

目 录

□译序

第一篇 探索根源

第一章 为何会有行为问题? / 3

一般情况 / 3 不会自然消失 / 4 行为问题的成因 / 5 儿童本身的因素 / 6 环境因素 / 10 保护性因素 / 15

第二章 诊断问题 / 18

倾听父母 / 19 初次见面 / 21 发展上的诊断 / 24 家族诊断 / 29 父母有不一致的反应吗? / 30 行为诊断 / 34

第三章 建设性的亲子教育 / 38

往好的一面思考 / 39 设定治疗目标 / 42 使用特别的奖赏 / 44 建立父母的信心 / 46 学习预测 / 47

第二篇 训练与治疗

第四章 行为约束 / 51

攻击和干扰性行为 / 51 发脾气 / 56 不服从 / 60 手足彼此对立和攻击 / 62 新生儿的来临 / 66

第五章 进食困扰 / 69

一般情况 / 69 认清问题 / 69 进食问题类型 / 71 喂食问题的诊断 / 76 肥胖 / 88 误食 / 93

第六章 如厕训练 / 96

马桶训练/96 白天遗尿/100 夜晚遗尿/102 大便失禁/105 预防措施/111

第七章 睡眠困扰/112

一般情形/112 原因/113 睡眠困扰的类型/114 诊断/117 治疗的方法/119 预防措施/127

第八章 情绪困扰/129

害怕/129 怪癖/133 悲伤/137 父母分居和离婚/141

第九章 过分好动和高度活动/146

造成的原因/148 过分好动的诊断/151 处理方式/154

第十章 哭闹/167

一般情形/168 哭闹的原因/168 诊断婴儿哭闹/173
解决哭闹/174

第一篇

探索根源

提要

建立美满家庭生活的标准,除了婚姻关系要良好,其次便是亲子关系要和谐,因此步上成家立业之途的夫妻,在面临自己的孩子有行为问题时,特别是他们出现愤怒、懊恼,甚至忧心忡忡的情绪时往往很困惑。此时,家长若教育不当,不仅亲子关系可能更加紧张,而且对孩子未来的身心发展也会造成伤害。

因此,在本篇中,作者一方面希望让一般父母了解幼儿行为问题形成的背景及影响,进而懂得如何寻求专业人士的帮助;另一方面则提醒社会工作者、开业医生、社区医疗人员等,在协助父母处理幼儿行为及情绪方面的问题时,首先须以同情心倾听他们的陈述,之后再以专业知识帮助他们探索问题的根源。

第一章 为何会有行为问题？

大约 1/4 的幼儿会有行为问题。有多项因素与行为问题有关，包括与环境、社会条件互动的结果，及幼儿本身特质的关系。

所有父母在孩子幼小时，都会遇到怎样带孩子的问题。这些情况可能包括：如何处理爱哭的孩子、如厕训练该从什么时候开始及怎么做、每一餐该给他吃多少、怎样应付他的坏脾气等。有时父母会觉得孩子已经完全失去控制，让他们愤怒、懊恼和困惑到需要外来的帮助，以重建一个较和谐和充实的亲子关系。

这本书主要介绍一些基层卫生专业人员——包括幼儿园老师、一般开业医生和社区医疗人员——如何处理幼儿行为和情绪方面的问题。书中将详细阐述帮助父母处理问题的方法，并且用最近研究的发现作为佐证，以建立理论基础。

一般情况

理查曼 (Richman) 和她的同事，曾在英国伦敦市调

查705个家庭的学龄前幼儿行为。她们发现，3岁儿童行为问题出现的比例是：

- 有轻微的问题占 15%。
- 有相当程度的问题占 6.2%。
- 有严重的问题占 1.1%。

同样类型在英国、美国的研究都得到相似的结果。这些数字若加起来，表示有 1/4 的学龄前幼儿，在某种程度上是有行为问题的。这种压力造成家庭极大的负担，尤其对许多独自在家照顾幼儿的年轻妈妈。

另外的研究发现，只有 2% 的妈妈会带孩子到一般医院寻求帮助，但都倾向于医疗上的帮助。由此可知，大部分的问题，父母都让它恶化到十分严重的程度，才会转到儿童辅导中心；或是让它随孩子长大自然解决。

不会自然消失

许多早期出现的行为问题最后的确会自然消失，但也确实有些问题一直持续着无法解决。至于哪些儿童会如此，哪些不会，则很难预测。但若我们了解哪些因素与这些行为有关，就比较能猜出答案。

理查曼发现 3 岁儿童的问题，63% 在 1 年到 5 年后仍然被认为是问题。此外，性别也可看出会持续哪些问题类型，例如，73% 的男孩到 8 岁仍存在的问题，在女孩只有 47%。这些类型有，3 岁时被认为不安静的小孩

