

Er tong

ZHUYILI ZHANGAI DE ZHENDUAN
YU JIAOZHENG

儿童注意力障碍的 诊断与矫正

● 刘翔平 博士著



同心出版社

110000

110000

儿童注意力障碍的

诊断与治疗

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

110000

儿童注意力障碍的诊断与矫正

刘翔平 著

同心出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童注意力障碍的诊断与矫正/刘翔平著.

—北京:同心出版社,2002.5

ISBN 7-80593-575-0

I.儿… II.刘… III.小儿疾病:多动症-诊疗
IV.R748

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 089793 号

同心出版社出版、发行

(北京市朝阳区和平里西街 21 号)

邮编:100013 电话:(010)84276223

有色曙光印刷厂印刷 新华书店经销

2002 年 6 月第 1 版 2002 年 6 月第 1 次印刷

850×1168 毫米 32 开本 8.5 印张

字数:166 千字 印数:7000 册

定价:13.60 元

◎学习的瘫痪(代序)◎

有一天,一个年轻的母亲来到我的咨询室,一见面就滔滔不绝地对我说起了孩子的学习情况:“我的这个孩子就是不写作业,只有你盯着他才写,即便是你在他面前坐着,如果一不留心,他的笔又停了,东张西望。如果你不在他面前督促,他一个字都不写,就是坐在那儿发呆。打骂和奖励的方法都用过了,可就是不管用。这孩子不笨,做自己喜欢的事情也很主动,可就是写作业这件事那么困难。我真是无计可施了。我就这么一个男孩,如果他这样下去很难完成学业,恐怕小学都毕不了业。”凭着职业的敏感,我觉得这个孩子患有严重的注意力障碍,可同样凭着职业的感觉,我觉得一个孩子不可能到这个地步,即便是大人在面前也敢偷空不写。其实,这一现象可以叫做学习的瘫痪,因为孩子甚至连最起码的自控力和责任感都没有了,他的意志已经瘫痪。他已经不是真正意义上的人,而是一个精神上的残疾人。因为他已经变得从不知发动自己的行为,一点点的自我管理的企图都没有。为什么这个孩子会沦落到这一地步呢?只是因为注意力缺损多动障碍与家长的教育的交互作用使然。一开始,这个孩子只是一个注意力不集中的人,学习时经常溜号,搞小动作,但他仍然有一点自控的能力,毕竟他还能完成作业,只是比别人慢一点。可母亲抓住这点不放,

不与孩子进行任何别的方面的交流,只是说完成作业的问题,并且整天为此发脾气,孩子就变得麻木了,因为他认为自己对自身的注意力问题也无能为力,再说母亲这样着急,说明写作业并不是自己的事。于是,他能玩就玩,什么后果都无所谓了。

孩子的母亲虽然很着急,但我并没有直接回答她的问题,只是问,在她眼中,孩子有没有什么优点。母亲的回答很干脆:“这孩子一点优点都没有!”其实,解决这个问题必须首先从改善亲子关系入手。如果母亲只盯着孩子的学习,一味严格批评与贬低,而孩子对于改变自己又无能为力,他只能以无助和麻木来反应母亲的态度。如果这位母亲早一些知道注意力缺损多动障碍的性质和矫正手段,她的孩子就可能发展不到今天这一地步。为帮助千千万万有这样问题而又无可奈何的家长尽一分力,于是我想到了写一部这样的书。

在一个崇尚学习的现代社会,注意力缺损多动障碍几乎可以说是学习的头号杀手。从霍夫曼报告的第一例多动的孩子费尔开始,人类对注意力的认识不过 100 年,而真正引起人们普遍关注这一问题的时间才刚刚有 20 年。目前,由于人类对于引发注意力缺损多动障碍的脑功能缺陷的认识和了解只是皮毛,所以对于此障碍的矫正也只是处于初级阶段。

尽管如此,儿童的这一障碍已经构成了对教育工作者的巨大挑战。据统计,大约有 5%~10% 的中小学生具有这一障碍。也就是说每个班的老师都可能面对 2~3 个这样的儿童,他们的行为冲动、不可遏制的多动和注意力集中困难将会使教师的许多工作

成效化为乌有,而且也会使整个班级的课堂秩序大为恶化。

许多教师和家长已经开始知道注意力障碍这个概念,尤其知道“多动症”这一概念。但他们并没有真正理解这一障碍的真正含义。如一些教师只是把眼光放在了课堂上注意力和听讲的情况下,只要是注意力不集中就怀疑这些孩子具有多动症。其实,这中间的大多数人不能叫做多动症,他们当中有些是因为听不懂老师的讲课内容,有智力或学习能力上的困难;有些是由于家庭教育不佳导致的性格或品行问题而不认真听课。我们曾运用多种评估的方法对一所小学的学生进行了抽样评估,结果发现真正由于内部的中枢神经系统的问题而导致的注意力缺损多动障碍只有3%左右。也就是说,这3%的儿童是在任何课上,或课上课下都存在着注意力时间短、冲动和多动的障碍。本书所讲的注意力缺损多动障碍在科学的意义上指的正是这部分儿童,而不是泛指在课堂上不认真听讲或搞小动作的儿童。

