

心理健康与咨询丛书

林仲贤 武连江 主编

儿童心理健康与咨询

林仲贤 武连江 著



A1024008

中国林业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童心理健康与咨询 / 林仲贤, 武连江著. —北京: 中国林业出版社, 2002. 1

(心理健康与咨询丛书 / 林仲贤, 武连江主编)

ISBN 7-5038-2997-4

I. 儿... II. ①林... ②武... III. 儿童-心理卫生 IV. B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 097738 号

出版: 中国林业出版社 (100009 北京西城区刘海胡同 7 号)

E-mail: cfphz@public.bta.net.cn 电话: 66184477

发行: 新华书店北京发行所

印刷: 北京地质印刷厂

版次: 2002 年 5 月第 1 版

印次: 2002 年 5 月第 1 次

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 8.875

字数: 231 千字

印数: 1~4000 册

序 言

2001年10月4日世界卫生组织在日内瓦发表的世界卫生报告中指出，目前全世界共约4.5亿各类精神和脑部疾病患者，每4个人中就有1人在其一生中的某个时段产生某种精神障碍，精神卫生已经成为一个突出的社会问题。

随着生物医学模式向生物心理社会模式的转化，使健康的标准更加全面完善。正如联合国世界卫生组织（WHO）所指出的那样：“健康不仅是没有疾病，而是身体上、心理上和社会适应上的完好状态”。可见，心理健康已是人类健康的重要标准之一。

我国改革开放以来，社会经济急速发展，生活节奏加快，竞争机制不断深化。在各类人群中，由于升学、工作、学习、就业、人际关系、婚恋、家庭、离退休、疾病等诸多因素的影响，所出现的心理问题 and 心理障碍已越来越引起社会的广泛关注。当前，如何使人们更好地适应环境的变化，健康地生活，保持心理健康，已成为心理卫生的中心任务。

为适应当前新形势的发展和加强素质教育的需要，对各年龄段的人群进行心理健康知识的教育已十分迫切。为此，我们撰写了“心理健康与咨询丛书”。该丛书按不同年龄段分《儿童心理健康与咨询》、《青少年心理健康与咨



询》、《中老年心理健康与咨询》及《心理测验》共4册。该丛书是针对性地对不同年龄人群撰写的，适应不同年龄人群的需要。

该丛书由林仲贤、武连江主编。参加丛书编写的人员有：林仲贤、武连江教授，丁锦红、王净副教授及韩布新副研究员。由林仲贤、武连江负责编写《儿童心理健康与咨询》，丁锦红、王净负责编写《青少年心理健康与咨询》，韩布新负责编写《中老年心理健康与咨询》，林仲贤、武连江、丁锦红负责编写《心理测验》。丛书内容丰富，密切结合我国实际，并注意吸收了当前国内外的一些研究新成果，同时凝聚了作者有关的科研成果。

该丛书内容包括：（1）儿童、青少年及中老年人的生理、心理特点；（2）超常儿童及低常儿童的心理特点；（3）儿童的智力开发及早期教育；（4）儿童智力测验；（5）心理咨询基本知识；（6）儿童、青少年及中老年人心理咨询特点；（7）儿童、青少年、中老年人心理问题及心理障碍的防治；（8）心理测验的类型与应用等。

该丛书在编写过程中，得到中国科学院心理研究所张增慧研究员、吴振云研究员、李德明研究员，北京大学韩凯教授，首都师范大学郭德俊教授，中国科学院心理研究所孙沛博士、罗劲博士及李娟博士的大力支持与热情帮助，提供有关资料，并对书稿一些内容进行了审阅，提出许多宝贵意见，在此我们向各位表示衷心感谢。