儿到8岁时有行为能力不足的现象；而3岁时若被认为有有害怕的象征，到8岁也会表露情绪困扰。此外也可以预测问题的严重程度，3岁时显示有麻烦或严重行为问题的孩子，3/4到8岁时仍然如此；而3岁时行为问题只是轻微程度者，到8岁时只有1/2还有些微问题。这种连续性问题有一重要的特征，即孩子与其他儿童的关系普遍不良。理查曼对这些研究的结论，对日后的最佳预测，在于幼儿时问题的严重程度。这结论虽不能告诉我们问题的成因或应该协助什么，但提醒了我们，有些问题不会随时间自然消失，所以协助和介入是有其必要的。

行为问题的成因

至今并无直接的证据显示，行为问题的产生与任何因素有因果关系，我们只能说某些因素与某些问题有关连。例如巴特勒和高登（Butler & Golding）就发现，母亲抽香烟的数量与孩子发脾气的频率有关，虽然这是不是成因仍未被证实，但生理反应上可能存在某种影响。紧张的母亲往往抽烟愈多，也愈觉得自己面对孩子难以管教的问题。

有关因素，大概可归结成两类：

- 一、儿童本身的因素影响各自的行为。
- 二、环境的因素，如家庭、居住环境、社会化情

形。但这不是先天和后天的分水岭，因为其间存在太多复杂的互动因素。

儿童本身的因素

□ 气质

在人格发展上，每个人的气质千差万别，其定义具有下列几项特征：

1. 气质有其构成的基础。
2. 仍有部分婴儿期出现的现象，将持续到未来。
3. 个人有主观性的定义特征。
4. 受环境影响。

谈到气质往往令大人觉得泄气，因为它似乎代表不可改变的意思，这对企图以热忱改善问题的父母而言，当然是不利的假设。然而既然气质不能告诉我们孩子为何有问题，也不能提供生理上的认识，因此当然无法指出问题发生的关连性。但撇开它所造成的困扰，父母仍应清楚地辨识孩子的气质特性。

汤马士和却斯 (Thomas & Chess) 在一项从婴儿到成人的研究中，询问母亲有关孩子的日常行为；改变日常生活和环境的反应；以及对任何特殊事件或生活情境的反应，以十个项目来做衡量标准：

1. 活动的程度。
2. 规律性。

3. 接近或退缩。
4. 适应力。
5. 反应的频率。
6. 反应的开端。
7. 心情的表现。
8. 分心程度。
9. 注意力持久度。
10. 持续性。

结果发现，在某些组群的孩子身上有共同的气质特征，他们根据特征大致可分成下列两个类型：

一、属于**困难气质型**，特征是：心情反应不良，有退缩、回避行为，婴儿时作息无规律性，很难安顿下来。其中 10% 被认为是爱哭、睡眠不良和难以喂食的婴儿。

二、属于**轻松气质型**，特征是：心情反应良好，喜接近新人物和事件，生活上有规律，快速适应新环境。有 40% 和人都相处愉快。

这两类占了研究个案的一半，另有一些不同的小群体，其中一组是属于“缓慢启动型”（slow to warm up）。汤马士宣称，这种组群的分类可以预测儿童是否会发生行为问题，也能知道问题是什么。

这个研究近年来已遭受批评，因为气质特点中可被预测持续存在的比例并不高。修正的意见认为，气质是

一种社会性的观点，因此只要父母不认为是困难的，它就不是困难气质。采用这种认定和实际行为分开的观点混淆了许多研究。渥凯德和沙利斯（Wolkind & De Salis）就发现，在母亲描述下，属于困难行为的4个月婴儿，可预测在三岁半时仍有极高比例有行为问题。同样的，贝特斯（Bates）也发现，在母亲观点中有困难气质的半岁、1岁和2岁孩子，可预测到3岁时仍有问题。这些研究都尝试了解：气质是否为未来问题的导因，是否属遗传造成，或是父母的态度才是决定的因素。

李和贝特斯（Lee & Bates）测验母亲与孩子互动的形式发现，被母亲形容有极端困难气质的2岁幼儿，倾向于抗拒母亲的控制。因为他们的反应比较倾向反抗，往往促使母亲采用更强制性的控制手段，因此亲子之间的冲突，比与轻松气质型的孩子相处来得强。研究者认为，这是使气质变成问题来源的过程，孩子的心情和人格对父母互动的模式有不可否认的影响力。对有少许行为问题的孩子，父母可能有管教成功的经验，但对这种孩子却无法适用。我们很难提出有关的人格特征，但的确有些孩子很能引起父母的善意和关怀。

