



冯观富 王大延 陈东升 著
叶贞屏 陆雅青 熊 曦
武国城 校订

儿童偏差行为的 辅导与治疗

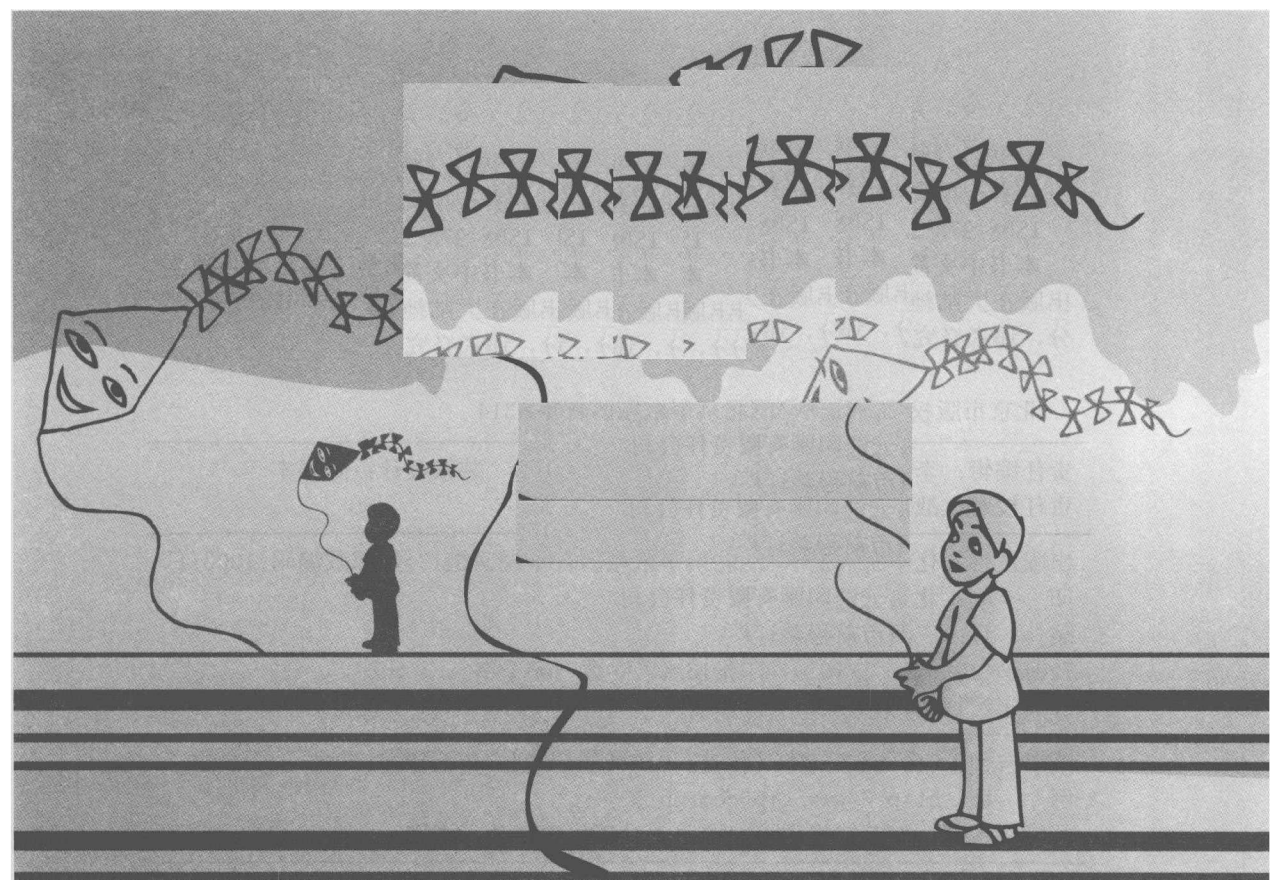


化学工业出版社

心理咨询师继续教育丛书

儿童偏差行为的 辅导与治疗

冯观富 王大延 陈东升 著
叶贞屏 陆雅青 熊 曦
武国城 校订



化学工业出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童偏差行为的辅导与治疗/冯观富等著. —北京:
化学工业出版社, 2009. 12
(心理咨询师继续教育丛书)
ISBN 978-7-122-07094-4

