

儿童心理保健与咨询

培 训 教 程



卫生部妇幼保健与社区卫生司
中国疾病预防控制中心妇幼保健中心

儿童心理保健与咨询

培 训 教 程

卫生部妇幼保健与社区卫生司
中国疾病预防控制中心妇幼保健中心

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童心理保健与咨询 (培训教程) / 卫生部妇幼保健与社区卫生司 中国疾病预防控制中心妇幼保健中心编写. —北京: 人民卫生出版社, 2012. 1

ISBN 978-7-117-14732-3

I. ①儿… II. ①卫… ②中… III. ①儿童-心理保健-教材 ②儿童-心理咨询-教材 IV. ①B844. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 169368 号

门户网: www.pmph.com 出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com 护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

儿童心理保健与咨询 (培训教程)

编 写: 卫生部妇幼保健与社区卫生司
中国疾病预防控制中心妇幼保健中心

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830
010-59787586 010-59787592

印 刷: 三河市富华印刷包装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 19

字 数: 468 千字

版 次: 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-14732-3/R · 14733

定 价: 49.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

编写委员会

主任 秦怀金

副主任 傅 卫 王惠珊 张德英 曹 彬

委员 许宗余 刘 颖 张 悦 黄小娜

主编 郑 毅 胡佩诚

编委 (以姓氏笔画为序)

王争艳 (首都师范大学)

陈一心 (南京医科大学附属脑科医院)

吴汉荣 (华中科技大学同济医学院)

苏 英 (北京大学医学部)

郑 毅 (首都医科大学附属北京安定医院)

胡佩诚 (北京大学医学部)

贾美香 (北京大学第六医院)

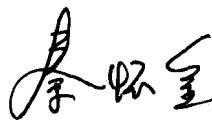
序

世界卫生组织对健康的定义是“健康不仅仅是没有疾病或虚弱,而是身体、心理和社会适应的完好状态”。儿童时期不仅是身体发育成长的重要时期,而且是培养心理健康素质的关键阶段。健康的儿童心理不仅是指没有心理疾病或病态心理,而且要具有良好的心理品质和健全的人格,能适应客观环境,使心理和行为与社会现实之间有和谐完美的统一。随着经济社会的快速发展,我国儿童的各种心理健康问题逐渐凸显,情绪、行为、学习、社会交往等问题都影响着儿童的健康成长;特殊的生活环境造成的独生子女、留守儿童、流动儿童等不同的心理健康问题也非常突出。因此,儿童心理保健和心理健康越来越受到社会的广泛关注。

早期发现儿童的心理问题,采取科学的方法进行疏导和治疗,除了需要社会、家庭、学校共同努力外,还需要一大批有一定相关知识和能力的儿童心理健康工作者参与。由于种种原因,目前国内相关的儿童心理健康工作者匮乏,规范的儿童心理保健与咨询教材缺乏,为适应广大儿童心理保健专业人员的需求和人才培养的需要,我司特组织国内具有丰富儿童心理保健与咨询经验的专家,编写了《儿童心理保健与咨询》培训教程。该教程涵盖儿童心理学、儿童保健学、心理咨询、社会学等多个领域,共分 11 章,包括儿童心理发展和保健的基本知识,儿童心理评估和咨询的技术方法,以及儿童心理相关疾病的早期发现和处理原则等三部分,力求在基础知识和实践技能方面为相关专业人员提供一些帮助。

衷心感谢中国疾病预防控制中心妇幼保健中心为本教程的编写做了大量组织工作,同时对参与本教程编写的各位专家表示诚挚的谢意!

卫生部妇幼保健与社区卫生司



2011 年 11 月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 儿童心理保健的概念.....	1
第二节 儿童心理保健研究的原则与方法.....	4
第三节 儿童心理保健简史.....	6
第四节 儿童心理保健的内容.....	10
第二章 儿童心理发展的生理基础	20
第一节 身体发育.....	20
第二节 大脑发育.....	21
第三节 运动发展.....	27
第三章 儿童认知发展	34
第一节 认知发展理论.....	34
第二节 认知过程.....	37
第三节 智力.....	44
第四节 语言发展.....	48
第四章 儿童情绪和社会性发展	57
第一节 基本情绪的发展.....	57
第二节 气质及其发展.....	60
第三节 依恋及其发展.....	63
第四节 自我及性别角色的发展.....	69
第五章 家庭与社会对儿童心理发展的影响	75
第一节 生态系统理论.....	75
第二节 家庭.....	76