在评量未来行为问题上，气质似乎扮演部分的角色，同时问题的持续、父母的处理方式和反应，也占重要的地位。

□语言迟缓

许多研究证实，幼儿期的语言迟缓与行为问题有关。史蒂芬生（Stevenson）指出，语言发展缓慢的3岁儿童，到8岁时会显现出高比例的神经性行为问题。所谓语言发展缓慢的现象，是指语句结构上只有名词和动词，没有三字以上的句子，问话时也以抬高声调代替使用正确的疑问用句。为什么幼儿会有语言发展迟缓的现象发生，是因为持续性的听觉不足？还是因为家中缺乏语言刺激的环境及与大人互动的机会？后者有多项研究证实，此种社会性不利因素的确与语言发展迟缓有关。而孩子碍于无法听见或听懂父母所说的话，自然也无法适当地反应，因此当他们不被了解时，会把玩具扔出去，以手抓的方式代替口语请求来表示所需，同时与其他同伴及大人，都没有良好的来往关系。

□发展上的迟缓

许多父母带孩子到治疗中心时，都抱怨孩子无法接受如厕训练，表现幼稚行为或不听他们的话，这种归咎于发展上的解释，可能没有考虑到孩子该年龄应有的发展阶段，而把期望订得超出其能力范围；如果父母感到焦虑和压力，更会制造额外问题，恶化现况。然而若询问父母孩子困扰的行为内容，通常有助于父母认清问题本质，进而知道如何与孩子游戏和发挥孩子的潜能。通常对于心智年龄低于实质年龄的幼儿，使用玩具可以提高其智

慧水准，且容易说明他们的行为被期待出现的方式。

□过勤

过于活跃的孩子往往破坏父母管教的效力，不是不予服从就是使父母执行无力。他们经常是不安静，坐不住，爬上家具，爬上窗户、篱笆，在公园跑得失去踪影，让父母找得累死。为了避免危险，父母需要不断地取悦他们，让他们有事可做。更由于他们往往不能自行取乐，因此一天中父母几乎无休息的时候。如何处理这类孩子，在本书第九章会有充分的讨论，但这种特性的确严重影响父母对孩子的看法。

婴儿的注意力持久度因人而异：有些可以持续注视图画数分钟，有些只有数秒钟。父母会发现，注意力无法持久的婴儿，很难自行玩耍一段合理的时间。如何应对孩子的需求给予适当的刺激，需要高度的耐心、观察和技巧，是一门十分复杂的学问。

环境因素

这因素包括广泛的社会情绪压力，和对孩子产生影响的所有刺激。其实这些因素本身并不构成行为问题，有些孩子照样能在其中健康地成长。

□母亲的沮丧感

研究已发现，30% 幼儿的母亲存有沮丧感。而这种现象与幼儿出现困扰行为也有高度的关连。庞德 (Pound)

观察这种亲子间的互动，发现幼儿行为困扰程度愈高，母亲的婚姻出现问题的程度也愈高，而且通常本身与其父母的关系并不融洽，同时丈夫也有不同阶段的人格困扰，显得攻击性和反社会性。有些个案夫妻已经形成一恶性循环的沟通形式，也少有合作性行为，彼此并没有感到受对方支持，布洛（Brawn）研究一群这样的母亲，归结有四个原因造成这种沮丧感：

1. 本身在 11 岁前丧失母亲。
2. 与男友或丈夫缺乏可信赖的关系。
3. 未出外工作。
4. 同时有 3 个以上 14 岁以下的子女。

此外，42% 有 6 岁以下的幼儿，

理查曼的研究则发现，与是否工作、社会阶级及是否得到其他亲友的协助无关；但证实与婚姻不良有关。这些母亲也许并不与她们的母亲、姐妹、朋友住得很远，但事实上，大部分都是每天自行处理与孩子独处的时间。虽然以上研究都建议，解决沮丧的最好良药是有一个美好婚姻，但很少有家庭得到婚姻咨商的协助，因此近来解决子女问题的方向，都朝向家族治疗和联合父母参与治疗过程的方式。

□环境压力

居住环境和贫穷，是两项特别与行为问题有关的因素。理查曼发现，居住在小方块式公寓里的孩子，有高

比例的行为问题，且居住在4楼以上的母亲有显著沮丧的表现。缺乏水电、房子破旧和过度拥挤的居住环境，更会加重家庭额外的压力，在此状况下，父母情绪上的反应更加深了压力的感受。理查曼曾指出，这种压力是因为父母对它的印像，还是由事实造成的，则很难区分了。然而可确定的是，陷于这种困境和感到无助的父母，会因为愤怒和沮丧，而影响其照顾子女的程度。他们可能觉得无力改变自身的环境和制度，因此放弃及减少与孩子相处的热忱，而且一旦他们太过沉溺于解决自己的问题，就会忽略孩子的需求——需要父母大量的精力、资源和无穷尽的耐心加上幽默感——此时管教的困扰就出现了。