I. 儿… II. 冯… III. 儿童-不良行为-行为治疗
IV. B844. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第207775号

原书名: 兒童偏差行為的輔導與治療

作者: 冯观富、王大延、陈东升等 校订者: 武国城

ISBN 978-957-702-175-1

本书中文简体字版由台湾心理出版股份有限公司授权化学工业出版社独家出版在大陆地区发行。未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分, 违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2009-3314

责任编辑: 李征 邹丹

装帧设计: 陈振丰

责任校对: 战河红

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011)

印 刷: 北京云浩印刷有限责任公司

装 订: 三河市前程装订厂

720mm×1000mm 1/16 印张16 $\frac{3}{4}$ 字数 200千字

2010年2月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 45.00元

版权所有 违者必究

出版说明

进入新世纪以来，社会上掀起一股学习心理学与心理咨询技能的热潮。据不完全统计，2003年以来短短6年间，全国参加心理咨询师培训的社会各界人士已有30余万人，其中10余万人取得了不同级别心理咨询师国家职业资格证书。心理咨询师在取得证书后，仍然需要提高理论知识水平，丰富实践经验，接受专业督导，否则难以独立开展工作。因此，许多停留在这种现状中的持证人对自己未来的职业前景感到迷惘。

应该指出，虽然目前的心理咨询师培训和鉴定无论从内容还是方式来看都还是比较符合现阶段我国国情的，但缺点和不足也是显而易见的。最突出的问题就是职业资格鉴定考试前的培训时间太短，培训系统性不足，而且缺乏实操操作的训练。取得资格证书后，心理咨询师实际上就开始了一个自我学习和成长的新的历程。

我们组织本丛书的目的就是为了满足已经取证的心理咨询师继续学习和开展业务活动的需要。同时也为已经在从事心理咨询工作的同行和对心理咨询感兴趣的读者提供一些参考资料。由于我国大陆地区心理咨询行业起步较晚，目前还缺乏相应的理论和经验积累，所以我们先期主要引进港台地区或欧美的一些经典的理论书籍，或被公认为对咨询师成长有帮助的经验介绍或实际操作类书籍。随着我国心理咨询行业水平的提升，我们也会及时组织一些大陆学者的书籍介绍给大家。咨询师朋友需要什么样的书或者推荐什么书也请及时和我们联系，我们尽力满足大家的需要（编委会联系信箱linc@psych.ac.cn）。

我们始终认为，要成为专业的心理咨询师，读书重要，实践更重要。所以希望广大读者在看书学习的同时，不要忘了用理论指导实践，别人的经验只有通过实践才能变成自己的东西。

努力就有收获，继续努力就有更大的收获。学习心理咨询的朋友们请相信这一点：只要坚持学习和实践，终究有一天您会成为非常专业的心理咨询工作者。心理学——这门非常智慧的学问在给我们自己的人生带来和谐的同时，也会通过我们，给更多的人带来幸福和安宁。

《心理咨询师继续教育丛书》编委会

2009年1月

作者简介

冯观富(第一章)

学历：美国杜瑞克大学教育研究所心理咨询硕士

现任：中国学校课程发展研究学会秘书长

湛江海洋大学客座教授

王大延(第二章)

学历：美国北科罗拉多大学教育学博士

现任：台北市立教育大学特殊教育学系教授

陈东升(主编)(第三章)

学历：美国杜瑞克大学教育学博士

曾任：私立朝阳科技大学教授兼教务长

叶贞屏(第四章)

学历：中国台湾师范大学教育心理与辅导研究所博士

现任：台北市立教育大学教育学系副教授

陆雅青(第五章)

学历：西班牙马德里大学艺术博士

现任：台北市立教育大学美劳教育学系暨视觉艺术研究所教授

熊曦(第六章)

学历：美国加州州立大学咨询辅导硕士

现任：台北市立教育大学教育学系助理教授

序 言

儿童时期为人生发展的决定阶段，所以关于儿童行为的辅导至关重要。先进国家无不将家庭、学校及各阶层的人力与资源用于儿童辅导工作，目的在于使儿童的行为与人格，获得充分与正常的发展。