因此,广大教师和家长面对的首要问题就是如何诊断和发现那些患有注意力缺损多动障碍的儿童。这也正是本书中要重点介绍的问题。我们不仅介绍一些医学的诊断标准,并且介绍了一些家长和教师常用的评估工具,尤其是阐述了多种评估的方法。为慎重起见,让我们只是把那些十分严重的,又没有明显的家庭教育缺陷和情绪障碍及学校适应不佳的儿童叫做注意力缺损多动障碍儿童。

接下来的问题就是如何帮助这些儿童了。就目前的科学发展而言,还没有一种单一的、特别有效的方法可以在短期内矫正注意

力缺损多动障碍,但医学的药物干预、行为矫正技术和学业的训练是三大可行的技术。尤其是结合起来使用时,效果更好。我们一般不能指望注意力缺损多动障碍儿童在一两年内完全达到正常水平,我们的目标应当放在短期的具体目标上:如我们可把作业的准确率、作业的质量和数量当做矫正的目标,还可以把上课认真听讲当做矫正的任务。只有做好以月或学期为单位的具体干预,我们才能取得扎实的进步。

我们认为,教育者不要把关注点都放在症状上,只盯着注意力而不及其余。教育者应当从人格的成长、人的成熟和自我监控及抗拒诱惑的高度来看待儿童注意力障碍。面对无数患有注意力缺损多动障碍的儿童,我首先看到的并不是注意力本身的问题,而是对学习的反抗态度。作为教育者应当首先消除这一对学习的抵触态度,才能在矫正注意力障碍上真正有所前进。

注意力障碍是一个十分复杂的问题,各种矫正方法都可以尝试。我本人主张要淡化注意力障碍的症状,而把主要精力放在帮助儿童有效的学习,提高学习成绩上。比如,在我们的咨询中心,我们重点是通过视知觉训练改善儿童写作业的速度和准确性,使他们在成绩上有所进步,以增加他们的自信心。如果孩子粗心错误减少了,将会受到老师和家长的肯定,这无疑会大大地改进他们学习的认真态度。一旦态度认真了,注意力障碍自然就克服了。所以良好的行为是障碍的反面,行为改进了,障碍就自然消除了。事实证明,我们的学习能力训练的确改善了许多儿童的学习自觉性和注意力时间。

本书的写作,部分是基于自己的咨询实践,在近四年的为中小学生学习心理咨询服务中,我深深体验到了这一障碍的普遍性和严重性,同时,也深深地感受到注意力障碍儿童的家长为此付出的努力和代价。有些儿童可以得到帮助,而还有些严重的障碍儿童,是我们无能为力的。我想借此书的传播,为我国的广大学生家长和教育工作者了解此障碍的原因和教育对策,尽一点微薄之力。

本书的某些部分引自我与学生刘雪梅的合作研究,同时也得益于丰富的中外资料,我想在本书出版之际,对刘雪梅和有关资料的作者表示真诚的谢意。也希望有更多的家长和教育工作者对本书的不成熟之处给予批评指正。

刘翔平博士

2002年于北京师范大学

◎ 目 录 ◎

第一章 学习的杀手：注意力障碍

- 一、三个注意力不集中的儿童 1
- 二、是多动症还是自我控制缺陷? 3
- 三、注意力障碍知多少? 7
- 四、注意力缺损多动障碍的五种典型行为表现 8
- 五、注意力障碍是小事一桩吗? 12
- 六、多动与不多动的儿童 13
- 七、注意力缺损多动障碍儿童长大后会自动好转吗? 14

第二章 注意力障碍的实质：自我控制能力 缺陷

- 一、注意力不集中为什么只是表现在学习方面? 17
- 二、自我控制能力落后 19
- 三、大脑抑制功能落后与自我控制能力低下 25
- 四、抑制与行为执行机制 28
- 五、由抑制功能落后导致的执行机能的缺陷 34

六、反应抑制与学习	37
七、健康人格的塑造：一个长远的目标	41

第三章 为什么会出现注意力障碍

一、注意力障碍与遗传	43
二、神经解剖研究的启示	45
三、不可小看的疾病与脑损伤	47
四、注意力缺损多动障碍的神经生理、生化微观透视	49
五、不良生存环境影响离不了	49
六、不良的家庭和社会环境是诱因	50

第四章 如何诊断注意力障碍

一、区分淘气与注意力障碍	53
二、区分学习能力落后与注意力障碍	57
三、区分贪玩与注意力障碍	60
四、注意力障碍的诊断标准	62
五、注意力障碍量表	67
六、如何在学校环境中鉴别注意力障碍儿童？	72
七、矫正计划的制定	78
八、一个注意力障碍儿童的鉴别程序	81

第五章 注意力障碍与学习障碍

- 一、儿童成绩落后并不完全取决于注意力…………… 85
- 二、学习障碍与学习能力…………… 88
- 三、注意力障碍与学习障碍的区别…………… 94
- 四、注意力障碍与学习障碍兼有者…………… 97
- 五、注意力障碍与学习障碍：重合还是因果？ …… 99
- 六、注意力障碍 + 学习障碍：学习成绩的最大敌人…………… 102

