

儿童心理健康手册4

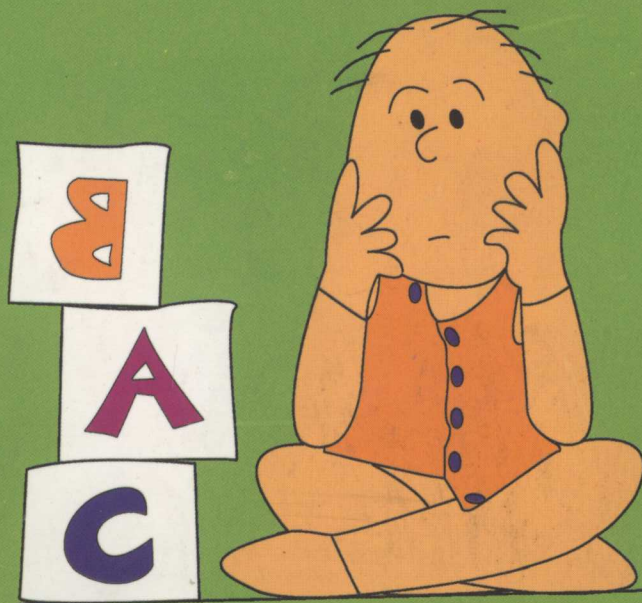
学习困难

Living with Learning Difficulties

[新加坡] Daniel Fung

Li Zhong Ying 著

王虹 译



中国水利水电出版社

www.waterpub.com.cn

儿童心理健康手册4

学习困难

Living with Learning Difficulties

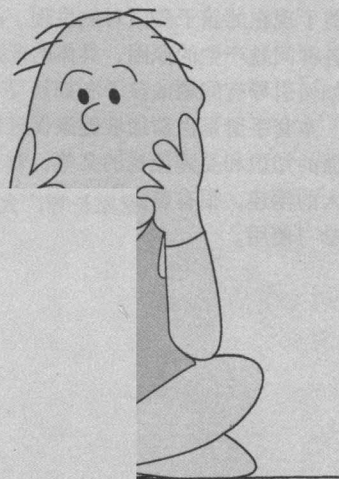
[新加坡] Daniel Fung

Li Zhong Ying

王虹

著

译



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

6442

Copyright © 2004, Marshall Cavendish International (Asia) Pte Ltd
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, or stored in any retrieval system of any nature without the prior written permission of Marshall Cavendish International (Asia) Pte Ltd

本书只在中国境内销售

This edition is published for sale in China only

北京市版权局著作权合同登记号: 图字 01 - 2004 - 4460

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童心理健康手册. 4, 学习困难 / 新加坡 TBI 出版公司编; 北京东方启达翻译中心译. —北京: 中国水利水电出版社, 2004

书名原文: Living with Learning Difficulties

ISBN 7 - 5084 - 2339 - 9

I. 儿 ... II. ①新 ... ②北 ... III. ①少年儿童—心理卫生—健康教育 ②少年儿童—学习方法 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 095488 号

书 作 译 出 版 发 行	名 者 者 者 者 者 者	儿童心理健康手册 4 学习困难 [新加坡] Daniel Fung, Li Zhong Ying 王 虹 中国水利水电出版社 (北京市三里河路 6 号 100044) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn 电话: (010) 63202266 (总机)、68331835 (营销中心) 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
经 售		
排 印 规 版 次 印 数 定	版 刷 格 次 数 价	中国水利水电出版社微机排版中心 北京市兴怀印刷厂 787mm×1092mm 24 开本 3 印张 62 千字 2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷 0001—5000 册 本书共 10 分册 定价 98.00 元

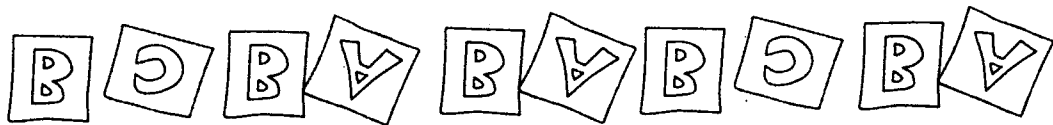
凡购买我社图书, 如有缺页、倒页、脱页的, 本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究