近年来，中国台湾地区辅导工作正在积极推展之中。惟由于社会形态的转化与家庭组织的改变，儿童的行为问题有逐渐增多的趋势。对于家庭、学校及社会而言，实为一项重大的警讯，引起了父母、教师及其他有关人员的重视。

同仁平日从事辅导工作，深切体会到儿童辅导工作的需要，所以对儿童辅导工作充满热情，经常相互研讨儿童辅导的理念与实务，并撰述专文。今将其中数篇辑印成书，以供参考，并请先进指教。

本书的印行，承蒙心理出版社总经理许丽玉的大力赞助及编辑部诸位的辛劳，谨此一并致谢。

陈东升 谨识

1996年5月1日

于台北市立师范学院

目 录

第一章 儿童的压力	1
第一节 概说——认识压力.....	1
第二节 儿童压力的根源.....	13
第三节 压力的消除方法.....	35
参考文献.....	60
第二章 情绪障碍学生的攻击与暴力行为	62
第一节 定义.....	63
第二节 攻击行为的成因.....	65
第三节 诊断攻击行为.....	72
第四节 对攻击与暴力行为的干预.....	76
参考文献.....	94
第三章 行为偏差儿童的社会技能教学	102
第一节 社会技能的结构.....	102
第二节 行为管理技术.....	108
第三节 行为异常学生的社会技能教学与训练.....	114
第四节 结语.....	131
参考文献.....	132
第四章 游戏治疗在小学校园内的有效运用	135
 第一部分 理论与技术篇	
第一节 游戏治疗的历史性发展.....	135

第二节 玩具的选择	138
第三节 游戏治疗的目标	139
第四节 个人中心式游戏治疗的原则与实例	141

第二部分 实务篇

工作志一 大白鲨和小乌龟	150
工作志二 减肥的龙猫	154
工作志三 爱模仿妈妈的小怡	158
工作志四 小皓的世界	161
工作志五 沉默的小均	164
工作志六 蝴蝶姑娘	166
工作志七 渴望妈妈回来的小欣	172
工作志八 自己解决了问题的小晟	176
参考文献	179

第五章 艺术治疗在多动儿童治疗中的应用

第一节 多动儿童的诊断、病程发展与病因	181
第二节 多动儿童的治疗	186
第三节 多动儿童的艺术治疗	192
第四节 结论与建议	210
参考文献	211

第六章 儿童个案辅导及案例探讨

第一节 建立儿童辅导的哲学观	222
第二节 个案辅导的原则	223
第三节 个案辅导的流程	224
第四节 案例探讨：小立(化名)的案例	240
参考文献	256

儿童的压力

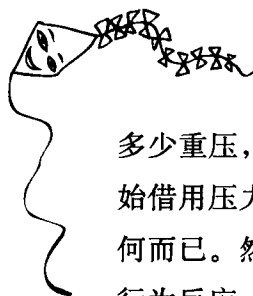
第一节 概说——认识压力

一、压力一词的缘起

早期的心理卫生研究学者研究人类的适应问题时，大多从冲突(conflict)的理论加以探究。所谓“两利相权取其重、两害相权取其轻”，就是“双趋冲突(conflict, approach-approach)、双避冲突(conflict, avoidance-avoidance)”的因应之道。而今日社会加诸个体引发的不良适应问题，却多从压力(stress)方面加以阐述。

压力一词，在今日几乎随时随地可以听到，不过其含义常让人疑惑、混淆、费解。常闻有所谓执行上的压力、会议上的压力、人情上的压力、家庭中的压力、经济上的压力、社会的压力、学校功课的压力……在报章、杂志、书籍、电视广播节目，甚至在谈话中不断地出现，其传播幅度之广，尤甚于一般流行性感冒，要正确下一个定义，实非易事。

压力一词的概念，源自物理学及工程学，它所涉及的是物质的能量以及抵御重压的能力，例如对一座桥梁的结构，专家们能够测出它承受



多少重压，才不至于出现问题。最近心理学家、社会学者、临床医师开始借用压力一词，将它应用于人类，只是开始界定何谓压力及其作用如何而已。然而，压力施之于人类，是一个非常复杂的名词，因为人类的行为反应，基于大脑神经系统产生的知觉概念，有异于桥梁，所以预测一个人的行为反应是困难的(Barbara Cuczen, 1987)。