该丛书出版得到中国林业出版社的大力支持和帮助。



出版社原副社长任景阳，编辑室主任严丽对丛书的书稿进行了细心审阅，提出许多宝贵意见与建议，为提高丛书的质量做了大量工作，在此深表感谢。

由于我们水平所限，该丛书肯定还有一些疏漏与不足之处，欢迎读者批评指正。

林仲贤 武连江
2001年10月于北京



序言

1	1 正常儿童的生理发展
1	1.1 胎儿的出生
3	1.2 新生儿期儿童的生理特点
5	1.3 乳儿期儿童的生理特点
6	1.4 婴儿期儿童的生理特点
7	1.5 幼儿期儿童的生理特点
9	1.6 童年期儿童的生理特点
11	2 儿童心理发展特点
11	2.1 儿童心理发展的不同阶段
13	2.2 儿童心理发展研究的两种基本形式
15	2.3 乳儿期儿童的心理发展
23	2.4 婴儿期儿童的心理发展
29	2.5 幼儿期儿童的心理发展
52	2.6 童年期儿童的心理发展
63	2.7 儿童（婴儿）研究方法与技术
74	3 超常儿童心理发展
74	3.1 超常儿童概述



78	3.2	超常儿童心理发展特点
85	3.3	超常儿童的鉴别标准
89	3.4	超常儿童形成与发展条件
93	4	低常儿童心理发展与教育
93	4.1	低常儿童的概念
94	4.2	低常儿童的分级
98	4.3	低常儿童的心理特点
109	4.4	低常儿童的产生原因
110	4.5	低常儿童的预防及教育
114	4.6	低常儿童的早期训练
119	5	儿童智力开发与早期教育
119	5.1	遗传与环境
121	5.2	儿童的早期教育
129	5.3	早期教育应正确认识的几个问题
136	6	心理咨询基本知识
136	6.1	心理咨询的概念
138	6.2	心理咨询的发展简史
141	6.3	心理咨询的原则、范围和形式
147	6.4	心理咨询的方法
151	6.5	心理咨询与心理治疗
157	6.6	心理咨询专业人员的基本条件
160	7	儿童心理咨询
160	7.1	儿童心理咨询的意义



161	7.2	儿童心理咨询方式与技术
164	7.3	儿童心理与行为障碍及防治
206	8	儿童心理测验
206	8.1	心理测验的基本概念与发展简史
216	8.2	儿童智力测验内容和方法
243	9	儿童心理健康问题
243	9.1	心理健康的标准
249	9.2	影响儿童心理健康的因素
258	9.3	怎样加强儿童心理健康教育
271		参考文献

1 正常儿童的生理发展

1.1 胎儿的出生

一个新生命的产生是从一个受精卵开始，逐步发展成为一个完整的胎儿，因此儿童的生命在母亲怀胎时便已开始。儿童在出生之前，在母亲的子宫内发育成长，在母亲的体内大约要经过 10 个月（约 280 天左右）的妊娠，然后才降生于世。

胎儿生活是一种寄居生活。胎儿的营养、呼吸、排泄等新陈代谢机能都是通过母体来实现的。从受精到 1 个月，胎儿的身长不足 1 厘米，头和尾是相连接的。从第 3 周末开始，胎儿出现了心跳及血液循环。胎儿到第 2 个月时，身长已达 3 厘米，体重大约 4 克，头和躯干已能分辨出来。手和脚已分开，眼睛、嘴和耳朵等已出现，头部显得大。胎儿在第 3 个月时，身长约 7~9 厘米，体重达 20~25 克，逐渐长成人形，四肢已形成，可以做轻微的活动，男女已可分出，出现了眼睑、嘴唇，可见到脚趾、手指，内脏器官如心脏、肝脏、肠、胃等开始发育形成。到第 4 个月时，由于在胎盘中可以不断从母体内获得维持其生命的营养物质，胎儿不断长大，此时身长达 11~15 厘米，体重 155~180 克，内脏器官发育已经完成，外生殖器也已形成，男婴或女婴的特征已很明显。胎儿此时的四肢已能不断地活动，母亲已感觉到胎动了。肌肉和骨骼也开始发展，并已形成了完整的耳朵。5 个月的胎儿体重增加很快，身长达 25 厘米，体重 450 克，头部较大，约占身长的 $\frac{1}{3}$ ，开始长出头