第三节	同伴	83
第四节	社会	87
第六章	儿童心理评估	92
第一节	心理评估概述	92
第二节	心理测验	95
第三节	心理测验的理论与原则	98
第四节	常用儿童心理测验	103
第七章	儿童心理咨询	110
第一节	心理咨询概述	110
第二节	心理咨询的技巧	115
第八章	儿童心理治疗	123
第一节	心理治疗概述	123
第二节	心理治疗的理论基础	127
第三节	心理治疗的主要方法	131
第九章	儿童常见心理相关疾病和问题的发现与处理	149
第一节	一般行为问题	149
第二节	常见心身疾病	153
第三节	常见物质滥用问题	159
第四节	性心理发育及其性行为问题	164
第五节	其他相关心理行为问题	165
第十章	儿童学习困难的咨询与处理	171
第一节	学习困难的分类	171
第二节	学习困难的诊断	175
第三节	学习困难的影响因素	175
第四节	学习困难的咨询指导	178
第五节	学习困难的处理	180
第十一章	儿童精神障碍的发现与处理	187
第一节	进食障碍	188
第二节	睡眠障碍	194
第三节	排泄障碍	204
第四节	言语障碍	207
第五节	常见行为障碍	212
第六节	常见情绪障碍	224
第七节	心理发育障碍	236

第八节 精神发育迟滞·····	247
第九节 情感障碍及精神分裂症·····	252
第十节 脑器质性精神障碍·····	260
第十一节 常见冲动控制障碍·····	265
附录·····	269
Conners 父母用问卷·····	269
Conners 教师用量表·····	271
Achenbach 儿童行为量表·····	272
Rutter 儿童行为问卷(父母问卷)·····	278
Rutter 儿童行为问卷(教师问卷)·····	280
NYLS 3~7 岁儿童气质量表·····	281
克氏孤独症行为量表·····	284
孤独症行为筛查量表·····	285
儿童感觉统合能力发展评定量表·····	286
儿童汉语阅读障碍量表·····	289
主要参考文献·····	291

第一章

绪论

在社会与观念变革迅速发展的今天,儿童的心理压力、心理危机、心理疾病已成为困扰许多家庭的主要问题,儿童心理健康的发展与心理保健知识逐渐成为医务工作者与广大人民群众日常生活的需要。

第一节 儿童心理保健的概念

儿童心理保健,也称为儿童心理卫生或心理健康保健,英文为 mental health of children。因此,我们先从健康的概念入手来研究。

一、健康的观念转变

健康是人的基本权利,也是人人都希望拥有的最大财富。家长也都希望自己有个健康的孩子。但是在不同历史时期,人类对此问题的理解却不尽相同。

“健康就是没病”,这是人们对健康的最初认识。虽然是个传统的概念,但却有不全面与消极的意义。实际上,健康和疾病是人体生命过程中两种不同的状态,从健康到疾病是一个从量变到质变的过程,而且健康水平还有不少不同的能级状态。

自从有了人类,就存在健康问题。在远古时代,由于环境的恶劣和人类文明的落后,人类面临的主要问题是生存问题,健康问题只是处于一种模糊的状态,常带有神鬼观念,健康即为没有疾病的认识是不难理解的。随着医学科学的发展,人们对健康的认识也在不断深化。

“人体各器官系统发育良好、功能正常、体质健壮、精力充沛并具有良好劳动效能的状态,通常用人体测量、体格检查和各种生理指标来衡量。”这是生物医学模式对健康的认识。这里指出了健康的重要特征以及可检测标准,却忽视了健康的精神与社会方面的要求。随着第二次世界大战的结束,人类的疾病与死亡谱发生了重大变化,许多心身疾病——近年来也称之为生活方式疾病,成为人类健康的主要“杀手”。人们的不良生活方式、行为、心理、社会和环境因素成为影响健康的重要的不可忽视的因素。因此,世界卫生组织(WHO)在1948年向全世界发出的有关健康认识的呼吁中指出:“健康,不仅仅是没有疾病和身体的虚弱现象,而是一种在身体上、心理上和社会上的完满状态。”世界卫生组织的定义是有权威性的。60多年来,它向全世界的医务工作者提出了一个神圣的任务,这就是在医治人的躯体健康

问题的同时,还要注意从社会、心理、道德等多方面去干预,人类的健康才能得到真正的维护。儿童的健康问题从此也掀开了新的一章。当今,我们审视儿童的心理保健成为不可忽视的重要方面。