二、压力的定义

“压力”是一个非常复杂的抽象名词，要正确地给它下一个定义实非易事。学者有不同的说法，但大多数是从“刺激”与“反应”上加以说明，如：

斯利^①(Hans Selye, 1936)认为，压力是个体对不同环境的刺激产生的非特定的生理反应(nonspecific physiological response)。

荷尔麦斯和雷(Holmes & Rahe, 1967)认为，压力是指遇到外界事件而失去生活的平衡时，为了恢复原有适应状态所损耗的精神和体力。

勃朗(Brown, 1974)认为，压力是对个体有威胁的、直接威胁到生存功能或妨碍应变能力的事件。

肯奈、柯恩、赖雅鲁斯(Kanner, Coyne & Lazarus, 1981)扩展了勃朗的说法，认为压力不只含威胁性大的事件，亦包含每天发生的小事，只要威胁到生存功能或妨碍应变能力的事件皆可成为压力。

彭秀玲(1986)认为，任何一种刺激或一个事件，不管是真实存在的或仅是想象的，只要它能使个体失去平衡状态，并刺激个体启动内在适应过程以恢复原有之平衡状态，都应称为压力。

张春兴(1989)认为，压力是指个体生理或心理上感受到威胁时的一种

① 书中英文译名为台版译法，与中国内地的一般译法有所差异。为尊重原译稿未作修改，请读者注意。——编者注

紧张状态。此种状态，使人在情绪上产生不愉快甚至痛苦的感受。压力有时具有警示的功能，可使人面对压力的来源，进而消除压力的来源，解除威胁。

以上中外学者对压力一词的观点，多是以有机体维持均衡以抵抗外来疾病入侵为基本概念。总括来说可分为3类：一是刺激论；二是反应论；三是人与环境互动论。若把压力认为是让人苦恼的情境、事件或想象，则属刺激学说(Andeson, 1978)。刺激论者认为，压力是一种心理、社会需求所造成的个体紧张，强调的是环境中突然出现的因素，如重要的生活事情，此事件的本身就是压力，个体为了对抗压力而产生紧张。

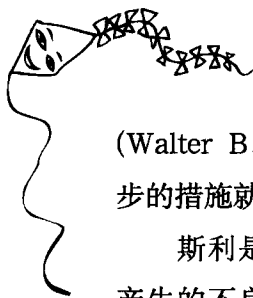
以反应论者的观点，认为压力是对有机体需求的一种生理反应(Cannon, 1932; Selye, 1956; Wolff, 1968)。强调面对压力情境时的生理反应，斯利能测量出人遇到压力时体内激素和神经系统的反应，产生肾上腺素分泌过多、溃疡等症状。

另外一派学者(如赖雅鲁斯)则认为，压力是人与环境互动的结果，此派观点亦被称为认知论，认为压力不是因为刺激而产生反应，而是人对此事件的严重性有所认识，其反应与否是和人与环境互动中产生的经验有关。

三、压力的反应与影响

压力常会使人联想到紧张、焦虑、挫折、忧郁、压抑、苦恼，亦使人发脾气、酗酒以及有攻击性行为而深受谴责，任何人都了解它对个体会有负面的影响，但并不理解它如何发生以及为什么发生，可以说是知其然而不知其所以然。

19世纪以来，美国心理学家创立基金会压力加以研究。他们认为人有一种必须维持内在平衡的自然倾向，当环境发生改变时，人体内即产生某种物质以调适其平衡，使有机体维持健康。20世纪30年代美国人肯农



(Walter B. Cannon, 1939)指出,保持内在平衡状态的这种倾向的更进一步的措施就是反抗或逃避(fight or flight)(Barbara Cuczen, 1987)。