发，四肢活动增加，手指甲开始长出，此时已可听见胎儿的心跳。到第6个月时，胎儿在子宫内呈屈曲状，身长30~35厘米，体重600~700克，眼睛已完全形成，指甲、汗腺、味蕾形成，皮下有些脂肪，四肢活动更加频繁。胎儿在第7个月时，身长达37厘米，体重1000~1200克，皮肤呈红色，皮下脂肪增多，内脏器官发育逐渐完善，四肢及骨骼的发育不断增强，身体增长速度明显加快。神经系统、血液、呼吸系统都发展得足以维持生命了，如果在这个时期早产，在良好条件下也可以存活。第8个月的胎儿身长达到40~43厘米，在子宫内有固定的体位，由于他们的头重脚轻，所以一般头部朝下。此时体重约1700~2000克，全身各器官的功能已趋近完善。到第9个月时，胎儿的身长45~48厘米，体重增加到2500~2800克，内脏器官发育成熟，皮肤红润，男女性器官已发育长成，出生后已具备了生存的能力。胎儿到了第10个月时，体重为3000~3500克，已达到标准体重，身长大约48~54厘米，神经系统进一步发展，身体各系统的发展已基本完成，胎儿进入母亲的骨盆，做好出生的准备，胎儿一旦脱离了母体后便能独立生存。

绝大部分胎儿的发展都是在一种可预见的、固定形式中进行的。怀孕的妇女怀孕期间在工作及生活上都应有规律地合理进行安排，尽可能避免一些不良刺激的影响。一般来说，每个器官系统，如眼睛、耳朵、心、肺、神经系统等等，在它们发展最迅速的时期，也是最易受到影响及伤害的时期。例如，耳朵和听力系统在最初的8~16周期间发展是最迅速的，在这段时间如果外界对其有不良影响，它们就可能会受到伤害。又如胎儿四肢的发展可能因母亲在怀孕的初期服用了一些不适当的药物而发生畸形。有许多研究报告了风疹病毒在怀孕初期可以通过胎盘使胎儿受到感染，从而影响胎儿这一时期各种生理器官功能的发展，最常见的影响是出生后耳聋，有时可能有心脏缺陷，或者白内障，并常常伴有智力落后。母



亲患有其他疾病如梅毒、白喉、流感等，病毒也可能会通过胎盘而影响胎儿的健康发育。某些抗菌素，性激素药物，大量饮酒、吸烟都会影响胎儿的正常发育。在妊娠期间，不要有一点不舒服就服药，如果患病需用药，也应在医师指导下服用，避免对胎儿造成损伤。

1.2 新生儿期儿童的生理特点

从出生到第 28 天为止，这段时间称为新生儿期。新生儿的生活环境和生活方式与在母体内时已发生了很大的变化。他们从一个温度适宜、恒定的、全靠母亲胎盘供给生存氧气和养料的环境中，突然降临到人间，这是一个复杂的大自然空间。新生儿降生后便要开始依靠自己的呼吸器官和消化器官进行氧气交换和营养物的吸收和排泄。

刚出生的新生儿由于呼吸中枢的调节功能发育尚不够完善，呼吸的节律不是很均匀的，呼吸的次数在每分钟 40~50 次（成人是 16 次）。出生后大约 3~4 天，呼吸便会均匀起来。新生儿脉搏跳动弱而快，每分钟 130~150 次。孩子大声哭闹时可达到每分钟 160 次以上。

孩子出生后 2~3 天皮肤呈黄色，一般在 5~7 天期间黄疸是最多的，以后逐渐减少。出生后 10~14 天黄疸自然消退。

新生儿每天需要睡眠的时间较长，一天要睡 18~20 小时，因此一天 80%~90% 的时间都在睡觉。新生儿睡觉时间长，热能消耗便少，充足的睡眠可以促进其身体生长、发育，保持神经细胞旺盛的活动力。