然而也有许多处于同样情形的父母却很接近子女，因此问题的症结在于，父母对自己扮演角色的态度，而不是在环境本身。现在有些社区工作即针对这样的家庭，朝向比较加强和鼓励父母独立、自助和自动自发。

“儿童发展方案”（The Child Development Project）就是这类性质的计划，它结合公共卫生访问，提供父母支持和引导，以协助他们在社会压力中抚养子女，并特别着重发展父母的自助精神，以彼此合作代替单方以“专家”的角色给予建议。

□父母处理的技巧

了解上述与行为问题有关的环境因素后，我们发现

所有问题都回溯到父母身上。其中父母处理问题的态度，恐怕是最重要的因素。有时在父母急需知道如何处理一个问题时，除了给予直接教导外，大部分时间更有帮助的是给予父母情绪上的支持。因为在婚姻不良、早年没有受到好的照顾、人格困扰等情况下，若没有任何帮助和支持来源，他们自身是不可能有余力给成长中的子女情感上的温暖和照顾的。

派特森（Patterson）曾在美国进行密集式训练父母计划，发展出一套可供试行的方案，既可改变父母的管教形态，同时也指出四项家庭管教的问题：

1. 对子女的反社会性行为，无法给予有效和一致性的管教。
2. 无法控制子女的去向。
3. 当子女表现社会化行为时，缺乏给予正向的回应。
4. 家庭缺乏解决问题的能力。

各种研究和临床上的实验，都在教导父母如何改变他们的处理方式，本书大部分也着墨于此。

□父母的历史

养育儿女，满足儿女的需求，需要父母怀有大量的情感、爱 and 知识，但他们如何具备这些呢？他们怎么学习做一个好父母呢？这些假设应该是从他们童年被爱、被照拂的经验而来的。鲁特和梅特吉（Rutter & Madge）发

现，虽然没有直接证据证明，父母的童年经验与他们日后能够给予孩子良好的管教有关，但有间接证据显示，在有关社会价值和态度的问卷调查中，表现出对人格发展的确有相当的影响，特别与发展及维持快乐的婚姻绝对有关。因此可断言，早年压力和情绪失衡的现象，将在父母日后成年时重演，尤其是不正常的教养，如对孩子性虐待和身体虐待，与自己早年所受同样教养的经验有高度的关连。此外，早年就与父母分离的母亲，成年后自己的婚姻和教养儿女也会出现问题。曾有一深入的研究调查显示：一群自幼缺乏照顾的母亲，长大后发现其中1/3有显著的问题，如人格纷乱、长期在爱或性关系上有困难；40%亲子教育不良，包括把子女转让给别人照顾或无法进行永久有效的教养。不良的亲子教育通常与广泛的精神状况不良、社会功能不良有关（意指社会、经济、人格上的困扰）。把这些母亲与在良好照顾中长大的母亲对比，后者普遍显现良好的社会适应力，所以当她们也有亲子教育上的问题时，因为其他生活领域都能处理得当，而使管教孩子成为一特殊独立且单纯的问题，不至于影响其他问题。

另一项针对把孩子交给他人照顾的母亲所做的研究指出，虽然母亲对孩子怀有情感和关怀，但她们比较倾向用负面的方式对待孩子，也比较不懂得捕捉线索以避免和预测幼儿行为问题的发生。这种差异告诉我们，事

前预测比在行为发生时采用负面的反应重要得多。

另有研究指出，多数父母中 10 个人里有 1 个人管教孩子的技巧不佳，有一半的母亲是沮丧的或在不佳的父母管教中长大，因此，如何帮助父母管教子女十分重要。

保护性因素

本章已提出与幼儿行为问题有关的各种因素，但另有一项研究，则在尝试辨认哪些因素保护了幼儿，免受其家庭压力和困扰的影响。如前文所提的各种研究，都只提出一种倾向的因素关连，而没有直接证据显示因果关系。但所有发现中有极大比例的幼儿，并不受各种压力的影响，因此我们可以知道，哪些孩子是处于行为问题的发展危机中，但却无法得知那些危机中的孩子，哪些可以有好的应付能力。鲁特找出一些可能的原因：

1. 积极的气质。
2. 性别（女孩比男孩较少受伤害）。
3. 有一富有爱心、支持的大人存在，他（她）不给孩子太多严厉的批评。
4. 在积极的学校气氛中社会化的影响。

以上均吻合其他研究者已提出的三项保护性因素：

1. 幼儿人格状态。
2. 有一支持性的家庭。