内 容 介 绍

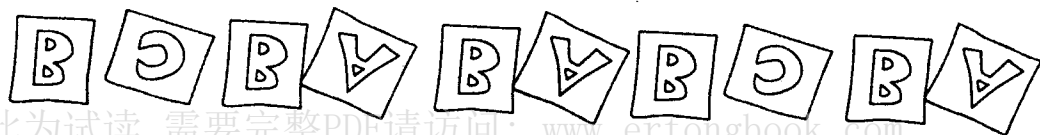
“儿童心理健康手册”是专为儿童父母、监护人和教师编写的。全书共分 10 册，涵盖了现在的孩子要面对的生理、心理和智力问题。每分册既精炼又详细地向读者介绍了各种问题产生的原因，具体的征兆与症状以及最新的诊断和治疗方法。本手册同时也就如何引导有问题的孩子和如何寻求帮助，提供了很多有益的建议。

本套手册是由新加坡健康促进部儿童引导中心的心理健康专家撰写的。全书用通俗易懂的知识和委婉流畅的文笔，对在儿童中可能出现的种种心理障碍问题，作了全面、深入的阐述，很有启发作用和教育意义。因此，本书特别适合儿童家长和广大儿童工作者学习使用。



谨以此书

献给所有儿童及家长



出版者的话

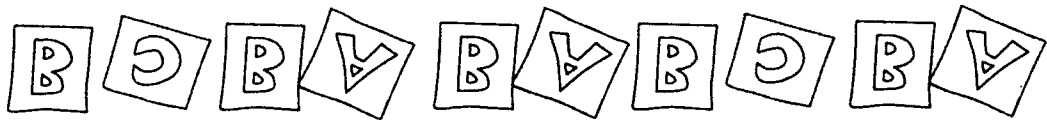
儿童时期是培养人的健康心理的黄金时代，因为各种习惯和行为模式，都是在这时奠定基础的。如果孩子有一个好的开始，将来可使他的品德智力得到健康的发展；如果在此时期忽略了孩子的心理卫生，那么，希望孩子成人后有健全的人格和健康的心理，就比较困难，甚至是不太可能的了。因此父母或看护人应十分重视用正常的心理原则来训练儿童。

中国社会正从贫穷向小康发展，许多家长已经开始意识到，抚育孩子成长的过程不仅仅是满足孩子吃饭、穿衣和上学需求的过程，而是在这些方面已能

够保障的条件下，更应该重视孩子健康心理的培养。

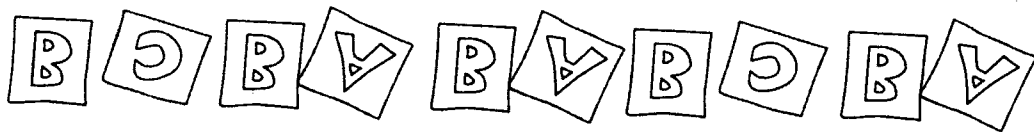
在许多发达国家，已经形成了一整套关于儿童心理健康和成长环境的保障体系。中国的孩子同样面临此类心理问题。例如这几年的硫酸泼熊事件和马家爵事件，还有其他屡见报端的青少年犯罪的报道，都反映了中国教育尚存在缺陷，尤其是忽视孩子的心理健康。现在，人们正逐渐意识到这些问题的存在和严重性。

我们为国内读者引进这套“儿童心理健康手册”，希望它能成为儿童家长、监护人和儿童教育工作者的指导读物。



这套手册包括：

《儿童多动症》	Living with A. D. H. D	如何对待儿童多动症
《自闭症》	Living with Autism	如何对待自闭症
《离婚与破碎家庭》	Living with Divorce & Broken Homes	如何对待离婚与破碎家庭
《悲伤》	Living with Grief	如何对待忧郁症
《智力问题》	Living with Intelligence Issues	如何对待智力问题
《学习困难》	Living with Learning Difficulties	如何对待学习困难
《自我伤害的行为》	Living with Self-harm Behaviors	如何对待自我伤害行为
《性别问题》	Living with Sexuality Issues	如何对待生理问题
《压力》	Living with Stress	如何对待精神压力
《管教问题》	Living with Discipline Issues	如何对待管教问题