二、心理保健的概念

祖国医学自古以来十分重视修身同时必须养性,即要注重一个人的心理保健,诚然,也应注重儿童的心理保健。但“心理保健”一词是由国外引入的。根据记载,古罗马医生盖伦(Galen)在其著作中就叙述了关于“感情卫生或精神卫生”的问题。1843年,美国精神病学教授威廉·斯惠特(William Sweetter)撰写了世界上第一部心理保健专著,明确提出了“心理健康”这一名词。1858年,精神病学专家艾萨克·雷伊(Isaac Ray)当选为美国精神病学会会长,他以“心理健康”为题作为就职演讲。1906年,克劳斯登(Clouston)正式出版《心理健康》一书,此名遂被正式采用。

《简明不列颠百科全书》关于心理健康的描述是:“心理健康指个体心理的本身及环境条件许可范围所能达到的最佳状态,但不是指绝对的十全十美状态。心理健康包括一切旨在改进和保持上述状态的措施,诸如精神疾病的康复、精神病的预防、减轻充满冲突的世界所带来的精神压力以及使人处于能按其身心潜能进行活动的健康水平。”

我国著名社会学家费孝通教授为《中国心理卫生杂志》撰文指出:“讲究心理健康及社会功能良好之道。”这里提到的心理健康包含了心理保健之意,当然也包括儿童心理保健。

综合起来,目前可以将儿童心理保健定义为:以积极有益的教育和措施,维护和改进儿童的心理状态以适应当前和发展的社会环境。

使用这一定义有三种含义:一是指一门学科,即儿童心理保健学;二是指专业或实践,即儿童心理健康保健工作;三是指儿童应处于的状态,即心理健康状态。这三种不同的含义是相互关联、相互促进的。儿童心理保健学的研究为儿童心理健康工作提供了理论基础及实施原则和方法;儿童心理健康工作则为儿童心理保健研究提供了大量的实践经验,检验了有关理论,从而丰富和发展了儿童心理保健的基础理论研究。从另一方面讲,儿童心理健康工作是儿童心理健康得以实现的手段,而儿童的心理健康状态是儿童心理保健研究和儿童心理保健工作所要达到的目的。

三、儿童心理保健的目标与意义

儿童心理保健是一门科学性与实践性非常强的学科。

(一) 儿童心理保健工作的目标

1. 狭义与广义 从儿童心理保健的工作目标来看,具有狭义与广义之分。就狭义而言,是指预防和矫治各种儿童心理障碍、心理疾病;就广义而言,是指维护和增进儿童心理健康,以提高儿童对社会生活的适应与改造能力。

狭义与广义的儿童心理保健工作是相互联系、相辅相成的。对儿童心理障碍的防治就是对儿童心理健康的维护和增进,而维护和增进儿童心理健康则是预防儿童心理疾病的最积极的手段和最根本的措施。德国心理保健学家赫希特(K. Hecht)曾指出:“精神病预防属于保健领域,而心理保健则是整个社会的事业。”

现在我国与世界各国的儿童心理保健工作均有很大的发展,但是在很大程度上,重狭义轻广义儿童心理保健工作的现象仍普遍存在。心理障碍与心理疾病确实普遍存在,而且是

一个迫切和现实的问题,但是广义的儿童心理保健工作更具有积极与深远的意义。

我国学者章颀年在他所著的《心理卫生概论》(1936年)中就曾把儿童心理保健工作分为消极和积极两个方面:消极方面是预防心理疾病的产生,改善心理疾病患者的待遇;积极方面是促进儿童心理的健康,培养完整的人格,并指出“这两种工作比较起来,自然后者更为重要”。我国儿童少年卫生学专家叶广俊指出:“儿童心理保健更积极的意义是培养儿童青少年健康的心理状态、健全的人格和顽强的适应和改善环境的能力。”

2. 三级功能 儿童心理保健运动的最初意义侧重于改善儿童精神病患者的待遇。随着儿童心理保健运动的广泛和深入,人们对儿童心理保健的意义得以深化,从而提出了儿童心理保健的“三级预防”。初级预防是向人们提供儿童心理保健知识,以防止和减少心理疾病的发生;二级预防是尽早发现儿童心理疾病患者并提供心理和医学的干预,同时也包括设法缩短病人的病程和降低复发率;三级预防是防止儿童住院病人的精神异常转为慢性,使他们尽快地回到社会和独立自主的生活中去,同时对已进入慢性期的儿童病人设法减轻其残疾程度,适当提高他们的社会适应能力。