斯利是一位医生,常喜欢借用压力这个名词去研究人类对危险信号产生的不良适应,尤其当个体遇到压力反应时体内产生的生物及化学反应。他认为压力的反应,对个体而言,是一种自然现象,没有什么特别之处,对不愉快的事件或愉快的事件,在体内都会产生生物化学反应。他举例说明,当一对热恋中的情侣热烈拥吻时,必定心跳加快、热血沸腾,这就是体内产生生化反应的结果,这种反应跟被蜘蛛、蛇蝎咬伤一样。斯利将这种调适过程,称为“普通适应征候群(general adaptation syndrome)”,是体内为了平衡正常状态而采取的防卫措施。不过,若这样一直延续下去,其结果就会产生适应上的疾病。所以对抗压力以求适应,是有阶段性的,经历这些阶段需要的时间和速度,则决定一个人的适应能力。另外,每一个人储存的适应能力是有限的,用完之后,问题就接踵而来。

亨佛利(James Humphrey)根据斯利的观点,在他所著《一本压力的教科书》(A Textbook of Stress)中,提出一个三阶段反应理论。

(一) 第一阶段: 警觉反应期(alarm phase)

这是在压力刚出现时,在一个短暂的时间内,身体内产生某种生化反应,身体抵抗的能力要比平常还低,这个时期如果处理得当,身体就会回复常态,压力警告信号即行消失;反之,受压力者若不能克服,即进入第二阶段。

(二) 第二阶段: 抵抗期(resistance phase)

此时个体会产生某种调适行动,不是积极地抵抗就是消极地逃避,以求平衡。此时身体必须消耗很多资源才能赢得这场战争。也因为这样,身体的抵抗力也跟着被削弱,伴随而来的身体状况,常见的有:消

化性溃疡、心肌梗死，更进一步地削弱了身体的抵抗力，造成一个恶性循环，渐渐进入第三阶段。

（三）第三阶段：耗竭期(exhaustion phase)

如果一个人面临的压力非常严重，或压力的时间持续过久，最后使得身体的抵抗力虚耗殆尽，死神也将于此时降临。

近来很多学者将斯利的理论作临床上的研究，发现大部分的人都将压力一词解释得过于宽泛，而忽略了极重要的内容，即个体对引发压力的环境因素的认知。他们认为压力并非自主神经的反应，而是涉及当事人对所涉及事件的解释。他们曾以一对孪生姊妹作观察实验：姊妹两人同坐一房间内，突然房间内电话铃声响起，姐姐非常自然地拿起旁边的听筒，似乎在她心中没有什么特别的反应，又毫不犹豫地话筒放下，因为那个电话与她无关；而妹妹此时就不一样，当电话铃声响时，心中有如遭到重击的反应，紧张、手心冒汗、心跳加速，因在直觉上早对电话铃声有所警觉，原因是她在离开工作岗位之前，曾在办公桌上留一封辞职信给老板，她在公司里工作了15年之久，原希望几天后再收到老板的回信，在电话中挽留她，并称赞她对公司的忠诚与贡献。由此可知，电话铃声本身不会产生压力，对事件的解释才是决定性的因素。人们对压力的反应有个别差异，同样的压力对不同的人，会产生不同的反应，俗话说“一样米吃出百样人”，就是恰当的解释。

实验证明，人类遇到状况，不论是一种信号、声音、气味，只要认为是有害的，都会由身体内复杂的自主神经系统引发释出激素与产生化学变化。这些转变我们都有经验，当个体感受威胁时，心跳加快、血压升高、呼吸急促、氧气消耗量大增，此时血液直接进入大脑，胃壁收缩，而消化力减弱，双手变冷，面色苍白，激素(包括肾上腺素)大量释放出来，人跟着而来的反应，不是准备反击，就是准备逃避。常见小孩子



的反应，是眼睛睁大，此时他对光线愈加敏感，甚至会发生听觉与触觉错误。(Barbara Cuczen, 1987)

有关压力反应的研究，学者有不同的说法，总括来说，可分为以下各类。

(一) 压力的生理反应

当个体面临压力而感到威胁时，便立刻警觉并采取行动，即产生生理反应。神经系统与内分泌系统立刻作出调整，以增加身体内应付危机的能量，保持一种警觉状态(arousal stage)，采取适当的应对策略。其过程如图1-1所示。(冯观富，1992)