序 言

这本书有关学习、学习基础及一些孩子所面对的学习困难。

在新加坡，学习成绩已成为学生和教师追求的目标。因此，有特别需要的学生往往因无法考取其能力以外的成绩而承受巨大的压力。

研究显示，几乎一半有学习困难的学生，因得不到相关的协助而患有心理障碍。为避免这类问题恶化，家长和教师必须了解孩子的学习能力并在他无法负荷时，给予适当的协助。

这本书列出儿童心理诊所研发并实施的实用方法，该诊所是新加坡规模最大、最全面的儿童诊所，专门照顾有情绪问题、成长问题及行为问题的孩子。

Daniel Fung

Li Zhong Ying

2004 年 1 月



简 介

孩子是独特的个体，没有两个孩子是一样的，孩子的成长步伐及成长方式因人而异。例如，一些孩子不用爬就会走，其他则需先学会爬才会走。

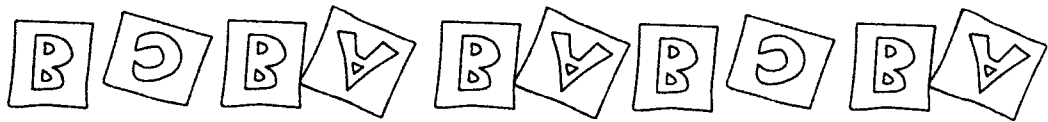
但是，成人却要求每个孩子的进度一样。在我们这个生活步伐紧凑的社会里，我们要求每个孩子达到同样的目标。当孩子无法达到目标，成人便开始担心，并埋怨孩子“学得慢”、“懒惰”、“固执”、“愚蠢”，甚至“无能”。

这么做是无济于事的，只会造成孩子承受压力并令他们感到自卑。这样的称号也为孩子的真性情塑造了一个假象。每个孩子都是独特的个体，有其独特的

思维能力。孩子的独特神经系统让他们对这世界有不一样的看法和想法。因此，不是每个孩子都能正常学习。

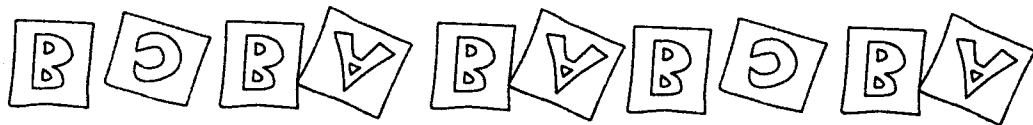
我们在书中尝试以简易并有程序的方式，与读者分享我们协助儿童应付其独有特质的经验，以便读者能了解并认识到每个孩子有其强项及弱点。

首先，我们将介绍大脑如何帮助我们学习。之后，我们将解释影响学习的各种因素；只有当这些因素健全时，孩子方能正常学习，缺少其中任何一种，都将导致学习困难。这本书的后半部分将着重讨论学习缺陷、一些学习障碍以及对策。



目 录

序言			
简介			
什么是学习	1	学习困难及应对困难	
大脑如何帮助我们学习	4	学习缺陷	29
影响学习的因素		学习障碍	37
天赋的能力与性情	7	诊断及应对学习障碍	39
环境与支持	12	学习障碍的药物治疗和另类疗法	45
推动力与态度	19	长期情况	48
身体的健康	21	协助与支持	49
心理的健康	23	补充读物	54
		作者简介	57



什么是学习

人的一生离不开学习。学习不单单指学术上的成就或技术的掌握，也指人如何凭直觉学习与他人相处。学习概念因人而异，但通常，学习被视为求学的一部分。的确，学生之间的竞争是很激烈，而我们也对他们寄予厚望。但是，这只是其中一种学习。