“三级预防”的方针把防和治结合了起来,这对儿童心理保健研究和实践具有重要的指导意义。然而心理卫生的三级预防仍然是以“不病”及“少病”及“病了能得到迅速治愈”为目标的。因此,三级功能的提出更有助于我们完整地理解儿童心理保健的含义。所谓三级功能为:初级功能——防治儿童心理疾病;中级功能——完善儿童心理调节;高级功能——发展心理健全的个体与社会。

(二) 儿童心理保健的意义

1981年,联合国大会通过了关于《2000年人人享有卫生保健的全球战略》的决议。根据这个决议,世界卫生组织制订了第七个总体工作规划,规定了“卫生科学和卫生技术”的七项内容,其中之一就是“维护和促进儿童心理保健”。儿童心理保健问题已经成了一个全球性的问题。儿童心理保健的重要性越来越受到全世界的专家和各阶层人士的关注。儿童心理保健的意义在以下几方面越来越显现出来:

1. 有助于儿童心理疾病的防治 随着社会变革和社会价值观的急速改变,儿童的心理冲突以新的内容和形式表现出来,心理疾病的发病呈现上升趋势。儿童心理保健运动的开展,将使儿童更好地适应社会,从而减少心理疾病的发生,有助于心理疾病的防治。

2. 有助于儿童心理健康的发展 儿童心理保健知识的普及,将有利于促进儿童的心理健康。一般说来,心理健康的儿童,其学习成绩优于心理不健康者,更为重要的是,心理健康的儿童更能耐受挫折,更容易稳定地渡过社会变故和灾难。

3. 有助于推动精神文明的建设 1999年中国的全国教育工作会议上明确提出了要推进素质教育,要培养心理素质健康的新一代。这对于心理卫生工作的开展,无疑是一个明确的动员令。儿童心理保健事业是精神文明建设的重要组成部分,是建设精神文明的基石。没有儿童心理保健事业的蓬勃发展,很难会有全面的精神文明。

四、儿童心理保健的性质

儿童心理保健思想源远流长,而儿童心理保健却是一门新兴的科学。对于它的研究对象,国内外学者作过种种表述。

(一) 儿童心理保健的研究对象

洛逊诺甫(Rosanoff)(1938)指出:儿童心理保健是保持心理健康的一种科学。其主要目

的有三个方面:①由改良人种入手,使每个儿童具备优良的禀赋;②利用优良的禀赋,使儿童在身体、职业与社会活动方面有良好的适应;③预防儿童心理的扰乱。

我国台湾的学者钱萃(1980)指出:心理保健是矫治心理失常、预防心理扰乱及保持心理健康的一门科学或艺术。

关于心理研究对象的表述,至今尚无一致的意见。基于以上的各家观点以及我们对心理卫生的理论研究与实践,我们认为:儿童心理保健是研究人类心理健康的形成、发展和变化的规律以及维护和增进心理健康的原则和方法的一门科学。根据这一看法,儿童心理保健把一般正常人和轻微心理失调者的心理健康问题作为研究的主要对象,精神疾病的防治也是其关注的对象,但不是重点。

(二) 儿童心理保健的学科性质

儿童心理保健是一门什么性质的学科?

某些学者将其看作心理学的一个分支。目前,有些心理学教材中有特别的内容来阐述儿童心理保健,如教育心理学家斯坦奇在《教育心理学》(1929)一书中即把心理保健作为重要内容。此外,在国内的大学生心理学、中学生心理学、管理心理学、教育心理学中也有类似介绍。

相当多的学者把儿童心理保健作为医学心理学的一个分支,与心身疾病、心理评估、心理治疗、护理心理等同为一个体系或分支内容。

还有学者认为,儿童心理保健是卫生学的一个分支,与环境卫生、营养卫生、工业卫生、生理卫生、学校卫生是姐妹学科,同属预防医学范畴。如我国1979年出版的《辞海》就认为“精神卫生是卫生学的一个分科”。

我们认为,儿童心理保健是一门多学科相互渗透的交叉学科。它并非简单地属于心理学、医学、卫生学的一个分支,而是与它们有紧密联系、但又具有独立体系的新兴学科。

儿童心理保健研究和实践的内容十分广泛,因而儿童心理保健研究势必涉及多种学科的知识,与多种学科有纵横交叉的内在联系。比如,儿童心理保健提倡优生优育,它就要从婚姻、配偶、受孕、胚胎等多方面着手,讲究胎教;儿童心理保健不仅关注不同年龄阶段儿童个体的心理卫生,还要关注不同社会群体的儿童心理保健以及在社会发展过程中不同社会阶段的儿童心理保健问题等。因此,儿童心理保健要以心理学、医学、社会学的理论、方法和技术为其科学基础,并从生理学、卫生学、教育学、文化学、人类学、伦理学以及哲学等学科中吸取有关知识,同时又与社会心理学、教育心理学、发展心理学、变态心理学、健康心理学等相互交叉,特别与精神病学、医学心理学有紧密的联系。