第六章 教师如何在课堂上管理注意力障碍儿童

- 一、教师认识上易出现的三个误区…………… 109
- 二、成为一个管理者…………… 116
- 三、实施行为管理的方法…………… 119
- 四、如何运用行为矫正技术管理注意力障碍儿童…………… 123

第七章 家长如何教育注意力障碍儿童

- 一、注意力障碍不相信眼泪…………… 133
- 二、如果你担忧你的孩子，那么你就去爱他…………… 137
- 三、自尊心：抵御注意力障碍的最后一道防线…………… 146

四、约法三章:你做到了没有	150
五、了解年龄发展规律	162
六、改变学习环境	165

第八章 感觉动作训练可以矫正注意力障碍吗?

一、对事物的充分感知是注意力的基础之一	168
二、儿童感觉统合过程	171
三、都市生活环境的变化与感觉动作落后	174
四、如何鉴别感觉动作落后儿童?	177
五、感觉动作能力的培养	180
六、不可迷信感觉统合训练	191

第九章 注意力障碍儿童的社会技能训练

一、注意力障碍儿童的不良人际关系	195
二、人际关系的辅导与训练	197
三、自我管理训练	202
四、儿童自我对话:自控的标志	208

第十章 注意力障碍的药物治疗

一、治疗儿童注意力障碍的药物有哪几种?	214
---------------------	-----

二、药物的疗效如何	216
三、药物治疗应与行为矫正相结合	218
四、药物可能引起的副作用	219
五、什么样的儿童需要服用药物	220
六、儿童服药后的行为观察与评估	223
附录 1 一个注意力障碍家长访谈录	226
附录 2 一个注意力障碍儿童的评估报告	235
附录 3 一些常见的行为问题的教育对策	241
主要参考文献	255

第一章

学习的杀手：注意力障碍

一、三个注意力不集中的儿童

李×是一个四年级的男生，从上小学的那一天起，他的父母就没消停过。老师三天两头找家长，反映李×的上课纪律问题。原来，李×上课总是搞小动作，打扰其他同学。他不是老师在老师写黑板时离开座位，就是叠纸飞机乱扔。老师每天不知批评他多少次，可就是不见效。有一次老师威胁他，如果上课再捣乱，就开除他，他倒是安静了两天。可就是这两天，他也不听课，玩铅笔、橡皮，实在没有可玩的，就玩自己的手指头。老师把家长找来，说这孩子可能有多动症，让家长带着孩子去医院检查，可医生查过了脑电波，说没有发现什么异常。



李×的父母都是大学毕业，据他们反映，李×脑子聪明，没发现理解能力的困难，对一般事物反应灵敏，如果家长说什么事情，他都能恰当地接话茬。但他在家做作业极为拖拉，边写边玩，一点作业能写到晚上11点多钟。另外，李×小时候就有急躁的毛病，什么事情如果不随他的愿，就会闹个不停。老师担心，他这样下去，学习成绩会落后。

张×是一个一年级的儿童，家长介绍说，3岁前他很正常，小时候很爱笑，大家都很喜欢他。谁知道，自从上了幼儿园后，他变了一个样。他不像别人那样安静而专注地听老师讲话，每当班级集体活动时，他总是旁若无人似的站起来向四周探望，如果他听懂了老师的问题，就会不举手脱口而出，不时还答非所问，经常逗得同学大笑。老师很恼火，但又实在没有什么好办法。到了幼儿园大班，张×倒是很爱学习，可什么活动都坚持不下来。

画画儿班只去一个星期就说没意思了，家长又给他报了武术班，可老师说他只听了十分钟就不耐烦了，也没学成。

张×虽然不断要学这学那可没有一件事是善始善终的。原来他无法对一件事情集中精力，所以什么事情都做不长久。

吕×是一个8岁的女孩子，今年二年级。她不像前两个男孩子那样上课破坏纪律，但老师反映，上课时她坐在椅子上不知想什么。看上去，她很安静，但实际上她根本就没听课。当老师叫她回答问题时，她总是像从梦中醒来似地的说“什么？”逗得同学们哈哈大笑。

上述三个儿童尽管行为不完全相同，但他们都有一个共同之处：即上课不能集中注意力，不能有计划、有步骤地完成家庭作业，有行为冲动或多动等毛病。我们把这种以注意力缺损、多动和冲动症状为核心的障碍，叫做注意力缺损多动障碍（英文缩写为ADHD），有时也称之注意力障碍（ADD）。这种障碍是学习的“杀手”，它使学生因为不能忍受学习的枯燥而自暴自弃，也会使学生的学习效率大大下降。目前，世界各国都很重视这种疾病，如美国已经投入数亿美元科研经费来研究这一障碍，人们试图了解造成这一障碍的脑机制是什么，有什么有效的方法可以矫正这一障碍。

二、是多动症还是自我控制缺陷？

人类第一次描述注意力缺损多动障碍是在1854年，当时，德国医生霍夫曼首次描述了一个名叫费尔的病人，他的特点是动