我们如何为学习下定义？

幼童

对幼童来说，学习是成长的过程；他们在这过程中，不断摸索。他们的技能也随着身体和大脑的发育而提升。通过练习，他们熟能生巧。例如，学习骑自行车或轮滑。

学习也与记忆有关。儿童的记忆在很大程度上取决于他们如何通过感官应付及处理信息。研究显示，儿童虽然无法记起幼时的事物，但他们在3岁之后就形成长期的记忆力。

学童

学前教育让儿童培养时间及秩序的意识。这逐渐形成个人持续意识，从而让儿童从暂时的角度考虑事物（即在某一时候的感受）。尽管如此，他们是不会遗忘已掌握的技能。这种记忆称为程序记忆。换言之，儿童学会走路后，就不大可能会“忘记”怎么走。

在学校的学习可指理解教师所教导的课业。学童学习如何订立目标、解决问题、收集信息和记起信息以及区别事



2 学习困难

实和意见。

他们也学习分析自己和他人的意见，不论那是课堂上听到的，从书本上读到的还是在家中讨论的。

少年

为便于记忆及思考，少年会开始做笔记。他们必须能清楚及中肯地表达自己。因此，学习指孩子应用其思考能力快速、有效地处理信息，以便达到指定目标，例如考试。

为能对学习的概念有更好的理解，我们将学习主要分为两种，即普通学习和高等学习。

什么是普通学习？

普通学习着重于技巧、信息和事实的学习，即理解所学的及应用所学到的。普通学习可以是回答指定的问题，例如：“爸爸的名字叫什么？”或“水源自什么？”等。当我们提到学习时，多数是指普通学习。

什么是高等学习？

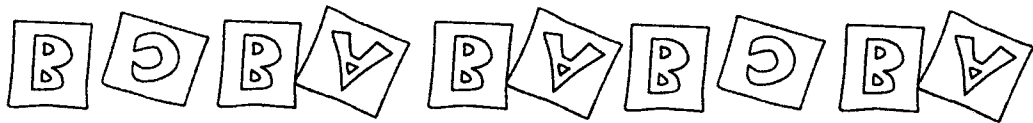
高等学习着重于经验方面的知识，而不是事实或技巧型的知识。这是较重要的一种学习，因为孩子会学到如何交友、解决问题或达到目标。这种学习取决于个人掌握经验或情况的能力，是无法教导的。这种学习体现于大专教育阶段或个人踏入社会工作后。

不过，孩子在学习阅读、书写或计算时，可以经教导掌握高等学习技巧。当孩子学会掌握经历，他们更能应付、处理和面对现实生活的挑战。

影响学习的因素是什么？

孩子的学习方式随着成长而改变。但是，孩子必须先具备语言基础，方能进行学习。在新加坡，只说母语的孩子在幼儿园学习会感到难以负荷，因为教学语言以英语为主。同样，有听觉或视觉困难的孩子可能难以理解课业。

除了须具备语言基础外，还有5个



影响学习的其他因素。我们称它们为学习的基础，即：

- 天赋的能力与性情
- 环境与支持
- 推动力与态度
- 身体的健康
- 心理的健康

我们将在本书后面的部分仔细讨论这些重要因素，并解释这些因素如何影响孩子的学习能力。

什么是学习困难？

当孩子无法具备合乎其年龄的学术技能时，孩子就有学习困难。

有学习困难的孩子，他们的学习问题可能与影响学习的某些因素有关。例如，与有接受学前教育的孩子相比，没有接受学前教育的孩子在小学初期可能有很大的学习困难。经常身体不适而请假的孩子可能在学习进度方面落于人后。我们必须了解影响学习的因素，方能克

服相关的学习困难。

其他孩子则因为大脑的特殊失调，而在获取或应用知识方面有困难。

学习缺陷

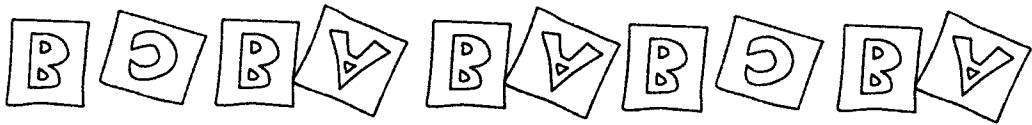
学习缺陷意味着孩子因大脑的缺陷而或多或少影响到学习。这种缺陷可被归纳为以智商测试为依据的较低智力功能（低智商有很多起因）或轻微缺陷（一般原因不祥）。