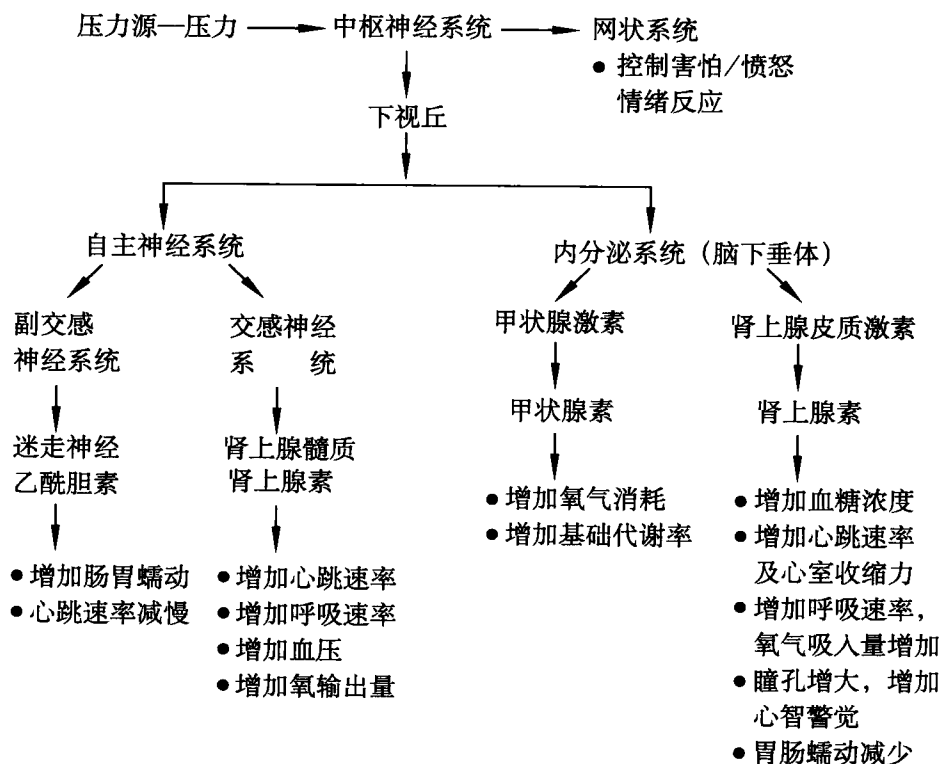


图1-1 压力的生理反应过程

图1-1可以清楚地说明, 当人遇到压力时, 即刻进入中枢神经系统, 一方面由网状系统去分辨压力的轻重, 以便采取应对措施, 选择逃避或是反击(flight or fight)。另一方面则进入自主神经系统及内分泌系统。自主神经系统和肾上腺素的功能, 是调节全身各系统对外来刺激作出反应。为了应付外来的压力, 当采取应战(fight)策略时, 交感神经特别兴奋, 此时心脏收缩、心跳增加、血压上升、瞳孔放大、四肢肌肉收缩、流汗、呼吸增快、新陈代谢速度增加、血糖增加、肌肉紧张度增加以及警觉敏感性提高。在此同时, 内分泌系统中的肾上腺皮质激素(norepinephrine)及肾上腺素(epinephrine)的分泌增加, 其作用是应付身心的压力情境, 增加蛋白质、脂肪及糖类的新陈代谢, 以提供身体所需的能量。相反地, 当采取逃避反应(flight)时, 副交感神经发生作用, 乙酰胆素导致相反的生理反应(Mason, 1974; Mason, Maher, Hartley, Moagcey, Perlou, & Jones, 1976; Robert Stensrud, 1991)。

长期的压力将损害到人的免疫系统。在免疫系统中有一种叫做糖类皮质激素(glucocorticoids)的化学物质, 当人遇到长期的压力特别是无法控制的压力时, 此种化学物质分泌受到抑制。身体防御系统对抗感染和疾病的功能降低(李艺玫, 1993)。