儿童心理保健融合了多学科的知识,并逐渐形成了自己的理论体系,尽管目前这个理论体系还不很完善。然而这并不重要,重要的是它开始受到多学科的重视,从不同的角度来研究它、发展它,这对于儿童心理保健学科的成长起了推动的作用。

儿童心理保健应该成为诸学科共同关心的领域。不仅如此,儿童心理保健的知识也应该广泛地应用于各学科领域中(尤其是教育、医学、卫生、管理等)。儿童心理保健也将在这一过程中不断丰富和发展起来。

(胡佩诚)

第二节 儿童心理保健研究的原则与方法

儿童心理保健的研究工作要以辩证唯物主义作为其指导思想,综合多学科研究的特点,

遵循以下基本原则:

一、儿童心理保健研究的基本原则

(一) 整体性原则

人是一个统一的有机整体,各个部分之间、各种心理活动之间以及生理、心理、社会之间,均相互联系,相互影响。“黑箱”的研究原则是适用的。因此在儿童心理保健的研究中,要运用系统论的观点,从整体出发,注意彼此联系,全面分析。

(二) 客观性原则

心理来源于客观现实。儿童的心理健康受客观条件所影响,通过一系列的心身变化而实现,并表现在人的实践活动中。因此,在儿童心理保健的研究工作中,应从产生健康或不健康心理所依存的客观现实中去揭示其发生及变化的规律。

(三) 动态性原则

人的健康状态处于动态的发展变化之中。儿童的心理状态也是动态与静态的统一,是一个发展变化的过程。为此,儿童心理保健的研究,应充分考虑到研究对象的可变性、可塑性。不仅要了解研究对象现有的心理健康水平,而且要重视他们过去的经历,预测他们未来发展的趋势,即放在时间坐标上考察、分析。

(四) 预防性原则

医疗卫生工作要贯彻预防为主方针,儿童心理保健工作也应体现这一宗旨。坚持预防性原则,就应把儿童心理保健知识作为科学普及与教育的重要问题持久地开展起来。

二、儿童心理保健研究的基本方法

根据儿童心理保健所具有的理论及临床相结合的特点,可以从以下不同分类方法来研究:

(一) 根据研究涉及的时间分类

1. **横断研究** 横断(cross-sectional)研究通常选取几组在某些方面匹配的受试者在同一时间内进行观察和评定,或者进行不同的处理及治疗,以比较其后果、效果和副作用。这是我国学者运用最多的研究方法。

2. **纵向研究** 纵向(longitudinal)研究指对同一个或同一组对象在指定的时间内进行追踪研究。可用于对同一个人的个案研究,亦可用于观察、测量和评定被选取的一组人在一段时间内所发生的变化,此研究有一定的难度。

3. **回顾研究** 回顾(retrospective)研究是由现在看过去,将现在同过去联系起来。这种研究可用于深入细致的个案研究,也可用以回顾性地评定某种变量或因素在一组人或一种疾病中的作用,此种研究会有一定的偏差。

4. **前瞻研究** 前瞻(prospective)研究是由现在开始追访未来,其目的是预见。由于科学真理的核心是可重复的预见,因此前瞻研究是很有价值的研究,最值得用此方法来开展大规模的研究,此方法也是我国学者缺乏的研究。

(二) 根据研究的手段分类

1. **观察法** 观察(observation)法,一般指在完全自然或不加控制的条件下,对儿童的可观察到的行为进行观测和记录。优点是简便、易行,可得到许多基本的、比较真实的资料。可分为客观观察法和自我观察法。

2. 调查法 调查(survey)法是借助于会见和问卷或各种调查表了解一组儿童的态度、意见和行为的一种研究方法。调查可以面对面,除了可收集到病人的自我报告资料外,还可以直接观察。根据形式不同,可分为访谈法和问卷法。

3. 测验法 测验(test)法是利用心理测验来测量和评定个体儿童的能力、态度、性格、成就和情绪状态等心理方面的一种研究和诊断方法。它要求向受测者呈现某种一致的情境或问题,收集他们的回答,而后根据统一的标准计分,并将得分同个体间的有关差别联系起来。