有中等程度或严重智力发育不全的孩子，他们的学习困难可能较为严重。智力发育不全通常与基因或感染有关。

学习障碍

这些是常见的学习缺陷，特指阅读、书写及数学方面的问题。诵读困难就是一种阅读困难。

为便于理解，学习缺陷指大脑失调导致的缺陷。学习障碍指常见的阅读、书写及数学问题。



大脑如何帮助我们学习

大脑是人生最大的奥秘之一。它体积小，却含 100 亿称为神经元的神经细胞。每个神经元都有神经末梢，称为神经键。这些神经键构成高达 2.5 万个连接。大脑发出的电力信号排列是相当惊人的。大脑必须经过 4 个程序，方可让人进行学习。

步骤 1：输入程序

第一个步骤是通过五官的输入，但主要还是靠眼睛（视觉输入）及耳朵（听觉输入）将信息传送到大脑。这些信息通过神经元发送到大脑，抵达大脑时称为神经冲动。

请注意，孩子若在接收视觉或听觉输入时面对困难，并不表示孩子患有远

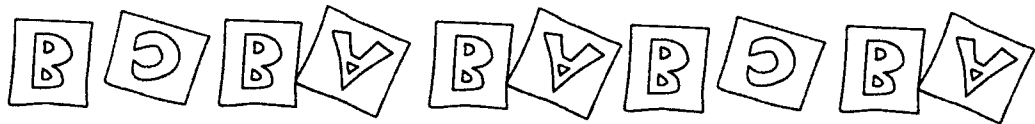
视或近视或是听觉不灵。反而，孩子对环境的知觉有问题。我们现在谈论的是视觉或听觉的中央输入程序，称为“知觉”。

- 在视觉输入方面有知觉缺陷的孩子被视为患有视知缺陷

- 在听觉输入方面有知觉缺陷的孩子被视为患有听知缺陷

一些孩子有这两种知觉缺陷，或者，当需要这两种输入时，他们可能面对问题。例如，孩子必须同时看教师在白板上所写的及听取讲解。

其他孩子则可能有触觉、味觉和嗅觉的知觉输入缺陷。这一切表示学习困难都因大脑中枢的输入处理有困难而引起的。



步骤 2：整合程序

大脑需要了解所收到的信息。让我们以视觉行动整合来解释这个程序。视觉行动整合指思考程序，运用视觉信息反馈主导及协调身体各部位的动作。

当大脑错误记录或处理信息，孩子便有视知问题。例如，要接球，必须要做到：

- 眼睛看住球（物件背景知觉。在这个例子中，球是我们注视的物件，其他的则全是背景。）
- 大脑必须察觉球的正确深度及路径（深度知觉），并指示身体的各部位往哪儿及何时行动，而身体必须遵照指示。

信息一旦形成，必须得到理解。理解信息需要至少 3 个步骤，即排列、抽象和组织。

我们假设大脑记录了 3 个图形标志“d”、“o”和“g”，而视知不成问题。但是，要理解知觉，我们必须正确排列标志。那是 d-o-g, g-o-d 还是 d-g-o?