(二) 压力的情绪反应

压力的情绪反应, 常见的有由于挫折感而带来的失望、生气、愤怒、焦虑、敌意、害怕、忧郁、烦躁不安、羞愧、苦闷、恐惧、罪恶感、否定、压抑、扭曲、幻想、移转作用(displacement), 甚至行为失控或精神分裂、失掉幽默感、缺乏耐心、健忘、紧张。

(三) 压力的行为反应

人们遭遇到压力时, 常有以下行为表现: 失常、手足无措、颤抖、厌食或大吃大喝、失眠或昏睡、恶心、疲倦、注意力不集中、心悸、心绞痛、



呼吸困难、退缩、不动或活动量减少、行为退化、易怒、暴躁粗鲁、知觉扭曲(perceptual distortion)、解决问题的能力降低,严重时自杀。

(四) 压力的认知反应

压力的认知反应常常是指鹿为马,扭曲事实,判断错误,颠倒是非。人们对事物的处理,首先是透过认知,并根据经验采取应对策略,以最有效的方式去处理。可是遭遇大的压力时,就难以此种正常程序进行,即发生认知上的错误判断,往往带来严重的后果。

中国台湾学者蓝采凤(1982)曾研究压力对人们的影响,通过测验发现,当压力过高、时间过久时,将产生下述的影响。

(一) 心理上的影响

不安、侵犯他人、缺乏兴趣、乏味、忧郁、疲劳、挫折、罪恶感与羞愧感、易怒及坏脾气、喜怒无常、闷闷不乐、自我评价低、紧张以及孤独感等。

(二) 行为上的影响

发生意外事件、药物滥用、情绪急躁、暴饮暴食或无食欲、酗酒或过度抽烟、过度兴奋、强迫性行为。

(三) 认知上的影响

无法作决策或无法集中精力、易忘、过度敏感、忽然忘却一切等。

(四) 生理上的影响

小便急促及频率增加、心跳急促、血压增高、口干、出汗、呼吸困难、四肢乏力及麻痹冻僵之感觉等。

(五) 健康上的影响

气喘、头晕、偏头痛、神经质、噩梦,失眠,以及其他身心疾病等。

(六) 组织上的影响

人际关系不良、高转业率、工作效率低、士气低落、工作不满等。

布鲁姆(Blom, 1986)认为儿童压力的心理反应,在情绪方面:正向的有兴奋;负向的有生气、焦虑、忧郁、低自尊、悲伤、哭泣、害怕、打架、恐惧、过度谦恭、闷闷不乐、做噩梦等。在思想方面:则有白日梦、容易分心、低学业成就、注意范围狭窄、无法分辨方向、混乱、阅读技巧不良、成绩不好、未完成指定作业、缺乏情感及思考、记忆不好、无法集中注意力、问重复的问题等。在行为反应方面:则有完全的顺从、行动缓慢、欺凌弱小、游荡、逃学、偷窃、揶揄、常受责罚、小丑行为、退缩、非常依赖、外观不整洁、容易冲动、退化、忍耐、缺席、过度有礼貌、逃跑、躲藏等。

压力对儿童的智力有很大影响。亨佛利(1984)通过临床实验、纵向研究证明:家庭中若有较大压力或应对技巧不当,都会降低儿童的智力功能;若能控制压力,则可以增加儿童能力。布鲁姆与亨佛利都有同样的看法:生活压力不利于学业成就,主要原因是压力对记忆有损,会干扰短期记忆,降低解决问题的能力。

压力对人影响最严重者为忧郁症。甘柏斯等人(Compas, Malcarne, & Fondacaro, 1988)研究指出:压力之下易出现忧郁,思考困难,抱怨身体不适。一位患有忧郁症的人自述其经常有自杀的念头,每天像走在钢索上,一不小心就会掉进自己建构好的死亡深渊。纵使很有成就的人也难免在长期压力下患有忧郁症而走上自杀之路,简直不可思议。忧郁的征兆则有:失眠、易怒、情绪起伏不定、沮丧、失落感、注意力无法集中、记忆力与思考力迟钝、对一切事物失去兴趣、精神气力不济等,这些都是外在压力所造成的忧郁。也可以因为压力造成脑部化学变化,成为另一种躁狂症:精力充沛、不眠不休、有“过劳死”现象、夸大、言谈惊世骇俗。