4. 个案法 个案法(case study)是对某现象的一个特例进行详细深入地调查研究的一种方法。主要用于了解和帮助有心理问题或障碍的儿童。个案研究者往往希望通过研究一个儿童个案,从中推出有关现象的一般原则。

5. 实验法 实验(experiment)法是在控制的条件下观察、测量和记录个体行为的一种研究方法,也是科学研究中运用最广泛、成效最大的一种方法。它最常被用于实验室中,但也可用于临床。主要特点是在控制的条件下,实验者系统地操纵或改变一个或几个变量,观察、测量和记录对其他变量的影响。

(胡佩诚)

第三节 儿童心理保健简史

追溯儿童心理保健演变的历史,有助于把握儿童心理保健发展的规律,以更好地指导当前儿童心理保健的研究与实践,并能对未来的走向做出积极的预测。

一、中外古代儿童心理保健思想的萌芽

(一) 中国古代的儿童心理保健思想

中国是一个具有五千年文明史的国家,也是世界儿童心理保健思想最早的策源地之一。在中国古代思想家的理论中,人贵论、形神论、性习论、知行论、情欲论等思想对我国及世界儿童现代心理保健的理论与实践均具有重要的影响。

在中国的先秦古籍中,就含有儿童心理保健的思想。《管子》中的“内业”篇,阐述了善心、定心、全心、大心为最理想的心理状态,正静、平正、守一为养心之术。《左传》中阐述并举了心理状态与生理状态之间的关系。

此外,各个年龄阶段的儿童心理保健,在古代文献中均有论述。诸如,《三因极一病证方论》中谈到胎儿心理保健;《幼儿发挥》论及幼儿心理保健;《万病回春》中讨论到青少年心理保健;《简明医彙》中则从“抚育幼龄”一直谈到“奉养高年”,强调在人的整个一生中始终都要注意心理保健。

中国的儿童心理保健思想渊源悠久,在世界儿童心理保健思想中占有重要地位。

(二) 古代西方和中世纪阿拉伯的儿童心理保健思想

西方儿童心理保健思想产生于古希腊时代。古代医学的奠基人希波克拉底(Hippocrates, 公元前460—公元前377)即论述过有关儿童心理保健问题。希波克拉底及其弟子、各个时代的医生和哲学家们,为解决儿童心理保健的问题探索了方法,其中最重要的方法是:通过提高医学知识水平和医学专家们的儿童心理保健活动来增强心理对外部环境有害因素的抵抗力。

古罗马杰出的学者西塞罗(M. T. Cicero, 公元前106—公元前43)写的《论友谊》一文,把人与人之间的友谊也列为有利于保护健康的因素。这些都表明,早在当时,人们就已经理解了健康与心理、生理协调平衡和社会和谐的依赖关系。

11世纪的阿拉伯医学就已经把儿童心理保健问题作为保护健康的必要条件之一。阿拉伯医学家阿维森纳(Avicenna, 980—1037)在其被奉为“医典”的《医疗之书》中提出了保护健康必需的六点内容:①阳光和空气;②食物和饮料;③运动和安静;④睡眠和兴奋;⑤新陈代谢;⑥情感。从这六个方面将人生面对的矛盾分析得恰到好处,特别指出了情感对人体健康的重要影响。

但当时主要从成人的健康观来关注儿童,把儿童当做成人的简单雏形,尚未意识到儿童生长发育与儿童心理健康的特殊性。

二、现代心理保健运动的形成和发展

儿童心理保健作为思想渊源有一个悠久的历史,但是作为一种运动,却只有一个短暂的现在。

(一) 比奈尔的精神病院改革

心理保健运动的起源首先是从改善精神病患者的待遇开始的。19世纪以前,精神病患者和较轻微的心理疾病患者被认为是魔鬼附身而受到监督或虐待,境况悲惨。1792年,法国精神科医生比奈尔(Pinel)提出废除精神病患者的约束。能否对精神病患者实行人道的处理,这在精神健康领域被认为是非常大的一个事件。从我国正在进行的精神卫生法的讨论,引起社会和业内的极大关注,也可以看到这个问题的重要性。该法提到对于精神上有时无知力的精神病患者也要实施自愿就医的原则,这不仅仅是有可能“被精神病”的问题,更重要的意义是如何提倡心理健康、心理卫生、精神健康、精神卫生的问题。所以,精神病学界认为法国医生的作法是精神卫生、心理卫生或者说是心理保健历史的起点。在儿童心理保健的历史上,我们也应该认为,这是具有深远意义的重大事件,提出是一个起点,并不为过。