20 世纪 50 年代中期开始，为评定新生儿出生的健康状况，广泛采用阿普加计分法（Apgar score）。这种方法用来测查出生后 1 分钟和 5 分钟时间新生儿的生理状态，包括心跳节律，呼吸（从良



好的呼吸作用和强壮的啼哭声到呼吸尚未健全), 肤色 (从粉红色到青紫色), 反射应激性, 肌紧张度等 5 个方面, 在每个方面做从 0~2 的三等级制的评定。总分是 10 分。分数愈高表示健康状况愈好。如果新生儿得到 10 分, 表示他的心跳稳定, 哭声健壮并具有充分的反射性能。如果只有 4 分或 5 分, 则对该新生儿要进行进一步观察及监护, 以免出现意外。

刚出生的新生儿适应能力很差, 仅有一些无条件反射。新生儿主要依靠由皮下中枢实现的无条件反射来适应内外环境的变化。重要的无条件反射有:

(1) 觅食反射 出生半小时的新生儿, 在其觉醒时用手指或乳头轻轻接触他的嘴唇, 会转头张嘴, 开始做吸吮动作。

(2) 防御反射 新生儿出生的头几天就能对温度刺激 (冷或热的刺激) 或痛刺激产生泛化性反应 (刺激一点引起全身反应)。当新生儿仰卧时, 触动他的身体, 他的双臂会伸直, 手指张开, 头朝后仰。

(3) 抓握反射 如果用东西碰新生儿的手掌, 他会紧紧用手指抓住东西不放, 甚至可以借此把他的身体悬挂起来。这种反射出生后大约两个月左右消失。

(4) 巴宾斯基反射 轻轻地抓或刺激婴儿的脚心时, 会引起脚趾向上张的动作。满 6 个月时这种反射就开始消失。

无条件反射是本能性的, 是固定神经的联系, 它的适应性是非常低的, 但它是形成条件反射的自然前提。

儿童的脑在胎儿 6~7 个月时, 基本结构已具备, 大脑两半球皮质的各层已形成, 神经细胞的数目也已与成人相同, 约有 140 亿个。脑表面的沟也已出现, 但从结构上来说发育还不完善。新生儿的脑组织水分很多, 脑沟不明显。专门的脑神经组织尚未发育完全, 脑细胞比较小, 结构简单, 树状突少而短, 大部分神经纤维尚未髓鞘化。新生儿脑的重量约 350~400 克, 相当于成人脑重的



25%~30% (成人脑重 1 400 克), 而其体重仅为成人体重的 5%, 可见脑的发展在新生儿中相对较早。

新生儿的活动是由皮下中枢调节的, 尤其是延脑起着更为重要的作用。这是由于呼吸、血液循环、吸吮动作、吞咽动作、唾液分泌等维持生命的生理机能的调节中枢都在延脑。皮下中枢通过植物性神经来支配内脏器官的活动, 因此新生儿尚不能很好地接受外界的各种刺激, 而主要接受来自内脏的刺激, 出现内脏饥饿刺激时, 便会啼哭。在新生儿期, 睡觉、哭喊、吃奶似乎是其生活的全部内容。

1.3 乳儿期儿童的生理特点

乳儿期是指从出生到满 1 岁。乳儿期 (严格地说新生儿期也可包含在乳儿期中) 是生理与心理发展最快的时期。从儿童出生的最初一刻起, 他的神经系统便接受各种刺激, 这些刺激引起了应答性反应。脑的这种活动促使其迅速发展, 脑的重量在乳儿期间明显增加。儿童出生时的脑重量是 350~400 克, 大致相当成人脑重的 $\frac{1}{4}$ 左右, 9 个月乳儿的脑重已达 660 克 (几乎增加了两倍), 到两岁半时, 脑的重量已经达到成人脑重的 $\frac{2}{3}$ (900~1 011 克)。因而, 在出生以后的最初几个月里, 儿童的脑重每月要增加 30 多克, 几乎每天增加 1 克。