然后，我们必须从该字的上下文推断它的一般意思和特定意思。例如，“狗”和“你的狗”指的是不一样的东西。“抽象思考”指的是特定词汇的一般应用能力及词汇的基本意思加以稍微强调的能力。

信息一旦经纪录、排列及理解，就必须组织及整合为不间断的信息流程，并与先前所学到的联系起来。

步骤 3：记忆程序

有关信息必须储存起来供日后使用。这就是记忆程序。

短期记忆指我们聚精会神时所持有的信息程序。例如，我们需要立即用到而记住的电话号码。若遭他人打扰，我们可能会忘记这个号码。但是，当我们不断重复信息直到牢记，它就成为我们的长期记忆。储存在长期记忆里的信息，一旦回想，就能记忆。

若您的孩子有记忆缺陷，那很可能是短期记忆缺陷。孩子的视觉或听觉信息可以出现短期记忆缺陷。通常，信息是通过这两种感官得到的。例如，教师



6 学习困难

可以不断解释一个数学概念，直到孩子理解为止（因为孩子全神贯注）。但是当孩子回到家后，他可能已忘记所学的，而无法作答。

步骤 4：输出程序

最后，大脑必须将信息发送回给神经及肢体肌。这就是输出程序。

大脑通过文字方式（语言或言语）或书写、画画及手势等肌体活动（运动或非言语方式）发出信息。孩子或少年可能在输出程序阶段有语言缺陷或运动缺陷。

语言或言语的学习缺陷会影响孩子在相关年龄时应有的阅读、拼字及/或书写能力。不过，孩子在这方面的困难，并不影响他的智力。事实上，经诊断患有学习缺陷的人，多数有中等智力或高智力。

运动或非言语的缺陷有两种：大体运动缺陷和细体运动缺陷。大体运动缺陷使孩子动作笨拙，因而容易碰撞到东

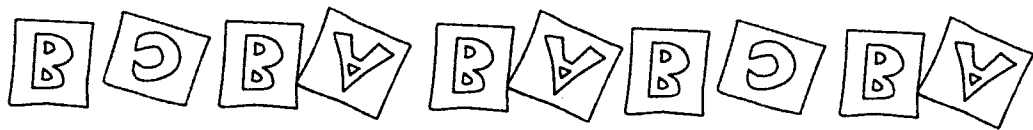
西、跌倒和在奔跑、爬行或游泳等体育活动方面有困难。有细体运动缺陷的孩子则无法妥善扣好衬衣、绑好鞋带、使用餐具用餐及书写。

至于书写方面，孩子会写得慢、字体也潦草。他们的拼字、语法及标点符号也会出错。人们常说：“我的脑筋转得比手快”。这是该问题最贴切的说法。

大脑出现异常，就会导致学习缺陷。很多研究人员曾尝试了解大脑各部位的特殊功能，犹如它们是独立的个体。但是，他们发现在评估大脑的复杂功能时，各部位并非独立运作。反而，大脑的各区通过电力冲击以复杂的方式起相互作用。

因此，在现阶段还无法通过脑扫描辨别特殊问题。目前，医生是通过神经心理学测试确定脑功能是否健全。

值得注意的是脑失调的原因众多，包括遗传（基因）因素、感染（怀孕期和儿童期）、脑损伤及毒素（铅中毒、滥用毒品）。



影响学习的因素：天赋的能力与性情

天赋的能力指的是与生俱来的素质或技能。该素质或技能是先天的，不是通过学习或后天栽培的。有些孩子会觉得求学和学业是件轻而易举的事。不过，也有孩子觉得求学、阅读或写字很吃力。

性情指影响人的思想行为的天性。每个孩子有各自的性情和个性，这主要是基因特征和初期环境影响形成的。

孩子接触及整合知识和经验的天赋能力及性情主导他的学习能力。

我的孩子有多聪明？

许多家长非常关注孩子是否聪明。很多到儿童心理诊疗所来的家长都要求为孩子进行智商测试。虽然智力能确定学习的潜能，家长必须了解孩子的先天

学习能力。

智力是很难下定义和衡量的。但是，时至今日，智商测试依然是衡量智力的实用工具。重要的是，家长必须知道智力不可单凭智商测试确定；必须考虑到孩子的整体功能及适应环境的能力。

例如，在智商测试中表现出色的人，若家族从事木工生意，而他的动作笨拙、无法灵巧地使用锯子，那么他就无法为家族生意做出贡献。同样，在一个注重学业成绩的社会里，智商高的孩子会比一个体力强的孩子表现得更好。因此，孩子如何适应环境才是更重要的。

什么是智商测试？

智商指智力商数。智商测试是在受