19世纪末,精神病患者虽然已从锁链和酷刑中解放出来,但在医院中仍受到种种粗暴残忍的待遇,命运仍然是悲惨的。1908年,美国的比尔斯(C. W. Beers, 1876—1943)的《一颗自我发现的灵魂》(*A Mind That Found Itself*)一书的出版,揭开了大规模儿童心理保健运动的开端。

1919年以后,以比尔斯为主的心理卫生事业的推动者们又积极酝酿建立一个国际性儿童心理保健机构。1930年5月,在美国华盛顿召开了首届国际心理保健大会,到会代表共3042人,代表来自53个国家(中国也有代表参加),盛况空前。在大会上产生了一个永久性的“国际心理卫生委员会”,比尔斯任秘书长,中国学者刘瑞恒为名誉副会长。第二届国际心理卫生大会于1937年在巴黎举行。在这些大会上,不仅有成年人的心理卫生问题,同时也有儿童心理卫生的问题。因此,我们认为,儿童心理保健的事业与成人心理保健的事业可以联系起来谈。随着科学的发展,分工越来越细,这是一个历史的趋势。但是很多学科的起源是一致的。

由于第二次世界大战的影响,国际联系被迫暂时中断。大战以后,社会迅速发展,技术日新月异,信息流汹涌澎湃,生活节奏越来越快,人际关系更趋复杂,心理疾病、心身疾病日益增多,形成了严重的社会问题。在这种新形势下,加强儿童心理保健工作已刻不容缓。

1948年在伦敦召开了第三届国际心理卫生大会,发表了纲领性文件(心理健康和世

界公民),通过了建立“世界心理健康联合会”的决议。继而,在联合国教科文组织的主持下,与世界保健机构协作,建立了新的国际心理保健组织——世界心理健康联合会(World Federation for Mental Health, WFMH)。

美国于1946年公布了国民心理卫生法;1949年建立了国立精神卫生研究所;1963年通过建立社区心理保健中心法案。

为呼吁全世界人民重视心理健康,根据WHO和WFMH的协议,1960年被宣布为“国际心理健康年”,呼吁全人类重视心理健康。

1961年,WFMH对其第一个纲领进行了修改,在其出版的《国际心理健康展望》小册子中提出的任务是:“在生物学、医学、教育学和社会学等最为广泛的方面,使居民的心理健康达到尽可能高的水平。”这个纲领远远超出了精神病学的范围,它要求消灭发达国家中的贫民窟和种族主义以及铲除贫困,并把它作为心理健康的一项措施。

1964年,在尼泊尔召开的年会上,以“工业化和心理健康”为主题,讨论了科技革命对心理健康带来的影响。1966年,在布拉格召开第19届WFMH年会时,心理保健工作也引起了非洲国家的重视。

(二) 中国心理保健运动的概况

20世纪30年代,我国许多有识之士,如著名的教育家吴南轩先生在《中大教育丛刊》上发表文章指出:“除我国外,日光照射之地,几乎无处不有心理健康运动的踪迹。”大力呼吁加强我国的心理健康工作。他于1930年前后,首先在中央大学心理系开设了心理保健选修课,为当时国内大学心理系课程中最新颖的课目。而后,他又在中央大学《旁观》杂志上发刊《心理卫生专号》,这是中国心理健康运动的萌芽。

由教育界、心理学界、医学界、社会学界以及其他社会各界共228名知名人士酝酿和发起,并得到145位著名人士的赞助,1936年4月19日在南京正式成立了“中国心理卫生协会”,选举了吴南轩等35位理事及21位监事。该协会以“保护与促进国民之精神健康及防止国民之心理失常与疾病”为唯一之目的,以“研究心理卫生学术及推进心理卫生事业为唯一之上作”为宗旨。

值得一提的是,我国医学心理学创始人之一、中国心理卫生协会发起人之一丁瓚教授为心理保健事业作出过积极贡献。他的《心理卫生论丛》、《青年心理修养》两书,在学术界和社会上产生了广泛的影响。1944年他创办了我国第一个心理卫生实验室。实验室附设有自己的实验区、咨询处及门诊部,较系统而有计划地开展了心理保健的科研、医疗、教学和科普宣传等活动。

