为了避免家庭暴力和自杀事件的发生	249
	引发学生自杀的内外环境	249
	“好孩子运动”导致的问题儿童	254
	家庭暴力表面化之后	255
	拒绝家庭暴力	259

12 走入孩子的心灵·消除情绪障碍

- 从胡来到偷懒 261
- 精神断乳期里自主性开始萌芽 262

2.4 拒绝到校的治疗方法种种 262

- 沉默之举 262
- 应该把握的三个约定 264
- 留级的建议 265
- 其他的治疗方法 266
- 学校并不代表全部 269
- 芥川奖获得者作家三田诚广的亲身经历 270

3 患缄默症的孩子們 275

3.1 各种各样的缄默 276

- 何谓缄默 276
- 对缄默儿童的实际调查 278
- 被忽视了的缄默儿童 282

3.2 对缄默儿童所做的咨询辅导 283

- 不要忽视“不爱说话”的现象 283
- 对缄默儿童的指导 284
- 家长和老师们应该做些什么 286

4 自闭症的孩子們 289

4.1 痴迷虚幻世界的孩子们 290

- 孩子们的城堡与自闭之茧 290
- T 的故事 291
- 自闭症种种 293
- 参加夏令营的 F 296

4.2 何谓自闭症 298

	高智商,低情商	298
	容易混淆的几种症状	302
4.3	与自闭症恶战苦斗的教师们	305
	10年前对患自闭症儿童的教育	305
	最初的混乱	306
	混合住宿的实验	308
	教师的参与方式与指导体制	313
4.4	武藏野东学园的实践	315
	自闭儿童的表情	316
	生活疗法	318
	二阶段保育法	321
	设立专门小学	323
4.5	设立亲子年级的五本木小学	324
	为情绪障碍儿设置专门年级	324
	与智育相连的体育	326
	摄像技术的特殊用途	327
4.6	自闭症候群的诊断及对策	330
	自闭儿童的预后调查	330
	自闭儿童的诊断标准	335
	自闭儿童的治疗	337
	轻微脑损伤原因说	344
	为激发大龄自闭症患者的能力创造机会	345
5	如何避免儿童情绪障碍的出现	349
5.1	家长的梦想	350
5.2	婴幼儿期Ⅰ:创造安定情绪的基础	351
5.3	婴幼儿期Ⅱ:正常的智力发达	353