乳儿的脑发展变化还不只是表现在脑重量的增加, 也表现在脑结构上的变化。皮层细胞的形状与大小都发生了变化。神经突起, 树状突和神经纤维的数量也明显开始增加, 当乳儿到了 3 个月, 深入到皮层的神经纤维的数量有着大量的增加。

出生后第 1 年内的乳儿, 各种内抑制都已相继发展, 但抑制过程是十分微弱的。在醒着的时候, 兴奋过程主要是皮下的兴奋, 还占着极大的优势。从儿童的大脑皮层兴奋和抑制过程的关系来看,



年龄越小的儿童，兴奋过程越比抑制过程占居优势，这也是乳儿容易激动的生理原因。

出生后1个月，乳儿的分化抑制就已明显出现。出生后第2个月的乳儿已能分辨出糖水和自来水的味道，到第3个月时，能分辨出红色与黄色的差别。除了分化抑制外，在儿童出生的前半年，其他各种内抑制，如消退抑制，条件抑制，延缓抑制，也都已形成起来。

条件性的定向反射在儿童出生后的第3个月便已形成，在第5个月就非常巩固了。例如，乳儿对跟他相联系的种种刺激所发生的定向探索反应迅速地发展起来。大约在乳儿出生后的第2个月末和第3个月初，便可以见到乳儿对照顾他的亲近的人发出一种“喜悦”的反应。见到脸熟的人，会引起注视，甚至手脚乱动，表现“高兴”的样子。

由于乳儿期机体和神经系统特别是大脑皮层机能在一天天地发展，乳儿每天醒着的时间也便逐步加长，而睡眠的时间则相对地开始减少了。到儿童1周岁时，每日醒着的时间一般可以达到7~8小时，这样，儿童活动的时间便逐渐多了起来，与外界也发生了更多的联系，为其心理的进一步发展提供了有利的条件。

1.4 婴儿期儿童的生理特点

婴儿期是指儿童从1岁到3岁的时期。这是学前期以前的一个阶段，因此这个时期又称先学前期。

这个时期，婴儿的神经结构和机能又有了进一步的发展。由于皮层的细胞在继续不断增大，神经纤维在继续生长，因而脑的容量和重量也就在继续增加。新生儿期的脑重约350~400克。乳儿期时已从400克增加到660克，而到婴儿期，脑的重量从660克增加到900~1011克，已相当于成人脑重的2/3。3岁儿童的脑重与成



人 1 400 克脑重相比，只差 400 克左右。

在脑的结构上，不仅细胞体在增大，神经纤维在加长，而且神经纤维髓鞘化过程也在迅速进行。神经髓鞘的形成，是保证神经兴奋能迅速的传导，是脑内部结构成熟的重要标志。但全部皮质神经纤维化，还要经过很多年的时间才能完成。

婴儿期神经系统的发展，突出表现在皮质抑制机能的发展上，尤其是在内抑制机能的发展上。儿童初生时只有外抑制，到第 1 个月的后半期开始有内抑制，最先出现是分化抑制，婴儿开始能区分一些不同的刺激。由于皮质机能的发展，使大脑能够更细致地分析综合外界的刺激，但在整个婴儿期内，兴奋过程仍然要比抑制过程占优势。因此在婴儿期，儿童容易受外界刺激物的影响，常常容易激动，出现注意力不集中，情绪不稳定，容易疲倦等现象。