新中国成立以后,特别是改革开放以来,我国的心理保健事业得到了迅速的发展和普及。1979年冬,在天津召开的中国心理学会年会上,许多学者提出恢复“中国心理卫生协会”的倡议。会后,经充分的酝酿和认真的筹备,于1985年4月正式成立了“中国心理卫生协会”。1986年,上海成立了中国行为及发育儿科学会;1996年,中华预防医学会成立了儿童保健分会。

在协会的组织领导下,陆续创办了《中国心理卫生杂志》、《中国临床心理学杂志》、《中国健康心理学杂志》、《心理与健康》等多种学术与科普杂志。在许多省市举办了各类心理保健(包括儿童问题)培训班、学术研讨会;开展了多种形式的宣传活动和学术研究,并运用报刊、广播、电视开展儿童心理保健教育,在一些综合医院及高等院校开展了心理咨询、心理门诊服务。短短的十多年来,我国的心理保健工作得到了迅猛的发展,越来越引

起社会各界的广泛重视。2011年5月,中国疾病预防控制中心以“儿童心理保健”的名称开办了心理保健的培训班,从而开启了我国儿童心理保健的专业工作的新篇章。

(三) 儿童心理保健的发展趋势

近年来,我国的学者提出了儿童心理保健的概念。在目前的国际上,尚没有这种分类的概念。由于我国的国情,对于儿童与青少年的关注,非常有必要提出儿童心理问题的处理,由此,儿童心理保健也就成为一个崭新的名词进入我国学者的视野。

从当前的形势看,我国儿童心理保健事业的发展已呈快速发展之势。首先是心理健康的概念为人们所认同,儿童心理保健成为越来越多的人的共同需求,整个社会要求儿童心理保健事业发展的呼声越来越高。其次,心理教育已走进课堂,心理辅导已走进校园和社区。据不完全统计,全国有条件的中、小学差不多都设有心理咨询室,配备有专门工作人员。再次,儿童心理保健的从业人员越来越多,据资料显示,近年来我国从事心理咨询和治疗的专职人员已达十多万,这些人员都可视为儿童心理保健的工作人员,加上中、小学从事心理教育的教师,儿童心理保健人员已是一支庞大的队伍。最后,儿童心理保健学科的科研正在加快发展。儿童心理保健已有全国性与地方性的科研机构。儿童心理保健研究者每年都有新的论文和科研成果问世。

推动儿童心理保健迅速发展的原因,归纳起来有如下几方面:

1. 医学、心理学和其他相关学科的发展揭示了越来越多的关于心理因素与健康与疾病之间的内在联系,这使人们认识到防治疾病、保障健康不考虑心理因素是不行的。通过利用心理因素来防治疾病、促进健康是经济而有效的手段,也是使现代医学和心理学取得显著进步的重要途径。

2. 疾病谱发生了明显变化。传染病由于有了良好的防治手段一般呈下降趋势,而心身疾病和自杀则呈上升趋势,这些上升为儿童杀手的疾病都与心理因素有密切关系。无论预防还是治疗这些疾病,心理的手段都可以提供很有价值的帮助。这自然会引起人们的重视。

3. 心理疾病在蔓延。心理疾病增多的原因前已述及,照目前的情况看,儿童心理疾病已成为21世纪儿童健康的主要敌人之一。

4. 整个人口的文化水平在提高,科学普及工作也在加强,这两方面的原因使越来越多的人明白了心理健康的重要性,改变了传统的健康观念,接受和理解了生物医学模式向生物-心理-社会医学模式转变的必然性。

5. 心理学的理论越来越完善,心理学所提供的手段和方法越来越有效。单就心理治疗方法的种类而言,其发展速度都是惊人的。有人作过统计,在美国,1959年有36种心理疗法;1976年有130多种心理疗法;到1986年则有400多种心理疗法。心理学的完善和发展使越来越多的人相信利用心理学的理论和技术可以达到儿童心理保健的目的。

6. 心理因素不仅影响儿童的健康,还关系到人生的成败。现代社会对儿童的心理素质提出了越来越高的要求。

7. 人们已认识到,充分发掘和利用儿童的潜能是提高生命价值的重要前提条件。

我们不能把儿童心理保健的任务只理解为防治疾病、保障健康。儿童心理保健的任务还包括提高心理素质和发掘、利用生命潜能两项任务。这些任务对于儿童和社会都具有重要的意义。

在本章中,我们讨论了儿童心理保健的基本概念与发展历史。随着时代的迅速发展,我们有足够的理由说,人的心理作用是不能低估的,只要我们自觉增强儿童心理保健意识并