1.5 幼儿期儿童的生理特点

幼儿期是指儿童从 3 岁到 6~7 岁这一时期，又称学前期。这个年龄的儿童已经可以进入幼儿园接受幼儿教育。

这一阶段儿童生理方面的发展较之前一阶段已有本质的变化。儿童经过婴儿期的发展，无论身高与体重均有了明显的增加，到幼儿期时身高已达 90 厘米左右，体重也达到 13 千克左右，各种组织和器官无论在结构和机能上都有了明显的发展。大肌肉已相当发达，大脑重量到 3 岁时已达 1 011 克左右，而 7 岁儿童则已达到 1 280 克，已达到成人脑重的 90%，基本上已接近于成人的脑重。神经纤维继续在增长，分支加多，长度加长，这有利于神经暂时联系的形成，因此，此时条件反射形成的速度加快，第二信号系统急剧发展。

在儿童个体发展过程中，最简单的皮质区（第一级区）虽然未发现很大的发展变化，但是比较复杂的皮质区（第二级区和第三级



区)，都得到了明显迅速的发展，其发展变化见表 1.1。

表 1.1 学前儿童“第二级”和“第三级”皮质区面积增大百分比

发展阶段	皮质区		
	上颞叶区	下顶叶区	顶叶—颞叶区
新生儿	22	17.3	10.0
6 个月	47	52	44.3
1 岁	55	63	50.4
2 岁	80	85	77.9
4 岁	88	88	78.9
7 岁	93	95	93.7
成人	100	100	100

引自鲁利亚. 神经心理学原理. 北京: 科学出版社. 1983

从表 1.1 看，这些皮层面积从机能上来说却是最重要的。皮质的这些部位的发展，与复杂的信息加工和译码过程有着密切联系，是与儿童的行为活动的复杂化相联系的。

学前儿童末期，神经纤维，尤其是大脑联络神经纤维的髓鞘已基本完成。从大脑各区成熟的发展程序来看，到学前末期，大脑皮质各区已基本接近于成人水平。它的成熟的顺序是：枕叶→颞叶→顶叶→额叶。7 岁儿童颞叶接近于成人，额叶也已相当成熟。因此从大脑生理结构方面保证了学前儿童早期教育的可能性。

学前儿童的高级神经活动的基本过程，兴奋和抑制机能不断加强。皮质的兴奋与抑制过程日益趋于平衡，兴奋过程也较之先学前期时明显加强了，表现在儿童每日醒着的时间比以前相对增加了。新生儿每日的睡眠时间约 22 小时；3 岁时只睡 14 小时左右（晚上 12 小时，白天 2 小时）；7 岁的儿童每日约睡 11 小时就够了。



1.6 童年期儿童的生理特点

童年期是指儿童从 6~7 岁到 11~12 岁这一阶段，相当于小学时期，这个时期又称学龄初期。这个时期的儿童开始以学习为其主导活动，生活环境发生了很大变化。

学龄初期的儿童脑的重量继续在增加，并逐步接近于成人的脑重。7 岁儿童的脑重达 1 280 克，9 岁儿童为 1 350 克，12 岁儿童为 1 400 克。可以看到，学龄初期儿童的脑重量增加是十分明显的。脑重的增加表明脑神经细胞体积的增大和脑细胞纤维的增长。

在学龄初期，儿童的额叶明显增大。额叶在人类发展中具有重要的作用。额叶中央沟前面的部分是运动分析器的终末部分，中央沟前面下部近侧沟附近是言语运动中枢，这两部分和随意运动的发展及言语的发展都有着密切关系。额叶是意向形成的器官，额叶受损的人，言语的调节机能会受到破坏，因此额叶有时被称为人的意志和创造中枢。

根据对儿童条件反射活动的实验研究材料表明，儿童 5~12 岁之间的分化抑制和条件抑制均在明显地增长着，形成两种分化所需的结合次数随着年龄增长都在逐渐减少（表 1.2）。

表 1.2 8~12 岁儿童的分化抑制与条件抑制形成结合次数

年龄（岁）	结合次数	
	分化抑制	条件抑制
5	35	30
8	15	16
12	6	14

学龄初期儿童的第二信号系统，在学前期的发展基础上，在新